



PROJETO DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

2023-2024

Introdução

“A promoção da educação para a saúde em meio escolar é um processo em permanente desenvolvimento para o qual concorrem os setores da Educação e da saúde. Este processo contribui para a aquisição de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontar-se positivamente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A promoção da educação para a saúde na escola tem, também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.”

In Protocolo entre o Ministério da Educação e o Ministério da Saúde

Com o presente projeto pretende-se abordar temas ligados à saúde individual e coletiva, promovendo o desenvolvimento, nos alunos, de competências que lhes permitam escolher estilos de vida saudáveis, conscientes e responsáveis.

Neste contexto, a PES (Promoção e Educação para a Saúde) no Agrupamento, será implementada em articulação com o Projeto Educativo da Escola, dando continuidade ao trabalho desenvolvido, numa lógica de transversalidade e transdisciplinaridade, adequada aos diferentes níveis etários, dinamizada sempre em articulação com a equipa de Saúde Escolar do Centro de Saúde de Portimão e, sempre que possível, em colaboração com outras entidades externas.

Também no âmbito da Estratégia Nacional da Educação para a Cidadania surge a componente de Cidadania e Desenvolvimento. Área esta com abordagens de natureza interdisciplinar e onde o domínio da Saúde é obrigatório para todos os níveis de ensino. Por sua vez esta área é de extrema importância uma vez que vai ao encontro da “concretização de ações de apoio ao crescimento e ao desenvolvimento pessoal e social dos alunos, visando igualmente a promoção da saúde e a prevenção de comportamentos de risco” artigo 21, ponto 5, alínea e) do Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho.

Enquadramento legal

- Despacho Ministerial n.º 15 587/99, de 12 de agosto – cria a Comissão de Coordenação da Promoção e Educação para a Saúde.
- Despacho de Secretário de Estado da Educação, de 27 de setembro de 2006 – Define as linhas de orientação e temáticas prioritárias no âmbito da Educação para a Saúde, a integrar obrigatoriamente no Projeto Educativo de cada Agrupamento/Escola.
- Despacho n.º 2506/2007, de 20 de fevereiro – Sobre a designação do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento/Escola.
- Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 7 de setembro de 2007, aprovado pelo Diretor-Geral, em 28 de novembro de 2007.
- Lei n.º 60/2009 De 6 de agosto de 2009- de 6 de agosto de 2009 – Estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar.
- Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de abril de 2010 – regulamenta a lei n.º 60/2009 de 6 de agosto.
- Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde produzido pela Direção Geral de Educação (DGE).
- Referencial de Educação para a Saúde, produzido pelas Direções-Gerais da Educação e da Saúde, em colaboração com o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD) – junho de 2017.
- Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho – O Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.
- Resolução da Assembleia da República n.º 254/2017
- Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho.

Projeto de Promoção e Educação para a Saúde - PES

De acordo com o Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde, produzido pela Direção Geral de Educação, em setembro de 2014, as áreas temáticas a desenvolver são as seguintes:

- Saúde Mental e Prevenção da Violência
- Educação Alimentar e Atividade Física
- Comportamentos Aditivos e Dependências
- Afetos e Educação para a Sexualidade

São finalidades da implementação do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde:

- Promover a literacia em saúde;
- Promover atitudes e valores que suportem comportamentos saudáveis;
- Valorizar comportamentos que conduzam a estilos de vida saudáveis;
- Criar condições ambientais para uma Escola Promotora de Saúde;
- Universalizar o acesso à educação para a saúde em meio escolar;
- Qualificar a oferta da educação para a saúde em meio escola.

O Programa de Promoção e Educação para a Saúde (PES) em meio escolar é um processo contínuo que proporciona o acesso ao conhecimento e permite o desenvolvimento de competências das crianças e jovens relativamente à sua saúde individual e coletiva.

As áreas prioritárias de intervenção, na promoção de estilos de vida ativos e saudáveis, são as temáticas referidas anteriormente.

Em cada uma destas áreas realizar-se-ão atividades adequadas às crianças e jovens dos vários níveis de ensino do Agrupamento de Escolas da Bemposta.

