



PROJETO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE



2016/2018

Índice

1. Introdução	3
2. Justificação do Projeto	4
3. Finalidades do Projeto	5
4. Objetivos	5
5. Áreas Prioritárias	6
6. Metodologias	6
6.1. População Alvo	6
6.2. Tipos de atividades	7
6.3. Parcerias e Apoios	7
6.4. Métodos/ Estratégias	8
7. Avaliação	9

1. INTRODUÇÃO

“A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste somente numa ausência de doença ou enfermidade.”

Organização Mundial de Saúde, 1948

A saúde de todos é hoje, claramente considerada em todas as sociedades, um direito fundamental da pessoa humana. A OMS acentuou, no seu relatório anual de 1998, que a qualidade de vida e saúde estão estreitamente relacionadas.

Um dos atuais desafios da Escola é responder às necessidades de Educação para a Saúde dos seus alunos. Assim, a Escola e o Ministério da Educação têm enfatizado o papel do professor e de toda a comunidade escolar como promotores da saúde. A Promoção da Saúde é *“um processo que visa criar as condições para que os indivíduos se responsabilizem pela sua saúde e pela da sua família, dos seus vizinhos e da comunidade a que pertencem”*.

A Educação para a Saúde (EPS) é uma componente essencial da prática docente, direcionada para a promoção e manutenção da saúde e prevenção da doença. Deste modo, propõe-se uma abordagem pedagógica sistemática de temas ligados à saúde em contexto curricular, promovendo a responsabilidade individual e comunitária no que concerne a esta e desenvolvendo nos alunos competências que lhes permitam tomar decisões conscientes e informadas, fazer opções responsáveis e adotar estilos de vida saudáveis. Os alunos encontram-se em fase de formação física, psíquica e social o que facilita a receptividade à intervenção educativa, no sentido de promover comportamentos de saúde adequados.

A Escola é um local privilegiado, para adquirirem este tipo de aprendizagens, uma vez que os alunos passam aí a maior parte do seu tempo. No entanto, o educador não deve tentar substituir a família mas sim aliar-se a ela para uma maior eficácia na edificação de hábitos e estilos de vida saudáveis. É também indispensável providenciar, nos diversos estabelecimentos de ensino, ambientes seguros e saudáveis, disponibilizar ofertas equilibradas e, ainda, facilitar o desenvolvimento de relações humanas saudáveis entre os diversos agentes da comunidade educativa.

2. Justificação do Projeto

O quadro legislativo atual, Despacho n.º 15987/2006, de 27 de Setembro, torna obrigatória a inclusão da Promoção e Educação para a Saúde, como área de formação global do indivíduo, no Projeto Educativo, na vivência de um currículo aberto, trabalhado em toda a escola, quer no campo específico das disciplinas dos planos curriculares em vigor, quer no conjunto das atividades constantes das áreas curriculares não disciplinares e das atividades de enriquecimento curricular.

O Projeto de Educação para a Saúde, enquanto instrumento de trabalho integrador das preocupações do Agrupamento e da comunidade, incorpora todas as atividades educativas que concorrem para a promoção e educação para a saúde e as estratégias adotadas permitirão assegurar respostas adequadas às necessidades e aos problemas diagnosticados. Iniciativas e atividades são, por estes motivos, desenvolvidas, não somente com a intervenção da própria comunidade escolar, como também em parceria com entidades externas à Escola, nomeadamente, com a Unidade de Saúde Pública, Hospital e outras Instituições não-governamentais.

De acordo com o atual quadro legislativo e normativo, Lei n.º 60, de 6 de Agosto de 2009, a Educação Sexual é de inclusão obrigatória no Projeto Educativo do Agrupamento, assim como, a operacionalização do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno. A parceria estabelecida com o Programa Regional de Educação Sexual em Saúde Escolar (PRESSE) permite que o programa de Educação Sexual seja implementado de forma estruturada e sustentada.

Desta forma, este projeto integra objetivos e atividades que permitem desenvolver e colaborar com os projetos de Educação Sexual deste Agrupamento e a operacionalização do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno, onde qualquer aluno da Escola pode recorrer sempre que precise de esclarecer qualquer dúvida relacionada com a saúde física, psicológica e social.

