

MAIA PROGRAMA SAÚDE ESCOLAR 2012/2013



SAÚDE – Departamento de Educação - Atuação



Direcionados a todas as Escolas EB1/JI do Ensino Público do Concelho e Infantários da Santa Casa da Misericórdia da Maia



Projetos de Saúde Escolar



EDUCAÇÃO ALIMENTAR



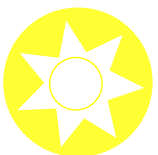
TERAPIA DA FALA



HIGIENE ORAL



EDUCAÇÃO POSTURAL



PREVENÇÃO SOLAR



SEGURANÇA ALIMENTAR



GABINETE DE SAÚDE C.M. MAIA



EDUCAÇÃO ALIMENTAR “Maia Refeições Saudáveis”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia



Parceiros:

- Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto;
- Agrupamento de Centros de Saúde da Maia



EDUCAÇÃO ALIMENTAR “Maia Refeições Saudáveis”



Intervir na comunidade escolar, promovendo hábitos alimentares saudáveis é urgente.

A Câmara Municipal da Maia dispõe de um **serviço de almoço escolar** que pauta pela aposta em **refeições nutricionalmente equilibradas e nutritivas** assim como, disponibilizar às Escolas noções de educação alimentar com vista às melhores escolhas nutricionais ao nível do Pequeno-almoço e Lanche.

O **Pequeno-almoço** enquanto primeira refeição do dia e o **lanche** como uma refeição intermédia essencial ao abastecimento regular de energia e nutrientes do organismo, desempenham um papel primordial no desenvolvimento e estado de saúde da criança.



EDUCAÇÃO ALIMENTAR “Maia Refeições Saudáveis”



Objetivos:

- Sensibilizar as crianças e as suas famílias para a importância de uma alimentação saudável;
- Promover o Pequeno-almoço e o Lanche enquanto refeições fundamentais no dia alimentar da criança:
- Sensibilizar para a importância de se adotarem escolhas alimentares saudáveis;
- Dotar as crianças e as famílias de competência para efetuarem refeições de forma saudável e nutritiva.
- Prevenir doenças resultantes de hábitos alimentares e estilos-de-vida pouco saudáveis.





EDUCAÇÃO ALIMENTAR – “Maia Menu Saudável”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia

Parceiros:

- Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto



EDUCAÇÃO ALIMENTAR – “Maia Menu Saudável”



O Consumo insuficiente de hortaliças e legumes, encontra-se entre os 10 fatores de risco para o aparecimento de doenças e morte prematura.

A frequente rejeição destes alimentos pelas crianças, na Sopa e no Prato, observada ao nível dos almoços escolares, constitui uma preocupação Gabinete de Saúde da C.M. Maia, pelo papel fundamental que estes alimentos desempenham na saúde presente e futura das crianças.



EDUCAÇÃO ALIMENTAR – “Maia Menu Saudável”



Objetivos:

- Promover uma melhor aceitação dos hortícolas na refeição do almoço;
- Perceber a importância destes alimentos fundamentais ao crescimento e saúde das crianças





HIGIENE ORAL “Maia a sorrir”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia

Parceiros:

- ISAVE – Instituto Superior do Alto Ave;
- UFP – Universidade Fernando Pessoa;
- Grupo Esfera Saúde
- CESPU



HIGIENE ORAL “Maia a sorrir”



Saúde e Higiene Oral na Infância

A saúde da boca é fundamental. Dentes e gengivas fortes e saudáveis em conjunto com uma boa salivagem, são os elementos básicos para um bom início da digestão.

É indispensável que a criança possua o mínimo de conhecimentos sobre a sua dentição e boca em geral, bem como, conhecimentos sobre algumas das doenças que podem surgir relacionadas com a dentição e como as prevenir através da higiene oral.

