



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA SAÚDE



ARS NORTE

Administração Regional
de Saúde do Norte, I.P.

Departamento de Saúde Pública

JOVENS E TABACO - COMO INTERVIR?

**ARS NORTE: PROGRAMA ESCOLAS
LIVRES DE TABACO (PELT)**

Rosa Branca Mansilha

DSP da ARS Norte | 29 Novembro 2013



**PROGRAMA
NACIONAL**
Prevenção e Controlo
do Tabagismo

**1.º Encontro Nacional
Boas Práticas em Prevenção e
Controlo do Tabagismo**

PROGRAMA

Coimbra

29 DE NOVEMBRO '13

AUDITÓRIO DA FUNDAÇÃO
BISSAYA BARRETO

www.dgs.pt



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA SAÚDE



PROGRAMA | Escolas Livres de Tabaco

INÍCIO | ano escolar 2006-2007

ENTIDADES PROMOTORAS | Departamento de Saúde Pública da ARS Norte e (ex) Direcção Regional de Educação do Norte

FINALIDADE | Contribuir para evitar ou atrasar a idade de início do consumo de tabaco dos jovens escolarizados

POPULAÇÃO-ALVO | Comunidade escolar das Escolas do 3º ciclo do ensino básico da região Norte



OBJECTIVOS:

- Inclusão no projecto educativo da Escola, a prevenção e controlo do tabagismo;
- Promoção da cessação tabágica junto da comunidade escolar;
- Formação dos professores nesta temática;
- Desenvolvimento de competências para a adopção de estilos de vida saudáveis, por parte dos alunos;
- Colaboração com a restante comunidade na promoção e criação de ambientes saudáveis.

METAS:

- Adesão ao PELT, em 2007/2008, de 100 escolas do 3º ciclo do Ensino Básico da região Norte;
- Escolas em PELT, totalmente livres de tabaco, até final de 2009/2010.



DEFINIÇÕES

Escolas Livres de Tabaco (ELT) - escolas que desenvolvem:

- Processos para que não se fume no espaço da escola;
- Programas de formação em tabagismo para a comunidade escolar;
- Programas de promoção da saúde e estilos de vida saudáveis, nomeadamente sobre tabaco e espaços livres de tabaco, na escola e na comunidade envolvente.



ETAPAS

1 EQUIPA PELT

Equipa de Saúde Escolar
Unidades Operativas de Saúde Pública da região Norte

Articulação com os órgãos da Direcção das Escolas-
apresentação do PELT



ETAPAS

2

ADESÃO

Documento inicial preenchido pela Escola (renovação anualmente)

PROGRAMA "ESCOLAS LIVRES DE TABACO" (PELT)

ANEXO 1

PROGRAMA 'ESCOLAS LIVRES DE TABACO'

ADESÃO MANUTENÇÃO (ano de implementação)

A Escola _____
 sita na morada _____
 Código Postal _____, Telefone _____ Fax _____
 Declara que pretende aderir/manter a adesão ao Programa "Escolas Livres de Tabaco".

Ano Lectivo: ____/____

CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA:

Professores

Nº Total de Professores da Escola [____]
 Nº Total de Professores do 7º Ano [____] Nº Total de Professores da Área de Projecto do 7º Ano [____]
 Nº Total de Professores do 8º Ano [____] Nº Total de Professores da Área de Projecto do 8º Anos [____]
 Nº Total de Professores do 9º Ano [____] Nº Total de Professores da Área de Projecto do 9º Anos [____]

Alunos/Turmas

Nº Total de Alunos da Escola [____]

7º Ano: Nº Total de Alunos [____] Nº Total de Turmas [____]

Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]

8º Ano: Nº Total de Alunos [____] Nº Total de Turmas [____]

Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]

9º Ano: Nº Total de Alunos [____] Nº Total de Turmas [____]

Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]
 Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____] Turma ____ Nº alunos [____]

Profissionais não Docentes

Nº Total de Funcionários Administrativos [____] Nº Total de Auxiliares de Acção Educativa [____]

Data: ____/____/____ Elemento da Escola - _____

Assinatura:



ETAPAS

3 EQUIPA DINAMIZADORA

Constituição de uma “Equipa Dinamizadora”, sempre que possível integrando docentes, não docentes, alunos e Encarregados de Educação.



ETAPAS

3 EQUIPA DINAMIZADORA

Documento preenchido pela Equipa dinamizadora) no início do ano lectivo com a programação das actividades.

