

PROGRAMA DE PREVENÇÃO DO TABAGISMO EM MEIO ESCOLAR

Fundamentação

Apesar dos esforços que vêm sendo desenvolvidos desde meados do século passado no sentido da prevenção e controlo do tabagismo, o tabaco continua a ser uma das primeiras causas evitáveis de sofrimento humano, incapacidade, morte prematura e perda de anos de vida saudável.

Segundo a Organização Mundial de Saúde o tabaco mata anualmente, em todo o mundo, mais de 7 milhões de pessoas, das quais cerca de 890 000 devido à exposição ao fumo ambiental. O número anual de mortes continuará a aumentar ao longo deste século, se não forem adotadas medidas de controlo eficazes.

Fumar constitui uma das principais causas evitáveis de morte por doenças respiratórias crónicas, cancro, doenças cérebro-cardiovasculares e diabetes mellitus. Fumar diminui a imunidade, aumentando o risco de infeções respiratórias e de morte por tuberculose. Fumar provoca stress oxidativo crónico e acelera o processo de envelhecimento. Fumar provoca cegueira, por degenerescência macular. Fumar diminui a fertilidade. Fumar durante a gravidez tem consequências negativas para a saúde da mãe e do feto, aumentando o risco de baixo-peso ao nascer, prematuridade e complicações perinatais.

Cerca de metade das pessoas fumadoras morrem prematuramente, perdendo em média 10 a 14 anos de expectativa de vida.

A exposição ao fumo ambiental pode causar irritação ocular e das vias respiratórias, é fator de agravamento da asma e aumenta o risco de cancro do pulmão e de morte por doenças cardiovasculares.

O tabaco agrava a pobreza e as desigualdades em saúde. Cerca de 80% dos consumidores de tabaco vivem em países de baixo rendimento económico. A plantação de tabaco

O tabaco lesa o ambiente e contribui para as alterações climáticas. A plantação do tabaco aumenta o uso de pesticidas e fertilizantes e substitui a plantação de espécies alimentares. Quer a plantação, quer a cura da folha levam ao abate de floresta em diversas zonas do mundo, com graves

repercussões na redução da biodiversidade e nas alterações climáticas. Os resíduos dos produtos do tabaco aumentam a poluição, em particular a poluição das faixas costeiras.^{1,2}

O *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória*³, reforça a educação para todos, consagrada como primeiro objetivo mundial da UNESCO. Aponta para uma educação escolar em que os alunos desta geração global constroem e sedimentam uma cultura científica e artística de base humanista. Um dos princípios, o saber, está no centro do processo educativo. É responsabilidade da escola desenvolver nos alunos a cultura científica que permite compreender, tomar decisões e intervir sobre as realidades naturais e sociais no mundo. Toda a ação deve ser sustentada por um conhecimento sólido e robusto.

O *Referencial de Educação para a Saúde*⁴, elaborado pela DGE, em parceria com a DGS, neste caso concreto, com o Programa Nacional para a Prevenção e Controlo de Tabagismo, no âmbito do tema Prevenção de Comportamentos Aditivos e Dependências destaca no subtema destinado ao Tabaco, que *“O tabaco é a segunda substância mais consumida pelos jovens, associando-se ao consumo de álcool, de canábis ou de outras substâncias psicoativas. A experimentação tem lugar em idades precoces, devido à conjugação de diversos fatores, (...). Dado que a nicotina tem elevado poder aditivo, muitos dos jovens que experimentam fumar acabarão por se tornar dependentes, passando a consumir tabaco diariamente, colocando potencialmente em risco a sua saúde e a dos que os rodeiam. Fumar diminui a esperança de vida em mais de uma década e retira anos de vida saudável”*.

Neste documento, foram definidos, para este subtema, os seguintes objetivos:

- reconhecer o tabaco como fator causal evitável de doença e morte prematura;
- conhecer os efeitos do tabaco na saúde, imediatos e a longo prazo, individuais, familiares, sociais e ambientais;
- identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo tabágico;
- desenvolver estratégias pessoais para lidar com situações de risco.

