

# PLANO DE ATIVIDADES DE SAÚDE ESCOLAR

## 2016/2017



**Centro de Saúde de Freixo de Espada à Cinta**

**Agrupamento de Escolas de Freixo de Espada à Cinta**

**Setembro 2016**



## **Equipa de Saúde Escolar:**

- ✓ Matilde Chiote (Professora/Coordenadora)
- ✓ Paula Chumbo (professora/Coordenadora 1ºCiclo)
- ✓ Francisco Antunes (Enfermeiro Coordenador)
- ✓ Tânia Pereira (Enfermeira)
- ✓ Altina Pinto (Técnica de Saúde Ambiental)
- ✓ Daniela Santos (Nutricionista)
- ✓ Susana Silva (Dentista)
- ✓ Ana Camelo (Psicóloga)



## **População Alvo**

O Plano Nacional de Saúde Escolar destina-se a toda a comunidade educativa dos Jardim-de-infância, das Escolas do Ensino Básico, do Secundário e das instituições com intervenção na população escolar.

Por comunidade educativa entende-se: educadores de infância, professores, auxiliares de ação educativa, alunos, pais e encarregados de educação e outros profissionais da escola.

## **Áreas de Intervenção**

- ✓ A Saúde individual e coletiva;
- ✓ A Inclusão escolar;
- ✓ O ambiente escolar;
- ✓ Os estilos de vida.



## Objetivo Geral

Proporcionar à comunidade escolar um programa preventivo de saúde, de forma a garantir uma vida saudável e de qualidade

## Objetivos Específicos

- ✓ Conhecer a comunidade escolar do Agrupamento de Escolas de Freixo de Espada à Cinta;
- ✓ Identificar as necessidades de acordo com as áreas que se possam desenvolver no âmbito da saúde;
- ✓ Articular com a Coordenadora Docente da saúde escolar e com a colaboração dos representantes de cada ciclo;
- ✓ Desenvolver um plano de atividades conjunto para o ano letivo 2016/2017;
- ✓ Promover e proteger a saúde e prevenir a doença na comunidade educativa;
- ✓ Contribuir para o desenvolvimento da promoção da saúde em meio escolar;
- ✓ Apoiar a inclusão escolar de crianças com necessidades de saúde especiais;
- ✓ Promover um ambiente escolar seguro e saudável;
- ✓ Contribuir para a promoção de estilos de vida saudáveis.



## **Calendário Escolar 2016/2017**

- ✓ 1º Período: 13 Setembro a 16 Dezembro
- ✓ 2º Período: 03 Janeiro a 04 Abril
- ✓ 3º Período: 19 Abril a 6/30 Junho (dependendo do ano escolar)
- ✓ Semana da Saúde: 2, 3, 4, 5 Maio (não há certezas, pois na altura do dia mundial da saúde é um período de férias)



**Atividades a realizar ao longo do ano letivo 2016/2017****Eixo 1: Capacitação****1. Saúde Mental e competências socio emocionais**

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>
Bullying			
Violência no Namoro		Enfermeira + Psicóloga	Turmas do 8º e 9º anos Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos do Agrupamento de Escolas de Freixo de Espada à Cinta



## 2. Educação para os afetos e a sexualidade

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>
PRESSE	Calendário Letivo	Enfermeiro + Docentes	Aplicação do PRESSE pelos professores aos alunos em contexto de sala de aula.
Gabinete de apoio ao Jovem	Calendário letivo	Enfermeiros	Semanalmente às Terças-feiras das 12:45h às 13:45h (Enfermagem)



### 3. Alimentação saudável e atividade física

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
PASSE Rua			
PASSE		Nutricionista + Psicóloga + Técnica Saúde Ambiental; Enfermeiros	15 Sessões, realizadas semanalmente às Sextas-feiras
Comemoração do Dia mundial da Alimentação	18 Outubro (terça-feira)		
Comemoração do Dia Mundial da Saúde	7 Abril (quinta-feira)	Todos os profissionais do Centro de Saúde	Visita guiada dos meninos do pré- escolar ao Centro de Saúde
Comemoração do Dia Mundial da Diabetes	14 Novembro (segunda-feira)		
Comemoração do Dia Nacional de luta contra a Obesidade	24 Maio (quarta-feira)		



