



Agrupamento de Escolas de Celeirós

Projeto
Promoção da Educação para a Saúde
2023/2025





Índice

Siglas e acrónimos.....	2
Preâmbulo	3
Introdução	3
Finalidades do Projeto	4
Metodologia	5
Temáticas	5
Educação Sexual	6
Finalidades da Educação Sexual (Lei n.º 60/2009).....	6
PRESSE - Programa Regional de Educação Sexual em Saúde Escolar	7
Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIAA) e Gabinete Médico	7
Conteúdos a ministrar no âmbito da Educação Sexual	8
Distribuição dos conteúdos a ministrar no âmbito da Educação Sexual definidos na Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de Abril pelos diferentes anos de escolaridade.....	9
Comunicação e disseminação	18
Parcerias.....	19
Avaliação do Projeto	19



Siglas e acrónimos

DGE – Direção-Geral da Educação

DGS – Direção-Geral da Saúde

OMS – Organização Mundial da Saúde

PAA – Plano Anual de Atividades

PELT – Programa Escolas Livres de Tabaco

PES – Promoção da Educação para a Saúde

RES – Referencial de Educação para a Saúde



“Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”

Organização Mundial de Saúde (1948)

Preâmbulo

“A Promoção da Educação para a Saúde (PES) em meio escolar é um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontarem-se positivamente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A promoção da educação para a saúde na escola tem, também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa. A PES tem um papel fulcral no desenvolvimento de cidadãos e sociedades saudáveis, sustentáveis e felizes, razão pela qual contribui para as metas e objetivos definidos pela Organização Mundial de Saúde para a Saúde e Bem-Estar na Europa – Saúde 2020, para a Estratégia Europa 2020, no que respeita ao crescimento sustentável e à educação inclusiva e para Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, das Organização das Nações Unidas. A IX Conferência Mundial sobre Promoção da Saúde (2016) reforça a importância de promover a saúde e melhorar o nível de literacia para a saúde num contexto global de promoção do desenvolvimento sustentável. A Escola, enquanto organização empenhada em desenvolver a aquisição de competências pessoais, cognitivas e socio emocionais é o espaço por excelência onde, individualmente e em grupo, as crianças e jovens aprendem a gerir eficazmente a sua saúde e a agir sobre fatores que a influenciam”.

in Referencial de Educação para a Saúde DGE, junho de 2017

Introdução

A Saúde é um conceito fundamental, um recurso quotidiano que implica *“um estado completo de bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”* (OMS, 1993). Dentro desta perspetiva, a Educação para a Saúde deve ter como finalidade a preservação da saúde individual e coletiva.

Em contexto escolar, educar para a saúde consiste em dotar as crianças e os jovens de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde, isto é, ao bem-estar físico, social e mental. A ausência de informação incapacita e/ou dificulta a tomada de decisão. Daí, a importância da abordagem da Educação para a Saúde em Meio Escolar que é fomentada e apoiada pela Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto e Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de Abril, nas quais este projeto se baseia.



O Projeto PES pretende promover a Educação para a Saúde, nas suas diferentes vertentes, prevenindo a doença e promovendo hábitos de vida saudável, através de um conjunto de ações de sensibilização, informação e prevenção, dotando a Comunidade Educativa de um conjunto alargado de conhecimentos, competências, atitudes e valores promotores da saúde.

O Projeto PES aglutina um conjunto alargado de outros Projetos, Programas, Planos e Atividades do Plano Anual de Atividades em desenvolvimento no Agrupamento, que concorrem, de uma forma articulada, para uma Escola Promotora de Saúde.

Para continuarmos a ter/ser uma Escola Saudável, onde a saúde e o bem-estar sejam uma responsabilidade de todos, o Projeto PES conta com o empenho e o compromisso da Comunidade Educativa, onde estão envolvidos os Alunos, os Pais, os Encarregados de Educação, o Pessoal Docente, o Pessoal Não Docentes, os Técnicos Especializados e os Parceiros.

O Agrupamento foi já certificado com três distinções, as duas últimas no seu grau máximo de qualidade – o Selo Escola Saudável, Nível III, Avançado.

A Direção-Geral da Educação, no âmbito do Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES), criou esta distinção para as Escolas que integrem e assumam nas suas práticas quotidianas a promoção da saúde e do bem-estar da Comunidade Educativa. Com a criação deste Selo pretende reconhecer o mérito dos Agrupamentos de Escolas e Escolas que, através das suas práticas, contribuem para a promoção de relações interpessoais saudáveis, para o envolvimento de toda a Comunidade Educativa e para uma imagem positiva da Escola.

