



Cerimónia Selo 2022-2024



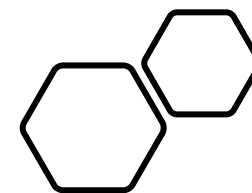
REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO





Bem-estar nas escolas depende de todos/as e de cada um/a - Agir faz a diferença!



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

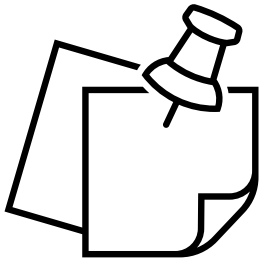
Educação para a Saúde, Sexualidade e IG

- Visão

A Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a **idade, sexo e fatores socioculturais**, no que respeita: à **alimentação e escolhas alimentares saudáveis**, à prática de **atividade física**, aos **comportamentos afetivo-sexuais**, ao **consumo de álcool, de tabaco e outras Substâncias Psico Ativas ilícitas**, à **adição ao écran**, à **higiene pessoal**, a **violência no namoro**, à **orientação sexual**, à **identidade de género**, à **igualdade de género**, ao **combate a todas as formas de bullying e cyberbullying**

- Políticas de bem-estar na escola (inclui a Saúde do Pessoal Docente e não Docente (literacia e bem-estar)
- Ambiente físico e ambiente social da escola
- Competências de saúde e Ligações à comunidade





Jovens e as respostas certas

Relatório: **Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril, 2022)***

Autoria: Tatiana Ferreira, Maria Manuel Vieira, Duarte Vilar, Vanessa Cunha e Paulo Pelixo



Conhecimentos
sobre
sexualidade

- Muito bom – 25,3%
- Bom – 43,6 %
- Médio – 21,6%
- Mau ou Muito mau – 9,5

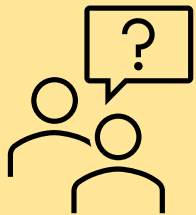


♂ 17,5%

♀ 30,9%

*Disponível em https://ofap.ics.ulisboa.pt/wp-content/uploads/2022/07/Relatorio-Jovens-e-Educacao-Sexual_VF.pdf

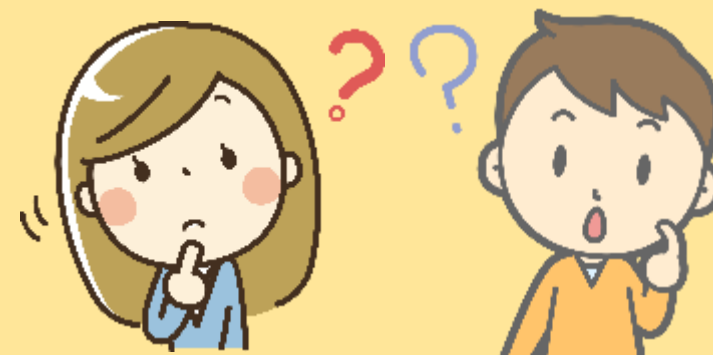
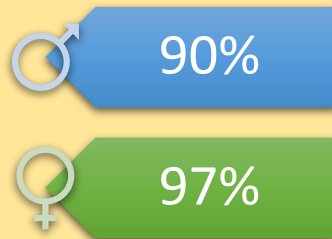




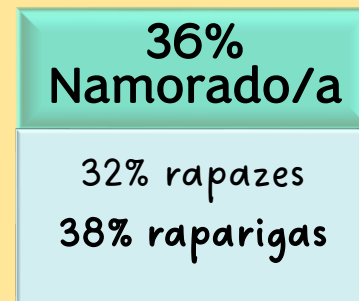
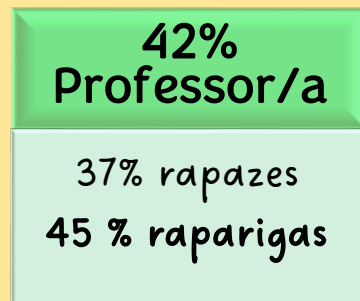
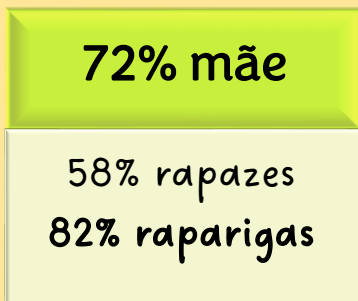
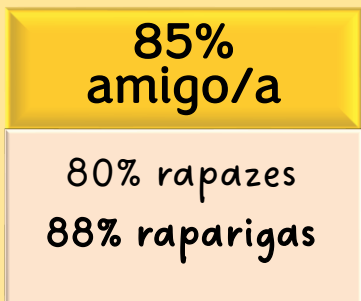
Conversaram com alguém sobre Sexualidade no último ano?



Sim 94%



Com quem conversaram?



Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril, 2022)



Conversaram nas disciplinas (pelo menos 1 tema)

3º ciclo do Ensino Básico

Ciências Naturais (87%)

Cidadania e Desenvolvimento
(46%)

Colóquio/sessão fora de aulas
(33%)

Outra (22%)

EMR (18%)

História (11%)

Ensino Secundário

Biologia (24%)

Outra (18%)

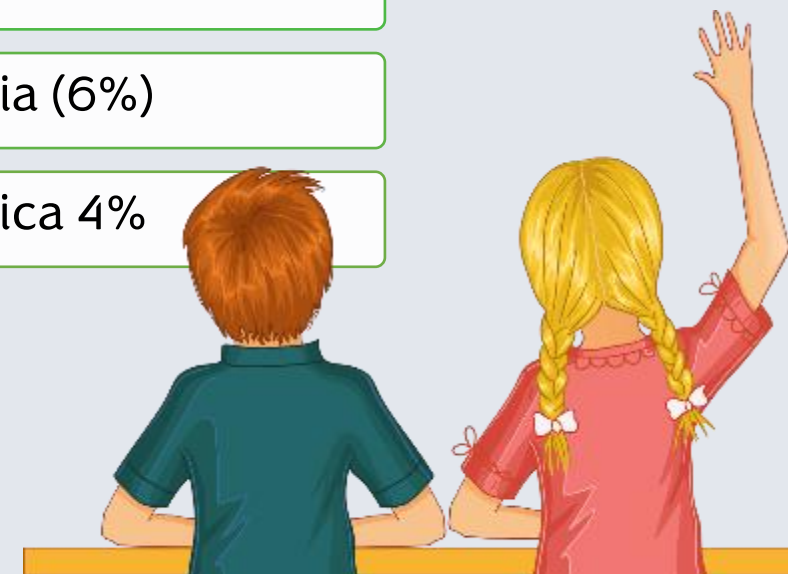
Colóquio/sessão fora de aulas
(17%)

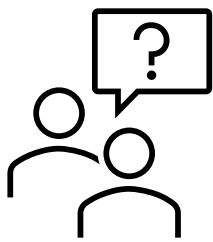
Português (9%)

Filosofia (6%)

Ed. Física 4%

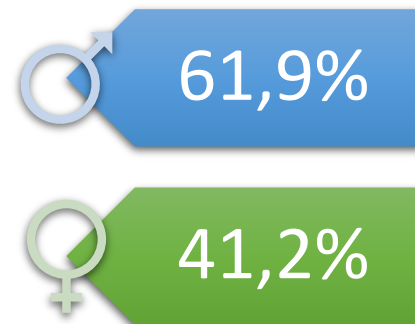
Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril, 2022)





Quando tens uma situação/ problema relacionado com sexualidade a quem recorres?

Ninguém



Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril, 2022)

Principais problemas?

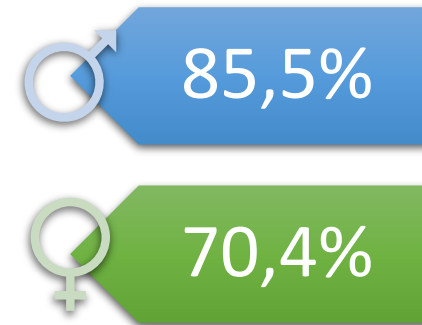


Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril,



A que serviços recorreste?

Nenhum



Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril 2022)

Conhecimentos dos Jovens (respostas certas)



sobre sexualidade

M. Bom – 25,3%

Bom – 43,6 %

Médio – 21,6%

Mau ou M. Mau –
9,5%

sobre corpo

M. Bom – 5,8%

Bom – 47,5 %

Médio – 34,6 %

Mau ou M. Mau –
12,1%

sobre sexualidade e
sentimentos

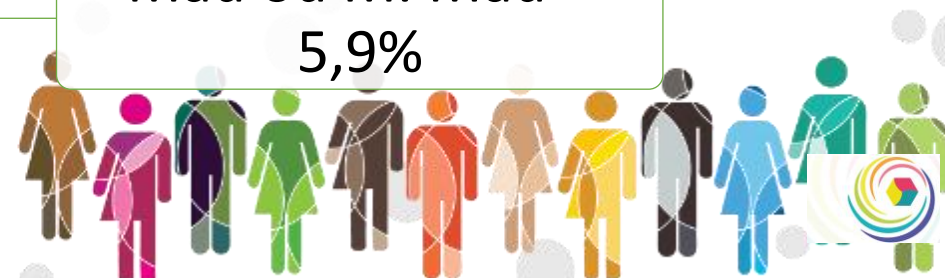
M. Bom – 59,2%

Bom – 25,4 %

Médio – 9,4 %

Mau ou M. Mau –
5,9%

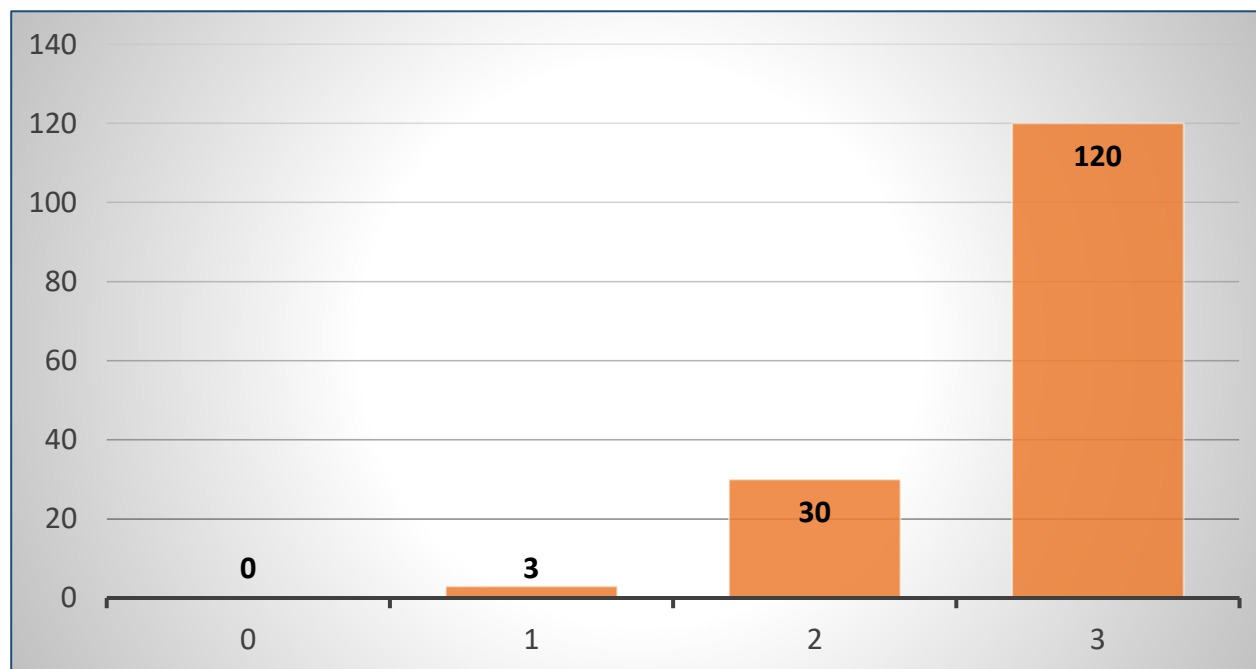
Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril, 2022)





Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita
aos comportamentos afetivo-sexuais



- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,



Conhecimentos dos Jovens (respostas certas)



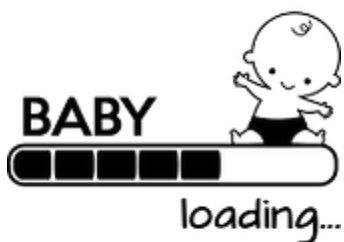
sobre contraceptivos

Muito bom – 2,7%

Bom – 22,0 %

Médio – 43,3 %

Mau ou Muito mau – 32,0



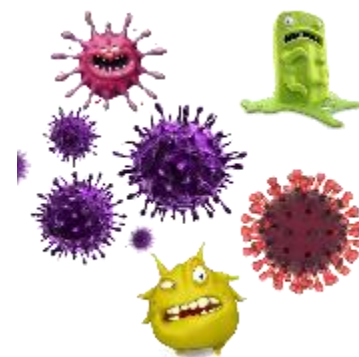
sobre IST (Infeções Sexualmente Transmissíveis)

