

Programa Bem Crescer – Mal Crescer encerra atividades na Escola João Roiz



Ao longo de doze semanas (de 1 de março a 1 de junho de 2012), nós, o grupo de estagiários do 4º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem da Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias (ESALD), estivemos diariamente no Agrupamento de Escolas João Roiz a desenvolver o nosso estágio integrado no Programa Bem Crescer - Mal Crescer.

Durante as aulas de Formação Cívica, em colaboração com os respetivos diretores de turma, desenvolvemos sessões de educação para a saúde junto das turmas de 7º, 8º, e 9º anos, acerca dos temas "Obesidade e Estilos de Vida Saudáveis", "Sexualidade e Afetos" e "Consumos Nocivos: Drogas Lícitas e Ilícitas", respetivamente.

Ainda que não estivesse planeado, fomos convidados a intervir em todas as turmas do 2º ciclo na abordagem à temática da "Sexualidade e Afectos: Dimensões Relacionais e Alterações Anátomo-Fisiológicas".

Todas as sessões foram pertinentes na medida em que permitiram não só esclarecer dúvidas, como também sensibilizar os alunos para a adoção de comportamentos saudáveis. Agradecemos a participação ativa de todos (alunos e professores) durante as sessões desenvolvidas.

No âmbito da nossa intervenção ao nível da comunidade escolar esteve disponível o Gabinete "Promoção de Estilos de Vida Saudáveis", durante todas as segundas feiras das 12:00h às 15:30h. Cremos que o recurso ao gabinete poderia ter sido uma mais valia para toda a comunidade escolar, ainda que a sua principal vantagem seria uma intervenção mais individualizada e personalizada para cada um que se dirigisse ao nosso encontro, não esquecendo a confidencialidade.

O encerramento das actividades resultou no "Dia da Saúde", dia 30

de maio, no qual durante todo o dia se desenvolveram rastreios de Índice de Massa Corporal, Tensão Arterial, Determinação do Grupo Sanguíneo e Espirometria (estes com a colaboração dos cursos de Cardiopneumologia e de Análises Clínicas e de Saúde Pública, também da ESALD), abertos a toda a comunidade escolar, verificando-se uma grande adesão. No período da tarde decorreram as "Olimpíadas da Saúde", com a participação dos alunos do 3º ciclo, tendo sido premiadas as equipas vencedoras. As expectativas eram que fosse um maior número de equipas participantes, o que não se verificou.



Apesar de tudo, fazemos um balanço bastante positivo da nossa intervenção na escola, onde criámos laços com alunos e professores, importantes na promoção da saúde e prevenção de comportamentos de risco. Agradecemos o convite e a disponibilidade de todos, bem como a afeição com que nos receberam. Da nossa parte, estaremos sempre disponíveis em qualquer situação. Um bem hajam a todos!

Os Estagiários do Curso de
Licenciatura em Enfermagem:
Bruna Rodrigues, Raquel Madeira,
Ricardo Barroso e Tânia Marques