Finalidades do Projeto

- Desenvolver e manter uma comunidade escolar democrática, inclusiva e participativa;
- Gerar nos alunos e pais/encarregados de educação o sentimento de pertença na vida da escola;
- Implementar estratégias de intervenção diversificadas;
- Explorar as questões de saúde no contexto da vida dos alunos e da comunidade;
- Informar e consciencializar cada pessoa acerca da sua própria saúde no sentido de permitir a aquisição de competências que a habilitem para uma progressiva autorresponsabilização;
- Desenvolver a consciência cívica de toda a comunidade como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos responsáveis, ativos e intervenientes;
- Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover;
- Contribuir para uma tomada de consciência da responsabilidade individual ao nível da saúde como bem comum;
- Sensibilizar os diversos agentes da comunidade educativa para a necessidade da Educação para a Saúde e da Educação Sexual, fomentando a sua adesão e envolvimento neste projeto;



- Fomentar hábitos de vida saudável;
- Estimular o apreço pelo seu próprio corpo e pela conquista da saúde individual;

- Promover uma cultura de respeito e responsabilidade no campo da sexualidade;
- Promover a relação Escola–Família, Escola–Centro de Saúde e/ou outras instituições/recursos comunitários;
- Desenvolver vertentes de pesquisa e intervenção, promovendo a articulação dos diferentes conhecimentos disciplinares e não disciplinares.

Metodologia

A Educação para a Saúde será efetuada numa perspetiva interdisciplinar e numa lógica de transversalidade.

O desenvolvimento deste projeto deverá ser adequado aos diferentes níveis etários, utilizando um modelo pedagógico que envolve a Comunidade Educativa e dinamizado em estreita colaboração com os Serviços de Saúde, Serviço de Psicologia e Orientação, Técnicos especializados, Pais e Encarregados de Educação, Alunos, Pessoal Docente e Não Docente, e várias entidades parceiras e externas.

Por conseguinte, privilegiar-se-á uma metodologia que se adegue ao contexto cultural e socioeconómico da região, baseada no diagnóstico de necessidades de saúde, quer específicas, quer globais, e respetiva adoção de medidas conducentes à resolução das necessidades identificadas.

Sempre que possível, as atividades serão concretizadas em tempos letivos de diversas disciplinas, cujos conteúdos e aprendizagens essenciais articulem com a temática de saúde a tratar.

Temáticas

As temáticas a abordar serão as preconizadas no Referencial de Educação para a Saúde.

São elas:

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



Educação Sexual

O Decreto-Lei n.º 259/2000, de 17 de outubro, incluiu a educação sexual nos currículos do ensino básico e secundário integrada na área da educação para a saúde, área da qual fazem parte, igualmente, a educação alimentar, a atividade física, a prevenção de consumos nocivos e a prevenção da violência em meio escolar.

A educação sexual foi, então, integrada por lei na educação para a saúde precisamente por obedecer ao mesmo conceito de abordagem com vista à promoção da saúde física, psicológica e social, tendo por princípio que a educação sexual é uma das dimensões da educação para a saúde.

Através da Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto, decretou-se um conjunto de princípios e regras em matéria de educação sexual, onde se prevê a organização funcional da educação sexual nas escolas. Posteriormente foi publicada a Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de abril, que regulamentou a Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto.

Segundo a legislação supracitada, a carga horária dedicada à Educação Sexual está adaptada a cada nível de ensino, não podendo ser inferior a 6 horas para os 1.º e 2.º ciclos do ensino básico, nem inferior a 12 horas para o 3.º ciclo e o ensino secundário, distribuídas de forma equilibrada pelos diferentes períodos do ano letivo.

Finalidades da Educação Sexual (Lei n.º 60/2009)

Constituem finalidades da educação sexual:

- a) A valorização da sexualidade e afetividade entre as pessoas no desenvolvimento individual, respeitando o pluralismo das concepções existentes na sociedade portuguesa;
- b) O desenvolvimento de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- c) A melhoria dos relacionamentos afetivo-sexuais dos jovens;
- d) A redução de consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infeções sexualmente transmissíveis;
- e) A capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;
- f) O respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;
- g) A valorização de uma sexualidade responsável e informada;
- h) A promoção da igualdade entre os sexos;
- i) O reconhecimento da importância de participação no processo educativo de encarregados de educação, alunos, professores e técnicos de saúde;
- j) A compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos;
- k) A eliminação de comportamentos baseados na discriminação sexual ou na violência em função do sexo ou orientação sexual.



