

LANCHEIRA SORRISO EM MOVIMENTO

RELATÓRIO PRELIMINAR DO ANO I

ANO LETIVO 2012-2013





LANCHEIRA SORRISO EM MOVIMENTO -RELATÓRIO PRELIMINAR - ANO I - ANO LETIVO 2012/2013

UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA DA UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DO BAIXO ALENTEJO, EPE

Ficha Técnica

Título - Relatório preliminar do ano I do projeto Lancheira Sorriso em Movimento

Editor – Unidade de Saúde Pública da ULSBA, EPE

Coordenadora do projeto – Felicidade Ortega

Coordenador de Edição – Cláudia Borralho, Felicidade Ortega, Jorge Rosário, Lúcia Costa

Autores – Ana Botelho, Ana Ramalho, Ana Vidinha, Anabela Barradas, Cláudia Borralho, Delmira Regra, Elisabete Silva, Felicidade Ortega, Jorge Rosário, Lina Dias, Lúcia Costa, Teresa Florindo, Tiago Justino

Data – 2013

Aos alunos, pais e encarregados de educação abrangidos pelo projeto Lancheira Sorriso em Movimento, da Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo, EPE, um obrigado do tamanho do mundo!

Estamos preparados para mais três anos de alimentação saudável, brincadeiras de recreio, educação para o consumo, higiene corporal, higiene e segurança alimentar, comunicação e relacionamento interpessoal, desenvolvimento pessoal, saúde oral, postura corporal e educação ambiental! Sorrisos e saúde em abundância!

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

AVECO – Agrupamento Vertical de Escolas do concelho de Ourique

DACESBA – Departamento do Agrupamento de Centros de Saúde do Baixo Alentejo

ESDIME – Agência para o Desenvolvimento Local do Alentejo Sudoeste

LPN- Liga de Proteção da Natureza

ULSBA, EPE - Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo, Entidade Pública Empresarial

USP - Unidade de Saúde Pública

Sumário

	Fl.
0 - <u>INTRODUÇÃO</u>	7
1 - <u>LANCHEIRA SORRISO EM MOVIMENTO, UM DESAFIO DE SAÚDE PÚBLICA PARA A LITERACIA EM SAÚDE</u>	9
1.1. ATIVIDADES INICIAIS DO PROJETO	9
1.2. ATIVIDADES TRANSVERSAIS DO PROJETO	9
1.2.1 - <u>Avaliação dos lanches do período da manhã</u>	10
1.2.2 - <u>Avaliação das brincadeiras de recreio</u>	10
1.2.3 - <u>Realização das atividades almoço e piquenique sorriso</u>	10
1.3. - CONCURSO “CRESCER SAUDÁVEL É...”	12
1.4. - AVALIAÇÃO DO PERFIL MOTOR.....	12
1.5. - CONCURSO PASSEIO SORRISO.....	12
2 - <u>ATIVIDADES DESENVOLVIDAS SEGUNDO OS TEMAS DO PROJETO</u>	14
3 - <u>RECURSO ÀS PARCERIAS</u>	18
4 - <u>ATIVIDADES DE MONITORIZAÇÃO DO PROJETO - REUNIÕES DA EQUIPA TÉCNICA</u>	22
5 - <u>ATIVIDADES DE MONITORIZAÇÃO – EQUIPA DE COORDENAÇÃO</u>	24
6 - <u>CONCLUSÃO</u>	25

Índice de quadros

	Fl.
Quadro nº 1 - Datas de realização das atividades piquenique e almoço sorriso	11
Quadro nº 2 - Data e local dos passeios sorriso	12
Quadro nº 3 – Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Aljustrel, Almodôvar e Alvito.....	14
Quadro nº 4 – Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Barrancos, Beja, Castro Verde e Cuba.....	15
Quadro nº 5 - Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Ferreira do Alentejo, Mértola e Moura	16
Quadro nº 6 - Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Ourique, Serpa e Vidigueira	17
Quadro nº 7 - Parcerias nas atividades e tipos de contributo, nos concelhos de Aljustrel, Almodôvar e Alvito.....	18
Quadro nº 8 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Barrancos, Beja Castro Verde e Cuba.....	19
Quadro nº 9 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Ferreira do Alentejo, Mértola e Ourique.....	20
Quadro nº 10 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Serpa, Vidigueira e Beja ..	21
Quadro nº 11 - Datas da realização de reuniões da equipa técnica 2012/2013.....	22
Quadro nº 12 - Datas da realização de reuniões de acompanhamento às turmas.....	24

0 - INTRODUÇÃO

Estarmos encarregues de promover a literacia em saúde em crianças (um dos objetivos do Plano Nacional de Saúde Escolar), faz-nos pensar que a nossa missão ultrapassa os instrumentos de trabalho diários (o projeto Lancheira Sorriso em Movimento). Acreditamos que este é um dos caminhos possíveis, que o empenho e a dedicação serão compensados no futuro com a inversão das curvas de crescimento da obesidade e do sedentarismo. Estes dois fatores favorecem o aparecimento de doenças crónicas do foro metabólico ou cardiovascular, como a diabetes, hipertensão ou a hipercolesterolemia. Pretendemos dar um sentido positivo à evolução do potencial de saúde de cada cidadão para o futuro. De acordo com a literatura, para prevenir as situações enunciadas, um dos aspetos a privilegiar é a intervenção em idades precoces, com medidas simples que tornem a aprendizagem significativa, isto é, iniciar-se o mais cedo possível em idade escolar criando significado à mensagem que estamos a transmitir.

