



# Educação para a Saúde

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 1998) define **Educação para a Saúde** como *“qualquer combinação de experiências de aprendizagem que tenham por objetivo ajudar os indivíduos e as comunidades a melhorar a sua saúde, através do aumento dos conhecimentos ou influenciando as suas atitudes”*.

Uma **Escola Promotora da Saúde (EPS)** é, nesta perspetiva, uma escola que fortalece sistematicamente a sua capacidade de criar um ambiente saudável para a aprendizagem e que tem como missão educar para a saúde, ou seja, dotar as crianças e os jovens de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde e ao seu *bem-estar físico, social e mental*, bem como a saúde dos que os rodeiam, conferindo-lhes assim um papel interventivo.

São consideradas como **temáticas prioritárias** na área da Saúde a desenvolver nas escolas as seguintes:

**Alimentação e Atividade Física; Saúde Oral; Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas; Sexualidade; Infecções Sexualmente Transmissíveis; Violência em Meio Escolar; Outras áreas (Segurança Infantil, Higiene Individual e Coletiva, Doenças Raras, Doenças Crónicas, etc.)**

No Agrupamento Lima de Freitas, ao longo de cada ano letivo, são desenvolvidas estas temáticas prioritárias através de diversas atividades, na vertente da Educação para a Saúde.

A equipa multidisciplinar de Educação para a Saúde e Educação Sexual assegura o acompanhamento, monitorização e desenvolvimento destas atividades da saúde em meio escolar.

## Constituição da Equipa Interdisciplinar de Educação para a Saúde e Educação Sexual - ano letivo 2015/2016

- Professora **Celeste Aldeias** - Coordenadora da Equipa  
Departamento de Ciências Experimentais;
- Professora **Ana Tique** - Departamento de Ciências Sociais e Humanas;
- Professor **Amândio Frias** - Departamento de Expressões;
- Professora **Dalila Baião** - Departamento do Primeiro Ciclo e Pré-escolar;
- Professora **Maria Eduarda Fidalgo** - Adjunta da Diretora do Agrupamento  
Departamento de Expressões;
- Professora **Rosália Santos** - Departamento de Ciências Experimentais;
- Professora **Susana Ferreira** - Departamento de Ciências Experimentais;
- Professora **Vanda Pica** - Departamento do Primeiro Ciclo e Pré-escolar;

## Entidades de Parceria e colaboradores

Agrupamento de Centros de Saúde Arrábida/Saúde Pública/Saúde Escolar; Centro Hospitalar de Setúbal-Hospital de São Bernardo; Hospital de Santiago - Hospor; Câmara Municipal de Setúbal; Cruz Vermelha Portuguesa; Polícia de Segurança Pública; Fundação Portuguesa "A Comunidade contra a Sida"; Rotary Club de Setúbal; Farmácia Leão Soromenho; Ordem dos Farmacêuticos; Grupo Concelhio para as Deficiências; Associação Portuguesa de Insuficientes Renais (APIR); Revista Nursing/Semana Médica; Escola Superior de Saúde; Consultório Dentário Anunciada - Dr. Carlos Caliman; Comissão para a Dissuasão da Toxicoddependência (CDT) de Setúbal.

## Destinatários

As atividades a propor anualmente têm como principais destinatários os alunos. Abrangem todas as turmas das três escolas do Agrupamento Lima de Freitas, desde o pré-escolar ao 12º ano de escolaridade e algumas atividades são também destinadas à Educação e Formação de Adultos (EFA).

No entanto, e na perspetiva de uma Escola Promotora de Saúde, são desenvolvidas atividades direcionadas também para os professores, para os assistentes operacionais, para os assistentes técnicos e para os pais e encarregados de educação.

## Gabinete de Atendimento a Jovens

O **Gabinete de Atendimento a Jovens (GAJ)** é um serviço de caráter técnico/pedagógico no âmbito da Saúde e da Educação para a Saúde, com especialização na área da saúde sexual e reprodutiva.

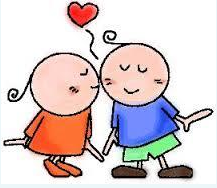
As diferentes atividades desenvolvidas pretendem orientar a tomada de decisões conscientes e responsáveis, promovendo assim o desenvolvimento psicossocial dos jovens e a sua saúde de uma forma geral. O atendimento realizado no Gabinete de Atendimento a Jovens é anónimo e confidencial.

## Ações dirigidas à Comunidade Educativa

A **Educação para a Saúde** contempla duas grandes áreas de atuação na escola: a “**promoção de hábitos saudáveis de vida**” e a “**prevenção pela informação**”.

As várias iniciativas desenvolvidas têm como objetivo formar cidadãos responsáveis, ativos e intervenientes, bem como criar o sentido de responsabilidade de cada um na Promoção da Saúde da Comunidade.

Entre outras atividades, salientam-se alguns projetos em desenvolvimento no presente ano letivo:



Projetos de “*Educação Sexual*” do Agrupamento



Projeto “*A Maçã dos Afetos*”



Projeto “*Violência nas Escolas - Prevenção Integrada Famílias, Meio Escolar*”



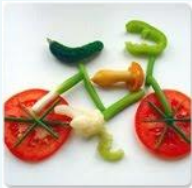
Projeto “*Aprender na Diferença...*”



Projeto *“Por um Sorriso Mais Saudável...”*



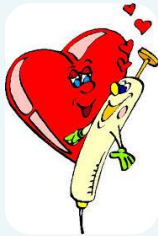
Projeto *“Alimentação e Saúde - Coma Fruta pela sua Saúde...”*



Projetos Interdisciplinares:  
*“Alimentação Saudável”, “Higiene Oral”,  
“Regime da Fruta Escolar”, “Desporto nas Escolas”*



Projeto “*Intervenção na Comunidade*”  
Rastreios e Ações de Promoção da Saúde,  
em colaboração com a Saúde Pública



Projeto “*Saúde e Diabetes*” em articulação  
com o Projeto “*Setúbal Previne a Diabetes  
e a Hipertensão Arterial*”



Projeto “*Crescer com Boa Postura*”

A Coordenadora de Educação para a Saúde e Educação Sexual

Celeste Aldeias