PRESSE - Programa Regional de Educação Sexual em Saúde Escolar

Para uma implementação sustentada da lecionação da educação sexual, o Agrupamento continuará a adotar o PRESSE. O PRESSE é promovido pela Administração Regional de Saúde do Norte, I.P. (ARSN) através do seu Departamento de Saúde Pública (DSP) em parceria com a Direção Regional de Educação do Norte (DREN) com o pressuposto de envolver um trabalho conjunto entre os profissionais de educação e de saúde escolar.

Medidas a adotar pelo PRESSE:

- Formação em sexualidade humana, educação sexual e metodologias pedagógicas disponível para profissionais de saúde escolar, professores e psicólogos;
- Disponibilização de recursos pedagógicos atualizados (para formação de professores, atividades para alunos, jogos pedagógicos, entre outros...) que facilitam a aplicação dos conteúdos curriculares em educação sexual, previstos para os vários níveis de ensino;
- Apoio para a implementação do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIAA) no âmbito da Educação para a Saúde e Educação Sexual.

No ano letivo 2021/2022, foi promovida pela Enfermeira de Saúde Escolar, a necessária formação ao Pessoal Docente dos 1º, 2º e 3º ciclos e ao Pessoal Não Docente dos 2º e 3º ciclos, para a utilização dos novos recursos e novas dinâmicas do PRESSE (uma atualização promovida pelo Grupo de Trabalho PRESSE), dos quais os docentes fizeram uso. Obviamente, ir-se-á dar continuidade à utilização de tais recursos e dinâmicas.

Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIAA) e Gabinete Médico

De acordo com o Artigo 10.º da Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto e do Artigo 10.º da Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de abril, manter-se-á em funcionamento o GIAA. Este gabinete tem como principais objetivos prestar apoio e informação aos alunos, pais e encarregados de educação e docentes, no âmbito da educação para a saúde, da promoção de atitudes, comportamentos e valores para uma vida saudável e do encaminhamento de casos de doença e distúrbios na saúde para as unidades de saúde competentes.

O GIAA iniciará as suas atividades no início do ano letivo e terá o apoio contínuo da Unidade de Cuidados da Comunidade (UCC) da Colina, disponibilizando pessoal da área de enfermagem, a Enfermeira Helena Neto, que proporcionará o atendimento à Comunidade Educativa.

Este gabinete, vocacionado para a Educação para a Saúde, funciona em estreita colaboração com a EMAEI, no âmbito da Inclusão Escolar, funcionando presencial e semanalmente, sendo também possível usar as formas de contato seguintes: n.º de Telemóvel 925 090 513 e e-mail: hjvsneto@arsnorte.min-saude.pt.



Conteúdos a ministrar no âmbito da Educação Sexual

(Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de Abril)

1.º Ciclo

do 1.º ao 4.º anos

- Noção de corpo;
- O corpo em harmonia com a natureza e o seu ambiente social e cultural;
- Noção de família;
- Diferenças entre rapazes e raparigas;
- Proteção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas.

2.º ano

Para além das rubricas incluídas nos programas de meio físico, o professor deve esclarecer os alunos sobre questões e dúvidas que surjam naturalmente, respondendo de forma simples e clara.

3.º e 4.º anos

Para além das rubricas incluídas nos programas de meio físico, o professor poderá desenvolver temas que levem os alunos a compreender a necessidade de proteger o próprio corpo, de se defender de eventuais aproximações abusivas, aconselhando que, caso se deparem com dúvidas ou problemas de identidade de género, se sintam no direito de pedir ajuda às pessoas em quem confiam na família ou na escola.

2.º Ciclo

5.º e 6.º anos

- Puberdade - aspetos biológicos e emocionais;
- O corpo em transformação;
- Carateres sexuais secundários;
- Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas;
- Diversidade e respeito;
- Sexualidade e género;
- Reprodução humana e crescimento; contraceção e planeamento familiar;
- Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;
- Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas;
- Dimensão ética da sexualidade humana.