Uma das preocupações do gabinete de promoção e proteção da saúde da Unidade de Saúde Pública (USP) da Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo, EPE (ULSBA) é a literacia em saúde nos domínios dos estilos de vida saudáveis. O projeto Lancheira Sorriso em Movimento é disso o reflexo. É significado de querer-se trabalhar dia a dia para no futuro vivermos numa comunidade mais consciente das suas escolhas, com níveis de saúde mais elevados, menos doenças crónicas com um recurso mais eficiente dos serviços de saúde.

O estilo de vida que queremos promover é um estilo coincidente com os princípios da alimentação saudável e o desenvolvimento do bem-estar cognitivo, afetivo e psicomotor dos alunos, essenciais na construção da “saúde pública”. Estamos a investir na criação de conhecimento nas crianças em idade escolar (crianças do 1º ciclo do ensino básico), sabemos que numa pequena percentagem, mas com a forte convicção que a mensagem a disseminar vai ter mais força quando estas crianças num curto espaço de tempo se juntarem a nós para divulgar esses princípios.

As áreas temáticas que nos propomos desenvolver estão todas inseridas no Programa Nacional de Saúde Escolar e estão inter-relacionadas com os programas prioritários da Direção Geral de Saúde. Encontramo-nos numa zona geográfica particular em termos de hábitos por duas razões. Uma das razões vantajosas prende-se por estarmos numa zona com forte influência da dieta mediterrânica, caracterizada pelo consumo elevado de azeite na confeção dos pratos principais, consumo regular de leguminosas, utilização das ervas aromáticas e consumo regular de pão (quer nas refeições principais quer nas intermédias). Em sentido inverso, preocupa-nos o consumo elevado de gorduras de origem animal, de sal e o baixo consumo de fruta fresca ou de hortícolas.

Outras das razões está relacionada com o fato de podermos aproveitar o espaço de recreio para promover os jogos tradicionais e outras brincadeiras que estimulem as crianças a desenvolver a imaginação, a interação com os outros, o gosto pela atividade física, pelo movimento e a valorização das brincadeiras ao ar livre. Valorizamos o espaço de recreio nas escolas porque para

além de ser um espaço que deve cumprir os requisitos de segurança infantil, é um espaço onde a criança deve estar em movimento e com espaço para libertar a sua natural alegria de ser criança.

O donativo de 43400€ da Missão Sorriso, veio possibilitar uma resposta de maior qualidade no âmbito da saúde escolar, para podermos marcar presença nas escolas não só para atividades ligadas à prevenção da doença mas para passarmos uma mensagem às crianças e aos pais, que a manutenção do potencial de saúde é da responsabilidade de cada cidadão e que só este pode decidir pela sua manutenção e aumento.

O objetivo deste relatório é dar a conhecer, de uma forma preliminar, a todos os participantes no projeto Lancheira Sorriso em Movimento, a avaliação das atividades planeadas e executadas. Encontra-se dividido em 5 partes. A primeira está relacionada com a descrição das atividades, relacionadas com a avaliação dos lanches e das brincadeiras de recreio e as atividades enquadradas na literacia em saúde nos domínios de alimentação saudável e brincadeiras de recreio. O segundo ponto descreve as atividades segundo todos os temas do projeto, enquadradas no Programa Nacional de Saúde Escolar, gerido pela Unidade de Saúde Pública. O terceiro ponto pretende divulgar quais os parceiros, o tipo de contributo e as parcerias de cada um nas atividades do projeto. Os quarto e quinto pontos são alusivos às atividades das equipas técnica e de coordenação do projeto. Por fim o sexto ponto faz alusão às principais conclusões deste ano inaugural do projeto.

1 - LANCHEIRA SORRISO EM MOVIMENTO, UM DESAFIO DE SAÚDE PÚBLICA PARA A LITERACIA EM SAÚDE

A USP estruturou os alicerces da intervenção nas crianças em idade escolar no 1º ciclo do ensino básico, para a literacia em saúde nos domínios da alimentação saudável e do desenvolvimento do bem-estar cognitivo, afetivo e psicomotor dos alunos nas brincadeiras de recreio. Neste relatório preliminar pretendemos apresentar uma análise descritiva das atividades do primeiro ano do projeto, a avaliação dos indicadores de resultado só serão apresentados posteriormente. Uma certeza temos, do pouco que fizemos na nossa população alvo, já demos que falar, sonhar e fizemos sorrir.

1.1. ATIVIDADES INICIAIS DO PROJETO

A equipa de coordenação do projeto efetuou, de acordo com o planeamento, 18 reuniões de apresentação do projeto aos agrupamentos de escolas. Para além destas reuniões, foi feita uma sessão solene de abertura oficial, a 12 de setembro de 2012, onde se apresentou o projeto e assinou o protocolo de adesão entre os parceiros e a ULSBA, EPE.

As turmas selecionadas foram indicadas pelos conselhos diretivos dos agrupamentos de escolas. No início do projeto foram selecionadas 648 crianças de 30 turmas, das quais 5 são mistas (com alunos do 1º e de outros anos). Das 648 crianças identificadas nas 30 turmas, 611 são do 1º ano.