Muito bom – 0,2%

Bom – 10,3 %

Médio – 58,6 %

Mau ou Muito mau – 30,9

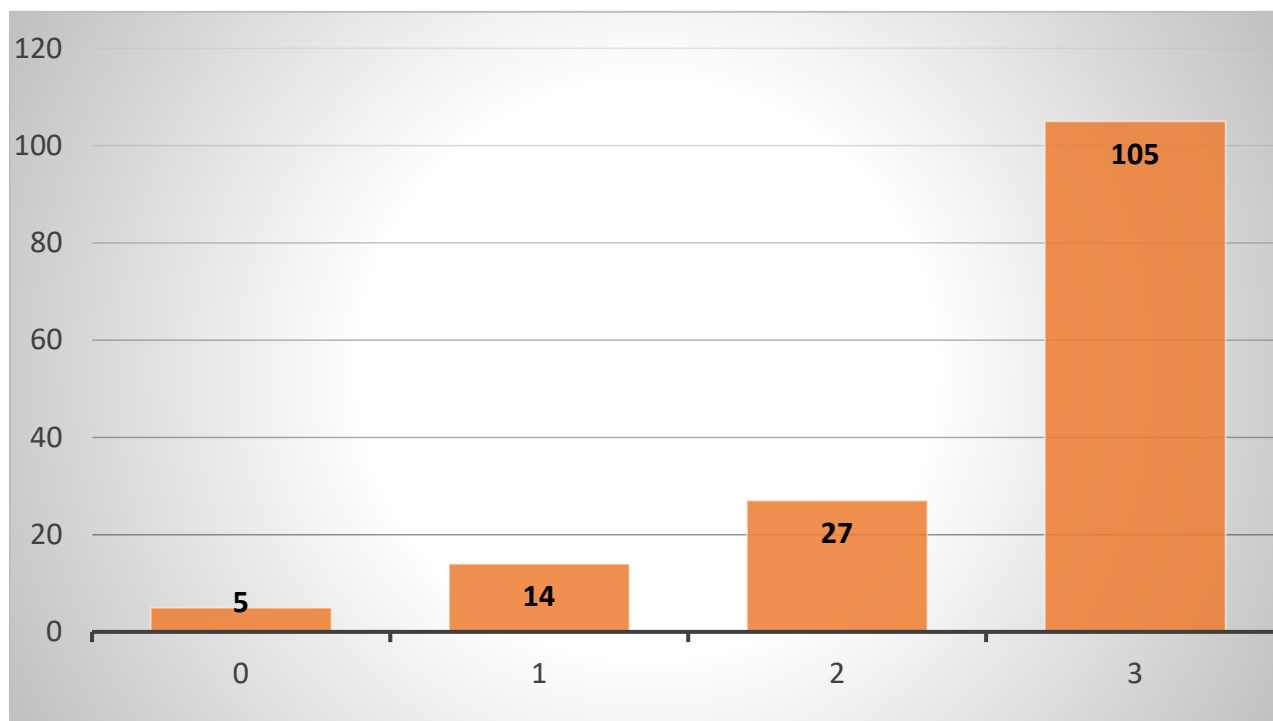


Fonte: Relatório Jovens e Educação Sexual: conhecimentos, fontes e recursos (abril 2022)



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A escola cumpre com o definido no artigo 7.º da Lei n.º 60/2009 em relação à elaboração dos Projetos de Educação Sexual de Turma.



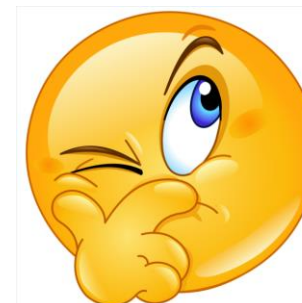
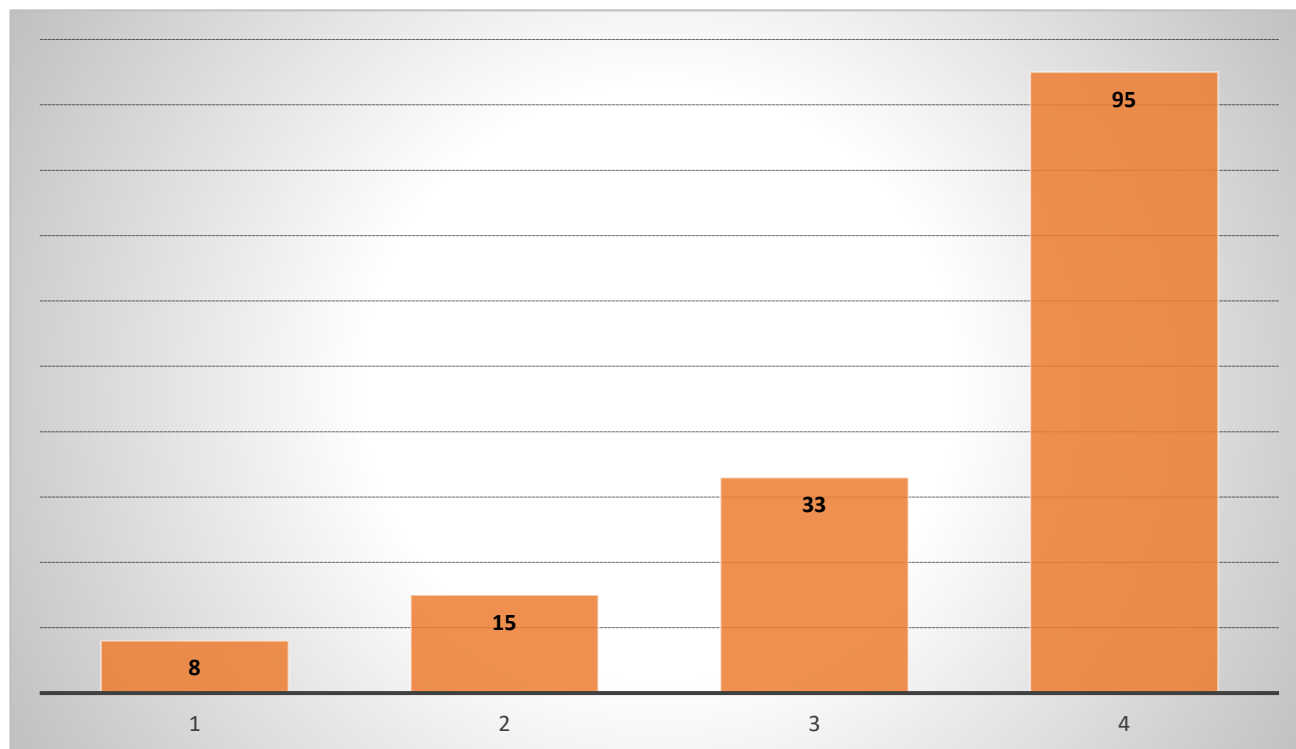
3- total concordância/adequação
2 - muita concordância/adequação,
1 - alguma concordância/adequação,
0 - não se verifica a concordância,





Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A escola promove, de acordo com o art.º 10º da Lei nº 60/2009 de 6 de agosto, o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno.



3- total concordância/adequação
2 - muita concordância/adequação,
1 - alguma concordância/adequação,
0 - não se verifica a concordância,

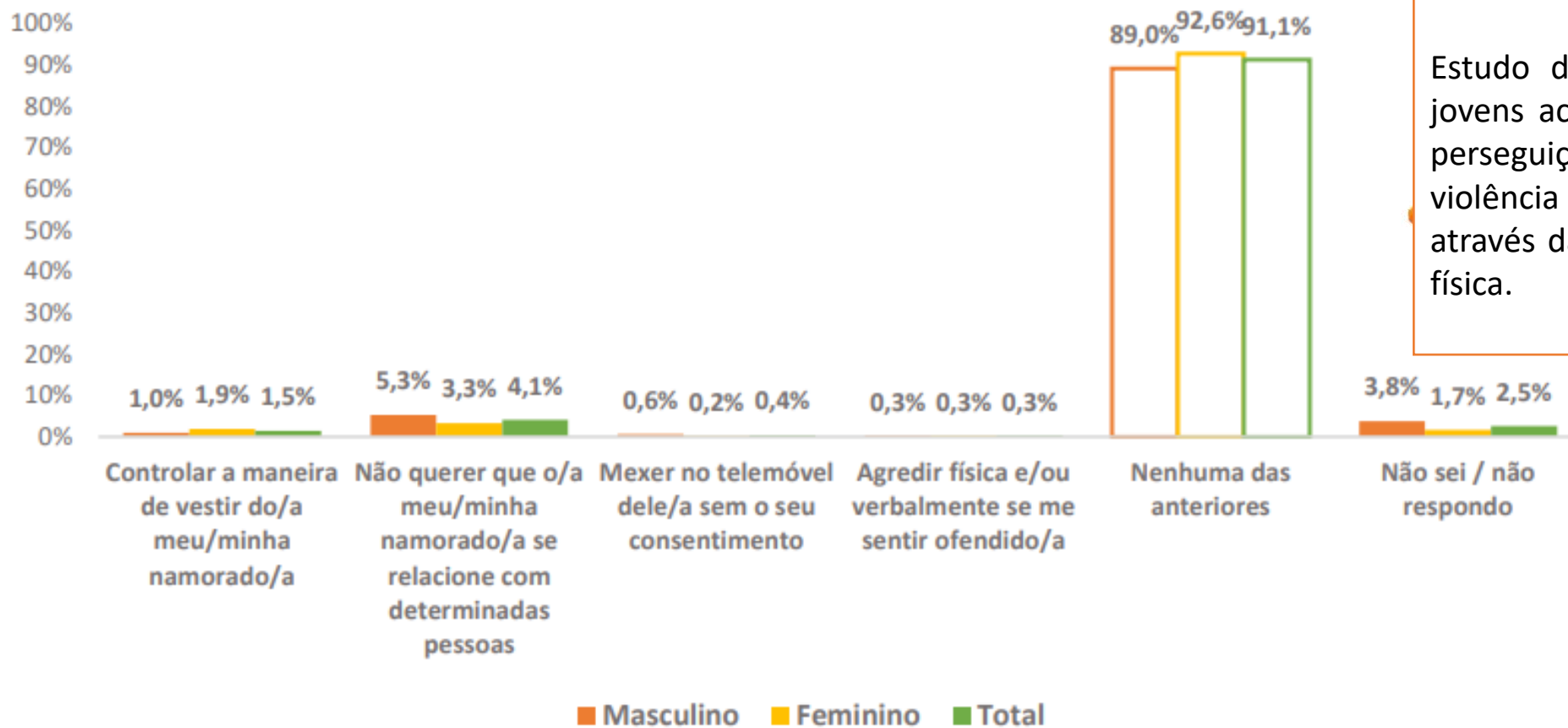


Numa relação amorosa tenho direito a... (%)

Maioria dos jovens acha legítima a violência no namoro, diz estudo

Estudo da UMAR mostra que 26% dos jovens acham legítimo o controlo, 23% a perseguição, 19% a violência sexual, 15% a violência psicológica, 14% a violência através das redes sociais e 5% a violência física.

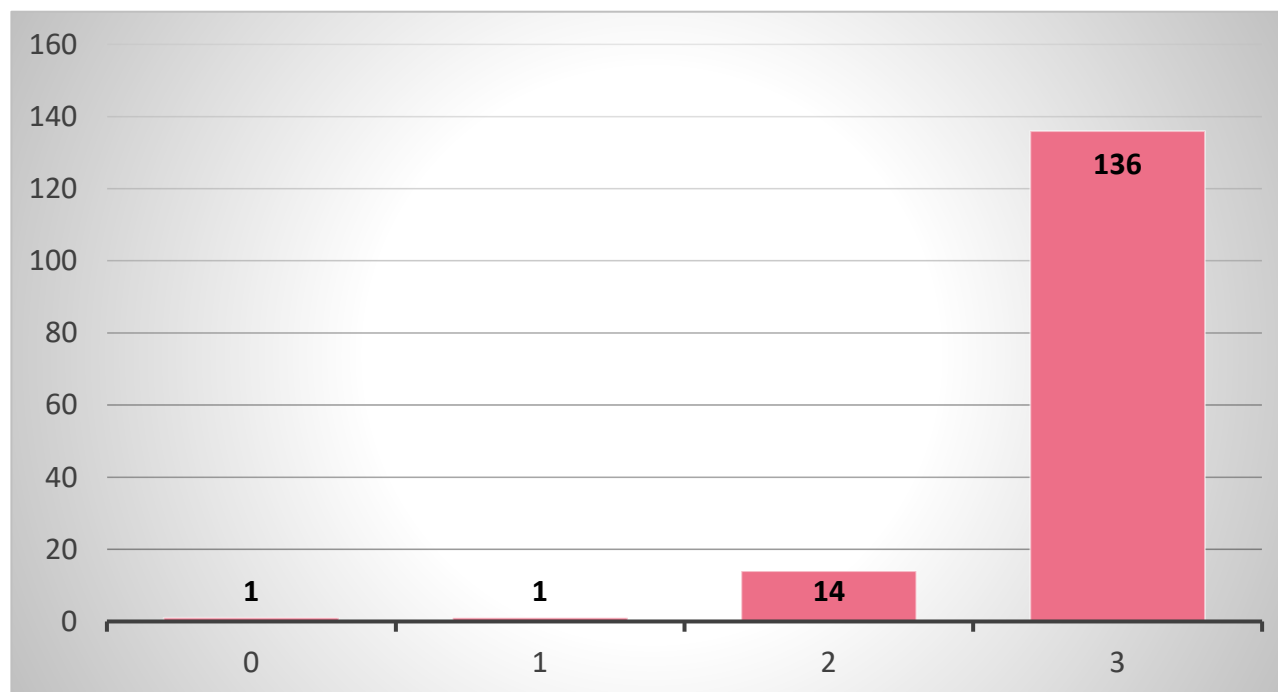
[Fonte Público 12/02/2021](#)





Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita **à violência no namoro**



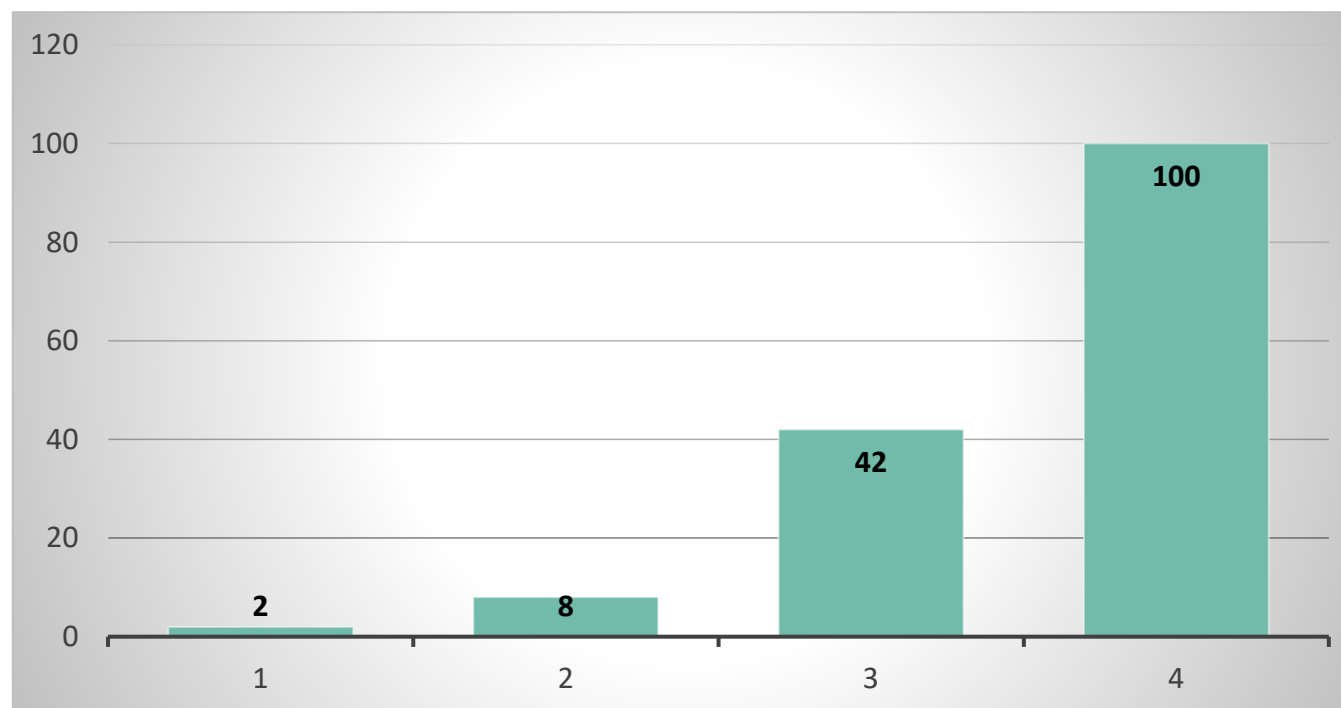
- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,





Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita à orientação sexual



3- total concordância/adequação
2 - muita concordância/adequação,
1 - alguma concordância/adequação,
0 - não se verifica a concordância,



Novo desafio...



Reconstruir provérbios

- Por turma no 1º ciclo, em grupos até 5 elementos nos restantes ciclos
- Mensalmente 5 selecionados para votação do público
- 1 a 3 provérbios distinguidos mensalmente

Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar

Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

CARACTERÍSTICAS ASSOCIADAS À OFERTA ALIMENTAR



98%
tem bufetes



31%
tem MVA*

* Disponíveis para utilização pelos alunos.

ANÁLISE DA OFERTA DE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS A NÃO DISPONIBILIZAR

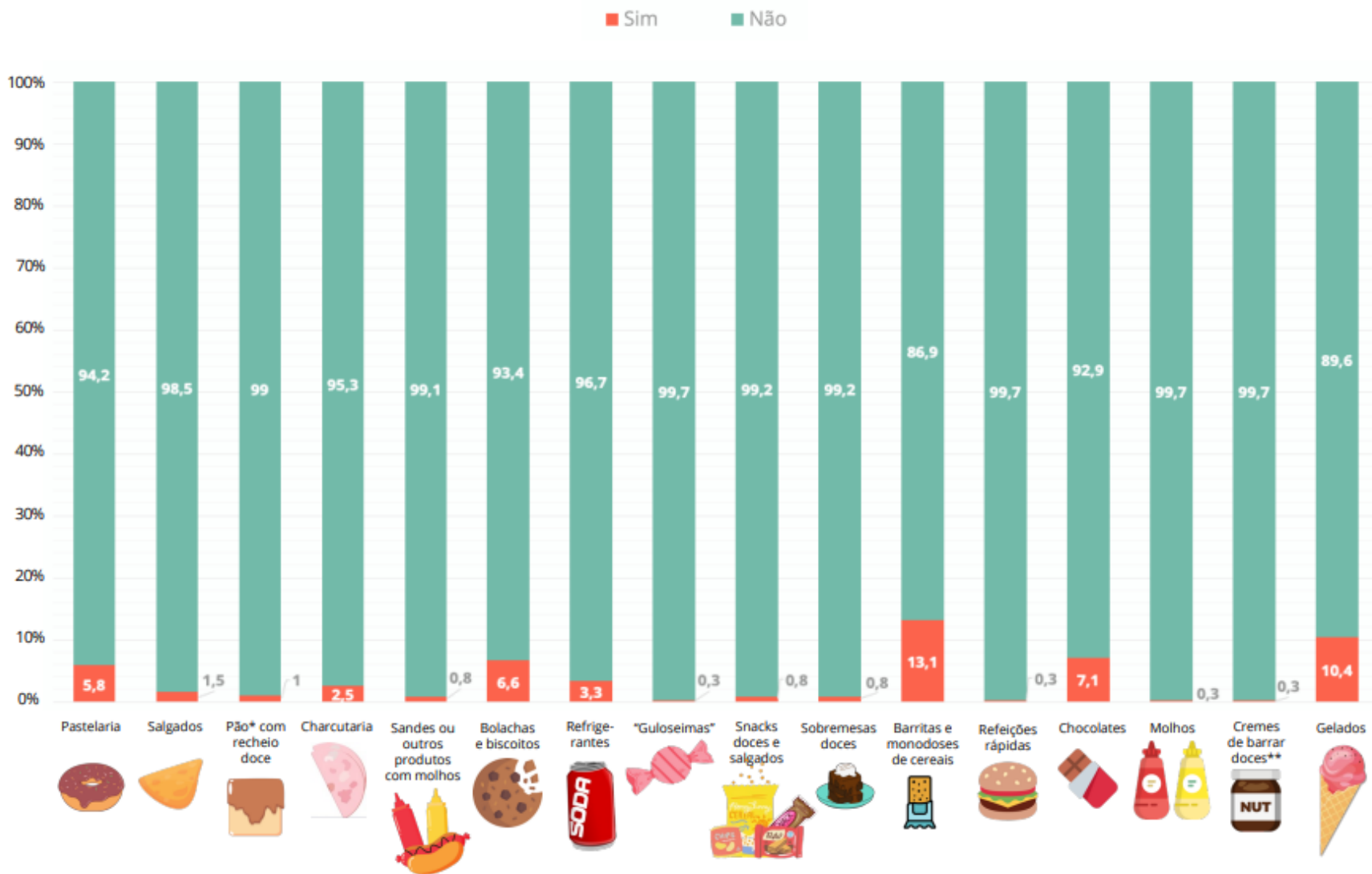


Figura 1. Oferta de géneros alimentícios a não disponibilizar nos bufetes escolares, de acordo com o Despacho 8127/2021 (n = 396).

*Pão, pão-de-leite ou croissant; **Cremes de barrar, à base de chocolate ou cacau e outros com adição c

Bufetes



Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar
 Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

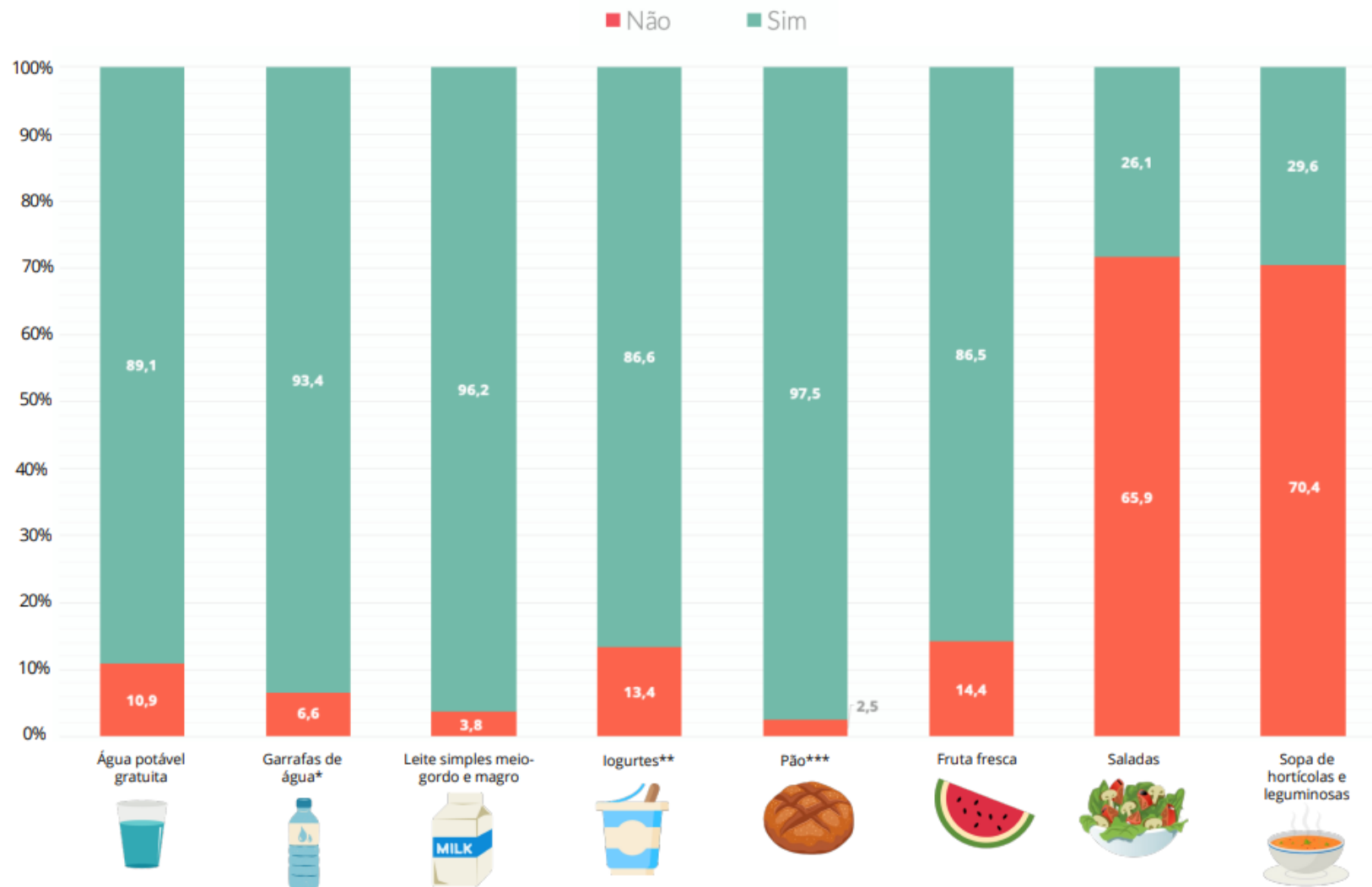


Figura 2. Oferta de géneros alimentícios a disponibilizar obrigatoriamente nos bufetes escolares, de acordo com o Despacho 8127/2021 (n = 396).

*mineral natural e água de nascente; **meio-gordo e magro, preferencialmente sem adição de açúcar; ***preferencialmente de mistura com farinha integral e com menos de 1 g de sal por 100 g de pão.