PROGRAMA "ESCOLAS LIVRES DE TABACO" (PELT) ANEXO 2

PLANO DE ACÇÃO PARA IMPLEMENTAÇÃO DO PELT

ESCOLA: _____ Monitorização PELT
- a preencher pela
equipa
dinamizadora

CONCELHO: _____ **ANO LECTIVO:** _____

EQUIPA DINAMIZADORA:

Nome	Categoria Profissional	Função

Sim Não

Nº Element: []

SENSIBILIZAÇÃO AOS PROFESSORES

Data prevista	Método	Responsáveis

Sim Não

Nº Profes: []

SENSIBILIZAÇÃO AOS PROFISSIONAIS NÃO DOCENTES

Data prevista	Método	Responsáveis

Sim Não

Nº Profis: []

SENSIBILIZAÇÃO AOS PAIS/ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Data prevista	Método	Responsáveis

Sim Não

Nº Pais/EE: []

FORMAÇÃO DE PROFESSORES

Data prevista	Formadores	Duração	Nº Sessões	Conteúdos

Sim Não

Nº Profes: []



ETAPAS

4

SENSIBILIZAÇÃO DA COMUNIDADE ESCOLAR

Apresentação do PELT à Comunidade Escolar (Docentes, não docentes, pais e encarregados de educação)



ETAPAS

5 FORMAÇÃO DE PROFESSORES

Formadores | Equipa de Saúde com a colaboração da Equipa dinamizadora

Destinatários | Professores do 3ºciclo, área projecto, LP, CN, Mat, EVT, EF, outra disciplina

Duração | mínimo 6 horas



ETAPAS

6 INTERVENÇÃO NOS ALUNOS

Duração | Ano lectivo

Intervenientes | Professores

Destinatários | Alunos do 3º ciclo (7º, 8º e 9º ano)

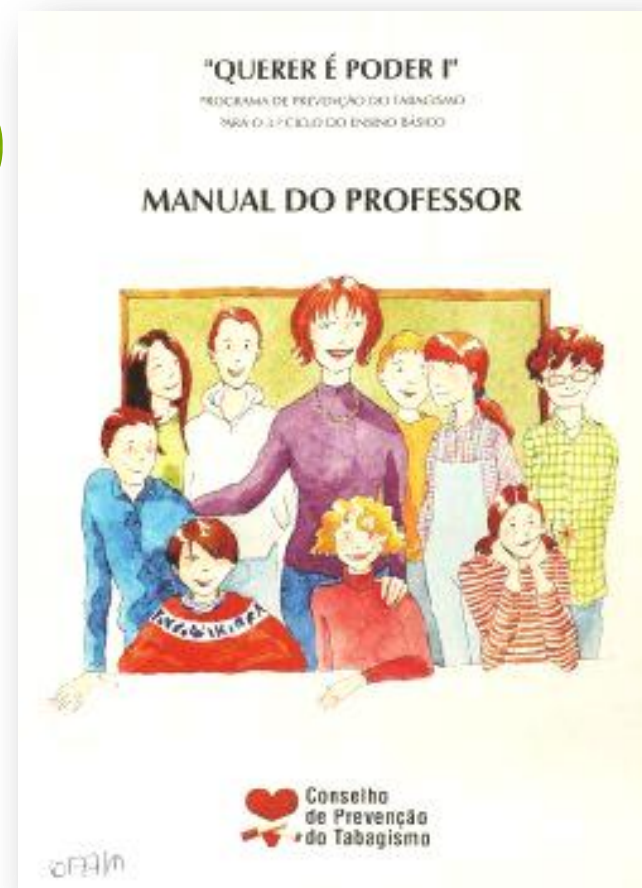
Conteúdos | Manuais



ETAPAS

6 INTERVENÇÃO NOS ALUNOS

7º ano “QUERER É PODER I” (6 sessões)