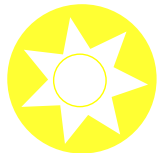




Objetivos

- Conhecer a boca e seus principais constituintes;
- Distinguir os diferentes tipos de dentes e as suas funções;
- Distinguir dentição de leite de dentição permanente;
- Conhecer alguns dos problemas que advêm da falta de higiene oral;
- Conhecer os diferentes métodos de limpeza oral;
- Perceber quais os alimentos prejudiciais a uma dentição saudável





PREVENÇÃO SOLAR “Maia com o sol no coração vamos ter precaução”

Organização:

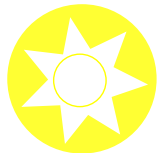
Gabinete de Saúde da C.M. Maia

Parceiro:

- Liga Portuguesa Contra o Cancro, Núcleo Regional do Norte



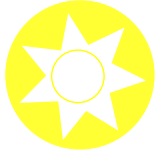
PREVENÇÃO SOLAR “Maia com o sol no coração vamos ter precaução”



“Maia, com o sol no coração vamos ter precaução” consiste num projeto de Promoção de Hábitos de Exposição Solar Saudáveis”. Aparece como uma resposta a uma necessidade identificada pelo Gabinete de Saúde da C.M. Maia e da Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional do Norte (entidade parceira).

Os “escaldões” apanhados durante a infância são particularmente nocivos. Não comprometamos a saúde das nossas crianças unicamente pelo capricho de as ter “bronzeadas” e “atraentes”.



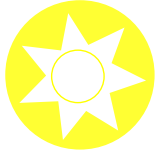


Cuidados a ter com as crianças

- Os olhos e a pele das crianças são muito sensíveis.
- Sombra, chapéu ou boné, T-shirt de algodão, calções amplos, óculos de sol e chinelos nos pés são os melhores meios para proteger as crianças.
- Escolha um produto solar adaptado às crianças: índice de proteção 15, no mínimo, resistente à água e sem álcool.
- Deve ser aplicado 15 minutos antes da exposição ao Sol (pelos pais também) e repetido várias vezes durante o tempo que está exposto;
- Orelhas, nariz, lábios e plantas dos pés são muito sensíveis. Não devemos esquecê-los.
- Não deixe que as crianças brinquem ao Sol sem proteção entre as 11 e as 17 horas.



PREVENÇÃO SOLAR “Maia com o sol no coração vamos ter precaução”



Com este projeto o Gabinete de Saúde da CM Maia, pretende alertar, consciencializar, promover e responsabilizar sobre os efeitos nocivos de uma má e boa exposição solar.

Objetivos:

- Aumentar o conhecimento relativamente ao sol e aos seus efeitos sobre o ser humano;
- Alertar para os fatores de risco;
- Incentivar a prática de comportamentos protetores;
- entre outros ...





SEGURANÇA ALIMENTAR “Maia de Pequeninino se Torce o Pepino”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia



Parceiro:

- Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa

SEGURANÇA ALIMENTAR “Maia de Pequenino se Torce o Pepino”



“**Maia de pequenino se torce o Pepino**”, trata-se de um **Projeto de Segurança Alimentar**. É fundamental que desde cedo, em criança, sejam implementadas regras de higiene e segurança alimentar.

As mensagens sobre práticas que protegem de doenças de origem alimentar serão mais efetivas na ausência de hábitos que conduzam a comportamentos de risco.

O projeto procura dinamizar atividades experimentais em contexto de sala de aula, bem como visitas ao exterior, proporcionando situações de aprendizagem na resolução de problemas.



SEGURANÇA ALIMENTAR “Maia de pequenino se torce o pepino”



Objetivos:

- Promover a realização de atividades experimentais nas escolas;
- Sensibilizar a comunidade escolar para a Segurança Alimentar;
- Promover uma verdadeira política de higiene e segurança alimentar doméstica
- Entre outros ...





TERAPIA DA FALA: “Maia fala Melhor!”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia

Parceiros:

- Universidade Fernando Pessoa
- Grupo Esfera Saúde

TERAPIA DA FALA: “Maia fala Melhor!”