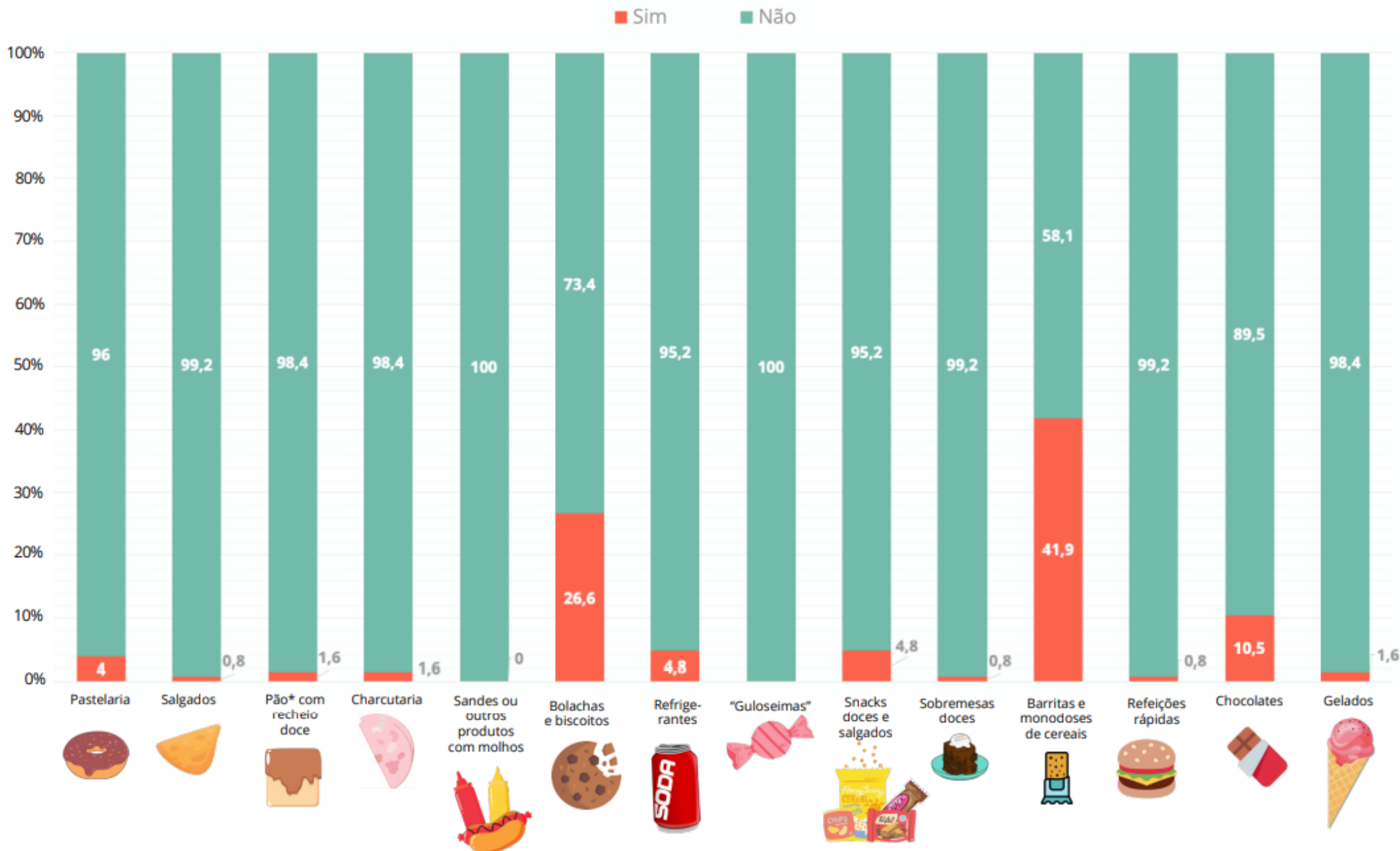
Nota: Os dados apresentados para a sopa de hortícolas e leguminosas dizem apenas respeito Agrupamentos de Escolas/ Escola não Agrupamento que apresentam regime noturno.

Bufetes



Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar
 Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

ANÁLISE DA OFERTA DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS A NÃO DISPONIBILIZAR



MVA



Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar
 Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

ANÁLISE DA OFERTA DE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS A DISPONIBILIZAR OBRIGATORIAMENTE

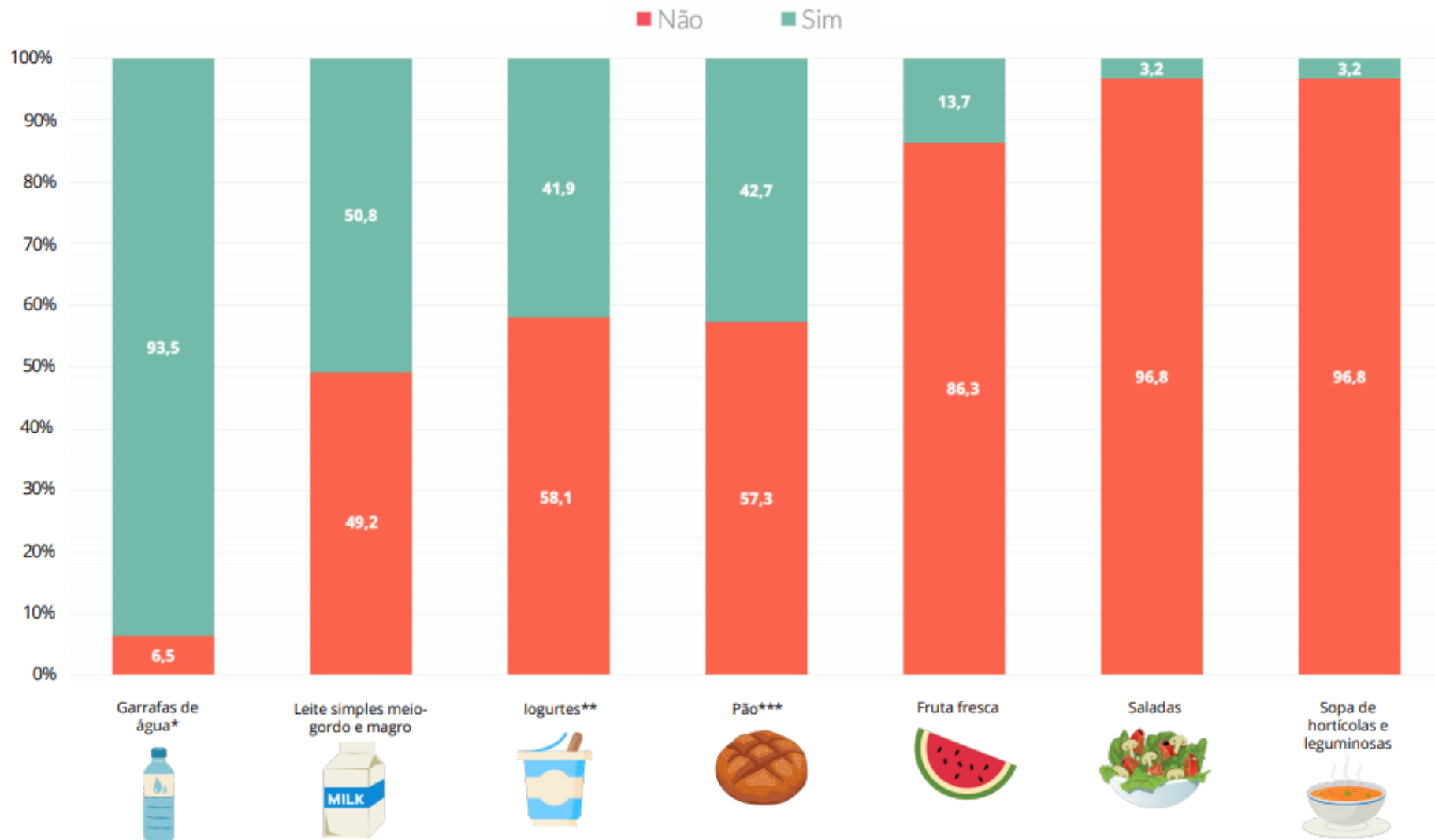


Figura 7. Oferta de géneros alimentícios a disponibilizar obrigatoriamente nas máquinas de venda automática, de acordo com o Despacho 8127/2021 (n = 124).

*mineral natural e água de nascente; ** meio-gordo e magro, preferencialmente sem adição de açúcar; ***preferencialmente de mistura com farinha integral e com menos de 1 g de sal por 100 g de pão.

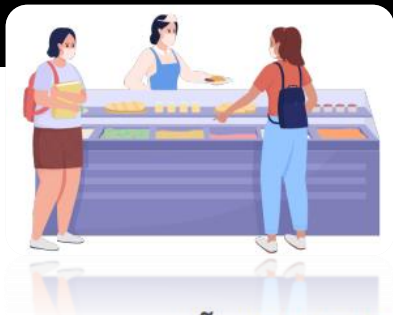
MVA



Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar
Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

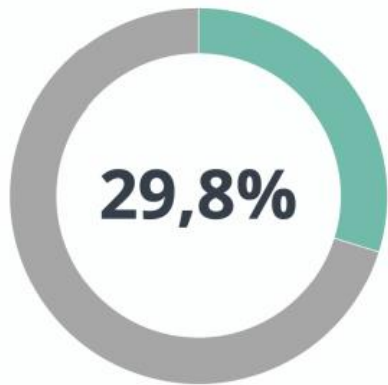
Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto

Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar

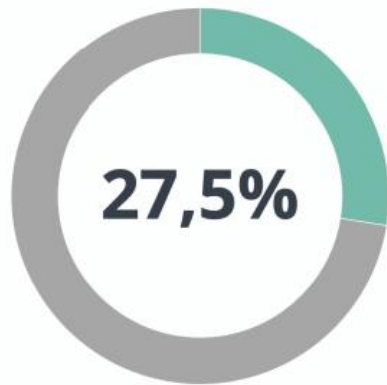


NÃO CONFORMIDADES NOS BUFETES ESCOLARES

ESCOLAS COM PELO MENOS UMA NÃO CONFORMIDADE



ALIMENTOS A NÃO
DISPONIBILIZAR

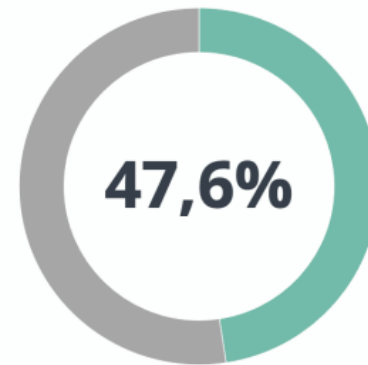


ALIMENTOS A DISPONIBILIZAR
OBRIGATORIAMENTE

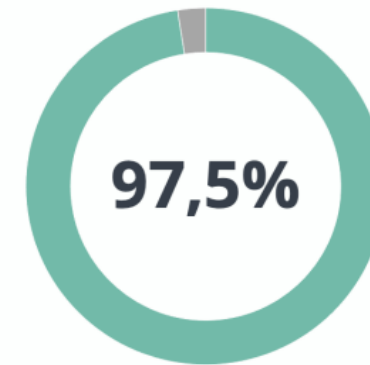


NÃO CONFORMIDADES NAS MÁQUINAS DE VENDA AUTOMÁTICA

ESCOLAS COM PELO MENOS UMA NÃO CONFORMIDADE



ALIMENTOS A NÃO
DISPONIBILIZAR



ALIMENTOS A DISPONIBILIZAR
OBRIGATORIAMENTE

Organização do espaço dos bufetes escolares

Acesso e localização das máquinas de venda automática

Localização, organização do espaço e acesso	% (n)
Organização do espaço do bufete (n = 396)	
Opções alimentares mais saudáveis encontram-se na primeira linha de observação do bufete	95,2 (377)
Localização das máquinas de venda automática (n = 124)	
As máquinas de venda automática estão localizadas em zonas afastadas do bufete escolar	64,5 (80)
As máquinas de venda automática localizam-se numa zona próxima do bufete escolar	35,5 (44)
Acesso às máquinas de venda automática (n = 124)	
As máquinas de venda automática têm o acesso bloqueado durante o período de funcionamento do refeitório escolar	79,0 (98)
As máquinas de venda automática não têm qualquer restrição de acesso durante o período de funcionamento do refeitório escolar	21,0 (26)



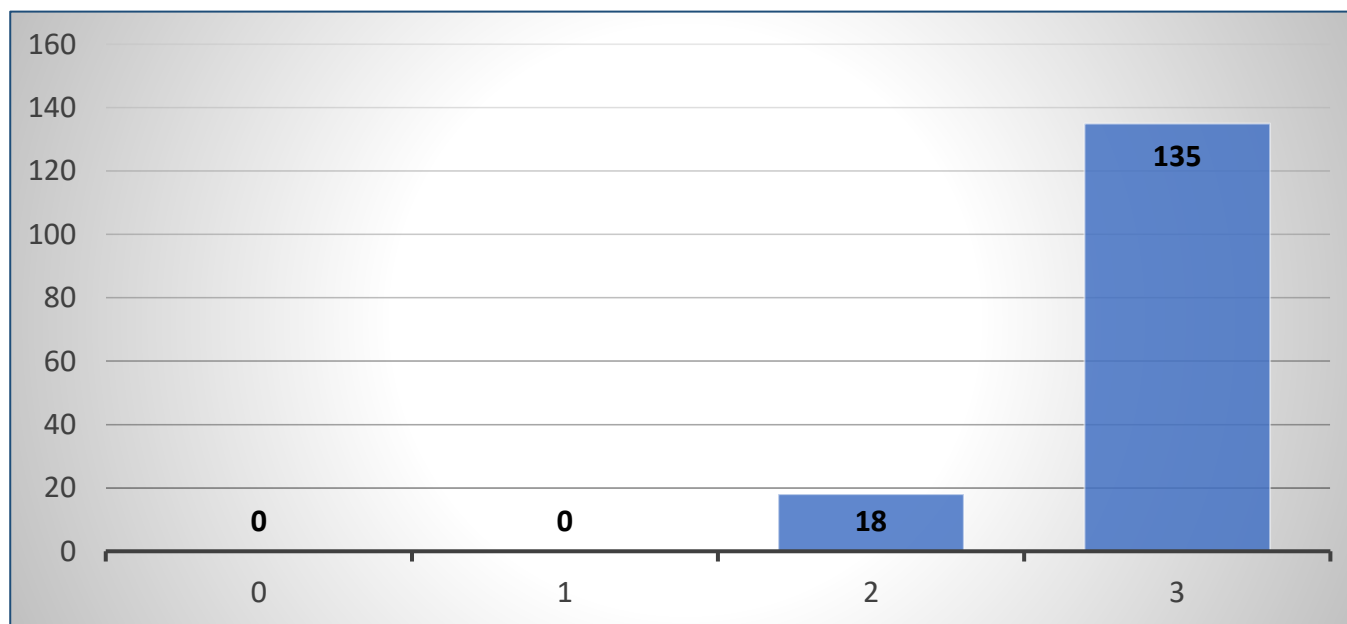
Oferta de bens alimentares e ementas a disponibilizar à população escolar
Aplicação do Despacho n.º 8127/2021 de 17 de agosto



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita

Promoção da alimentação e escolhas alimentares saudáveis.