O projeto de Educação para a Saúde, do Agrupamento, abarca as seguintes áreas tidas como prioritárias pelo Ministério da Educação:

- Alimentação e Atividade Física;
- Educação Sexual em meio Escolar/ IST;
- Prevenção do Consumo de Substância Psicoativas;
- Prevenção da Violência Escolar.

3. Finalidades do projeto

- Promover o desejo de saber, de saber fazer e de agir no âmbito da promoção da saúde.

4. Objetivos

- Promover uma melhoria ao nível da educação para a saúde e prevenção de comportamentos de risco, através de intervenções pontuais de grupos de docentes, de instituições e/ou planos de ação dos diferentes departamentos disciplinares, clubes, entre outros;
- Criar meios e situações para que os Pais e Encarregados de Educação partilhem experiências e se sintam envolvidos e responsáveis por todo o processo educativo dos seus filhos/educandos;
- Propiciar uma formação em liberdade e responsabilidade para a adoção de estilos de vida saudáveis;
- Promover práticas alimentares saudáveis e o exercício físico adequado à prevenção de doenças inerentes a desequilíbrios alimentares;
- Criar contextos educativos favoráveis à informação e formação no domínio das substâncias psicoativas, de modo a prevenir o seu consumo;
- Educar para uma vida sexual livre e responsável, propiciando escolhas informadas e baseadas nos afetos, prevenindo-se a gravidez precoce e/ou indesejada, bem como doenças/infeções sexualmente transmissíveis;
- Promover a capacidade de proteção face a todas as formas de exploração, violência e de abuso sexuais;
- Melhorar os relacionamentos afetivo-sexuais dos jovens;
- Desenvolver competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- Promover o respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;
- Promover a igualdade entre os sexos;
- Reconhecer a importância da compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos;
- Estabelecer mecanismos de apoio individualizado e específico às crianças e jovens que dele necessitarem, através da implementação e funcionamento do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIA).

5. Áreas Prioritárias

No seguimento do ofício-circular n.º 69, de 20 de outubro de 2006 procedente do Ministério da Educação, que regulamenta a implementação do projeto “Educação para a Saúde” e de acordo com o projeto educativo do agrupamento, são propostas quatro áreas temáticas de intervenção.

- **Alimentação e Atividade Física** - Alimentação saudável; Desequilíbrios alimentares (doenças do comportamento alimentar: anorexia, bulimia, diabetes, obesidade, ...) e exercício físico.
- **Educação Sexual em meio Escolar/ IST-** Conhecimento e valorização do corpo, Saúde sexual e reprodutiva e Expressões da sexualidade e diversidade
- **Prevenção do Consumo de Substância Psicoativas** - Drogas lícitas e ilícitas, As dependências: comportamentos de risco, Prevenção do consumo de produtos tóxicos, Toxicodependência e qualidade de vida.
- **Prevenção da Violência Escolar** - O respeito pela diferença (etária, sexual, deficiência, étnica, religiosa, ...), Como combater e/ou prevenir o *bullying* e a importância das relações interpessoais.

Estas áreas temáticas devem ser articuladas com os planos de cada turma onde os contextos educativos são caracterizados e estudados.

6. Metodologia

Qualquer projeto de Educação para a Saúde deve ter como protagonistas todos aqueles que constituem a Comunidade Educativa, de modo a que tanto os pais como os professores possibilitem aos jovens o confronto com as exigências da sociedade atual, no sentido de os prepararem para o futuro. É extremamente importante que exista uma complementaridade entre a família, a instituição escolar e os restantes domínios sociais para que a EPS seja eficazmente implementada.

6.1. População alvo

A população principal, sobre a qual incidirá o projeto, inclui todos os alunos do pré-escolar, 1.º, 2.º, 3.º. ciclos do ensino básico e ensino secundário do Agrupamento, não obstante a sua incidência sobre a demais comunidade escolar, que inclui todas as famílias dos discentes, todos os professores e assistentes operacionais da ação educativa deste Agrupamento.

6.2. Tipo de atividades

As atividades a desenvolver, no âmbito do PES, serão desenvolvidas em três dinâmicas de intervenção: Atividades contínuas, pontuais e complementares. No primeiro caso trata-se de atividades que serão realizadas num período de tempo prolongado, enquanto as de intervenções pontuais, serão realizadas apenas num determinado momento, como a comemoração de efemérides. As “atividades complementares” são realizadas no âmbito de propostas de projetos de parceria.