As sessões de apresentação do projeto aos pais/encarregados de educação tinham como objetivo a apresentação das suas fases, objetivos e finalidade. Em todas as turmas foram feitas sessões de apresentação num total de 30. Em todos os concelhos foram feitas reuniões entre a equipa de saúde escolar, o professor coordenador da promoção da saúde e o professor titular de cada turma, para elaboração do plano de atividades. Cada equipa de saúde escolar elaborou o plano de atividades do projeto para cada uma das turmas selecionadas.

1.2. ATIVIDADES TRANSVERSAIS DO PROJETO

As atividades transversais do projeto foram planeadas de igual forma em todos os concelhos. Considerámos atividades transversais a avaliação dos lanches e das brincadeiras de recreio do período da manhã e a realização de sessões de literacia em saúde/promoção da saúde, o piquenique sorriso e o almoço sorriso.

Foram observados 4513 lanches do período da manhã, nos 8 momentos planeados, 4 no decorrer do 1º período letivo e 4 no final do 2º período letivo.

Relativamente às brincadeiras de recreio do intervalo do período da manhã, foram registadas 4522 brincadeiras, nos 8 momentos planeados, 4 no decorrer do 1º período letivo e 4 no final do 2º período letivo.

Para registo dos lanches e das brincadeiras de recreio, para cada turma, deslocaram-se à escola, em cada dia de observação, entre um a dois profissionais. Cada momento de registo durou em média 60 minutos.

1.2.1 - Avaliação dos lanches do período da manhã

Em todos os concelhos foram avaliados os lanches da manhã. Os professores titulares e os pais/encarregados de educação não foram informados sobre o dia de realização desta atividade para que o resultado não fosse enviesado.

Houve disponibilidade por parte dos professores não tendo sido manifestada incompatibilidades com as atividades letivas programadas. A observação dos lanches foi feita no período da manhã, antes do intervalo. Era pedido à criança que retirasse o seu lanche da lancheira e mostrasse ao profissional de saúde o que trazia para comer.

1.2.2 - Avaliação das brincadeiras de recreio

Em todos os concelhos foram registadas as brincadeiras de recreio da manhã, conforme o planeamento.

Houve recetividade por parte das crianças em dizerem ao que brincaram. Temos a noção que o primeiro momento de registo foi aquele em que para a criança foi mais difícil verbalizar e explicar no que consistia a brincadeira. É difícil para uma criança descrever a brincadeira e explicá-la. Optámos por perguntar “ao que brincaste?” e depois fazer uma pergunta de validação: “Como é que se brinca a...” .

1.2.3 - Realização das atividades almoço e piquenique sorriso

O projeto contempla atividades de literacia em saúde transversais que são planeadas com o mesmo objetivo em todos os concelhos, com execução adaptada localmente à realidade e características das crianças e do contexto da escola. Estas atividades são executadas de acordo com as

necessidades identificadas e com as respostas disponíveis em cada concelho. O objetivo do piquenique sorriso e do almoço sorriso é promover o consumo de alimentos saudáveis nas refeições, quer nas principais, quer naquelas que as intervalam. Nestas atividades pretende-se que as crianças tenham oportunidade de poderem identificar os produtos que compõem as refeições e poderem participar no momento de seleção, aquisição e confeção dos alimentos. Relativamente às atividades Almoço Sorriso e Piquenique Sorriso, ambas foram realizadas em todos os concelhos.

Quadro nº 1 - Datas de realização das atividades piquenique e almoço sorriso

AGRUPAMENTO	ESCOLA	TURMA	Nº ALUNOS	DATA ALMOÇO	DATA PIQUENIQUE
ALJUSTREL	EB1 Eucaliptos	1	26	17-Maio	12-Junho
	EB1 Avenida	1	20		
ALMODÔVAR	EB1 Almodôvar	1A	26	19-Abril	14-Junho
		1B	22		
ALVITO	EB1 Alvito	1º	12	30-Maio	05-Junho
	EB1 V. Nova da Baronía	1º/2º	22		
BARRANCOS	EBI Barrancos	1A	18	08-Março	23-Mai
BEJA	EBI Mário beirão	1A	25	18-Maio	04-Abril
		1C	29	25-Maio	
	EBI Santa maria	T1	26	03-Junho	13-Março
		T2	26		
	EBI Santiago maior	1A	21	15-Março	12-Junho
		1B	26		
CASTRO VERDE	EB 1 Castro Verde	1A	26	13-Março	29-Maio
		1B	26		
	EB1 Stª Bárbara Padrões	1º/2º	16		
CUBA	EBI Fialho de Almeida	1A	20	13-Março	22-Maio
FERREIRA DO ALENTEJO	EB1 Ferreira do Alentejo	1M	22	24-Janeiro	22-Maio
		1l	21		
MÉRTOLA	EB1 Mértola	1	21	06- Março	22-Maio
MOURA	EBI Amareleja	1ºA	23	15- Março	24-Maio
	EB1 Porta Nova	1	21	12- Março	24-Maio
OURIQUE	EB1 Ourique	1	22	12-Março	03-Jun
SERPA - PIAS	EBI Pias	1A	26	10-Abril	29-Maio
SERPA- SERPA	EB1 nº1	1	20		
	EB1 nº2	1	18		
	EB1 nº3	1	19		
SERPA- VNS BENTO	EB1 V.N. de São Bento	1	13		
VIDIGUEIRA	EBI Vidigueira	1F	21	14-Março	14-Maio
		1º/2º B	21		

1.3. - CONCURSO “CRESCER SAUDÁVEL É...”