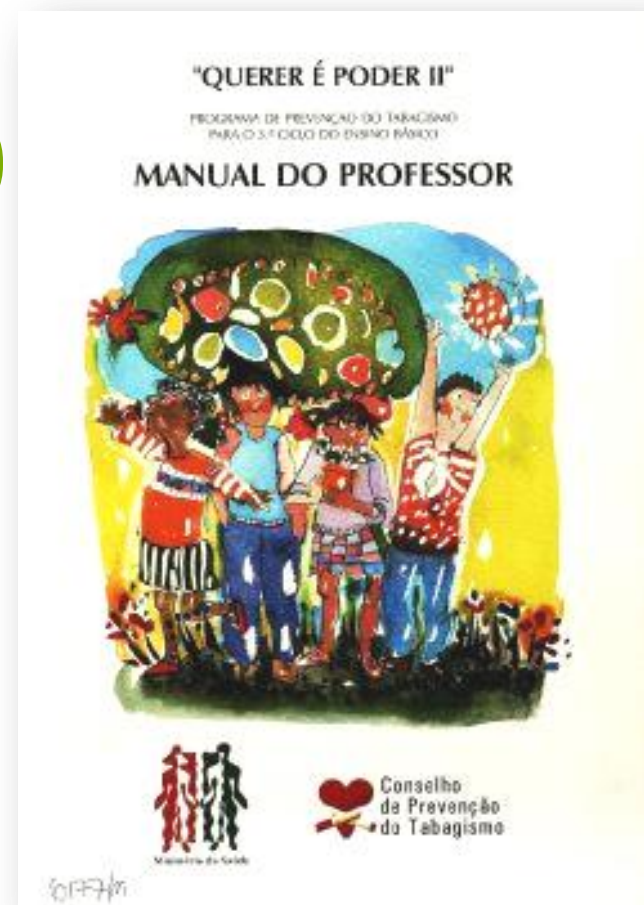




ETAPAS

6 INTERVENÇÃO NOS ALUNOS

8º ano “QUERER É PODER II” (6 sessões)

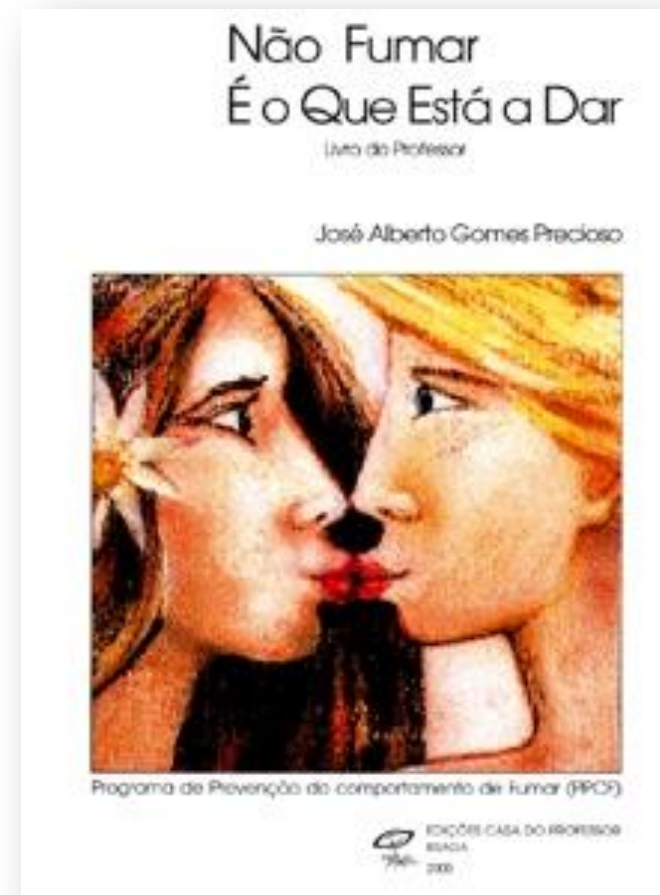




ETAPAS

6 INTERVENÇÃO NOS ALUNOS

Manual complementar: “NÃO FUMAR É O QUE ESTÁ A DAR” (pelo menos 5 sessões)





ETAPAS

7 INTERVENÇÃO NA COMUNIDADE

Actividades Extra-curriculares para a Comunidade escolar

Actividades Extra-curriculares para a Comunidade extra-escolar



ETAPAS

8 AVALIAÇÃO

PROFISSIONAIS

Aplicação de um questionário aos docentes e não docentes (início do ano lectivo)

QUESTIONÁRIO DE AUTO-PREENCHIMENTO, CONFIDENCIAL (adaptado do 4º INS)

Questionário (Profissionais)

REGRAS DE PREENCHIMENTO
 Face ao seu processo de tratamento (leitura óptica), este inquirido deve ser preenchido utilizando caneta ou esferográfica preta ou azul e preenchido como mostra o exemplo.
 Se eventualmente se enganar a assinalar a sua resposta, deverá riscá-la e preencher o círculo correspondente à resposta que pretende.

Preencha assim assim não rasurado

Escola: _____
 Localidade: _____
 Concelho: _____ Distrito: _____

Sexo: Masculino Feminino Ano de Nascimento: [][][][][]

Profissão/ Função:
 Professor(a) Administrativo(a)
 Auxiliar da Acção Educativa Outro

Vínculo:
 Quadro da escola Sim Não

A preencher pelos serviços
 Cod Escola [][][][][][]
 Cod Localidade [][][][][][]
 Cod Concelho [][][][][][]
 Cod Distrito [][][][][][]

Por favor, indique o seu nome: _____

No ano lectivo anterior participou em alguma acção sobre prevenção do tabagismo?
 Nenhuma Mais de 4 horas e menos de 6 horas
 Menos de 2 horas Mais de 6 horas
 Mais de 2 horas e menos de 4 horas

1 - Fuma: Sim Não
 Se respondeu "não", passe para a pergunta 2
 Se respondeu "sim", passe para a pergunta 3

