



PROJETO EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

1. INTRODUÇÃO

A escola constitui um importante contexto para a aprendizagem e o exercício da cidadania e nela se refletem preocupações transversais à sociedade, que envolvem diferentes dimensões da educação para a cidadania, nomeadamente a educação para a saúde.

O Despacho nº 25 995/2005 (Diário da República), enquadra o desenvolvimento de um processo de implementação de programas e projetos sobre a Educação para a Saúde nas escolas.

A Direção-Geral da Educação através do Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES), identifica as seguintes áreas temáticas para os projetos de educação para a saúde: Saúde Mental e Prevenção da Violência; Educação Alimentar e Atividade Física; prevenção dos Comportamentos Aditivos e Dependências (consumo de substâncias psicoativas, tabaco, álcool e drogas); Afetos e Educação para Sexualidade.

Em contexto escolar, educar para a saúde consiste em 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 (Direção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular).

É um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontarem-se positivamente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. Tem também como missão, criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.

A Escola, enquanto organização empenhada em desenvolver a aquisição de competências pessoais, cognitivas e socio emocionais é o espaço por excelência onde, individualmente e em grupo, as crianças e jovens aprendem a gerir eficazmente a sua saúde e a agir sobre fatores que a influenciam. Neste contexto, foi elaborado um projeto de educação para a saúde com o objetivo de realizar e diversificar atividades de educação para a saúde, procurando, sempre que possível, a colaboração de parceiros locais, nomeadamente da Saúde.

Até ao momento foram realizadas as seguintes atividades:



- Elaboração e exposição de cartazes com informações referentes à alimentação, nomeadamente à dieta mediterrânica, bem como conselhos referentes à alimentação e hábitos de vida saudáveis;
- Campanha de solidariedade/recolha de géneros alimentícios na escola e a sua doação a uma instituição de auxílio a idosos;
- Feira de frutas e sumos naturais, de forma a tornar este grupo de alimentos mais apelativo para as crianças que apresentam poucos hábitos alimentares de consumo dos mesmos;
- Palestra sobre o VIH e SIDA incluindo a discriminação das pessoas que vivem com a doença (em colaboração com o Programa Nacional de VIH e SIDA, com a participação da Psicóloga do Programa)
- Desporto escolar/**torneio de jogos inter escolas** (equipas mistas, rapazes e raparigas);
- Debate sobre as drogas, contextualizando S. Tomé e Príncipe, no âmbito do programa da “Rádio Escola Portuguesa em Ação”.

Prevê-se realizar:

- Uma “Mesa redonda”/perguntas anónimas e respostas a sobre a sexualidade;
- Palestra e rastreio sobre pressão arterial e sua relação com a alimentação, (em colaboração com o Programa Nacional de Doenças não Transmissíveis);
- Palestra sobre "*Diabetes, Hipoglicémia e Hiperglicémia – o que fazer?*" (em colaboração com o Programa Nacional de Doenças não Transmissíveis).

Imagens

Elaboração e exposição de cartazes com informações referentes à alimentação, nomeadamente à dieta mediterrânica, bem como conselhos referentes à alimentação e hábitos de vida saudáveis; e campanha de solidariedade/recolha de géneros alimentícios na escola e a sua doação a uma instituição de auxílio a idosos;





Feira de frutas e sumos naturais





Palestra sobre o VIH e SIDA incluindo a descriminação das pessoas que vivem com a doença



Debate sobre as drogas, contextualizando S. Tomé e Príncipe, no âmbito do programa da “Rádio Escola Portuguesa em Ação”.