#### 4. Higiene corporal e saúde oral

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
Bochechos fluoretados	Quinzenalmente	Enfermeiros + Dentista	1º Ciclo
Emissão cheques dentista			
Projeto SOBE		Dentista + Enfermeiros	Ação de sensibilização sobre importância da higiene oral e entrega dos kits para a realização da higiene oral em contexto escolar
Rastreio da Cárie Dentária		Dentista + Enfermeiros	(Pré-escolar + 1º Ciclo)
Cuidados de Higiene		Enfermeiros	Ação de sensibilização sobre importância da higiene (1º Ciclo; 5º, 6º e 7º anos)
Comemoração do Dia Mundial da Higiene das Mãos	5 Maio (quinta-feira)	Enfermeiros	Atividade demonstrativa sobre higiene das mãos (Pré-escolar e 1º Ciclo)



### 5. Hábitos de sono e repouso

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
Comemoração do Dia Nacional do Pijama	20 Novembro (Domingo) ????	Enfermeiros	Ação de sensibilização sobre a importância/benefícios do sono e do repouso no dia-a-dia
Comemoração do Dia Mundial do Sono	18 Março (sexta-feira)		

### 6. Educação Postural

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
Rastreio		Serviço fisioterapia da ULSNE	



7. Prevenção do consumo do tabaco, bebidas alcoólicas e outras substâncias psicoativas, bem como de comportamentos aditivos sem substância

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>
Comemoração do Dia do Não Fumador	17 Novembro (quinta-feira)		
Comemoração do Dia Mundial da Luta contra a Sida	1 Dezembro (quinta-feira)	Enfermeiros	Unidade móvel em frente à Câmara Municipal para a realização e rastreios VIH;



## **Eixo 2: Ambiente escolar e saúde**

### 1. Desenvolvimento sustentável

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>

### 2. Ambiente escolar seguro e saudável

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>
Registo de Acidentes Escolares	Calendário Letivo	Escola	Aplicação de formulário próprio
Segurança Rodoviária			Articulação com a GNR
Comemoração do Dia Mundial do Trânsito e Cortesia ao Volante	5 Maio (sexta-feira)		Articulação com a GNR



### 3. Avaliação dos riscos ambientais

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações

### 4. Prevenção de acidentes e primeiros socorros

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
Formação Suporte Básico de Vida		Enfermeiros	Formação dirigida a docentes e funcionários do Agrupamento de Escolas de Freixo de Espada à Cinta
Formação Suporte Básico de Vida		Enfermeiros	Formação dirigida a alunos do 8ºano, devido ao programa da disciplina de Ciências da Natureza
Formação de 1º Socorros		Enfermeiros	Formação dirigida a docentes e funcionários do pré-escolar e 1ºCiclo



### **Eixo 3: Condições de saúde**

#### 1. Saúde de crianças e jovens

<b>Atividades</b>	<b>Datas</b>	<b>Intervenientes</b>	<b>Observações</b>
Avaliação Exame Global de Saúde	No decurso do ano 2016/2017	Enfermeiros	Exames efetuados entre os 5/6 anos e os 11/13 anos no âmbito da consulta de S. Infantil no Centro de Saúde de Freixo de espada à Cinta
Vigiar Plano nacional Saúde Infantil e Juvenil	Calendário Letivo	Enfermeiros	Identificar crianças e jovens que estejam em incumprimento com o PNSIJ e PNV, encaminhando-os para o Centro de Saúde
Controle de Infecções		Médico + Enfermeiro	Ação de sensibilização sobre infeções nas crianças VS antibioterapia



## 2. Necessidades de saúde especiais

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações

## 3. Saúde de docentes e não docentes

Atividades	Datas	Intervenientes	Observações
Vigiar estado de saúde dos docentes e não docentes		Enfermeiros	Levantamento dos dados antropométricos e avaliação do estado vacinal. Abrangendo Pré-escolar; 1ºCiclo; 2ºCiclo; 3ºCiclo, Assistentes Técnicos, Assistente Operacionais e Assistentes operacionais de cozinha.
Aula de Ginástica Laboral		Professor Ginástica	Promoção de hábitos de vida saudáveis com aula de ginástica em período laboral.

