

## Projeto **BEM CRESCER** **MAI CRESCER** na ESNA

PROJECTO DE INTERVENÇÃO

Tal como em anos anteriores, no âmbito da conclusão do Curso de Licenciatura em Enfermagem da Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias do Instituto Politécnico de Castelo Branco, um grupo de alunos em fase final do seu percurso académico abraça o Projeto *Bem Crescer – Mai Crescer* que tem como finalidade a promoção de estilos de vida saudáveis nos jovens.

Desenvolve-se, assim, uma parceria de intervenção na comunidade escolar, neste caso, com a ESNA.

O projeto existe desde 2006, nas áreas de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica e de Saúde Materna e Obstetrícia, e é orientado professoras M<sup>a</sup> Emília Duarte (Coordenadora do Programa), M<sup>a</sup> Fernanda Cruz, Alda Mendes e Ana M<sup>a</sup> Vaz.

Coube-nos a nós, integrar o projeto na ESNA, sob tutoria da professora M<sup>a</sup> Emília Duarte e cooperação da professora Helena Catana, responsável pelo PES na escola. Desenvolvemos várias atividades em Formação Cívica do 3<sup>o</sup> Ciclo onde abordámos temas na área da obesidade, consumos nocivos e sexualidade, procurando sempre dar resposta às dúvidas e necessidades dos alunos, promovendo um crescimento saudável.

Estivemos também à disposição de toda a comunidade educativa num gabinete de apoio, para realizar aconselhamento aos jovens, avaliações de IMC e sobretudo tentar/solucionar todos os problemas que nos fossem colocados.

Organizámos também uma sessão sobre consumos nocivos para as turmas de 8<sup>o</sup> Ano dinamizada pela PSP e uma outra para as turmas do 9<sup>o</sup> Ano, em que o palestrante foi o enfermeiro Vítor do Centro de Respostas Integradas.

Ministramos igualmente sessões de Suporte Básico de Vida e de posicionamentos em meio hospitalar à turma do Curso Profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, realizadas na ESALD, com entrega de certificados aos alunos.

No dia 1 de Junho, e para culminar o nosso programa de intervenção, organizámos o **Dia da Saúde** em que os alunos puderam participar nas Olimpíadas da Saúde e apresentar os melhores trabalhos realizados em Formação Cívica, recebendo prémios e certificados. Para além disso, realizámos um rastreio de saúde dirigido a toda a comunidade educativa.

Tivemos um *feedback* bastante positivo dos alunos, não só pelo interesse que demonstraram em colaborar com o grupo e em participar nas atividades desenvolvidas, mas também pela boa relação que estabelecemos com eles.

Chegados ao fim desta etapa, dela retiramos uma experiência muito enriquecedora tanto a nível pessoal como profissional que, sem dúvida, levaremos connosco no percurso das nossas vidas.

- Carín André, Cristina Figueiredo, Marco Martins, Patrícia Lebre e Sónia Alves -

### ENTREVISTA

No Dia da Saúde, o DP entrevistou os alunos de enfermagem a estagiar na nossa escola (na foto com os nossos jornalistas).



**O que vos motivou a fazer estágio numa escola?**

Apresentaram-nos um leque de áreas e escolhemos a área denominada Saúde Infantil, Juvenil e Pediatria. Depois, este foi dividido em dois componentes: a parte comunitária, na escola, e a componente hospitalar, na pediatria.

**Que impressões vos deixaram os alunos com quem trabalharam?**

Foram boas, apesar das turmas serem diferentes a variados níveis; contudo, a apresentação de trabalhos no seu global foi boa. Deste modo, foi bastante enriquecedor e construtivo o contacto com os jovens das várias idades.

**Que mensagem gostariam de deixar aos alunos da ESNA no âmbito da vossa área de trabalho?**

"Sejam felizes e divirtam-se! Não é só preciso saber mas também é preciso agir." Apesar de já terem conhecimento das temáticas que abordámos, com as nossas apresentações, pensamos que tenham aprofundado o vosso conhecimento. Temos de ter a noção dos riscos que passamos, mas o mais importante é prevenir, e, deste modo, "Não deixem nada por viver: o importante é ter um bem crescer!".

// Catarina Reino; João Moreira (9<sup>o</sup>C)