

1º CONGRESSO INTERNACIONAL DE LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

Capacitar as pessoas e as comunidades para agir

27-28 Fevereiro 2014

PORTUGAL



Estilos de vida saudável promotores de saúde mental: Intervenção em meio escolar

*Clara André**, RN, MSc

*Cândido, Anabela**, RN, MSc

*Conceição Santiago**, RN, MSc

*Olimpia Cruz**, RN, MSc

*Teresa Carreira**, RN, MSc

*Professoras Adjuntas - Escola Superior de Saúde Santarém

Coordenador da UMIS

José Amendoeira, RN, MSc, PhD

Professor Coordenador - Escola Superior de Saúde Santarém

Escola Superior
de Saúde
[IPSantarém]



OBJECTIVO

Refletir sobre o percurso realizado na área da promoção da saúde mental em meio escolar, no âmbito do projeto escola promotora de saúde da Escola Superior de Saúde de Santarém.

1º CONGRESSO INTERNACIONAL DE LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

Capacitar as pessoas e as comunidades para agir **27-28 Fevereiro 2014**
////////// **PORTUGAL**



Estilos de vida saudável promotores de saúde mental: Intervenção em meio escolar

A Promoção da Saúde é o processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades para controlarem a sua saúde, no sentido de a melhorar.

Carta de Ottawa, 1986

Estilos de vida saudável promotores de saúde mental: Intervenção em meio escolar

- Perturbações do Comportamento Alimentar
- ▲ Relação Interpessoal
- Consumos Nocivos



INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo								Total	
			2007/2008		2008/2009		2009/2010		2010/2011			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Perturbações do Comportamento Alimentar	Alunos	3º Ciclo	70	6	-	-	152	3	70	1	292	10
	Toda a Comunidade		40	1	40	1	-	-	200	1	280	3
Total			110	7	40	1	152	3	270	2	572	13



INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo						Total	
			2009/2010		2010/2011		2013/2014			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Relação Interpessoal	Alunos	1º Ciclo	43	1	-	-	-	-	43	1
		2º Ciclo	54	1	103	2	106	2	263	5
		3º Ciclo	30	1	73	2	-	-	103	3
Total			127	3	176	4	106	2	409	9



INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo								Total	
			2010/2011		2011/2012		2012/2013		2013/2014			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Consumos Nocivos	Alunos	3º Ciclo	195	10	158	8	159	8	-	-	512	26
	Pais	3º Ciclo	10	1	-	-	-	-	-	-	10	1
	Toda a Comunidade		-	-	200	1	200	1	200	1	600	3
Total			405	12	358	9	359	9	200	1	1122	30



INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Grupo Alvo	2007-2013						Total	
	Perturbações Comp. Alimentar		Relação Interpessoal		Consumos Nocivos			
	Nº	Sessões	Nº	Sessões	Nº	Sessões	Nº	Sessões
Alunos	292	10	409	9	512	26	1213	45
Pais	-	-	-	-	10	1	10	1
Toda a Comunidade	280	3	-	-	600	3	880	6
Total	572	13	409	9	1122	30	2103	52

1º CONGRESSO INTERNACIONAL DE LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

Capacitar as pessoas e as comunidades para agir **27-28 Fevereiro 2014**
 //////////////////////////////////// **PORTUGAL**



Estilos de vida saudável promotores de saúde mental: Intervenção em meio escolar

Hábitos de Vida Saudável em discussão

A equipa do projeto de educação para a saúde que compõe este ano o seu segundo ano de atividades na Escola, 23 colos de Fátima de Almeida, no dia 6 de Maio, o II Seminário sobre "Hábitos de Vida Saudável".

A iniciativa decorreu no refeitório da escola que foi decorado a rigor com cartazes e mensagens sobre a alimentação saudável e produtos biológicos.

Uma exposição de trabalhos do 6º Ano, a colagem e a pintura, esteve presente.



No nosso encontro, a presença do Conselho Executivo, as professoras, Conceição Pereira, João e Ana Figueiredo, do Agrupamento, Clara Vitorino, do Agrupamento, Clara Vitorino, do Agrupamento, do Agrupamento de Santarém que falou sobre "Novos e Velhos hábitos na alimentação saudável".

Numa sessão de abertura, a Presidente do Conselho Executivo, a professora, Conceição Pereira, falou sobre a importância da alimentação saudável e a importância da intervenção da comunidade na promoção da saúde e prevenção da doença.

Um "Módulo de intervenção - Programa Povo" e a participação do Agrupamento de Santarém, a intervenção sobre o consumo de substâncias psicoativas e a intervenção sobre o uso de drogas.

sexta-feira, 24 de junho de 2011

Colaboração com Escola Superior de Saúde de Santarém (ESSS)

A nossa escola contou este ano com a colaboração da ESSS para a realização três palestras sobre temas distintos:

- 1- Alimentação (mais particularmente o tema dos distúrbios alimentares), no contexto da comemoração do Dia mundial da Alimentação, no dia 15 de Outubro, realizada pela Drª Clara André em conjunto com o Dr. Nuno Pimenta da Escola Superior de desporto de Rio Maior, tendo como público alvo os alunos das 3 turmas do 9º ano; no dia 25 de Março, com a Drª Celeste Godinho e Drª Anabela Cândido, para os alunos do 6º B.
- 2- Consumo de Substâncias psicoativas, no dia 25 de Março, que se destinou a alunos do 8º A.

Deixamos aqui algumas fotos relativas ao 2º evento assim como um pequeno vídeo.



Alunos do 8º A enquanto assistiam à palestra da Drª Clara André da ESSS.

Estilos de vida saudável promotores de saúde mental: Intervenção em meio escolar

Referências bibliográficas

Comissão das Comunidades Europeias (2005) Livro Verde da Comissão, de 14 de Outubro de 2005, "Melhorar a saúde mental da população:- Rumo a uma estratégia de saúde mental para a União Europeia". Bruxelas: Comissão das Comunidades Europeias.

PORTUGAL, Direcção-Geral da Saúde (2013) Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo 2012-2016. Lisboa: Direcção-Geral da Saúde.

PORTUGAL, Ministério da Saúde, Alto Comissariado da Saúde, Coordenação Nacional para a Saúde Mental (2008) Pacto Europeu para a Saúde Mental e Bem-Estar Conferência Europeia de Alto Nível "Juntos pela Saúde Mental e Bem-estar" Bruxelas, 12-13 Junho 2008. Lisboa: Coordenação Nacional para a Saúde Mental.

PORTUGAL, Ministério da Saúde, Alto Comissariado da Saúde, Coordenação Nacional para a Saúde Mental (2008) Plano Nacional de Saúde Mental 2007-2016 — Resumo Executivo. Lisboa: Coordenação Nacional para a Saúde Mental.

1º CONGRESSO INTERNACIONAL DE LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

Capacitar as pessoas e as comunidades para agir **27-28 Fevereiro 2014**
PORTUGAL



Escola Superior de Saúde de Santarém

Quinta do Mergulhão Sr^a da Guia
2005-075 Santarém

www.essaude.ipsantarem.pt

Tel: + 351 243 307 200

Fax: + 351 243 307 210

geral@essaude.ipsantarem.pt

UMIS – Unidade de Monitorização de Indicadores em Saúde

Coordenador da UMIS

Prof. José Amendoeira

Quinta do Mergulhão Sr^a da Guia
2005-075 Santarém

Tel: + 351 243 307 200

Fax: + 351 243 307 210

umis.projetos@essaude.ipsantarem.pt