Para a concretização dos objetivos e das várias atividades do Plano de Educação para a Saúde, o PES conta com a colaboração da Equipa de Saúde Escolar UCC Dunas - Centro de Saúde de Portimão, a GNR, a PSP, o DICAD, os Bombeiros e Proteção Civil de Portimão, em articulação com os técnicos especializados do Serviço de Apoio ao Aluno e à Família (SAAF), nomeadamente, Psicólogas, Assistentes Sociais, Educadora Social, Técnica de Intervenção Local, Terapeutas da Fala, Terapeutas Ocupacionais e Fisioterapeuta.

Em cada Unidade Orgânica do Agrupamento os Técnicos do Serviço de Apoio ao Aluno e à Família estarão disponíveis no Gabinete do SAAF para acolher sempre que necessário, prestando desta forma, um atendimento e apoio especializado a quem dele necessite. Este acompanhamento é extensível a toda a Comunidade Educativa.

Plano de Atividades 23/24

ÁREA TEMÁTICA: Saúde Mental e Prevenção da Violência

DATA	ATIVIDADE	OBJETIVOS	BREVE DESCRIÇÃO	COORDENAÇÃO/ DINAMIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS
Outubro	<i>Prevenção do Bullying</i>	Consciencializar a comunidade escolar para esta forma de violência; Apoiar e incentivar as vítimas a denunciarem estas situações e encontrar formas de as prevenir;	Apresentação da temática através de vídeos e de debate com os alunos	PES e GNR de Portimão – Escola Segura	6.º, 7.º e 8.º anos EB José Sobral Escola D. João II de Alvor
Novembro e dezembro	25 de novembro – Dia Internacional para a Eliminação da Violência contra as Mulheres	Consciencializar a população escolar para os vários casos de violência contra as mulheres	Apresentação do tema, análise e discussão com a intervenção dos alunos	PES e GNR de Portimão – Escola Segura	8.º e 9.º anos das Escolas José Sobral e D. João II.

ÁREA TEMÁTICA: Comportamentos Aditivos e Dependências

DATA	ATIVIDADE	OBJETIVOS	BREVE DESCRIÇÃO	COORDENAÇÃO/ DINAMIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS
13 de outubro	Sessão de teatro/debate sobre "Comportamentos aditivos e dependências"	Tomar consciência da problemática;	A partir da história de uma rapariga os alunos são convidados a construir a ficção, desconstruindo a realidade. Um espelho que reflete as possibilidades do futuro a partir das escolhas do presente, antes que elas se tornem num problema	Instituto Português do Desporto e Juventude PES Ball17teatro	Alunos do 9.º ano EB José Sobral
15 a 17 de novembro	Dia Mundial do Não Fumador	Conhecer as consequências do consumo de tabaco, em particular em idades precoces. Reconhecer que os principais constituintes do tabaco têm efeitos cancerígenos, tóxicos e mutagénicos. Prevenir o consumo de tabaco	Exploração de vídeos. Elaboração de cartazes. Afixação de frases num mural.	PES Prof.º de Ciências Naturais	Comunidade Escolar
20 a 23 de fevereiro	Dia da Internet Segura	Sensibilizar os alunos e a comunidade para a necessidade de prevenir comportamentos de risco inerentes à utilização da internet	Apresentação e análise da temática Intervenção dos alunos	PES e GNR de Portimão – Escola Segura	Comunidade Escolar das Escolas José Sobral e D. João II
15 de fevereiro	Dia dos Namorados	Consciencializar a comunidade escolar e alertar os jovens para a ocorrência de alguns	Conversação com os alunos	PES e GNR de Portimão – Escola Segura	9.º anos das Escolas José Sobral e D. João II

Projeto de Promoção e Educação para a Saúde - PES

		comportamentos pouco saudáveis no namoro			
19 de março	Dia Internacional da Luta contra a Discriminação Racial	Consciencializar a comunidade educativa para a não discriminação racial Consciencializar a comunidade educativa para a construção de um Mundo mais justo e igualitário	Apresentação da temática através de vídeos e análise/debate de situações do quotidiano com os alunos	PES e GNR de Portimão – Escola Segura	7.º, 8.º e 9.º anos Escola D. João II

