



Health Promoting School.

Healthy lifestyles: Mental health promotion

Escola Promotora de Saúde.

Estilos de vida saudável: Promoção da saúde mental

*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

Apresentar a intervenção desenvolvida na área da promoção da saúde mental, 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

Escola Promotora de Saúde. Estilos de vida saudável: Promoção da saúde mental

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



INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo						Total	
			2008/2009		2009/2010		2010/2011			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Perturbações do Comportamento Alimentar	Alunos	3º Ciclo	-	-	152	3	70	1	222	4
	Toda a Comunidade		40	1	-	-	-	-	40	1
Total			40	1	152	3	70	1	262	5

INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo				Total	
			2009/2010		2010/2011			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Relação Interpessoal	Alunos	1º Ciclo	43	1	-	-	43	1
		2º Ciclo	54	1	103	2	157	3
		3º Ciclo	30	1	73	2	103	3
Total			127	3	176	4	303	7

INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo				Total	
			2010/2011		2011/2012			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Consumos Nocivos	Alunos	3º Ciclo	195	10	158	8	353	18
	Pais	3º Ciclo	10	1	-	-	10	1
	Toda a Comunidade		200	1	200	1	400	2
Total			405	12	358	9	763	21

INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Tema	Grupo Alvo		Ano letivo				Total	
			2008/2009		2009/2010			
			Nº	Ses	Nº	Ses	Nº	Ses
Discriminação vs Não Discriminação	Alunos	3º Ciclo	350	2	200	1	550	3
Total			350	2	200	1	550	3

INTERVENÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Grupo Alvo	2008-2012								Total	
	Perturbações Comp. Alimentar		Relação Interpessoal		Consumos Nocivos		Discriminação			
	Nº	Sessões	Nº	Sessões	Nº	Sessões	Nº	Sessões	Nº	Sessões
Alunos	222	4	303	7	353	18	550	3	1428	32
Pais	-	-	-	-	10	1	-	-	10	1
Toda a Comunidade	40	1	-	-	400	2	-	-	440	3
Total	262	5	303	7	763	21	550	3	1878	36

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.

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