2 - Já alguma vez fumou? Sim Não
 Se respondeu "não", terminou o questionário. Obrigado.
 Se respondeu "sim", passe para a pergunta 5

3 - Se fuma, é diariamente ou ocasionalmente? Diariamente Ocasionalmente

4 - Em relação às duas últimas semanas, fumou? Diariamente Ocasionalmente Não Fumou

5 - O que fuma/fumava habitualmente? Só cigarros Cigarros e cachimbo Só cachimbo Só charutos

6 - Se fuma/fumava cigarros, quantos fuma/fumava, em média, por dia? [][] cigarros

7 - Com que idade começou a fumar? (Se não se lembra indique a idade que lhe parece mais aproximada) [][] anos

8 - Há dois anos atrás não fumava, fumava menos, o mesmo ou mais? Não fumava Fumava o mesmo
 Fumava menos Fumava mais

Pag 1 / 2 v.s.f.f. 48332



ETAPAS

8 AVALIAÇÃO

ALUNOS

7º ANO – anual, início do ano lectivo

9º ANO – anual, final do ano lectivo

REGRAS DE PREENCHIMENTO
Face ao seu processo de tratamento (leitura óptica), este inquérito deve ser preenchido utilizando caneta ou esferográfica preta ou azul e preenchido como mostra o exemplo. Se eventualmente se enganar a assinalar a sua resposta, deverá riscá-la e preencher o círculo correspondente à resposta que pretende.

Preencha assim assim não rasureado

Escola: _____
 Localidade: _____
 Concelho: _____ Distrito: _____

Sexo: Masculino Feminino Ano de Nascimento: [][][][]

Profissão/ Função:
 Professor(a) Administrativo(a)
 Auxiliar da Acção Educativa Outro

Vínculo:
 Quadro da escola Sim Não

A preencher pelos serviços
 Cod Escola [][][][]
 Cod Localidade [][][][]
 Cod Concelho [][][]
 Cod Distrito [][]

Por favor, indique o seu nome: _____

No ano lectivo anterior participou em alguma acção sobre prevenção do tabagismo?
 Nenhuma Mais de 4 horas e menos de 6 horas
 Menos de 2 horas Mais de 6 horas
 Mais de 2 horas e menos de 4 horas

1 - Fuma: Sim Não
 Se respondeu "não", passe para a pergunta 2
 Se respondeu "sim", passe para a pergunta 3

2 - Já alguma vez fumou? Sim Não
 Se respondeu "não", terminou o questionário. Obrigado.
 Se respondeu "sim", passe para a pergunta 3

3 - Se fuma, é diariamente ou ocasionalmente? Diariamente Ocasionalmente

4 - Em relação às duas últimas semanas, fumou? Diariamente Ocasionalmente Não Fumou

5 - O que fuma/fumava habitualmente? Só cigarros Cigarros e cachimbo Só cachimbo Só charutos

6 - Se fuma/fumava cigarros, quantos fuma/fumava, em média, por dia? [][] cigarros

7 - Com que idade começou a fumar? (Se não se lembra indique a idade que lhe parece mais aproximada) [][] anos

8 - Há dois anos atrás não fumava, fumava menos, o mesmo ou mais? Não fumava Fumava o mesmo
 Fumava menos Fumava mais

Pag 1 / 2 v.s.f.f. 48332



ETAPAS

8 AVALIAÇÃO

Documento final preenchido pela Escola e equipa de Saúde

PROGRAMA "ESCOLAS LIVRES DE TABACO" (PELT) ANEXO 3

GRELHA DE AVALIAÇÃO FINAL DO PELT

1. IDENTIFICAÇÃO

1. Nome Escola:	2. Concelho
3. Centro de saúde/unidade de saúde	4. Ano lectivo

2. EQUIPA DINAMIZADORA

1. Existe equipa dinamizadora? [] sim [] não	2. Nº Elementos: []
--	----------------------

3. SENSIBILIZAÇÃO AOS PROFESSORES

1. Houve? [] sim [] não	2. Método:	3. Nº particip. []
---------------------------	------------	---------------------

4. SENSIBILIZAÇÃO DOS PROFIS. NÃO DOCENTES

1. Houve? [] sim [] não	2. Método:	3. Nº particip. []
---------------------------	------------	---------------------

5. SENSIBILIZAÇÃO DOS PAIS/ENC DE EDUCAÇÃO

1. Houve? [] sim [] não	2. Método:	3. Nº particip. []
---------------------------	------------	---------------------

6. FORMAÇÃO DOS PROFESSORES

1. Houve? [] sim [] não	2. Duração [] horas	3. Nº particip. []
---------------------------	----------------------	---------------------

