



**Mestrado em Enfermagem Comunitária na área de
Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública**
Relatório de Estágio

**Vamos Falar sobre o *Bullying* - Projeto de Intervenção de
Enfermagem numa Comunidade Escolar**
Let's Talk about Bullying - Nursing Intervention Project in a School
Community

Sofia Nunes Mendes Lourenço

**Lisboa
2024**



**Mestrado em Enfermagem Comunitária na área de
Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública**
Relatório de Estágio

**Vamos Falar sobre o *Bullying* - Projeto de Intervenção de
Enfermagem numa Comunidade Escolar**

Let's Talk about Bullying - Nursing Intervention Project in a School
Community

Sofia Nunes Mendes Lourenço



Orientadora: Sandra Maria Miranda Xavier



**Lisboa
2024**

Não contempla as correções resultantes da discussão pública

“Prevenir e combater o *bullying*? Nós acreditamos!
Acreditamos que todos juntos conseguimos acabar com o *bullying* no mundo... bem,
pode não ser no mundo inteiro, mas será certamente no "mundo" de alguém.”

(Luís Fernandes, Psicólogo Fundador do Projeto “*Bullying.pt*”¹)

¹ <https://www.facebook.com/luis.fernandes.98229/posts/pfbid034psl3yvSK1Cn4nbeUU1PHMSgEYHYtfRhi33e4szEpRZuXoqxp6jiZS6Ez5KxzZ3I>

A ti, meu pai, dedico este trabalho, onde quer que estejas, sei que estás orgulhoso... vou olhar para o céu e pedir a uma estrela que te leve um último beijo!

AGRADECIMENTOS

À Sr.^a Prof. Dr.^a Sandra Xavier pela sua disponibilidade ao longo de todo o percurso, por me ter impulsionado a ser melhor e pela paciência para ouvir todos os meus dilemas!

Ao ACESLC/ULSSJ, à USPLC, UCC Oriente e Equipa de Saúde Escolar, pelo acolhimento, por me terem apoiado na realização do projeto e terem criado condições para tal! À Sr.^a Enf.^a Especialista em ECSP Estela, por me ter incentivado a escolher este caminho! À Sr.^a Enf.^a Especialista em ECSP Sara, por ter aceitado orientar-me, por toda a disponibilidade e dedicação pelo projeto, por me ter guiado nesta jornada e por todas as oportunidades de crescimento que me proporcionou!

Ao Psicólogo Sr. Dr. Luís por me ter ajudado a encontrar o caminho para planear as intervenções. E pelo seu exemplo na luta contra o *bullying*!

Às crianças, pais e professores pela sua disponibilidade para participar no projeto!

Aos meus colegas de trabalho pela paciência e incentivo, por terem “aguentado o barco”, sem nunca me deixarem desanimar! A todos os colegas com quem trabalhei, que contribuíram com as suas experiências, para a enfermeira que hoje sou. À minha Diretora de Departamento, Dr.^a Cristina, sem ela não teria sido possível acontecer!

Às minhas colegas de curso, que levo no coração para a vida, pela camaradagem e pelos momentos de partilha, sem vocês teria sido muito mais difícil!

Aos meus amigos e família, por todo o apoio incondicional e por compreenderem os longos períodos de saudade! À minha colega Vera e amiga de uma vida, por me ter acompanhado nesta e em todas as jornadas da minha vida, pelo seu apoio e clareza, por me desafiar a ser melhor, pessoalmente e profissionalmente!

À minha mãe por todo o apoio incondicional e que contribuiu para que tivesse todas as condições para fazer acontecer! Sei o enorme orgulho que sente pela minha conquista, sempre quis que me superasse e me incentivou a ser melhor!

Ao meu marido, Afonso, por ter estado sempre ao meu lado e nunca me deixar desistir, por seres tudo para mim!

À minha filha, Eva, por termos trocado as brincadeiras para me ouvir falar de *bullying* e pelas vezes que disseste “amo-te mãe” para me animar nos momentos mais difíceis!

Sem vocês não teria sido possível “fazer acontecer”! A todos os que me ajudaram a “fazer acontecer”, *bem-haja*!

RESUMO

Introdução: O *bullying* pode ser contextualizado como um problema de saúde pública, pois para além das consequências para os intervenientes, tem impacto na sociedade em geral. Assim, considera-se prioritária a intervenção de enfermagem na prevenção e redução do *bullying* em crianças em idade escolar, pelo potencial para o seu desenvolvimento, envolvendo alunos, pais e professores, para maior efetividade dos resultados relativamente à prevenção do *bullying*.

Como referencial teórico destaca-se o Modelo de Promoção da Saúde de Nola Pender, que possibilitou ancorar e sistematizar a avaliação diagnóstica e as intervenções de enfermagem.

Objetivo: Contribuir para a capacitação de abordagens positivas e não violentas na prevenção e combate ao *Bullying* em crianças do 4º ano.

Metodologia: A metodologia do planeamento em saúde foi utilizada, por se tratar de uma intervenção comunitária. Desenvolveu-se um estudo quantitativo, descritivo e transversal, que permitiu caracterizar o fenómeno do *bullying*. Para o diagnóstico da situação foi utilizado o questionário *Bullying* - agressividade entre crianças no espaço escolar. A amostra não probabilística, por conveniência, constituída por 28 crianças do 4º ano. O projeto decorreu na USP e UCC da ULSSJ, entre maio de 2023 e fevereiro de 2024.

Resultados: As crianças que participaram no projeto na maioria eram do sexo masculino e, com idades entre os 9 e os 11 anos. Para a priorização recorreu-se a um painel de peritos em saúde escolar e, foram identificados os seguintes problemas, que ocorreram no 1º período: 71,4% dos alunos foi agredido; 45,9% das agressões ocorreram no recreio; e, 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola.

Conclusões: Da avaliação das intervenções implementadas, concluiu-se que houve aquisição e desenvolvimento de conhecimentos, em resposta aos objetivos estabelecidos, que potencialmente poderão contribuir para relacionamentos entre pares positivos e não violentos.

Palavras-Chave: *Bullying*; Enfermagem comunitária; Crianças; Promoção da Saúde Escolar.

ABSTRAT

Introduction: Bullying can be contextualized as a public health problem, as in addition to the consequences for those involved, it has an impact on society in general. Therefore, nursing intervention in the prevention and reduction of bullying in school-age children is considered a priority, due to the potential for their development, involving students, parents and teachers, for greater effectiveness of results in relation to bullying prevention.

As a theoretical reference, Nola Pender's Health Promotion Model stands out, which made it possible to anchor and systematize diagnostic assessment and nursing interventions.

Objective: Contribute to the training of positive and non-violent approaches to preventing and combating Bullying in 4th grade children.

Methodology: The health planning methodology was used, as it is a community intervention. A quantitative, descriptive and cross-sectional study was developed, which allowed the phenomenon of bullying to be characterized. To diagnose the situation, the Bullying questionnaire was used - aggressiveness among children in the school space. The sample was non-probabilistic, for convenience, consisting of 28 children from the 4th year. The project took place at USP and UCC of ULSSJ, between May 2023 and February 2024.

Results: The children who participated in the project were mostly male and between 9 and 11 years old. For prioritization, a panel of school health experts was used and the following problems were identified, which occurred in the 1st period: 71.4% of students were attacked; 45.9% of aggressions occurred during recess; and, 42.9% of students attacked other classmates at school.

Conclusions: From the evaluation of the implemented interventions, it was concluded that there was acquisition and development of knowledge, in response to the established objectives, which could potentially contribute to positive and non-violent peer relationships.

Keywords: Bullying; Community nursing; Children; Promotion of School Health.

LISTA DE ABREVIATURAS E/OU SIGLAS

ACESLC – Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central

AO – Assistentes Operacionais

ARSLVT - Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo

CES – Comissão de Ética para a Saúde

DGS – Direção Geral da Saúde

EE – Encarregados de Educação

ESEL – Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

ODS - Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

OMS – Organização Mundial da Saúde

ONU – Organização das Nações Unidas

OP - Ordem dos Psicólogos

PNSE - Programa Nacional de Saúde Escolar

SES – Sessão de Educação para a Saúde

UCC Oriente – Unidade de Cuidados na Comunidade do Oriente

ULSSJ – Unidade Local de Saúde de São José

UNICEF - United Nations International Children's Emergency Fund

USPLC – Unidade de Saúde Pública de Lisboa Central

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	14
1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO	20
1.1 Saúde escolar	21
1.2 <i>Bullying</i>	21
1.3 A intervenção de enfermagem no âmbito da prevenção e combate ao <i>bullying</i> ...	24
2. METODOLOGIA DO PROJETO	26
2.1 Tipo de estudo	26
2.2 Referencial teórico	26
2.3 Diagnóstico da situação de saúde	27
2.3.1 Procedimentos éticos	28
2.3.2 Caracterização do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central / Unidade Local de Saúde de São José	29
2.3.3 Contexto	32
2.3.4 População, população-alvo e amostra	32
2.3.5 Instrumento de recolha de dados	33
2.3.6 Armazenamento, tratamento e segurança dos dados	34
2.3.7 Cronograma	35
2.3.8 Custos e Recursos Humanos e Materiais	35
2.3.9 Apresentação de resultados	35
2.4 Priorização e seleção do diagnóstico principal	41
2.5 Formulação de objetivos	43
2.6 Seleção de estratégias	46
2.7 Planeamento das intervenções	48
2.8 Avaliação do projeto	51
3 COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS E DESENVOLVIDAS NA ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO DE ENFERMAGEM COMUNITÁRIA E SAÚDE PÚBLICA	55
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	62
5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	64

Apêndices

- Apêndice I - *Scoping Review* – Diagrama de Prisma

- Apêndice II - Diagrama do modelo de promoção da saúde de Pender et al (2019) -
adaptado à população em estudo

- Apêndice III – Email e Requerimento com pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT
- Apêndice IV - Declaração relativa à propriedade dos dados
- Apêndice V - Declaração de relatório final e relatórios de progresso anuais
- Apêndice VI - Declaração de Ausência de Conflito de Interesses e Incompatibilidades
- Apêndice VII - Declaração de Divulgação dos Resultados
- Apêndice VIII - Consentimento informado
- Apêndice IX - Cronograma do projeto
- Apêndice X - Custos e Recursos Humanos e Materiais
- Apêndice XI - Representação dos Resultados em Tabelas e Gráficos da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados (1ª fase)
- Apêndice XII - Priorização e seleção do diagnóstico principal
- Apêndice XIII - Quadros com objetivos, indicadores e metas
- Apêndice XIV – Sessão de Sensibilização para os Encarregados de Educação (EE) da Junta de Freguesia – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação
- Apêndice XV - Planeamento operacional das intervenções (matriz 5W2H)
- Apêndice XVI - Atividade 1 – 1ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e materiais
- Apêndice XVII - Atividade 1 – 2ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação e questionário de avaliação
- Apêndice XVIII - Atividade 1 – 3ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação e questionário de avaliação
- Apêndice XIX - Atividade 1 – 4ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos – plano da sessão, apresentação e questionário de avaliação
- Apêndice XX - Atividade 1 – Resultados da avaliação da atividade 1 - 4 SES para os alunos do 4º ano
- Apêndice XXI - Atividade 2 - Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Encarregados de Educação (EE) dos alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação

- Apêndice XXII - Atividade 3 - Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Assistentes Operacionais (AO) do 1º ciclo- plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação
- Apêndice XXIII - Atividade 4 – Materiais de Divulgação
- Apêndice XXIV -Indicadores de Avaliação
- Apêndice XXV – Representação dos Resultados em Tabelas da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados (2ª fase comparativamente com a 1ª fase)
- Apêndice XXVI – Representação dos Resultados em Gráficos da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados (2ª fase)

Anexos

- Anexo I - Email com Autorização de Identificação dos Locais de Estágio
- Anexo II - Email com Autorização de Identificação do Psicólogo do Projeto “Bullying.pt”
- Anexo III - Declaração da orientadora científica (Professora orientadora da ESEL)
- Anexo IV – Resultado do pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT
- Anexo V - Autorização dos autores do instrumento de recolha de dados
- Anexo VI - Declaração do responsável do Agrupamento de Escolas
- Anexo VII - Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira orientadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ)
- Anexo VIII - Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)
- Anexo IX - Declaração do profissional de saúde que referencia participantes para o projeto de investigação (Enfermeira orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)
- Anexo X - Declaração da diretora executiva do ACESLC / ULSSJ
- Anexo XI - Declaração da coordenadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ
- Anexo XII - Declaração da coordenadora de enfermagem da USPLC do ACESLC / ULSSJ
- Anexo XIII - Declaração da coordenadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ
- Anexo XIV - Instrumento de recolha de dados
- Anexo XV – Certificado de Autora de Comunicação Oral, nas “Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia”
- Anexo XVI - Certificado de Co-autora de Comunicação Oral, nas “Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia”

- Anexo XVII - Certificado de Co-autora de póster, nas "Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia"
- Anexo XVIII - Certificado de Autora de Póster no "II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública" (Escola Superior de Enfermagem de Leiria)
- Anexo XIX - Certificado de Autora de póster, na "Conferência Internacional en Salud Escolar y Universitaria",
- Anexo XX - Certificado de Co-autora de póster, na "Conferência Internacional en Salud Escolar y Universitaria"
- Anexo XXI - Certificado de Co-Autora de Comunicação Oral, no "1º Congresso Internacional De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública"
- Anexo XXII – Certificado de participação na comissão organizadora do webinar "Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa"
- Anexo XXIII – Certificado de Conferência "Leading the way to a healthy future: Inovação do serviço de saúde pública" - Escola Nacional de Saúde Pública Nova
- Anexo XXIV – Certificado de Curso " Aconselhamento breve para a promoção da atividade física por profissional de saúde "
- Anexo XXV - Certificado de " Enfermagem às Quintas – A Enfermagem do Trabalho na área da Aeronáutica" da Ordem dos Enfermeiros
- Anexo XXVI - Certificado de "Encontro dos 40 anos do Serviço de Saúde e Segurança no Trabalho" da Câmara Municipal de Loures
- Anexo XXVII - Certificado de Seminário Científico Internacional "Literacia, Educação e Formação em Saúde e Segurança Ocupacionais" da Faculdade de Direito da Universidade Lusófona de Lisboa e Instituto Superior Educação de Ciências
- Anexo XXVIII – Certificado de "Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia" da Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia
- Anexo XXIX - Certificado "II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública - A Saúde nas Organizações do Trabalho & O Empoderamento da Comunidade" da Escola Superior de Saúde do Politécnico de Leiria

- Anexo XXX - Certificado de “XII Encuentro Internacional de Expertos en Salud Escolar y Universitaria”
- Anexo XXXI - Certificado de Participação no “1º Congresso Internacional De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública”
- Anexo XXXII - Certificado de participação no webinar “Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa”

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Distribuição e Proporção por Sexo _____	36
Gráfico 2 – Distribuição e Proporção por Idade _____	37
Gráfico 3 – Frequência de Situações de Agressão Experimentadas, durante o 1º Período _____	37
Gráfico 4 – Distribuição e Proporção do Tipo de Agressões Experimentadas, durante o 1º Período _____	38
Gráfico 5 – Distribuição e Proporção dos Locais de Ocorrência das Agressões Experimentadas, durante o 1º Período _____	38
Gráfico 6 – Frequência das Situações de Agressão a Outros(as), durante o 1º Período _____	39
Gráfico 7 – Distribuição e Proporção das Causas das Agressões a Outros(as) Ocorridas, durante o 1º Período _____	40

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 – Pedidos de autorização _____	28
Quadro 2 – Problemas Identificados _____	41
Quadro 3 – Participação em congressos como formadora _____	60
Quadro 4 – Participação em congressos _____	61

INTRODUÇÃO

A realização do presente relatório decorre no âmbito do 1º curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária área de Especialização em Enfermagem de Saúde Comunitária e Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), integrado na unidade curricular Estágio com Relatório. Tem como finalidade desenvolver competências na elaboração de um projeto de intervenção em enfermagem comunitária, com o intuito da capacitação de grupos, comunidades e populações, utilizando estratégias adequadas às suas necessidades.

A Organização Mundial da Saúde ([OMS], 2002), contextualiza o fenómeno da violência como um problema de saúde pública, com implicações para a qualidade de vida das pessoas, populações e comunidades. Direcionando para a vertente da saúde escolar, destaca-se que o *bullying* é considerado pela Organização das Nações Unidas ([ONU], 2019), como uma violação dos direitos da criança, no que concerne à saúde e à educação. Este tem consequências claras para a saúde física, mental e bem-estar emocional das vítimas e, com repercussões para o seu desenvolvimento académico (ONU, 2019).

Por conseguinte, a ONU (2019), alerta para a necessidade de intervenção no combate e prevenção do *bullying*. Neste sentido, a Agenda 2030 (ONU, 2019), considera a violência contra as crianças de uma forma transversal aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), mas em particular no que diz respeito ao ODS 4 – “educação de qualidade”, em que “ênfatiza a importância do conhecimento e habilidades para promover os direitos humanos e uma cultura de paz e não violência (...) bem como ambientes seguros, não violentos, inclusivos e eficientes de aprendizagem para todos” (ONU, 2019, p. 12). A prevenção do *bullying* contribui também para o ODS 3 – “saúde de qualidade”, na medida em que a sua prevenção ou redução contribui para a promoção da saúde mental e bem-estar das crianças (ONU, 2019).

A Direção Geral da Saúde ([DGS], 2015, p.20), no Programa Nacional de Saúde Escolar (PNSE) preconiza que “Todas as crianças e jovens têm direito à saúde e à educação e devem ter a oportunidade de frequentar uma escola que promova a saúde e o bem-estar”, tendo como um dos objetivos a segurança e melhoria da qualidade do ambiente escolar. Neste sentido, a implementação de programas de combate e prevenção do *bullying* em contexto escolar é diferencial no contexto escolar, permitindo ainda ir de

encontro ao eixo estratégico da capacitação, no que diz respeito à área de intervenção: saúde mental e competências socioemocionais (DGS, 2015).

De acordo com a United Nations International Children's Emergency Fund ([UNICEF], 2017), “Portugal é o 15.º país com mais relatos de *bullying* na Europa e na América do Norte, ficando mesmo à frente dos EUA” (Conselho Nacional de Saúde, 2018, p.82). Tendo em vista o minimizar das repercussões do *bullying* nas crianças e jovens, o Ministério da Educação criou um programa de prevenção da indisciplina e violência que propôs às escolas, em particular no combate e prevenção do *bullying* e *ciberbullying*, com a missão de apoiar a comunidade escolar no sentido de uma “Escola sem *bullying*. Escola sem violência” (despacho nº 8404-C/2019).

Neste sentido, o Conselho Nacional de Saúde (2018), destaca a necessidade de identificar as situações de *bullying*, vem alertar para a necessidade de implementar estratégias e ações que promovam a saúde mental, por exemplo, através da capacitação e desenvolvimento das competências socioemocionais e de relacionamento interpessoal, a par da redução de fatores de risco, como o *bullying*, a exclusão social, o insucesso e abandono escolar. De acordo com a DGS (2017), pretende-se que as crianças no 1º ciclo do ensino básico sejam capazes de identificar situações de *bullying*, sejam capazes de resolver situações de conflitos de forma assertiva e perante situações de violência sejam capazes de construir uma resposta positiva.

Recentemente no âmbito da campanha de prevenção da violência escolar, a DGS vem alertar para a inclusão da paz, na educação e, na promoção de valores como o respeito, tolerância e não violência, reforçando a necessidade de incluir estas temáticas nos currículos escolares. Destacando que no 1º e 2º ciclos (dos 5 aos 11 anos), ao nível das competências para a vida, uma das temáticas introduzidas é a prevenção do *bullying*².

Gaspar et al. (2022), referindo-se ao *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC/OMS), um estudo realizado por 51 países, que colaboram com a OMS, concluiu que em 2022, relativamente a Portugal, que:

- 91,8% dos adolescentes refere que nunca provocou ou fez *bullying*; 81,1% refere que nunca foi vítima de *bullying*, nos últimos 2 meses;
- nos últimos 2 meses, verificou-se um aumento dos adolescentes que não provocaram ou fizeram *bullying*, de 2018 (90%) para 2022 (91,8%);

² <https://www.dgs.pt/em-destaque/programas-de-saude-da-dgs-assinalam-dia-escolar-da-nao-violencia-e-da-paz.aspx>

- ligeiro aumento de 2018 (0,8%) para 2022 (1,1%) dos adolescentes que provocaram ou fizeram *bullying* diversa vezes por semana, nos últimos 2 meses;
- nos últimos 2 meses, manteve-se estável de 2018 (81,2%) para 2022 (81,1%), os adolescentes que referem não ter sido provocados ou vítimas de *bullying*;
- ligeiro decréscimo de 2018 (2,9%) para 2022 (2,4%), nos últimos 2 meses, da percentagem de adolescentes que refere ter sido provocado, diversas vezes por semana.

Realizando agora uma análise comparativa em Portugal, em 2022, verifica-se que houve ligeiras diferenças em relação a 2018, o que revela alguma estabilidade do fenómeno. Contudo, a análise dos dados, permite verificar que cerca 8,2% de adolescentes provocou ou fez *bullying* e 18,9% foi vítima de *bullying*, nos últimos dois meses. Pelo que se poderá considerar essencial a intervenção com o intuito de prevenir e combater o *bullying*, dando destaque aos projetos de intervenção comunitária.

De acordo com o Ministério da Educação, no *website* "Escola sem *bullying*. Escola sem violência"³, relativamente a Portugal, os comportamentos de *bullying* podem surgir no 1º ciclo do ensino básico, aumentando ao longo do 2º ciclo e diminuindo progressivamente ao longo do ensino secundário, sendo o seu pico no 8º ano, por volta dos 13 anos. Sousa (2017), refere ainda que o fenómeno do *bullying* pode ser agravado em momentos de transição do percurso escolar, como as mudanças de escola ou transições de ciclo. Neste sentido, Melim e Pereira (2013), referem que os casos de *bullying* diminuem ao longo da idade, contudo os casos mais graves verificam-se em alunos mais velhos. Ainda de acordo com estes autores, existe uma alteração qualitativa do tipo de agressão, caracterizando-se no início por ser mais frequente ao nível verbal e físico, mas com o crescimento das crianças e consequente desenvolvimento comunicacional e relacional, as situações de *bullying* tendem a caracterizar-se por um comportamento mais agressivo a nível social. De acordo com Melim e Pereira (2013), o sucesso das intervenções no combate e prevenção do *bullying* poderá relacionar-se com a idade e nível de escolaridade dos alunos. A fase do crescimento dos adolescentes no 2º e 3º ciclo caracteriza-se por uma "resistência" aos programas de prevenção do *bullying* e por uma maior influência dos pares, comparativamente às crianças do 1º ciclo (Melim & Pereira, 2013).

³ https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/?page_id=25026

A OMS (2021, p. 32), considera os determinantes sociais da saúde como os “fatores sociais, culturais e políticos, condições económicas e ambientais nas quais as pessoas nascem, crescem vivem trabalham e envelhecem”. Segundo os autores, estes fatores determinam a expectativa de vida saudável de indivíduos e populações, bem como o risco de doença, comportamentos de saúde e expectativa de vida saudável. Nesta perspetiva, atuar sobre os determinantes sociais da escola tem, assim, um impacto significativo na qualidade de vida e bem-estar das crianças, bem como nos grupos e na comunidade e, numa perspetiva major com impacto na sociedade e, com repercussões na Saúde Pública.

Os enfermeiros, enquanto profissionais da saúde especialmente vocacionados para a promoção da saúde, têm um papel essencial na prevenção e redução do *bullying*. Podendo colaborar com as escolas, enquanto educadores para a saúde e trabalhar em colaboração com a comunidade escolar, com o intuito de prevenir e reduzir o *bullying* (Spence & Nosko, 2015). Neste sentido, os enfermeiros podem implementar e desenvolver projetos de intervenção para a prevenção e redução do *bullying* (Wright & Khatri, 2015). Projetos estes que devem ser implementados a nível da comunidade, envolvendo alunos, famílias e professores, para maior efetividade. Tal, como apontam estudos anteriores os projetos envolvendo a comunidade escolar, permitem aumentar resultados relativamente à prevenção do *bullying* (Midgett et al., 2022).

Como tal, no âmbito da saúde escolar, os enfermeiros devem implementar estratégias e ações que permitam reduzir e prevenir o *bullying*, através de parcerias comunitárias e envolvendo a comunidade escolar. Assim, analisando a evidência e estado de arte, compreende-se que pelas suas consequências, quer a médio e longo prazo na saúde e qualidade de vida dos intervenientes, bem como o seu impacto na sociedade em geral, o *bullying* deve fazer parte das políticas públicas de saúde e merecer a atenção da sociedade em geral para esta problemática, considerando-se essenciais os projetos de prevenção e combate ao *bullying*.

Pelo que foi exposto, encontrasse a relevância e pertinência na implementação de projetos de prevenção e combate ao *bullying* em alunos do 4º ano, uma vez que antecede uma fase de transição de ciclo e/ou de escola e, em que o fenómeno do *bullying* tem mais impacto nas crianças. Acresce ainda, que o projeto de prevenção do *bullying* encontra enquadramento no plano local de saúde do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central ([ACESLC], 2018), nas estratégias ao longo do ciclo de vida, para o

desenvolvimento nas escolas da rede pública e privada, de projetos continuados de promoção da saúde e literacia em saúde, com especial enfoque no determinante da saúde mental, sendo a intervenção sobre o *bullying*, uma forma de redução de fatores de risco associados à saúde mental.

A execução deste projeto foi essencial para o desenvolvimento de competências enquanto futura Enfermeira Especialista de Enfermagem Comunitária e Saúde Pública, vinculadas pela Ordem dos Enfermeiros no Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública (regulamento nº 428/2018). Para tal, implementou-se um **projeto de intervenção comunitária de prevenção e combate ao *bullying* em crianças do 4º ano** de uma escola da área geográfica de abrangência da Unidade Local de Saúde de São José (ULSSJ)⁴, intitulado “Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de Intervenção de Enfermagem numa Comunidade Escolar”. Com o **objetivo geral** de contribuir para a capacitação de abordagens positivas e não violentas, na prevenção e combate ao *Bullying*, em crianças do 4º ano de uma escola da área geográfica de abrangência da ULSSJ. Estabeleceram-se como **objetivos específicos** do projeto:

- Identificar comportamentos relativamente ao *bullying*, dos alunos do 4º ano de uma escola da área geográfica de abrangência da ULSSJ;
- Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*;
- Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Os **locais de estágio** foram identificados por se ter obtido autorização da Diretora Executiva do ACESLC / ULSSJ (ver autorização no anexo I). Encontra-se também identificado o Psicólogo fundador do projeto “Bullying.pt”, enquanto parceiro do presente projeto, por também se ter obtido autorização para a sua identificação (ver autorização no anexo II).

O projeto compreendeu duas fases, a primeira, que se desenvolveu no segundo semestre do primeiro ano do curso, que decorreu de 08-05-2023 a 14-07-2023, integrado na unidade curricular Estágio, que se realizou na Unidade de Saúde Pública de Lisboa Central (USPLC) da ULSSJ; a segunda fase, que decorreu no primeiro semestre do segundo

⁴ Com a atual reorganização dos serviços de Saúde a 01-01-2024, o Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, passou a intitular-se Unidade Local de Saúde de São José (ULSSJ)

ano, integrada na unidade curricular Estágio com Relatório, entre 25-09-2023 e 09-02-2024, que se realizou na USPLC e na Unidade de Cuidados na Comunidade do Oriente (UCC Oriente) da ULSSJ, sob orientação clínica de Enfermeiras Especialistas em Saúde Comunitária e, sob orientação científica, de Professora Coordenadora da ESEL, Professora Doutora Sandra Xavier (ver anexo III com declaração da orientadora científica).

A primeira fase do projeto, incluiu a fase preparatória do diagnóstico da situação e preparação do processo para pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde (CES) da Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo (ARSLVT). Para que na segunda fase, após parecer positivo da CES, se tenha aplicado o instrumento à amostra populacional definida e concretizar a fase de diagnóstico, com a identificação dos problemas ou necessidades de saúde. Desenvolvendo-se de seguida as restantes fases do projeto de acordo com a **metodologia do planeamento em saúde**, designadamente a definição de prioridades, a fixação de objetivos, a seleção de estratégias, o planeamento das intervenções e, a avaliação do projeto.

O trabalho encontra-se organizado pela presente introdução, que apresenta uma análise da evidência de forma a fundamentar a pertinência do projeto, pelo próximo capítulo que se encontra estruturado por: enquadramento teórico; metodologia (tipo de estudo; referencial teórico; fases do planeamento em saúde). Seguindo-se o capítulo do desenvolvimento das competências adquiridas e desenvolvidas na área de especialização de enfermagem comunitária e saúde pública. E, por último, as considerações finais, que se constitui por uma breve reflexão sobre a importância dos projetos de intervenção comunitária sob a metodologia do planeamento em saúde, bem como a sua importância para o desenvolvimento de competências de Enfermagem Comunitária e Saúde Pública.

A elaboração deste relatório teve por base literatura atual, recorrendo-se à literatura publicada e não publicada, designadamente através da plataforma eletrónica Google Scholar e EBSCOhost e, literatura pertinente para o desenvolvimento da temática, através de documentos de referência, nomeadamente o PNSE e orientações da OMS.

Para a elaboração do relatório foram tidas em conta as diretrizes do Manual para elaboração de trabalhos académicos e referenciação da ESEL (2023) e a 7ª edição da Norma da *American Psychological Association* (2020).

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Para a fundamentação do projeto foi realizada uma **scoping review** (ver Apêndice I - *scoping review* – diagrama de prisma), seguindo o protocolo da *Joanna Briggs Institute for Scoping Reviews* (*The Joanna Briggs Institute*, 2015). Como objetivo geral, designou-se mapear as intervenções que previnam ou minimizem o *bullying* em crianças em contexto escolar.

Tendo em conta a mnemónica PCC (população, conceito e contexto), da *Scoping Review*, descreveu-se: **P**opulação: crianças; **C**onceito: *bullying*; intervenções de enfermagem; e, **C**ontexto: escolar. Pelo exposto, definiu-se a seguinte questão de partida: “Quais as estratégias utilizadas pelos enfermeiros para reduzir o *bullying* em crianças em contexto escolar?”.

Realizada a indexação dos termos para a pesquisa dos descritores em ciências da saúde DeCS/MeSH, que possibilitou a definição das palavras-chave: *Bullying*; Enfermagem; Crianças; e, Escola.

Efetuada a pesquisa bibliográfica na plataforma eletrónica Google Scholar e EBSCOhost, com acesso às bases de dados CINAHL Complete e MEDLINE Complete, entre 25 e 30 de maio de 2023, utilizando como critérios de inclusão: a data da publicação, ser entre 2017 e 2023; estudos primários e secundários, no paradigma qualitativo e / ou quantitativo; acesso ao texto integral em português, inglês ou espanhol; artigos que respondam à questão de partida; e, estudos em que a amostra consista em crianças e as intervenções de enfermagem sejam em escolas. Foram aplicados os seguintes critérios de exclusão: estudos em que a intervenção não seja realizada por enfermeiros e a amostra não seja em contexto de saúde escolar.

Os participantes incluídos para a *scoping*, são as crianças (de acordo com a nota de escopo do DECS “Pessoa de 6 a 12 anos de idade”) e o contexto refere-se à saúde escolar. Para a estratégia de pesquisa foram utilizados os seguintes descritores: *bullying*; nursing; child; school; com a equação booleana: *bullying* AND nurs* AND child AND school.

A pesquisa permitiu identificar 154 resultados, potencialmente pertinentes. Destes, 9 foram excluídos por se encontrarem em duplicado; dos restantes 145, 129 foram excluídos após análise do título e resumo; 9 foram excluídos por não se enquadrarem nos limitadores definidos ou por falta de pertinência para o objetivo. Foram assim incluídos para análise nesta revisão 7 artigos.

1.1 Saúde escolar

A carta de Ottawa (1986), culminou num ponto de viragem essencial para a saúde escolar, trazendo destaque para a promoção da saúde, para além da prevenção e controlo das doenças transmissíveis (DGS, 2015). Assim, permitiu a melhoria da saúde e bem-estar, quer físico, como psicológico e social, através da atuação sob os determinantes da saúde com maior influência nas doenças crónicas não transmissíveis (DGS, 2015).