¹Zafeiridou M, Hopkinson NS, Voulvoulis N. Cigarette smoking: an assessment of tobacco's global environmental footprint across its entire supply chain, and policy strategies to reduce it. Geneva: World Health Organization, 2018. [Consult. 2018, 19 outubro] Disponível em: <http://www.who.int/fctc/publications/WHO-FCTC-Environment-Cigarette-smoking.pdf>

² World Health Organization. Tobacco and its environmental impact: an overview. Geneva: World Health Organization; 2017. [Consult. 2018, 19 outubro] Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255574/9789241512497eng.pdf;jsessionid=FBF8E8C4A989F6BFA78B1AD27DCEF4BE?sequence=1>

³ Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. [Consult. 2018, 19 julho] Disponível em: http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

⁴ Referencial de Educação para a Saúde. [Consult. 2018, 19 julho] Disponível em: http://dge.mec.pt/sites/default/files/Esauade/referencial_educacao_saude_original_4julho2017_horizontal.pdf

Por todos estes motivos a prevenção e o controlo do tabagismo constituem uma das áreas a desenvolver no âmbito da Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania⁵ enquadrada ela também nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030.

O consumo de tabaco em Portugal

Em Portugal, conforme estimativas elaboradas pelo *Institute of Health Metrics and Evaluation*, morrem anualmente mais de 11000 pessoas por doenças atribuíveis ao tabaco.

Segundo dados do Inquérito Nacional de Saúde 2014, cerca de 58,2% dos residentes em Portugal, com 15 ou mais anos, nunca tinham fumado; 20,0% eram fumadores; cerca de 16,8% fumavam diariamente. O consumo era superior nos homens (27,8%) relativamente às mulheres (13,2%). O grupo etário dos 25 aos 34 anos foi o que registou as maiores prevalências de consumo: 32,0% em ambos os sexos, 41,9% nos homens e 22,3% nas mulheres.

De acordo com a informação recolhida por estudos nacionais de base representativa da população, a prevalência de consumo em Portugal registou um ligeiro decréscimo na última década, decorrente da redução do consumo diário nos homens e do aumento do número de pessoas que deixaram de fumar. Contudo, a prevalência de consumo nas mulheres está a aumentar, quer em termos de consumo diário, quer ocasional.

A adolescência e o tabagismo

O tabagismo tem início na adolescência. Mais de 90% dos fumadores portugueses iniciou o consumo antes dos 25 anos. Segundo dados recolhidos em 2015, em alunos do ensino público, cerca de 60% dos jovens de ambos os sexos experimentaram fumar antes de atingirem o final da adolescência. Destes, estima-se que mais de um terço venha a fumar diariamente ao longo da vida adulta.

A iniciação do consumo está associada a fatores genéticos e características pessoais, bem como a diversos fatores de risco socio-ambientais, designadamente: o comportamento de fumar dos pais, dos amigos e do grupo de pares, o estatuto socioeconómico, a exposição ao marketing do tabaco e a imagens de pessoas a fumar em filmes, televisão, redes e outros contextos sociais, ao poder de compra e à facilidade de acesso ao tabaco. Há associação entre a existência de problemas de saúde mental, o insucesso escolar e o consumo de tabaco.

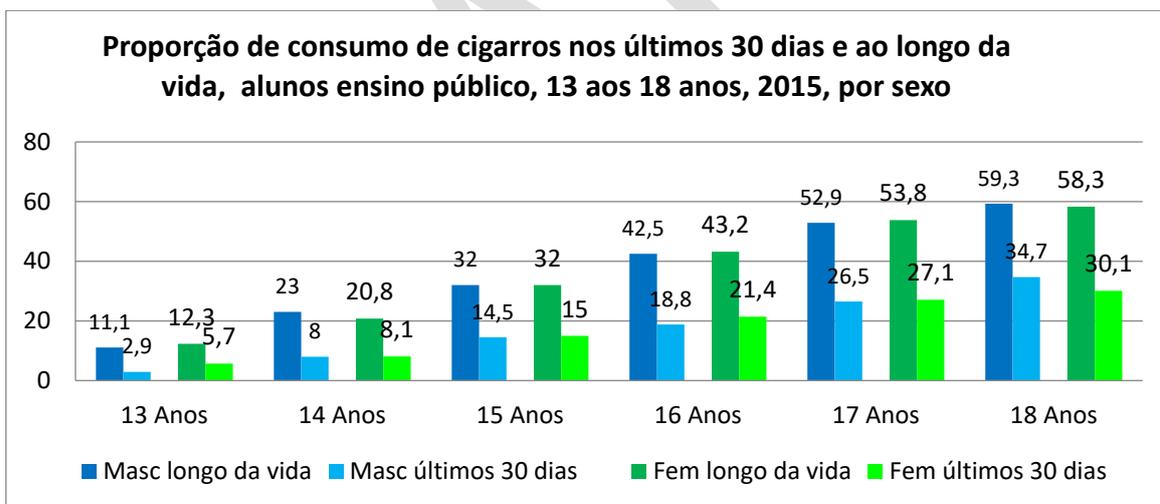
As escolas detêm uma posição privilegiada para intervirem neste problema: as crianças e jovens passam uma parte importante do seu tempo na escola. A escola é fonte de aprendizagens em

⁵ Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania. [Consult. 2018, 19 julho] Disponível em: http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ECidadania/Docs_referencia/estrategia_cidadania_original.pdf

diferentes domínios, quer através do currículo formal, quer do currículo oculto. As escolas podem congregiar os pais e estabelecer parcerias com outras estruturas da comunidade, contribuindo para promover a cidadania e a literacia em saúde a nível de toda a comunidade educativa.