8. INTERVENÇÃO NOS ALUNOS

1. Aplicação do Manual "Querer é Poder I":	7º ano [] (alunos)	7º Ano [] (turmas)
2. Aplicação do Manual "Querer é Poder II":	8º ano [] (alunos)	8º Ano [] (turmas)
3. Aplicação do Manual "Não Fumar é o que está a Dar":	7º ano [] (alunos)	8º Ano [] (turmas)
4. Actividades desenvolvidas pelo 9º ano:	[] (Nº actividades)	[] (Nº alunos do 9º ano envolvidos)

9. QUESTIONÁRIOS

1. Nº Alunos que preencheram:	7º Ano []	9º Ano []
2. Nº Professores que preencheram: []	3. Nº de profissionais não docentes que preencheram []	

10. CONSULTA DE CESSAÇÃO TABÁGICA

1. Foi divulgada? [] sim [] não	2. Método:
-----------------------------------	------------

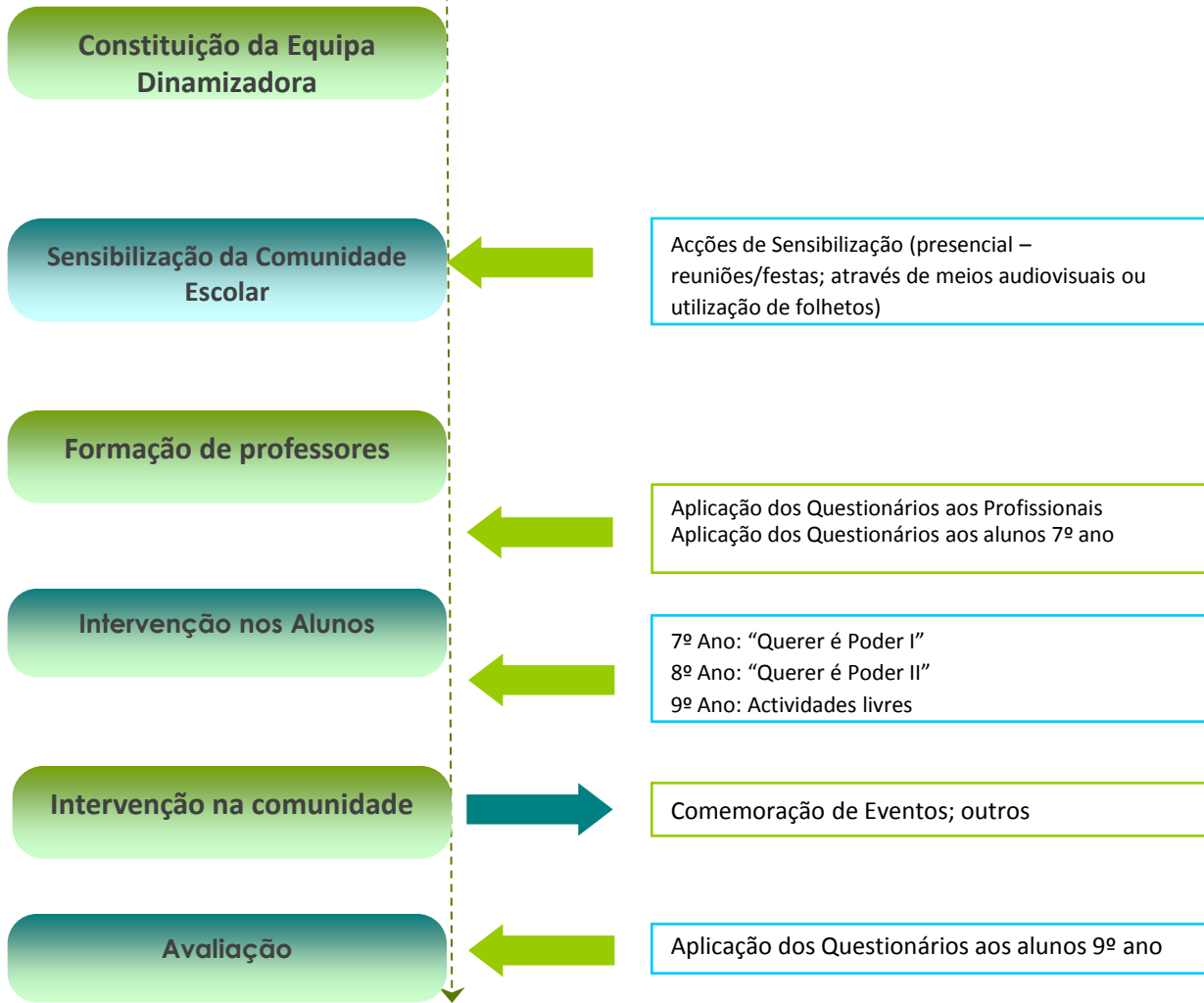


JOVENS E TABACO, COMO INTERVIR?

