

# PLANO DE ATIVIDADES DE SAÚDE ESCOLAR

## Área de Intervenção na Promoção da Saúde em Contexto Escolar

### Síntese

O presente documento reúne as atividades a serem desenvolvidas no âmbito da Saúde Escolar no Ano Letivo 2023-2024 na Unidade Orgânica: EBI de Lagoa

Prof. Coordenador da Equipa de SE: Cristina Jorge  
[Maria.CSLJorge@edu.azores.gov.pt](mailto:Maria.CSLJorge@edu.azores.gov.pt)

## LISTA DE SIGLAS

**APFSSR AÇORES** | Associação para o Planeamento Familiar e Saúde Sexual e Reprodutiva Açores

**ARRISCA** | Associação Regional de Reabilitação e Integração Sociocultural dos Açores

**CDIJ** | Centro de Desenvolvimento e Inclusão Juvenil

**CSN** | Centro de Saúde de Nordeste

**CSP** | Centro de Saúde de Povoação

**CSPD** | Centro de Saúde de Ponta Delgada

**CSRG** | Centro de Saúde de Ribeira Grande

**CSVFC** | Centro de Saúde de Vila Franca do Campo

**DGS** | Direção Geral de Saúde

**DRS** | Direção Regional de Saúde

**EGS** | Exame Global de Saúde

**EP** | Escola Profissional

**EPE** | Ensino Pré-Escolar

**ESE** | Equipa de Saúde Escolar

**GAPS** | Gabinetes de Apoio e Promoção da Saúde

**HDES** | Hospital do Divino Espírito Santo

**IMC** | Índice de Massa Corporal

**MOAIPSCE** | Manual de Operacionalização da Área de Intervenção na Promoção da Saúde em Contexto Escolar

**NSE** | Necessidades de Saúde Especiais

**PASE** | Plano de Atividades de Saúde Escolar

**PRV** | Plano Regional de Vacinação

**PSI** | Plano de Saúde Individual

**PSP** | Polícia de Segurança Pública

**RAA** | Região Autónoma dos Açores

**SE** | Saúde Escolar

**SFPPP** | Associação para a Promoção da Prevenção do Abuso Sexual e Apoio à Vítima

**UMAR** | Associação para a Igualdade e Direitos das Mulheres

**UO** | Unidade Orgânica

**USISM** | Unidade de Saúde de ilha de São Miguel

**USP** | Unidade de Saúde Pública

| UO                                 | Nº Edifícios Escolares | Professor(a) Coordenador(a)  | Enfermeiros de Referência   |
|------------------------------------|------------------------|--|---|
| Concelhos de Ponta Delgada e Lagoa |                        |  |   |
| EBI Lagoa                          | 7                      | Cristina Jorge<br><a href="mailto:Maria.CSL.Jorge@edu.azores.gov.pt">Maria.CSL.Jorge@edu.azores.gov.pt</a> | Patrícia Ferreira<br><a href="mailto:Patricia.MC.Ferreira@azores.gov.pt">Patricia.MC.Ferreira@azores.gov.pt</a><br>Clara Medeiros<br><a href="mailto:Clara.MO.Medeiros@azores.gov.pt">Clara.MO.Medeiros@azores.gov.pt</a> |

**Quadro 1** - Afetação do professor coordenador da UO e respetivos enfermeiros de referência da ESE da USISM.

| Constituição e tempos de afetação dos elementos da ESE |                                     |                   |                                  |                               |                        |
|--|-------------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| UO   | Enfermeiros da ESE                  | Coordenador da UO | Média de horas/ semana coord. UO | Outros elementos da UO        | Média de horas/ semana |
| Concelho de Ponta Delgada e Lagoa                      |                                     |                   |                                  |                               |                        |
| EBI Lagoa  | Patrícia Ferreira<br>Clara Medeiros | Cristina Jorge    | 3h letivas + 3h não letivas      | Marco Vieira (Professor)      | 1,5(não letivos)       |
|  |                                     |                   |                                  | Claudemira Cação (Professora) | 0,75 (não letivos)     |
|  |                                     |                   |                                  | Ana Carvalho (Professora)     | 1,5(não letivos)       |
|  |                                     |                   |                                  | Noélia Cunha (Professora)     | 3 (não letivos)        |
|  |                                     |                   |                                  | Rita Silva (psicóloga)        | 0                      |