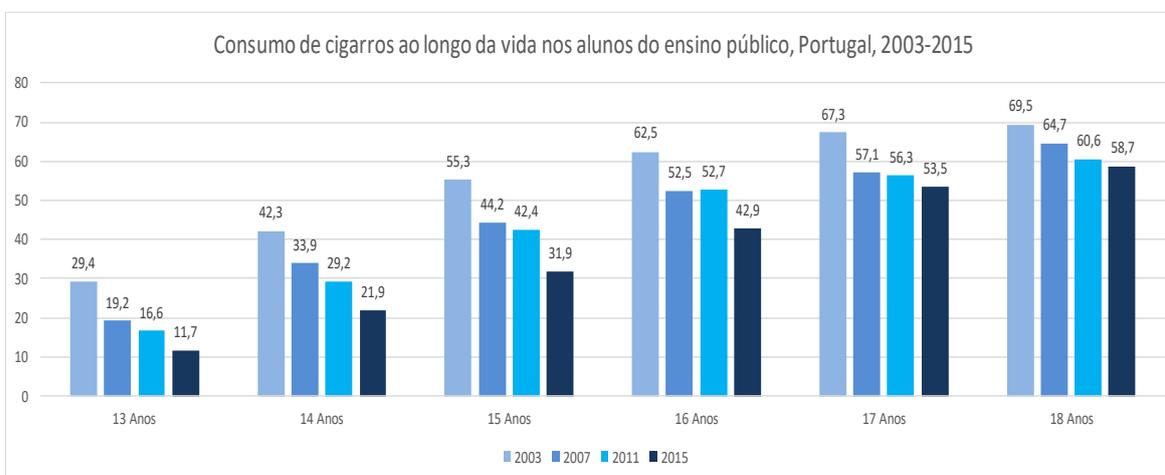
O trabalho de prevenção do tabagismo nas escolas, deve ser enquadrado, de acordo com o Perfil do aluno, nas competências que se pretendem desenvolver nos/as jovens, como as competências na área de Pensamento crítico, na área de Relacionamento interpessoal, na área de Desenvolvimento pessoal e autonomia e na área de Bem-estar, saúde e ambiente envolvendo uma série de desafios que se enquadram igualmente nos objetivos deste programa.

Em 2015, verificou-se que, dos jovens do ensino público inquiridos, com 13 anos, 12,3% das raparigas e 11,7% dos rapazes já tinham experimentado fumar; 5,7% das raparigas e 2,9% dos rapazes disseram ter fumado nos últimos 30 dias (Feijão, 2016; ECATD-CAD, ESPAD – Portugal/2015). Dos jovens de ambos os sexos com 18 anos, 62,7% já tinham experimentado fumar cigarros (62,2% dos rapazes e 63,0% das raparigas). Destes, 2,6% disseram ter fumado o primeiro cigarro antes dos 10 anos, 10,2% entre os 10 e os 12 anos, 34,2% entre os 13 e os 15 anos e 15,7% entre os 16 e os 18 anos.



Fonte: Feijão F. Estudo sobre os consumos de álcool, tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências – ECATD_CAD/2015 (ESPAD_PT) – Portugal/2015 – Grupos etários dos 13 aos 18 anos: resultados globais e por género. Lisboa: SICAD/ DMI/DEI; 2016 [Consult. 2018, 19 julho] Disponível em: http://www.sicad.pt/BK/EstatisticalInvestigacao/EstudosConcluidos/Lists/SICAD_ESTUDOS/Attachments/170/RELATÓRIO%20ECATD-15.pdf

Entre 2003 e 2015 assistiu-se a uma redução na proporção de jovens do ensino público que referiram já ter experimentado fumar, mais expressiva nas idades mais jovens, o que parece indicar uma idade média de início do consumo mais tardia, do que há alguns anos atrás.