ARS NORTE: PROGRAMA ESCOLAS LIVRES DE TABACO (PELT)

PELT | 2006-2009

Adesão ao PELT

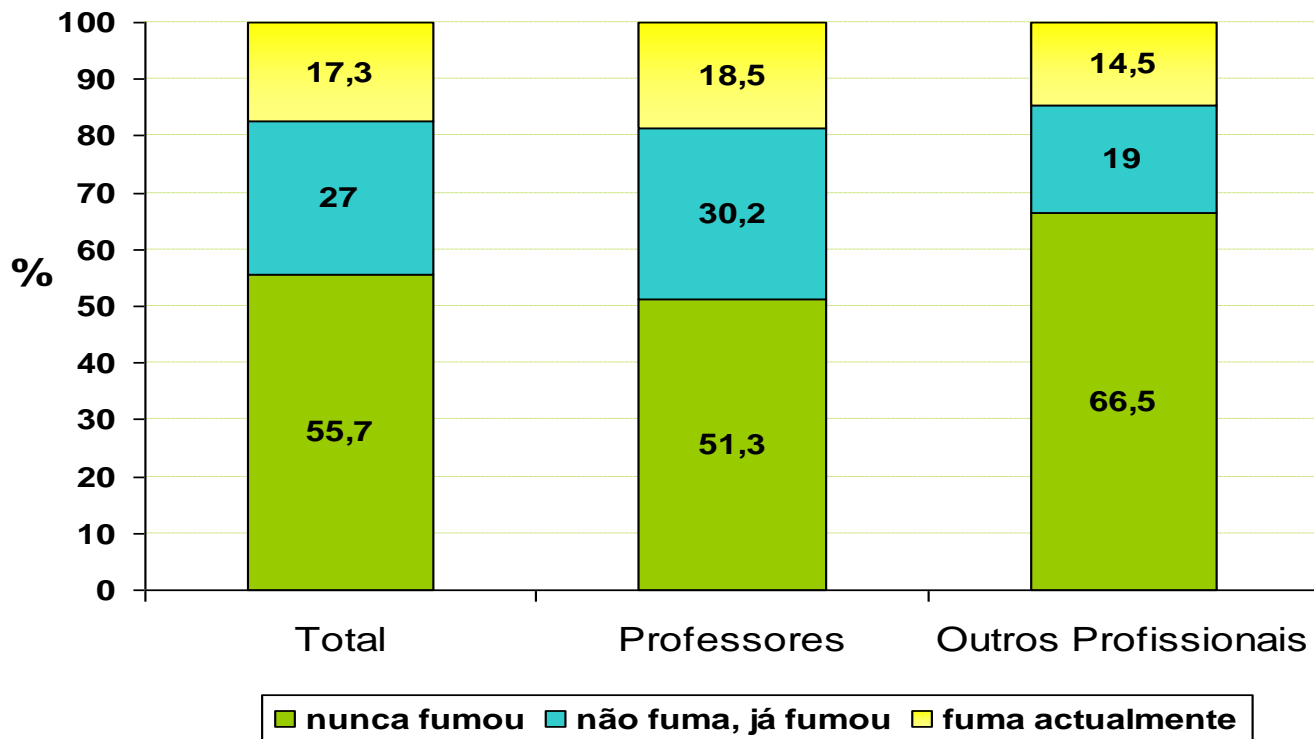




AVALIAÇÃO

PROFISSIONAIS (n= = 4741)

«Fuma? Já alguma vez fumou?»





AVALIAÇÃO

PROFISSIONAIS (n= = 4741)

«Fuma? Já alguma vez fumou?»