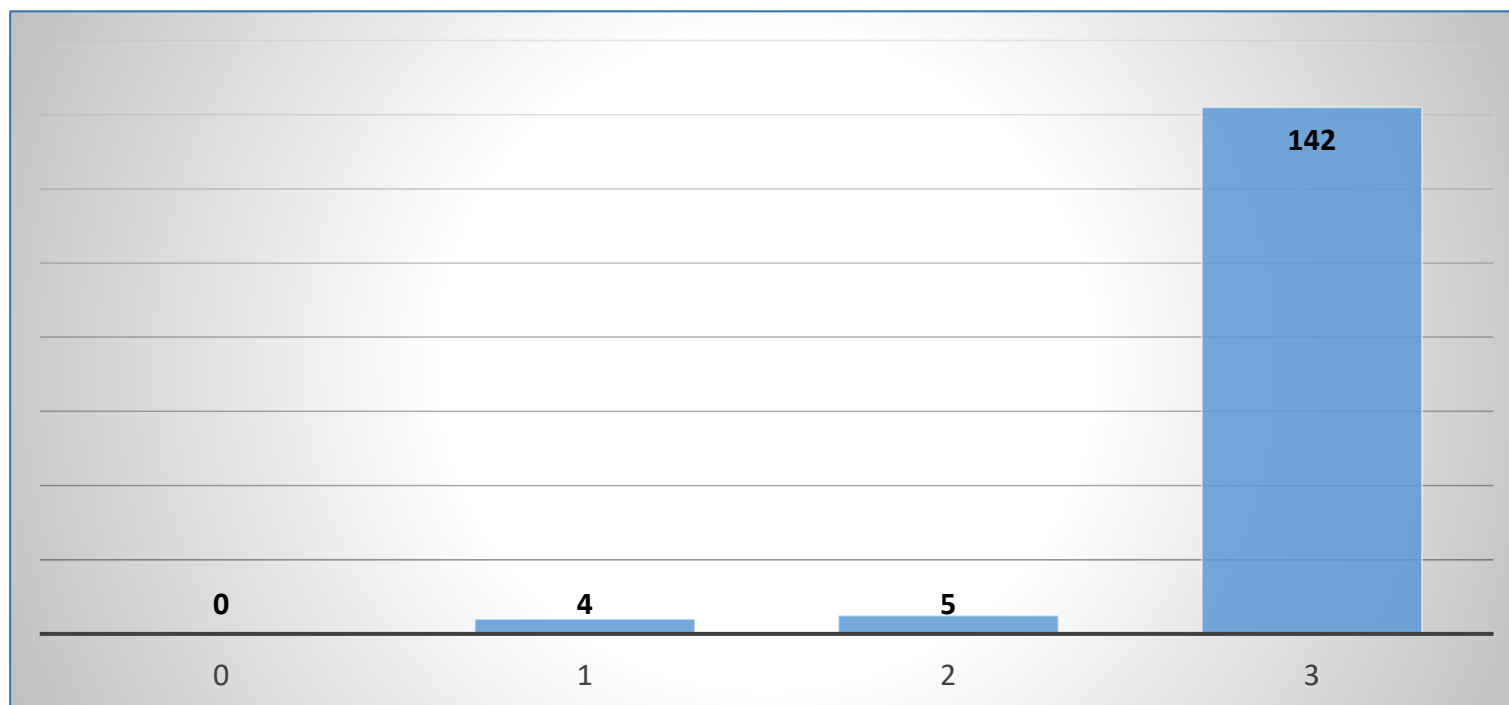


- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,



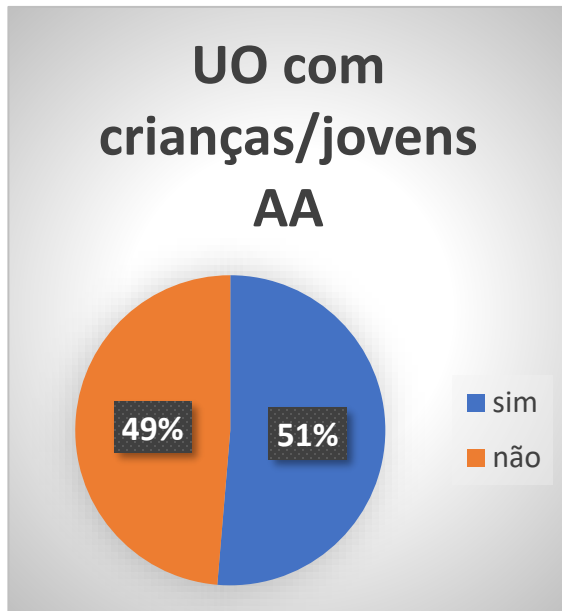
Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

2.5. Os serviços da escola, como o refeitório, bufete e máquinas de venda automática cumprem o Despacho 8127/2021 da SEAE.

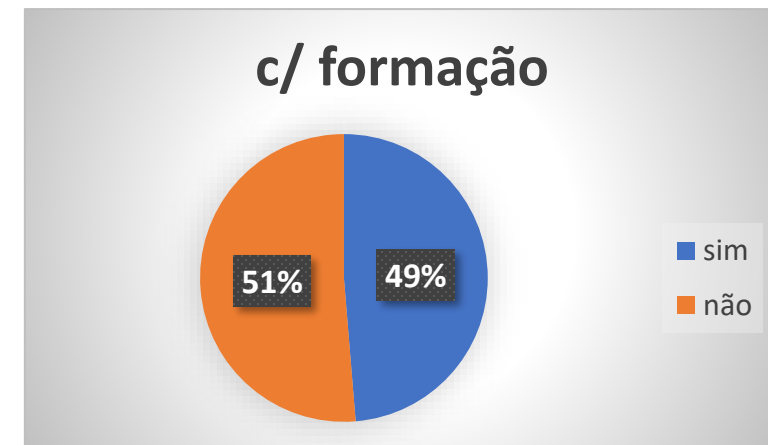


3- total concordância/adequação
2 - muita concordância/adequação,
1 - alguma concordância/adequação,
0 - não se verifica a concordância,

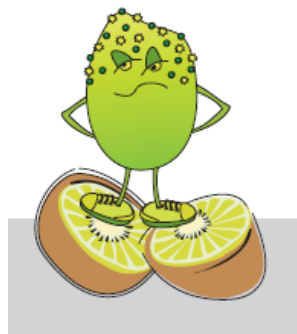
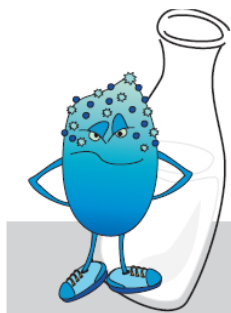
Alergias Alimentares



271 Est. ed/ens. com AA identificados



Novo desafio...



Consumo de tabaco por nível de escolaridade



População residente com 15 ou mais anos segundo a condição perante o consumo de tabaco, por nível de escolaridade (%) | Portugal, 2019

Nível de escolaridade	Nunca fumaram	Ex-fumadores	Fumadores ocasionais	Fumadores diários	Total Fumadores
Nenhum	80,5	14,7	0,8	3,9	4,7
Ensino Básico	61,6	21,8	1,9	14,3	16,2
Ensino Secundário	53,9	22,5	4,3	19,4	23,7
Ensino Superior	62,1	22,3	4,0	11,0	15,0

Nota: as estimativas apresentadas não contemplam as situações "não sabe / não responde."

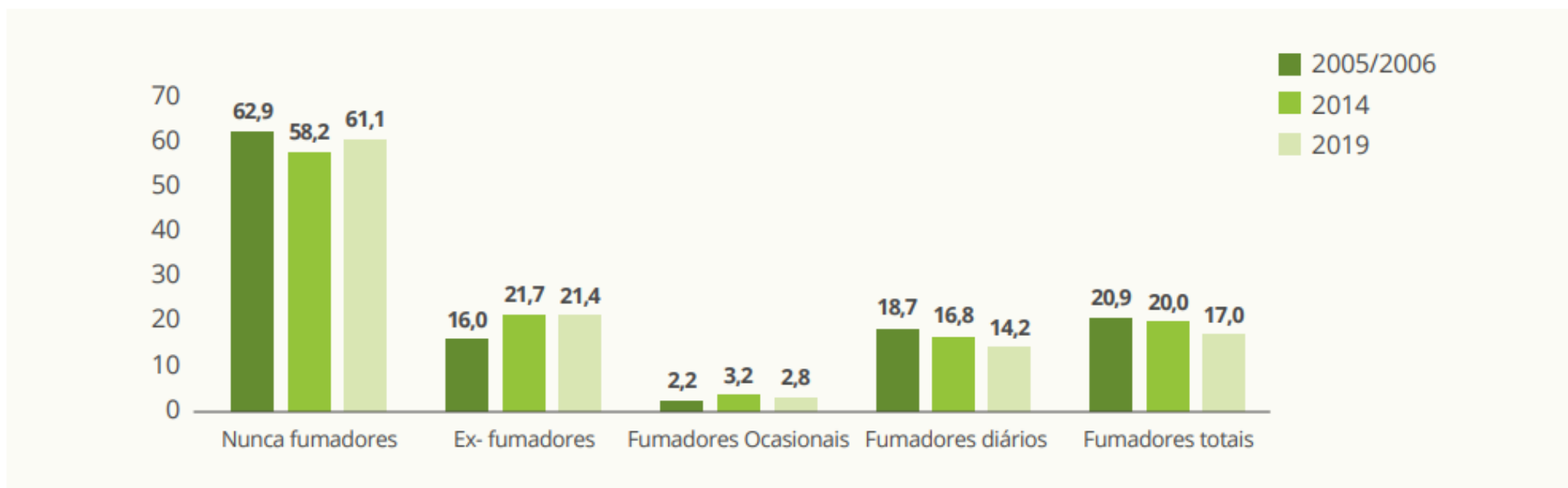
Fonte: INE. Inquérito Nacional de Saúde 2019. Portugal; 2020a. Disponível em: https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_base_dados

População com 15 ou mais anos - consumo de tabaco

Evolução 2005/2019



População residente com 15 ou mais anos segundo a condição perante o consumo de tabaco (%) | Portugal, 2005/2006 - 2019



Nota: as estimativas apresentadas não contemplam as situações “não sabe / não responde.”