De acordo a DGS (2015), as escolas são um local privilegiado para a promoção da saúde, pela quantidade de alunos que permitem alcançar e pela etapa do ciclo de vida em que se encontram as crianças, traduzindo-se em ganhos em saúde para o seu desenvolvimento e vida adulta, com repercussão para a comunidade envolvente e sociedade.

Segundo o PNSE (DGS, 2015), as escolas deverão constituir-se como espaços seguros e saudáveis, indo ao encontro dos eixos estratégicos, vigilância da saúde e capacitação, com o intuito da melhoria da qualidade de saúde dos alunos. A intervenção nas escolas possibilita obter resultados para a capacitação da comunidade, por forma a aumentar as competências dos seus grupos, no sentido de tomada de decisão competente. A intervenção no sentido do desenvolvimento das competências socioemocionais dos alunos, permite aumentar os fatores protetores da saúde, contribuindo para “o desenvolvimento de autoconhecimento, autogestão, consciência social, relações interpessoais e tomada de decisão responsável” (DGS, 2015, p. 26).

1.2 *Bullying*

Embora o fenómeno do *bullying* exista há várias décadas, só a partir da década de 70 ganhou destaque, por meio de um maior investimento da investigação (Olweus, 2003 citado por Neto et al., 2015, Sousa, 2017). Em 1982, na Noruega, após o suicídio de três crianças, motivado pelo assédio dos seus pares, um investigador, Dan Olweus, que embora já estudasse o fenómeno, dedicou-lhe especial atenção, constatou que um em cada sete alunos estava envolvido, enquanto vítima ou agressor(a), no fenómeno do *bullying* (Olweus, 2003 citado por Neto et al., 2015, Sousa, 2017). Este fenómeno, levou ao desenvolvimento de estratégias que visavam a diminuição da incidência do *bullying* assim como a prevenção do mesmo, maximizando o relacionamento positivo e de inter

ajuda entre os pares e minimizando as consequências negativas do *bullying* (Neto et al., 2015, Sousa, 2017). Os resultados destas campanhas foram amplamente positivos e, ganharam destaque pelos seus resultados, pelo que vários países, incluindo Portugal, acabaram por adotar estratégias anti-*bullying* nas suas escolas (Sousa, 2017).

Para o desenvolvimento da temática, importa antes de mais definir o conceito de *bullying*. De acordo com a ONU (2019), o *bullying* diz respeito a um padrão de comportamentos de violência e não a um ato isolado, comportamentos estes que vão aumentando progressivamente de gravidade, se não forem controlados. Como referido por Olweus citado por Neto et al. (2015), destaca-se das outras formas de violência, pela violência intencional, repetida e agressiva entre pares, implicando um desequilíbrio de poder, que resulta na impotência da vítima. De acordo com a Ordem dos Psicólogos ([OP], 2022, p.3), o *bullying* pode ser físico, verbal, sócio-emocional e *cyberbullying* e, corresponde “a qualquer comportamento, exercido por um individuo ou grupo, com intenção de controlar, prejudicar ou magoar alguém, física ou psicologicamente”. Diferencia-se de outros problemas entre pares, pelo seu carácter de intencionalidade, pelo controlo sobre o outro, pela repetição ao longo do tempo e pelo desequilíbrio de força ou poder (OP, 2022).

O *bullying* pode ser contextualizado como um problema de saúde pública mundial, com implicações físicas, mentais e socioeconómicas de curto e longo prazo para todos os envolvidos, quer para as vítimas, como para os agressores e também para as testemunhas (Celdrán-Navarro et al., 2023, Hansson et al., 2020, Nelson et al., 2017). As consequências do *bullying* para além do impacto negativo na saúde mental e física, incluem consequências tão graves como o risco de suicídio (Celdrán-Navarro et al., 2023, Yosep et al., 2023). No estudo realizado por Avşar e Alkaya (2017), os autores salientam que as crianças em idade escolar devem ser consideradas como grupos prioritários de intervenção na prevenção do *bullying*, com contributos para o seu desenvolvimento. Segundo Neto et al. (2015), a promoção da saúde enquanto estratégia, é essencial no combate à violência, pelos seus resultados no cuidar em saúde.

Como já foi referido, este fenómeno tem um impacto negativo, quer para os agressores como para as testemunhas, pelo clima gerado de ansiedade e medo que o fenómeno do *bullying* gera, acabando por afetar o ambiente escolar na sua globalidade e, com consequências para o futuro dos intervenientes e para a sociedade em geral (ONU,

2019). De acordo com a OP (2022, p.13), o *bullying* pode “comprometer a aprendizagem, perturbar as relações interpessoais e o desenvolvimento socio-emocional das crianças e jovens, reduzindo a sua perceção de segurança e proteção”. Ainda de acordo com estes autores, em termos biopsicossociais, provoca na vítima sentimentos de tristeza, baixa autoestima, perturbações alimentares e de sono e, uma maior predisposição para comportamentos depressivos. Podendo em situações mais graves surgir situações de ideação suicida ou até mesmo suicídio. Ao nível do aproveitamento escolar, pode caracterizar-se por dificuldades de concentração e aprendizagem (OP, 2022). Sendo o ambiente escolar, de uma forma geral, percecionado como hostil e pouco seguro (OP, 2022).

Como já foi referido o *bullying* tem também consequências para os agressores, caracterizando-se por baixa empatia em relação ao sofrimento dos outros, tirando daí satisfação pelo domínio sobre o outro (OP, 2022). De acordo com a OP (2022), os agressores de uma forma geral, revelam intolerância face à frustração e impulsividade; atitudes preconceituosas face à diferença; e, podem mesmo em outros contextos, apresentar atitudes violentas e desafiadoras. De acordo com estes autores, a nível académico, os agressores apresentam maiores dificuldades de aprendizagem e, podem apresentar uma maior predisposição para se envolverem em comportamentos de violência e criminalidade e, para o consumo de substâncias. A OP (2022), refere também que as famílias das crianças envolvidas no fenómeno do *bullying* podem apresentar maiores níveis de stress, gerados pela incerteza de como ajudar e pelo medo das consequências que o *bullying* provoca.

Segundo a OP (2022), as vítimas de *bullying* são consideradas pelos agressores como sendo mais frágeis, com menor força física ou mais novas, tendem a apresentar uma baixa autoestima, maior insegurança ou vulnerabilidade. Apresentam medo e vergonha pelas situações que estão a viver, pensam que os outros não acreditem que sejam vítimas de *bullying* e têm a perceção que ninguém as poderá ajudar (OP, 2022).

Relativamente aos agressores, a OP (2022), refere que as características dos agressores e as razões que motivam as agressões podem ser várias, e podem ser rapazes ou raparigas. Contudo, podem estar na origem das agressões ou ser característico dos agressores, menor empatia em relação ao outro, dificuldade em lidar com as emoções e

em seguir regras, preconceito em relação ao outro e cópia dos comportamentos agressivos a que também estão sujeitos.

De acordo com Melim e Pereira (2013), existem diferenças entre rapazes e raparigas quanto ao tipo de agressão. Relativamente aos rapazes, o *bullying* caracteriza-se por comportamentos mais diretos, ao nível físico e verbal. Em relação às raparigas, estas tendem a adotar principalmente comportamentos indiretos, ao nível relacional, em que utilizam a manipulação e as redes de amigos, no sentido da humilhação, da exclusão e da agressão ao outro.

1.3 A intervenção de enfermagem no âmbito da prevenção e combate ao *bullying*

A colaboração entre os profissionais de saúde e a escola, pode otimizar a prevenção e redução da incidência de *bullying* nas escolas (Yosep et al., 2023, Nelson et al., 2017). Neste sentido, destaca-se o papel dos enfermeiros no âmbito da saúde escolar, que estão numa posição privilegiada para trabalhar com os profissionais da escola, para facilitar as estratégias de prevenção e combate ao *bullying* (Yosep et al., 2023, Nelson et al., 2017).

Segundo Yosep et al. (2023), para reduzir e combater o *bullying*, os enfermeiros podem utilizar estratégias, como os jogos, a atividade física, programas de treino e de grupos de pares, centrando-se na psicoeducação, no desenvolvimento da empatia, no aconselhamento e na autogestão. Para Celdrán-Navarro et al. (2023) as intervenções de enfermagem podem centrar-se nos três níveis de prevenção. Relativamente à prevenção primária, o autor refere estratégias de consciencialização, nomeadamente pelo apoio e influência dos pares, estratégias de participação e reflexão, através de jogos lúdicos. No que diz respeito à prevenção secundária, o mesmo refere estratégias de *coping*, que envolvam os intervenientes, que permitem aumentar o conhecimento dos envolvidos sobre os comportamentos, efeitos do *bullying* e resolução de problemas individuais e coletivos, para além de partilhar as experiências de *bullying*. E, ao nível da prevenção terciária, o autor destaca estratégias centradas no cuidado, competência de enfermagem face ao *bullying* para atenuar as repercussões negativas que o *bullying* pode ter na saúde física, psicológica e social dos envolvidos. Este último nível, refere-se a abordagens focadas na solução, nomeadamente através de grupos de apoio, que visam melhorar as

habilidades sociais, a empatia e a resiliência das vítimas de *bullying*, com impacto no seu bem-estar e convivência no ambiente escolar (Celdrán-Navarro et al., 2023).

De acordo com Celdrán-Navarro et al. (2023), Garmy et al. (2018), Nelson et al. (2017), a enfermagem deve desenvolver e planejar intervenções autónomas e interdisciplinares para combater e prevenir o *bullying*, no sentido de otimizar resultados. Hansson et al. (2020), destacam que as medidas implementadas no ambiente social das crianças são mais eficazes. Os enfermeiros comunitários no âmbito da saúde escolar, devem implementar medidas para lidar com o fenómeno do *bullying*, envolvendo a comunidade escolar e os pais, abordando a situação numa perspetiva individual e/ou de grupo (Celdrán-Navarro et al., 2023). Neste sentido, as intervenções de enfermagem no âmbito da saúde escolar, permitem promover a autoestima, a resiliência e consciencialização da criança, para que não intimidem outros alunos, implementando estratégias com os alunos, pais e escolas e, também através das parcerias comunitárias (Yosep et al., 2023). Estas permitem melhor adaptar as intervenções para combater o *bullying* e promover ambientes saudáveis nas escolas (Nelson et al., 2017). Avşar e Alkaya (2017), concluíram que os projetos que permitem desenvolver a assertividade, podem ajudar as crianças a desenvolver comportamentos assertivos, em vez de comportamentos negativos e ajudá-los a construir uma comunicação social mais eficaz, como forma de fazer face ao *bullying*.

Mas para além de detetar situações de *bullying* escolar, avaliação e encaminhamento, o papel do enfermeiro centra-se também na promoção da saúde, com o intuito da mudança comportamental (Hansson et al., 2020, Nelson et al., 2018). Pretende-se com as intervenções de enfermagem a capacitação das crianças para se defenderem ativamente das situações de *bullying*, reduzir os efeitos do *bullying* e apoiar as crianças enquanto aprendem a superar situações stressantes de forma positiva (Nelson et al., 2018). Neste sentido, Yosep et al. (2023), referem que as intervenções de enfermagem para além de reduzir o impacto do *bullying*, têm benefícios na redução do stress, da depressão e do isolamento social. Assim, os enfermeiros no âmbito da saúde escolar, devem trabalhar ao nível da comunidade, de forma a facilitar estratégias que contribuam para ambientes seguros e estimulantes, com implicações positivas para o desenvolvimento das crianças (Nelson et al., 2017).

2. METODOLOGIA DO PROJETO

Este projeto desenvolveu-se de acordo com a **metodologia de planeamento em saúde**, que segundo Imperatori e Giraldes (1993), permite a melhoria da saúde da população, tendo por base os conhecimentos e recursos existentes, por forma a alcançar os objetivos definidos. O planeamento em saúde é um processo contínuo, que tem como finalidade alcançar os objetivos definidos, permitindo dar resposta às necessidades e problemas de saúde existentes (Imperatori & Giraldes, 1993). A conceção do projeto teve em conta as fases do planeamento em saúde, que de acordo com Tavares (1990), se constituem por: diagnóstico da situação de saúde; definição de prioridades; fixação de objetivos; seleção de estratégias; planeamento das intervenções; e, avaliação do projeto.

2.1 Tipo de estudo

Foi desenvolvido um **estudo quantitativo, descritivo e transversal**, que permitiu caracterizar o fenómeno do *bullying*, tendo em conta os objetivos e o instrumento definidos. Destaca-se a pertinência desta metodologia para a temática, por a abordagem quantitativa ser um processo dedutivo, que permite que os dados numéricos transmitam informações objetivas acerca das variáveis (Fortin, 2006). Caracteriza-se por ser um estudo descritivo transversal, pois tem por objetivo descrever a distribuição de um fenómeno, tendo em conta características como o tempo, o lugar e/ou as características dos indivíduos (Fortin, 2006). O estudo descritivo tem por objetivo descrever um fenómeno numa determinada população, por forma a que se estabeleçam as características da população, através da amostra (Fortin, 2006). Relativamente a ser um estudo transversal, diz respeito a recolher informações sobre a ocorrência de um determinado fenómeno aquando da aplicação do instrumento (Fortin, 2006).

Em suma, pretendeu-se com este estudo, uma abordagem quantitativa, descritiva e transversal, uma vez que se pretendia obter dados objetivos face às variáveis e indicadores, e procura-se identificar os comportamentos dos alunos do 4^a ano relativamente ao *bullying*, nas dimensões agressor(a) ou vítima, no 1^o período letivo.

2.2 Referencial teórico

Na conceção do projeto mobilizou-se o **referencial teórico da Nola Pender**, que assenta na conceção de promoção da saúde, tendo em conta as características e

experiências individuais, o comportamento específico e os resultados comportamentais esperados. De acordo com Pender et al. (2015), este modelo possibilita ao enfermeiro reconhecer os padrões de vida e a história pessoal do indivíduo, com o objetivo de compreender os determinantes que estão na base do comportamento e direcionar as suas intervenções, com o intuito da mudança comportamental e, com resultados para a adoção de estilos de vida saudáveis. O referencial teórico da Nola Pender permitiu fundamentar o projeto, uma vez que se constitui como relevante na adoção de estilos de vida saudáveis, pois pelo seu caráter multidimensional é adequado para várias populações e em diferentes contextos e, tem em conta, tanto os fatores individuais, como ambientais, podendo ser aplicado tanto individualmente, como em grupos.

Pender et al. (2015), referem que as escolas são um *setting* privilegiado para a intervenção nos alunos, uma vez que permite desenvolver os fatores protetores da saúde, através da capacitação e, assim contribui para a mudança de um comportamento de risco para um comportamento promotor da saúde, através do aumento de fatores, como a autoeficácia, autoestima e resiliência nos alunos alvo de intervenção e, permite o envolvimento dos pais, escola e comunidade. Neste seguimento, considerou -se o modelo de Nola Pender adequado para este projeto, pois possibilita a fundamentação das intervenções em contexto escolar, ao nível da prevenção do *bullying*, na promoção de comportamentos de saúde saudáveis nas crianças. Ainda neste sentido, possibilita às crianças que melhorem as suas capacidades de decisão e de construir relações saudáveis entre pares, tendo por base os fatores que influenciam os comportamentos. No apêndice II, encontra-se esquematizado em diagrama o modelo de Nola Pender em articulação com os resultados da *scoping review* e fundamentação teórica, indo ao encontro do objetivo geral e finalidade do projeto.

2.3 Diagnóstico da situação de saúde

O **diagnóstico da situação de saúde** permite alcançar ganhos para a população, através da identificação das suas necessidades e problemas, estabelecendo as intervenções que são prioritárias (Imperatori & Giraldes, 1993). A realização de um adequado diagnóstico de situação de saúde, permite estabelecer o “(...) perfil de saúde de uma população, identificar e priorizar os problemas e necessidades de saúde dessa

população, bem como clarificar as intervenções prioritárias conducentes a ganhos potenciais em saúde.” (DGS, 2016, p.6).

2.3.1 Procedimentos éticos

Relativamente aos procedimentos éticos foram realizados os pedidos necessários em conformidade com as orientações para autorização da CES da ARSLVT, à qual a ULSSJ pertence, que se encontram enumerados no quadro 1, fazendo ponto de situação relativamente aos mesmos. Os referidos pedidos encontram-se em apêndice ou anexo conforme indicação do quadro 1.

Foi enviado pedido de parecer do projeto à CES da ARSLVT, por email (ver apêndice III), no dia 15-06-2023 foi atribuído o número de processo 049/CES/INV/2023 pela referida ARSLVT (ver apêndice III), apreciado nas reuniões da CES de 07-07-2023 e 15-09-2023, com resultado de parecer favorável condicionado ao envio de esclarecimentos adicionais, tendo sido dada resposta ao solicitado. Reapreciado o protocolo do projeto em 13-10-2023, ao qual foi obtido **parecer favorável ao estudo** (ver anexo IV).

QUADRO 1 - PEDIDOS DE AUTORIZAÇÃO

Pedido de Autorização	Ponto de Situação	Apêndice/ Anexo
Autorização dos autores do instrumento de recolha de dados	Autorizada	Anexo V
Declaração do responsável do Agrupamento de Escolas	Autorizada	Anexo VI
Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira orientadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ)	Presente	Anexo VII
Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)	Presente	Anexo VIII
Declaração do profissional de saúde que referencia participantes para o projeto de investigação (Enfermeira orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)	Presente	Anexo IX
Declaração da orientadora científica (Professora Orientadora da ESEL)	Presente	Anexo III
Declaração da diretora executiva do ACESLC / ULSSJ	Autorizada	Anexo X
Declaração da coordenadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ	Autorizada	Anexo XI
Declaração da coordenadora de enfermagem da USPLC do ACESLC / ULSSJ	Autorizada	Anexo XVII
Declaração da coordenadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ	Autorizada	Anexo XIII
Declaração relativa à Propriedade dos Dados	Presente	Apêndice IV
Declaração de relatório final e relatórios de progresso anuais	Presente	Apêndice V
Declaração de Ausência de Conflito de Interesses e Incompatibilidades	Presente	Apêndice VI
Declaração de Divulgação dos Resultados	Presente	Apêndice VII
Requerimento com pedido de parecer à CES da ARSLVT (email e requerimento)	Presente	Apêndice III
Resultado do pedido de parecer à CES da ARSLVT	Favorável	Anexo IV

2.3.2 Caracterização do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central / Unidade Local de Saúde de São José

O ACESLC sofreu recentemente reestruturação da direção executiva, pelo que se encontra em reorganização. Estando também em reestruturação o plano local de saúde do ACESLC, bem como outros documentos orientadores, como o regulamento interno, a contratualização ACSS e o plano de atividades das unidades funcionais. A par da reestruturação interna, com a atual reestruturação dos serviços de saúde, que decorreu a 01-01-2024, o ACESLC passou a designar-se ULSSJ. Pelo que os dados de caracterização descritos se referem ao ACESLC.

Encontra-se elaborado o “Perfil de Saúde e determinantes 2022”, instrumento norteador para o planeamento e intervenção em saúde, que possibilita o estabelecimento de prioridades e estratégias adequadas à população.

Segundo dados do Instituto Nacional de Estatística (ACESLC, 2022a), o ACESLC representa uma área de 32.94 km² e um ambiente urbano na sua totalidade. Abrange 272376 residentes, com uma densidade populacional de cerca de 8334 residentes/km², representando a maior densidade populacional do concelho Lisboa. Este compreende as juntas de freguesia de: Areeiro, Arroios, Beato, Campo de Ourique (apenas parte, a que correspondente a antiga freguesia de Santa Isabel), Estrela, Marvila, Misericórdia, Olivais, Parque das Nações, Penha de França, Santa Maria Maior, Santo António e São Vicente.

Relativamente às nacionalidades que constituem o concelho de Lisboa, dizem respeito a quase um sexto da população estrangeira com estatuto legal de residente, principalmente originados dos 27 estados-membros da União Europeia. Representando 186 nacionalidades diferentes da população frequentadora do ACESLC, colocando desafios aos profissionais do ACESLC, no atendimento diferenciado à população (ACESLC, 2022a).

Relativamente à organização dos cuidados de saúde, o ACESLC é constituído por 24 unidades funcionais de saúde: 14 Unidades de Saúde Familiar; 4 Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados; 1 Unidade de Cuidados Continuados; 1 Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos; 1 Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados; 1 Unidade de Medicina Dentária; 1 Unidade de Saúde Pública; e, 1 Unidade de Doenças Sexualmente Transmissíveis / Centro de Aconselhamento e Detecção VIH (ACESLC, 2022a e 2023).

A **USPLC**, local onde decorreu a unidade curricular Estágio, é uma das unidades funcionais de saúde do ACESLC, tendo iniciado a sua atividade em 2009 (ACESLC, 2023), tem como missão “prevenir a doença, promover e proteger a saúde da população na área de abrangência do ACES” (ACESLC, 2022b, p. 4).

Segundo o Decreto-Lei n.º 137/2013, de 7 de outubro, artigo 12, a USP compete:

(...) na área geodemográfica do ACES em que se integra, designadamente, elaborar informação e planos em domínios da saúde pública, proceder à vigilância epidemiológica, gerir programas de intervenção no âmbito da prevenção, promoção e proteção da saúde da população em geral ou de grupos específicos e colaborar, de acordo com a legislação respetiva, no exercício das funções de autoridade de saúde” (Decreto-Lei n.º 137/2013, artigo 12, alínea 1).

A equipa multidisciplinar da USPLC é constituída por (ACESLC, 2023): 6 médicos especialistas de Saúde Pública (5 com funções de Autoridade de Saúde); médicos internos de Saúde Pública; 4 enfermeiras especialistas em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública; 3 Administrativos(as); 12 Técnicos Superiores de Diagnóstico e Terapêutica - Saúde Ambiental; 6 Técnicos Superiores de Diagnóstico e Terapêutica - Higiene Oral.

No que diz respeito ao acesso aos cuidados de saúde, o ACESLC tem 309357 utentes inscritos. De acordo com o perfil de saúde o número de utentes com insuficiência económica tem vindo a diminuir, a taxa de utentes com médico de família atribuído em cada unidade funcional varia entre 49,71% e 100% e, em 2020, a cobertura vacinal foi ligeiramente inferior à verificada a nível do continente (ACESLC, 2022a). De acordo com o perfil epidemiológico, verifica-se que no concelho de Lisboa, o índice de renovação da população em idade ativa é inferior aos verificados não só a nível nacional, mas também no continente e na Área Metropolitana de Lisboa (ACESLC, 2022a). O concelho de Lisboa apresenta os índices de dependência total, de jovens e de idosos, superiores ao registado ao nível Nacional (ACESLC, 2022a). Por uma maior necessidade de cuidados de saúde diferenciados para dar resposta ao aumento dos índices de dependência, os índices superiores à média Nacional, constituem-se como um desafio particular para os mesmos.

Relativamente aos estilos de vida e doenças identificados, pelo perfil de saúde (ACESLC, 2022a), os problemas de saúde mais prevalentes nos utentes inscritos, são: a hipertensão arterial; alterações metabolismo de lípidos; excesso de peso e obesidade; e, abuso de tabaco. No que se refere à identificação de problemas e necessidades de saúde, colocam-se limitações, devido à inexistência de dados referentes à população não inscrita

nos cuidados de saúde primários ou de população que não os frequenta com regularidade.

A **UCC Oriente**, local de estágio para elaboração do relatório de estágio, é uma das unidades funcionais do ACESLC / ULSSJ, tendo iniciado a sua atividade em 2011, integra a “Equipa de cuidados continuados integrados”, o “Programa de saúde escolar” e, o “Programa de saúde reprodutiva – projeto parentalidade” (Equipa de Saúde Escolar-UCC Oriente, 2023). A UCC de acordo com o Despacho n.º 10143/2009 (artigo 3º, alínea 1), tem como missão a “melhoria do estado de saúde da população da sua área geográfica de intervenção, visando a obtenção de ganhos em saúde e concorrendo assim, de um modo direto, para o cumprimento da missão do ACES em que se integra”. A equipa da UCC Oriente é composta por enfermeiros, assistentes sociais, médicos, psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas e terapeutas da fala. Esta unidade funcional tem por base da sua atuação, o trabalho em comunidade, através de parcerias, nomeadamente com a autarquia, freguesias, centros de formação e instituições em que a sua atividade se centre nas crianças e jovens. Compete à UCC operacionalizar o PNSE, de acordo com o plano local de saúde do ACESLC / ULSSJ, sob a coordenação da USP, para dar resposta aos determinantes de saúde prioritários identificados para intervenção (Equipa de Saúde Escolar-UCC Oriente, 2023).

A equipa da saúde escolar iniciou a sua atividade em 2021, no formato e organização que se encontra atualmente em vigor. É constituída por 4 enfermeiros e tem alocadas 140h/semanais de enfermagem, com diferentes áreas de especialização (Equipa de Saúde Escolar-UCC Oriente, 2023). Os principais eixos de intervenção da saúde escolar, são: a capacitação (em áreas de intervenção comunitária); ambiente escolar e saúde (suporte básico de vida e cuidados de emergência); e, condições de saúde (intervenção em crianças com necessidades de saúde especiais [NSE]).

Os principais problemas e determinantes de saúde identificados, pela Saúde Escolar (Equipa de Saúde Escolar-UCC Oriente, 2023), como alvo de intervenção, são: saúde mental e competências sócio emocionais; educação para os afetos e sexualidade; alimentação saudável e atividade física; higiene corporal e saúde oral; hábitos de sono e repouso; educação postural; prevenção dos consumos; e, prevenção de acidentes e primeiros socorros.

Do parque escolar público do ACESLC fazem parte, segundo o ACESLC (2023): 14 agrupamentos de escolas e 4 escolas não agrupadas, organizados em 3 polos: oriental, central e ocidental. São abrangidos também estabelecimentos de apoio à 1ª Infância (IPSS e lucrativos), colégios particulares e escolas profissionais. Relativamente ao ano letivo de 2022/2023, a população escolar constituiu-se por aproximadamente 25000 alunos, 3000 docentes e 800 não docentes (ACESLC, 2023). No que diz respeito ao Programa Nacional de Promoção de Saúde Oral, o parque escolar abrange ainda 11 IPSS e 2 Institutos Públicos, sob a tutela do Ministério do Trabalho, da Solidariedade e Segurança Social e por 21 Colégios privados, perfazendo um total de 32.601 alunos (ACESLC, 2023). Face à complexidade da cidade de Lisboa, extensão e dimensão da estrutura do parque escolar, colocam-se desafios à saúde escolar no sentido de dar resposta a todas as necessidades e problemas.

2.3.3 Contexto

O projeto desenvolveu-se em 6 meses, entre maio de 2023 e fevereiro de 2024; e, o contexto de intervenção foi uma escola do 1º ciclo da área geográfica de abrangência da ULSSJ.

2.3.4 População, população-alvo e amostra

De acordo com Imperatori e Giraldes (1993, p. 25), para dar uma resposta mais adequada às necessidades e problemas considerados a nível local, a população deve ser envolvida “activamente na concepção e administração das actividades”. Para Fortin (2006), como população-alvo refere-se o conjunto de indivíduos que permitem dar respostas aos critérios definidos antecipadamente, bem como fazer generalizações acerca da população. Ainda de acordo com esta autora, por amostra considera-se a fração da população em estudo, que apresentam as características representativas da população.

Assim, a população diz respeito às crianças em idade escolar. Como população-alvo designaram-se 2 turmas de alunos do 4º ano de uma escola do 1º ciclo da área geográfica de abrangência da ULSSJ, inscritos no ano letivo 2023/2024, num total de 39 alunos.

A amostra foi por conveniência, não probabilística, definida através da informação obtida junto dos parceiros ou “informadores de influência” do projeto, nomeadamente as

enfermeiras orientadoras, equipa da saúde escolar e as escolas, que identificaram o grupo-alvo considerado como prioritário para intervenção. De acordo com Fortin (2006), recorre-se a este método de amostragem por se considerarem um determinado grupo de indivíduos que seja facilmente acedido para o estudo e que corresponda aos critérios definidos.

Para constituir a amostra, definiram-se os seguintes critérios de inclusão:

- alunos inscritos no 4º ano de escolaridade no ano letivo de 2023/2024 de uma escola da área geográfica de abrangência da ULSSJ;
- alunos a quem foi dada autorização para participar no projeto, pelo encarregado de educação ou representante legal, através da assinatura do consentimento informado;
- alunos que estivessem disponíveis para participar, respondendo ao questionário no período temporal definido.

Foram definidos os seguintes critérios de exclusão, para constituir a amostra:

- alunos que a idade não esteja compreendida no intervalo dos 6 aos 12 anos de idade, conforme dados da *scoping review*;
- alunos que não tenham preenchido o questionário na sua totalidade.

2.3.5 Instrumento de recolha de dados

O instrumento de recolha de dados utilizado foi o **questionário *Bullying* - agressividade entre crianças no espaço escolar** (Adaptação do questionário de Dan Olweus (1989) por Beatriz Pereira e Ana Tomás UM/CEFOPE, 1994 e revisto por Beatriz Pereira em 2006 UM/EC) (ver instrumento no anexo XIV). O questionário encontra-se validado e traduzido para a língua Portuguesa de Portugal por Beatriz Pereira, importante investigadora no estudo e intervenção do fenómeno do *bullying*, em Portugal. Foi obtida a autorização dos autores para utilização do instrumento neste projeto (ver autorizações no anexo V). O questionário é constituído por 25 perguntas no total, 22 questões fechadas e de escolha múltipla e 3 de resposta aberta e direta, estando divididas em 3 dimensões: caracterização; acerca de seres agredido(a); e, acerca de agredires outro(a). Este foi disponibilizado em sala de aula, para autopreenchimento em formato de papel e de forma anónima, assegurando a proteção de dados dos participantes. O questionário permitiu avaliar os comportamentos relativamente ao *bullying*, no qual se solicitou aos alunos que identificassem num determinado período de tempo (1º período letivo) a

ocorrência de situações de *bullying*, nomeadamente através da identificação da frequência ou do tipo de agressão de que foram vítimas, ou se agrediram.

2.3.6 Armazenamento, tratamento e segurança dos dados

Os questionários de autopreenchimento e anónimos, regem-se pelo artigo 31º da lei nº 58/2019, “respeitando o princípio da minimização dos dados e incluir a anonimização ou a pseudonimização dos mesmos (...)”, uma vez que há recolha de dados sensíveis dos participantes (dados pessoais). De salientar, que foram garantidas todas as medidas para que em momento algum, no questionário, se consiga identificar o participante que o preencheu, nomeadamente através de codificação dos questionários.

O consentimento informado (ver apêndice VIII) foi entregue numa fase prévia ao questionário, sendo que o questionário só foi aplicado aos alunos que consentiram a sua realização e cujos encarregados de educação ou responsável legal, assinaram o consentimento autorizando a participação dos educandos no projeto. As crianças e encarregados de educação ou representante legal, foram informados dos objetivos e finalidade do estudo e, em todo o processo foi garantido o anonimato e confidencialidade dos participantes, podendo estes recusar ou interromper a sua participação em qualquer momento, sem qualquer prejuízo para os seus direitos assistenciais.

Os questionários e consentimentos informados foram guardados em armário fechado à chave no gabinete da enfermeira responsável pela UCC Oriente, também o gabinete fechado à chave sem acesso a terceiros, para que assim, se garantisse em todo o processo a confidencialidade e anonimato dos participantes. Os dados foram trabalhados sob codificação e tratados estatisticamente no programa informático Microsoft® Excel®, recorrendo à análise estatística descritiva, com o cálculo de frequências absolutas e relativas. Os dados foram guardados em ficheiro em computador da enfermeira responsável pela UCC Oriente, com *password* de segurança apenas acessível pela mestranda.