Idade média de início de consumo: 18 anos

25% iniciaram até aos 16 anos

50% iniciaram até aos 18 anos

75% iniciaram até aos 20 anos

Idade média de fim de consumo: 31 anos

25% iniciaram até aos 24 anos

50% iniciaram até aos 30 anos

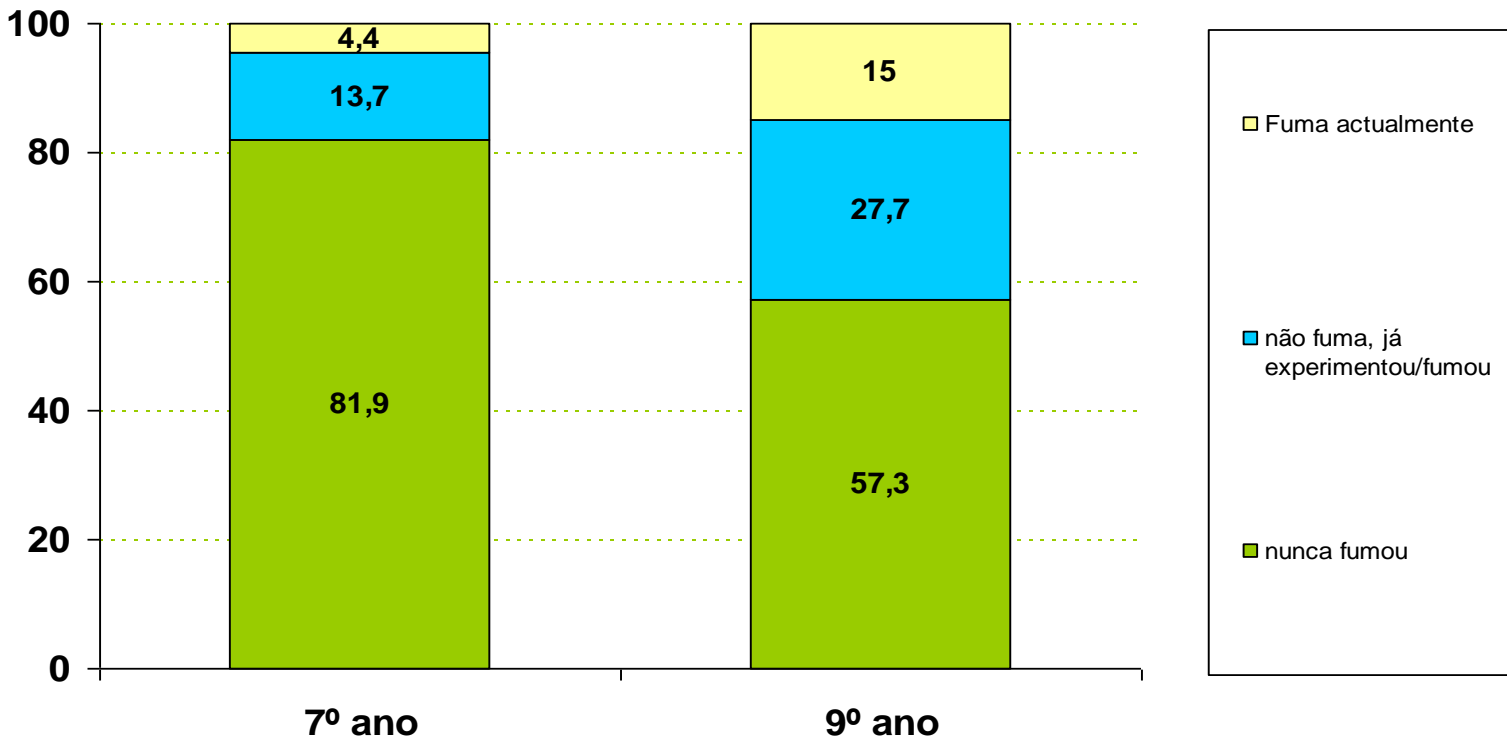
75% iniciaram até aos 38 anos



AVALIAÇÃO

ALUNOS (7ºano n= 1824 | 9ºano n= 813)

«Fumas?» «Se não fumas, já alguma vez fumaste?»





AVALIAÇÃO

ALUNOS 7º ANO

«Com que idade fumaste o 1º cigarro?»

Média: 11 anos

25% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 10 anos

50% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 12 anos

75% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 12, 75 anos



AVALIAÇÃO

ALUNOS 9º ANO

«Com que idade fumaste o 1º cigarro?»

Média: 12 anos

25% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 11 anos

50% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 12 anos

75% dos alunos fumaram o seu 1º cigarros até aos 14 anos



JOVENS E TABACO, COMO INTERVIR?

ARS NORTE: PROGRAMA ESCOLAS LIVRES DE TABACO (PELT)