Feijão F. Estudo sobre os consumos de álcool, tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências – ECATD_CAD/2015 (ESPAD_PT) – Portugal/2015 – Grupos etários dos 13 aos 18 anos: resultados globais e por género Lisboa: SICAD/ DMI/DEI; 2016 [Consult. 2018, 19 julho], disponível em: http://www.sicad.pt/BK/EstatisticalInvestigacao/EstudosConcluidos/Lists/SICAD_ESTUDOS/Attachments/170/RELATÓRIO%20I_ECATD-15.pdf; Feijão F, Calado V, Lavado E. Estudo sobre o consumo de álcool, tabaco e drogas-2011: grupos etários dos 13 aos 18 anos. ECATD/ESPAD-Portugal/2011 [Internet]. Lisboa: IDT/NEI; 2011 [Consult. 2018, 19 julho], disponível em: http://www.sicad.pt/BK/EstatisticalInvestigacao/EstudosConcluidos/Lists/SICAD_ESTUDOS/Attachments/125/ECATD-2011_Final-rev.pdf

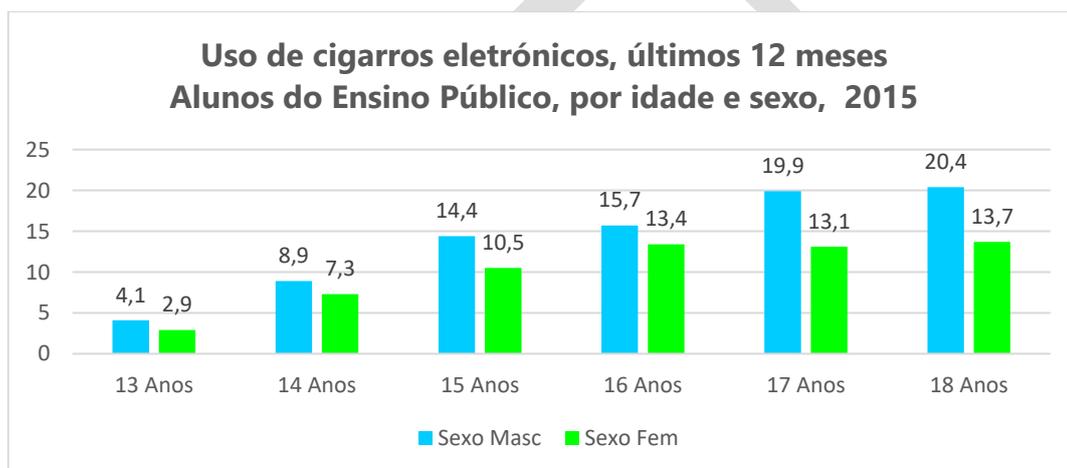
Nos anos mais recentes foram introduzidos no mercado novos produtos com nicotina - cigarros eletrónicos - e novos produtos do tabaco sem combustão.

Embora os fabricantes apresentem estes produtos como alternativas menos nocivas para a saúde, para além de provocarem dependência, as suas emissões não são inócuas para a saúde. Por outro lado, por estarem disponíveis no mercado há relativamente pouco tempo, desconhecem-se os seus efeitos na saúde a longo prazo.

Segundo alguns estudos o consumo de cigarros eletrónicos pode aumentar a probabilidade de consumir produtos convencionais.

Em alguns países os cigarros eletrónicos estão a ganhar popularidade entre os jovens. Nos EUA o seu consumo ultrapassou o consumo dos cigarros tradicionais constituindo neste momento uma preocupação de saúde pública^{6,7,8}

Em 2015, 3,5% dos jovens do ensino público disseram ter usado o cigarro eletrónico nos últimos 12 meses antes da inquirição. Aos 18 anos este valor era de 16,5%. Os rapazes apresentaram consumos ligeiramente superiores aos das raparigas.



Feijão F. Estudo sobre os consumos de álcool, tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências – ECADT_CAD/2015 (ESPAD_PT) – Portugal/2015 – Grupos etários dos 13 aos 18 anos: resultados globais e por género Lisboa: SICAD/ DMI/DEI; 2016 [Consult. 2018, 19 julho], disponível em: http://www.sicad.pt/BK/EstatisticalInvestigacao/EstudosConcluidos/Lists/SICAD_ESTUDOS/Attachments/170/RELATÓRIO%20I%20ECADT-15.pdf

⁶ Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health E-Cigarettes and Young People: A Public Health Concern. [Consult. 2018, 12 outubro]disponível em: <https://www.cdc.gov/features/ecigarettes-young-people/index.html>

⁷ Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health Keep Kids E-Cigarette Free [Consult. 2018, 12 outubro],disponível em: <https://www.cdc.gov/features/ecigarettes-back-to-school/index.html>

⁸ US. Department of Health and Human Services, Know the risks. E-cigarettes and young people. Office of the U.S Surgeon General and the U.S. Centers for Disease Control and Prevention, Office on Smoking and Health. [Consult. 2018, 12 outubro],disponível em: https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/?s_cid=OSH_misc_M101