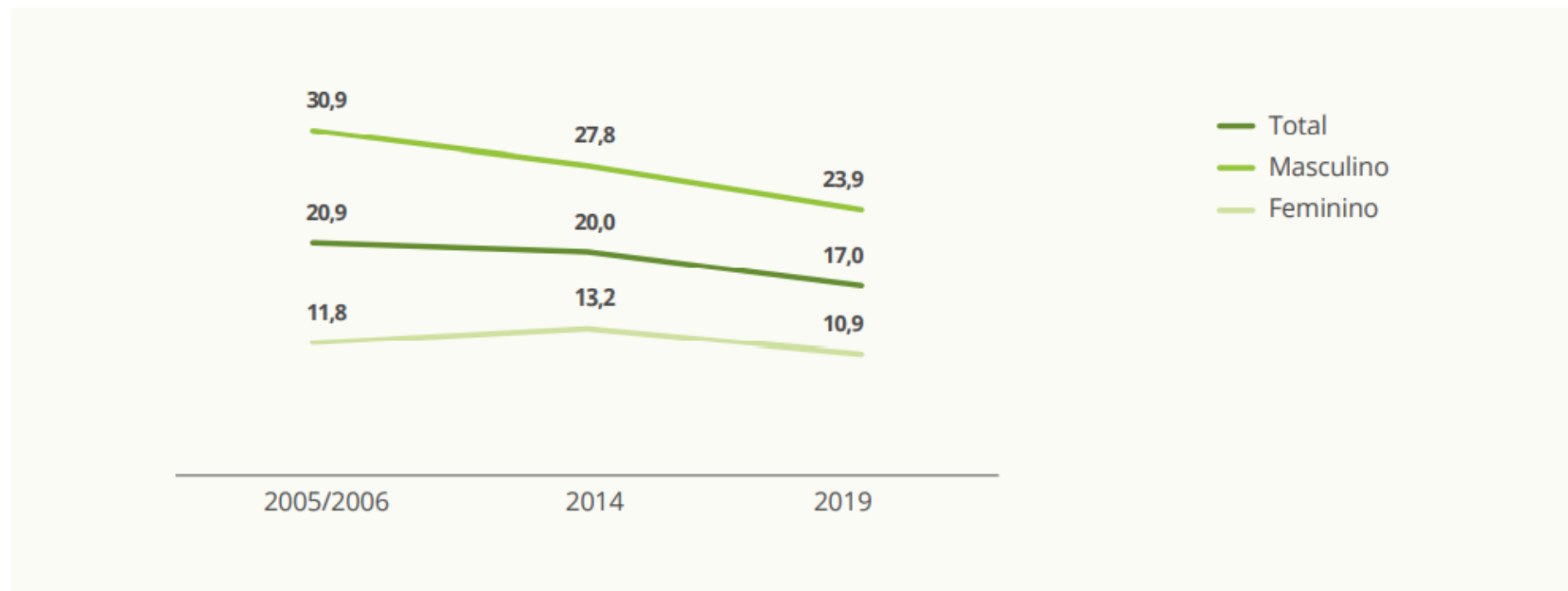
Dados ponderados para a população, não padronizados para a idade.

Fonte: INE/INSA, Inquéritos Nacionais de Saúde 2005/2006 e 2014; 2009; 2016; INE. Inquérito Nacional de Saúde 2019, 2020a. Disponível em: https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_base_dados

Prevalência de fumadores com 15 ou mais anos por sexo



Evolução da prevalência de fumadores com 15 ou mais anos, por sexo (%) | Portugal, 2005/2006 - 2019



Nota: as estimativas apresentadas não contemplam as situações "não sabe / não responde." Dados ponderados para a população, não padronizados para a idade.

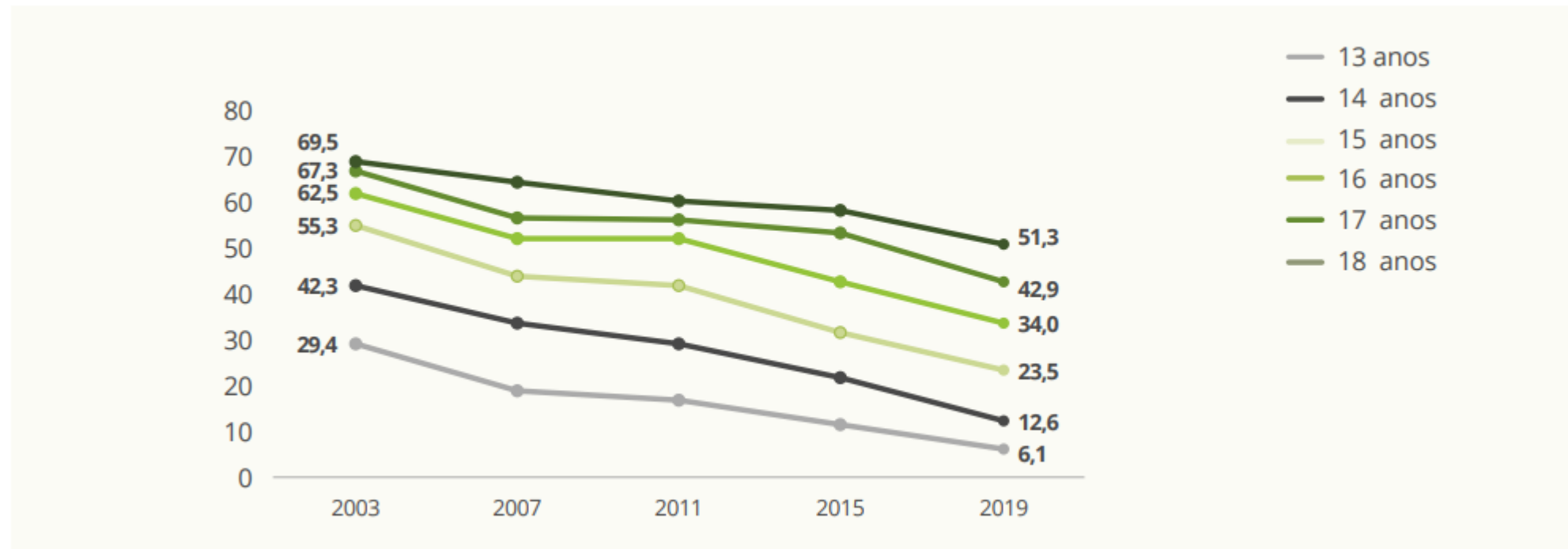
Fonte: INE/INSA, Inquéritos Nacionais de Saúde 2005/2006 e 2014; 2009; 2016; INE. Inquérito Nacional de Saúde 2019, 2020a, Disponível em: https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_base_dados



Prevalência do consumo de tabaco tradicional ao LDV* por alunos dos 13-18 anos (ensino público)



15. Prevalências do consumo de tabaco tradicional ao longo da vida por alunos do ensino público dos 13 aos 18 anos (%) | Portugal Continental, evolução 2003-2019



Fonte: Lavado E, Calado V, Feijão F, ECATD-CAD, 2019, SICAD/DMI/DEI, 2020.

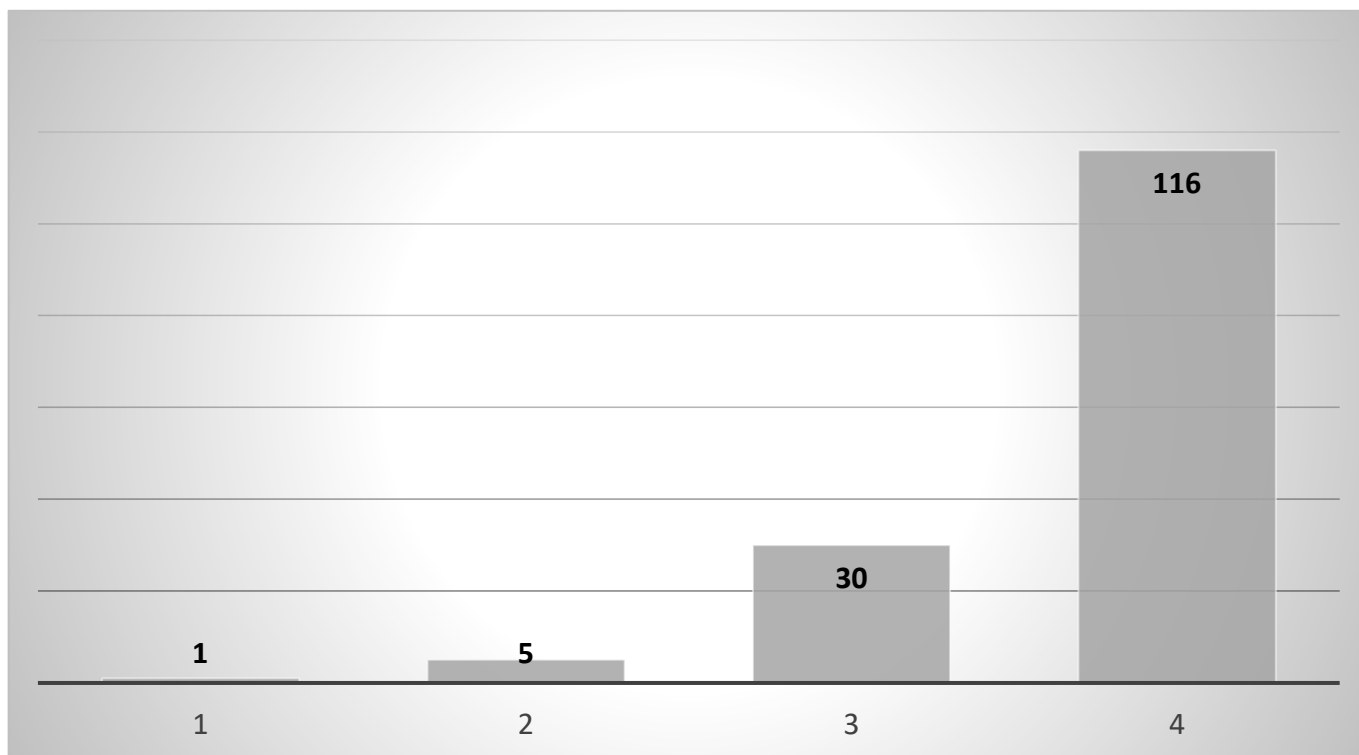
Nota: dados para construção do gráfico gentilmente cedidos pelo SICAD/DMI/DEI.

*Longo da Vida



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua, com base em dados atualizados, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita
do consumo de tabaco