Relativamente aos dados recolhidos e os materiais resultantes da investigação, serão eliminados quando concluído o período necessário para prossecução das finalidades da recolha e do tratamento posterior, pelo que se prevê que seja executado o procedimento de destruição dos dados, bem como de todos os materiais resultantes da investigação, ao fim de 1 ano após discussão pública do relatório de estágio. Os dados

e materiais resultantes da investigação, em suporte papel serão destruídos, bem como os ficheiros informáticos serão eliminados, pela enfermeira mestranda na presença da enfermeira responsável como testemunha. Durante este período, os dados recolhidos e os materiais resultantes da investigação manter-se-ão armazenados e seguros, nas condições anteriormente descritas.

2.3.7 Cronograma

As atividades a desenvolver durante as diversas etapas do projeto estão descritas no cronograma apresentado em apêndice (ver apêndice IX).

2.3.8 Custos e Recursos Humanos e Materiais

Não foi necessário financiamento para o projeto, sendo que os custos com recursos materiais e humanos associados ao projeto, nomeadamente com materiais informáticos, ficaram ao encargo da mestranda (Ver apêndice X), não sendo necessário a aquisição extra de recursos materiais e sem acréscimo para as instituições onde foi desenvolvido o projeto. Para os materiais de suporte para as atividades de educação para a saúde e, divulgação do projeto, foi criada parceria com a imprensa municipal de um município.

2.3.9 Apresentação de resultados

Após o parecer positivo da CES da ARSLVT, seguiu-se a aplicação do instrumento *Bullying* - agressividade entre crianças no espaço escolar, aos alunos com consentimento informado autorizado pelo encarregado de educação ou representante legal. Posteriormente desenvolveu-se o tratamento dos dados, com recurso ao programa informático Microsoft® Excel® versão v.16, foi realizada estatística descritiva, com o cálculo de frequências absolutas e relativas, nas 3 dimensões do questionário: 1 - caracterização; 2 - acerca de seres agredido(a); e, 3 - acerca de agredires outro(a).

A **estatística descritiva**, permite a apresentação dos dados, através da representação numérica, de forma a apresentar os dados de uma forma sumária e compreensível. Para tal, foram elaborados tabelas e gráficos que representam a informação obtida com os dados. O método utilizado foi a amostragem por conveniência,

não probabilística, pelo que não é possível inferir os dados à população onde a amostra se insere, assim a metodologia da amostragem constitui-se como uma limitação e a análises dos dados deve ser compreendida através desta limitação (Guimarães & Cabral, 2007). Sendo que a totalidade dos resultados se encontra representado em tabelas e de forma gráfica no Apêndice XI.

Das 39 crianças da população-alvo, responderam ao questionário 28 alunos, constituindo-se assim a amostra, representando 71,8% do total de alunos.

Relativamente à **dimensão caracterização da amostra**, das 28 crianças que preencheram o questionário, todas se encontram no 4º ano de escolaridade, 53,6% (15) são do sexo masculino e 46,4% (13) são do sexo feminino, como representado no gráfico 1; com idades compreendidas entre os 9 e os 11 anos (46,4% (13) com 9 anos; 39,3% (11) com 10 anos; e, 14,3% (4) com 11 anos), como evidenciado pelo gráfico 2; 92,9% (26) tem irmãos e 7,1% (2) não tem irmãos. Relativamente à taxa de frequência do jardim de infância/creche, 85,7% (24) frequentou, sendo que destes 75% (18) frequentou 2 anos ou mais. A taxa de reprovação situa-se nos 32,1% (9), sendo que o ano de escolaridade que apresenta maior taxa de reprovação é o 2º ano, com 66,7% (8).

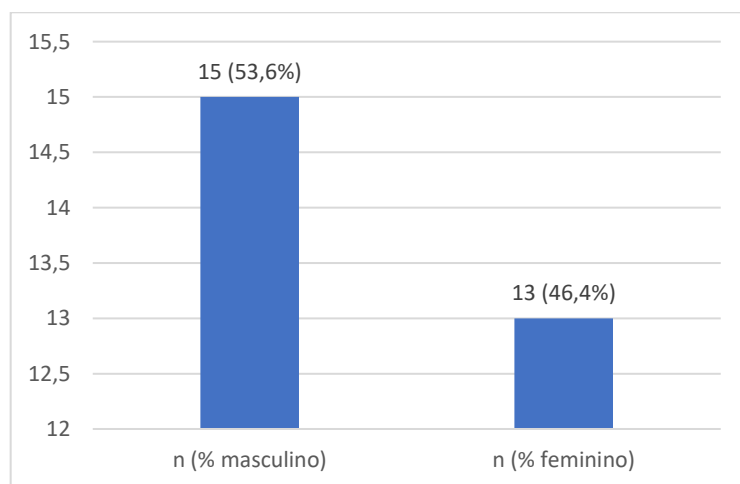


GRÁFICO 1-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR SEXO

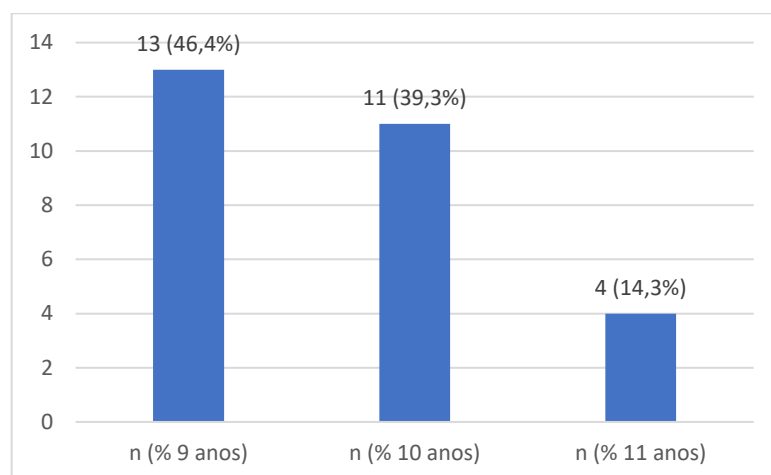


GRÁFICO 2-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR IDADE

Quanto à situação laboral dos pais, 78,6% (21) encontram-se a trabalhar e relativamente às suas habilitações literárias destaca-se a taxa de omissão dos resultados com 75,1% (21). Em relação à situação laboral das mães 75% (21) encontram-se a trabalhar e 14,3% (4) estão desempregadas e, também relativamente às suas habilitações literárias destaca-se a taxa de omissão dos resultados, com 60,6% (17).

No que diz respeito à **dimensão “acerca de seres agredido(a)”**, quanto à pergunta “9 - Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?”, 28,6% (8) referem “nenhuma” como resposta e, 71,4% (20) das crianças referem ter sido agredidas na escola, durante o 1º período, sendo que destes, 32,1% (9) situam as agressões em 1 ou 2 vezes no 1º período, estando expresso no gráfico 3.

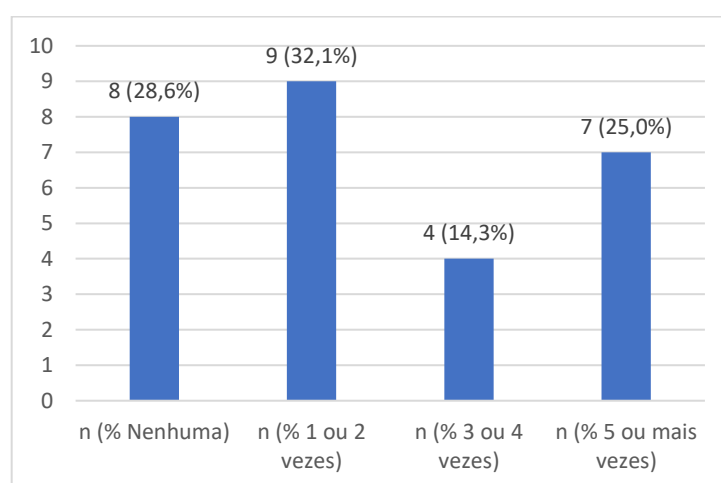


GRÁFICO 3-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

Dos alunos que responderam de forma positiva à pergunta 9, quanto à pergunta “10 - Como é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)”, a maior taxa refere-se a

“Chamaram-me nomes feios” com 29,7%, seguindo-se 12,3% para “Ameaçaram-me, meteram-me medo” e 12,3% para “Não brincam comigo e deixam-me sozinho(a)”, como evidenciado no gráfico 4. Relativamente à pergunta “11-Em que sítios é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)”, 21,6% responderam “em lado nenhum”, 45,9% situa as agressões no local “recreio” e, 13,5% situa as agressões “Na sala” (ver gráfico 5).

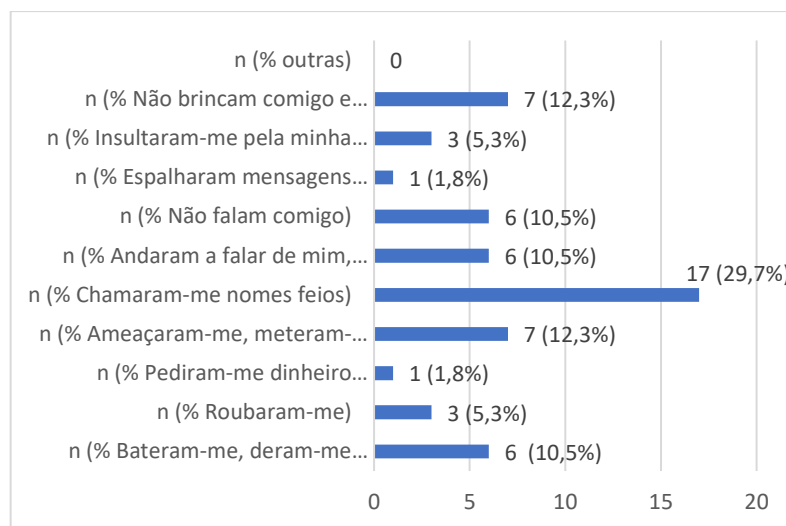


GRÁFICO 4-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DO TIPO DE AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

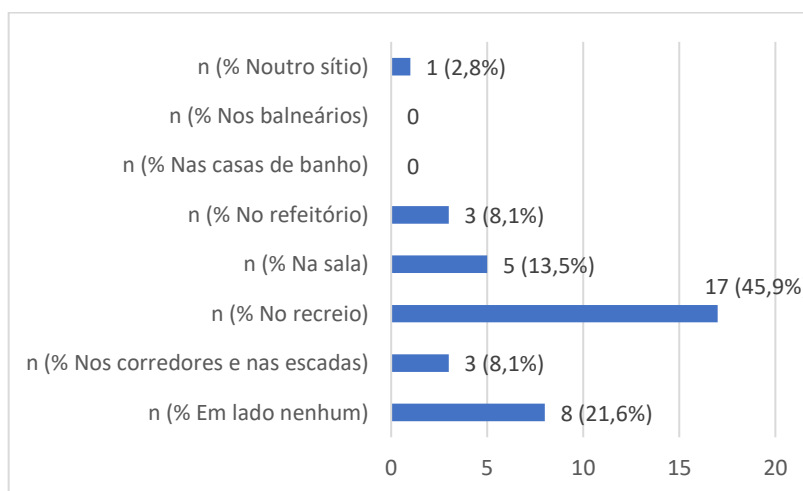


GRÁFICO 5-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DOS LOCAIS DE OCORRÊNCIA DAS AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

A pergunta “12 - De que turma são os rapazes ou raparigas que te têm feito mal? (mais do que uma opção)”, obteve a maioria das respostas para a opção “São da minha turma”, com 54,5%. Sendo que a maioria dos agressores são “vários rapazes”, com 25,0% de respostas para a pergunta “14 - Quem te fez mal?”. Quanto à pergunta “15 - Quantas

vezes te fizeram mal no caminho para a escola, durante 1º período?”, 28,5% (8) considera a resposta positiva e 71,5% (20) considera “Nunca se meteram comigo”.

Relativamente aos profissionais que põem termo às situações de agressão, 42,9 % (12) das crianças considera a hipótese “muitas vezes” relativamente aos professores (pergunta 16) e, 39,3 % (11) das crianças considera a hipótese “às vezes” relativamente aos restantes funcionários (pergunta 17). Quanto à pergunta “18 - Disseste a alguém que te fizeram mal na escola? (mais do que uma opção)”, as crianças responderam 19,1% para opção “professor ou diretor de turma”, 19,1% para opção “pais ou encarregado de educação”, e 2,2% “Não disse a ninguém”. Quanto à pergunta “19 - Há rapazes ou raparigas que te defendem quando outros te tentaram fazer mal?”, 7,1% (2) refere que não obtiveram ajuda e 25,0% (7) refere a opção “rapazes e raparigas”. Relativamente à pergunta “20 - O que fazes quando vês um colega da tua idade a ser agredido(a) na escola? (mais do que uma opção)”, 31,5% considera “Ajudo mesmo que não conheça”, 29,6% considera “Chamo alguém para ajudar” e 9,2% considera as hipóteses nulas para ajudar o outro(a).

Acerca da **dimensão “acerca de agredires outro(a)”**, quanto à pergunta “21 - Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?”, 42,9% (12) das crianças consideram ter agredido outros(as), durante o 1º período, sendo que destes, 35,7% (10) situam as agressões em 1 ou 2 vezes no 1º período, tal como representado no gráfico 6.

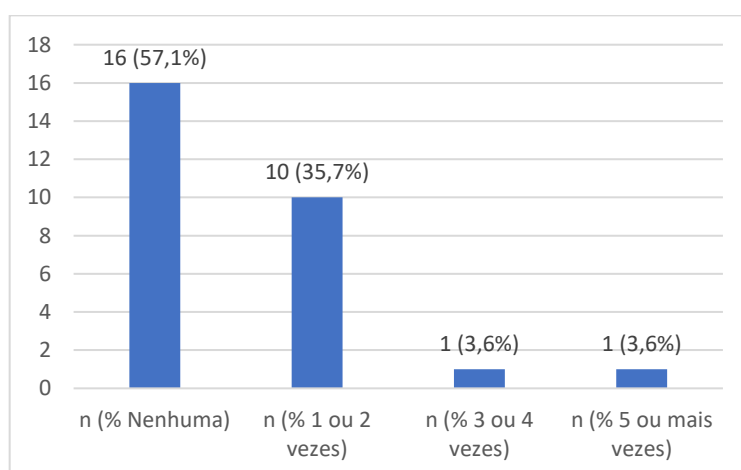


GRÁFICO 6-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO A OUTROS(AS), DURANTE O 1º PERÍODO

Dos que responderam de forma positiva à pergunta 21, quanto à pergunta “22 - Se fizeste mal a algum colega na escola durante 1º período, diz porque o fizeste? (mais do

que uma opção)", 26,5% refere ter agredido outros(as) "Porque me irritaram", 17,6% "Porque tive de me defender" e 50,1% respondeu "Não fiz mal a nenhum colega", como expresso no gráfico 7.

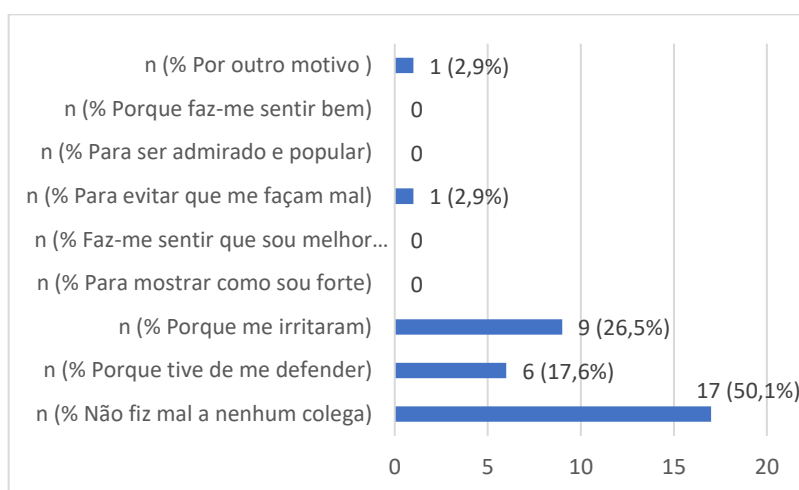


GRÁFICO 7- DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DAS CAUSAS DAS AGRESSÕES A OUTROS(AS) OCORRIDAS, DURANTE O 1º PERÍODO

Quanto à pergunta "23 - Quantas vezes te juntaste a outros colegas para fazer mal a algum rapaz ou alguma rapariga na escola, durante 1º período?", 85,8% (24) considera a hipótese "nenhuma" e 7,1% (2) considera a hipótese "1 ou 2 vezes". Em relação à pergunta "24 - Quantas vezes tomaste parte em agressões a outros jovens no caminho da escola, durante 1º período?", 96,4% (27) considera a hipótese "nenhuma". Relativamente à pergunta "25. Ajudavas a agredir um colega que não gostasses?", 53,5% (15) considera que "não", 28,6% (8) considera as hipóteses de agredir, sendo que 10,7% das crianças considera "talvez" e 17,9% considera "Só se ele ou ela me irritar muito".

De forma geral:

- 9 alunos consideram resposta positiva à pergunta "9-Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?" e resposta positiva à pergunta "21-Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?";
- 11 alunos consideram resposta positiva à pergunta "9-Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?" e resposta negativa à pergunta "21-Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?";
- 3 alunos consideram resposta negativa à pergunta "9-Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?" e resposta positiva à pergunta "21-Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?";

- 5 alunos consideram resposta negativa à pergunta "9-Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?" e resposta negativa à pergunta "21-Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?".

Face às variáveis e indicadores de saúde, tendo em conta o referencial teórico e o enquadramento teórico, enumeraram-se os possíveis problemas, identificados no quadro 2:

QUADRO 2 - PROBLEMAS IDENTIFICADOS

P1 - 71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período.
P2 - 29,7% das agressões que ocorreram durante o 1º período, referem-se a "chamar nomes".
P3 - 45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio.
P4 - 28,5% dos alunos sofreu agressões no caminho da escola, durante o 1º período.
P5 - 7,1% dos alunos não foi defendido pelos colegas, quando foram agredidos.
P6 - 9,2% dos alunos não ajuda, se assistir a agressões.
P7 - 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período.
P8 - 26,5% dos alunos justifica as agressões durante o 1º período, por lhe terem provocado irritação.
P9 - 28,6% dos alunos considera a hipótese de agredir um colega.

Terminada a fase de diagnóstico, foram devolvidos os resultados dos diagnósticos aos parceiros ou “informadores de influência” do projeto, à orientadora científica do projeto, à orientadora clínica e à equipa da saúde escolar.

2.4 Priorização e seleção do diagnóstico principal

A etapa de **priorização** do planeamento, permite organizar e rentabilizar estratégias e recursos, com o intuito de selecionar os problemas prioritários para intervenção (Imperatori & Giraldez, 1993). Neste sentido, Rodrigues (2021), refere que a etapa de priorização do planeamento tem como objetivo selecionar os problemas que serão primeiro alvo de intervenção, o que para tal não significa que os problemas que não sejam primeiramente selecionados sejam esquecidos ou menos importantes, é uma forma de organizar e rentabilizar estratégias e recursos. Ainda de acordo com esta autora, existem várias técnicas que devem ser utilizadas para a priorização dos problemas. Para tal devem as equipas de saúde juntamente com os parceiros da comunidade, realizar o processo de priorização, bem como definir o método e critérios utilizados, permitindo assim um processo mais adequado às necessidades da população.

Pelo exposto, na fase de priorização e seleção dos problemas foram envolvidos os enfermeiros da saúde escolar, que tal como referido anteriormente, são parceiros “informadores de influência” do projeto. Para tal, 4 peritos em saúde escolar reuniram-se com a enfermeira mestranda, no dia 11-12-2023, para divulgação dos resultados e para a priorização dos problemas identificados, estando os resultados definidos no quadro em apêndice XII.

Para a priorização dos problemas, o método utilizado foi o **método de Hanlon**, uma vez que permite hierarquizar uma lista de problemas, tendo em conta os dados quantitativos. A escolha deste método justifica-se por ser incluído o critério de eficácia, que permite uma avaliação em função do tempo, fator importante dado o limite de tempo do projeto.

De acordo com Tavares (1990), este método orienta os profissionais a selecionarem os problemas, por etapas, tendo em conta os critérios:

- (A) Magnitude ou amplitude do problema, refere-se ao número de pessoas afetadas pelo problema em relação à população total;
- (B) Gravidade ou severidade do problema, tem em conta fatores, como a mortalidade, morbilidade, consequências e incapacidades;
- (C) Eficácia da solução do problema;
- (D) Exequibilidade do problema, classificada pelo acrónimo PEARL, integra 5 elementos (Pertinência, Exequibilidade económica, Aceitação da comunidade, Recursos e Legalidade), caso um dos problemas não cumpra com um dos cinco elementos PEARL deve ser classificado com 0, por não ser possível intervir sobre este (Tavares, 1990).

Este método preconiza a utilização da fórmula $(A+B) \times C \times D$ (Tavares, 1990).

As ponderações para cada critério, encontram-se indicadas no apêndice XII. A equipa de peritos definiu o valor da prioridade, de acordo com os critérios e ponderação indicados e, a fórmula, conforme indicado no quadro no apêndice XII.

Assim, neste projeto, após a priorização dos problemas identificados, foram priorizados pelos peritos os seguintes problemas para a intervenção comunitária:

P1 - 71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período.

P3 - 45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio.

P7 - 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período.

Para a operacionalização dos problemas priorizados foram definidos os seguintes diagnósticos de enfermagem segundo a CIPE - Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem (2015):

- **D1** - Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do *bullying*.
- **D2** - Conhecimento sobre o *bullying* comprometido dos alunos do 4º ano, relacionado com a dificuldade para identificar comportamentos agressores.

2.5 Formulação de objetivos

De acordo com Imperatori e Giraldes (1993), os **objetivos** são a declaração dos resultados esperados aos problemas identificados e permitem orientar a fase da seleção de estratégias, através da enumeração de padrões e normas, que possibilitam a correta avaliação de todo o projeto.

Tendo por base o **objetivo geral** definido: Contribuir para a capacitação de abordagens positivas e não violentas na prevenção e combate ao *Bullying* em crianças do 4º ano de uma escola da área geográfica de abrangência da ULSSJ; o modelo teórico de Nola Pender; a identificação dos diagnósticos de enfermagem; e, tendo em conta o espaço temporal do projeto, formularam-se os objetivos específicos.

Em resposta aos diagnósticos, foram formulados os objetivos específicos, cada um deles com objetivos operacionais ou metas, de forma a explicar o enunciado do resultado do que é esperado atingir com as intervenções programadas. Estes objetivos foram avaliados de acordo com indicadores. Segundo, Imperatori e Giraldes (1993), a avaliação deve ser executada de forma a que os indicadores avaliem a estrutura, o processo e os resultados do projeto. Os indicadores de resultado medem o estado de saúde e os indicadores de estrutura e de processo avaliam a prestação de cuidados de saúde. No apêndice XIII encontram-se explanados de forma esquemática os diagnósticos, objetivos específicos e operacionais, as metas, as atividades e indicadores de avaliação.

Neste sentido, para dar uma resposta mais adequada aos diagnósticos e serem definidas intervenções mais eficazes para reduzir os problemas identificados, considerando o enquadramento teórico, foram elaborados os objetivos específicos tendo em conta o envolvimento comunitário, ou seja, considerando o meio que rodeia as

crianças, os encarregados de educação, com quem as crianças vivem e, os assistentes operacionais do 1º ciclo, que são os profissionais da escola que se encontram no recreio, local onde ocorrem mais situações de *bullying*.

Pelo que se descrevem de seguida os objetivos específicos, operacionais e indicadores:

1 - Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do *bullying*.

1.1 - Objetivo Específico: Contribuir para que os alunos do 4º ano, sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying* e promover comportamentos positivos.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de processo:**

1.1.1 – Que 80% das Sessões de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano, sejam realizadas.

1.1.2 – Que 70% dos alunos do 4º ano, assista às SES.

1.1.3 Que 100% dos produtos de divulgação para os alunos do 4º ano sejam elaborados.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de resultado:**

1.1.4 – Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar as 2 características do *bullying*.

1.1.5 – Que 35% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 tipos de *bullying*.

1.1.6 – Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 comportamentos específicos de *bullying*.

1.1.7 – Que 50% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 consequências do *bullying*.

1.1.8 – Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para lidar com o *bullying*.

1.1.9 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 “estratégias para lidar com o *bullying*, se fosse *Bully*”.

1.1.10 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 “estratégias se assistir a *Bullying* o que deve fazer”.

1.2 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os EE dos alunos do 4º ano, sobre a prevenção do *bullying*.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de processo:**

1.2.1 – Que 100% das SES para os EE dos alunos do 4º ano, sejam realizadas.

1.2.2 – Que 50% dos EE dos alunos do 4º ano, assista às SES.

1.2.3 – Que 100% dos produtos de divulgação para os EE dos alunos do 4º ano sejam elaborados.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de resultado:**

1.2.4 – Que 90% dos EE dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 características do *bullying*.

1.2.5 – Que 50% dos EE dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 tipos de *bullying*.

1.2.6 – Que 90% dos EE dos alunos do 4º ano, que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para prevenir o *bullying*.

1.3 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os AO do 1º ciclo, sobre a prevenção do *bullying*.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de processo:**

1.3.1 – Que 100% das SES para os AO do 1º ciclo da escola, sejam realizadas.

1.3.2 – Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola, assista às SES.

- Que se traduz nos seguintes **indicadores de resultado:**

1.3.3 – Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 características do *bullying*.

1.3.4 – Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 comportamentos específicos de *bullying*.

1.3.5 – Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para prevenir *bullying*.

2 - Diagnóstico de Enfermagem: Conhecimento sobre o *bullying* comprometido dos alunos do 4º ano, relacionado com a dificuldade para identificar comportamentos agressores.

2.1 - Objetivo Específico: Capacitar os alunos do 4º ano, para a prevenção do *bullying*. Que se traduz no seguinte **objetivo operacional**:

2.1.1 – Que exista uma melhoria de 5% nos problemas priorizados para intervenção.

2.6 Seleção de estratégias

Esta é a etapa em que se expressam as **estratégias**, que possibilitam reduzir ou eliminar os problemas ou necessidades identificadas como prioritários para intervenção (Imperatori & Giraldes, 1993).

As estratégias a utilizar foram adaptadas aos resultados do diagnóstico de situação, objetivos definidos e à faixa etária em que se realizou a intervenção. Tendo em conta o referencial teórico e o enquadramento teórico, foram definidas estratégias, como a educação para a saúde, as estratégias de incentivo à participação, o marketing social, o estabelecimento de parcerias comunitárias e a comunicação em saúde.

- A **educação para a saúde**, de acordo com Rodrigues (2021), é essencial para a promoção da saúde e prevenção da doença, pelo que se constitui como estratégia para o desenvolvimento da literacia. A educação para a saúde considera-se uma estratégia essencial no sentido de capacitar a população a tomar decisões mais conscientes. Como tal, aumentar o seu conhecimento e influenciar as suas atitudes, possibilita melhorar o estado de saúde quer a nível individual, como comunitário. Sendo essencial para a sua eficácia, os aspetos como a divulgação de informação, ser uma forma de dar resposta às necessidades e problemas identificados e, o envolvimento e participação comunitária, no sentido do desenvolvimento da autonomia e capacitação, para que os indivíduos desenvolvam melhor as suas escolhas (Rodrigues, 2021).

Pretendeu-se desenvolver os benefícios percebidos, decorrentes dos comportamentos de *Bullying*, reduzir as barreiras percebidas na escolha de estratégias positivas e não violentas nos relacionamentos entre pares, e melhorar a autoeficácia percebida face à capacidade das crianças para concretizarem o compromisso estabelecido, através da realização das ações de educação de prevenção e combate ao *bullying* (Pender et al., 2015). Na programação das sessões de educação para a saúde foi tida em conta as necessidades das crianças, os conteúdos e as estratégias, foram desenvolvidos tendo em conta a sua faixa etária.

- As **Estratégias de incentivo à participação**, foram utilizadas de forma a facilitar a interação e a participação nas sessões (Rodrigues, 2021), através do quebra-gelo, com cartões de resposta de mito ou verdade, jogos com cartões de resposta sobre o *bullying* e entrega de diploma de combatente anti-*bullying*.

- O **Marketing social** tem benefícios em projetos de promoção de estilos de vida saudáveis, no sentido de melhorar a adesão a uma ideia ou prática de saúde (Rodrigues, 2021). Nomeadamente através de *quizzes* ou jogos educativos, de forma a desenvolver conhecimentos e a capacitação das crianças. Estratégia esta utilizada em ligação com a educação para a saúde através de jogos com cartões, conto de histórias e visualização de vídeo.

- O **Estabelecimento de parcerias** no sentido do desenvolvimento do projeto foi necessário estabelecer parcerias com a equipa da saúde escolar, com a escola e com os professores titulares para o desenvolvimento do projeto, bem como com os parceiros comunitários, como um município para a impressão gráfica dos materiais e, o projeto de prevenção do “Bullying.pt”, para o planeamento das intervenções e materiais a utilizar nas sessões. Realizada parceria com Junta de Freguesia da área de abrangência da ULSSJ, para realizar ação de sensibilização sobre o *bullying* para os pais, com participação de vários parceiros comunitários. Esta possibilitou um maior conhecimento da comunidade e das necessidades sentidas pelos pais (ver planeamento operacional das intervenções, no apêndice XIV).

Uma vez que o projeto interligou vários parceiros comunitários foi necessário realizar diversas reuniões, presenciais e online, no sentido de divulgar os resultados, de partilhar a tomada de decisão e acompanhar o desenvolvimento do projeto. Tavares (1990), aponta que a participação comunitária assume-se como estratégia essencial nesta etapa.

- A **Comunicação em Saúde** é uma estratégia que possibilita a disponibilização e divulgação de informação com o objetivo da promoção da saúde (Ministério da Saúde, 2019). Recorreu-se a esta estratégia no sentido de elaborar materiais informativos disponibilizados às crianças em formato papel, como o marcador de livro com estratégias “Se és vítima de *bullying* - o que deves fazer?” e diploma de combatente anti-*bullying* com estratégias para “Se assistes a *bullying* – o que deves fazer?”. Foi elaborado também um póster para divulgação dos resultados do questionário em suporte papel para divulgação

dos resultados pelos EE, para que todos tivessem acesso aos resultados, uma vez que dos 39 EE das 2 turmas compareceram às SES, 20 EE. O póster foi também divulgado para a equipa da saúde escolar. Tendo sido também divulgado em formato online, acompanhado por informação relativa à atuação em caso de *bullying* na escola, por correio eletrónico para o Professor do Programa de Educação e para a Saúde e Diretor executivo do Agrupamento de Escolas, professor coordenador do 1º ciclo e professores titulares. Na elaboração dos materiais informativos recorreu-se maioritariamente ao suporte papel, por melhor adesão da população de acordo com informação dos parceiros e dos “informadores de influência” do projeto.

2.7 Planeamento das intervenções

De acordo com Imperatori e Giraldes (1993), todas as fases que antecedem o planeamento, culminam no **planeamento operacional** em ações concretas, que vão ao encontro do que deve ser feito, como, onde e quando deve ser feito, quem deve fazer, os objetivos que se pretendem atingir, bem como os custos e avaliação das atividades.

Para operacionalização do planeamento foi elaborado um cronograma (ver Apêndice IX), que permitiu organizar e planificar todas as etapas do planeamento, bem como das atividades desenvolvidas. Indo ao encontro dos diagnósticos identificados, dos objetivos traçados e das estratégias identificadas, desenvolveram-se 4 atividades. Para o planeamento das intervenções, foi realizada uma reunião conjunta, online com perito do projeto “*Bullying.pt*” e com orientadora científica, por forma a dar a resposta mais adequada aos problemas levantados e para melhor adaptar os materiais e recursos, à faixa etária e, a estrutura das intervenções, subordinadas aos temas para dar resposta aos problemas identificados. Tendo-se definido 1 intervenção dirigida aos EE, 1 intervenção dirigida aos AO e 4 intervenções dirigidas às crianças.

Foi desenvolvido o plano operacional das atividades, de acordo com a matriz 5W2H, que se descreve de forma completa no apêndice XV. De acordo com Rodrigues (2021), a matriz 5W2H deve ser elaborada de forma a dar resposta aos seguintes parâmetros: Atividades planeadas (O que fazer?); Objetivos (Porque fazer?); Procedimentos (Como fazer?); Contexto (Onde?); Recursos humanos (Quem faz?); Programa (Quando ocorre?); e, Orçamento (Quais os custos?).