Dinâmica das atividades do projeto

6.3. Parcerias e apoios

A consecução dos objetivos e finalidades deste projeto só será possível com a participação ativa da comunidade educativa, nomeadamente órgãos de Direção e gestão, da Equipa do Projeto de Educação para a Saúde, dos Departamentos Curriculares, dos Conselhos de Turma e Diretores de Turma e da Associação de Pais e Encarregados de Educação.

A equipa PES beneficiará do apoio do Serviço de Psicologia e Orientação do Agrupamento e da Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Saúde Pública - ACES Tâmega II, Vale do Sousa Sul. Para além destas estruturas, a equipa poderá trabalhar em coordenação com outras entidades externas no sentido de se mobilizarem experiências e conhecimentos, para a concretização das finalidades propostas.

6.4. Métodos/ Estratégias

A implementação do projeto à comunidade poderá concretizar-se através da aplicação de vários métodos de trabalho. Assim, podem ser enumerados alguns exemplos orientadores dos métodos e estratégias de ensino, possíveis de serem aplicadas:

- **Exposições** - É um dos métodos mais conhecidos, e é desejável que seja ilustrado, compreensivo e adequado ao nível dos alunos.
- **Demonstrações** - Na prática permitem mostrar, aos alunos, situações concretas, como por exemplo: ensinar que é essencial utilizar a roda dos alimentos para uma alimentação equilibrada.
- **Métodos visuais** – Construção e exposição de cartazes, fotografias, ilustrações, projeções, apresentação de diapositivos, vídeos e trabalhos de arte que podem ser ferramentas de ensino poderosas.
- **Discussões** - Bastante pedagógicas no âmbito da sala de aula. O professor deve assumir o papel de moderador da discussão, enquanto os alunos pesquisam, argumentam e dialogam sobre determinada temática.
- **Ensino ocasional** - pode ocorrer sempre que uma situação específica assim o exija. Por exemplo, o aparecimento de uma doença contagiosa na turma ou uma intoxicação alimentar na cantina podem ser alvo de uma discussão com os alunos, em que os professores têm o dever de esclarecer, apoiar, explicar e clarificar.
- **Colóquios** - Com a participação de promotores de Saúde (médicos, enfermeiros, nutricionistas, biólogos, professores).
- **Feiras** - Podem ser eventos úteis na divulgação de informação. Estas atividades comunitárias aumentam o conhecimento do público sobre o assunto, incentivando-o a envolver-se ativamente.
- **Teatros e dramatizações**- Os espetáculos podem ser uma forma poderosa de transmitir informações importantes, em que não só os participantes aprendem por este método como também o público pode ser trazido para a peça. Os alunos têm mais abertura para esta forma de aprendizagem.
- **Oficina de trabalho e reflexão** - São extremamente importantes para que se possam debater livremente inúmeras temáticas como Infeções sexualmente transmissíveis, intoxicações alimentares e outros temas que preocupem os alunos.

É da responsabilidade ainda da Equipa de trabalho do PES a criação de Gabinetes de Informação e Apoio, em cada uma das escolas, EB de Penafiel Sul e Escola Secundária Joaquim de Araújo, que terão o apoio de técnicos de Saúde, professores da equipa e docentes colaboradores.

Os projetos e atividades a desenvolver deverão constar nos Planos de Turma, e nos planos de trabalho da Equipa PES.

7. Avaliação

Pretende-se avaliar a eficácia e qualidade deste projeto, de uma forma contínua, de modo a ser reformulado, quando se revele necessário.

A avaliação deverá ser formativa e utilizar diversos instrumentos de avaliação / metodologias:

- Questionários;
- Observação direta;
- Relatórios dos grupos de trabalho.

No final do ano letivo a avaliação será concretizada com a elaboração de um relatório. Este terá como principal objetivo fomentar as boas práticas e possibilitar a reformulação das metodologias inerentes às ações que tiveram menor impacto junto do público-alvo. Também daqui resultará uma reflexão, que deverá servir de base à elaboração de propostas de trabalho para o ano letivo seguinte.

A Coordenadora da equipa PES,
Ângela Vaz

A Coordenadora PRESSE,
Maria João Vaz