PREVENÇÃO DO TABAGISMO EM MEIO ESCOLAR – MODELO DE IMPLEMENTAÇÃO

Considerando que a Educação para a Cidadania é uma missão de toda a escola, propõe-se que a implementação deste programa no âmbito da componente curricular de Cidadania e Desenvolvimento siga uma abordagem de *whole-school approach*, com base nos seguintes princípios:

- Decorre de práticas sustentadas no tempo e não de meras intervenções pontuais.
- Está integrada no currículo, nas atividades letivas e não-letivas, nas práticas diárias da vida escolar e sua articulação com a comunidade.
- Assenta em práticas educativas que promovem a inclusão.
- Apoia-se no desenvolvimento profissional contínuo dos e das docentes.
- Envolve alunos e alunas em metodologias ativas e oferece oportunidades de desenvolvimento de competências pessoais e sociais.
- Promove o bem-estar e a saúde individual e coletiva.
- Envolve o trabalho em parceria com as famílias e as comunidades.
- Apoia-se na monitorização e avaliação de forma a garantir efetividade e participação.

Essa abordagem no âmbito da Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania, não invalida o desenvolvimento da temática no âmbito da Educação para a Saúde, numa dinâmica de metodologia de projeto. Estas duas abordagens podem mesmo complementar-se e potenciar-se.

Objetivos gerais

- Prevenir a iniciação do uso de produtos do tabaco e de produtos com nicotina.
- Promover e apoiar a cessação tabágica.
- Conscientizar sobre os riscos da exposição ao fumo ambiental.
- Desnormalizar o consumo de produtos do tabaco ou de produtos com nicotina.

Objetivos específicos

- Informar as crianças e jovens sobre os riscos associados ao consumo do tabaco e à exposição ao fumo ambiental.
- Informar as crianças e jovens sobre o processo de aquisição da dependência da nicotina.
- Modificar crenças, mitos e perceções desadequadas relativamente ao consumo de produtos do tabaco.
- Capacitar as crianças e jovens para resistir às pressões sociais e dos pares para o consumo do tabaco.
- Capacitar as crianças e jovens para identificarem situações sociais favoráveis ao consumo do tabaco.

- Promover o abandono do consumo de tabaco e produtos com nicotina
- Contribuir para a criação de escolas mais saudáveis e livres de tabaco.
- Promover atitudes favoráveis à criação de ambientes livres de tabaco.
- Apoiar a cessação tabágica.

Metas até 2020

- Garantir que todas as escolas com o selo Escola Saudável desenvolvem um programa de prevenção e controlo do tabagismo dirigido à respetiva comunidade educativa, com o envolvimento das suas crianças e jovens.

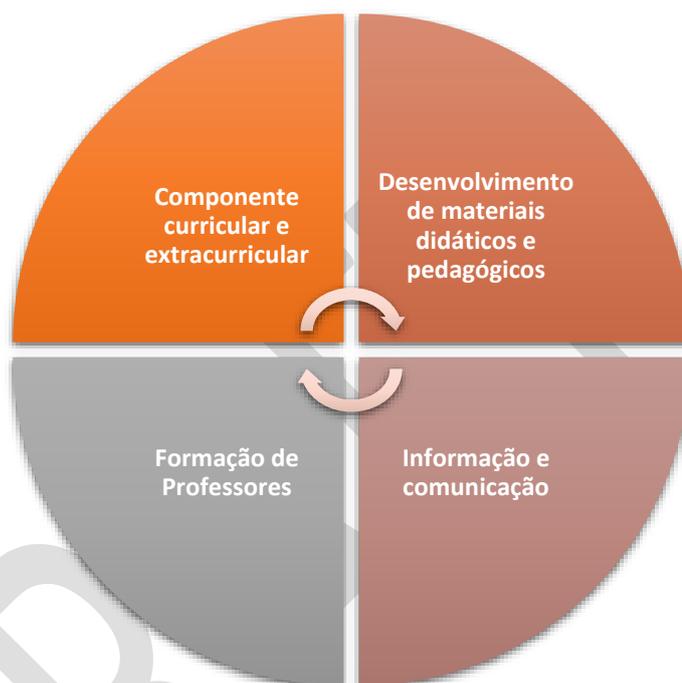
Desenvolver pelo menos uma ação de prevenção do tabagismo no âmbito da Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola ou do Projeto de Educação para a Saúde, em pelo menos 50% das Unidades Orgânicas (UO).