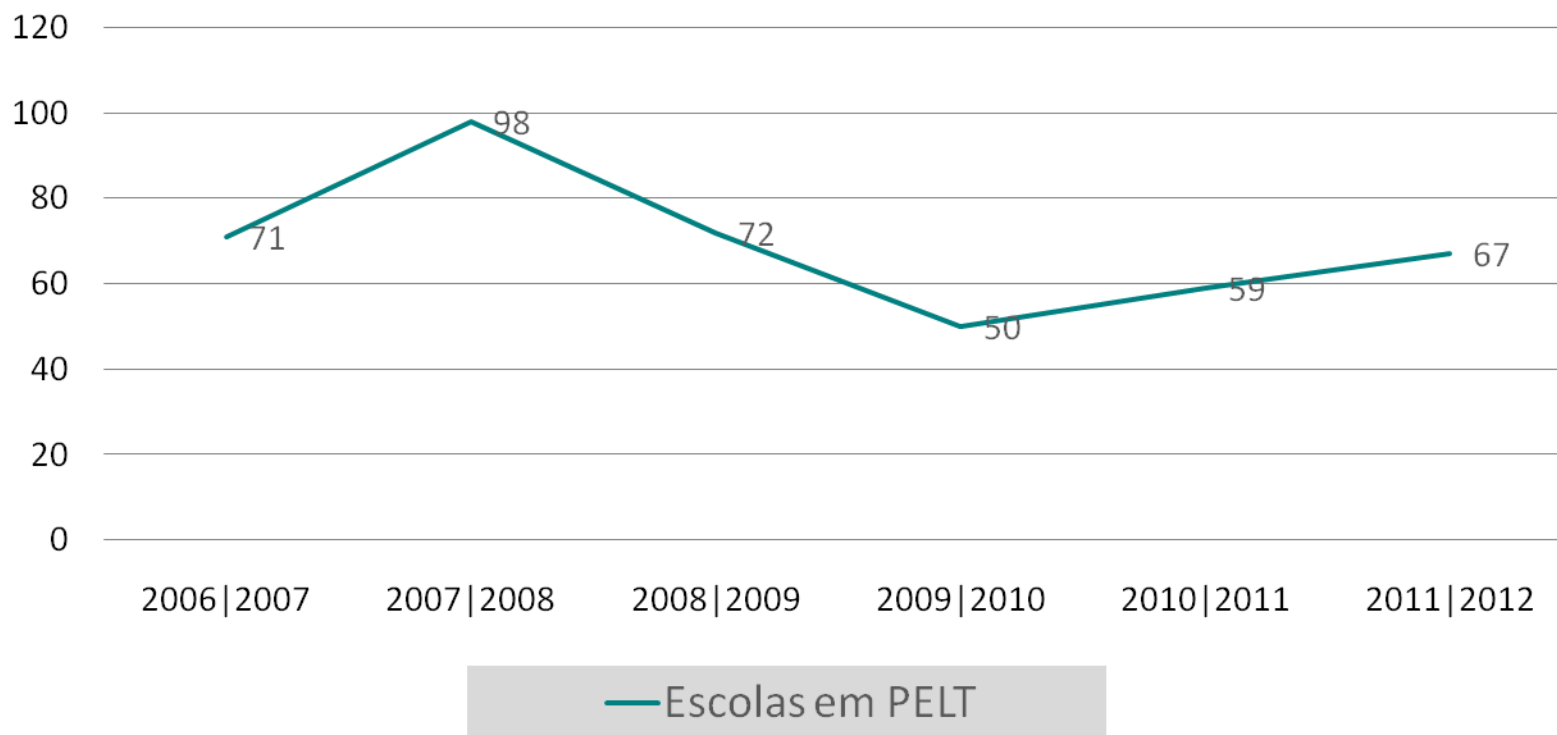
2009-2013

READAPTAÇÃO DO PELT:

- Equipas de saúde
- Equipas dinamizadoras
- Formação de professores
- Avaliação (questionários)



ESCOLAS EM PELT





JOVENS E TABACO, COMO INTERVIR?

ARS NORTE: PROGRAMA ESCOLAS LIVRES DE TABACO (PELT)

2014 - ?

Reestruturação do PELT





A N Á L I S E S W O T

FORÇAS

- Equipas de saúde escolar (formação)
- Organização das USP e UCC (maioria dos ACES)
- Histórico do programa

FRAQUEZAS

- Desatualização (PELT e Manuais)
- Organização das USP e UCC (alguns dos ACES)
- Mudança dos currículos escolares
- Alteração dos recursos humanos

OPORTUNIDADES

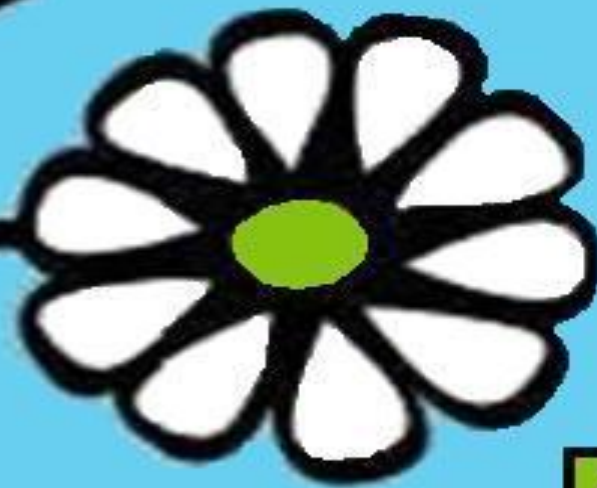
- Problema de saúde importante, a nível nacional e regional (reconhecido pela população)
- Programa Nacional prioritário;
- Legislação

AMEAÇAS

- Legislação (ERB | discotecas)
- Envolvência
- Contexto social e económico do país
- Ambiente escolar (alterações)



MUITO OBRIGADA



PELT
Programa Escolas
Livres de Tabaco