De seguida descreve-se sucintamente cada atividade:

Atividade 1 - SES para os alunos do 4º ano

As SES para as crianças, tiveram por objetivo: Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao *bullying*; contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*; e contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Foi elaborado um plano constituído por 4 SES para as crianças das 2 turmas do 4º ano (total de 8 SES e 39 crianças no total das 2 turmas), em períodos e dias indicados pela escola. A estrutura das SES, o planeamento das atividades e os materiais desenvolvidos tiveram em conta a parceria com o projeto “Bullying.pt”.

A 1ª sessão refere-se a SES – “O que é o *Bullying*?”, 2ª SES – “Acerca de seres agredido(a)”; 3ª SES – “Acerca de agredires os outros(as); e, 4ª SES – “Acerca de seres testemunha de *Bullying*!”.

Nas sessões foram desenvolvidos jogos, como mitos e verdades sobre o *bullying*, jogo sobre os tipos de *bullying*, conto de história educativa sobre o *bullying*^{5,6}, visualização de vídeo educativo⁷, recurso a post-it e cartões de comportamento como forma de possibilitar respostas sinceras.

Os planos das 4 SES encontram-se nos apêndices XVI, XVII, XVIII e XIX. Elaborou-se um questionário de avaliação dos conhecimentos que foi aplicado no final de cada SES. Os resultados das 4 sessões encontram-se explanados no apêndice XX.

Atividade 2 - SES para os EE

A SES para os EE, teve por objetivo: apresentar os resultados do questionário; e, aumentar os conhecimentos dos EE, relativamente ao *bullying*. Foi realizada 1 SES aos EE de cada turma do 4º ano (2 turmas, com 39 EE no total) no início da reunião escolar do final do 1º período letivo. O plano da SES encontra-se no apêndice XXI. Elaborou-se um questionário de avaliação dos conhecimentos que foi aplicado no final da SES (no apêndice XXI – questionário com resultados da SES).

⁵ Ginja, D. (2023). *Beliscaram a minha felicidade!* Flamingo

⁶ Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal*. Plátano Editora.

⁷ “Bullying – e tu? O que farias?” fonte Junta de Freguesia de Marvila, <https://fb.watch/pv-BZzw0EP/>

Atividade 3 - SES para os AO do 1º ciclo

A SES para os AO, teve por objetivo: apresentar os resultados do questionário; aumentar os conhecimentos dos AO, relativamente ao *bullying*; e, sensibilizar sobre a vigilância do *bullying* nos recreios. Foi realizada 1 SES aos AO do 1º ciclo (total de 4 AO), em período e dia indicado pela escola, que possibilitasse que todos os AO pudessem assistir à SES. O plano da SES encontra-se no apêndice XXII. Elaborou-se um questionário de avaliação dos conhecimentos que foi aplicado no final da SES (no apêndice XXII – questionário com resultados da sessão).

Atividade 4 - Materiais de Divulgação

Os materiais de divulgação, tiveram como principal objetivo promover a literacia em saúde, relativamente ao *bullying*.

1) Os materiais disponibilizados às crianças incluíram:

- 1 marcador de livro com estratégias para lidar com o *bullying* (em suporte papel) – distribuído na 2ª sessão (apêndice XXIII);
- 1 diploma de combatente anti-*bullying* com estratégias para “Se assistes a *bullying* – o que deves fazer?” (em suporte papel) – distribuído na 4ª sessão (apêndice XXIII).

2) Os materiais disponibilizados para a equipa da saúde escolar, para o Professor do Programa de Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas, Diretor do Agrupamento de Escolas, para o Professor Coordenador do 1º ciclo, para os Professores Titulares e EE's incluíram:

- Póster para divulgação dos resultados do questionário e das intervenções implementadas (apêndice XXIII);

3) Os materiais disponibilizados para o Professor do Programa de Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas, Diretor do Agrupamento de Escolas, para o Professor Coordenador do 1º ciclo e para os professores titulares incluíram:

- Email com estratégias a implementar para atuação em caso de confirmação de situação de *bullying* (apêndice XXIII)

De salientar que para além da SES para os EE optou-se pela divulgação do póster para os EE, como forma de divulgar os resultados a todos ao EE, uma vez que dos 39 EE previstos, compareceram 20 na reunião do final do 1º período. E como forma de divulgação dos resultados na escola e equipa de saúde escolar.

2.8 Avaliação do projeto

Relativamente à **avaliação do projeto**, tem como finalidade definir o grau de sucesso de um projeto, através da execução das metas estabelecidas para cada objetivo, com o intuito de possibilitar uma melhoria nos programas e projetos, bem como a mobilização de recursos (Imperatori & Giraldes, 1993). A avaliação é realizada através de indicadores que permitem medir as variáveis em estudo, estes podem ser de processo ou atividade e de resultado ou impacto (Imperatori & Giraldes, 1993).

No sentido, da alteração comportamental e obter resultados mais benéficos, o enfermeiro deve recorrer ao conhecimento resultante da avaliação de programas para intervir na comunidade de forma mais adequada (Pender et al, 2015).

Após cada SES, foram aplicados questionários de avaliação, com o intuito de aferir a satisfação com as sessões, bem como os conhecimentos adquiridos, para avaliar os resultados no domínio cognitivo. Os resultados completos da avaliação de cada sessão podem ser consultados nos apêndices XX, XXI e XXII. Através da avaliação das sessões e da aplicação do inquérito é possível aferir os indicadores de processo e de resultado, os dados completos podem ser consultados no apêndice XXIV.

No que diz respeito ao **1 - Diagnóstico de Enfermagem**: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do *bullying*, especificamente o **1.1 - Objetivo Específico**: Contribuir para que os alunos do 4º ano, sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying* e promover comportamentos positivos, foi cumprido o objetivo, uma vez que foram cumpridas todas as metas para os indicadores estabelecidos.

➤ Relativamente aos indicadores de processo:

- ✓ 100% das SES para os alunos do 4º ano, foram realizadas (meta 80%);
- ✓ 83% dos alunos do 4º ano, assistiu às SES (meta 70%);
- ✓ 100% dos produtos de divulgação para os alunos do 4º ano, foi elaborada (meta 100%);

➤ Relativamente aos indicadores de resultado:

- ✓ 93,8% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 2 características do *bullying* (meta 90%);

- ✓ 40% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 2 tipos de *bullying* (meta 35%);
- ✓ 94% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 3 comportamentos específicos de *bullying* (meta 90%);
- ✓ 68% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 2 consequências do *bullying* (meta 50%);
- ✓ 97% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 3 estratégias para lidar com o *bullying* (meta 90%);
- ✓ 100% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 3 “estratégias para lidar com o *bullying*, se fosse *Bully*” (meta 90%);
- ✓ 93,9% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 3 estratégias “se assistir a *Bullying* o que deve fazer” (meta 90%).

No que concerne ao **1.2 - Objetivo Específico:** Contribuir para capacitar os encarregados de educação (EE) dos alunos do 4º ano, sobre a prevenção do *bullying*. Todos os indicadores estabelecidos foram cumpridos.

➤ Relativamente aos indicadores de processo:

- ✓ 100% das SES para os EE dos alunos do 4º ano, foram realizadas (meta 100%);
- ✓ 51,3% dos EE dos alunos do 4º ano, assistiu às SES (meta 50%);
- ✓ 100% dos produtos de divulgação para os EE dos alunos do 4º ano, foi elaborada (meta 100%).

➤ Relativamente aos indicadores de resultado:

- ✓ 95% dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 2 características do *bullying* (meta 90%);
- ✓ 60% dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 2 tipos de *bullying* (meta 50%);
- ✓ 95% dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, identificou 3 estratégias para prevenir o *bullying* (meta 90%).

No que diz respeito ao **1.3 - Objetivo Específico:** Contribuir para capacitar os assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do *bullying*. Foram cumpridos todos os indicadores estabelecidos.

➤ Relativamente aos indicadores de processo:

- ✓ 100% das SES para os AO do 1º ciclo da escola, foram realizadas (meta 100%);

- ✓ 100% dos AO do 1º ciclo da escola, assistiu às SES (meta 75%).
 - Relativamente aos indicadores de resultado, houve:
- ✓ 100% dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, identificou 2 características do *bullying* (meta 75%);
- ✓ 100% dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, identificou 3 comportamentos específicos de *bullying* (meta 75%);
- ✓ 100% dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, identificou 3 estratégias para prevenir *bullying* (meta 75%).

Relativamente ao **2 - Diagnóstico de Enfermagem**: Conhecimento sobre o *bullying* comprometido dos alunos do 4º ano, relacionado com a dificuldade para identificar comportamentos agressores; que se traduz no **2.1 - Objetivo Específico**: Capacitar os alunos do 4º ano, para a prevenção do *bullying* (para avaliação do impacto das intervenções para dar cumprimento ao diagnóstico 2), foram aplicados novamente os questionários ao fim de cerca de 10 dias após a última intervenção, para verificar a existência ou não de mudança comportamental (ver apêndice XXV com apresentação em quadros de todos os resultados do questionário da fase 2 comparativamente com os resultados da fase 1; e representação gráfica dos resultados da fase 2 no apêndice XXVI). Contudo, dada a abrangência das intervenções e o limite temporal do projeto, e de acordo com o perito na prevenção do *bullying* responsável do projeto “Bullying.pt”, idealmente deveria ter sido realizada uma avaliação intermédia, entre 2 a 4 semanas, após as intervenções e, uma avaliação final, no fim do ano letivo, para avaliar o impacto real das intervenções e, consequentemente avaliação do projeto. Dado o limite de tempo definido pelo final do estágio a 9 de fevereiro de 2024, a avaliação foi realizada a menos de 2 semanas após a última intervenção. Nesta fase, o questionário foi aplicado a 25 das crianças da amostra, o que representa 89,3% da amostra e 64,1% do total dos alunos das duas turmas.

Desta avaliação foi possível concluir que houve cumprimento das metas estabelecidas para os indicadores definidos, relativamente à meta de 5% de melhoria dos problemas priorizados.

- Relativamente aos indicadores de resultado:
- P1 – 31,4% de melhoria nos problemas priorizados para intervenção (alunos que foram agredidos);

- P3 – 22,3% de melhoria nos problemas priorizados para intervenção (agressões que ocorreram no recreio);
- P7 – 10,9% de melhoria nos problemas priorizados para intervenção (alunos que agrediram outros(as)).

Pelo exposto na avaliação das atividades, com o cumprimento das metas estabelecidas face aos indicadores e resultados da aplicação do questionário numa fase posterior às intervenções, concluiu-se que houve uma melhoria global em vários itens do questionário. Como tal, destacamos que o projeto permitiu atingir o cumprimento do objetivo geral, “Contribuir para a capacitação de abordagens positivas e não violentas na prevenção e combate ao *Bullying* em crianças do 4º ano de uma escola da área geográfica de abrangência da ULSSJ”.

3 COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS E DESENVOLVIDAS NA ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO DE ENFERMAGEM COMUNITÁRIA E SAÚDE PÚBLICA

Partindo do percurso formativo da especialidade de Enfermagem Comunitária e Saúde Pública, realizado em associação ao Mestrado, este relatório culmina com a aquisição e desenvolvimento das competências comuns do Enfermeiro Especialista e competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública, bem como a aquisição das competências do Grau de Mestre, de acordo com os descritores de Dublin. Este trabalho permitiu a mobilização dos conhecimentos adquiridos ao longo do curso de mestrado e aplicá-los na prática através da intervenção comunitária, processo essencial para a aquisição das várias competências.

Os 2 estágios permitiram o desenvolvimento dos 4 domínios das **competências comuns do enfermeiro especialista**, que de acordo com o regulamento nº140/2019, correspondem:

1) À **Responsabilidade profissional ética e legal** – No que diz respeito a este domínio ao longo do estágio foi garantido um exercício profissional ético e legal, garantindo sempre o respeito pelo outro e pela sua singularidade. Para tal, é essencial que o enfermeiro especialista detenha conhecimentos acerca da ética, valores e princípios humanos e que os tenha presentes na sua prática. Este domínio foi possível desenvolver durante os estágios em diversas situações na tomada de decisão, em que a atuação teve sempre por base a responsabilidade ética, deontológica e legal. Ainda neste sentido, foi também possível o seu desenvolvimento, em todos os procedimentos adotados para garantir a confidencialidade, segurança e privacidade dos intervenientes, nomeadamente na recolha, tratamento, análise e armazenamento dos dados. Sendo que os dados foram tratados de forma fidedigna, para garantir um maior conhecimento da população e dos seus problemas. Em todos os momentos do projeto foi fornecida a informação essencial aos intervenientes, para que fossem envolvidos no processo de tomada de decisão, nomeadamente através do consentimento informado, do pedido de assentimento das crianças para a prossecução do projeto e a partilha de informação em todas as etapas com todos os intervenientes do projeto, nomeadamente a orientadora científica, orientadoras clínicas, equipa de saúde escolar e comunidade escolar.

2) À **Melhoria contínua da qualidade** – No sentido de melhorar a qualidade dos cuidados prestados, é essencial que o enfermeiro especialista estabeleça metas, para garantir a efetividade das intervenções, e fazer as devidas correções no futuro. Para tal, é essencial uma reflexão crítica da prática, liderar projetos de melhoria contínua da qualidade. Para dar resposta ao referido domínio, ao longo dos estágios, foi sempre uma preocupação, sendo que para tal, em todas as atividades desenvolvidas era feita uma reflexão e avaliação crítica, no sentido da melhoria da qualidade dos cuidados e, assim, determinar a sua efetividade e, consequentemente adotar as melhorias necessárias. Ainda como forma de dar resposta a este domínio foi essencial a prática baseada na evidência científica, sendo que a realização da *scoping review* e a pesquisa bibliográfica ao longo dos estágios foram essenciais, para garantir a melhoria da qualidade dos cuidados.

3) À **Gestão dos cuidados** – No que diz respeito à gestão de cuidados, o enfermeiro especialista detém as competências necessárias para gerir os cuidados de enfermagem, fomentando as intervenções pela equipa de enfermagem e o trabalho multidisciplinar, garantindo a qualidade e segurança dos cuidados prestados. Para tal, o enfermeiro especialista tem os conhecimentos especializados, para em conjunto com a equipa multidisciplinar participar no processo de tomada de decisão, constituindo-se como elo de ligação entre os profissionais de saúde e garantido cuidados especializados aos indivíduos, de forma segura e adaptada às suas necessidades. Este domínio foi possível desenvolver nos estágios, com a liderança do projeto de intervenção comunitária e a articulação com os diversos intervenientes do projeto (orientadora científica, orientadoras clínicas, equipa de saúde escolar e comunidade escolar), sendo que essa articulação permitiu intervir de forma diferenciada e adaptada às reais necessidades da população.

4) Ao **Desenvolvimento das aprendizagens profissionais** – O enfermeiro especialista é detentor de competências que lhe permitem comunicar de forma assertiva e demonstrar os seus conhecimentos científicos. Quer a componente teórica do curso de mestrado, como a prática clínica em contexto de estágio permitiram desenvolver as capacidades de comunicação, por forma a adaptá-las ao contexto de intervenção. Como suporte para o desenvolvimento das capacidades de aprendizagem, da tomada de decisão e da prática baseada na evidência científica, foi também essencial a realização da *scoping review*. Pelo que os conhecimentos adquiridos foram integrados na prática, por

forma a obter ganhos em saúde para a população. Ainda neste seguimento, os 2 estágios permitiram a participação em várias formações em serviço no âmbito da saúde pública e nas reuniões da saúde escolar, que permitiram o desenvolvimento e partilha de conhecimentos, bem como a participação no processo de tomada de decisão.

No que diz respeito às **competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública** (Ordem dos Enfermeiros, regulamento nº 428/2018), artigo 2º, alínea 1, o Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública:

a) **“Estabelece, com base na metodologia do Planeamento em Saúde, a avaliação do estado de saúde de uma comunidade”** (p. 19354) – O enfermeiro especialista partindo das necessidades da população, deve desenvolver as várias etapas do planeamento em saúde de forma a dar resposta às necessidades e obter ganhos em saúde. Foi possível desenvolver a referida competência, através da implementação de um projeto de promoção da saúde, na área da prevenção e combate ao *Bullying*. Que incluiu a avaliação das necessidades e problemas da população, com o diagnóstico da situação e priorização dos problemas face ao *Bullying*. No seguimento do diagnóstico da situação, foi possível desenhar o plano de intervenção mais adequado para aquela população, estabelecendo os objetivos, as estratégias e as intervenções mais adequadas para aquela população de crianças, tendo em conta o resultado do diagnóstico, a definição de prioridades e de objetivos. A avaliação das intervenções implementadas, permitiu conhecer a efetividade do projeto e os ganhos para a população.

b) **“Contribui para o processo de capacitação de grupos e comunidades”** (p. 19354) – Foi possível contribuir para o processo de capacitação das crianças, EE e AO com o projeto de prevenção do *bullying*. Ainda nesta perspetiva, foi essencial ter em conta os determinantes sociais da saúde, de forma, a compreender as condições em que as crianças vivem e estudam, o que possibilitou uma intervenção mais adequada às necessidades das crianças. No decorrer do estágio houve oportunidade de participar em atividades de promoção da saúde da comunidade, nomeadamente com a realização de sessão de sensibilização na área do *bullying*, realizada numa junta de freguesia da área de abrangência da ULSSJ, para os pais (apêndice XIV), o que possibilitou conhecer melhor a comunidade e as suas perceções em relação à problemática. Esta sessão permitiu também participar nos processos de tomada de decisão, com vista à obtenção de ganhos

em saúde, através da maximização de atividades na comunidade. Destaca-se também a parceria com o projeto “Bullying.pt”, por forma a dar a resposta mais adequada aos problemas levantados e para melhor adaptar os materiais, recursos e estrutura das intervenções à faixa etária da população de crianças.

c) **“Integra a coordenação dos Programas de Saúde de âmbito comunitário e na consecução dos objetivos do Plano Nacional de Saúde”** (p. 19354)

– Na prática clínica o enfermeiro especialista deve implementar projetos que permitam dar resposta ao Plano Nacional de Saúde. Neste sentido, o projeto implementado teve por base diretrizes definidas por entidades de referência como a OMS, ONU e DGS. Para a prossecução desta competência, no estágio que decorreu na USPLC tivemos possibilidade de participar num projeto de prevenção de quedas nas ERPI’s (Estrutura Residencial Para Idosos), com a participação na elaboração do projeto, no desenvolvimento de objetivos e indicadores, bem como na realização da apresentação para sensibilização dos profissionais das ERPIS para a temática. Participamos também no processo de Vacinação Covid 19 e campanha da gripe sazonal 2023, nas ERPI’s, na área de atuação da USPLC. Foi possível a criação de comunidades escolares, nos registos de enfermagem no *Sclinic*, na área de atuação da UCC Oriente.

d) **“Realiza e coopera na vigilância epidemiológica de âmbito geodemográfico”** (p. 19354)

– A vigilância dos indicadores epidemiológicos, permite conhecer melhor a população e os seus problemas. Para o desenvolvimento da referida competência, foi essencial a consulta e análise de indicadores da população da área de abrangência da ULSSJ, o que possibilitou a vigilância epidemiológica da zona geodemográfica, para melhor adaptar as intervenções aos problemas e necessidades identificados. Neste sentido, o projeto permitiu ir ao encontro do Plano Local de Saúde do ACESLC / ULSSJ, através da promoção da saúde, como resposta ao determinante da saúde mental, sendo que a intervenção sobre o *bullying* um fator redutor dos riscos associados à saúde mental das crianças.

Pelo exposto, pelo desenvolvimento dos estágios e do projeto, tendo para tal sido ultrapassados vários desafios, que permitiram o desenvolvimento das competências e capacidades, é possível concluir que foram adquiridas as competências comuns de Enfermeiro Especialista e as competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública.

Todo o percurso académico, quer ao nível teórico com aulas e seminários, como ao nível da prática clínica durante os 2 estágios, possibilitou a aquisição e desenvolvimento de competências de **Grau de Mestre referentes aos Descritores de Dublin** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1), pelo que o grau de mestre é conferido aos que demonstrem possuir conhecimentos e capacidade de compreensão a um nível que:

i) **“Sustentando-se nos conhecimentos obtidos ao nível do 1.º ciclo, os desenvolva e aprofunde”** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1);

ii) **“Permitam e constituam a base de desenvolvimentos e ou aplicações originais, em muitos casos em contexto de investigação”** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1) – Foi possível desenvolver e aprofundar os conhecimentos ao nível do 1º ciclo, com o processo de aprendizagem, quer teórico como prático, este conhecimento tornou-se mais especializado e mais desenvolvido. Neste seguimento, com a implementação do projeto de intervenção comunitária foi realizada investigação. No âmbito da investigação foi realizada a *scoping review*, que possibilitou fundamentar a prática na evidência científica.

a) O mestre deve **“Saber aplicar os seus conhecimentos e a sua capacidade de compreensão e de resolução de problemas em situações novas e não familiares, em contextos alargados e multidisciplinares, ainda que relacionados com a sua área de estudo”** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1) – O contexto dos estágios confrontou-nos com situações novas que exigiram capacidade de adaptação aos desafios levantados, o que levou à procura das respostas mais adequadas à situação.

b) O mestre deve ter a **“Capacidade para integrar conhecimentos, lidar com questões complexas, desenvolver soluções ou emitir juízos em situações de informação limitada ou incompleta, incluindo reflexões sobre as implicações e responsabilidades éticas e sociais que resultem dessas soluções e desses juízos ou os condicionem”** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1) – Com o decorrer dos estágios deparámo-nos com tomadas de decisão, que tiveram por base a evidência científica, o respeito pelos princípios éticos e deontológicos, através da reflexão crítica, que permitiu o crescimento e desenvolvimento profissional.

c) O mestre deve **“Ser capaz de comunicar as suas conclusões, e os conhecimentos e raciocínios a elas subjacentes, quer a especialistas, quer a não**

especialistas, de uma forma clara e sem ambiguidades” (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1) – A participação em vários congressos como formadora permitiram o desenvolvimento da referida capacidade, nomeadamente com a partilha dos conhecimentos adquiridos e conclusões realizadas a partir da investigação, o que possibilitou o desenvolvimento e o crescimento profissional. Destaca-se a participação em congressos como formadora, conforme o quadro 3:

QUADRO 3 - PARTICIPAÇÃO EM CONGRESSOS COMO FORMADORA

1	Autora de Comunicação Oral, sob o título "A intervenção de enfermagem no combate ao <i>bullying</i> , em crianças em contexto escolar - <i>scoping review</i> ", nas "Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia" (Rede Académica das Ciências da Saúde), em 10-11-2023 (ver certificado em anexo XV);
2	Autora da publicação do Resumo da Comunicação Oral, sob o título "A intervenção de enfermagem no combate ao <i>bullying</i> , em crianças em contexto escolar - <i>scoping review</i> ", nas Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia - no Suplemento da Revista da RACS, <i>RevSALUS</i> , suplemento nº6, ISSN: 2184-4860, pp. 28-29.
3	Co-autora de Comunicação Oral, sob o título "Sono como Determinante de Saúde para o Desenvolvimento da Criança", nas "Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia" (Rede Académica das Ciências da Saúde), em 10-11-2023 (ver certificado em anexo XVI);
4	Co-autora da publicação do resumo da Comunicação Oral, sob o título "Sono como Determinante de Saúde para o Desenvolvimento da Criança", nas Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia, em 10-11-2023, no Suplemento da Revista da RACS, <i>RevSALUS</i> , suplemento nº6, ISSN: 2184-4860, P. 28;
5	Co-autora de póster, sob o título "O Impacto das Alterações Climáticas nas Pessoas com Doenças Cardiovasculares: Implicações para a Enfermagem", nas "Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia" (Rede Académica das Ciências da Saúde), em 10-11-2023 (ver certificado em anexo XVII);
6	Co-autora da publicação do resumo de póster, sob o título "O Impacto das Alterações Climáticas nas Pessoas com Doenças Cardiovasculares: Implicações para a Enfermagem", nas Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia, em 10-11-2023, no Suplemento da Revista da RACS, <i>RevSALUS</i> , suplemento nº6, ISSN: 2184-4860, Pp. 78-79;
7	Autora de Póster sob o título "Livre-se do Tabaco! - Um Projeto de Promoção da Saúde no Local de Trabalho", no "II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública" (Escola Superior de Enfermagem de Leiria), em 10-11-2023, que obteve o 1º Prémio das Comunicações Científicas (ver certificado em anexo XVIII);
8	Autora de póster, sob o título "Prevenção e Redução do <i>bullying</i> , em crianças em contexto escolar – <i>Scoping Review</i> ", na "Conferência Internacional en Salud Escolar y Universitaria", de 18 a 23-11-2023 (ver certificado em anexo XIX);
9	Autora da publicação do Resumo de póster "Prevenção e Redução do <i>bullying</i> , em crianças em contexto escolar – <i>Scoping Review</i> " no livro "APRENDER Y PROSPERAR. salud escolar y nutrición" da Asociación Española de Medicina y Salud Escolar y Universitaria. I.S.B.N. 978-84-09-56700-3. Pp 106-107;
10	Co-autora de póster, sob o título "Promoção de hábitos de sono saudáveis em ambiente escolar" na "Conferência Internacional en Salud Escolar y Universitaria", de 18 a 23-11-2023, (ver certificado em anexo XX);
11	Co-autora da publicação do resumo do póster, sob o título "Promoção de hábitos de sono saudáveis em ambiente escolar" no livro "APRENDER Y PROSPERAR. salud escolar y nutrición" da Asociación Española de Medicina y Salud Escolar y Universitaria. I.S.B.N. 978-84-09-56700-3. Pp 108-109;
12	Autora de Comunicação Oral, sob o título "Prevenção e Redução do <i>Bullying</i> em contexto escolar – diagnóstico de situação", no "1º Congresso Internacional De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública" (Politécnico de Santarém), em 2-2-2024 (até ao momento da entrega do trabalho, não foi enviado certificado, pelo que não se encontra em anexo);
13	Co-Autora de Comunicação Oral, sob o título "Perceção Parental Sobre os Hábitos de Sono das Crianças: Diagnóstico de Situação", no "1º Congresso Internacional De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública" (Politécnico de Santarém), em 2-2-2024, que obteve o 1º Prémio das Comunicações Científicas (ver certificado em anexo XXI);

14	Participação no planeamento, na organização e na divulgação do “Encontro Científico do Mestrado em Enfermagem de Saúde Comunitária Área de Especialização em Enfermagem de Saúde Comunitária e Saúde Pública” (ESEL), em formato <i>webinar</i> , em 6 de fevereiro de 2024, sob o título “Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa” (ver certificado em anexo XXII).
----	---

Como contributo para o desenvolvimento dos conhecimentos quer a nível do projeto, como a nível profissional, destaca-se a participação nos seguintes congressos / seminários, conforme descrito no quadro 4:

QUADRO 4 - PARTICIPAÇÃO EM CONGRESSOS

1	- 03-10-2023: Conferência “Leading the way to a healthy future: Inovação do serviço de saúde pública” - Escola Nacional de Saúde Pública Nova (ver certificado em anexo XXIII);
2	- 09/10/2023: “Aconselhamento breve para a promoção da atividade física por profissional de saúde”, curso da NAU (30h) (ver certificado em anexo XXIV);
3	- 12-10-2023: “Enfermagem às Quintas – A Enfermagem do Trabalho na área da Aeronáutica” da Ordem dos Enfermeiros (ver certificado em anexo XXV);
4	- 13-10-2023: “Encontro dos 40 anos do Serviço de Saúde e Segurança no Trabalho” da Câmara Municipal de Loures (ver certificado em anexo XXVI);
5	- 8-11-2023: Seminário Científico Internacional “Literacia, Educação e Formação em Saúde e Segurança Ocupacionais” da Faculdade de Direito da Universidade Lusófona de Lisboa e Instituto Superior Educação de Ciências (ver certificado em anexo XXVII);
6	- 10-11-2023: “Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia” da Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia (ver certificado em anexo XXVIII);
7	- 11-11-2023: “II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública - A Saúde nas Organizações do Trabalho & O Empoderamento da Comunidade” da Escola Superior de Saúde do Politécnico de Leiria (ver certificado em anexo XXIX);
8	- 18 a 23-11-2023: “XII Encuentro Internacional de Expertos en Salud Escolar y Universitaria” (ver certificado em anexo XXX);
9	- 2 e 3-2-2024: “1º Congresso Internacional De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública” (Politécnico de Santarém) (ver certificado em anexo XXXI);
10	- 6-2-2024: Webinar “Encontro Científico do Mestrado em Enfermagem de Saúde Comunitária Área de Especialização em Enfermagem de Saúde Comunitária e Saúde Pública” (ESEL), sob o título “Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa” (ver certificado em anexo XXXII).

d) O mestre deve ter **“Competências que lhes permitam uma aprendizagem ao longo da vida, de um modo fundamentalmente auto-orientado ou autónomo”** (Decreto-Lei nº 65/2018, artigo 15º. Alínea 1) – O mestrado veio incutir a necessidade de procurar fundamentar a prática na evidência científica, ao longo da vida, como forma crescimento profissional, com repercussões na prática clínica e ganhos em saúde para a população.

Assim, perante o que foi exposto, pode assumir-se que foram desenvolvidas as capacidades para obtenção do grau de Mestre, que culminam com a discussão pública deste relatório.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O fenómeno do *bullying* tem repercussões para todos os envolvidos, pelo clima gerado, pelas consequências diretas na saúde física, psicológica e social e, para o desenvolvimento das crianças, com repercussões para o seu futuro. Neste sentido, o projeto de prevenção e combate ao *bullying*, permite capacitar as crianças para identificarem situações de risco de *bullying* e capacitar para que as crianças sejam capazes de construir respostas positivas face ao *bullying*. Importa ressaltar, que o desenvolvimento e implementação de projetos de intervenção nas escolas, que permitam atuar sobre o determinante das escolas, enquanto local onde as crianças crescem e se desenvolvem, tem impacto para a saúde e bem-estar das crianças, com repercussões intrínsecas para o seu desenvolvimento e crescimento, com impacto quer a nível individual, como para a sociedade em geral.

Para tal, é necessário que os enfermeiros implementem projetos de intervenção com base na intersectorialidade e na interdisciplinaridade, em parceria com as escolas, pais e comunidade, no sentido de uma resposta mais adequada e integrada face à realidade e necessidades das crianças.

Para maior eficácia e abrangência dos programas anti-*bullying*, é necessário que sejam encarados como um investimento para a saúde pública e, que para tal se aposte nas políticas públicas de saúde que coloquem em destaque a problemática do *bullying* e, os benefícios e ganhos em saúde das intervenções no desenvolvimento das crianças, enquanto futuro da sociedade.

Fazendo uma retrospectiva do desenvolvimento do projeto, houve **cumprimento dos objetivos** estabelecidos para os estágios, com a implementação de um projeto de intervenção comunitária. Destacando-se a utilização da **metodologia do planeamento em saúde**, que permitiu desenvolver competências, no sentido de no futuro utilizar em projetos na comunidade, em complementaridade à prática clínica.

A realização da **scoping review** foi um passo essencial para o desenvolvimento do projeto, na medida em que contribuiu para a sua consistência e rigor. Ainda neste sentido, o recurso ao **modelo teórico** contribuiu para unificar todo o projeto, sustentando a avaliação diagnóstica e as intervenções de enfermagem realizadas.

Após as intervenções de enfermagem na comunidade escolar, com a sua avaliação, é possível concluir que houve **cumprimento de todas as metas** estabelecidas

e, de uma forma generalizada que houve aquisição de conhecimentos e melhoria comportamental, tendo os indicadores definidos sido alcançados.

Como limitação ao projeto é de referir que por não se constituir uma amostra significativa, os resultados do projeto não são generalizáveis. Neste sentido, apontamos também o limite de tempo do projeto, embora o cronograma tenha sido cumprido, com o tempo para obter a resposta favorável ao parecer da CES, foi necessário uma gestão e ajustes de tempo no sentido de cumprir os prazos e dar resposta a todas as fases do planeamento em saúde.

