

PASE - Plano de Atividades de Saúde Escolar
Ano letivo de 2022/2023

Plano Regional de Saúde



plano regional de
SAÚDE AÇORES

➤ **Promoção da Saúde e da Literacia em Saúde**• **Educação Alimentar**

Objetivos: Consciencializar os alunos para a importância de uma alimentação saudável. Compreender como as questões sociais, culturais e económicas influenciam os consumos alimentares; Reconhecer que as escolhas alimentares são influenciadas por determinantes psicológicos e sensoriais, a nível individual e de grupo; Analisar criticamente os comportamentos de risco na alimentação.	
Área específica de intervenção¹: Eixo 1-Capacitação -3-Alimentação saudável	
População Alvo: Comunidade escolar – Alunos do terceiro ciclo, secundário e PROFIJ	
Data de realização: primeiro e segundo semestre (17 de outubro; 17 e 24 de novembro; 5, 12 e 19 de janeiro; 2, 9, 16 e 23 de fevereiro e 2 e 9 de março)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²
Alimentação Saudável	
<ul style="list-style-type: none"> Comemoração do Dia Mundial da Alimentação 	ESE da ESVN e Conselho Executivo
<ul style="list-style-type: none"> Sessões de sensibilização sobre alimentação saudável e prática do exercício físico e os seus benefícios para a saúde <ul style="list-style-type: none"> - Alimentação saudável, snacks, fast food, Bebidas energéticas - Perturbações de comportamento alimentar (Bulimia, Anorexia...) - Supermercado e elaborar lanches nutritivos e não nutritivos - Workshop Autonomia Alimenta 	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dra. Teresa Pires

¹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de um ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

² Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivos: Identificar a alimentação como um dos principais determinantes da saúde; Relacionar a alimentação com a prevenção e desenvolvimentos das principais doenças crónicas como a diabetes; Reconhecer a importância sobre a administração do Kit glucagem.	
Área específica de intervenção³: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Pessoal docente Conselhos de Turma: 8º B, 8ºD e 12ºA	
Data da realização: primeiro semestre (29 de setembro e 6 de outubro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ⁴
Diabetes	
<ul style="list-style-type: none"> Sessão de sensibilização sobre a administração do kit glucagem 	ESE da ESVN e ESE do CSPV

³Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

⁴ Pode ser um elemento ou a equipa

- **Educação para a saúde**

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância de ter hábitos de saúde saudáveis.	
Área específica de intervenção ⁵ : Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Comunidade escolar – Alunos do terceiro ciclo, secundário e PROFIJ	
Data da realização: primeiro semestre (10, 11, 12 e 13 de outubro e 15 de dezembro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ⁶
Rastreio do IMC e da tensão arterial	ESE da ESVN, ESE do CSPV

⁵Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de um ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

⁶ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância de cuidar da visão.	
Área específica de intervenção⁷: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano)	
Data da realização: primeiro semestre (7 de novembro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ⁸
Rastreio de perturbações visuais	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dra. Ana Dulce Meneses

⁷Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de um ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

⁸ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância de cuidar da audição.	
Área específica de intervenção⁹: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano)	
Data da realização: primeiro semestre (4 de janeiro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação¹⁰
Rastreio de perturbações auditivas	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dra. Isabel Cristina Morais

⁹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

¹⁰ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância de hábitos saudáveis de higiene oral.	
Área específica de intervenção¹¹: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano)	
Data da realização: segundo semestre (22 e 29 de março e 19 de abril)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação¹²
Sessões de sensibilização sobre higiene oral e rastreio de saúde oral	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dra. Joana Ribeiro

¹¹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-2016/2016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de um ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

¹² Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivos: Consciencializar os alunos para a importância de hábitos saudáveis de higiene; Reconhecer hábitos de higiene saudáveis.	
Área específica de intervenção ¹³ : Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: 10º L	
Data da realização: segundo semestre (1 de fevereiro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ¹⁴
Sessão de sensibilização sobre higiene corporal	ESE da ESVN e ESE do CSPV

