

# Bem crescer, mal crescer

***A Escola Superior de Saúde do IPCB está a promover o projecto Bem Crescer, mal Crescer.***

***A iniciativa é desenvolvida com as secundárias Nuno Álvares e Amato Lusitano.***

"**B**em Crescer, Mal Crescer" é o nome do projecto que está a ser desenvolvido pela Es-

cola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias (ESALD), em parceria com as Escolas Secundárias Nuno Álvares (ESNA) e Amato Lusitano (ESAL). A iniciativa pretende promover estilos de vida saudáveis, fazendo a prevenção da obesidade e de comportamentos de risco na criança e no jovem.

De acordo com as suas responsáveis (as docentes Maria Emília Duarte, que coordena, Alda Maria Mendes e Maria Fernanda Cruz, da Esald, Helena Catana, da Esna, e Conceição Fernandes, da Esal), os adolescentes que frequentam o 3º ciclo

do ensino básico e o ensino secundário das referidas Escolas Secundárias, são o público alvo. A iniciativa conta ainda com a participação de alunos da Superior de Saúde.

Ao longo do corrente ano lectivo foram já desenvolvidos trabalhos nas aulas de formação cívica e várias actividades, relacionadas com as seguintes temáticas: Hábitos Alimentares e Riscos para a Saúde com destaque para a Obesidade; Consumos Nocivos: Drogas Lícitas e Ilícitas; Sexualidade e Afectos, Infecções Sexualmente Transmissíveis e Métodos Contraceptivos.

De salientar ainda o funcionamento de um Gabinete de Atendimento "Promoção de estilos de vida saudáveis" integrado nos projectos educativos das escolas referidas, a funcionar à terça e à quinta-

feira respectivamente na ESNA e na ESAL.

Com o objectivo de dar a conhecer o trabalho realizado ao longo do ano no âmbito do projecto, em especial pelos alunos do 7º, 8º e 9º ano das duas Escolas Secundárias, decorreu na ESNA, nos dias 2 e 3 de Junho, e decorre na ESAL, 4 e 5 de Junho, a Semana da Saúde. Uma iniciativa que integra diversas actividades, a saber: Rastreio de Saúde a toda a comunidade escolar (Determinação do Índice de Massa Corporal, avaliação de Tensão Arterial, Colesterolémia, Glicémia Capilar e determinação do Grupo Sanguíneo). Durante os trabalhos serão ainda entregues prémios aos vencedores das Olimpíadas, aos melhores trabalhos e de participação a todos os intervenientes no Projecto.