- Diminuir em pelo menos 10 % a prevalência de consumo de tabaco nos alunos nos últimos 30 dias⁹.

⁹ Feijão F. Estudo sobre os consumos de álcool, tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências – ECATD_CAD/2015 (ESPAD_PT) – Portugal/2015 – Grupos etários dos 13 aos 18 anos: resultados globais e por género Lisboa: SICAD/ DMI/DEI; 2016.

PROCESSO DE IMPLEMENTAÇÃO

O presente Programa será desenvolvido em torno de 4 grandes eixos de intervenção:



1. Componente curricular e extracurricular.

A prevenção do tabagismo deve ser integrada no contexto curricular da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento no âmbito da Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola, bem como do Projeto de Educação para a Saúde, tendo em consideração os descritores de aprendizagem contidos no Referencial de Educação para a Saúde.

Considera-se que, no final de cada ciclo de escolaridade, todos as crianças e jovens deverão ter sido abrangidos pelo menos por uma sessão educativa sobre o tema.

Complementarmente as escolas poderão participar em atividades extracurriculares e em iniciativas nacionais promovidas pela DGE que mobilizem o interesse por esta temática, designadamente na Comemoração do Dia Mundial do Não Fumador (17 de novembro) e do Dia Mundial sem Tabaco (31 de maio), em concurso/desafio anual às escolas “Uma geração livre de tabaco” (DGE/DGS) ou em encontros para apresentação de trabalhos – por ocasião do Dia Mundial sem Tabaco.

2. Desenvolvimento de materiais didáticos e pedagógicos.

Serão elaborados *Kits* de apoio formativo (DGE/DGS) para o 1.º, 2.º e 3.º CEB e Ensino Secundário, designadamente.

- Conjunto de *kits* no âmbito da campanha “opte por amar mais” - proposta para dinamizar nas escolas no âmbito da comemoração do Dia Mundial do Não Fumador.
- Materiais produzidos no âmbito do Concurso/desafio às escolas “ Para uma geração livre de tabaco” (DGE/DGS).
- Produção de manuais de atividades e outros recursos em articulação com as Escolas.

3. Formação de professores

Serão realizadas ações de formação de curta duração (3/6 horas) – a preparar em conjunto DGE-DGS.

4. Informação e Comunicação

A fim de melhorar a difusão de informação sobre a temática serão incluídos conteúdos sobre prevenção do tabagismo na página da DGE, a elaborar em articulação com a DGS.

COORDENAÇÃO E PARCERIAS

O Programa é coordenado pela DGE em parceria com a Direção-Geral da Saúde, com o apoio de diferentes parceiros:

Confederação Nacional das Associações de Pais (CONFAP);

Instituto Português de Desporto e Juventude (IPDJ);

Outros parceiros de relevância.

INDICADORES DE AVALIAÇÃO

% das UO que realizam pelo menos uma atividade anual de prevenção do tabagismo/ano letivo no âmbito da Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola ou do Projeto de Educação para a Saúde

% de alunos, por ciclo de escolaridade, abrangidos pelo menos por uma atividade anual estruturada de prevenção do tabagismo/ano letivo

Prevalência do consumo de tabaco, dos 13 aos 18 anos, e por sexo, ao longo da vida, nos últimos 12 meses e nos últimos 30 dias (fonte ESPAD).

CRONOGRAMA PREVISTO 2018/2019

| | |
|-------------------|---|
| agosto/ outubro | <ul style="list-style-type: none"> Preparação da versão provisória do Programa para a Prevenção do Tabagismo em Meio Escolar |
| outubro/ novembro | <ul style="list-style-type: none"> Preparação de sessão de debate sobre a versão provisória do Programa para a Prevenção do Tabagismo em Meio Escolar |
| janeiro | <ul style="list-style-type: none"> Discussão/debate do Draft*: Sessões com Diretores; Sessões com Coodenadores PES e ENEC; Sessões com alunos. Desafio(concurso) às escolas - "Uma geração livre de tabaco" e "logotipo para a campanha" Solicitar partilha de projetos nesta área às Escolas envolvidas |
| janeiro a abril | <ul style="list-style-type: none"> Monitorização do trabalho na área da prevenção tabágica em Escolas Piloto (selo - nível III) - Criar base de dados |
| abril | <ul style="list-style-type: none"> Receção das respostas ao desafio "Uma geração livre de tabaco" e seleção Incorporação dos contributos no draft do Programa de Prevenção do Tabagismo em Meio escolar |
| maio | <ul style="list-style-type: none"> Apresentação dos trabalhos desenvolvidos e da fase piloto do programa Apresentação da versão final do Programa de Prevenção do Tabagismo em Meio escolar a implementar a partir de 2019/2020 |

* As Sessões de discussão pretendem promover o debate em torno do draf do documento Programa de Prevenção do Tabagismo. Receber contributos e sugestões.