3.º Ciclo

7.º, 8.º e 9.º anos

- Dimensão ética da sexualidade humana;
- Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores (por exemplo: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética;
- Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana;
- Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;
- Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de ação e tolerância (efeitos secundários);
- Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infeção por VIH, vírus da imunodeficiência humana, HPV2, vírus do papiloma humano, e suas consequências) bem como os métodos de prevenção;
- Saber como se protege o seu próprio corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais;
- Conhecimento das taxas e tendências de maternidade e da paternidade na adolescência e compreensão do respetivo significado;
- Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respetivo significado;
- Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável;
- Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.

Distribuição dos conteúdos a ministrar no âmbito da Educação Sexual definidos na Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de Abril pelos diferentes anos de escolaridade

1.º Ciclo

Objetivos				
Ano	Conteúdos	Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	Tempos
1.º	Noção de corpo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ As diferentes componentes anatómicas do corpo humano, da sua originalidade em cada sexo e da sua evolução com a idade. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aceitação das diferentes partes do corpo e da imagem corporal. ▪ Aceitação positiva da sua identidade sexual e da dos outros. ▪ Autonomia no cuidado da higiene do seu corpo. 	2

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos	
	Diferenças entre rapazes e raparigas	<ul style="list-style-type: none"> A distinção das características físicas entre rapazes e raparigas. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação e respeito pelas características distintas do sexo oposto, de modo a atuar com assertividade no relacionamento com o sexo oposto. 	2
	Noção de família	<ul style="list-style-type: none"> O significado afetivo e social da família, das diferentes relações de parentesco e da existência de vários modelos familiares. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da importância das relações afetivas na família. 	2
2.º	Diferenças entre rapazes e raparigas	<ul style="list-style-type: none"> A distinção das características físicas entre rapazes e raparigas. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação e respeito pelas características distintas do sexo oposto, de modo a atuar com assertividade no relacionamento com o sexo oposto. 	2
	Noção de família	<ul style="list-style-type: none"> O significado afetivo e social da família, das diferentes relações de parentesco e da existência de vários modelos familiares. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da importância das relações afetivas na família. 	2
	Proteção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas	<ul style="list-style-type: none"> Os abusos sexuais e de outros tipos de agressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo, de modo a identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	2
3.º	Diferenças entre rapazes e raparigas	<ul style="list-style-type: none"> A distinção das características físicas entre rapazes e raparigas. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação e respeito pelas características distintas do sexo oposto, de modo a atuar com assertividade no relacionamento com o sexo oposto. 	2
	Noção de família	<ul style="list-style-type: none"> O significado afetivo e social da família, das 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da importância das relações 	2

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos	
		diferentes relações de parentesco e da existência de vários modelos familiares.	afetivas na família.	
	Proteção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas	<ul style="list-style-type: none"> Os abusos sexuais e de outros tipos de agressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo, de modo a identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	2
	Proteção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas	<ul style="list-style-type: none"> Os abusos sexuais e de outros tipos de agressão. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo, de modo a identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso ou perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	3
4.º	O corpo em harmonia com a Natureza e o seu ambiente social e cultural	<ul style="list-style-type: none"> Os fenómenos de discriminação social baseada nos papéis de género; A adequação das várias formas de contacto físico nos diferentes contextos de sociabilidade. 	<ul style="list-style-type: none"> Reflexão face aos papéis de género e de valorização da relações de cooperação e de interajuda, de forma a atuar de modo assertivo nas diversas interações sociais (amigos, colegas, professores e desconhecidos) e adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade. 	3

2.º Ciclo

Objetivos				
Ano	Conteúdos	Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	Tempos
5.º	Sexualidade e género	<ul style="list-style-type: none"> As diferenças anatómicas e psicofectivas da expressão da sexualidade entre os géneros; Os fenómenos de discriminação baseada nos papéis de género. 	<ul style="list-style-type: none"> De aceitação positiva da sua identidade sexual e dos outros. De reflexão face aos papéis de género. 	2
	Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas	<ul style="list-style-type: none"> As dimensões anatómica, psicofectiva e sociocultural da expressão da sexualidade; O conceito de identidade sexual, identidade de género, orientação sexual e comportamento sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> De aceitação da diversidade dos comportamentos sexuais. 	2
	Diversidade e respeito	<ul style="list-style-type: none"> Da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais; Das ideias e valores com que as diversas sociedades foram encarando e encaram a sexualidade, o amor, a reprodução e a relação entre os sexos. 	<ul style="list-style-type: none"> Da aceitação dos diferentes comportamentos e orientações sexuais. 	2
	Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas	<ul style="list-style-type: none"> Os tipos de abusos sexuais e as estratégias dos agressores. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo. Para reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda. Para identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso e perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	2