O que é a Terapia da fala?

A **Terapia da Fala** consiste no desenvolvimento de atividades de prevenção, avaliação e tratamento das perturbações da linguagem, comunicação e interação humana, abrangendo todas as idades. O terapeuta da fala intervém em todas as situações de patologia da fala, linguagem oral e escrita, voz, bem como alterações relacionadas com as funções auditiva, visual, cognitiva, oro-muscular e deglutição.

A Terapia da fala nas crianças

Com o início do ano escolar, as crianças debatem-se com dificuldades de oralidade que prejudicam o processo de desenvolvimento de leitura e escrita.

Estas dificuldades nas crianças são frequentes, nomeadamente nas idades pré-escolar e escolar e podem ser exteriorizadas das mais diversas formas.

A **Terapia da Fala** é a especialidade mais indicada para estas situações. Prevenir é a melhor forma de conseguir bons resultados.



TERAPIA DA FALA: “Maia fala Melhor!”



Importância do Professor no diagnóstico

O professor é uma das melhores fontes de informação acerca da criança. Este assume um papel fundamental na identificação e a prevenção de eventuais perturbações. A intervenção do terapeuta da fala auxilia e complementa o trabalho do professor.

O SNS comparticipa os Tratamentos de Terapia da Fala

As sessões de Terapia da Fala são comparticipadas, pelo SNS, desde que exista uma prescrição (**P1**) do médico de família. Os tratamentos poderão ser efetuados em unidades de saúde privadas, se estas tiverem convenção com o SNS, para esta valência.

Estão **isentos do pagamento de taxas moderadoras**, não havendo por isso qualquer encargo associado aos tratamentos:

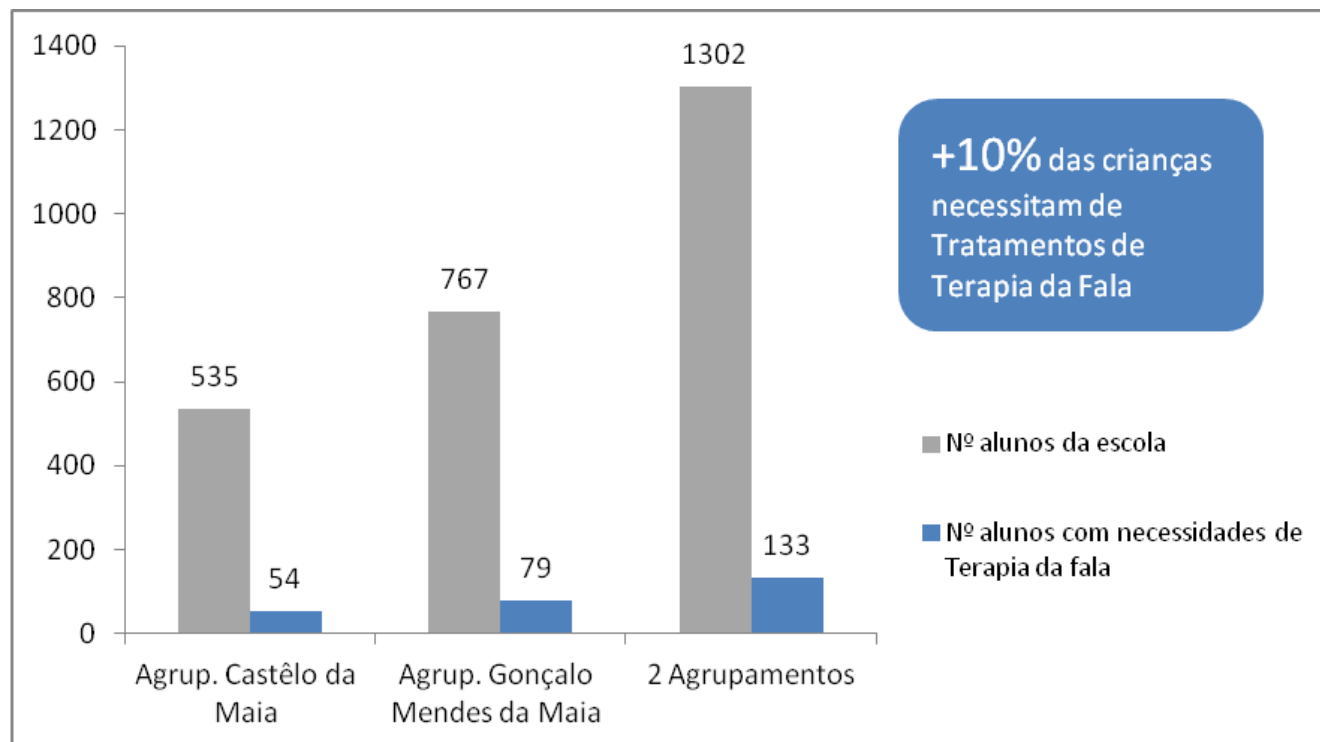
- As crianças até aos 12 anos de idade, inclusive;



