

PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

A escola, enquanto local de aprendizagem e de socialização, constitui uma estrutura básica, oferecendo condições privilegiadas para a promoção da saúde individual e social dos seus alunos, pessoal docente e não docente, famílias e restante comunidade educativa. Deste modo, o **Projeto de Educação para a Saúde** visa a promoção da saúde em meio escolar, englobando a Educação Sexual. Assim, a equipa da educação para a saúde tem procurado promover nos alunos a aquisição de conhecimentos e atitudes promotoras de Saúde/Educação Sexual que os ajude a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua vida e ao seu bem-estar físico, mental e



social. De acordo com as diversas linhas orientadoras, foram definidas as seguintes temáticas de atuação: Alimentação e Atividade Física; Consumo de Substâncias Psicoativas; Sexualidade; Infecções Sexualmente Transmissíveis, designadamente VIH/SIDA; Ecologia e Saúde; Prevenção Rodoviária e Violência em Meio Escolar. A escola dispõe, ainda, do **Gabinete de Apoio ao Aluno e à Família (GAAF)**, assegurado pela enfermeira Fátima Morgado, do Centro de Saúde de Alvito, e pelo professor coordenador do projeto. Sempre que necessário, outros técnicos foram chamados a intervir. Este gabinete tem como principal objetivo assegurar o atendimento anónimo, confidencial e gratuito aos alunos e outros

elementos da comunidade educativa no que respeita à Saúde.

No âmbito deste projeto, ao longo do ano letivo, várias atividades foram desenvolvidas, tais como: comemorações de dias alusivos à saúde – Dia Mundial da Alimentação (construção de uma Roda dos Alimentos, Pirâmide Alimentar e ilustração de toalhetes do refeitório), Dia do Não Fumador, Dia Mundial sem Tabaco, Dia Mundial de Luta Contra a SIDA e Dia dos Namorados; dinamização do jogo “Risco”; cálculo



do Índice de Massa Corporal (IMC); visita da Unidade Móvel do IPJ à escola, abordando o tema da Sexualidade; sessões de Higiene Oral, envolvendo todos os níveis de ensino; Bochechos com Flúor (1.º Ciclo); Prevenção Rodoviária (Pré-Escolar); elaboração de Ementas Saudáveis, realizadas pelos alunos com Necessidades Educativas Especiais; sessões sobre Métodos Contracetivos; realização de cartazes e folhetos alusivos a Estilos de Vida Saudáveis/Opções que interferem no

Equilíbrio do Organismo; visita guiada ao Centro de Saúde de Alvito; visionamento da peça de teatro intitulada “Deixemos o Sexo em Paz”, em articulação com o Agrupamento de Escolas do Torrão; sessão de sensibilização sobre os “Cuidados a ter com o Sol” (1.º Ciclo); realização do concurso relativo ao Logótipo para o projeto, entre outras. De acordo com o regulamento do referido concurso, destinado aos alunos do 2.º e 3.º ciclo,



Concurso “O Logótipo PES”



1.º Lugar – Vitor Pires 8.º A

2.º Lugar – Gabriel Charrua 7.º A

3.º Lugar – Jéssica Teixeira 8.º A

uma equipa de júris procedeu à seleção dos dez melhores logótipos, tendo em conta os seguintes parâmetros: estética, criatividade, originalidade e adequação ao tema. Os logótipos selecionados foram expostos no “**Cantinho da Saúde**”, de forma a serem votados por todos os alunos da escola. Posteriormente, apuradas as votações, foram afixados os vencedores e atribuídos os respetivos prémios.

Através deste projeto procedeu-se, ainda, à articulação com outros dois em desenvolvimento na escola, nomeadamente o Projeto Coménius e o Projeto

Eco-Escolas, no âmbito dos temas “Estilos de Vida Saudáveis” e “Agricultura Biológica”, respetivamente.

É de realçar, ainda, o desenvolvimento dos projetos: “Lancheira Sorriso em Movimento”, englobando as duas turmas de 1.º Ano do Agrupamento (Vila Nova da Baronia e Alvito) e o projeto “SOBE”, que engloba, maioritariamente, os alunos do 1.º Ciclo, o qual resultou da celebração de um protocolo entre o Plano Nacional de Leitura, a Rede de Bibliotecas Escolares e a Direção-Geral de Saúde, visando desenvolver ações de promoção da leitura, da felicidade e da saúde, reunindo duas valências: a saúde oral e as bibliotecas escolares.



Por fim, não poderia deixar de salientar a diversidade de técnicos pertencentes à Saúde Escolar do Centro de Saúde de Alvito envolvidos no projeto (enfermeira; técnica de saúde ambiental; nutricionista; fisioterapeuta e psicóloga), assim como os docentes do Agrupamento. O grau de envolvimento dos referidos elementos contribui bastante para a realização das atividades com qualidade.



O Coordenador da Educação para a Saúde
David Abreu