**Quadro 2** - Afetação de horas dos enfermeiros da ESE da USISM e da equipa alargada da UO.

| Concelho de Lagoa |                                |                        |            |            |          |                   |             |          |                             |          |          |          |          |          |          |    |    |                   |     |     |              |                       |           |          |
|-------------------|--------------------------------|------------------------|------------|------------|----------|-------------------|-------------|----------|-----------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----|----|-------------------|-----|-----|--------------|-----------------------|-----------|----------|
| UO                | ESCOLAS                        | Nº de Alunos por ciclo |            |            |          |                   |             | Total UO | Nº de Turmas por ano letivo |          |          |          |          |          |          |    |    |                   |     |     | Total/turmas | Rácio alunos/turma/UO |           |          |
|                   |                                | Pré Escolar            | 1º Ciclo   | 2º Ciclo   | 3º Ciclo | Ensino Secundário | Pré-escolar |          | 1º Ciclo                    |          |          |          | 2º Ciclo |          | 3º Ciclo |    |    | Ensino Secundário |     |     |              |                       |           |          |
|                   |                                |                        |            |            |          |                   |             |          | 1º                          | 2º       | 3º       | 4º       | 5º       | 6º       | 7º       | 8º | 9º | 10º               | 11º | 12º |              |                       |           |          |
| EBI Lagoa         | EB1/JI Prof. Octávio G. Filipe | 21                     | 37         | -          | -        | -                 | -           | 1        | 1 <sup>2</sup>              | 1        | 1        | 1        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | 5            | X                     |           |          |
|                   | EB1/JI Dr. José P. Botelho     | 60                     | 74         | -          | -        | -                 |             | 3        | 1 <sup>1</sup>              | 1        | 1        | 1        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | 7                     | X         |          |
|                   | EB1/JI Dr. Francisco C. Costa  | 66                     | 104        | -          | -        | -                 |             | 4        | 1                           | 2        | 2        | 2        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | 11                    | X         |          |
|                   | EB1/JI Dr. F. Faria e Maia     | 29                     | 61         | -          | -        | -                 |             | 2        | 1                           | 1        | 1        | 1        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | 6                     | X         |          |
|                   | EB1/JI M. Jácome Correia       | 20                     | 38         | -          | -        | -                 |             | 1        | 1 <sup>2</sup>              | 1        | 1        | 1        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | 5                     | X         |          |
|                   | EB1/JI Tavares Canário         | 35                     | 55         | -          | -        | -                 |             | 2        | 1                           | 1        | 1        | 1        | -        | -        | -        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | 6                     | X         |          |
|                   | EB 2, 3 Pe. João José Amaral   | -                      | -          | 214        | -        | -                 |             | -        | -                           | -        | -        | -        | -        | 7        | 6        | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | -                     | 13        | X        |
|                   | <b>Total/ciclo</b>             | <b>230</b>             | <b>369</b> | <b>214</b> | -        | -                 |             | -        | <b>13</b>                   | <b>6</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>6</b> | -  | -  | -                 | -   | -   | -            | -                     | <b>53</b> | <b>X</b> |

Quadro 3 - Caracterização da comunidade escolar por UO

\*EBI Lagoa - 1 turma de Programa Ocupacional (POc) com 5 alunos, sem ano de escolaridade definido e 1 de Despiste e Orientação Vocacional (DOV) com 10 alunos. Nesta os alunos estão matriculados, administrativamente, em diversos anos de escolaridade. Estes alunos estão referenciados no Total da UO, mas não estão no nº de turmas do 5º e 6º anos.

<sup>1</sup> turma de 1º e 2º ano

<sup>2</sup> turma de 1º e 4º ano

## **1. GABINETES DE APOIO À PROMOÇÃO DA SAÚDE (GAPS)**

Na consecução do previsto no Artigo 8º do Decreto Legislativo Regional Nº 8/2012/A de 16 de março as escolas sede das UO do sistema educativo regional devem disponibilizar um espaço condigno para funcionamento de um Gabinete de Apoio e Promoção da Saúde (GAPS), no âmbito da educação para a saúde, organizado com a participação dos alunos e que garanta a confidencialidade aos seus utilizadores.

