

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DAS OLAIAS

ANO LETIVO 2025-26

PESES – Promoção e Educação para a Saúde e Educação Sexual

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”.

Neste sentido a Escola é por excelência uma entidade capaz de “ajudar as crianças e adolescentes, a aprender e a serem saudáveis”, sendo igualmente verdade que “crianças e adolescentes saudáveis aprendem melhor e têm mais sucesso”.

A Escola Promotora da Saúde (EPS) é “uma escola que fortalece sistematicamente a sua capacidade de criar um ambiente saudável para a aprendizagem” e “um espaço em que todos os membros da comunidade escolar trabalham, em conjunto, para proporcionar aos alunos, professores e funcionários, experiências e estruturas integradas e positivas que promovam e protejam a saúde.”

Segundo a OMS, uma Escola Promotora da Saúde:

- (i) fomenta a saúde e a aprendizagem com todas as medidas ao seu alcance;
- (ii) implica os setores da saúde e da educação: professores, alunos, funcionários, pais, profissionais de saúde e líderes comunitários esforçam-se por tornar a escola um lugar saudável;
- (iii) proporciona um ambiente seguro e saudável e, em parceria com os serviços de saúde e com a comunidade escolar, cria oportunidades de promoção da saúde mental, apoio social, aconselhamento, alimentação saudável e atividade física;
- (iv) implementa políticas e práticas que respeitam o bem-estar e a dignidade do indivíduo, fornecem múltiplas oportunidades para o sucesso, reconhecem os esforços, bem como as realizações pessoais;
- (v) esforça-se por melhorar a saúde dos alunos, da equipa educativa, das famílias e membros da comunidade e trabalha com as autoridades locais ajudando-as a entender de que forma a comunidade pode contribuir para a melhoria da saúde e educação.

Ainda segundo a OMS, a Escola Promotora da Saúde preocupa-se em desenvolver nos alunos e restante comunidade a capacidade de:

- cuidar de si e dos outros;
- tomar decisões saudáveis, e tendo controlo sobre as circunstâncias da vida;
- criar condições que conduzam à saúde (por meio de políticas, serviços, condições físicas / sociais);
- desenvolver competências para a equidade, a justiça social e o desenvolvimento sustentável;
- prevenir as principais causas de morte, doença e incapacidade: uso do tabaco, drogas e álcool, HIV / DST, má nutrição (sobre e subnutrição), sedentarismo, violência e lesões;
- influenciar comportamentos relacionados à saúde: conhecimentos, crenças, habilidades, atitudes, valores, de apoio



(in PROGRAMA DE APOIO À PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE)

O Referencial de Educação para a Saúde identifica cinco áreas de atuação da Promoção da Saúde nas escolas:

- Saúde Mental e Prevenção da Violência
- Educação Alimentar
- Atividade Física
- Comportamentos Aditivos e Dependências
- Afetos e Educação para a Sexualidade

É no âmbito destes cinco temas, tendo em conta os subtemas de cada um deles e respetivos objetivos, definidos por nível de escolaridade, bem como as prioridades estabelecidas pelo Agrupamento, em função do contexto escolar específico de cada estabelecimento de ensino e da Estratégia de Educação para a Cidadania da Escola, que terão lugar ao longo do ano letivo de 2025-2026 as diferentes atividades do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas das Olaias.

As atividades serão desenvolvidas em articulação com a Equipa de Saúde Escolar, o Serviço de Psicologia e Orientação, a EMAEI, o GAAF, a coordenação de DT e os projetos em funcionamento na escola, nomeadamente o Desporto Escolar, o PADDE e o Plano Nacional das Artes, e pretende-se que sejam extensivas a alunos de todos os níveis de educação e de ensino, famílias, pessoal docente e pessoal não docente do Agrupamento.