Todo o processo de desenvolvimento dos estágios e da elaboração do relatório de estágio e, através do empoderamento comunitário, das parcerias comunitárias e da promoção da saúde, este projeto possibilitou a aquisição das competências comuns do Enfermeiro Especialista, as competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública e as competências do Grau de Mestre.

De salientar a **parceria** com o projeto "*Bullying.pt*", foi essencial, no sentido em que permitiu uma melhor adequação das estratégias e materiais utilizados, para uma resposta mais adequada às necessidades e problemas levantados, tendo em conta a faixa etária.

Destacamos a **divulgação do conhecimento académico**, como forma de divulgação do projeto de intervenção comunitária e dos conhecimentos desenvolvidos.

Para finalizar, destacamos o desenvolvimento profissional e pessoal, cumprindo-se os objetivos definidos quer para os estágios, como para o projeto de intervenção comunitária. Todo o processo de realização do curso que culminou com a realização do relatório de estágio, de acordo com o planeamento em saúde, é uma mais-valia para a nossa vida profissional.

Assim, terminamos como iniciamos: acreditamos que todos podemos fazer a diferença na prevenção e combate ao *bullying* e, que este projeto permitiu fazer a diferença no "mundo" de alguém!

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central. (2018). Lisboa Central - Plano Local de Saúde 2018-2021 – Uma Responsabilidade de Todos. http://sobretudo.pt/pls/wp-content/uploads/2018/07/pls_lisboacentral_2018_2021.pdf
- Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central. (2022a). Perfil de Saúde e respetivos determinantes 2022.
- Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central. (2022b). Relatório de Atividades de Enfermagem.
- Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central. (2023). Manual de Acolhimento.
- Avşar, F., & Alkaya, S. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on *bullying* and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*. 36. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pedn.2017.06.020>
- Celdrán-Navarro, M., Leal-Costa, C., Suárez-Cortés, M., Molina-Rodríguez, A., & Ismael Jiménez-Ruiz. (2023). Nursing Interventions against Bullying: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 20 (4). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9957155/>
- Conselho Internacional de Enfermeiras (2015) - *CIPE, Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem* (Versão 2015). Ordem dos Enfermeiros.
- Conselho Nacional de Saúde. (2018). GERAÇÕES MAIS SAUDÁVEIS Políticas públicas de promoção da saúde das crianças e jovens em Portugal. <https://www.cns.min-saude.pt/wp-content/uploads/2018/12/GERACOES-MAIS-SAUDAVEIS.pdf>
- Decreto Lei nº 137/2013 do Ministério da Saúde. (2013). Diário da República: I série. <https://dre.tretas.org/dre/312250/decreto-lei-137-2013-de-7-de-outubro>
- Decreto Lei nº 65/2018 da Presidência do Conselho de Ministros. (2018). Diário da República: I série, nº 157. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/65-2018-116068879>
- Despacho n.º 10143/2009 do Ministério da Saúde. (2013). Diário da República: II série. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/despacho/10143-2009-2216310>
- Despacho n.º 8404-C/2019 do Ministério da Educação. (2019). Diário da República: II série, nº 181. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/despacho/8404-c-2019-124917029>

- Direção Geral da Saúde. (2015). Programa Nacional de Saúde Escolar 2015. <https://observatorio-lisboa.eapn.pt/ficheiro/Programa-Nacional-de-Sa%C3%BAdE-Escolar-2015.pdf>
- Direção Geral da Saúde. (2016). Desenvolver os Planos Locais de Saúde. Manual Orientador dos Planos Locais de Saúde. <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/18009/1/i023300.pdf>
- Direção Geral da Saúde. (2017). Referencial de Educação para a Saúde. https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_v_f_junho2017.pdf
- Direção Geral da Saúde. (website acedido em 30-01-2024) “Programas de Saúde da DGS assinalam Dia Escolar da Não Violência e da Paz”. <https://www.dgs.pt/em-destaque/programas-de-saude-da-dgs-assinalam-dia-escolar-da-nao-violencia-e-da-paz.aspx>
- Equipa de Saúde Escolar-UCC Oriente. (2023). Manual de Integração – Programa de Saúde Escolar.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying – como apagar o bullying da escola*. Plátano Editora.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal*. Plátano Editora.
- Fortin, M. (2006). *Fundamentos e Etapas do Processo de Investigação*. (3ª edição). Lusociência.
- Garmy, P., Vilhjálmsdóttir, R., & Kristjánssdóttir, G. (2018). *Bullying in School-aged Children in Iceland: A Cross-sectional Study*. *Journal of Pediatric Nursing*. 38. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pedn.2017.05.009>
- Gaspar, T., Guedes F., & Equipa Aventura Social. (2022). A SAÚDE DOS ADOLESCENTES PORTUGUESES EM CONTEXTO DE PANDEMIA – Dados nacionais do estudo HBSC 2022. Equipa Aventura Social. https://aventurasocial.com/wp-content/uploads/2022/12/HBSC_Relato%CC%81rioNacional_2022-1.pdf
- Guimarães, R., Cabral, J. (2007). *Estatística*. (2ª edição). McGraw-Hill.
- Hansson E., Garmy P., Vilhjálmsdóttir, R., & Kristjánssdóttir, G. (2020). Bullying, health complaints, and self-rated health among school-aged children and adolescents. *Journal of International Medical Research*. 48 (2). DOI: 10.1177/0300060519895355

- Imperatori, E., & Giraldes, M. R. (1993). *Metodologia do planeamento da saúde: manual para uso em serviços centrais, regionais e locais*. Escola Nacional de Saúde Pública.
- Lei nº 58/2019 da Assembleia da República. (2019). Diário da República: I série, n. 151. <https://dre.pt/dre/detalhe/lei/58-2019-123815982>
- Melim, M., & Pereira, B. (2013) Bullying, Género e Idade. **In** Souza, P., & Neto, I. - *O desenvolvimento humano: perspectivas para o século XXI – Memória, Lazer e Atuação Profissional*. (pp. 292-316). EDUFMA. <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/27662/4/Bullying%2c%20G%2c%20a9nero%20e%20Idade.pdf>
- Midgett A., Dumas D., & Hausheer R. (2022). Development of a Teacher Module for a Brief, Bystander Bullying Intervention for Middle Schools: Perspectives from School Personnel. *Contemp. Sch. Psychol.* (26). doi: 10.1007/s40688-022-00413-9.
- Ministério da Educação (website acedido em 30-5-2023) “Escola sem Bullying. Escola Sem Violência” – Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/>
- Ministério da Saúde (2019). Manual de Boas Práticas Literacia em Saúde: Capacitação dos Profissionais de Saúde. Direção Geral da Saúde. DOI: 10.13140/RG.2.2.17763.30243
- Nelson, H., Kendall, G., Burns, S., & Schonert-Reichl, K. (2017). A Scoping Review of Self-Report Measures of Aggression and Bullying for Use With Preadolescent Children. *The Journal of School Nursing.* 33 (1). DOI: 10.1177/1059840516679709
- Nelson, H., Burns, S., Kendall, G., & Schonert-Reichl, K. (2018). The Factors That Influence and Protect Against Power Imbalance in Covert Bullying Among Preadolescent Children at School: A Thematic Analysis. *The Journal of School Nursing.* 34 (4). DOI: 10.1177/1059840517748417 journals.sagepub.com/home/jsn
- Neto, B., Pereira, B., & Monteiro, E. (2015). Bullying Escolar: Proposta de um Programa Educativo de Intervenção mediado pelos Círculos de Cultura. **In** Pereira, P., Vale, S., & Cardoso, A. - *Perspetivas de Desenvolvimento num Mundo Globalizado*. (pp. 559-565). Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico do Porto. https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/37558/1/BULLYING%20ESCOLAR_NETO%20ET%20AL_SIEFLAS2015.pdf

- Ordem dos Psicólogos. (2022). Vamos falar sobre o Bullying. https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/opp_vamosfalarsobrebullying_documento.pdf
- Organização Mundial da Saúde. (2002). Relatório Mundial Sobre Violência e Saúde. https://www.academia.edu/7619294/Relat%C3%B3rio_mundial_sobre_viol%C3%Aancia_e_sa%C3%BAde
- Organização Mundial da Saúde. (2021). Health Promotion Glossary of Terms 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240038349>
- Organização Nacional das Nações Unidas. (2019). Violência escolar e bullying: relatório sobre a situação mundial. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000368092>
- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2015). *Health Promotion in Nursing Practice* (7th Edition). Pearson.
- Regulamento n.º 428/2018 da Ordem dos Enfermeiros. (2018). Diário da República: II série, n.º 135. <https://www.ordemenfermeiros.pt/media/8418/115698536.pdf>
- Regulamento n.º 140/2019 da Ordem dos Enfermeiros. (2019). Diário da República: II série, n.º 26. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/regulamento/140-2019-119236195>
- Rodrigues, F.M. (2021). *A Saúde Planeada: Metodologia colaborativa com a comunidade*. Lisbon Internacional Press.
- Sousa, M. (2017). Características e prevalência do fenómeno do Bullying nos alunos do 3º ciclo, a frequentar escolas públicas e privadas. Universidade Católica Portuguesa. <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/27223/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20Mestrado%20Mariana%20Sousa.pdf>
- Spence H., & Nosko A. (2015). Exposure to workplace bullying and post-traumatic stress disorder symptomology: The role of protective psychological resources. *J. Nurs. Manag.* 23. doi: 10.1111/jonm.12122.
- Tavares, A. (1990). *Métodos e Técnicas de Planeamento em Saúde – uso em serviços centrais, regionais e locais*. Escola Nacional de Saúde Pública.
- The Joanna Briggs Institute. (2015). The Joanna Briggs Institute Reviewers' Manual 2015 Methodology for JBI Scoping Reviews. <https://reben.com.br/revista/wp-content/uploads/2020/10/Scoping.pdf>

- Wright W., & Khatri N. (2015). Bullying among nursing staff: Relationship with psychological/behavioral responses of nurses and medical errors. *Health Care Manag. Rev.* (40). doi: 10.1097/HMR.0000000000000015.
- Yosep, I., Hikmat, R., & Mardhiyah, A. (2023). School-Based Nursing Interventions for Preventing Bullying and Reducing Its Incidence on Students: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*. 20 (2). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9863433/>

APÊNDICES

APÊNDICE I

Scoping Review – Diagrama Prisma

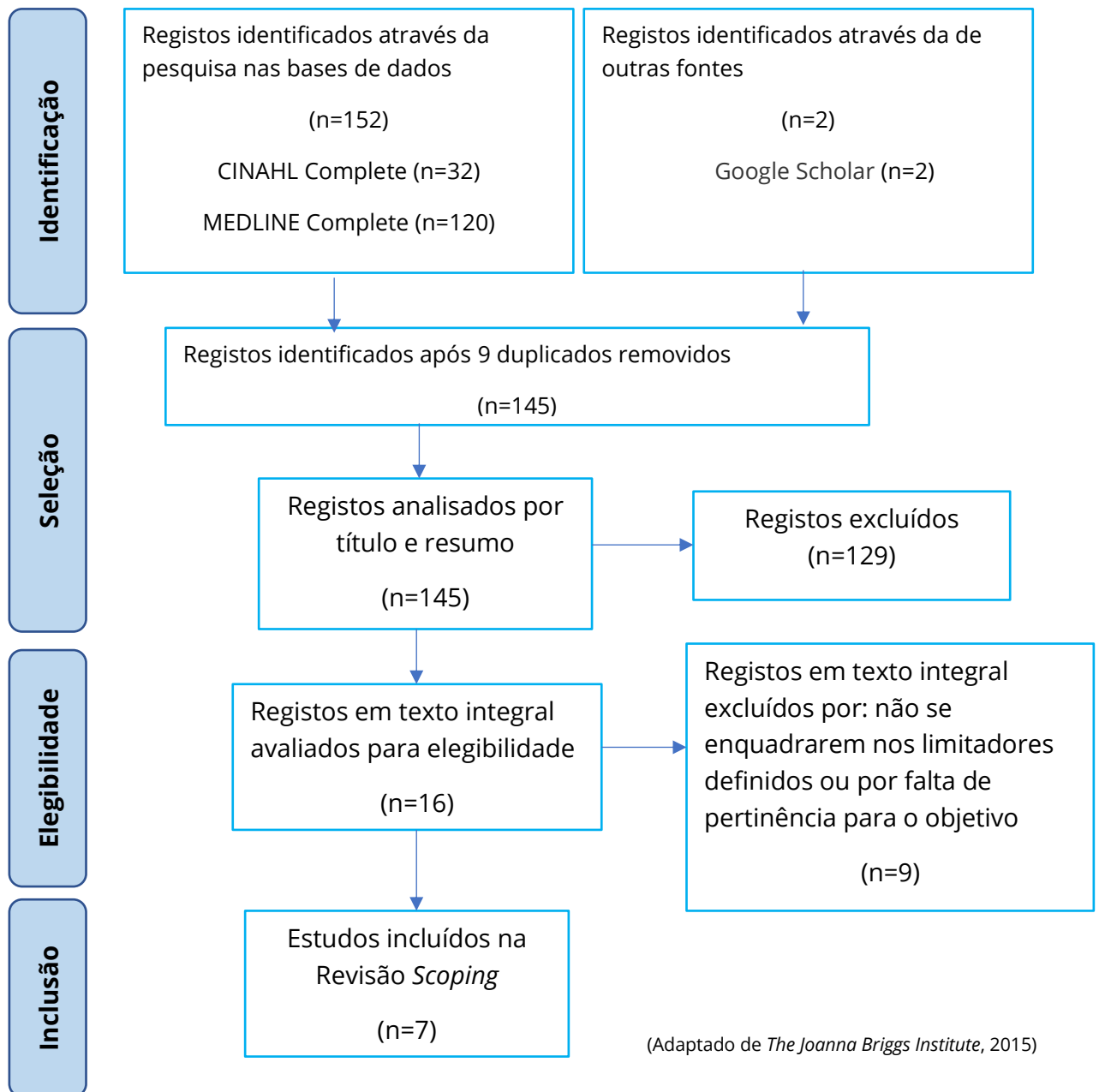
Scoping Review – Diagrama de Prisma

1) Título “Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de Intervenção de Enfermagem numa Comunidade Escolar”

2) Questão:

“Quais as estratégias utilizadas pelos enfermeiros para reduzir o *bullying* em crianças em contexto escolar?”

DIAGRAMA DE PRISMA



APÊNDICE II

Diagrama do modelo de promoção da saúde de Pender et al (2019) -
adaptado à população em estudo

Caraterísticas e experiências individuais

Sentimentos e Conhecimentos sobre o comportamento

Resultados do comportamento

Comportamento anterior:

Família, amigos, colegas, relações interpessoais.

Instrumentos para avaliar os comportamentos relativamente ao *bullying* - *Bullying* - agressividade entre crianças no espaço escolar.

Fatores pessoais:

Biológicos (idade, sexo);

Socioculturais (situação familiar e situação escolar)

Benefícios percebidos para a ação: Relacionado com a melhoria das relações interpessoais.

Barreiras percebidas para a ação: falta de percepção relativamente às consequências do *bullying*.

Autoeficácia percebida: As crianças percebem os efeitos de *bullying* e as suas consequências.

Sentimentos em relação ao comportamento: com a identificação dos comportamentos de *bullying*, há motivação para a mudança de comportamento.

Influências Interpessoais: família, amigos, colegas.

Influências situacionais: ambiente escolar e ambiente familiar.

Exigências: Motivação e disponibilidade para a mudança – empatia, assertividade e relações interpessoais saudáveis.

Preferências: Disponibilidade para as ações de educação de prevenção e combate ao *bullying*.

Comportamento de promoção de saúde: Melhorar a qualidade dos relacionamentos, através de comportamentos positivos e não violentos, na prevenção e combate ao *bullying*

Compromisso com um plano de ação: adesão às ações de educação para a saúde planeadas, na prevenção e combate ao *bullying*.

APÊNDICE III

**Email e Requerimento com pedido de parecer à Comissão de Ética para a
Saúde da ARSLVT**

Ex. º Sr. Presidente da Comissão de Ética para a Saúde da
Administração Regional de Lisboa e Vale do Tejo,



Assunto: Pedido de apreciação e parecer relativo ao projeto de intervenção comunitária à Comissão de Ética para a Saúde da Administração Regional de saúde de Lisboa de Vale e do Tejo

Nome da investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Título: "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Pretende-se realizar o projeto de intervenção comunitária identificado em epígrafe, pelo que se solicita a V. Exa., a sua apreciação e elaboração do respetivo parecer. Para o devido efeito, anexamos toda a documentação referida nas instruções aos requerentes dessa Comissão.

Com os melhores cumprimentos,

15 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Protocolo para parecer da CES da ARSLVT (Sofia Lourenço)

4 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

15 de junho de 2023 às
20:17

Para:

Cc: [REDACTED]

Ex. º Sr. Presidente da Comissão de Ética para a Saúde da
Administração Regional de Lisboa e Vale do Tejo,

[REDACTED]

Assunto: Pedido de apreciação e parecer relativo ao projeto de intervenção comunitáriaNome da investigadora principal: Sofia Nunes Mendes LourençoTítulo: "Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Pretende-se realizar o projeto de intervenção comunitária identificado em epígrafe, pelo que se solicita a V. Exa., a sua apreciação e elaboração do respetivo parecer. Para o devido efeito, anexamos toda a documentação referida nas instruções aos requerentes dessa Comissão.

Em anexo enviasse digitalização do requerimento de pedido de apreciação e parecer relativo ao projeto de intervenção comunitária, devidamente assinado pela investigadora principal.

Com os melhores cumprimentos,

15 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

[REDACTED]

2 anexos**Requerimento_CES_Sofia Lourenço.pdf**

274K

**Protocolo_CES_SofiaLourenco_14-06-2023.pdf**

2504K



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Comissão de Ética da ARSLVT-PROCESSO 049/CES/INV/2023

2 mensagens

[Redacted] Assessoria [Redacted]
Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

16 de junho de 2023 às 11:50

Bom dia Dr.ª Sofia Lourenço,

Confirmo a receção do seu pedido de apreciação à Comissão de Ética da ARSLVT.

O seu projeto será reencaminhado a um dos relatores da Comissão para apreciação e discussão na próxima reunião da secção de investigação, dia 7 de julho.

Com os melhores Cumprimentos



Secretariado

Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT

Comissão de Farmácia e Terapêutica da ARSLVT



Av. Estados Unidos da América, 75-77 - 1749-096 Lisboa | Portugal
Tel : 21 842 52 03

www.arsivt.min-saude.pt**PENSE ANTES DE IMPRIMIR**

Seja responsável na partilha de informação e/ou dados pessoais nos e-mails que envia.

APÊNDICE IV

Declaração relativa à propriedade dos dados

Declaração de garantia da confidencialidade dos dados

Eu, Sofia Nunes Mendes Lourenço, investigadora principal do projeto de intervenção comunitária "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar", no âmbito do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), declaro, por minha honra, que os dados obtidos neste estudo são confidenciais e apenas para a consecução do mesmo.

2 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

APÊNDICE V

Declaração de relatório final e relatórios de progresso anuais

**Declaração de compromisso para a entrega da cópia do Relatório final da investigação à
Comissão de Ética da Saúde da ARSLVT**

Eu, Sofia Nunes Mendes Lourenço, investigadora principal do projeto de intervenção comunitária "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar", no âmbito do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), declaro, por minha honra, o compromisso de proceder à entrega de uma cópia do Relatório final, após a conclusão do estudo e defesa pública do Relatório de Estágio.

2 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

APÊNDICE VI

Declaração de Ausência de Conflito de Interesses e Incompatibilidades

Declaração de Ausência de Conflito de Interesses e Incompatibilidades

Investigação no âmbito do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública.

Instituição promotora: Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL)

Orientadora científica: Profa. Dra. Sandra Xavier

Projeto de investigação: "Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Contatos da investigadora principal: Email - sofianunesmendes@campus.esel.pt

Telemóvel - [REDACTED]

Local a realizar o projeto de investigação: Unidade de Saúde Pública (USP) [REDACTED] e Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) [REDACTED] Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) [REDACTED]

Orientadoras Clínicas:

- USP do ACES [REDACTED] Sra. Enfermeira Especialista em Saúde Comunitária [REDACTED]

- UCC [REDACTED] do ACES [REDACTED] Sra. Enfermeira Especialista em Saúde Comunitária [REDACTED]

Eu, Sofia Nunes Mendes Lourenço, abaixo assinada, na qualidade de investigadora principal neste projeto, declaro sob compromisso de honra, que me comprometo a respeitar os métodos e pretensos objetivos do projeto de investigação em causa, bem como a garantir a confidencialidade da informação adquirida e/ou partilhada com os envolvidos neste estudo.

Declaro também que não me encontro em qualquer situação de conflito de interesses, nem incompatibilidades, relativamente ao projeto acima identificado e à(s) entidade(s) nele envolvidos, que coloquem em causa a isenção, imparcialidade, independência e justiça da conduta, ou que possa causar dúvidas sobre a conduta.

12 de agosto de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

APÊNDICE VII

Declaração de Divulgação dos Resultados

Declaração de Divulgação dos Resultados

Investigação no âmbito do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública.

Instituição promotora: Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL)

Orientadora científica: Profa. Dra. Sandra Xavier

Projeto de Investigação: "Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Contatos da Investigadora principal: Email - sofianunesmendes@campus.esel.pt

Telemóvel - [REDACTED]

Local a realizar o projeto de investigação: Unidade de Saúde Pública (USP) [REDACTED] e Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) [REDACTED] do Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) de [REDACTED]

Orientadoras Clínicas:

- USP do ACES [REDACTED] - Sra. Enfermeira Especialista em Saúde Comunitária [REDACTED]

- UCC [REDACTED] do ACES [REDACTED] - Sra. Enfermeira Especialista em Saúde Comunitária [REDACTED]

Eu, Sofia Nunes Mendes Lourenço, abaixo assinada, na qualidade de investigadora principal neste projeto, declaro sob compromisso de honra, que me comprometo a que a divulgação dos resultados será feita no âmbito académico e junto das entidades envolvidas e, no caso de a divulgação dos resultados ultrapassar o âmbito académico, não será identificada a instituição contextual do estudo. Em nenhum tipo de relatório ou de publicação que eventualmente se venha a produzir, será incluído qualquer tipo de informação que possa conduzir a identificação dos intervenientes ou instituição contextual do estudo. Caso seja necessário a identificação da instituição contextual do estudo, serão solicitadas as devidas autorizações, sendo a identificação feita apenas mediante autorização formalmente expressa pelos responsáveis da instituição.

12 de agosto de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

APÊNDICE VIII

Consentimento informado

Consentimento Informado, livre e Esclarecido para Participação em Investigação de acordo com a Declaração de Helsínquia⁸ e a Convenção de Oviedo⁹

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se considerar que a informação não é suficientemente esclarecedora, que surgem dúvidas, não hesite em solicitar mais informação. Se concorda com a proposta que lhe foi feita, queira por favor assinar o consentimento.

Título do estudo: “Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção de enfermagem numa comunidade escolar”

Eu, Sofia Lourenço, enfermeira, mestranda do 1.º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), no âmbito do estágio profissional, pretendo desenvolver o projeto de intervenção comunitária “Vamos falar sobre o *Bullying*”, com o objetivo principal de prevenção do *Bullying* em contexto escolar. Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra enfermeira do Agrupamento de Centros de Saúde – Unidade de Saúde Pública, a Sra enfermeira do Agrupamento de Centros de Saúde – Unidade de Cuidados na Comunidade.

Explicação: Para a sua implementação necessitamos de um conjunto de dados, recolhidos e compilados, através de um questionário (tempo de preenchimento médio 30 minutos), que serão aplicados aos vossos educandos em sala de aula no 1º semestre do ano letivo 2023/2024. A aplicação do questionário permitirá perceber os conhecimentos e perceções dos vossos educandos acerca do *Bullying*. Este contributo possibilitará realizar um diagnóstico de situação e desenvolver posteriormente um projeto de intervenção de enfermagem com o intuito de dar resposta às necessidades identificadas. Na fase final do projeto, após realização das intervenções, irá decorrer a avaliação do projeto, para tal, será novamente aplicado o questionário, em que será solicitado ao seu educando que responda ao referido questionário. Ao participar no projeto, o seu educando terá como benefício melhorar o seu conhecimento acerca do *Bullying*. Não se identificam riscos para o seu educando quer aceite ou recuse participar no projeto na medida em que não haverá prejuízo para os seus direitos assistenciais.

Condições e Financiamento: A sua participação no estudo é voluntária, anónima e sem compensação monetária ou outra. Se decidir participar, poderá sempre deixar de o fazer a qualquer momento, não sendo imputado ao educando qualquer tipo de consequência.

⁸ https://www.arsnorte.min-saude.pt/wp-content/uploads/sites/3/2018/01/Declaracao_Helsinquia_2008.pdf

⁹ <http://dre.pt/pdf1sdip/2001/01/002A00/00140036.pdf>

Confidencialidade e Anonimato: Este estudo garante o anonimato dos participantes, assim como a confidencialidade dos dados recolhidos. Em nenhum tipo de relatório ou de publicação de carácter científico que eventualmente se venha a produzir, será incluído qualquer tipo de informação que possa conduzir à identificação dos intervenientes.

Declaração de Consentimento

Declaro ter lido e compreendido os objetivos de quanto me foi proposto e explicado pelo profissional de saúde que assina este documento; ter-me sido dada oportunidade de fazer todas as perguntas sobre o assunto e para todas elas ter obtido resposta esclarecedora; ter-me sido garantido que não haverá prejuízo para os direitos assistenciais do meu educando, se eu recusar esta solicitação, e ter-me sido dado tempo suficiente para refletir sobre esta proposta.

Eu, _____ encarregado(a) de educação do aluno(a) _____ declaro que

Autorizo / Não autorizo (riscar o que não interessa) o ato indicado, bem como os procedimentos diretamente relacionados que sejam necessários no meu próprio interesse e no interesse do meu educando, e justificar as razões clínicas fundamentadas.

Assinatura: _____

Data: ____/____/____

Este documento é composto por duas páginas e feito em duplicado: uma via para a investigadora e outra para a pessoa que consente.

Qual o destino a dar aos documentos de consentimento informado: Todos os documentos produzidos ao longo da investigação (Questionários e Consentimento informado) serão guardados pela investigadora principal, em dossier pessoal, guardado em armário fechado à chave sem acesso a terceiros no local de estágio. Após o término do projeto de investigação todos os documentos referidos serão destruídos.

Agradeço desde já a sua participação, para o esclarecimento de qualquer dúvida, poderá contactar:

Enfermeira Sofia Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

APÊNDICE IX

Cronograma do projeto

[illegible]

APÊNDICE X

Custos e Recursos Humanos e Materiais

Custos e Recursos Humanos e Materiais					
	Recurso	Unidade	Quantidade	Custo Unitário (€)	Custo Total (€)
Recursos Materiais	Computador portátil	Unidade	1	500	500
	videoprojector	Unidade	1	125	125
	Impressora	Unidade	1	100	100
	tinteiros	Unidade	4	10	40
	papel	Resmas	2	5	10
	Espaço Físico na escola	Sala	1	---	---
	Internet, luz e água	Unidade	estimado	10	10
	canetas	Unidade	5	1	5
Recursos Humanos	enfermeira mestranda	Hora	150	10	1500
TOTAL					2290

APÊNDICE XI

Representação dos Resultados em Tabelas e Gráficos da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados (1ª fase)

Representação dos Resultados em Tabelas da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados

Caraterização		n	%
1 - Ano de escolaridade	4º ano	28	100,0%
2 - Sexo	masculino	15	53,6%
	feminino	13	46,4%
3 - Idade	9 anos	13	46,4%
	10 anos	11	39,3%
	11 anos	4	14,3%
4 - nº de irmãos	nenhum	2	7,1%
	1 irmão	8	28,6%
	2 irmãos	4	14,3%
	irmãos	8	28,6%
	4 irmãos	3	10,7%
	5 irmãos	3	10,7%
5 - Profissão do pai	técnico superior	0	0,0%
	assistente técnico	0	0,0%
	assistente operacional	7	25,0%
	outra	15	53,6%
	desempregado	0	0,0%
	omisso	6	21,4%
5 - Habilitações literárias do pai	4ª classe	3	10,7%
	9º ano	2	7,1%
	12 ano	2	7,1%
	ensino superior	0	0,0%
	outra	0	0,0%
	omisso	21	75,1%
5 - Profissão da mãe	técnico superior	2	7,1%
	assistente técnico	1	3,6%
	assistente operacional	12	42,9%
	outra	6	21,4%
	desempregada	4	14,3%
	omisso	3	10,7%
5 - Habilitações literárias da mãe	4ª classe	1	3,6%
	9º ano	1	3,6%
	12º ano	4	14,3%
	ensino superior	4	14,3%
	outra	1	3,6%
	omisso	17	60,6%
6 - Taxa de frequência do JI	sim	24	85,7%
	não	4	14,3%
6 - nº de anos de frequência do JI	1 ano	6	25,0%
	2 anos	9	37,5%
	3 ou mais anos	9	37,5%
7 - Taxa de reprovação	% sim	9	32,1%

	% não	19	67,9%
8 - Ano de reprovação	% 1º ano	1	8,3%
	% 2º ano	8	66,7%
	% 3º ano	2	16,7%
	% 4º ano	1	8,3%

BLOCO II - ACERCA DE SERES AGREDIDO		n 1ª fase	% 1ª fase
9 - Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?	Nenhuma	8	28,6%
	1 ou 2 vezes	9	32,1%
	3 ou 4 vezes	4	14,3%
	5 ou mais vezes	7	25,0%
10 - Como é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	Bateram-me, deram-me murros ou pontapés	6	10,5%
	Roubaram-me	3	5,3%
	Pediram-me dinheiro emprestado e não o devolveram	1	1,8%
	Ameaçaram-me, meteram-me medo	7	12,3%
	Chamaram-me nomes feios	17	29,7%
	Andaram a falar de mim, dizem segredos sobre mim	6	10,5%
	Não falam comigo	6	10,5%
	Espalharam mensagens (sms), via telemóvel ou internet para me fazerem mal	1	1,8%
	Insultaram-me pela minha cor ou raça	3	5,3%
	Não brincam comigo e deixam-me sozinho(a)	7	12,3%
11 - Em que sítios é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	outras	0	0,0%
	Em lado nenhum	8	21,6%
	Nos corredores e nas escadas	3	8,1%
	No recreio	17	45,9%
	Na sala	5	13,5%
	No refeitório	3	8,1%
	Nas casas de banho	0	0,0%
	Nos balneários	0	0,0%
12 - De que turma são os rapazes ou raparigas que te tem feito mal? (mais do que uma opção)	Noutro sítio	1	2,8%
	Ninguém se meteu comigo durante 1º período	8	24,2%
	São da minha turma	18	54,5%
	São de outra turma	7	21,3%
13 - De que idade são os rapazes ou raparigas que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	Ninguém se meteu comigo	8	22,2%
	São da minha idade	14	38,9%
	São mais velhos	10	27,8%
	São mais novos	4	11,1%
14 - Quem te fez mal?	Ninguém se meteu comigo	8	28,5%
	Um rapaz	5	17,9%
	Uma rapariga	1	3,6%
	Vários rapazes	7	25,0%
	Várias raparigas	2	7,1%