O horário de funcionamento e a periodicidade da presença do enfermeiro será acordado com cada UO, por forma a suprir as necessidades, podendo ser reajustado consoante a procura.

O GAPS constitui-se um espaço de atendimento privilegiado, onde as equipas da ESE (da UO e USISM) articulam esforços e saberes para que, numa atuação de proximidade, possam identificar, acompanhar, informar, orientar e encaminhar cada situação, tendo em vista a resolução dos problemas identificados, a promoção da saúde e prevenção da doença, disponibilizando informação e mobilizando os recursos adequados.

## **2. REFERENCIAÇÃO/ENCAMINHAMENTOS**

Todas as situações identificadas e referenciadas, quer pela ESE da UO quer pela ESE da USISM, serão alvo de análise de modo que, através da articulação com diferentes recursos, se possa dar resposta às necessidades manifestadas pelos alunos.

Todos os encaminhamentos/referenciações deverão ser efetuados, mediante a utilização do formulário existente, atualizado e disponibilizado pela ESE da USISM.

### **3. PROMOÇÃO DA SAÚDE E LITERAÇÃO EM SAÚDE**

#### **3.1 - PROJETOS E ATIVIDADES TRANVERSAIS DA ESE**

Relativamente aos projetos e atividades transversais, iremos dar continuidade à implementação do Projeto “BaLanSa – Bares e Lancheiras Saudáveis”, dirigido aos alunos que frequentam o 2º Ano de escolaridade.

#### **3.2 - PROJETOS DA RESPONSABILIDADE DA UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA (USP) DA USISM**

A implementação dos projetos da USP da USISM que se encontraram em desenvolvimento nas diversas UO designadamente: o Projeto “SALminuir” e o Projeto “Nem de Mais nem de Menos” são da responsabilidade da USP, pelo que a continuidade das atividades relativas aos mesmos são da responsabilidade desta, sendo que todas as atividades, se forem implementadas, deverão ser articuladas diretamente com a USP.

#### **3.3 - ATIVIDADES NA ÁREA DE PROMOÇÃO DA LITERACIA EM SAÚDE NO ENSINO REGULAR POR UO**

Neste capítulo apresentam-se as atividades/ações definidas por cada UO, que visam efetivar as diferentes temáticas de intervenção que constam do MOAIPSCE, bem como dar resposta às necessidades específicas de cada comunidade escolar.

**Objetivo:** Promover hábitos de alimentação saudável

**Área específica de intervenção:** Promoção da Saúde e Literacia em Saúde | Alimentação Saudável

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

**Atividades/ações**

| Designação                                    | População Alvo            | Responsável(eis) pela atividade/ação   | Data prevista          | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
|---|---------------------------|--|------------------------|---|
| Projeto “BaLanSa” – Eixo lancheiras saudáveis | 2º Ano                    | ESE e Serviço Nutrição da USISM  | 1º semestre            | Não   |
| Desafio TikTok sobre alimentação saudável     | Toda a comunidade escolar | Associação de Estudantes ESE e Serviço de Nutrição da USISM  | Ao longo do ano letivo | Sim<br>Área da Plataforma:<br>Alimentação Saudável            |
| Dia Mundial da Alimentação                    | 2º ciclo                  | Departamento de Matemática e Ciências<br>ESE da UO<br>Sensibilização em sala de aula pelos docentes de Ciências Naturais | 16 a 20 de outubro     | Não   |

**Objetivo:** Motivar a comunidade escolar para a prática de atividade física

**Área específica de intervenção:** Promoção da Saúde e Literacia em Saúde | Atividade física

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

| Atividades/ações         |                 |                                      |                        |   |
|--------------------------|-----------------|--------------------------------------|------------------------|---|
| Designação               | População Alvo  | Responsável(eis) pela atividade/ação | Data prevista          | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
| Corta-Mato (fase escola) | Alunos 2º ciclo | Docentes de Educação Física          | 15 de novembro de 2023 | Não   |

