

## Maldição ou mais-valia?

---

### Parceria "Educação ? Saúde"

Já não bastava o trabalho de preparar as aulas, procurar jogos pedagógicos para motivar os alunos, para lhes aumentar a auto-confiança e sentimento de auto-eficácia, ainda vêm as equipas de saúde escolar com propostas para promover determinantes da saúde? Para quê trabalhar a alimentação saudável? Em casa alguns pais fazem escolhas tão erradas quanto os filhos! E já toda a gente sabe que tem de comer todos os dias 2 peças de fruta e de comer 400g de vegetais (o que só se consegue se no prato abundar verdura ou então com sopa de legumes ao almoço e ao jantar). Já toda a gente sabe que a carne e o peixe que os restaurantes servem na dose do almoço dá para 4 adultos. Então porque trabalhar com as equipas de saúde escolar? Faz alguma diferença?

Algumas vantagens expressas em estudos indicam que as pessoas referem os profissionais de saúde como uma fonte de informação credível e que o aconselhamento alimentar é seguido de forma rigorosa, principalmente na presença de doença. Na equipa de saúde escolar do Centro de Saúde os conhecimentos são especializados, portanto uma forma rápida e fácil de se conseguir boa informação "ao vivo". Os pontos de vista da saúde são a aplicação prática do projecto curricular teórico desenvolvido em sala. Os profissionais de saúde na Saúde Escolar do Centro de Saúde trabalham em equipa, o que traz para a escola conhecimentos de médicos, nutricionistas, psicólogos, higienistas orais, enfermeiros, técnicos de saúde ambiental, e outros saberes especializados.

As novas formas de trabalhar determinantes da saúde focalizam a aplicação prática de conhecimentos contidos no programa curricular, incluem módulos de auto conhecimento e trabalham o "aprender a lidar" com obstáculos.

Trabalham atitudes percepcionadas pelos alunos, influenciam comportamentos responsáveis e saudáveis através de jogos lúdicos com 15 sessões para alunos durante um período escolar. Estes programas trabalham mensagens saudáveis a promover dentro do programa curricular, incentivam a partilha de surpresas entre pares, com a família e permitem ao professor uma maior eficácia nesta luta pela saúde e ambientes saudáveis que é responsabilidade de todos.

A saúde escolar é ainda o interlocutor privilegiado da educação nos Centros de Saúde. Ao detectar necessidades de saúde específicas, os alunos e família podem ser encaminhados para o médico de família ou para o especialista referente ao problema detectado. Há bons resultados de colaboração da equipa de saúde escolar com o encaminhamento de alunos com problemas relacionados com a alimentação para a consulta de nutrição ou de psicologia.

Cada vez menos esta parceria é feita por "carolice" de quem considera estes temas importantes. Está na altura de, quer a Educação quer a Saúde, ter profissionais com tempos específicos dedicados ao planeamento, avaliação e intervenção em programas integrados de promoção de saúde. A Obesidade infantil tem aumentado muito rapidamente e associada a patologia nunca vista até agora. A frequência de crianças com Diabetes tipo 2 que era residual está a crescer de forma alarmante. Há crianças com hipertensão arterial e com valores de colesterol elevados, o que era raridade? A alimentação saudável e a actividade física regular impedem o aparecimento da obesidade...

É importante fazer a ponte entre o que aprendemos sobre alimentação e as consequências dos erros que escolhemos fazer. É importante sabermos trabalhar a Roda de Alimentos com as porções alimentares equivalentes necessárias a cada idade. Saber as porções alimentares necessárias para o dia e treinar escolher alternativas saudáveis é imperativo nos alunos, nos professores, nos encarregados de educação, nos manipuladores de alimentos, nos profissionais de saúde e nas instituições parceiras. A vigilância não deve nem pode ficar apenas na Saúde.

A Saúde Escolar é o interlocutor mais próximo, a quem o professor pode recorrer para o esclarecimento de dúvidas práticas sobre saúde a fim de que a prevenção seja de facto geral e precoce. Parcerias verdadeiras são uma mais-valia poderosa. Cabe a cada um de nós activá-las.