TERAPIA DA FALA: “Maia fala Melhor!”



Resultados do Projeto Maia, fala melhor 2011/2012





EDUCAÇÃO POSTURAL “Maia melhor Postura, mais saúde”

Organização:

Gabinete de Saúde da C.M. Maia

Parceiros:

- Grupo Esfera Saúde



EDUCAÇÃO POSTURAL “Maia melhor Postura”



O **Projeto de Educação Postural “Maia melhor postura”** surgiu como resposta a variados problemas de saúde cada vez mais frequentes em idade jovem.

A promoção da educação postural pelas crianças, famílias e comunidade educativa, é um objetivo considerado prioritário ao nível da intervenção na área da Saúde Escolar.

O peso excessivo produz uma grande pressão sobre a musculatura e articulações, podendo tornar-se num grave problema e gerar consequências irreversíveis, como o aparecimento de escoliose infantil, artrose precoce e, em alguns casos, impedir o crescimento normal dos ossos das crianças.



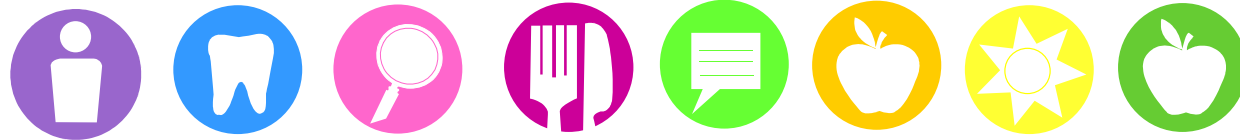
EDUCAÇÃO POSTURAL “Maia melhor Postura”



Objetivos:

- Sensibilizar para a importância da adoção de posturas corretas;
- Transmitir princípios essenciais a adotar para uma melhor educação postural no dia-a-dia;
- Corrigir más posturas;





Ficha de Inscrição Projetos Saúde Escolar

- Preenchimento de todos os campos é fundamental (evite enviar informação por preencher);
- A informação fornecida deverá ser a mais atualizada possível;
- Em caso de dúvida contacte o Gabinete de Saúde;
- Só serão aceites as inscrições que entrem no sistema até às **00h00 do dia 30 de Setembro 2012**;
- Guarde uma cópia da Inscrição;
- Durante o ano letivo qualquer alteração de dados/contactos deverá ser reportado ao Gabinete de Saúde.

[Contactos](#) / [Mapa do Site](#)

Procurar...