ÁREA TEMÁTICA: Afetos e Educação para a Sexualidade

DATA	ATIVIDADE	OBJETIVOS	BREVE DESCRIÇÃO	COORDENAÇÃO/DINAMIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS
1 dezembro	Dia Mundial de Combate à Sida	Adquirir conhecimentos sobre a doença Capacitar para comportamentos responsáveis	"Saber Sabe Bem" - a atividade será desenvolvida na sala do aluno. Cada aluno retira de um cestinho uma pergunta relacionada com a temática VIH/SIDA. Caso acerte na pergunta o aluno recebe um biscoito em forma de laço.	PES Professores de CN	Alunos do Agrupamento

ÁREA TEMÁTICA: Educação Alimentar e Atividade Física

DATA	ATIVIDADE	OBJETIVOS	BREVE DESCRIÇÃO	COORDENAÇÃO/ DINAMIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS
16 outubro	Lanches Saudáveis	Comemorar o Dia Mundial da Alimentação. Sensibilizar a comunidade educativa para hábitos alimentares mais saudáveis. Apostar na diversidade alimentar e contribuir para reduzir o consumo de produtos processados. Promover/sensibilizar alunos e encarregados de educação para lanches saudáveis.	<ul style="list-style-type: none"> - Distribuição de peças de fruta; - Distribuição de pequenas espetadas de legumes; - Distribuição de pequenas espetadas de frutas; - Realização de “Tibornas” 	<ul style="list-style-type: none"> - PES (Prof.^{as} Lurdes, Ana Enes e Zélia); - Prof.^{as} do 1.º Ciclo Mex^a Grande 	Comunidade escolar 1.º, 2.º, 3.º Ciclos e Secundário

Outros Projetos/Ações a Desenvolver

DATA	ATIVIDADE	OBJETIVOS	BREVE DESCRIÇÃO	COORDENAÇÃO/ DINAMIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS
Ao longo do ano letivo	“Costas a Mexer”	Adquirir hábitos de postura corporal corretas Sensibilizar para a utilização correta de mochilas	Demonstração pelo Fisioterapeuta de regras corretas para manter uma boa postura corporal	Sessão de educação para a saúde dinamizada pelo Fisioterapeuta, João Novo, da Equipa Saúde Escolar UCC Dunas – Centro de Saúde de Portimão	Alunos do 4.º ano do Agrupamento
Ao longo do ano letivo	Higiene Oral	Adquirir conhecimentos sobre saúde oral e consequências de hábitos não saudáveis Sensibilizar para a criação e manutenção de hábitos de higiene oral	Observação dos dentes Explicação de formas corretas de escovar os dentes Explicação da importância de escovar/lavar os dentes após as refeições	Sessão de educação para a saúde dinamizada pela Higienista oral, Carla Henrique, da Equipa Saúde Escolar UCC Dunas – Centro de Saúde de Portimão	Alunos do Pré-Escolar; 2.º; 5.º e 8.º anos das unidades orgânicas do Agrupamento
1.º Período	Ação de Sensibilização HPV	Adquirir conhecimentos sobre o Vírus do HPV, sua transmissão e consequências da infeção Sensibilizar para os métodos de proteção da infeção por HPV (vacinação e saúde sexual)	Ação de sensibilização dinamizada pela Liga Portuguesa Contra o Cancro	PES e LPCC	Alunos do 9.º ano das Escolas EB/S da Bemposta, José Sobral e D. João II

Projeto de Promoção e Educação para a Saúde - PES

2.º período	Ação de Sensibilização Prevenção do Cancro da Pele	Adquiri conhecimentos sobre o Cancro da Pele (definição, fatores causais e consequências para a saúde) Sensibilizar para a adoção de comportamentos preventivos deste tipo de cancro.	Ação de sensibilização dinamizada pela Liga Portuguesa Contra o Cancro	PES e LPCC	Alunos do 9.º ano das Escolas EB/S da Bemposta, José Sobral e D. João II
-------------	---	--	--	------------	--

Aprovado em Conselho Pedagógico a 19/10/2023

A Presidente do CP: Sandra Tenil