¹³Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

¹⁴ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar os alunos e professores para a importância do esclarecimento de dúvidas sobre várias temáticas relacionadas com a saúde.	
Área específica de intervenção¹⁵: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Comunidade escolar	
Data da realização: primeiro e segundo semestre (27 e 31 de outubro; 7 e 25 de novembro; 9, 12, 19 e 26 de janeiro; 6 de fevereiro; 3, 16 e 20 de março; 20, 27 e 28 de abril)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ¹⁶
Gabinetes de Apoio à Promoção da Saúde: Cardiopneumologia, Psicologia, Medicina Geral e Familiar, Dentista, Nutrição e Planeamento Familiar	ESE da ESVN, ESE do CSPV, Dra. Carina Mendonça, Dr. Márcio Linhares, Dr. Manuel Brito; Dr. Daniel Sampaio, Dra. Teresa Pires e Enfermeira Melissa Carvalho

¹⁵Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

¹⁶ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Promover hábitos de sono saudáveis.	
Área específica de intervenção¹⁷: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (9º ano)	
Data de realização: Primeiro semestre (14 de dezembro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação¹⁸
Sessão de sensibilização para a saúde sobre a higiene do sono	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Mónica Oliveira

¹⁷Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

¹⁸ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Uniformizar critérios de avaliação do IMC.	
Área específica de intervenção¹⁹: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde	
População Alvo: Professores de Educação Física	
Data de realização: a definir	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²⁰
Uniformização de critérios de avaliação do IMC	ESE da ESVN e ESE do CSPV

¹⁹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

²⁰ Pode ser um elemento ou a equipa

- **Comportamentos Aditivos e Dependências**

<p>Objetivos: Identificar fatores individuais facilitadores do consumo de SPA; Identificar os fatores culturais e sociais que induzem ou inibem o consumo de SPA (media, marketing, redes sociais); Identificar um consumo de risco, os sinais associados, bem como uma situação de overdose; Conhecer o enquadramento legal do consumo de SPA; Consciencializar os alunos para a importância de um estilo de vida saudável, na prevenção do consumo de substâncias psicoativas.</p>	
<p>Área específica de intervenção²¹: Eixo 1-Capacitação</p>	
<p>População Alvo: Alunos do terceiro ciclo e secundário (8º, 10º e PROFIJ)</p>	
<p>Data da realização: segundo semestre (3, 10, 16, 17, 23 e 24 de fevereiro)</p>	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²²
Sessão de sensibilização sobre substâncias psicoativas	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dr. ^a Catarina Cota

²¹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

²² Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivos: Reconhecer o tabaco como fator causal, evitável de doença e morte prematura; Conhecer os efeitos imediatos e a longo prazo do tabaco na saúde, em termos individuais, familiares, sociais e ambientais; Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo tabágico.	
Área específica de intervenção²³: Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano) e PROFIJ	
Data da realização: segundo semestre (3, 4 e 19 de abril)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²⁴
Sessão de sensibilização sobre tabagismo	ESE da ESVN, ESE do CSPV, Beatriz Barbosa e Beatriz Pereira

²³Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

²⁴ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar para as consequências do álcool.	
Área específica de intervenção ²⁵ : Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano) e PROFIJ	
Data de realização: segundo semestre (4, 8 e 12 de maio)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²⁶
Sessão de sensibilização sobre alcoolismo	ESE da ESVN, ESE do CSPV e José Gomes

²⁵Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

²⁶ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivos: Consciencializar para as consequências do álcool; Promover a segurança e a prevenção de acidentes.	
Área específica de intervenção²⁷: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (9º ano), secundário (12º ano) e PROFIJ (9º, 10º, 11º e 12º ano)	
Data de realização: segundo semestre (20, 24 e 28 de abril; 2, 5 e 15 de maio)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ²⁸
Sessão de sensibilização sobre álcool e prevenção rodoviária	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Agente Octávio Teixeira

²⁷Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

²⁸ Pode ser um elemento ou a equipa

- **Educação para a sexualidade**

Objetivo: Adotar formas de prevenção e de intervenção relativamente à violência no namoro.	
Área específica de intervenção ²⁹ : Eixo 1-Capacitação -2-Educação para os afetos e a sexualidade.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano)	
Data de realização: primeiro semestre (29 de novembro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre violência no namoro	Professor Augusto Vilela e alunos do 12ºG (Técnico/a de Apoio Familiar e de Apoio à Comunidade)

²⁹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Adotar formas de prevenção e de intervenção relativamente à violência no namoro.	
Área específica de intervenção ³⁰ : Eixo 1-Capacitação -2-Educação para os afetos e a sexualidade.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (9ºano) e secundário (10º ano)	
Data de realização: segundo semestre (9, 13 e 30 de janeiro; 24, 27 e 28 de fevereiro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre violência no namoro	ESE da ESVN, ESE do CSPV, Cátia Branco e Letícia Leal