**Objetivo:** Adquirir competências no âmbito da Saúde afetivo-sexual e reprodutiva

**Área específica de intervenção:** Promoção da Saúde e Literacia em Saúde | Saúde Afetivo Sexual e Reprodutiva

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

| Atividades/ações                                |                |                                      |               |   |
|---|----------------|--------------------------------------|---------------|---|
| Designação                                      | População Alvo | Responsável(eis) pela atividade/ação | Data prevista | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
| “Sexualidade/Adolescência” (caixa de perguntas) | 6º ano         | ESE da USISM                         | 2º semestre   | Sim<br>Área da Plataforma: Saúde Afetivo-Sexual e reprodutiva |



**Objetivos:**

- ▶ Alertar os alunos para a relevância das questões relacionadas com a utilização esclarecida, crítica e segura das tecnologias de informação e comunicação, nomeadamente da *Internet*.

**Área específica de intervenção:** Promoção da Saúde e Literacia em Saúde | Segurança individual e coletiva (inclui anafilaxia, Diabetes *Mellitus*, cybersegurança, etc.)

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

| Atividades/ações   |                               |  |                         |   |
|--|-------------------------------|--|-------------------------|---|
| Designação   | População Alvo                | Responsável(eis) pela atividade/ação                             | Data prevista           | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
| Ações de sensibilização sobre NSE identificadas pela UO (Epilepsia, DM1, Anafilaxia, etc.) | Pessoal docente e não docente | ESE da USISM   | Ao longo do ano letivo  | Sim<br>Área da Plataforma: Segurança Individual e Coletiva    |
| “Igor e o concurso da amizade”   | 4º ano                        | PSP  | Ao longo do ano letivo  | Sim<br>Área da Plataforma: Segurança Individual e Coletiva    |
| “Postura Corporal “  | 5º ano                        | Fisioterapeutas da USISM   | 26 e 27 de fevereiro    | Sim<br>Área da Plataforma: Segurança Individual e Coletiva    |
| “Segurança na internet”  | 2º ciclo                      | Associação Desliga – Associação da Promoção da Cidadania Digital | Ao longo do ano letivo) | Sim<br>Área da Plataforma: Segurança Individual e Coletiva    |

**Objetivos:**

- ▶ Promover condições de segurança individual e coletiva, a prevenção de acidentes e a formação em suporte básico de vida;

**Área específica de intervenção:** Promoção da Saúde e Literacia em Saúde | SBV, 1º Socorros e prevenção de acidentes

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

**Atividades/ações**

| Designação                       | População Alvo          | Responsável(eis) pela atividade/ação                               | Data prevista | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente        |
|----------------------------------|-------------------------|--|---------------|--|
| Palestra “Primeiros Socorros”    | Duas turmas do 2º ciclo | Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores (SRPCBA) | 2º semestre   | Sim<br>Área da Plataforma: SBV, 1º Socorros e prevenção de acidentes |
| Escolinhas de Primeiros Socorros | 3º e 4º ano (8 turmas)  | Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores (SRPCBA) | 2º semestre   | Sim  |
| Mass training                    | 2º ciclo (24 alunos)    | Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores (SRPCBA) | 2º semestre   | Sim  |

**Unidade Orgânica (UO): EBI de Lagoa**

**Objetivo:**

- ▶ Promover um ambiente escolar seguro;
- ▶ Dotar as crianças e jovens de competências para a prevenção da violência.

**Área específica de intervenção:** Promoção de saúde e literacia em Saúde | Prevenção da violência (inclui *bullying*, *cyberbullying*, abuso sexual, etc.)

**Unidade Orgânica (UO): EBI de Lagoa**

**Atividades/ações**

| Designação                          | População Alvo | Responsável(eis) pela atividade/ação   | Data prevista          | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente                                      |
|-------------------------------------|----------------|--|------------------------|--|
| Prevenção do abuso sexual           | 3º/4º ano      | - SFPPP (Associação para a Promoção da Prevenção do Abuso Sexual e apoio à Vítima)<br>- Associação para o Planeamento da Família e Saúde Sexual e Reprodutiva (APFSSR) | Ao longo do ano letivo | Sim<br>Prevenção da violência (inclui <i>bullying</i> , <i>cyberbullying</i> , abuso sexual, etc.) |
| “ <i>Bullying e Cyberbullying</i> ” | 5º ano         | APAV   | Fevereiro e março      |  |
| “Um dia na escola”                  | 5º ano         | SPO (Psicóloga Regina Moniz)<br>Cidadania e Desenvolvimento  | 1º Semestre            | Sim  |

**Objetivo:** Dotar os alunos de conhecimentos práticos na área da saúde mental (relações interpessoais, controlo das emoções e gestão do stress).