	Rapazes e raparigas	5	17,9%
15 - Quantas vezes te fizeram mal no caminho para a escola, durante 1º período?	Nunca se meteram comigo	20	71,5%
	1 ou 2 vezes no 1º período	6	21,4%
	1 vez esta semana	2	7,1%
	2 ou mais vezes esta semana	0	0,0%
16. Quantas vezes os professores tentaram parar os rapazes ou raparigas que fizeram mal a outros?	Não sei	7	25,0%
	Quase nunca	1	3,5%
	Às vezes	8	28,6%
	Muitas vezes	12	42,9%
17. Quantas vezes os funcionários da escola tentaram parar os rapazes ou as raparigas que fizeram mal a outros?	Não sei	8	28,6%
	Quase nunca	1	3,5%
	Às vezes	11	39,3%
	Muitas vezes	8	28,6%
18 - Disseste a alguém que te fizeram mal na escola? (mais do que uma opção)	Não fui agredido	8	17,0%
	Não disse a ninguém	1	2,2%
	Sim, disse a um ou 2 amigos(as)	6	12,8%
	Sim, disse aos meus amigos(as)	2	4,3%
	Sim, disse ao professor ou diretor de turma	9	19,1%
	Sim, disse aos meus pais ou encarregado de educação	9	19,1%
	Sim, disse a um irmão ou irmã	4	8,5%
	Sim, disse a um funcionário	8	17,0%
	Sim, disse ao psicólogo da escola	0	0,0%
19 - Há rapazes ou raparigas que te defendem quando outros te tentaram fazer mal?	Ninguém me fez mal	4	14,3%
	Ninguém me ajudou	2	7,1%
	1 rapaz	2	7,1%
	1 rapariga	5	17,9%
	2 ou mais rapazes	1	3,6%
	2 ou mais raparigas	4	14,3%
	1 rapaz e 1 rapariga	2	7,1%
	Rapazes e raparigas	7	25,0%
	omisso	1	3,6%
20 - O que fazes quando vês um colega da tua idade a ser agredido(a) na escola? (mais do que uma opção)	Nada, não é nada comigo	2	3,7%
	Nada, mas acho que deveria ajudar	2	3,7%
	Nada, porque podem vingar-se em mim	1	1,8%
	Tento ajudá-lo ou ajudá-la como posso	15	27,8%
	Chamo alguém para ajudar	16	29,6%
	Ajudo só se for meu amigo ou amiga	1	1,9%
	Ajudo mesmo que não conheça	17	31,5%

BLOCO III - ACERCA DE AGREDIRES OUTROS(AS)		n 1ª fase	% 1ª fase
21 - Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?	Nenhuma	16	57,1%
	1 ou 2 vezes	10	35,7%
	3 ou 4 vezes	1	3,6%
	5 ou mais vezes	1	3,6%
22 - Se fizeste mal a algum colega na escola durante 1º período, diz porque o fizeste? (mais do que uma opção)	Não fiz mal a nenhum colega	17	50,1%
	Porque tive de me defender	6	17,6%
	Porque me irritaram	9	26,5%
	Para mostrar como sou forte	0	0,0%
	Faz-me sentir que sou melhor do que os outros	0	0,0%
	Para evitar que me façam mal	1	2,9%
	Para ser admirado e popular	0	0,0%
	Porque faz-me sentir bem	0	0,0%
	Por outro motivo	1	2,9%
23 - Quantas vezes te juntaste a outros colegas para fazer mal a algum rapaz ou alguma rapariga na escola, durante 1º período?	Nenhuma	24	85,8%
	1 ou 2 vezes	2	7,1%
	3 ou 4 vezes	0	0,0%
	5 ou mais vezes	2	7,1%
24 - Quantas vezes tomaste parte em agressões a outros jovens no caminho da escola, durante 1º período?	Nenhuma vez	27	96,4%
	Só 1 ou 2 vezes	0	0,0%
	Cerca de 1 vez por semana	0	0,0%
	2 ou mais vezes por semana	1	3,6%
25. Ajudavas a agredir um colega que não gostasses?	sim	0	0,0%
	Talvez	3	10,7%
	Só se ele ou ela me irritar muito	5	17,9%
	Acho que não	5	17,9%
	não	15	53,5%

Representação dos Resultados em Gráficos da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados

Dimensão 1 - Caracterização

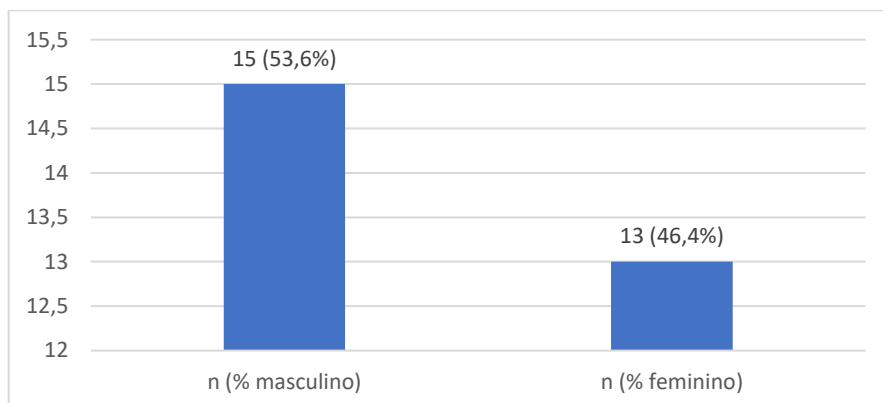


GRÁFICO 2-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR SEXO

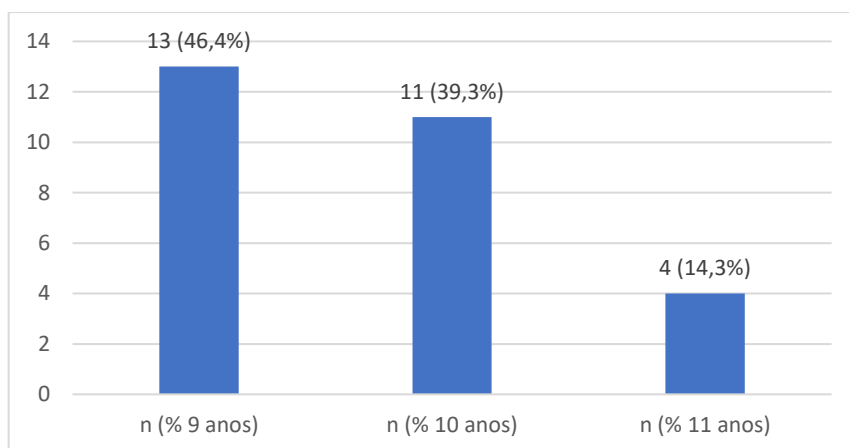


GRÁFICO 3-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR IDADE

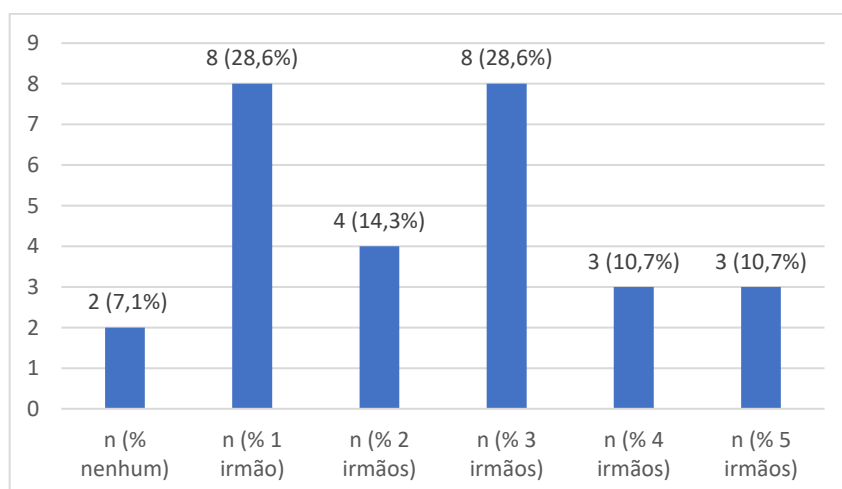


GRÁFICO 4-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR Nº DE IRMÃOS

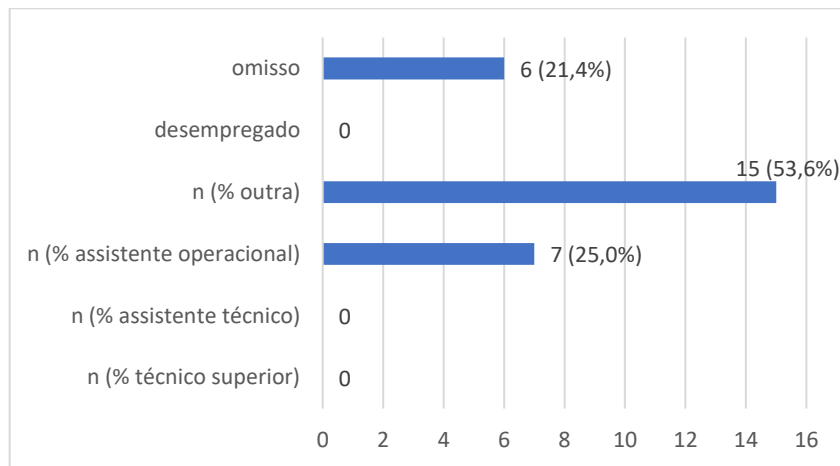


GRÁFICO 5-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR PROFISSÃO DO PAI

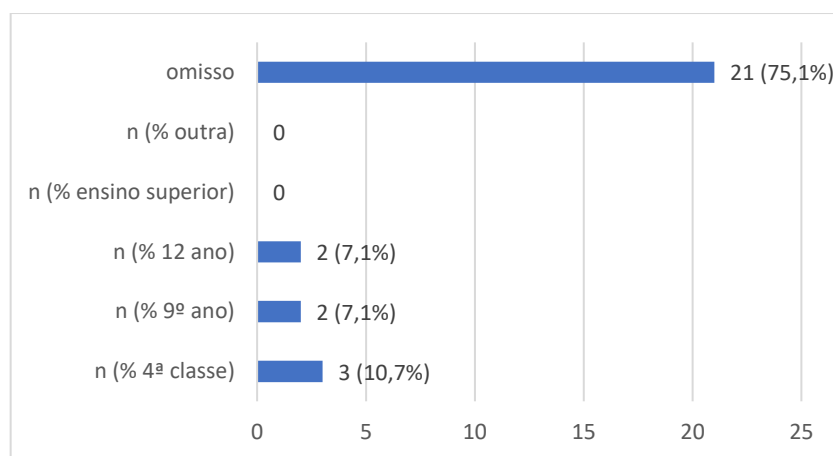


GRÁFICO 6-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR HABILITAÇÕES LITERÁRIAS DO PAI

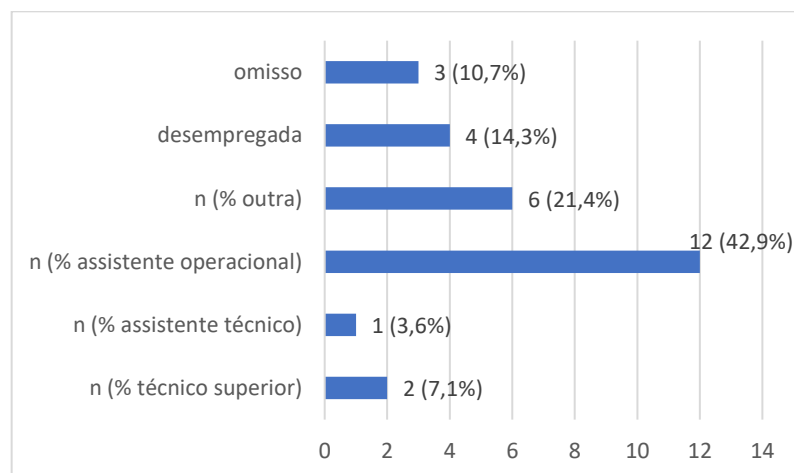


GRÁFICO 7-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR PROFISSÃO DA MÃE

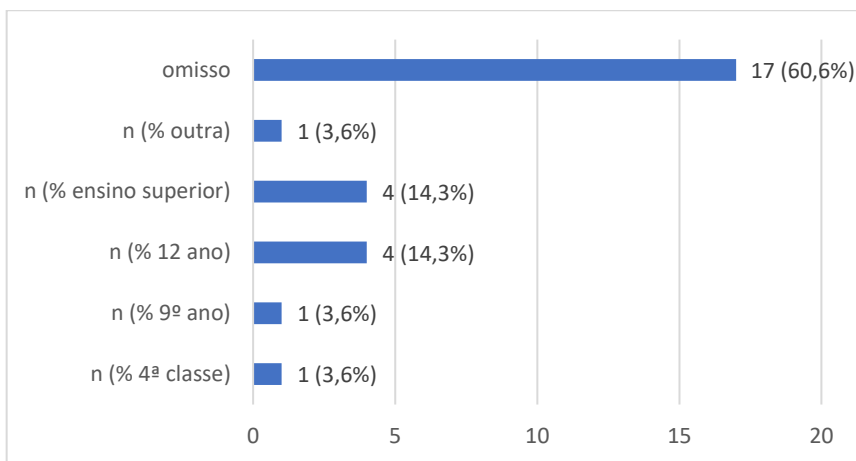


GRÁFICO 8-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR HABILITAÇÕES LITERÁRIAS DA MÃE

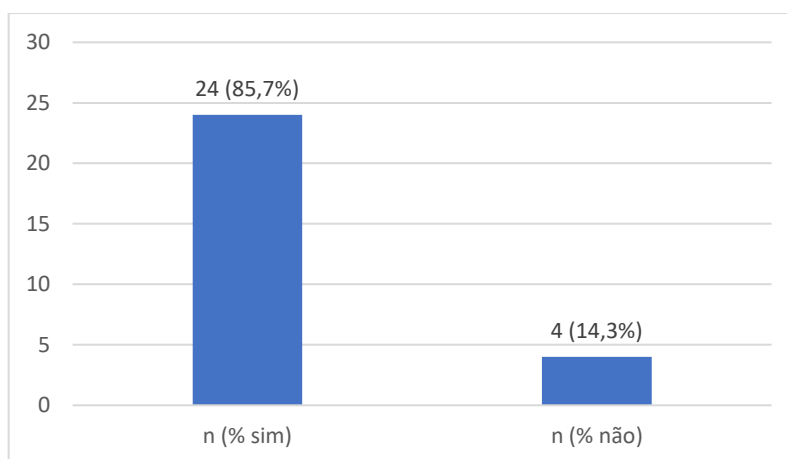


GRÁFICO 9-TAXA DE FREQUÊNCIA NO JI/CRECHE

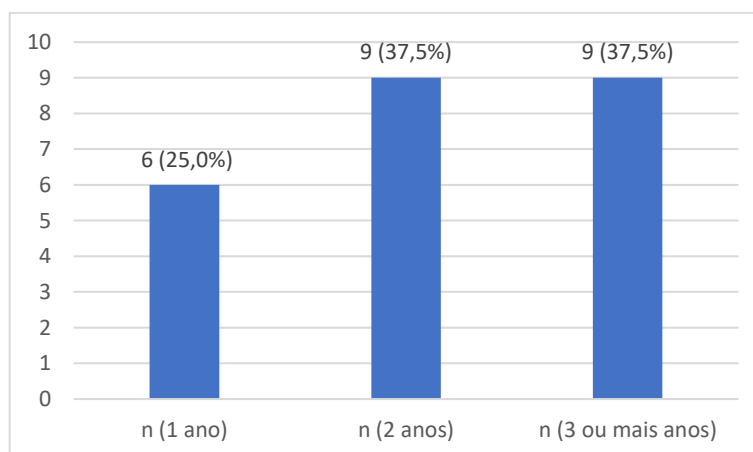


GRÁFICO 10-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR Nº DE ANOS DE FREQUÊNCIA NO JI/CRECHE

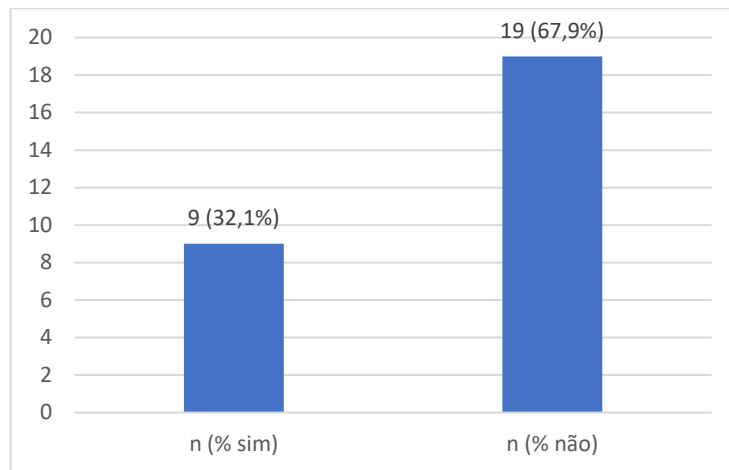


GRÁFICO 11-TAXA DE REPROVAÇÃO

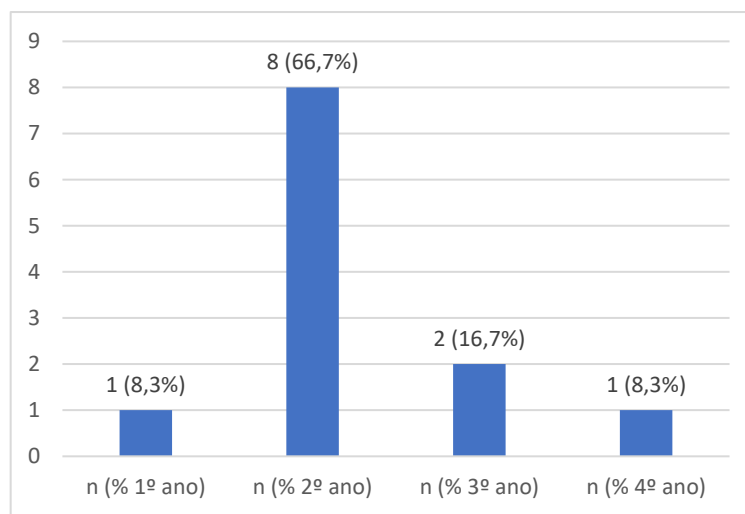


GRÁFICO 12-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO POR ANO DE REPROVAÇÃO

Dimensão 2 – Acerca de Seres Agredido(a)

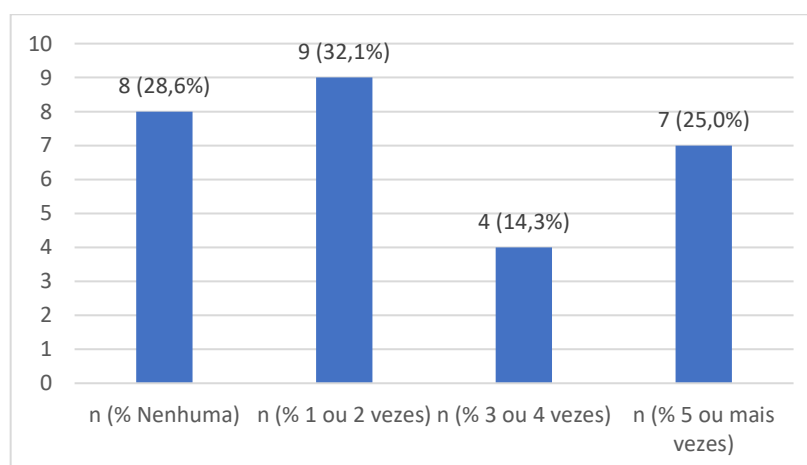


GRÁFICO 13-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

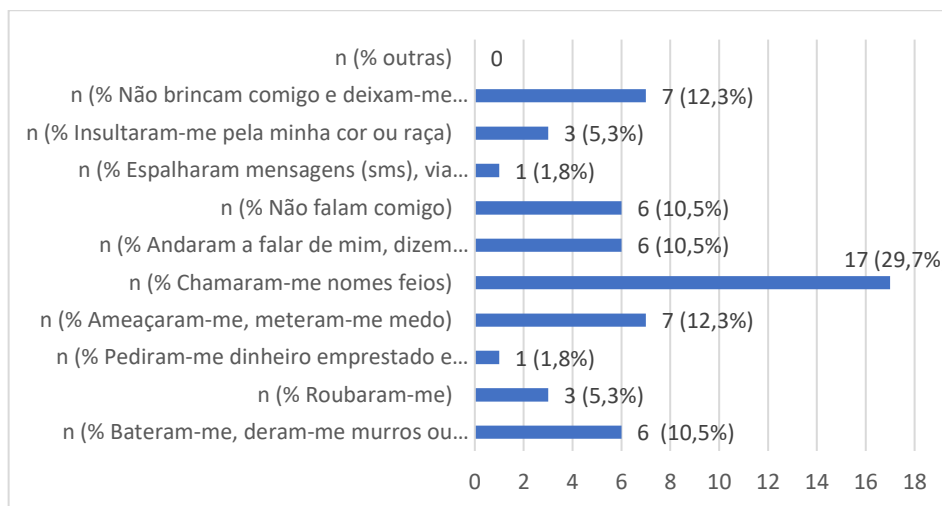


GRÁFICO 14- DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DO TIPO DE AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

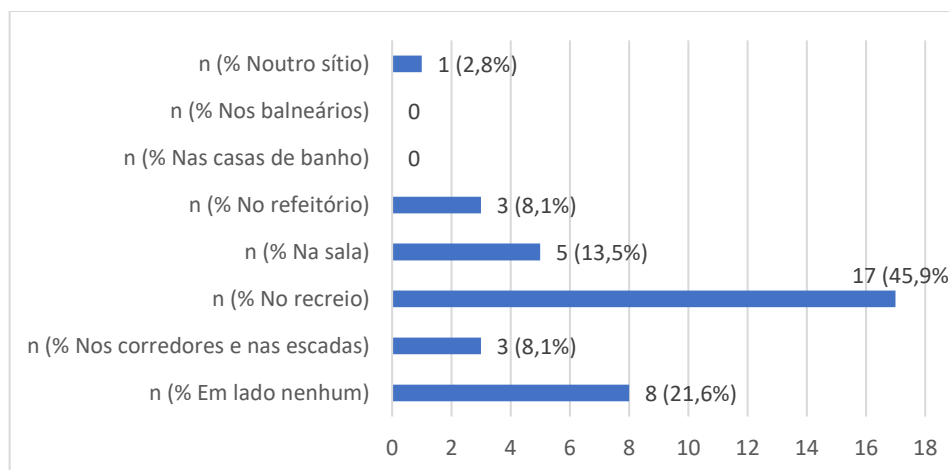


GRÁFICO 15- DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DOS LOCIS DE OCORRÊNCIA DAS AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O 1º PERÍODO

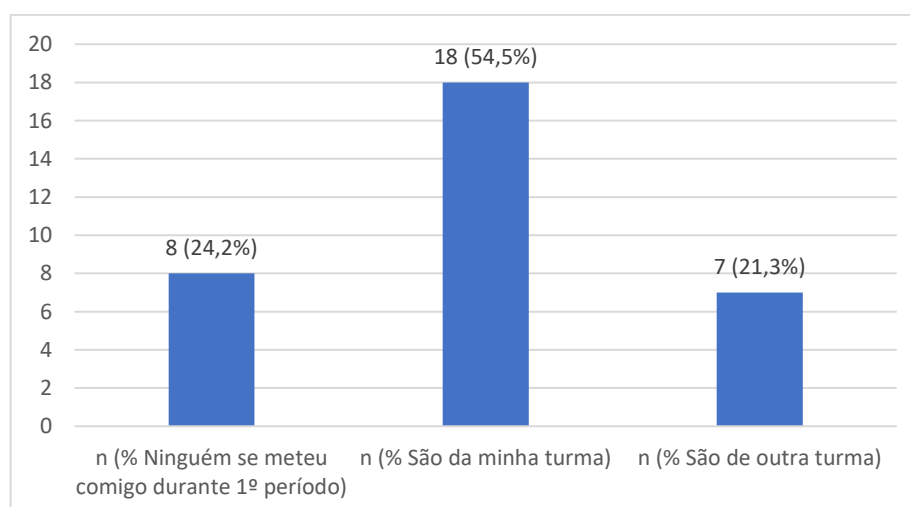


GRÁFICO 16-TAXA DE AGRESSORES, DURANTE O 1º PERÍODO

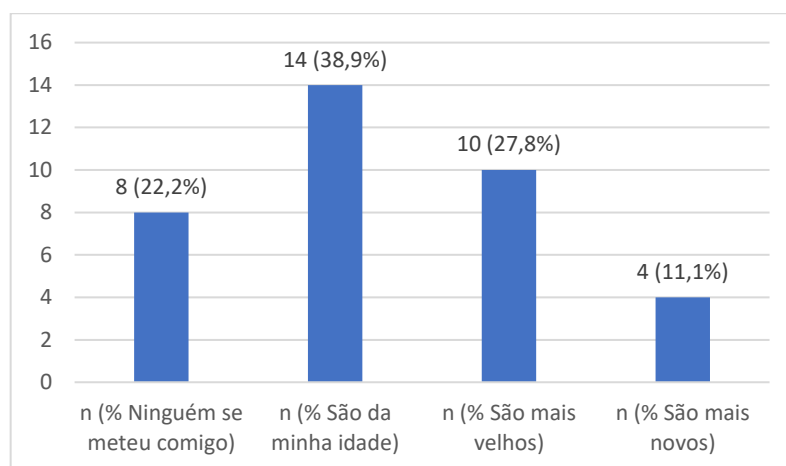


GRÁFICO 17-TAXA DE IDADE DOS AGRESSORES, DURANTE O 1º PERÍODO

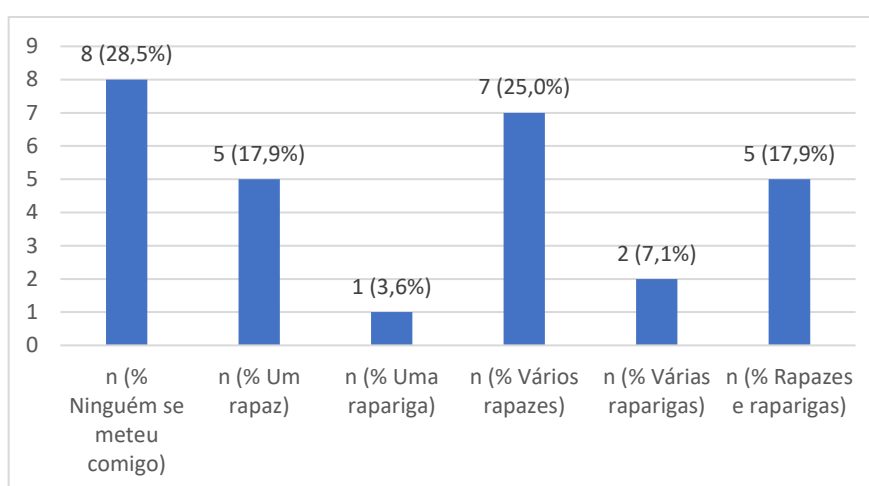


GRÁFICO 18-FREQUÊNCIA E DISTRIBUIÇÃO DO Nº DE AGRESSORES, DURANTE O 1º PERÍODO

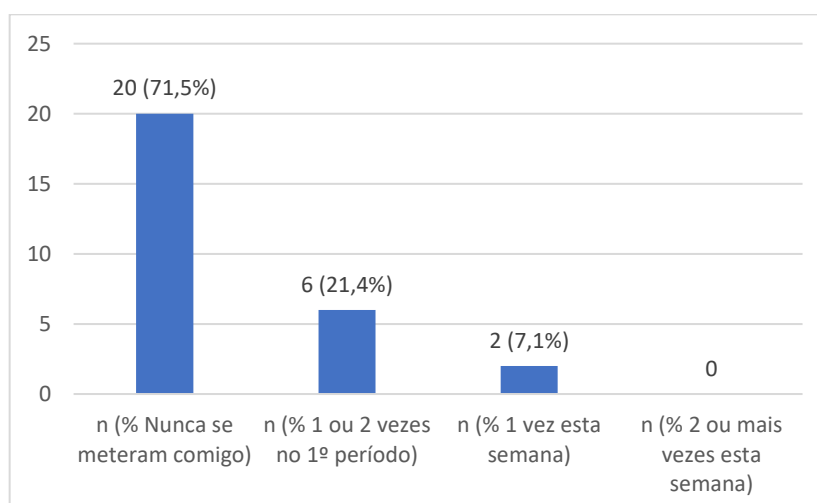


GRÁFICO 19-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO NO CAMINHO, DURANTE O 1º PERÍODO

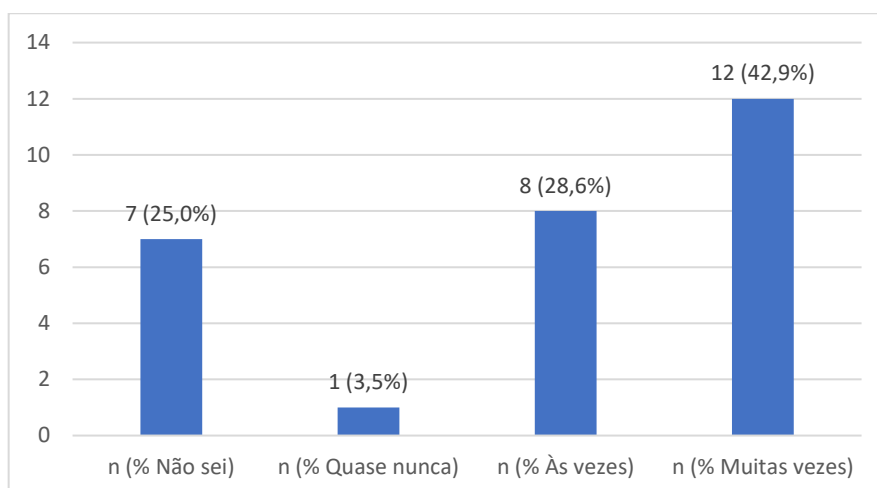


GRÁFICO 20-FREQUÊNCIA DE AJUDA DOS PROFESSORES EM SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O 1º PERÍODO

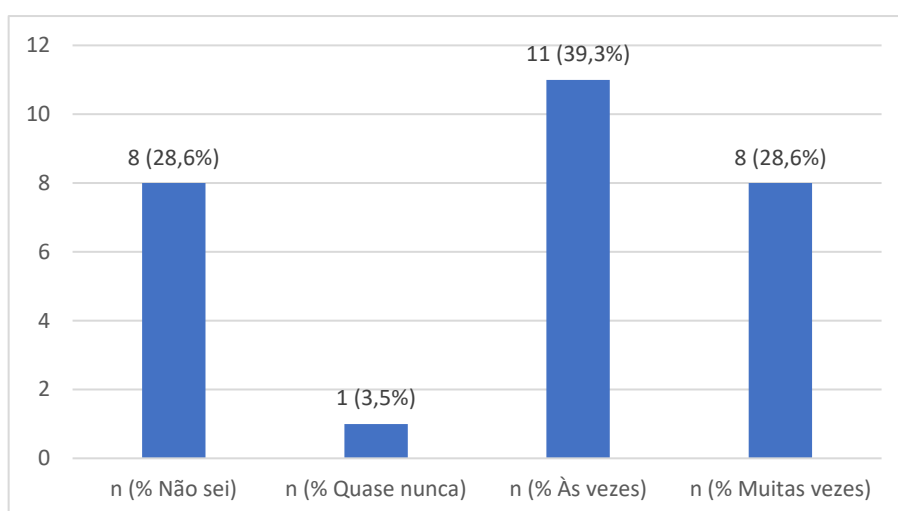


GRÁFICO 21-FREQUÊNCIA DE AJUDA DE OUTROS PROFISSIONAIS EM SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O 1º PERÍODO

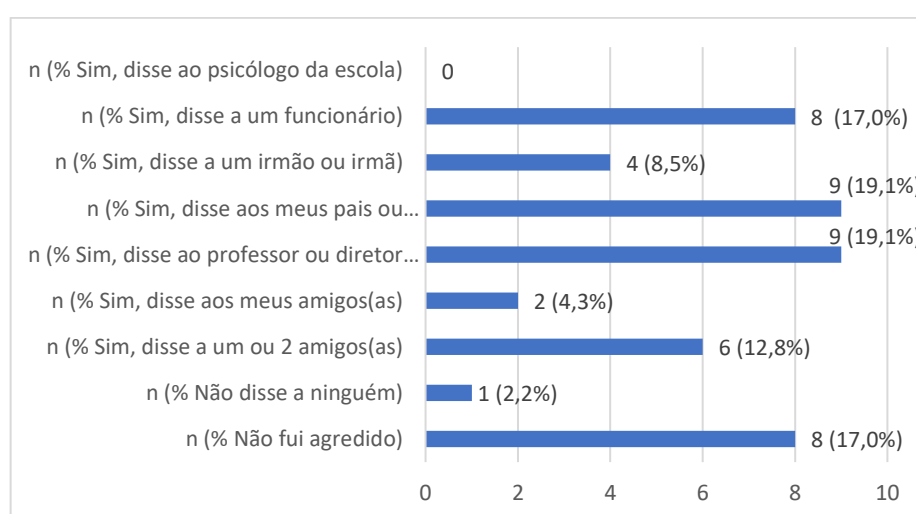


GRÁFICO 22-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DA COMUNICAÇÃO DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O 1º PERÍODO