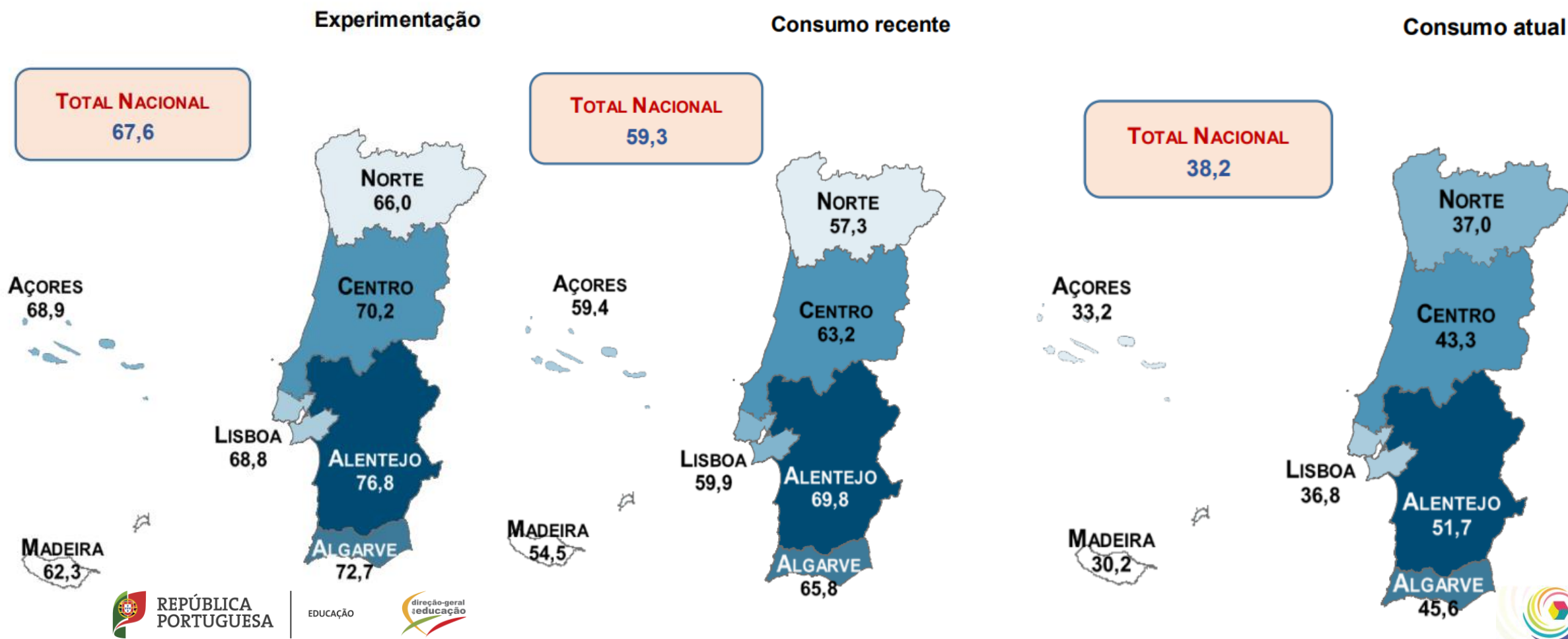


- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,

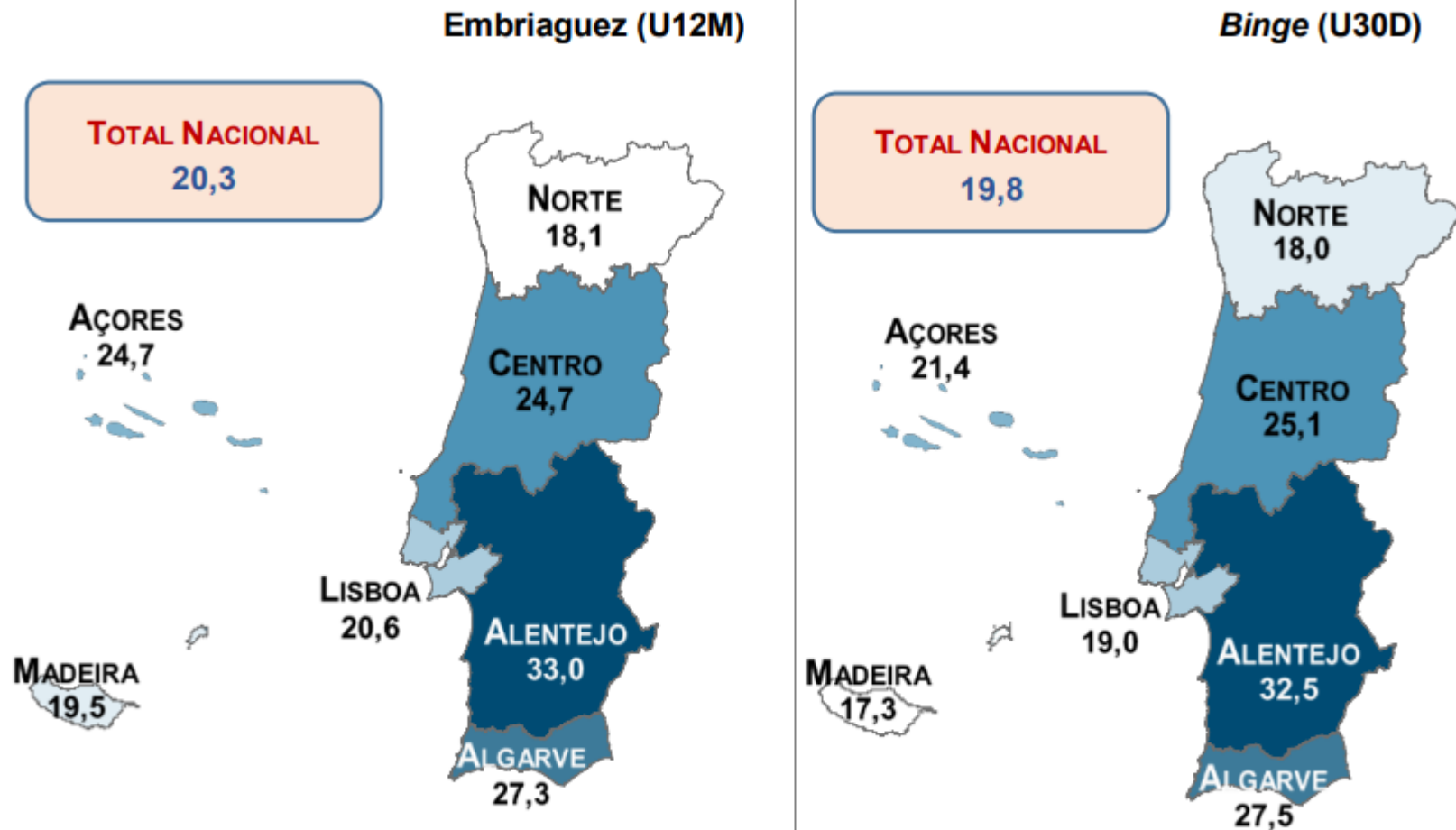


Álcool: Prevalências de consumo (%)

ÁLCOOL Em todas as regiões do país, o álcool é a principal substância psicoativa consumida entre a população em estudo. Mas há grandes divergências de região para região



Álcool: Tendência de embriaguez

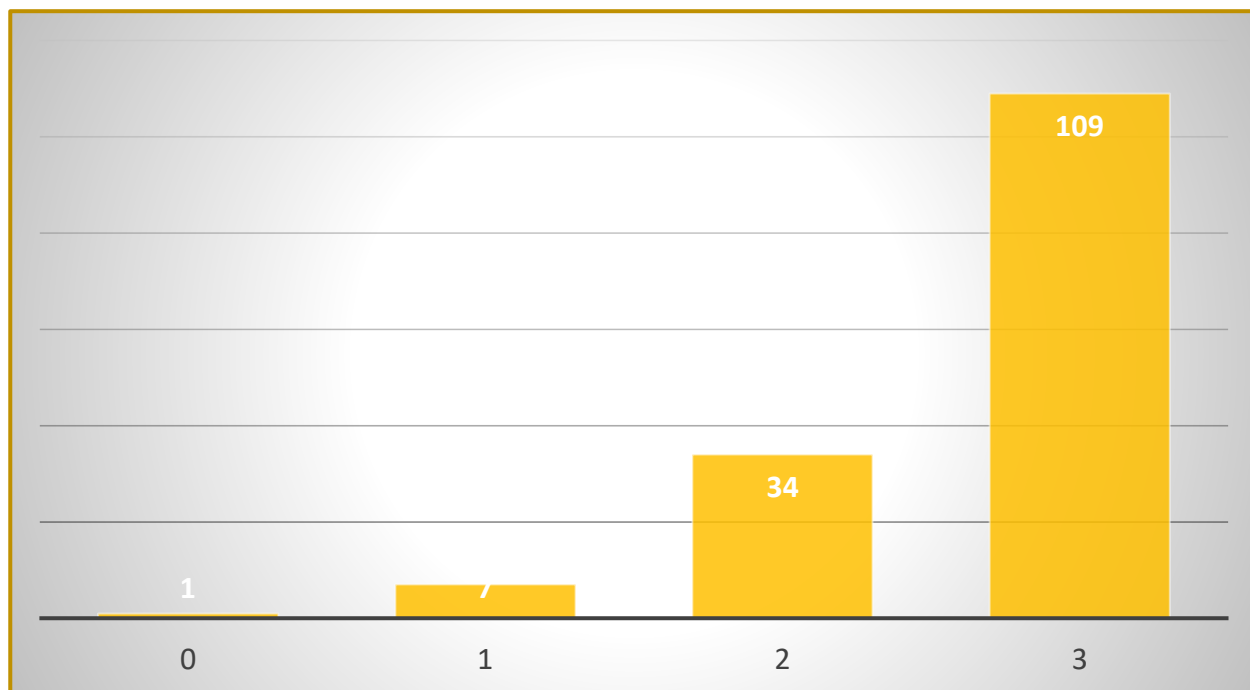


Fonte: SICAD/DMI/DEI



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita **do consumo de álcool**



- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,



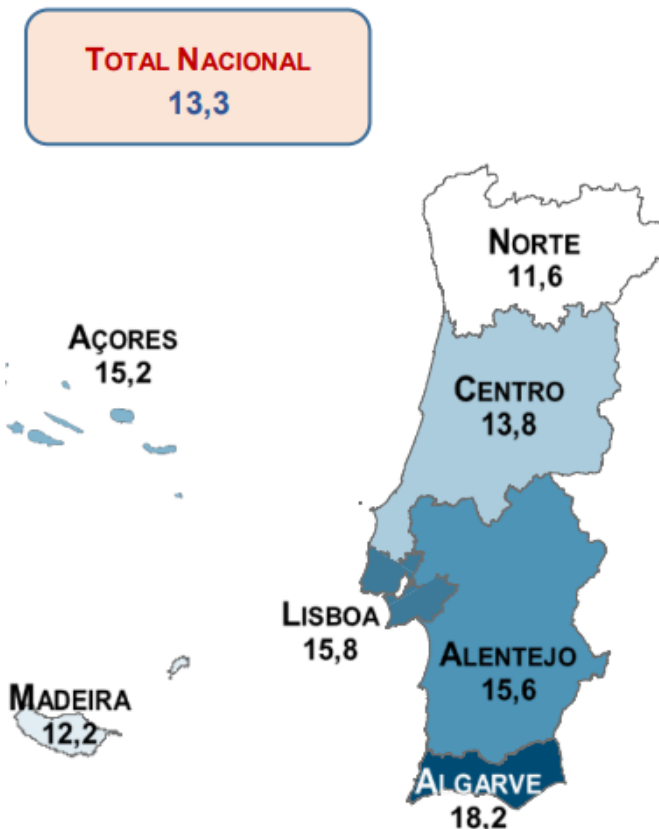
Substâncias ilícitas: Prevalências de consumo (%)