**Área específica de intervenção:** Promoção de saúde e literacia em Saúde | Saúde Mental

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

| Atividades/ações   |                                      |   |  |   |
|--|--------------------------------------|---|--|---|
| Designação   | População Alvo                       | Responsável(eis) pela atividade/ação                        | Data prevista                            | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
| “Quase tudo sobre a ansiedade...”                                      | 6º Ano                               | ESE da USISM  | 1º período                               | Sim<br>Área da Plataforma: Saúde Mental                       |
| “Tenho um adolescente. E agora?” (Sessão sobre competências parentais) | Pais e Encarregados de Educação      | Luís Carneiro<br>(Psicólogo da ESE)                         | 6 de março                               | Sim<br>Área da Plataforma: Saúde Mental                       |
| “Como intervir perante um ataque de pânico?”                           | Pessoal docente e não docente        | Luís Carneiro<br>(Psicólogo da ESE)                         | 30 de novembro                           | Sim<br>Área da Plataforma: Saúde Mental                       |
| Medos e Companhia  | 5ºano                                | SPO (Psicóloga Regina Moniz)<br>Cidadania e Desenvolvimento | 1º Semestre                              | Sim   |
| Missão 2050  | 6ºA                                  | SPO (Psicóloga Regina Moniz)<br>Cidadania e Desenvolvimento | Outubro e novembro                       | Sim   |
| A minha bagagem  | 2º, 3º e 4º anos (total de 5 alunos) | SPO (Psicóloga Regina Moniz)<br>Cidadania e Desenvolvimento | Ao longo do ano letivo                   | Sim   |
| Dia Internacional da Felicidade  | Comunidade educativa                 | SPO<br>ESE da UO  | 20 de março de 2024                      | Não   |
| FloreSceER sementes para os mais novos                                 | 5ºA e 5ºE                            | SPO (Psicóloga Rita Silva)                                  | Ao longo do ano letivo                   | Sim   |
| A Magia das Emoções  | 2ºC (FCC)                            | SPO (Psicóloga Rita Silva)                                  | Novembro a junho<br>(uma sessão por mês) | Sim   |
| O Poder das Emoções  | 4ºF (FCC)                            | SPO (Psicóloga Rita Silva)                                  | Ao longo do ano letivo                   | Sim   |

**Objetivo:** Promover a Saúde Oral

**Área específica de intervenção:** Promoção de saúde e literacia em Saúde | Saúde Oral

**Unidade Orgânica (UO):** EBI de Lagoa

**Atividades/ações**

| Designação  | População Alvo  | Responsável(eis) pela atividade/ação | Data prevista          | Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente |
|---|---|--------------------------------------|------------------------|---|
| Ação de sensibilização sobre “Cuidados de higiene oral” | Alunos nascidos em 2010, 2011, 2017 e 2018<br>(No âmbito do rastreio de Saúde Oral) | Médicos Dentistas da USISM           | Ao longo do ano letivo | Sim<br>Área da Plataforma: Saúde oral                         |

**Objetivo:** Promover atividades conducentes a estilos de vida saudáveis.

**Área específica de intervenção:** Outras atividades de promoção da saúde (Higiene pessoal (inclui pediculose, escabiose, etc.))

**Unidade Orgânica (UO):**

**Atividades/ações**

| <b>Designação</b>           | <b>População Alvo</b>    | <b>Responsável(eis) pela atividade/ação</b> | <b>Data prevista</b> | <b>Necessidade de Introdução na Plataforma e área correspondente</b> |
|-----------------------------|--------------------------|---|----------------------|--|
| Folheto "Combate ao Piolho" | Do pré-escolar ao 6º ano | ESE   | 1º semestre          | Não  |

**Quadro 4** – Áreas, objetivos e atividades específicas de intervenção na UO