Foram realizados e entregues 314 desenhos sobre os temas do projeto e no final do ano letivo 2013/2014 serão selecionados aqueles que farão parte do manual de boas práticas do projeto.

Os desenhos têm como objetivo proporcionar às crianças a oportunidade para se exprimirem através do desenho, as suas representações sobre os princípios e benefícios de uma alimentação saudável, educação para o consumo, relações interpessoais, saúde ambiental, higiene oral, entre outros temas transversais ao projeto.

1.4. - AVALIAÇÃO DO PERFIL MOTOR

A maioria dos alunos com consentimento, viram o seu perfil motor avaliado através do TGDM *test*. Esta avaliação foi possível graças à colaboração dos professores das atividades extra curriculares, técnicos das autarquias da área de desporto e professores de atividade física das escolas.

Foram realizadas reuniões preparatórias entre o Instituto Politécnico de Beja, equipa de coordenação, equipa de saúde escolar e os técnicos que realizaram as avaliações, no sentido de se calibrar o procedimento de avaliação. As reuniões decorreram no ano 2012 em 26 novembro de manhã e de tarde, a 29 de novembro de tarde e em 2013 a 16 de maio de tarde. O tratamento dos dados está a cargo do Instituto Politécnico de Beja.

1.5. - CONCURSO PASSEIO SORRISO

No ano letivo 2012/2013 foi possível selecionar 9 turmas, que pelo seu desempenho ao nível da escolha de lanches saudáveis ou brincadeiras enriquecedoras foram vencedoras de um prémio que consistiu uma viagem de estudo a um local da sua preferência. Este prémio permitiu abranger um total de 183 alunos e respetivos professores titulares bem como elementos da equipa de saúde escolar e/ou outros profissionais de educação.

As viagens de estudos contemplaram locais em que fosse privilegiado o contacto com a natureza e o desenvolvimento da imaginação das crianças para aprenderem novas brincadeiras.

A preparação da visita foi feita pelo professor titular de turma. Foram respeitadas as regras de transporte seguro para crianças incluindo sistemas de retenção. O seguro da viagem foi o da escola pertencente à turma.

Quadro nº 2 - Data e local dos passeios sorriso

AGRUPAMENTO	ESCOLA	TURMA	Nº ALUNOS	DATA DO PASSEIO SORRISO	LOCAL PASSEIO SORRISO
ALJUSTREL	EB1 Eucaliptos	1	26	28-10-2013	Fluviário de Mora
	EB1 Avenida	1	20	29-10-2013	Fluviário de Mora
ALMODÔVAR	EB1 Almodôvar	1B	24	02-11-2013	Zoo Lagos
ALVITO	EB ALVITO	1º	12	25-10-2013	Pavilhão do conhecimento em Lisboa
	EB Vila Nova da Baronia	1º/2º	22	26-10-2013	Pavilhão do conhecimento em Lisboa
BARRANCOS	EBI Barrancos	1A	18	29-11-2013	Kidzânia em Lisboa
CUBA	EBI Fialho de Almeida	1A	20	25-10-2013	Pavilhão do conhecimento e Mosteiro dos Jerónimos em Lisboa
FERREIRA DO ALENTEJO	EB1 Ferreira do Alentejo	2M	23	25-10-2013	Pavilhão do conhecimento e Mosteiro dos Jerónimos em Lisboa
SERPA	EB1 nº1	1	20	18-10-2013	Kidzânia em Lisboa
TOTAL	-	-	183	-	-

2 - ATIVIDADES DESENVOLVIDAS SEGUNDO OS TEMAS DO PROJETO

Na totalidade dos 13 concelhos foram realizadas 140 ações de literacia em saúde (promoção e educação para a saúde) com os alunos, com o envolvimento de 128 profissionais. Para os pais e encarregados de educação foram realizadas 43 ações. Na totalidade das ações houve a participação de 390 encarregados de educação, o que corresponde a uma presença de 60%.

Os quadros seguintes representam os temas das sessões desenvolvidas, por concelho.

Quadro nº 3 – Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Aljustrel, Almodôvar e Alvito

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES POR TEMA E POR CONCELHO			
Temas das ações de literacia em saúde	Concelhos		
	Aljustrel	Almodôvar	Alvito
Alimentação saudável	Jogo da Glória Projeto "do grão ao pão" Desfile de Carnaval "Alimentos Saudáveis" Jogo do Semáforo-Alimentos Brincar à Roda dos Alimentos Jogo "Twister dos Alimentos"	Promoção alimentação saudável e exercício físico	Importância do Pequeno-almoço
Atividade física	Importância da atividade física e consequências do sedentarismo	Promoção alimentação saudável e exercício físico	Atividade física diária
Educação para o consumo	Desenho "Ser Saudável é"	Boa alimentação sem gastar muito!	-
Higiene corporal	Regras de higiene corporal	Lavagem das mãos	Higiene Pessoal
Higiene e segurança alimentar	Regras de higiene alimentar	Lavagem da fruta	Higiene dos alimentos
Comunicação e relacionamento interpessoal	-	-	Tertúlia Sorriso
Desenvolvimento pessoal	-	-	Educação Sexual
Saúde oral	Escovagem é fixe/importante, apresentação de um <i>power point</i> sobre Placa bacteriana	Promoção da higiene oral	Higiene Oral
Postura corporal	Importância das posturas corretas	-	Postura Corporal
Educação ambiental	Educação Ambiental	-	Educação Ambiental