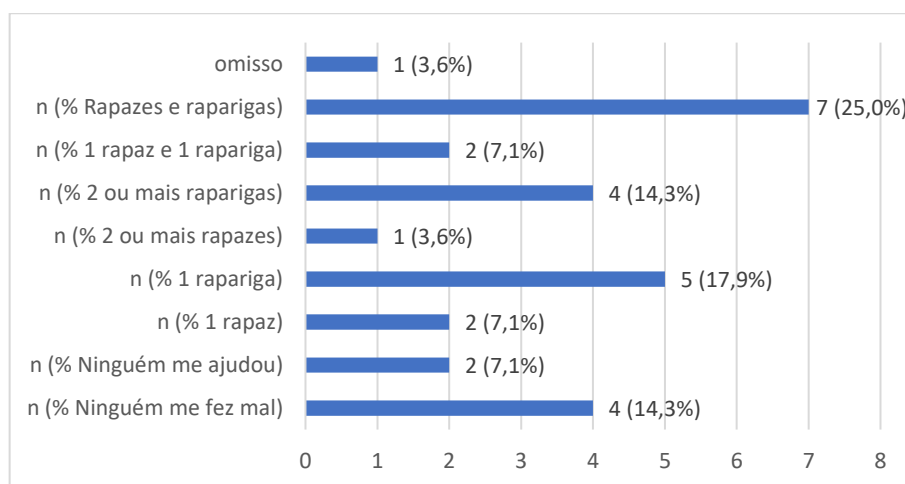


GRÁFICO 23-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DE AJUDA DE OUTROS COLEGAS, DURANTE O 1º PERÍODO

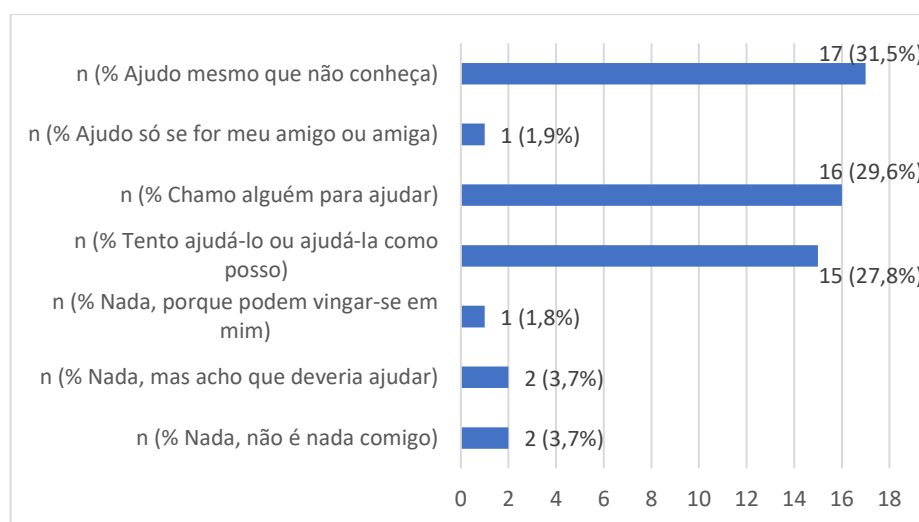


GRÁFICO 24-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DE AJUDA A OUTROS COLEGAS, DURANTE O 1º PERÍODO

Dimensão 3 – Acerca de Agredires Outros(as)

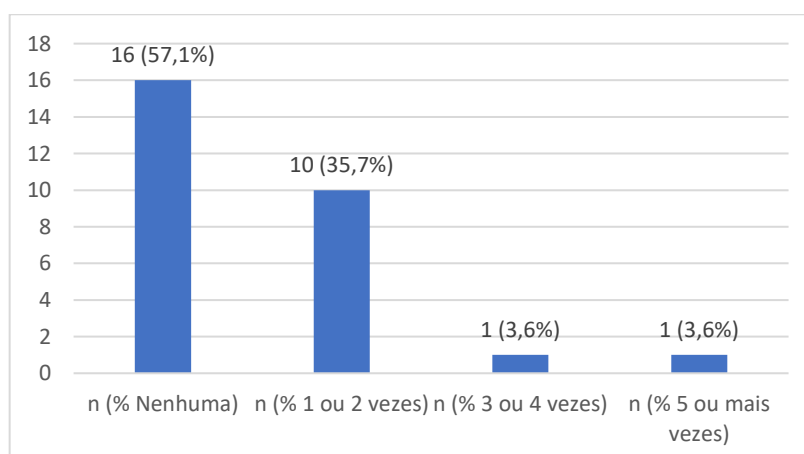


GRÁFICO 25-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO A OUTROS(AS), DURANTE O 1º PERÍODO

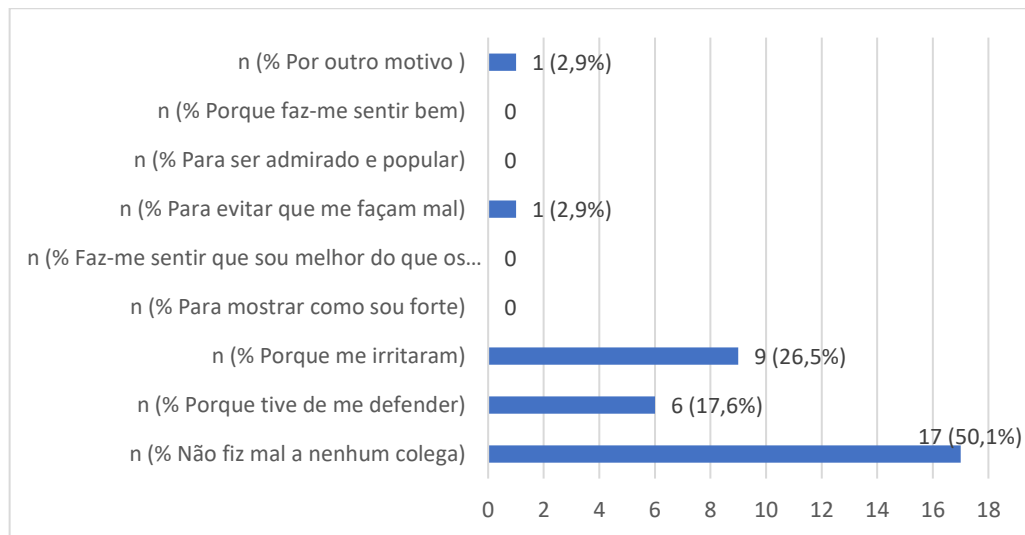


GRÁFICO 26- DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DAS CAUSAS DAS AGRESSÕES A OUTROS(AS) OCORRIDAS, DURANTE O 1º PERÍODO

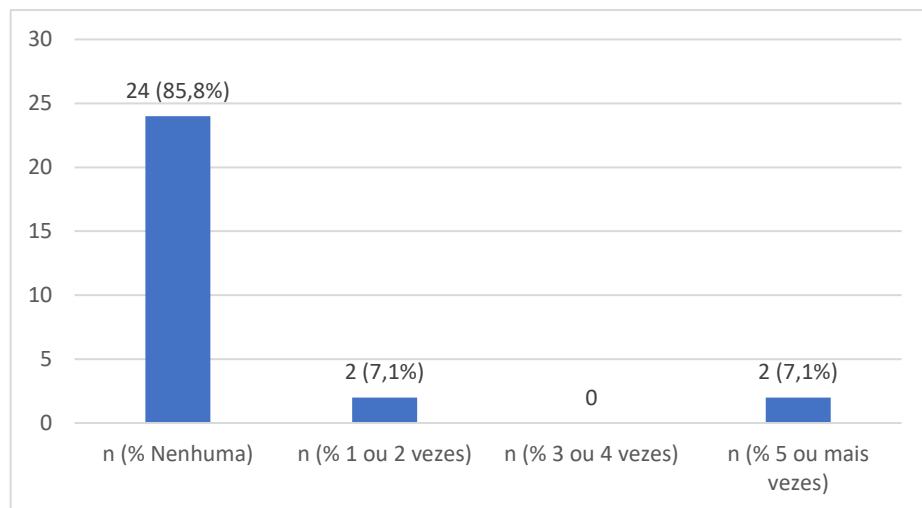


GRÁFICO 27-FREQUÊNCIA QUE OS COLEGAS SE JUNTARAM PARA AGREDIR OUTROS(AS), DURANTE O 1º PERÍODO

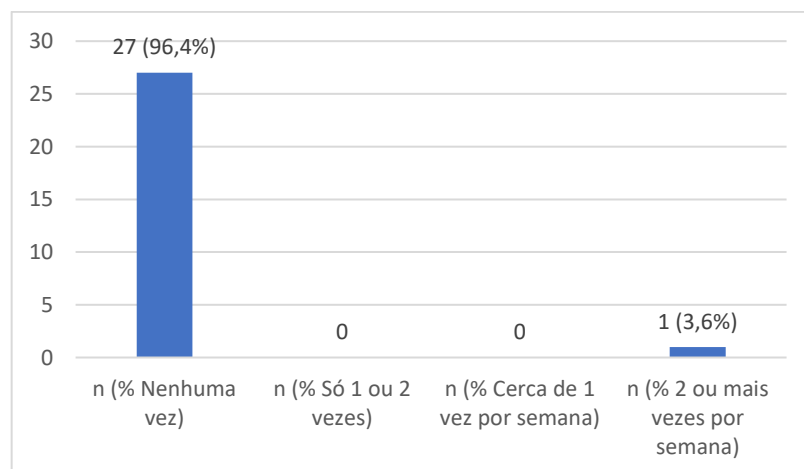


GRÁFICO 28-FREQUÊNCIA QUE OS COLEGAS SE JUNTARAM PARA AGREDIR OUTROS(AS) NO CAMINHO, DURANTE O 1º PERÍODO

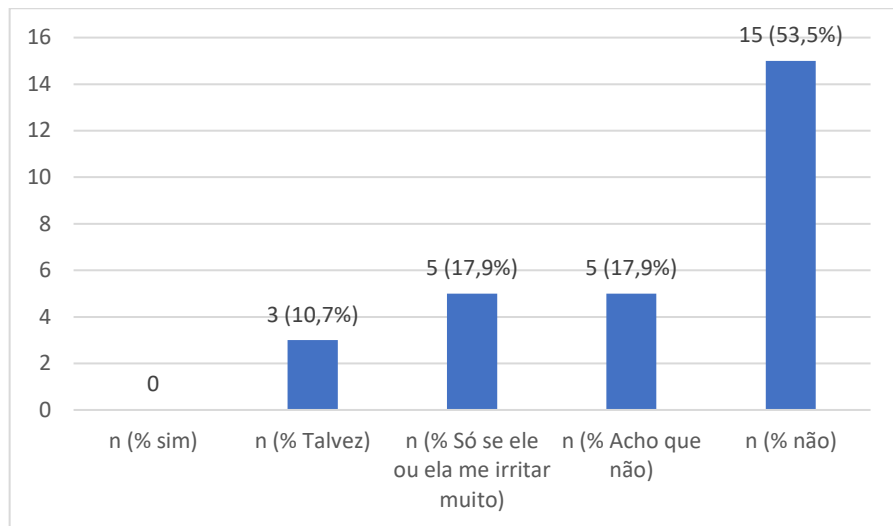


GRÁFICO 29-TAXA DE AGRESSÃO A OUTROS(AS) QUE NÃO GOSTASSE

APÊNDICE XII

Priorização e seleção do diagnóstico principal

Priorização e seleção do diagnóstico principal

Para a priorização recorreu-se ao método de Hanlon, tendo sido utilizado as ponderações para cada critério, conforme indicado no quadro 1.

Quadro 1- critérios do método de "Hanlon adaptado"

Magnitude ou amplitude do problema (A)	Gravidade ou severidade do problema (B)	Eficácia da solução do problema (C)	Exequibilidade do problema (D) PEARL
			PEARL (Pertinência, Exequibilidade económica, Aceitação da comunidade, Recursos e Legalidade)
1 (0-20%) 2 (21-40%) 3 (41-60%) 4 (61-80%) 5 (81-100%)	1 (menor gravidade) ... 6 (média gravidade) ... 10 (maior gravidade)	1,5 (solução fácil) 1 (solução razoável) 0,5 (solução difícil)	0 – não 1 – sim

A equipa de peritos definiu o valor da prioridade, de acordo com os critérios e ponderação indicados e, a fórmula, conforme indicado no quadro 2.

Quadro 2- Priorização do método de "Hanlon adaptado"

Problema identificado	Magnitude ou amplitude do problema (A)	Gravidade ou severidade do problema (B)	Eficácia da solução do problema (C)	Exequibilidade do problema (D)	(A+B) × C × D	Priorização
	0-10	0-10	0,5-1-1,5	PEARL (Pertinência, Exequibilidade económica, Aceitação da comunidade, Recursos e Legalidade) 0 ou 1		
P1 - 71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período.	4	10	1	1	14	1º
P2 - 29,7% das agressões que ocorreram durante o 1º período, referem-se a "chamar nomes".	2	8	1	1	10	6º

P3 - 45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio.	3	9,6	1	1	12,6	2º
P4 - 28,5% dos alunos sofreu agressões no caminho da escola, durante o 1º período.	2	9	0,5	0	0	----
P5 - 7,1% dos alunos não foi defendido pelos colegas, quando foram agredidos.	1	8,2	1	1	9,2	7º
P6 - 9,2% dos alunos não ajuda, se assistir a agressões.	1	7,6	1	1	8,6	8º
P7 - 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período.	3	9,2	1	1	12,2	3º
P8 - 26,5% dos alunos justifica as agressões durante o 1º período, por lhe terem provocado irritação.	2	8,2	1	1	10,2	5º
P9 - 28,6% dos alunos considera a hipótese de agredir um colega.	2	8,4	1	1	10,4	4º

Assim, neste projeto, após a priorização dos problemas identificados, foram priorizados pelos peritos os seguintes problemas para a intervenção comunitária:

P1 - 71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período.

P3 - 45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio.

P7 - 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período.

APÊNDICE XIII

Quadros com objetivos, indicadores e metas

1- Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
1.1 - Objetivo Específico: Contribuir para que os alunos do 4º ano, sejam capazes de identificar o fenómeno de <i>bullying</i> e promover comportamentos positivos.		
Objetivos Operacionais (metas)	Atividades Desenvolvidas	Indicadores de Avaliação
1.1.1 - Que 80% das SES para os alunos do 4º ano, sejam realizadas.	Realizar 8 SES (4 SES para cada turma).	Indicador de Processo $\frac{\text{nº total de atividades de ES realizadas}}{\text{nº total de sessões de atividades de ES planeadas}} \times 100$
1.1.2 - Que 70% dos alunos do 4º ano, assista às SES.		Indicador de Processo $\frac{\text{nº total de alunos que participa nas atividades de ES}}{\text{nº previsto de alunos}} \times 100$
1.1.3 - Que 100% dos produtos de divulgação para os alunos do 4º ano sejam elaborados.	- Elaborar 1 marcador de livro com “estratégias para lidar com o <i>bullying</i> ”; - Elaborar 1 diploma de combatente anti- <i>bullying</i> com estratégias para “Se assistes a <i>bullying</i> – o que deves fazer?”.	Indicador de Processo $\frac{\text{nº de produtos elaborados}}{\text{nº de produtos previstos}} \times 100$

1.1.4 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar as 2 características do <i>bullying</i> .	Realizar questionário de avaliação aos alunos que assistem às SES.	Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 características do Bullying}}{\text{nº previsto de alunos}} \times 100$
1.1.5 - Que 35% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 tipos de <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 tipos de Bullying}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$
1.1.6 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 comportamentos específicos de <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 comportamento de Bullying}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$
1.1.7 - Que 50% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 consequências do <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 consequências do Bullying}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$

1.1.8 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para lidar com o <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 estratégias para lidar com o } \textit{Bullying}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$
1.1.9 - Que 90% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 “estratégias para lidar com o <i>bullying</i> , se fosse <i>Bully</i> ”.		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 estratégias para lidar com o } \textit{bullying, se fosse Bully}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$
1.1.10 - Que 50% dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 “estratégias se assistir a <i>Bullying</i> o que deve fazer”.		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de alunos que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 estratégias se assistir a } \textit{Bullying} \text{ o que deve fazer}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES}} \times 100$

1 - Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do bullying.			
1.2 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os encarregados de educação dos alunos do 4º ano, sobre a prevenção do bullying.			
Objetivos Operacionais (metas)	Atividades Desenvolvidas	Indicadores de Avaliação	
1.2.1 - Que 100% das SES aos EE dos alunos do 4º ano, sejam realizadas.	Realizar 2 SES (1 SES para cada turma)	Indicador de Processo nº total de atividades de ES realizadas nº total de sessões de atividades de ES planeadas X100	
1.2.2 - Que 50% dos EE dos alunos do 4 ano, assista às SES.		Indicador de Processo nº total de EE que participa nas atividades de ES nº previsto de EE X100	
1.2.3 - Que 100% dos produtos de divulgação para os EE dos alunos do 4º ano sejam elaborados.		- Póster para divulgação dos resultados do questionário e planeamento das intervenções.	Indicador de Processo nº de produtos elaborados nº de produtos previstos X100
1.2.4 - Que 90% dos EE dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 características do bullying.		Realizar questionário de avaliação aos alunos do 4º ano que assistem às SES	Indicador de Resultado nº total de EE que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 características do Bullying nº total de EE que assistiu às atividades de ES X100

1.2.5 - Que 90% dos EE dos alunos do 4º ano que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 tipos de <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado nº total de EE que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 tipos de <i>Bullying</i> X100 nº total de EE que assistiu às atividades de ES
1.2.6 - Que 50% dos EE dos alunos do 4º ano, que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para prevenir o <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado nº total de EE que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 estratégias para prevenir com o <i>Bullying</i> X100 nº total de EE que assistiu às atividades de ES

1 - Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do bullying.		
1.3 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do bullying.		
Objetivos Operacionais (metas)	Atividades Desenvolvidas	Indicadores de Avaliação
1.3.1 - Que 100% das SES aos AO do 1º ciclo da escola, sejam realizadas.	Realizar 1 SES.	Indicador de Processo nº total de atividades de ES realizadas nº total de sessões de atividades de ES planeadas X100
1.3.2 - Que 75% dos AO 1º ciclo da escola, assista às SES.		Indicador de Processo nº total de AO que participa nas atividades de ES nº previsto de AO X100
1.3.3 - Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 2 características do bullying.	Realizar questionário de avaliação aos AO do 1º ciclo da escola que assistem às SES.	Indicador de Resultado nº total de AO que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 2 características do Bullying nº total de AO que assistiu às atividades de ES X100
1.3.4 - Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 comportamentos específicos de bullying.		Indicador de Resultado nº total de AO que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 comportamento de Bullying nº total de AO que assistiu às atividades de ES X100

1.3.5 - Que 75% dos AO do 1º ciclo da escola que assiste às SES, seja capaz de identificar 3 estratégias para prevenir <i>bullying</i> .		Indicador de Resultado $\frac{\text{nº total de AO que participem nas atividades de ES, que consigam identificar 3 estratégias para prevenir o } \textit{Bullying}}{\text{nº total de AO que assistiu às atividades de ES}} \times 100$
--	--	--

2 - Diagnóstico de Enfermagem: Conhecimento sobre o <i>bullying</i> comprometido dos alunos do 4º ano, relacionado com a dificuldade para identificar comportamentos agressores.		
2.1 - Objetivo Específico: Capacitar os alunos do 4º ano, para a prevenção do <i>bullying</i> .		
Objetivos Operacionais (metas)	Atividades Desenvolvidas	Indicadores de Avaliação
2.1.1 - Que exista uma melhoria de 5% nos problemas priorizados para intervenção.	Reaplicar o questionário aos alunos do 4º ano.	Indicador de Resultado (% de respostas no questionário 1) - (% de respostas no questionário 2)

APÊNDICE XIV

Sessão de Sensibilização para os Encarregados de Educação (EE) da Junta de Freguesia – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação

“Estás a ouvir? Vamos conversar sobre o *Bullying*”

População Alvo: grupo de pais da Junta de Freguesia (referenciados por entidades parceiras; divulgação nas escolas da área de abrangência da Junta de Freguesia)

Número de utentes previstos: inscrição em google forms entre 9 e 17-out

Local: salão nobre da Junta de Freguesia (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: 20-10-2023 (17h)

Duração: 1h30

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na USP/UCC da ULSSJ) e Psicóloga de Parceiro Social da comunidade

Objetivo Geral: Sensibilizar e desenvolver conhecimentos relativamente ao *bullying*

Observações: Apresentação da 1ª parte – realizada pela Enfermeira mestranda

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Refletir sobre a problemática do <i>bullying</i>;	- Apresentação das formadoras e dos objetivos da sessão; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática;	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	10 min.
Desenvolvimento	- Aumentar os conhecimentos relativamente ao <i>bullying</i>; - Sensibilizar para situações de <i>bullying</i>; - Sensibilizar para a forma de ajudar as vítimas e agressores/as.	- Definição do conceito de <i>bullying</i>; - Intervenientes do fenómeno de <i>bullying</i> - Tipos de <i>bullying</i>; - Consequências do <i>Bullying</i>; - Sinais de Alerta; - Como Ajudar.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	40 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Reflexão e debate sobre situações de <i>bullying</i>; - Esclarecimento de dúvidas.	Ativo Interrogativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação - Caixa de perguntas	30 min.

WORKSHOP

"Estás a ouvir?" Vamos conversar sobre o Bullying

20 outubro 2023 | 17h00

1

O BULLYING É UMA QUESTÃO DE SAÚDE!

Afeta um em cada quatro alunos/as

SEJA ATIVO NA SUA PREVENÇÃO

- [2020 e 2021] A PSP regista cerca de 1400 ocorrências de bullying nas escolas portuguesas.
- O bullying afeta um em cada quatro alunos(as).

O BULLYING NÃO É APENAS UM PROBLEMA DA VÍTIMA. É UM PROBLEMA DE TODOS/AS, POIS PODE TRANSFORMAR OS LOCAIS ONDE ACONTECE EM LOCAIS DE MEDO E VIOLÊNCIA.

3

WORKSHOP

"Estás a ouvir?" Vamos conversar sobre o Bullying

20 outubro 2023 | 17h00

Tópicos a abordar:

- O que é o Bullying?
- Intervenientes
- Tipos de Bullying
- Consequências do Bullying
- Sinais de Alerta
- Como Ajudar

2

O que é o Bullying?

É uma forma de violência, que corresponde a comportamentos agressivos, intencionais e repetidos, exercidos por uma criança, jovem, ou grupo, contra outra que não tem possibilidade de se defender.

4

Relação violenta

Intencionalidade dos comportamentos agressivos

Repetição e continuidade

Desequilíbrio de poder

Fenómeno universal e transversal

Afeta rapazes e raparigas

Provoca sérios danos nas vítimas

Caraterísticas

5

Bullying vs Conflitos Ocasionais

Os conflitos ocasionais são aqueles, em que a pessoa agressor(a) não tem intenção de causar dano e que ocorrem entre crianças ou jovens com um nível de poder semelhante, pelo que não se constituem como situações de bullying.

7

Quem pode ser afetado pelo Bullying?

Agressor(a)
Vítima
Testemunhas
Comunidade

O bullying é um problema de todos!

6

Tipos de Bullying

Bullying físico

Cyberbullying

Bullying sexual

Bullying social

Bullying psicológico

8

Tipos de Bullying

Ocorre quando a vítima é controlada e magoada

Bullying Físico

danificar objetos pessoais
rasgar a roupa
pregar rasteiras
puxar os cabelos

empurrar
bater
dar pontapés

(Iniciativa Plano 1)

9

Tipos de Bullying

controle ou manipulação das relações interpessoais da vítima com os/as colegas e amigos/as

Bullying social

recusar socializar
espalhar rumores

ignorar
difamar
isolar

(Iniciativa Plano 1)

11

Tipos de Bullying

realizar comportamentos que causem um sentimento de medo ou terror na vítima

Bullying psicológico

Dizer comentários maliciosos
perseguir
excluir
humilhar
ameaçar

insultar
provocar
chantagear

(Iniciativa Plano 1)

10

Tipos de Bullying

realizar ações desagradáveis, abusivas e de carácter sexual

Bullying sexual

comentários ou gestos obscenos
forçar comportamentos sexuais
apalpar

assediar
divulgar imagens de carácter sexual

(Iniciativa Plano 1)

12

Tipos de Bullying

Consiste na utilização de meios tecnológicos para assediar, ameaçar, provocar, humilhar ou embaraçar outra pessoa, de forma repetida e intencional.

Cyberbullying

a identidade do cyberbully permanece, muitas vezes, anónima e o comportamento é difícil de controlar
rápida difusão existente no cyberbullying, a sua duração é mais prolongada e o seu impacto é mais grave

disseminar boatos acerca de alguém
enviar mensagens cruéis
publicar nas redes sociais uma imagem ou um vídeo sem o consentimento da pessoa visada
criar um perfil falso em nome de outrem

(Iniciativa Plano 1)

13

Rede de Recursos

- IAC - Linha SOS-Criança - 116111
- IAC (Equipa de Marvila) -218592959
iac-pruacac@iac-crianca.pt
- Questão da Igualdade -
geral@questaoeigualdade.pt
- APAV - Linha de Apoio a Vítimas -
116006

25

Situações de Bullying

- A Rita tem 14 anos e é uma rapariga tímida.
- Várias vezes, a colega Joana empurra a Rita contra o cacofo, sem motivo aparente, rindo-se e chamando-lhe "gorda".
- Quando chamada à atenção por uma funcionária, a Joana referiu que era apenas uma brincadeira.
- A Maria, amiga da Rita, já assistiu a estes episódios algumas vezes, mas como tem medo de sofrer consequências caso a ajude, acaba por ficar calada e consolar a amiga depois dos episódios.

14

aprendizagem
saúde
abracos
educacao
convívio
tempo
respeito

brincadeiras
carinho
familia
amor
regras
atenção
responsabilidade

26

Situações de Bullying

- A Mariana, de 13 anos, está sentada no jardim, quando repara que um grupo de quatro raparigas da sua turma lhe tira uma fotografia sem a sua autorização.
- Quando a Mariana chegou a casa, apercebeu-se que foi publicado no Instagram um "meme" com a sua fotografia, gozando com o seu aspeto físico (por ter cabelo curto e usar roupas largas).
- A Mariana reparou que a publicação com o seu "meme" já tinha atingido o triplo gostos.
- Ultimamente, as notas da Mariana têm piorado e tem tido dificuldade em adormecer.

15

Referências Bibliográficas

- Associação Plano 1: Bullying Guia de Boas Práticas.
- Associação Plano 1: Plano 8 - Programa de prevenção do bullying - manual de intervenção para profissionais.
- Direção-Geral da Saúde. (2023). <https://www.sns24.gov.pt/pt/pt/prevencao-do-bullying/>
- Ordem dos Psicólogos. (2022). Vamos falar sobre o Bullying. https://www.ordemdospsicologos.pt/pt/pt/tecnologia/documentos/legisacao/legisacao-do-bullying_documento.pdf



WORKSHOP

"Estás a ouvir?"

Vamos conversar sobre o Bullying



QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO

Avaliação do Workshop "Estás a ouvir? Vamos falar sobre Bullying"

Foram efetuadas 14 inscrições; dos 10 participantes 8 realizaram a avaliação. Participaram ainda 8 técnicos do Grupo de Trabalho

	Insuficiente	Suficiente	Mais ou menos	Bom	Muito Bom
Interesse do tema				2	6
Utilidade dos conteúdos				2	6
Desenvolvimento dos conteúdos				4	4
Duração da formação	1		2	4	1
Utilidade prática do tema				1	7

Sugestões de temas para futuros Eventos

- Bullying e o Adulto /bullying entre adultos;
- Ainda sobre este tema tentar fazer chegar a mensagem aos pais. Talvez marcar com as escolas;
- Questões da linguagem em creche;
- Questões da alimentação em creche;
- Parentalidade positiva
- Emoções

Observações e Sugestões

- Parabéns pela pertinência do tema; Obrigada pela Aprendizagem.
- A formação foi muito intensa!
- Ambiente de partilha muito interessante!
- É sempre bom parar para pensar e tentar prevenir.



APÊNDICE XV

Planeamento operacional das intervenções (matriz 5W2H)

Atividade 1	Sessão de Educação para a Saúde (SES) para alunos do 4º ano
Atividades planeadas (O que fazer?)	Realizar 4 SES para as crianças do 4º ano (4 SES por cada turma, no total de 2 turmas, com 39 crianças no total; 8 sessões no total no total das 2 turmas). ➤ SES subordinadas aos temas: 1ª SES – “O que é o <i>Bullying</i>?” (apêndice XVI); 2ª SES – “Acerca de seres agredido(a)” (apêndice XVII); 3ª SES – “Acerca de agredires os outros(as)” (apêndice XVIII); 4ª SES – “Acerca de seres testemunha de <i>Bullying</i>!” (apêndice XIX).
Objetivos (Porque fazer?)	- Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao <i>bullying</i>. - Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de <i>bullying</i>; - Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.
Procedimentos (Como fazer?)	- Pesquisa bibliográfica; - Reunião com a enfermeira orientadora; - Reunião com a coordenadora do 1º ciclo e professores titulares do 4º ano, com apresentação dos resultados; - Reunião online com a Professora orientadora e perito na área da prevenção do <i>bullying</i> (psicólogo do projeto parceiro “Bullying.pt”); - Parceria com o projeto “Bullying.pt”, para implementação das estratégias; - Planeamento da sessão de educação para a saúde (ver plano da SES específico em apêndice XVI, XVII, XVIII e XIX); - Ações de formação em PowerPoint; com recurso a jogos de perguntas de mito ou verdade, jogo dos tipos de <i>bullying</i>, conto de história educativa de criança que sofreu <i>bullying</i> do livro “Beliscaram a minha Felicidade” (Ginja, 2023) e análise de situações de <i>bullying</i> (Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). <i>Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal</i>. Plátano Editora); - Visualização de vídeo educativo (“<i>Bullying – e tu? O que farias?</i>” fonte Junta de Freguesia de Marvila, https://fb.watch/pv-BZzw0EP/); - Esclarecimento de dúvidas; - Elaboração de questionários de avaliação das sessões em suporte papel, aplicação e análise dos mesmos (apêndice XX); - Distribuição de marcador de livro com estratégias para lidar com o <i>Bullying</i> (sessão 2); - Distribuição de diploma de combatente anti-<i>bullying</i> com estratégias para “Se assistes a <i>bullying</i> – o que deves fazer?” (sessão 4).
Contexto (Onde?)	Sala de aula da Escola Básica.
Recursos Humanos (Quem faz?)	Enfermeira mestranda; Orientadora clínica.

Programa (Quando ocorre?)	Integrado no curso de mestrado; de acordo com cronograma janeiro de 2024.
Orçamento (Quais os custos?)	Computador, projetor e tela de projeção. Custos inerentes ao gasto de papel e impressão na elaboração dos questionários de avaliação em suporte papel.