Objetivos				
Ano	Conteúdos	Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	Tempos
6.º	Dimensão ética da sexualidade humana	<ul style="list-style-type: none"> A sexualidade enquanto meio de expressão humana, que se fundamenta nos valores, crenças e princípios de cada um. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação da diversidade de opiniões e comportamentos sexuais. 	2
	Puberdade - aspetos biológicos e emocionais; O corpo em transformação; Caracteres sexuais secundários; Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório.	<ul style="list-style-type: none"> As diferentes componentes anatómo-fisiológicas e psicoafectivas próprias da sua idade. Do corpo sexuado e do funcionamento dos seus órgãos internos e externos. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento e aceitação das transformações anatómo-fisiológicas e psicoafectivas em si próprio e dos outros. 	2
	Reprodução humana e crescimento	<ul style="list-style-type: none"> Os mecanismos de reprodução humana, compreendendo os elementos essenciais acerca da conceção, da gravidez e do parto. Dos recursos existentes para a resolução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva. Os cuidados necessários ao recém-nascido e à criança. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da relação sexual como meio de reprodução humana; Reconhecimento da importância dos sentimentos e da afetividade na vivência da sexualidade. 	2
	Contraceção e planeamento familiar	<ul style="list-style-type: none"> As consequências da atividade sexual: as infeções sexualmente transmissíveis e gravidez não desejada. Os métodos contraceptivos 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da fecundação como uma decisão livre e responsável. Reconhecimento dos métodos contraceptivos como meios de prevenção 	2

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos
		<p>e planeamento familiar.</p> <p>de infeções sexualmente transmissíveis e da gravidez não desejada.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aceitação da responsabilidade masculina e feminina na contraceção, para futuramente adotar comportamentos informados em matérias como a contraceção e a prevenção das infeções sexualmente transmissíveis. 	

Distribuição de Conteúdos Curriculares e Tempos Letivos no 3.º Ciclo:

Ano	Conteúdos	Objetivos		Tempos
		Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	
7.º	Dimensão ética da sexualidade humana	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A sexualidade enquanto meio de expressão humana, que se fundamenta nos valores, crenças e princípios de cada um. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aceitação da diversidade de opiniões e comportamentos sexuais. 	2

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos	
	<p>Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores (por exemplo: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética</p>	<ul style="list-style-type: none"> As ideias e valores com que cada um encara a sexualidade, o amor, a reprodução e a relação entre os sexos. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento da importância dos sentimentos e da afetividade na vivência da sexualidade: Para aceitar os tipos de sentimentos que podem estar presentes nas diferentes relações entre as pessoas; Para expressar os seus sentimentos e opiniões; Para tomar decisões e aceitar as decisões dos outros. 	4
	<p>Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de ação e tolerância (efeitos secundários)</p>	<ul style="list-style-type: none"> As consequências da atividade sexual: as infeções sexualmente transmissíveis e gravidez não desejada. Os métodos contraceptivos e planeamento familiar. Os serviços adequados e recursos existentes para a redução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva. 	<ul style="list-style-type: none"> Prevenção das infeções sexualmente transmissíveis e gravidez não desejada, com base na adoção de comportamentos informados e responsáveis sobre saúde sexual e reprodutiva. 	3
	<p>Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Os tipos de abusos sexuais e as estratégias dos agressores. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo: Para reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda; 	3

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos
		<ul style="list-style-type: none"> Para identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso e perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	

Objetivos				
Ano	Conteúdos	Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	Tempos
8.º	Dimensão ética da sexualidade humana	<ul style="list-style-type: none"> A sexualidade enquanto meio de expressão humana, que se fundamenta nos valores, crenças e princípios de cada um. 	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação da diversidade de opiniões e comportamentos sexuais. 	2
	Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável	<ul style="list-style-type: none"> O conceito de parentalidade e de saúde sexual. A importância da responsabilidade e as consequências das relações sexuais. 	<ul style="list-style-type: none"> Prevenção face a riscos para a saúde, com base na adoção de comportamentos informados sobre saúde sexual e reprodutiva; Reconhecimento de que a maternidade e paternidade deve resultar de uma opção voluntária e consciente. 	4
	Conhecimento das taxas e tendências de maternidade e da paternidade na adolescência e compreensão do respetivo significado	<ul style="list-style-type: none"> As taxas e tendências de maternidade e da paternidade na adolescência. As consequências resultantes da gravidez precoce. 	<ul style="list-style-type: none"> Prevenção da gravidez precoce, com base em comportamentos informados e responsáveis sobre a saúde sexual e reprodutiva. 	3