Quadro nº 4 – Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Barrancos, Beja, Castro Verde e Cuba

	DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES POR TEMA E POR CONCELHO			
Temas das ações de literacia em saúde	Concelhos			
	Barrancos	Beja	Castro Verde	Cuba
Alimentação saudável	Lancheira Sorriso em Movimento – alimentação saudável, número de refeições	"Gincana dos alimentos"	Dia Mundial da Alimentação	2 Sessões -"Importância do Pequeno-almoço "e "consequência de uma alimentação desequilibrada"
Atividade física	-	-	Jogos de recreio, atividades físicas	"Atividade Física diária"
Educação para o consumo	-	-	Planificação de uma lista de compras e realização das mesmas	-
Higiene corporal	-	Lavagem das mãos	Regras de higiene	"Higiene corporal"
Higiene e segurança alimentar	Segurança alimentar	Lavagem de vegetais e fruta	Regras de conservação dos alimentos	História da branca de neve - e se a maçã não estivesse envenenada mas sim mal lavada?
Comunicação e relacionamento interpessoal	-	-	Encontros entre as turmas envolvidas no projeto	"um Jardim de afetos" - 2 sessões
Desenvolvimento pessoal	-	Segurança Rodoviária	Programa de Rádio	-
Saúde oral	Visualização do filme "Dr. Dentolas e o Reino dos Dentes" e ensino teórico e prático de escovagem dos dentes	Higiene oral	Ações de sensibilização sobre o tema	Visualização do filme "Dr. Dentolas e o Reino dos Dentes" e ensino teórico e prático de escovagem dos dentes
Postura corporal	-	-	Saber sentar-se na sala de aula	"Postura Corporal"
Educação ambiental	-	-	Ações de sensibilização com a LPN	Água- de onde vem para onde vai

Quadro nº 5 - Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Ferreira do Alentejo, Mértola e Moura

	DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES POR TEMA E POR CONCELHO		
Temas das ações de literacia em saúde	Concelhos		
	Ferreira do Alentejo	Mértola	Moura
Alimentação saudável	Confeção da Sopa Sorriso. TEATRO: "A história de um menino chamado PA (Pequeno Almoço)". Brincar à Roda dos Alimentos Jogo do Semáforo - Alimentos	"Boa alimentação sem gastar muito"	Importância da alimentação saudável no combate à obesidade, exemplos de lanches saudáveis, importância do pequeno-almoço.
Atividade física	-	"Alimentação e atividade Física"	-
Educação para o consumo	Atividade do Almoço Sorriso, Confeção da Sopa Sorriso. Atividade do Almoço Sorriso, TEATRO: "A história de um menino chamado PA (Pequeno Almoço)". Jogo do Semáforo, com os alimentos da roda dos alimentos, discriminados vermelho (alimentos a evitar), amarelo (alimentos saudáveis, cujo consumo deve ser moderado) e verde (alimentos saudáveis cuja frequência pode ser mais regular).	"Boa alimentação sem gastar muito"	-
Higiene corporal	Conto "A família dos Porcos".	-	
Higiene e segurança alimentar	-	-	"E se a maçã não estivesse envenenada, mas sim mal lavada"
Comunicação e relacionamento interpessoal	Jogo dos Afetos; "Adivinha o quanto eu gosto de ti?"	"Jogar com os Idosos"	"E se a maçã não estivesse envenenada, mas sim mal lavada"
Desenvolvimento pessoal	Jogo dos Afetos; "Adivinha o quanto eu gosto de ti?" Conto "A família dos Porcos" (Abordagem sobre a diferença/ igualdade de género, e a importância da partilha de tarefas).	-	-
Saúde oral	Sessões de Educação para a Saúde realizadas no âmbito do programa da Higienista Oral.	"Escovagem dos dentes" e o filme "Dr. Dentolas"	Avaliação da Higiene Oral. Ensino prático de escovagem. "O Reino dos Dentes"
Postura corporal	-	-	-
Educação ambiental	-	"Boas Práticas Ambientais"	-

Quadro nº 6 - Atividades desenvolvidas segundo os temas do projeto nos concelhos de Ourique, Serpa e Vidigueira