³⁰Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância da prevenção do HPV.	
Área específica de intervenção ³¹ : Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (8º e 9º ano) e PROFIJ (9ºano)	
Data da realização: primeiro semestre (21 de setembro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ³²
Ação de sensibilização sobre o HPV, inserido no projeto “HPV e quê?”	ESE da ESVN, ESE do CSPV, Beatriz Barbosa e Beatriz Pereira

³¹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

³² Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Consciencializar os alunos para a importância da dimensão ética da sexualidade humana.	
Área específica de intervenção ³³ : Eixo 1-Capacitação	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (9ºano) e PROFIJ (9ºano)	
Data da realização: segundo semestre (30 e 31 de janeiro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ³⁴
Ação de sensibilização sobre saúde afetiva sexual e reprodutiva	ESE da ESVN e ESE do CSPV

³³Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-2016/2016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de um ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

³⁴ Pode ser um elemento ou a equipa

- **Saúde Mental e Prevenção da Violência**

Objetivo: Adotar formas de prevenção e de intervenção relativamente ao <i>bullying</i> .	
Área específica de intervenção ³⁵ : Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (7º ano)	
Data de realização: segundo semestre (3 e 6 de fevereiro)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre <i>bullying</i>	Professor Augusto Vilela e alunos do 11ºH (Técnico/a de Ação Educativa)

³⁵Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Adotar formas de prevenção e de intervenção relativamente à depressão, automutilação e suicídio.	
Área específica de intervenção³⁶: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (8º ano) e secundário (11ºD)	
Data de realização: segundo semestre (21 de abril)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre depressão, automutilação e suicídio	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dr. Márcio Linhares

³⁶Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Adotar formas de prevenção e de intervenção relativamente à igualdade de género.	
Área específica de intervenção³⁷: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (8º A, D, E, 9º B e 9º D) e secundário (10º A, C, 11º C e D) e PROFIJ (11º G e I)	
Data de realização: segundo semestre (a definir)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre igualdade de género	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dr. Agostinho

³⁷Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-2016/2016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Conhecer formas de prevenção e de intervenção relativamente à ansiedade.	
Área específica de intervenção³⁸: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do secundário (10ºA)	
Data de realização: segundo semestre (a definir)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Sessão de sensibilização sobre a ansiedade	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Dr. Márcio Linhares

³⁸Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

Objetivo: Conhecer formas de prevenção e de intervenção relativamente à depressão/burnOut	
Área específica de intervenção³⁹: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Pessoal docente e não docente	
Data de realização: (a definir)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação
Ação de formação sobre depressão/burnOut	ESE do CSPV, Dr. Márcio Linhares, Dra. Cátia Branco e Letícia Leal

³⁹Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

- **Ambiente Escolar Seguro e Saudável**

Objetivos: Identificar e reconhecer técnicas necessárias em caso de acidentes; Formar para prestação dos primeiros cuidados a uma vítima.	
Área específica de intervenção⁴⁰: Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Alunos do terceiro ciclo (9º ano) e pessoal docente	
Data de realização: segundo semestre (a definir) 9º ano 7, 8 e 9 de julho e 5, 6 e 7 de setembro - Pessoal docente	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ⁴¹
Suporte básico de vida	ESE da ESVN, Clube de Proteção Civil, ESE do CSPV e Fernando Leite

⁴⁰Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

⁴¹ Pode ser um elemento ou a equipa

Objetivo: Promover a dissuasão de substâncias psicoativas.	
Área específica de intervenção ⁴² : Eixo 2. Ambiente escolar e saúde – 2-Ambiente escolar seguro e saudável.	
População Alvo: Comunidade Escolar	
Data de realização: (a definir)	
Atividades/ações	
Designação	Responsável (eis) pela atividade/ação ⁴³
Projeto: “Paragens com + saúde”	ESE da ESVN, ESE do CSPV e Equipa Cinotécnica da PSP

⁴²Corresponde à área de intervenção específica em que se insere o objetivo preconizada na área de intervenção da promoção da saúde em contexto escolar do PRS 2014-20162016 (Saúde individual e coletiva, inclusão escolar de crianças com NEE, promoção de uma ambiente seguro e promoção de saúde e de literacia em saúde)

⁴³ Pode ser um elemento ou a equipa