
Selo Escola Saudável

1. Contexto e Enquadramento Geral

O **Selo Escola Saudável** é uma distinção dinamizada pela **Direção-Geral da Educação (DGE)**, no âmbito do Programa de Apoio à Promoção da Educação para a Saúde (PAPES).

Esta iniciativa visa reconhecer e valorizar publicamente os Agrupamentos de Escolas e Escolas Não Agrupadas (públicos e privados) que integram, no seu Projeto Educativo e nas suas práticas quotidianas, a promoção e a educação para a saúde e bem-estar de forma holística, continuada e participada.

2. Objetivos Principais

- **Reconhecer:** Distinguir publicamente as práticas de referência na área da saúde e do bem-estar.
- **Integrar:** Consolidar a Educação para a Cidadania e a Promoção da Saúde no Projeto Educativo de Escola.
- **Capacitar:** Estimular o envolvimento ativo dos estudantes na conceção, implementação e avaliação das iniciativas.
- **Envolver a Comunidade:** Fortalecer parcerias com autarquias, centros de saúde, associações de pais e encarregados de educação, e entidades locais.

3. Níveis de Certificação

A avaliação das candidaturas atribui diferentes graus de maturidade e impacto das ações:

- **Nível I – Iniciante:** Escolas que iniciaram recentemente dinâmicas estruturadas de promoção da saúde.
- **Nível II – Intermédio:** Escolas com práticas consolidadas e integradas no plano de atividades.
- **Nível III – Avançado:** Escolas com impacto comprovado, forte envolvimento da comunidade educativa e ações inovadoras de referência.

4. Eixos e Dimensões de Avaliação

A candidatura é submetida através do preenchimento do **Instrumento de Avaliação de Práticas de Educação para o Bem-estar em Saúde e Sexualidade (IAPEBE)**, que incide sobre vários eixos transversais:

A. Alimentação Saudável e Atividade Física

- Oferta alimentar em refeitórios, bufetes e máquinas de *vending*.

- Atividades de promoção do desporto escolar e combate ao sedentarismo.
- Ações de literacia nutricional e sustentabilidade alimentar.

B. Saúde Mental e Bem-Estar Emocional

- Ações de prevenção do *bullying* e *cyberbullying*.
- Promoção de competências socioemocionais (gestão do *stress*, resiliência, empatia).
- Clima de escola inclusivo, seguro e acolhedor.

C. Afetividades e Educação Sexual

- Implementação da Educação Sexual de forma transversal e contínua.
- Ações sobre igualdade de género, relacionamentos saudáveis e prevenção da violência no namoro.

D. Comportamentos Aditivos e Dependências

- Prevenção do consumo de substâncias (tabaco, álcool, drogas).
- Uso saudável das tecnologias e redes sociais (prevenção do uso aditivo de ecrãs).

E. Segurança, Saúde Ambiental e Sustentabilidade

- Segurança e ergonomia nas instalações escolares.
- Higiene pessoal e da comunidade.
- Projetos de literacia ambiental e sustentabilidade no espaço escolar.

5. Fases do Processo de Candidatura

[1. Preparação & Equipa] → [2. Diagnóstico & Evidências] → [3. Preenchimento IAPEBE] → [4. Submissão e Monitorização]

Fase 1: Constituição da Equipa Dinamizadora

- Nomear a equipa coordenadora (Equipa de Promoção e Educação para a Saúde - PES / Estratégia de Cidadania de Escola).
- Incluir representantes dos professores, encarregados de educação, alunos e pessoal não docente.

Fase 2: Levantamento do Diagnóstico e Recolha de Evidências

- Analisar o trabalho desenvolvido no ano letivo anterior e no atual.
- Reunir evidências fotográficas, atas, sumários, parcerias com USF/Centros de Saúde, planos de ação e relatórios de avaliação.

Fase 3: Preenchimento da Plataforma Eletrónica

- Aceder à plataforma oficial da DGE (area.dge.mec.pt/seloescolasaudavel).
- Responder às questões do instrumento IAPEBE.

- Identificar com clareza:
 - **3 Aspectos a destacar:** Práticas inspiradoras e diferenciadoras.
 - **3 Aspectos a melhorar:** Áreas identificadas para reavaliação/reformulação no futuro.

Fase 4: Validação pela Direção e Submissão

- Validar a veracidade dos dados com a Direção da Escola.
- Submeter a candidatura no prazo estipulado no regulamento anual (geralmente entre janeiro e fevereiro).

6. Fatores Críticos de Sucesso

1. **Envolvimento Ativo dos Alunos:** Apresentar projetos em que os alunos não são apenas recetores, mas também mentores/dinamizadores (ex.: alunos mediadores, brigadas de saúde).
2. **Articulação Curricular:** Demonstrar como os temas de saúde estão integrados no currículo escolar e no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.
3. **Rede de Parcerias:** Evidenciar acordos e atividades com Centros de Saúde, Câmaras Municipais, PSP/GNR (Escola Segura) e ONGs localmente ativas.
4. **Sustentabilidade das Ações:** Demonstrar que as ações não são pontuais, mas sim parte de uma estratégia de longo prazo integrada no Projeto Educativo.