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES POR TEMA E POR CONCELHO			
Temas das ações de literacia em saúde	Concelhos		
	Ourique	Serpa	Vidigueira
Alimentação saudável	Brincar à roda dos alimentos "Alimentação saudável para os nossos filhos" Jogo do semáforo - Alimentos "Um ótimo pequeno-almoço" "A ovelhinha que veio para o jantar" Jogo "Twister dos Alimentos"	Importância das refeições (Pais e alunos) Roda dos alimentos e a importância da água (alunos)	A importância do pequeno-almoço\ a história da roda dos alimentos
Atividade física	"Movimento é saúde" e "Movimento é saúde", realização de jogos tradicionais e atividade física no dia do Almoço sorriso e no dia do Piquenique sorriso.	Workshop "Um dia diferente"	A importância da atividade física diária
Educação para o consumo	-	-	-
Higiene corporal	"Achas que sabes lavar as mãos?"	-	A importância da higiene corporal \lavagem das mãos
Higiene e segurança alimentar	"O nosso frigorífico" "Lancheira segura e saudável"	A higiene dos alimentos e acondicionamento na lancheira (pais e alunos)	A importância da lavagem e conservação dos alimentos
Comunicação e relacionamento interpessoal	"A ovelhinha que veio para o jantar"	-	O jardim dos afetos
Desenvolvimento pessoal	Puzzles Menino/Menina	-	-
Saúde oral	"Importância da escovagem diária dos dentes"	-	Visualização do filme "Dr. Dentolas e o Reino dos Dentes" e ensino teórico e prático de escovagem dos dentes
Postura corporal	"Alterações posturais"	-	Como melhorar a tua postura
Educação ambiental	"Peddy-paper dos resíduos" Jogo sobre separação dos resíduos	-	De onde vem a água? E para onde vão os resíduos

3 - RECURSO ÀS PARCERIAS

Em cada concelho foi solicitada a colaboração dos parceiros, consoante o tipo de atividades a desenvolver.

Foram parceiros nacionais no planeamento de atividades:

- a Nutri-Ventures no arranjo gráfico de folhetos de promoção de alimentação saudável e de segurança alimentar;
- a Associação Portuguesa de Nutricionistas através de consultadoria para fundamentação de pareceres técnicos;
- a *Emotion sports* na execução de visitas de estudo no Hotel Rural Vila Galé Clube de Campo em Santa Vitória;
- o Hotel Rural Vila Galé Clube de Campo, para a realização da sessão de lançamento do dia 12 de setembro de 2012;
- a Universidade de Évora, através de consultadoria para a investigação em curso, no que se refere aos lanches e brincadeiras;
- a Direção Geral de Saúde, através de consultadoria para a fundamentação das atividades transversais do projeto;
- Sovena Portugal - *Consumer Goods*, S.A. (Oliveira da Serra) – parceria por formalizar, para a realização de visitas de estudo.

Os quadros seguintes apresentam as parcerias em cada atividade e o tipo de contributo das mesmas.

Quadro nº 7 - Parcerias nas atividades e tipos de contributo, nos concelhos de Aljustrel, Almodôvar e Alvito

PARCERIAS NAS ATIVIDADES POR CONCELHO						
ATIVIDADES	Concelhos					
	Aljustrel		Almodôvar		Alvito	
	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo
Almoço sorriso	Câmara Municipal Agrupamentos de Escolas ESDIME	Organização, realização e fotos	Câmara Municipal Agrupamento de escolas	Organização	Câmara Municipal	Logística
Piquenique sorriso	Câmara Municipal Agrupamentos de Escolas ESDIME	Organização, realização e fotos	Câmara Municipal Agrupamento de escolas Somincor	Organização	Câmara Municipal	Transporte dos Alunos
Visita de estudo	-	-	Somincor Agrupamento de escolas ADPM	Donativo Logística Atividades	-	-

Quadro nº 8 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Barrancos, Beja Castro Verde e Cuba

PARCERIAS NAS ATIVIDADES POR CONCELHO								
ATIVIDADES	Concelhos							
	Barrancos		Beja		Castro Verde		Cuba	
	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo
Almoço sorriso	Agrupamento de escolas	Disponibilidade do local	Câmara Municipal Agrupamento de escolas	Disponibilização de espaço Disponibilização de espaço.	Câmara Municipal Agrupamento de escolas	Pessoal, logística e espaço Alimentos, pessoal e espaço	Câmara Municipal	Disponibilização do espaço físico, de loiças, funcionários (cozinheira e ajudante) e alguns alimentos.
Piquenique sorriso	Câmara Municipal	Disponibilidade do transporte	Clube de Campo Vila Galé Emotion sports Câmara Municipal	Instalações Atividades Transporte	Câmara Municipal Agrupamento de escolas LPN Somincor Lar Jacinto Faleiro	Pessoal, logística e espaço Alimentos Dinamização de atividades Apoio monetário Alimentos	Câmara Municipal	Disponibilização do espaço físico, de loiças, funcionários (cozinheira e ajudante) e alguns alimentos.
Visita de estudo	-	-	Câmara Municipal	Transporte para Lagar Oliveira da Serra	Somincor	Pagamento das deslocações em autocarros da Rodoviária	-	-

Quadro nº 9 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Ferreira do Alentejo, Mértola e Ourique

