

ESCOLA SECUNDÁRIA COM 3º CICLO HENRIQUE MEDINA

PROJETO

PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Ano letivo 2025/2026

1. Enquadramento

Entre os objetivos prioritários da atual política educativa encontram-se os relacionados com a adoção de medidas que visam a promoção da saúde em meio escolar. Para concretizar esse desafio na nossa escola, a Equipa de Promoção e Educação para a Saúde (PES) renova o projeto apresentado nos anos anteriores.

A grande meta do projeto consiste em promover a aquisição de conhecimentos, desenvolver atitudes e hábitos de vida saudáveis na comunidade escolar e em particular nos alunos, que favoreçam o seu crescimento, desenvolvimento e bem-estar e ajudem a prevenir doenças evitáveis na sua idade. Para além disso, deve tentar responsabilizá-los pela sua própria saúde e prepará-los para que, ao sair da escola e ao incorporarem-se na comunidade, adotem um estilo de vida o mais saudável possível. A promoção da educação para a saúde na Escola tem, também, como missão, criar ambientes facilitadores de escolhas saudáveis e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.

Tendo em conta que os fatores de comportamento subjacentes às perturbações que conduzem a desequilíbrios envolvem o tipo de alimentação, o ritmo de vida atual, as relações do indivíduo consigo próprio e com o meio, as suas reações às limitações e estímulos do quotidiano, entre outros, e considerando as orientações emanadas pelo Ministério da Educação e pela Direção – Geral da Saúde, no Referencial da Educação para a Saúde (junho de 2017) serão abordadas as **5 áreas temáticas prioritárias**:

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

Todas as temáticas relacionadas com a Promoção e Educação para a Saúde devem constar do Plano de Ação Estratégica (PAE), devendo este ser concebido de acordo com as prioridades identificadas e em articulação com as famílias.

2. Finalidades

- Dotar a comunidade educativa, em particular os alunos, de conhecimentos, capacidades, atitudes, valores, sentido crítico e de responsabilidade, que lhes permitam tomadas de decisão promotoras do seu potencial de saúde.
- Desenvolver nos jovens competências que permitam escolhas informadas no domínio das 5 áreas temáticas prioritárias: Saúde Mental e Prevenção da Violência, Educação Alimentar, Atividade Física, Comportamentos Aditivos e Dependências e Afetos e Educação para a Sexualidade.
- Criar situações que potenciem o desenvolvimento de competências que levem ao equilíbrio e bem-estar futuro dos adolescentes.
- Fazer compreender que a saúde é uma responsabilidade partilhada e, como tal, propícia à participação coletiva na busca de soluções.
- Intervir nos hábitos e estilos de vida dos adolescentes, sem se substituir à família, mas sendo seus parceiros.

3. Proposta de trabalho do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde

3.1. No presente ano letivo, a Escola continua integrada no Programa Regional de Educação Sexual em Saúde Escolar (PRESSE), que iniciamos no ano letivo 2011/2012, continuando a ser implementado em todos os anos de escolaridade.

À semelhança dos anos letivos anteriores, no âmbito da Educação Sexual, continuar-se-á a dar cumprimento à Lei nº60/2009 de 6 de Agosto, regulamentada pela portaria nº 196-A/2010 de 9 de Abril, abrangendo a totalidade da população estudantil.

Será a afetação decidida, de forma partilhada nas reuniões de Conselho de Turma intercalar, prioritariamente,

- Pelos docentes com formação adquirida no âmbito do PRESSE;
- No âmbito da Cidadania e Desenvolvimento/Oferta Complementar do 3.º Ciclo;
- No âmbito da Cidadania e Desenvolvimento no 10º, 11º e 12º anos;
- Em outros moldes que o Conselho de Turma entenda adequados.

Todo o trabalho desenvolvido neste âmbito, quer pelos professores, quer por entidades externas à escola com as quais esta estabelece parcerias, poderá ser complementado com o funcionamento do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno e Família (GIAAF).

3.2. Os Diretores de Turma/professores de Cidadania e Desenvolvimento/Oferta Complementar/Equipas Pedagógicas/outros docentes terão um trabalho importante de dinamização das suas turmas/cursos para as atividades que serão implementadas nestes domínios, assim como de sistematização/síntese após a realização de atividades e de avaliação, das mesmas, junto dos alunos. Da ata de cada Conselho de Turma/Equipa Pedagógica deverá constar uma referência ao cumprimento das atividades desenvolvidas neste âmbito.

3.3. Para além destas propostas, a equipa PES apresenta um conjunto de atividades a integrar no P.A.A., cuja organização e dinamização assumirá, em eventual colaboração com as turmas que se encontrem a trabalhar os referidos temas.

4. Estratégias de Implementação

- a) Incluir as temáticas de Educação para a Saúde e estilos de vida saudáveis no Plano de Atividade da Turma (PAT), bem como a nível extracurricular;
- b) Interação e colaboração estreita com os vários intervenientes (coordenadora dos diretores de turma do ensino regular; coordenadora dos diretores de turma do ensino profissional; coordenadores de ano letivo; diretores de turma, professores de Cidadania e Desenvolvimento/Oferta Complementar, professores que lecionam Educação Sexual, entre outros), no sentido de uma maior produção de situações potencialmente construtivas e integradoras dos vários saberes e temáticas referidas;
- c) Criação de articulações/parcerias com o maior número de Instituições, como por exemplo:
 - Unidade Local de Saúde de Barcelos/Esposende - Cávado III - Equipa de Saúde Escolar,
 - Câmara Municipal de Esposende
 - CFAEBE - Centro de Formação da Associação de Escolas Barcelos e Esposende
 - Liga Portuguesa Contra o Cancro
 - Resulima
 - Farmácias Portuguesas

d) Atividades da equipa PES

- **a nível curricular:** planificação das unidades de atuação (definição de temáticas, objetivos/competências, atividades, metodologias e avaliação), acompanhamento e apoio na implementação das atividades; divulgação das atividades e avaliação das mesmas;
- **a nível extracurricular:** realização de palestras, comemoração de datas importantes para a promoção da saúde, entre outras;
- **ao nível das articulações/parcerias:** dinamização das articulações/parcerias.

5. Principais destinatários das atividades

Toda a comunidade educativa (alunos, professores, pais e encarregados de educação, e assistentes operacionais).

6. Divulgação das atividades

- Afixação de cartazes.
- Dinamização através dos diretores de turma.
- Divulgação na Internet através da página da Escola (espaço PES).
- Utilização do e-mail institucional.

7. Indicadores de avaliação

- Número de sessões organizadas para cada um dos temas prioritários;
- Adesão da comunidade escolar às diferentes actividades realizadas;
- Materiais produzidos para as sessões/atividades: cartazes, folhetos, textos (notícias, etc.), apresentações;
- Atividades organizadas: palestras, ações de sensibilização/debates, workshops, visitas de estudo a Instituições ou a locais em função do tema, entre outros.

A Escola tem um projeto de Educação para a Saúde em construção, isto é, estão definidas as finalidades e as áreas prioritárias de intervenção, mas não estão totalmente definidos os subtemas a desenvolver nem as atividades a implementar. O projeto de Educação para a Saúde da Escola será construído a partir do contributo dos diferentes projetos nesta área, sendo as atividades integradas no Plano Anual de Atividades.

Esposende, 30 de setembro de 2025

A Equipa PES

Amélia Santos; Cláudia Pinho; Conceição Ribeiro; Fátima Fernandes