Experimentação



Consumo recente



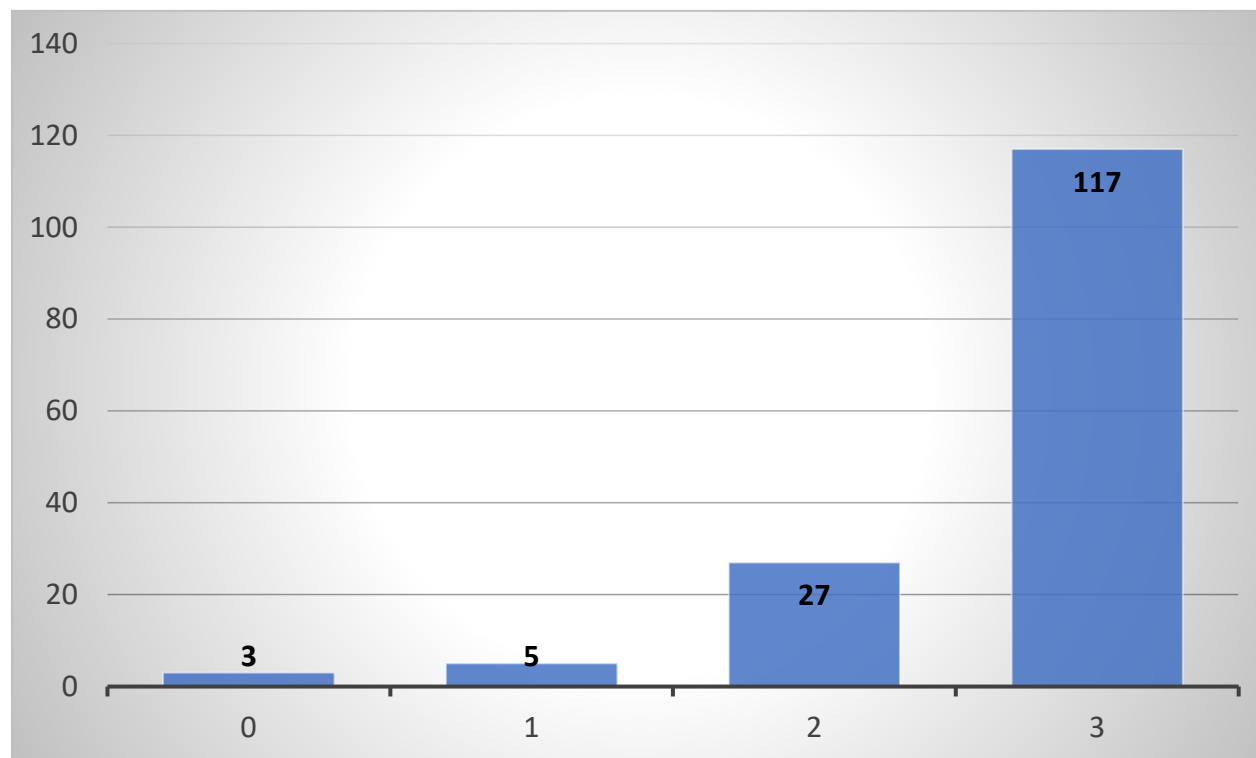
Consumo atual





Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

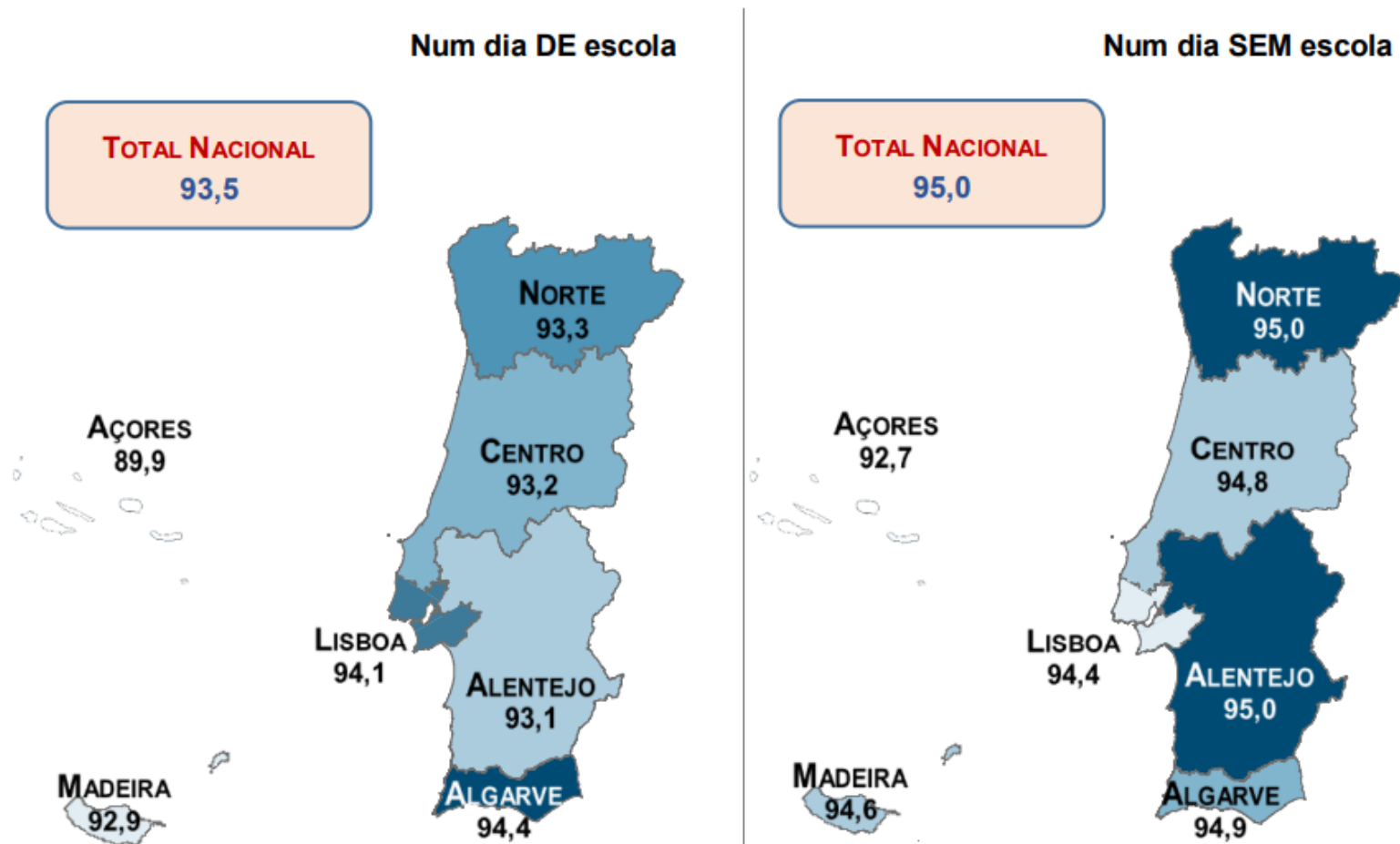
A nossa Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita **ao consumo de substâncias psicoativas**



- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,



Internet e jogo: Redes sociais (%)



Fonte: SICAD/DMI/DEI

Redes Sociais...

“You can never take back something you said or something you posted online”

RGPD:

Os/As menores de 16 anos - consentimento parental para fazerem uso de redes sociais e outras aplicações



Desafios



Fumar cotonetes é a nova tendência entre os

jovens

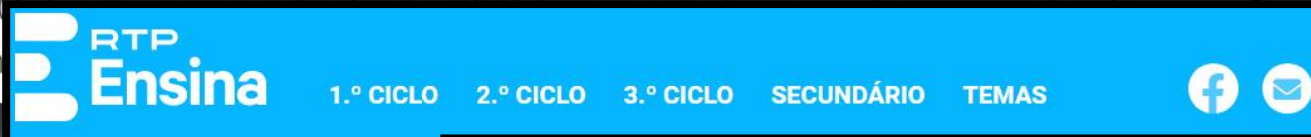
Nova moda já c

Correio da Man

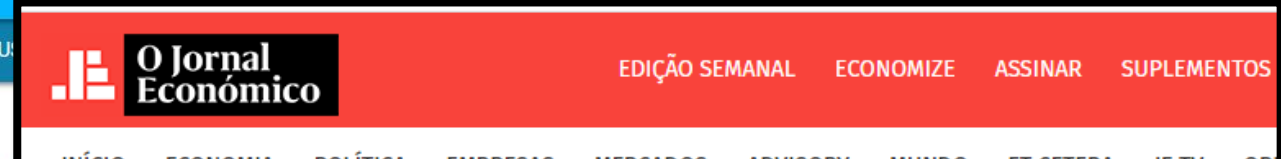
Archie Battersbee foi encontrado inconsciente em casa, em abril, depois de ter feito o chamado "blackout challenge", um desafio que consiste em sustar a respiração até desmaiar.

ganhado n

ntam a nova tendência: cortam
acendem a outra e inalam pelo



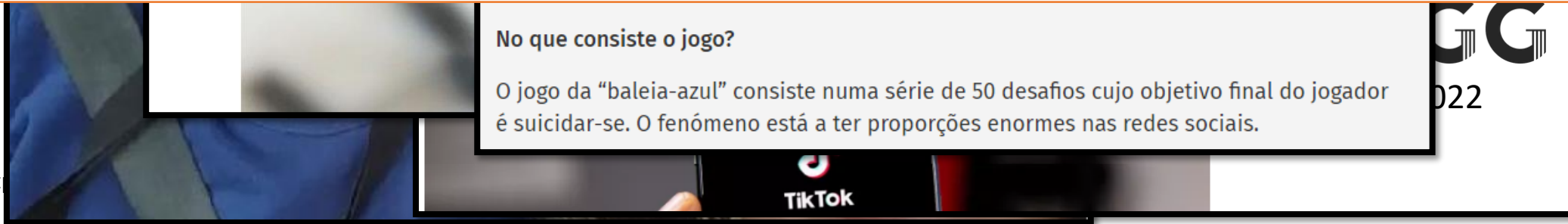
IS UMA VÍTIMA.



Saúde Mental: autoestima, respeito...

No que consiste o jogo?

O jogo da "baleia-azul" consiste numa série de 50 desafios cujo objetivo final do jogador é suicidar-se. O fenómeno está a ter proporções enormes nas redes sociais.



O que incomoda os/as jovens

EU Kids Online 2020: Estudo realizado na Europa (19 países) | Idades 9-16 | Outono de 2017 e Verão de 2019 (Em PT 03/2018 a 07/2018)

cyberbullying

conteúdos prejudiciais

mau uso de dados pessoais

uso excessivo da Internet

mensagens de sexting

encontros com pessoas conhecidas online

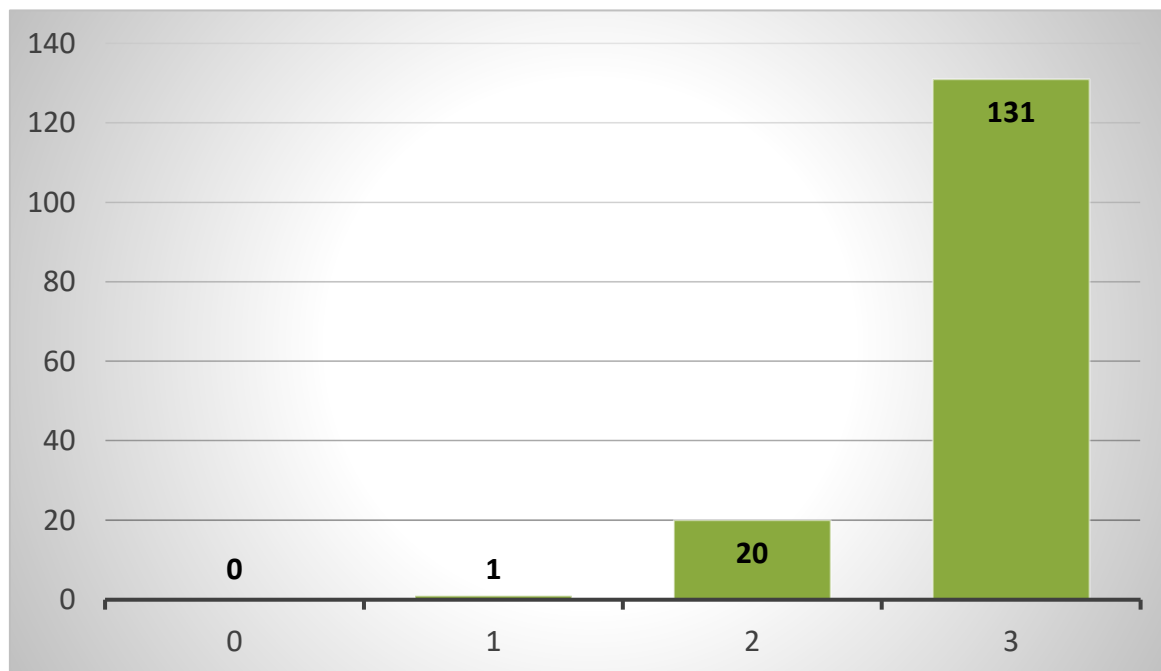


Fonte: EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries



Candidaturas ao Selo “Escola Saudável”

A nossa Escola atua, na promoção dos comportamentos saudáveis dos/as alunos/as tendo em conta a idade, sexo e fatores socioculturais, no que respeita ao combate a todas as formas de bullying e cyberbullying



- 3- total concordância/adequação
- 2 - muita concordância/adequação,
- 1 - alguma concordância/adequação,
- 0 - não se verifica a concordância,



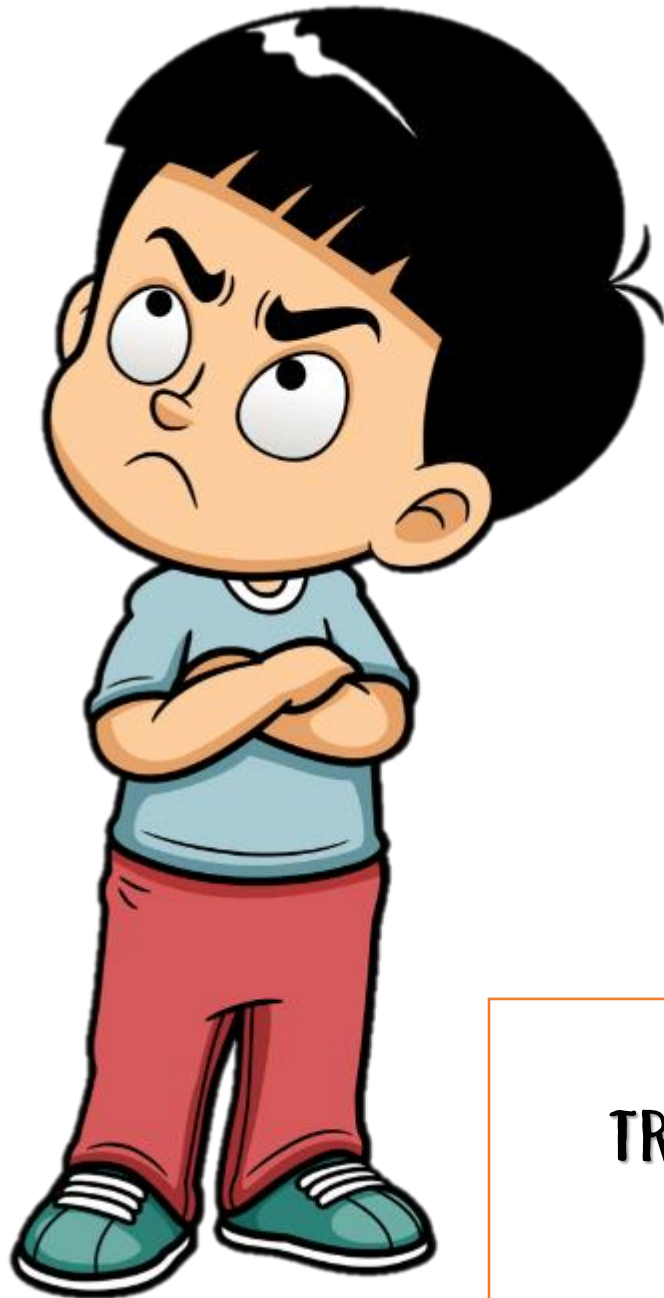
Nudes

Maiores impactos do 'sexting' (envio de textos e imagens sexualmente sugestivos com conteúdo sexual explícito):

- humilhação (17,39%),
- vergonha (15,22%) e
- desespero (13,04%).



Fonte: estudo exploratório UP, 2020



PREOCUPANTE:

A FALTA DE EMPATIA DOS/AS AGRESSORES/AS

A empatia é fundamental nas relações interpessoais e prevenção da agressividade entre pares.

Colocarem-se no lugar do outro!

Saúde Mental em Saúde Escolar. Manual para a Promoção de Competências Socioemocionais em meio escolar (2016)

É PRECISO:

**TRABALHAR MAIS A EMPATIA, A TOLERÂNCIA, A SOLIDARIEDADE
NAS ESCOLAS E EM CASA!**

ENVOLVER AS TESTEMUNHAS / OBSERVADORES

Websites de apoio



TODOS/AS DEVEM CONHECER AS SUAS FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES

Sensibilizar a comunidade educativa para o papel que tem a desempenhar na prevenção e combate ao *bullying* e ao *ciberbullying*, e para a tolerância zero a todos os comportamentos violentos.

Promover a formação de toda a comunidade educativa para a sensibilização, prevenção e combate aos comportamentos de violência.



Perfil do aluno

PENSAMENTO CRÍTICO E PENSAMENTO CRIATIVO



"De mim não aprendereis Filosofia, mas antes como filosofar, não aprendereis pensamentos para repetir, mas antes como pensar."

Kant

OBRIGADA PELA VOSSA ATENÇÃO!

CONTACTOS DOS RESPONSÁVEIS PELAS EQUIPAS DOS
DOMÍNIOS DA SAÚDE, DA SEXUALIDADE E DA IGUALDADE
DE GÉNERO

rui.lima@dge.mec.pt

isabel.lopes@dge.mec.pt

