

Designação da Ação: Promoção da Saúde Mental em contexto escolar

Modalidade: Curso de formação

Duração: 16 horas presenciais

Destinatários: Professores do 3º Ciclo do Ensino Básico e do Ensino Secundário

Área de formação: Formação ética e deontológica

Razões justificativas da ação:

A OMS estima que cerca de 20% dos adolescentes apresente pelo menos uma perturbação mental antes dos 18 anos. Contudo, apenas 15% dos jovens com problemas recebem ajuda. As perturbações mentais podem constituir barreiras significativas impedindo que os alunos atinjam os objetivos académicos, conduzindo ao absentismo ou abandono escolar. Os problemas de saúde mental podem ter efeitos deteriorantes no desenvolvimento pessoal, social, intelectual e emocional, a curto e longo-prazo, podendo conduzir à morte por suicídio. É essencial dotar os professores de conhecimentos, atitudes e competências promotoras da saúde mental. A promoção da saúde e a literacia em saúde são pilares prioritários no Plano Nacional de Saúde Escolar e a formação é considerada crucial à promoção da saúde mental, intervenção precoce e aumento da acessibilidade aos cuidados de saúde.

Objetivos:

Aumentar a literacia em saúde mental nas escolas através da capacitação dos professores, contribuindo para a implementação precoce de estratégias de promoção da saúde mental e prevenção da perturbação mental; reduzir o estigma e a discriminação das perturbações mentais em ambiente escolar; dotar os professores de informação fidedigna, baseada na melhor evidência científica; dotar os professores de ferramentas, materiais, instrumentos e linhas orientadoras de boas práticas e agilizar a implementação local ao nível dos sistemas de saúde e educação.

Conteúdos:

Programa:

1. Saúde e Doença mental
2. Prevalência das perturbações mentais em jovens
3. Estigma associado às perturbações mentais
4. Perturbações do humor
5. Perturbações da ansiedade
6. Perturbações do comportamento
7. Comportamentos suicidários e autolesivos
8. Bullying
9. Promoção da Saúde mental
10. Vias de referência – recursos e procedimentos

Metodologia:

A formação constará de 16 horas de abordagem teórico-prática.

Regime de avaliação dos formandos

Avaliação de conhecimentos e competências face às perturbações mentais e comportamentos suicidários e autolesivos na adolescência (pré teste e pós teste). Em conformidade com o Despacho nº4 59/2015, a avaliação dos formandos é expressa numa classificação quantitativa na escala de 1 a 10 valores, tendo como referente as seguintes menções: *

Excelente – de 9 a 10 valores;

Muito Bom – de 8 a 8,9 valores;

Bom – de 6,5 a 7,9 valores;

Regular – de 5 a 6,4 valores;

Insuficiente – de 1 a 4,9 valores.

Os critérios de avaliação adotados pelo CFAE

Não são certificados formandos cuja assiduidade de seja inferior a dois terços da duração da ação de formação, conforme o Artigo 5º do Despacho nº 459/2015.

Bibliografia fundamental

Stan, K., & Chehil, S. (2007). Gestão de Risco de Suicídio: Um manual para profissionais de saúde. (E. Médicas, Ed.). Lindbeck Institute. Portugal. Stan, K., LeBlanc, J. and Chehil, S.(2008). Mental Health Training for Teachers. Sun Life Financial Chair in Adolescent Mental Health. Canadá. Kutcher, S., & Szumilas, M. (2009, January 26). School-Based suicide prevention programs. A systematic review [symposium on interventions and programmes for depression and suicide prevention]. 17th european congress of psychiatry 2009. Lisbon: European Psychiatric Association. Stan, K. (2009). Guide to Understand Adolescent Major Depressive Disorder. Sun Life Financial Chair in Adolescent Mental Health. Canadá. Green Paper. Improving the Mental Health of the Population: Towards a Strategy on Mental Health for the European Union. (2005, October 14). Brussels: European Communities.