Processo de implementação a nível da Escola

A consecução dos objetivos do presente Programa depende do apoio e envolvimento dos Diretores de Escola, enquanto responsáveis pela definição e aplicação, na sua escola, das políticas de escola e da própria Estratégia de Educação para a Cidadania, dos Coordenadores dos Projetos de promoção e educação para a saúde, dos Coordenadores de Escola da Educação para a Cidadania, do restante pessoal docente e não docente e dos próprios alunos, destinatários de todo o trabalho

a desenvolver e, por isso, os principais parceiros na construção do seu próprio conhecimento, bem como dos pais e restante comunidade educativa.

Todos devem ser envolvidos e ouvidos, de forma que cada Escola defina e desenvolva um verdadeiro Programa de ação, que cumpra os objetivos a que se propõe: a Prevenção do Tabagismo em Meio escolar.

A inclusão da prevenção do tabagismo em meio escolar deve ter em conta os Princípios, as Áreas de Competência e os Valores definidos no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, de modo a contribuir para a formação do indivíduo (aluno) como cidadão participativo, iniciando o caminho do exercício da cidadania ao longo da vida, em particular no que se refere ao domínio do bem-estar, saúde e ambiente¹⁰:

Bem-estar, saúde e ambiente

As competências na área de Bem-estar, saúde e ambiente dizem respeito à promoção, criação e transformação da qualidade de vida do indivíduo e da sociedade. As competências associadas a Bem-estar, saúde e ambiente em matéria de prevenção do tabagismo implicam que os alunos sejam capazes de:

- adotar comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar, abstendo-se de consumir produtos de tabaco ou produtos com nicotina;
- compreender que o cultivo, a produção e o consumo de tabaco contribuem para degradar o meio ambiente;
- manifestar consciência e responsabilidade pessoal e social, relativamente ao consumo de tabaco e à exposição ao fumo ambiental, trabalhando colaborativamente para o bem comum, com vista à construção de um futuro sustentável.

Descritores operativos

Os alunos são responsáveis e estão conscientes de que os seus atos e as suas decisões face ao consumo de tabaco afetam a sua saúde, o seu bem-estar e o ambiente. Assumem uma crescente responsabilidade para cuidarem de si, dos outros e do ambiente e para se integrarem ativamente na sociedade.

Os alunos fazem escolhas relativamente ao tabaco que contribuem para a sua segurança e a das comunidades onde estão inseridos. Estão conscientes da importância da construção de um futuro sustentável e envolvem-se em projetos de cidadania ativa.

¹⁰ Direção-Geral da Educação. Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho. Consultável em: https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

A prevenção do tabagismo em meio escolar implica a adoção de práticas docentes que permitam adequar a globalidade da ação educativa às finalidades do perfil de competências dos alunos, tendo como referência o seguinte conjunto de ações:

- abordar a temática do tabagismo, associando-os a situações e problemas presentes no quotidiano da vida do aluno ou presentes no meio sociocultural e geográfico em que se insere, recorrendo a materiais e recursos diversificados;
- organizar o ensino sobre tabagismo prevendo a experimentação de técnicas, instrumentos e formas de trabalho diversificados, promovendo intencionalmente, na sala de aula ou fora dela, atividades de observação, questionamento da realidade e integração de saberes;
- organizar e desenvolver atividades cooperativas de aprendizagem, orientadas para a integração e troca de saberes, a tomada de consciência de si, dos outros e do meio e a realização de projetos intra ou extraescolares relacionados com a problemática do tabagismo;
- organizar o ensino sobre a prevenção do tabagismo prevendo a utilização crítica de fontes de informação diversas e das tecnologias da informação e comunicação;
- promover de modo sistemático e intencional, na sala de aula e fora dela, atividades que permitam ao aluno fazer escolhas, confrontar pontos de vista, resolver problemas e tomar decisões com base em valores relativamente ao uso de tabaco e produtos com nicotina;
- criar na escola espaços e tempos para que os alunos intervenham livre e responsabilmente em matéria de tabagismo;
- valorizar, na avaliação das aprendizagens do aluno, o trabalho de livre iniciativa, incentivando a intervenção positiva no meio escolar e na comunidade em favor da prevenção do tabagismo*.