Ano	Conteúdos	Objetivos		Tempos
	Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez e respetivo significado	<ul style="list-style-type: none"> As taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez. As repercussões individuais e sociais da interrupção voluntária da gravidez. <p>O enquadramento legal da interrupção voluntária da gravidez.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo. 	

		Objetivos		
Ano	Conteúdos	Aumentar e consolidar conhecimentos sobre:	Desenvolver atitudes de:	Tempos
9.º	Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana	<ul style="list-style-type: none"> O corpo sexuado e do funcionamento dos seus órgãos internos e externos. Os mecanismos de reprodução humana, compreendendo os elementos essenciais acerca da conceção, da gravidez e do parto. 	<ul style="list-style-type: none"> Prevenção face a riscos para a saúde, nomeadamente na esfera sexual e reprodutiva, com base em comportamentos informados e responsáveis sobre a saúde sexual e reprodutiva. 	3
	Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório	<ul style="list-style-type: none"> Do corpo sexuado e do funcionamento dos seus órgãos internos e externos. 	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecimento e aceitação das transformações anatómo-fisiológicas em si próprio e dos outros. 	2
	Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infeção por VIH e HPV2 e suas consequências) bem como os métodos de prevenção	<ul style="list-style-type: none"> As infeções sexualmente transmissíveis mais frequentes e os modos de transmissão de cada uma delas. Os métodos contraceptivos adequados à prevenção das infeções sexualmente transmissíveis. Os serviços adequados e 	<ul style="list-style-type: none"> Prevenção das infeções sexualmente transmissíveis, com base na adoção de comportamentos; informados e responsáveis sobre saúde sexual e reprodutiva. 	2

Ano	Conteúdos	Objetivos	Tempos	
		recursos existentes para a redução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva.		
	Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de ação e tolerância (efeitos secundários)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ As consequências da atividade sexual: as infeções sexualmente transmissíveis e gravidez não desejada. ▪ Os métodos contraceptivos e planeamento familiar. ▪ Os serviços adequados e recursos existentes para a redução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prevenção das infeções sexualmente transmissíveis e gravidez não desejada, com base na adoção de comportamentos; informados e responsáveis sobre saúde sexual e reprodutiva. 	2
	Saber como se protege o seu próprio corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Os tipos de abusos sexuais e formas de violência e as estratégias dos agressores. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo, que lhe permitam: <ul style="list-style-type: none"> -Reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda; -Identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso e perigo e saber procurar apoio, quando necessário. 	3

Comunicação e disseminação

- Caderneta escolar
- Correio eletrónico
- Página Web do Agrupamento
- Placards Institucionais
- Plamas Institucionais



- Plataforma Inovar
- Revista Escolar
- SMS

Parcerias

- Cáritas Arquidiocesana de Braga
- Centro de Solidariedade de Braga/Projeto Homem
- Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Cuidados da Comunidade da Colina (UCC da Colina)
- Farmácia Rodrigues, Celeirós
- Guarda Nacional Republicana (GNR)
- Liga Portuguesa Contra o Cancro Núcleo Regional do Norte (LPCC- NR do Norte)

Avaliação do Projeto

Ouvidos os elementos da equipa PES e em articulação com os coordenadores de projetos, programas, planos e atividades do PAA que, direta ou indiretamente, concorrem para concretização do projeto PES, a avaliação constará de balanços a serem registados nos Relatórios do Plano Anual de Atividades, elaborados no final de cada período letivo.

Esta avaliação pretende fomentar as boas práticas decorrentes da implementação do projeto, assim como a reformulação da abordagem às temáticas e das metodologias inerentes às ações desenvolvidas.

Desta avaliação resultará uma reflexão, que deverá servir de base à elaboração de propostas de trabalho a desenvolver no ano letivo seguinte.

17 de julho de 2023

A Coordenadora do Projeto Promoção da Educação para a Saúde,

Professora Manuela Ribeiro