PARCERIAS NAS ATIVIDADES POR CONCELHO						
ATIVIDADES	Concelhos					
	Ferreira Alentejo		Mértola		Moura	
	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo
Almoço sorriso	Câmara Municipal	Cedência e utilização dos espaços, nomeadamente Centro Cultural, Jardim Público e Mercado Municipal; técnico de som e duas animadoras da Biblioteca para realização do "Teatro Sorriso" com a história de um menino chamado PA	Agrupamento de escolas	Instalações	Câmara Municipal	Transporte, técnico de animação cultural
	Junta de Freguesia	Cedência de consumíveis, sumos, águas, guardanapos, etc e 2 auxiliares para ajudar na organização do evento	Câmara Municipal	Transporte	Café a Roda Junta de freguesia de Amareleja	Espaço e confeção Instalações
Piquenique sorriso	Câmara Municipal	Cedência de 2 transportes/2 motoristas para o Clube de Campo Vila Galé	Clube de Campo Vila Galé	Instalações	Câmara Municipal	Técnico de animação cultural
	Clube de Campo Vila Galé	Cedência do espaço			Junta de freguesia de Amareleja	Transporte
	Emotion Sports	Realização das atividades com as crianças.	Emotion sports Câmara Municipal	Atividades Transporte		
Visita de estudo	-	-	-	-	-	-

Quadro nº 10 - Parcerias nas atividades e contributos, nos concelhos de Serpa, Vidigueira e Beja

PARCERIAS NAS ATIVIDADES POR CONCELHO						
ATIVIDADES	Concelhos					
	Ourique		Serpa		Vidigueira	
	Contributo	Parceiro	Parceiro	Contributo	Parceiro	Contributo
Almoço sorriso	Agrupamento de escolas	Disponibilização do espaço, decoração do espaço, confeção da refeição, serviço de mesa	Câmara Municipal	Apoio de técnico (dietista), espaços físicos e logística	Associação Terras de Dentro	Alimentos das hortas comunitárias
			Juntas de freguesia Rota do Guadiana	Transportes, apoio logístico e espaço Apoio técnico: animadores socioculturais	Câmara Municipal	Bens alimentares, espaço e duas funcionárias para cozinhar
Piquenique sorriso	Junta de Freguesia	Transporte	Câmara Municipal	Apoio de técnicos (Educação física e dietista), espaços físicos e logística	Associação Terras de Dentro	Baú com jogos tradicionais, técnica de animação sociocultural
	Santa Casa da Misericórdia	Disponibilização do espaço, preparação do espaço, Fruta, Confeção do almoço	Juntas de freguesia	Transportes, apoio logístico e equipamento vestuário e bonés	Câmara Municipal	Garrafas de água, aparelhagem, técnica da Câmara com realização do jogo da glória (ambiente)
	ESDIME	Atividades lúdicas	Rota do Guadiana	Apoio técnico, animadores socioculturais		
	Câmara Municipal	Disponibilização de técnico de desporto				
Visita de estudo	-	-	-	-	-	-

4 - ATIVIDADES DE MONITORIZAÇÃO DO PROJETO - REUNIÕES DA EQUIPA TÉCNICA

A equipa técnica é composta por 2 nutricionistas, 3 fisioterapeutas, 2 psicólogos, 2 enfermeiros, 1 higienista oral, 1 técnica de saúde ambiental e 1 técnica de serviço social. Para rentabilização do tempo e atendendo ao elevado número de documentos a construir e a aprovar, foram criados grupos de trabalho para se elaborar documentos, que eram analisados em conjunto e posteriormente aprovados. No ano I foi solicitada autorização ao Conselho Clínico do DACESBA para aprovação de uma reunião mensal, com data previamente definida.

Quadro nº 11 - Datas da realização de reuniões da equipa técnica 2012/2013

Meses	Ano	
	2012	2013
	Dia do mês	
Janeiro	-	17
Fevereiro	14	-
Março	-	-
Abril	-	5
Maio	-	3
Junho	-	7
Julho	6 e 31	5
Agosto	30	-
Setembro	12 e 28	Ano II
Outubro	26 e 29	Ano II
Novembro	-	Ano II
Dezembro	20	Ano II

A equipa técnica elaborou e aprovou os seguintes documentos:

- Critérios de avaliação dos lanches ano I
- Critérios de avaliação das brincadeiras de recreio ano I
- Regulamento do concurso “crescer saudável é...”
- Regulamento do passeio sorriso
- Folha de registo de lanches
- Folha de registo de brincadeiras
- Convocatória para os pais para sessões de literacia em saúde
- Consentimento informado para o “estudo de saúde dos alunos - projeto lancheira sorriso em movimento

Para a avaliação dos lanches e brincadeiras de recreio, os alimentos foram categorizados de acordo com as propostas das nutricionistas tendo sido o documento aprovado por unanimidade. Para a avaliação das brincadeiras, os critérios foram apresentados pelos fisioterapeutas e pelas psicólogas, tendo sido aprovados por unanimidade.

Para divulgação das atividades do projeto e promoção do mesmo, foi elaborado um poster que permaneceu em exposição na feira de São João, em Évora, no stand da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares da Direção Regional de Educação do Alentejo, em junho de 2013, na feira de São Mateus em Elvas, em setembro de 2013 e na feira dos Santos em Alvito, no stand do centro de saúde de Alvito, em novembro de 2013.

