

# ENFERMAGEM E A SAÚDE ESCOLAR: COMER BEM É VIVER MELHOR!

Ana Mafalda Rodrigues Macedo  
Enfermeira no Centro de Saúde da Graça, Lisboa

Vera Lúcia Alves Duarte  
Unidade de Cuidados Continuados de Odemira

Os cuidados de saúde dividem-se em três níveis: primário, secundário e terciário. É nos cuidados de saúde primários que surge a educação para a saúde, para que se possa atingir o objectivo primeiro – a adopção de estilos de vida saudáveis.

É nos Centros de Saúde e Unidades de Saúde que se prestam este tipo de cuidados, recorrendo a diversos Programas -Tipo organizados pela Direcção-Geral de Saúde como, por exemplo, o Programa Nacional de Saúde Escolar e o Plano Oncológico Nacional. O nosso grupo de estudo realizou um Projecto de Intervenção na Comunidade para interligar ambos os Programas, dirigindo este trabalho para adolescentes, especificamente para a adopção de estilos de vida saudáveis, incidindo nos hábitos alimentares como meio de prevenção de algumas doenças oncológicas.

Este projecto foi dirigido a uma escola, em que os Profissionais de Enfermagem foram de encontro aos jovens no seu próprio meio educacional, e surge como uma prova de que os cuidados de saúde primários não devem ser aplicados entre paredes, antes, essencialmente, o seu maior impacto está “fora de portas”.

**PALAVRAS-CHAVE:** Escola; Saúde Escolar; Educação para a Saúde; Hábitos alimentares; Prevenção.

*Health cares are divided in three levels: primary, secondary and tertiary. It is in the primary health cares that emerges the education for health, in order to attain the most important objective – the adoption of healthy life styles.*

*It is at the Health Centres and Health Unities that this kind of health cares is provided based on several Type-Programs organized by Portuguese Health Authorities, for example: the National Program for Scholar Health and the National Cancer Plan. We did an Intervention on Community Project aiming to link both programs and we apply it to a group of adolescents in order to promote the adoption of healthy life styles, particularly good dietary habits as a mean to prevent some cancer diseases.*

*This Project was performed at a school, and the Nursing Professionals contact the young people there, in the student´s natural environment. It emerges as a proof that primary health cares need to be provided in a “real world” environment for greater efficacy.*

**KEYWORDS:** School; Scholar Health; Education for Health; Dietary habits; Prevention.