[Home](#)

03-09-2012

Menu Principal

- Home
- A Autarquia
- Noticias
- Eventos
- Recursos Humanos
- Ação Social
- Policia Municipal
- Proteção CMI
- Relações Internacionais
- Gestão da Qualidade
- Mapa Interactivo
- Informações Úteis
- Links
- Downloads
- Galeria Multimédia
- QREN
- Operação de Lotamento

Accesibilidade**Formulário de Inscrição nos projetos do Gabinete de Saúde da Câmara Municipal da Maia**

- * Agrupamento :
- * Escola :
- * Coordenador(a):
- * E-mail:

* Escolha o(s) projeto(s) em que a escola se inscreve:


- Projeto Higiene Oral "Maia A Sorrir"
- Projeto Educação Alimentar "Maia Refeições Saudáveis"
- Projeto Segurança Alimentar "Maia de pequenino se torce o pepino"
- Projeto Prevenção Solar "Maia com o Sol no coração vamos ter precaução"
- Projeto Educação Postural "Maia melhor postura, mais saúde"
- Projeto Terapia da Fala "Maia fala melhor"


* Total de Turmas Inscrias:

* Total de Alunos:

SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição

Formulário de inscrição nos projetos do Gabinete de Saúde da Câmara Municipal da Maia

* **Agrupamento :** 

* **Escola :** 

* **Coordenador(a):**

* **E-mail:**

SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição

* Escolha o(s) projeto(s) em que a escola se inscreve:



Projeto Higiene Oral "Maia A Sorrir"

Sim Não



Projeto Educação Alimentar "Maia Refeições Saudáveis"

Sim Não



Projeto Segurança Alimentar "Maia de pequenino se torce o pepino"

Sim Não



Projeto Prevenção Solar "Maia com o Sol no coração vamos ter precaução"

Sim Não



Projeto Educação Postural "Maia melhor postura, mais saúde"

Sim Não



Projeto Terapia da Fala "Maia fala melhor"

Sim Não

* Total de Turmas Inscritas:

* Total de Alunos:

SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição



Faça o download dos ficheiros seguintes para depois inscrever os professores nos projetos selecionados.

- FICHA DE INSCRIÇÃO DE PROFESSORES (EXCEL)
 - REGULAMENTO (PDF)
-

Os campos assinalados com * são de preenchimento /escolha obrigatórios

Enviar Formulário

SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição



Faça o download dos ficheiros seguintes para depois inscrever os professores nos projetos selecionados.

- FICHA DE INSCRIÇÃO DE PROFESSORES (EXCEL)

- REGULAMENTO (PDF)



PROGRAMA DE SAÚDE ESCOLAR | Ano letivo 2012/2013



REGULAMENTO
PROGRAMA DE SAÚDE ESCOLAR

ORGANIZAÇÃO

Gabinete de Saúde da Câmara Municipal da Maia (CMM)

Em parceria com:

Agrupamento de Centros de Saúde Grande Porto IV - Maia (ACES da Maia);

Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário (CESPU);

Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa (ESBUCP);

Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP);

Grupo EsferaSaúde;

Instituto Superior de Saúde do Alto Ave (ISAVE);

Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional do Norte (LPCC – NRN);

Universidade Fernando Pessoa (UFP)

OBJETIVOS

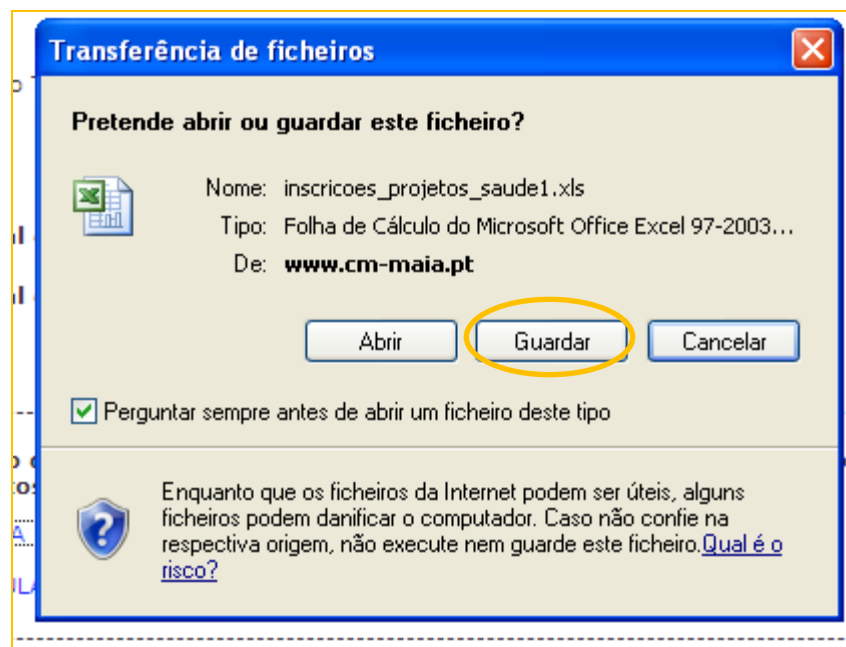
SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição



Faça o download dos ficheiros seguintes para depois inscrever os professores nos projetos selecionados.

- FICHA DE INSCRIÇÃO DE PROFESSORES (EXCEL)

- REGULAMENTO (PDF)





PROJETO Higiene Oral "Maia a sorrir"

6 Agrupamento				
7 Escola				
8 Coordenador			Email:	
9 Professor	Email	Turma/Ano	Nr. Alunos	Observação*
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28 Total Turmas Inscritas:		Total de Alunos Inscritos:		
29 Pretende Solicitações Extra para a sua Escola no âmbito deste projeto?				
30				

Este formulário deverá ser enviado para: gabinete.saude@cm-maia.pt (data limite 30 de Setembro 2012)



PROJETO Educação Alimentar "Maia Refeições Saudáveis"

6	Agrupamento				
7	Escola				
8	Coordenador			Email:	
9	Professor	Email	Turma/Ano	Nr. Alunos	Observação*
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28	Total Turmas Inscritas:			Total de Alunos Inscritos:	
29	Pretende Solicitações Extra para a sua Escola no âmbito deste projeto?				
30					

Este formulário deverá ser enviado para: gabinete.saude@cm-maia.pt (data limite 30 de Setembro 2012)

SAÚDE – Departamento de Educação | Ficha de Inscrição



Total Turmas Inscritas:	X turmas inscritas	Total de Alunos Inscritos:	XXX
Pretende Solicitações Extra para a sua Escola no âmbito deste projeto?		SIM ou NÃO	

Em caso de omissão no campo das **SOLICITAÇÕES EXTRA**, entenderá o Gabinete de Saúde que **não** estão interessados.

O que são Solicitações Extra???

Tal como o nome indica são atividades extra, ou seja, que não estão contempladas a nível de execução de Projeto. Destinam-se a todas as Escolas/ Infantários. A Organização do evento é da responsabilidade da Escola/Infantário requerente cabendo ao gabinete de Saúde a aceitação da proposta e o apoio logístico, sempre que possível.

Para se inscrever, a Escola/Infantário deverá ter pelo menos uma turma inscrita no Projeto em questão, e só poderá fazer **uma solicitação** por Projeto.

Este formulário deverá ser preenchido pelo **coordenador**.

NOTA: As solicitações extra obedecem a um regulamento que deverá ser cumprido na sua íntegra.

SOLICITAÇÕES EXTRA

Este formulário destina-se a ser preenchido pelas Escolas/ Infantários interessados em solicitar atividades extra, isto é aquelas para além das já definidas, no âmbito do Projeto de Educação Alimentar "Maia Refeições Saudáveis". Para se inscrever, a Instituição deverá ter pelo menos uma turma inscrita no Projeto em questão, e só poderá fazer uma solicitação por Projeto. Este formulário deverá ser preenchido pelo COORDENADOR da Instituição

1.1. Nome da Escola

1.2. Faça uma breve contextualização da atividade e os objetivos pretendidos pela sua Instituição, com a realização da mesma. Comece por dizer-nos o tipo de atividade pretendido. Exemplos: palestra, workshop, comemoração de efeméride,...