5 - ATIVIDADES DE MONITORIZAÇÃO – EQUIPA DE COORDENAÇÃO

A equipa de coordenação do projeto reuniu ordinariamente para planeamento das atividades e sempre que necessário para ajustamento das mesmas à realidade de cada concelho. Cada reunião demorou em média uma hora e meia, com o objetivo de analisar e aprovar documentos, emitir pareceres e emitir autorizações para a realização das atividades. A equipa de coordenação dividiu a sua intervenção em duas áreas complementares nomeadamente o apoio às equipas de saúde escolar e a interligação com os parceiros para a concretização das atividades do projeto. Um dos fatores que facilitou a atividade desta equipa foi a facilidade de comunicação (email, telefone, deslocações) e a disponibilidade e abertura por parte dos parceiros. Para efeitos de acompanhamento do projeto a equipa de coordenação reuniu com todos os professores titulares de acordo com o seguinte quadro:

Quadro nº 12 - Datas da realização de reuniões de acompanhamento às turmas

CONCELHO	ESCOLA	TURMA	DATA
ALJUSTREL	EB1 Eucaliptos	1	24 Abril – Manhã
	EB1 Avenida	1	24 Abril – Manhã
ALMODÔVAR	EB1 Almodôvar	1ª	18 Janeiro - Manhã
		1B	18 Janeiro - Manhã
ALVITO	EB1 Alvito	1º	24 Janeiro - Tarde
	EB1 V. Nova da Baronia	1º/2º	31 Janeiro - Tarde
BARRANCOS	EBI Barrancos	1ª	15 Janeiro - Manhã
BEJA – MÁRIO BEIRÃO	EBI Mário beirão	1ª	16 Janeiro - Tarde
		1B	16 Janeiro - Tarde
BEJA – SANTA MARIA	EBI Santa maria	T1	16 Janeiro - Tarde
		T2	16 Janeiro - Tarde
BEJA – SANTIAGO MAIOR	EBI Santiago maior	1ª	16 Janeiro - Tarde
		1B	16 Janeiro - Tarde
CASTRO VERDE	EB 1 Castro Verde	1ª	15 Janeiro - Manhã
		1B	15 Janeiro - Manhã
	EB1 Stª Bárbara Padrões	1º/2º	15 Janeiro - Tarde
CUBA	EBI Fialho de Almeida	1ª	6 Fevereiro - Tarde
FERREIRA DO ALENTEJO	EB1 Ferreira do Alentejo	1M	7 Fevereiro - Manhã
		1I	7 Fevereiro - Tarde
MÉRTOLA	EB1 Mértola	1	22 Janeiro - Manhã
MOURA – AMARELEJA	EBI Amareleja	1	15 Janeiro - Manhã
MOURA – MOURA	EB1 Porta Nova	1	16 Janeiro - Manhã
OURIQUE	EB1 Ourique	1	22 Janeiro - Tarde
SERPA – PIAS	EBI Pias	1ª	24 Janeiro - Manhã
SERPA- SERPA	EB1 nº1	1	22 Janeiro - Manhã
		1	22 Janeiro - Manhã
		1	23 Janeiro - Manhã
SERPA- VNS BENTO	EB1 V.N. de São Bento	1	24 Janeiro - Manhã
VIDIGUEIRA	EBI Vidigueira	1ª	22 Janeiro - Tarde
		1B	22 Janeiro - Tarde

6 - CONCLUSÃO

Ao finalizarmos o primeiro ano sentimos ainda mais vontade de continuar. O entusiasmo é maior e os pequenos momentos de grandes alegrias fazem-nos ter mais força. A insistência é uma característica que nos ajuda a crescer, também nos ajuda a entender que promover a saúde exige de todos o sentido de compromisso!

Cumprimos os objetivos propostos, as atividades comuns foram realizadas em todas as turmas de acordo com o planeamento. Encontrámos limitações no que se refere ao cumprimento do cronograma para registo dos lanches e brincadeiras, por esse motivo, os passeios sorriso não foram realizados no ano I conforme estava previsto, transitando essa atividade para o ano II. O relatório de contas será oportunamente apresentado bem como o resultado da avaliação dos lanches e brincadeiras.

Os parceiros foram generosos evidenciando sempre disponibilidade para a realização das atividades e entusiasmo na realização das mesmas. O contributo de cada um dos parceiros fez avolumar ainda mais o significado do projeto.

Neste primeiro ano de projeto, sobressaiu mais a vertente da alimentação saudável, tornando-se o desafio do ano II dar mais destaque e significado à área das brincadeiras de recreio.

No que se refere às brincadeiras de recreio, verificamos que existe um ensinamento da atividade de avaliação das brincadeiras. Brincar não significa apenas estar em movimento, brincar significa também imaginar, construir formas de representação úteis na aprendizagem. Assim, no desenvolvimento do ano I e como resultado deste ensinamento, iremos no ano II para além do funcionamento motor e cognitivo, acrescentar uma nova dimensão de avaliação, o desenvolvimento social.

O sentimento de gratificação pelos resultados alcançados, embora preliminares, surge graças à excelente colaboração que todos os profissionais e serviços da ULSBA tiveram no apadrinhamento da “causa” do projeto. A todos agradecemos, pois se não formos todos a remar para o mesmo lado, jamais conseguiremos alcançar a meta.

Se já fizemos sorrir as crianças e os pais por um ano, não podemos descer de nível. Queremos uma resposta de qualidade para um projeto que é de todos, um objetivo que interessa a todos, uma sociedade com crianças mais saudáveis e no futuro, adultos com escolhas conscientes e estilos de vida saudáveis em pessoas literadas em saúde!