*Adaptado de Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho. Consultável em: https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

BIBLIOGRAFIA

Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health Keep Kids E-Cigarette Free [Consult. 2018, 12 outubro] Disponível em: <https://www.cdc.gov/features/ecigarettes-back-to-school/index.html>

Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health E-Cigarettes and Young People: A Public Health Concern. [Consult. 2018, 12 outubro] Disponível em: <https://www.cdc.gov/features/ecigarettes-young-people/index.html>

Daddis S. Tobacco lessons/activities. [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <https://www.pinterest.pt/sadaddis/tobacco-lessonsactivities/>

Gamache L, Stich C. Synthèse des connaissances sur la prévention du tabagisme en milieu scolaire Mise à jour 2014. Institut National de Santé Publique du Québec. October, 2014. [Consult. 2018, 9 agosto] Disponível em: https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1961_Prevention_Tabagisme_Scolaire_2014.pdf

Direção-Geral da Educação. Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho. Consultável em: https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

International Union for Health Promotion and Education. Construindo escolas promotoras de saúde: directrizes para promover a saúde em meio escolar versão 2 do documento anterior denominado “protocolos e directrizes para as escolas promotoras de saúde [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/iuhpe_hps_guidelinesii_2009_portuguese.pdf

Lalonde, M., Laguë, J. (2007), Analyse du potentiel d'efficacité des programmes québécois de prévention du tabagisme chez les jeunes. Agence de la santé et des services sociaux de Montréal/Direction de santé publique, Développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique du Québec, Montréal, Québec. [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/761_AnalPotenEfficProgrTabajeunes.pdf

Lipperman-Kreda S, Grube JW (2009), Students' perception of community disapproval, perceived enforcement of school antismoking policies, personal beliefs, and their cigarette smoking behaviors: results from a structural equation modeling analysis. *Nicotine & Tobacco Research* 11: 531–9

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Manual para a Promoção de Competências Socioemocionais em meio escolar. Lisboa: DGS, 2016. 6 Pág. [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <https://sposg.files.wordpress.com/2014/09/dgs-manual-v4.pdf>

SDERA. Smarter than smoking, Australia, 2018. [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <https://www.smarterthansmoking.org.au/>

South Dakota Department of Health. Tobacco Prevention Toolkit K-12.revised may 2010 [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <https://doh.sd.gov/prevention/tobacco/tobaccofreeschools.aspx>

Stanford Medicine. The Tobacco Prevention toolkit Educational modules for educators, administrators, parents/guardians, and anyone who works with youth [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <http://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit.html>

Thomas RE, McLellan J, Perera R. School-based programmes for preventing smoking. Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, 4. Art. No.: CD001293. DOI: 10.1002/14651858.CD001293.pub3 [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em <https://www.cochrane.org/CD001293/TOBACCO-can-programmes-delivered-in-school-prevent-young-people-from-starting-to-smoke>

Thomas RE, McLellan J, Perera R. Effectiveness of school-based smoking prevention curricula: systematic review and meta-analysis *BMJ Open* 2015; 5:e006976. doi: 10.1136/bmjopen-2014-006976. [Consult. 2018, 10 agosto] Disponível em: <https://bmjopen.bmj.com/content/5/3/e006976.long>

Tobacco and its environmental impact: an overview. Geneva: World Health Organization; 2017. [Consult. 2018, 10 outubro] Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255574/9789241512497-eng.pdf;jsessionid=FBF8E8C4A989F6BFA78B1AD27DCEF4BE?sequence=1>

US Department of Health and Human Services E-cigarettes Infographics. Consultável em: https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/pdfs/Electronic-Cigarettes-Infographic-508.pdf

US Department of Health and Human Services. How tobacco smoke causes disease: A report of the surgeon general. 1 ed. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 2010.

US Department of Health and Human Services. The health consequences of involuntary exposure to tobacco smoke: A Report of the Surgeon General. Centers for Disease Control and Prevention, Coordinating Center for Health Promotion, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health. Atlanta, Ga. 2006

US Department of Health and Human Services. The health consequences of smoking: 50 years of Progress. A Report of the Surgeon General. 1 ed. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 2014.

US. Department of Health and Human Services, Know the risks. E-cigarettes and young people. Office of the U.S Surgeon General and the U.S. Centers for Disease Control and Prevention, Office on Smoking and Health. [Consult. 2018, 12 outubro] Disponível em: https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/?s_cid=OSH_misc_M101

Zafeiridou M, Hopkinson NS, Voulvoulis N. Cigarette smoking: an assessment of tobacco's global environmental footprint across its entire supply chain, and policy strategies to reduce it. Geneva: World Health Organization; 2018. [Consult. 2018, 10 outubro] Disponível em: <http://www.who.int/fctc/publications/WHO-FCTC-Environment-Cigarette-smoking.pdf>

DRAFT