1.3. Indique qual/quais as turmas a que se destina a atividade, bem como o Docente e o número de alunos respetivo. Exemplo: 1^ªA - Ana Silva (25alunos); 2^ºB - Jorge Teixeira (24 alunos),...

1.4. Qual a população-alvo a que se destina a atividade:
Assinale uma ou mais opções.

Alunos

Professores/Educadores

Pais/Encarregados de educação

Outra: Qual?

1.5. Qual a(s) data(s) sugerida(s) para a sua realização?

1.6. Qual o horário sugerido e o tempo de duração previsto da atividade?

1.7. Gostaria que o Padrinho/ Madrinha do Projeto estivesse envolvido na atividade solicitada?

Sim

Não

1.8. Que meios/ recursos prevê serem necessários para a sua realização?

Enviar

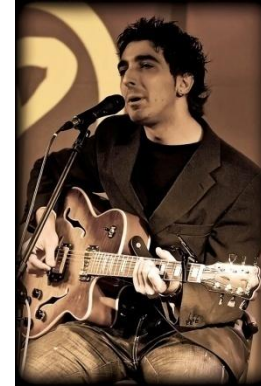
[Documento Google Docs](#)

Padrinhos

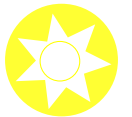
APOIO FIGURAS PÚBLICAS



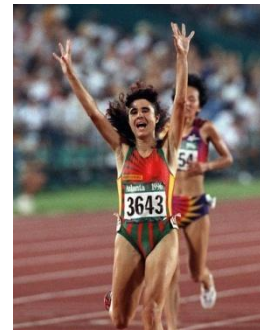
Hernâni Ermida, Chef



Tozé, Per7ume



Katty Xiomara, Estilista de Moda

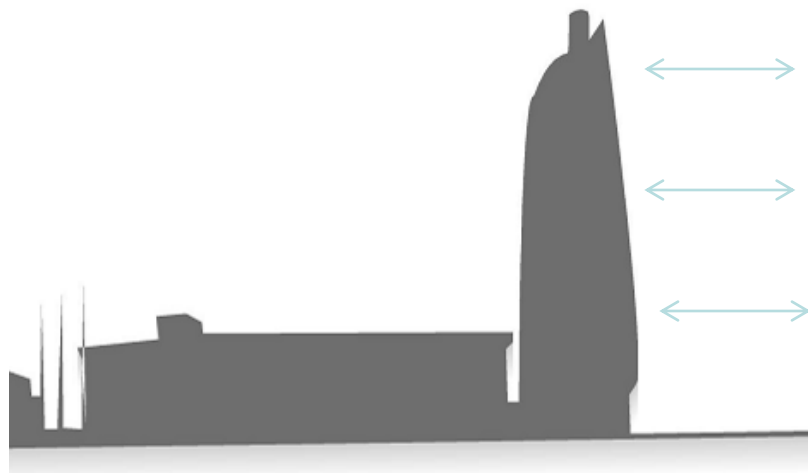


Fernanda Ribeiro e Luís Sá

Projetos de Saúde Escolar | Comunicação logística



A Comunicação entre o Gabinete de Saúde, Agrupamentos, Coordenações e Professores/Educadores será sempre (*salvo raras exceções*), realizada através de email.



↔ Agrupamentos Escolares

↔ Coordenação de Escola

↔ Professores e Educadores

Siga-nos através do Facebook do Gabinete de Saúde:



<http://www.facebook.com/gabinetesaudecmmaia>

Câmara Municipal da Maia

Agrupamentos Escolares da Maia



MAIA: Por um estilo de vida ativo e saudável

Agradecemos a vossa atenção

SAÚDE – Departamento de Educação

Nair L. Alves da Silva Ramos Rocha

Eva Sofia Antunes de Azevedo Cavadas