Atividade 2	Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Encarregados de Educação (EE) dos alunos do 4º ano
Atividades planeadas (O que fazer?)	Realizar 1 SES para os EE (1 SES por cada turma, no total de 2 turmas, 39 EE no total; 2 SES no total das 2 turmas) (apêndice XXI).
Objetivos (Porque fazer?)	- Apresentar os resultados do questionário; - Aumentar os conhecimentos dos EE, relativamente ao <i>bullying</i> .
Procedimentos (Como fazer?)	- Pesquisa bibliográfica; - Reunião com a enfermeira orientadora; - Reunião com a coordenadora do 1º ciclo e professores titulares do 4º ano, com apresentação dos resultados; - Reunião online com a Professora orientadora e perito na área da prevenção do <i>bullying</i> (psicólogo do projeto parceiro "Bullying.pt"); - Parceria com o projeto "Bullying.pt", para implementação das estratégias; - Planeamento da sessão de educação para a saúde (ver plano da SES específico em apêndice XXI); - Teste com apresentação de sessão de sensibilização para os pais, organizado por JF da área de abrangência da ULSSJ (sessão no apêndice XIV), para teste à linguagem utilizada, contato com a comunidade e parceiros comunitários e, perceber preocupações para adaptar ao projeto; - Ação de formação em PowerPoint; - Esclarecimento de dúvidas; - Elaboração do questionário de avaliação da sessão em suporte papel, aplicação e análise do mesmo (apêndice XXI); - Divulgação de póster com apresentação dos resultados e das intervenções implementadas.
Contexto (Onde?)	Sala de aula ou biblioteca da Escola Básica.
Recursos Humanos (Quem faz?)	Enfermeira mestranda; Orientadora clínica.
Programa (Quando ocorre?)	Integrado no curso de mestrado; de acordo com cronograma janeiro de 2024.
Orçamento (Quais os custos?)	Computador, projetor e tela de projeção. Custos inerentes ao gasto de papel e impressão na elaboração dos questionários de avaliação em suporte papel.

Atividade 3	Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Assistentes Operacionais (AO) do 1º ciclo
Atividades planeadas (O que fazer?)	Realizar 1 SES para os AO do 1º ciclo (4 AO) (apêndice XXII).
Objetivos (Porque fazer?)	- Apresentar os resultados do questionário; - Aumentar os conhecimentos dos AO, relativamente ao <i>bullying</i>; - Sensibilizar sobre a vigilância do <i>bullying</i> nos recreios.
Procedimentos (Como fazer?)	- Pesquisa bibliográfica; - Reunião com a enfermeira orientadora; - Reunião com a coordenadora do 1º ciclo; - Reunião online com a Professora orientadora e perito na área da prevenção do <i>bullying</i> (psicólogo do projeto parceiro "Bullying.pt"); - Parceria com o projeto "Bullying.pt", para implementação das estratégias; - Planeamento da sessão de educação para a saúde (ver plano da SES específico em apêndice XXII); - Ação de formação em PowerPoint; - Esclarecimento de dúvidas; - Elaboração do questionário de avaliação da sessão em suporte papel, aplicação e análise do mesmo (apêndice XXII).
Contexto (Onde?)	Sala de Professores da Escola Básica.
Recursos Humanos (Quem faz?)	Enfermeira mestranda; Orientadora clínica.
Programa (Quando ocorre?)	Integrado no curso de mestrado; de acordo com cronograma janeiro de 2024.
Orçamento (Quais os custos?)	Computador, projetor e tela de projeção. Custos inerentes ao gasto de papel e impressão na elaboração dos questionários de avaliação em suporte papel.

Atividade 4	Materiais de Divulgação
Atividades planeadas (O que fazer?)	➤ Disponibilizar às crianças: - 1 marcador de livro com estratégias para lidar com o <i>bullying</i> (em suporte papel) (apêndice XXIII); - 1 diploma de combatente anti-<i>bullying</i> com estratégias para "Se assistes a <i>bullying</i> – o que deves fazer?" (em suporte papel) (apêndice XXIII). ➤ Disponibilizar à equipa da Saúde Escolar, ao Professor do Programa de Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas, Diretor do Agrupamento de Escolas, ao Professor Coordenador do 1º ciclo, aos Professores Titulares e aos EE's:

	- Póster para divulgação dos resultados do questionário e das intervenções implementadas (apêndice XXIII). ➤ Disponibilizar ao Professor do Programa de Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas, Diretor do Agrupamento de Escolas, ao Professor Coordenador do 1º ciclo e aos Professores Titulares: - Email com estratégias a implementar para atuação em caso de confirmação de situação de <i>bullying</i> (apêndice XXIII).
Objetivos (Porque fazer?)	- Promover a literacia em saúde, relativamente ao <i>bullying</i> .
Procedimentos (Como fazer?)	- Pesquisa bibliográfica; - Reunião com a enfermeira orientadora; - Reunião online com a Professora orientadora e perito na área da prevenção do <i>bullying</i> (psicólogo do projeto parceiro "Bullying.pt"); - Parceria com o projeto "Bullying.pt", para implementação das estratégias; - Planeamento dos materiais de divulgação; - Suporte papel de acordo com informação da escola acerca da maior adesão aos recursos disponibilizados; - Estabelecimento de parceria com Município, para a impressão gráfica dos materiais de divulgação; - Distribuição dos materiais de divulgação nas SES específicas e escola.
Contexto (Onde?)	Local de estágio.
Recursos Humanos (Quem faz?)	Enfermeira mestranda; Orientadora clínica.
Programa (Quando ocorre?)	Integrado no curso de mestrado; de acordo com cronograma dezembro de 2023 e janeiro de 2024.
Orçamento (Quais os custos?)	Computador, projetor e tela de projeção. Custos inerentes ao gasto de papel e impressão na elaboração dos materiais de divulgação em suporte papel.

APÊNDICE XVI

Atividade 1 – 1ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e materiais

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

1ª Sessão de Educação para a saúde para os alunos do 4º ano

População Alvo: crianças das 2 turmas do 4º ano da escola da área de abrangência da ULSSJ

Número de utentes previstos: Turma A –20; Turma B – 19;

Local: salas de Aula A e B (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: Turma A – 15-1-2024 às 14h30; Turma B – 15-1-2024 às 15h30.

Duração: 45 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao *bullying*.
- Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*;
- Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Refletir sobre a problemática do <i>bullying</i>;	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática;	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Cartões de “sim ou não”	10 min.
Desenvolvimento	- Explorar e compreender o conceito de <i>bullying</i>; - Identificar os tipos de <i>bullying</i>.	- Definição do conceito de <i>bullying</i>; - Intervenientes do fenómeno de <i>bullying</i> - Tipos de <i>bullying</i>; - Atividade de mitos e verdades; - Atividade tipos de comportamento de <i>bullying</i>.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Post-it - Cartões de “mito ou verdade” - “Cartas do <i>bullying</i>” - Fita-cola - Cartolinas - Bostik	25 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação.	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação - Papel - Impressora - Canetas	10 min.

Vamos falar sobre o Bullying

Alunos 4º Ano

Projeto de Prevenção do Bullying

Enfermeira Sofia Lourenço



1

4 Regras Fundamentais para as 4 sessões

- Ouvirem-se uns aos outros
- Não se ofenderem uns aos outros
- Respeitarem as opiniões uns dos outros

Colocarem questões sempre que queiram, de forma organizada

4ª Sessão: Diploma de Formação - Combatente Anti-Bullying



3

Conteúdos abordados em cada sessão

01 O que é o Bullying?

Caraterísticas do Bullying

Intervenientes

Tipos de Bullying

02 O papel da vítima

O que o Bullying provoca

Estratégias para lidar com o Bullying

03 O papel do Bully

Estratégias para ultrapassar o Bullying

04 O papel da testemunha

Estratégias para lidar com o Bullying

2

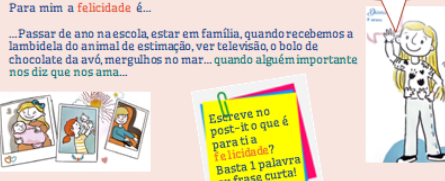
A Diana é uma menina que nos vai contar uma história...

Olá, sou a Diana, tenho 9 anos (quase 10 anos)! Para mim a felicidade é...

...Passar de ano na escola, estar em família, quando recebemos a lambidelas do animal de estimação, ver televisão, o bolo de chocolate da avó, mergulhos no mar... quando alguém importante nos diz que nos ama...

E para vocês o que é a felicidade?

Escreve no post-it o que é para ti a felicidade? Basta 1 palavra ou frase curta!



4

Querem saber um segredo?! As crianças sentem-se felizes com coisas pequenas!

Os adultos acham que são tão mais felizes, quanto maior forem as coisas e vão perdendo a capacidade de ser felizes com coisas pequenas!

Por isso aproveitem a felicidade!



5

Mas o que é que acontece quando beliscam a nossa felicidade...

Há coisas que nos fazem sentir TRISTES e parece que nos sentimos pequeninos e sozinhos no mundo...

E gozarem connosco é uma dessas coisas, certo?! Pelo menos quando se tem 9 anos!

Foi o que me aconteceu, sofri de bullying!

Perdi a Felicidade das pequenas coisas!

Pelo que sei, devem ter respondido Não há última pergunta que fiz...



7

Vou fazer-vos questões sobre a felicidade!

Com os cartões Verde (Sim) e Vermelho (Não), respondam às seguintes perguntas:

- Quando estão com a vossa família, sentem-se felizes?
- Quando brincam com os vossos amigos, sentem-se felizes?
- Quando brincam à vossa brincadeira favorita, sentem-se felizes?
- E quando gozam convosco, sentem-se felizes?



6

Sabem o que é o Bullying?

- Com os cartões responde Verde (Sim) e Vermelho (Não).
- A Enfermeira Sofia vai agora explicar-vos o que é o bullying e os vários tipos de bullying



8

O que é o Bullying?

- Bullying são todos os comportamentos entre colegas de turma ou da escola, que acontecem quando algum deles é: gozado, empurrado, ameaçado, posto de parte do seu grupo de amigos, insultado pelos outros colegas, perseguido e até humilhado, de forma **repetida** e **intencional**.
- Este comportamento pode ser feito por um ou mais estudantes contra outro ou outros.



(Vitorino No Bully.pt)

9

O Bullying é...



- INTENCIONAL** - é feito com a intenção de magoar o colega; não é feito sem querer; não é uma brincadeira;
- REPETIDO** - estes comportamentos são feitos muitas vezes e não apenas uma vez (podem repetir-se todas as semanas ou mesmo todos os dias);
- PODER** - quem magoa é normalmente mais forte do que quem é magoado.

(Vitorino No Bully.pt)

11

Mitose Verdades sobre o Bullying?

Com os cartões **Verde (Verdade)** e **Vermelho (Mito)**, responde:

- Toda a gente sabe o que é o bullying. **X**
- O bullying não é grave. **X**
- Algumas pessoas merecem ser vítimas de bullying. **X**



(Fernandes & Seixas, 2012)

10

Quem pode ser afetado pelo Bullying?

Bullying Agressor
A criança que tem maus comportamentos e magoa a outra

Vítima
A criança que sofre as agressões e é magoada

Testemunhas
Quem assiste
(Os apolantes do Bully; os indiferentes e os defensores da vítima)



(Vitorino No Bully.pt)

12

Mitose Verdades sobre o Bullying?

Com os cartões **Verde (Verdade)** e **Vermelho (Mito)**, responde:

- Só os rapazes são Bullies. **X**
- O bullying é normal na infância. **X**
- O bullying existe em todas as escolas. **✓**



(Fernandes & Seixas, 2012)

13

Tipos de Bullying



Físico

Através da força física para magoar outro, por exemplo: bater, empurrar, pontapear, roubar ou destruir objetos pessoais, cercar a vítima;



Verbal

Através de palavras para humilhar outro por exemplo: ameaçar, insultar, ridicularizar, gozar, colocar alcunhas maldosas;



Relacional

Isolar um colega do grupo por exemplo: espalhar rumores ou intrigas, ignorar um colega, excluir;

(Vitorino No Bully.pt)

15

Há 4 tipos de Bullying...



Físico

Verbal

Relacional

Ciberbullying



Ciberbullying



- adotar **todos os comportamentos anteriormente descritos** (à exceção dos físicos), com recurso aos **meios tecnológicos**;

Por exemplo:

- publicar nas redes sociais uma imagem ou um vídeo sem o consentimento da pessoa;
- criar um perfil falso;
- disseminar boatos acerca de alguém;
- enviar mensagens cruéis.

(Vitorino No Bully.pt)

16

14

Vamos fazer um jogo



- 1) Com os cartões dos comportamentos que vão ser distribuídos.
- 2) Digam qual é o tipo de *bullying*.
- 3) À vez, cole o cartão que vos foi dado no cartaz na zona específica para o tipo de *bullying* do teu cartão.

(Fernandes & Seixas, 2012)

17

Questões ou Dúvidas?



19

Por isso ouve o que te digo.
O *bullying*...

Não É uma Simples Provocação! Não É uma brincadeira!

Magoa!




Ninguém Merece ser vítima de *Bullying*!

18



Diz não ao *Bullying*!

O *Bullying* magoa!

Ninguém merece ser vítima de *Bullying*

Por Uma Escola Feliz

Uma Escola sem *Bullying*...

...com crianças felizes!

20

Preencher o questionário de avaliação




21

Referências Bibliográficas

- Associação Plano I. *Bullying: Guia de boas práticas*.
- Associação Plano I. Plano B – Programa de prevenção de bullying – manual de intervenção para profissionais.
- Direcção Geral da Saúde. (2023). <https://www.sns24.gov.pt/pt/abreviacao-do-bullying/>
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying – como apagar o bullying de escola*. Plátano Editora.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal*. Plátano Editora.
- Ginja, D. (2023). *Beliscaram a minha felicidade!* Plátano.
- Ministério da Educação (site accedido em 18-11-2023). "Escola sem Bullying, Escola Sem Violência". Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <https://www.sembullyingesemviolencia.edu.gov.pt/>
- No Bully Portugal (site accedido em 27-11-2023). <https://nobully.pt/>

23



STOP BULLYING

Obrigada!

Enfermeira Sofia Laureano
sofia.laureano@campus.esel.pt

ESEL
LIFE CHANCE
ADULTS

22



Questionário de Avaliação da 1ª Sessão

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, gostaríamos que preenchesse este questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a tua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as tuas respostas!

Muito obrigada pela tua colaboração!

1) Assinala com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

2) Relativamente ao *bullying* - Assinale no ☐ com F (Falso) ou V (Verdadeiro) as seguintes afirmações:

☐	O <i>bullying</i> não é uma forma de violência.
☐	No <i>bullying</i> , as crianças ou jovens agredidos, não tem possibilidade de se defender.
☐	O <i>bullying</i> caracteriza-se pela repetição e continuidade ao longo do tempo.
☐	No <i>bullying</i> há intenção de provocar o outro.
☐	O <i>bullying</i> não afeta as crianças que testemunham as situações.

3) Identifica 2 tipos de *bullying*:

4) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem aos comportamentos relativos ao *bullying*:

☐	Chamar alcunhas maldosas.
☐	Isolar um colega do grupo.
☐	Disputar um jogo de futebol.
☐	Magoar através de palavras para humilhar o outro.
☐	Criar um perfil falso no Facebook.
☐	Brigar de igual para igual.
☐	Publicar nas redes sociais uma imagem, com autorização da pessoa.

Muito Obrigada pela tua participação!

Cartas do *bullying*

(Fernandes & Seixas, 2012)

CUSPIR	EMPURRAR	INSULTAR	PUXAR O CABELO	HUMILHAR PUBLICAMENTE	BATER
CHAMAR NOMES	CHAMADAS TELEFÓNICAS DESAGRADÁVEIS	CALUNIAR	CRIAR PÁGINAS FALSAS NA INTERNET	DAR PONTAPÉS	ESPALHAR RUMORES
AMEAÇAS POR E-MAIL	COMENTÁRIOS OFENSIVOS E DESAGRADÁVEIS	IGNORAR UM COLEGA	ENVIAR MENSAGENS DE TEXTO DESAGRADÁVEIS	DANIFICAR OBJETOS	GOZAR
EXCLUIR UM COLEGA	FAZER INTRIGAS				

Cartas do *bullying* – Soluções de resposta

(Fernandes & Seixas, 2012)

VERBAL	FÍSICO	RELACIONAL	CYBERBULLYING
Gozar	Empurrar	Espalhar rumores	Enviar mensagens de texto desagradáveis
Caluniar	Puxar o cabelo	Excluir um colega	Criar páginas falsas na Internet
Insultar	Bater	Ignorar um colega	Ameaças por <i>e-mail</i>
Chamar nomes	Dar pontapés	Fazer intrigas	Chamadas telefónicas desagradáveis
Comentários ofensivos e desagradáveis	Cuspir	Humilhar publicamente	
	Danificar pertences		

APÊNDICE XVII

Atividade 1 – 2ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação e questionário de avaliação

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

2ª Sessão de Educação para a saúde com os alunos

População Alvo: crianças das 2 turmas do 4º ano

Número de utentes previstos: Turma A –20; Turma B – 19;

Local: salas de Aula A e B (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: Turma A – 22-1-2024 às 14h30; Turma B – 22-1-2024 às 15h30.

Duração: 30 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao *bullying*.
- Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*;
- Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Rever os conteúdos da 1ª sessão (conceito de <i>bullying</i>);	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática; - Conceito e características do <i>Bullying</i>.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor	5 min.
Desenvolvimento	- Explorar e compreender as consequências do <i>bullying</i>; - Identificar estratégias para lidar <i>bullying</i>.	- Consequências do <i>bullying</i>; - Atividade de mitos e verdades; - Estratégias para lidar <i>bullying</i>.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Cartões de “mito ou verdade” - Post-it	15 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação.	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação - Papel - Impressora - Canetas	10 min.

Vamos falar sobre o Bullying

- 2ª sessão -

Alunos 4º Ano

Projeto de Prevenção do Bullying



Enfermeira Sofia Lourenço

ESEL
ESCOLA SEM VIOLENCIA
ESCOLA SEM BULLYING

1

STOP BULLYING

NO

Relembrar as 4 Regras Fundamentais para as 4 sessões

- Ouvirem-se uns aos outros
- Não se ofenderem uns aos outros
- Respeitarem as opiniões uns dos outros
- Colocarem questões sempre que queiram, de forma organizada

4ª Sessão: Diploma da Formação - Combatente Anti-Bullying

(Fernandes & Seixas, 2012)

3

Conteúdos abordados em cada sessão

01

O que é o Bullying?

Características do Bullying
Intervenientes
Tipos de Bullying

02

O papel da vítima

O que o Bullying provoca
Estratégias para lidar com o Bullying

03

O papel do Bully

Estratégias para ultrapassar o Bullying

04

O papel da testemunha

Estratégias para lidar com o Bullying

2

Relembrar a 1ª Sessão

Eu sou a Diana... O Bullying é como quando beliscam a nossa felicidade e provoca sentimentos negativos... Perdemos a nossa felicidade!

Bullying são todos os comportamentos entre colegas de turma ou da escola, que acontecem quando algum deles é: gozado, empurrado, ameaçado, posto de parte do seu grupo de amigos, insultado pelos outros colegas, perseguido e até humilhado, de forma repetida e intencional.

- Este comportamento pode ser feito por um ou mais estudantes contra outro ou outros.

(Website Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência e Website No Bully.pt)

4

Relembrar a 1ª Sessão

O Bullying...

- não é uma simples provocação, magoa e é grave!
- é intencional, repetido e a vítima não tem possibilidade de se defender!
- Afeta todos!
- Pode ser físico, verbal, relacional e cyberbullying

Ninguém merece ser vítima de Bullying!

(Website Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência e Website No Bully.pt)

5

O que achas que o bullying provoca?

Escreve no post-it o que achas que o bullying provoca! Basta 1 palavra!

Inspirado no livro de Diana Jorge, 2009, Bullying: O que é e como lidar.

7

O papel da vítima



6

O Bullying beliscou a minha felicidade, senti-me muito mal! Muito pequenina e perdida!

O que o Bullying pode provocar?

- Tristeza e ansiedade;
- Às vezes não querer ir à escola e, inventar desculpas, como dores de barriga ou de cabeça...
- Afeta o rendimento escolar;
- Não apetecer brincar com ninguém... passar os intervalos sozinho;
- Não conseguir dormir à noite... e estar sempre com medo de alguma coisa...

(Fernandes & Seixas, 2012)

8

Mitos e Verdades sobre as vítimas de Bullying?

Com os cartões **Verde (Verdade)** e **Vermelho (Mito)**, responde:

- 1 - As vítimas de *bullying* podem sentir-se magoadas durante algum tempo, mas depois passa-lhes. **×**
- 2 - Ser fisicamente diferente é a principal razão para se sofrer *bullying*. **×**
- 3 - Os alunos que sofrem *bullying* têm medo de ir à escola. **✓**
- 4 - O *bullying* afeta o desempenho escolar dos alunos. **✓**

(Fernandes & Salgueiro, 2012)

9

É ou não verdade? O recreio da escola pode ser muito cruel às vezes... Mas acreditem que se soubermos lidar com isso a nosso favor, o recreio torna-se um sítio mesmo, **MUITO, muito Feliz, divertido, e cheio de outras crianças que também só querem ser felizes!**

Por isso vou-vos contar como ultrapassei o *bullying*

(Inspirado no livro de Diana Gilg, (2022) *Bullicaram a minha Nêcessidade*, p. 14)

11

Onde ocorre o Bullying?

- Em sítios pouco vigiados e/ou onde não costumam estar muitos adultos:
 - Casas de banho;
 - Corredores;
 - Refeitório;
 - Recreio.

(Fernandes & Salgueiro, 2012)

10

"Ouve bem o que te digo: quando gozarem contigo, seja pelo que for, o melhor é mesmo ignorar! Assobia para o lado e segue! Ou ri-te de ti mesmo até!"

"**Ignora** porque o que importa não é o que os outros dizem sobre ti mas sim o que tu sabes que és, e o que a tua família te diz de bom para te ajudar e aconselhar..."

(Inspirado no livro de Diana Gilg, (2022) *Bullicaram a minha Nêcessidade*, p. 14 e 15)

12

"Confia em ti e sê tu próprio sempre! Sê exatamente como és, e acredita que terás muita gente que vai gostar de ti..."

"Cada criança é **única e especial** e apesar de sermos todos diferentes por fora, todos nós temos o coração no mesmo lugar!" "Onde é que as diferenças te tornam inferior ou superior a alguém? Pois é, em **NADA**!"

(Inspirado no livro de Diana Gilg, (2022) *Bullicaram a minha Nêcessidade*, p. 16 e 17)

13

"Eu sei destas coisas porque já passei pela mesma situação, e às vezes ainda passo, mas tenho o sonho que isto um dia acabe, porque deixa sempre alguma marca negativa no nosso coração. Faço sempre um esforço para não perder o meu brilho, nem sempre é fácil, mas acredito que é possível!"

"Pede ajuda sempre, não guardes esses sentimentos maus só para ti... **confia** na tua família, na tua professora (e auxiliares), e conversa sobre o que sentes!"

"**Faz** com que sejas ouvido!"

(Inspirado no livro de Diana Gilg, (2022) *Bullicaram a minha Nêcessidade*, p. 21 e 22)

15

"Por isso não te esqueças que só tens de **ser tu próprio** e encontrar a tua **felicidade**! Os outros, e os que dizem para gozar connosco, diz muito mais sobre eles próprios do que sobre nós!"

"**Não mostres fraqueza** às pessoas que te chamam nomes, gozam contigo ou se riem de ti, porque isso vai fazer com que elas percebam que te estão a conseguir afetar e vão continuar sempre a chatear-te!"

(Inspirado no livro de Diana Gilg, (2022) *Bullicaram a minha Nêcessidade*, p. 18 e 20)

14

Mitos e Verdades sobre as vítimas de Bullying?

Com os cartões **Verde (Verdade)** e **Vermelho (Mito)**, responde:

- 1 - Contar a um adulto que se está a ser vítima de *bullying* é fazer "queixinhas". **×**
- 2 - A melhor forma de lidar com um *Bully* é lutar com ele. **×**
- 3 - Se a vítima contar a alguém, só vai piorar. **×**

(Fernandes & Salgueiro, 2012)

16

Se és vítima de bullying...

- Fala com alguém sobre o que se está a passar (amigo ou colega).
- Conta a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
- Evita os *Bullies* os locais onde eles costumam estar.
- Permanece calmo.
- Age de forma confiante, nunca mostres medo ou fraqueza.
- Permanece em grupo.
- Não dês importância ao que dizem, *sê tu próprio*.
- Utiliza o humor.
- Não utilizes a violência!
- Se te sentires em perigo, foge.



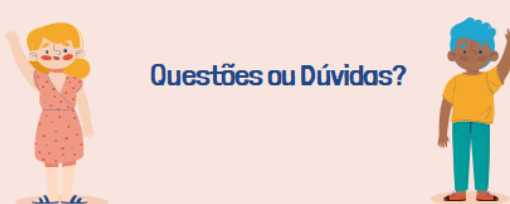
(Fernandes e Seixas, 2012)

17



19

Questões ou Dúvidas?



18

Preencher o questionário de avaliação



20



Obrigada!

ESEL
2013-2014
2015-2016

Enf. Sofia Lourenço
sofia.lourenco@campus.esel.pt

21

Referências Bibliográficas

- Associação Plano I. Bullying: Guia de boas práticas.
- Associação Plano I. Plano B – Programa de prevenção de bullying – manual de intervenção para profissionais.
- Direção Geral da Saúde. (2023). <https://www.dgs.gov.pt/pt/na-prevencao-do-bullying/>
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying – como apagar o bullying de escola*. Plátano Editora.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal*. Plátano Editora.
- Ginja, D. (2023). *Beleza e a minha felicidade!* Flamingo.
- Ministério da Educação (site acessado em 18-11-2023). "Escola sem Bullying. Escola Sem Violência" – Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <http://www.sambully.com/pt/colegios.edu.gov.pt/>
- No Bully Portugal (site acessado em 27-11-2023). <https://nobbuly.pt/>

22



Questionário de Avaliação da 2ª Sessão

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, gostaríamos que preenchesse este questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a tua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as tuas respostas!

Muito obrigada pela tua colaboração!

1) Assinala com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

2) Identifica 2 consequências do *bullying*:

3) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem ao que fazer para lidar com o *bullying*:

☐	Fala com um amigo sobre o que se está a passar.
☐	Resolver sozinho.
☐	Ignorar o que se passa e não contar a ninguém.
☐	Agir de forma confiante, nunca mostrar medo ou fraqueza
☐	Evita os <i>Bullies</i> e os locais onde eles costumam estar.
☐	Usar a violência como resposta.
☐	Se te sentires em perigo, foge.

Muito Obrigada pela tua participação!

APÊNDICE XVIII

Atividade 1 – 3ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação e questionário de avaliação

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

3ª Sessão de Educação para a saúde com os alunos

População Alvo: crianças das 2 turmas do 4º ano

Número de utentes previstos: Turma A –20; Turma B – 19;

Local: salas de Aula A e B (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: Turma A – 29-1-2024 às 14h30; Turma B – 29-1-2024 às 15h30.

Duração: 30 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao *bullying*.
- Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*;
- Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Rever os conteúdos da 2ª sessão ("Se és vítima de <i>bullying</i>");	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática; - Estratégias para lidar com o <i>Bullying</i>.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor	5 min.
Desenvolvimento	- Explorar e compreender as causa do <i>bullying</i>; - Identificar estratégias para o <i>Bully</i> resolver a situação.	- Atividade "papel do <i>Bully</i>"; - Causas do <i>bullying</i>; - Atividade de mitos e verdades; - Estratégias para o <i>Bully</i> resolver a situação.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Post-it - Cartões de "mito ou verdade"	15 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação.	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação - Papel - Impressora - Canetas	10 min.

Vamos falar sobre o Bullying

- 3ª sessão -

Projeto de Prevenção do Bullying

Alunos 4º Ano



Enfermeira Sofia Laurena

ESEL

1

STOP BULLYING

NO

Relembrar as 4 Regras Fundamentais para as 4 sessões

- Ouvirem-se uns aos outros
- Não se ofenderem uns aos outros
- Respeitarem as opiniões uns dos outros
- Colocarem questões sempre que queiram, de forma organizada

4ª Sessão: Diploma da Formação - Combatente Anti-Bullying

3

Conteúdos abordados em cada sessão

01

O que é o Bullying?

Características do Bullying
Intervenientes
Tipos de Bullying

02

O papel da vítima

O que o Bullying provoca
Estratégias para lidar com o Bullying

03

O papel do Bully

Estratégias para ultrapassar o Bullying

04

O papel da testemunha

Estratégias para lidar com o Bullying

2

Relembrar a 1ª Sessão

Eu sou a Diana... O Bullying é como quando beliscam a nossa felicidade e provoca sentimentos negativos... Perdemos a nossa felicidade!

Bullying são todos os comportamentos entre colegas de turma ou da escola, que acontecem quando algum deles é: gozado, empurrado, ameaçado, posto de parte do seu grupo de amigos, insultado pelos outros colegas, perseguido e até humilhado, de forma repetida e intencional.

- Este comportamento pode ser feito por um ou mais estudantes contra outro ou outros.

4

Se és vítima de bullying

Relembrar a 2ª Sessão

- Fala com alguém sobre o que se está a passar (amigo ou colega).
- Conta a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
- Não te sintas culpado!
- Mantem a calma, mesmo que te sintas triste e/ou assustado.
- Não dês importância ao que te dizem, sê tu próprio!
- Não uses a violência!
- Evita estar sozinho em zonas mais isoladas durante o almoço e os intervalos.
- Vai sempre acompanhado no caminho casa / escola!



5

O que me aconteceu quando sofri Bullying?

A Diana chegou à escola.

No entanto, depara-se com o Rui a impedir-lhe a passagem, a gozar com ela e a chamar-lhe nomes.

Esta situação já aconteceu várias vezes e, por este motivo, a Diana sente-se triste e sem vontade de ir à escola.

7

O papel do Bully



6

Porque achas que o Rui fez Bullying?

No post-it, escreve porque achas que o Rui fez Bullying! Basta 1 palavra ou frase curta!



8

Porque o Bully faz Bullying?

- Podem ter sido alunos que também tenham sofrido *Bullying*;
- Sentirem-se **superiores**;
- Influência dos colegas;
- Para **obter objetos ou dinheiro**;
- Serem "**maiores**" ou "**mais fortes**".



(Fernandes & Seixas, 2012)

9

Se fosses Bully: como resolver a situação?

- Conta a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
- Reconhece que agiste mal!
- Pede desculpa!
- Respeita os sentimentos dos outros!
- Não uses a violência!
- Não faças troça e não ameaces os outros!
- Não pagues partidas aos outros!

Se fosses Bully como poderias resolver a situação?




(Fernandes & Seixas, 2012)

11

Mitos e Verdades sobre o Bully?

Com os cartões Verde (Verdade) e Vermelho (Mito), responde:

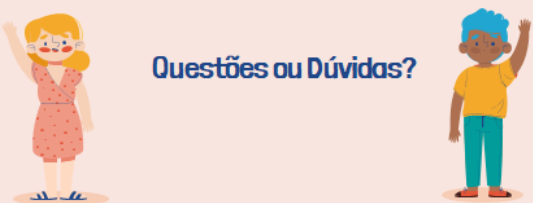
- 1 - Os bullies são geralmente crianças sózias! ✗
- 2 - Os bullies têm intenção de magoar as suas vítimas. ✓
- 3 - Os bullies têm dificuldade em fazer amigos. ✗
- 4 - Os bullies pertencem a grupos pobres. ✗




(Fernandes & Seixas, 2012)

10

Questões ou Dúvidas?



12



Diz não ao Bullying!

O Bullying magoa!

Ninguém merece ser vítima de Bullying.

Por Uma Escola Feliz.

Uma Escola sem Bullying...

...com crianças felizes!

13

Obrigada!

Enfermeira Sofia Lourenço
sofia.lourenco@compus.esel.pt



ESEL
Escola Sem Violência

15

Preencher o questionário de avaliação




14

Referências Bibliográficas

- Associação Plano I. Bullying: Guia de boas práticas.
- Associação Plano I. Plano B - Programa de prevenção de bullying - manual de intervenção para profissionais.
- Direção Geral da Saúde. (2023). <https://www.dgs.gov.pt/pt/atividade-prevencao-do-bullying>
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying - como apagar o bullying de escola*. Platano Editora.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying - não deves que te fazem mal*. Platano Editora.
- Ginja, D. (2023). *Beleçaram a minha felicidade!* Plátano.
- Ministério da Educação (site acessado em 18-11-2023). "Escola sem Bullying, Escola Sem Violência" - Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <https://www.escolasembullying.com/pt/programa-escolasembullying>
- No Bully Portugal (site acessado em 27-11-2023). <https://nbully.pt/>

16



Questionário de Avaliação da 3ª Sessão

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, gostaríamos que preenchesse este questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a tua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as tuas respostas!

Muito obrigada pela tua colaboração!

1) Assinala com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

2) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem às causas que levam o *Bully* a fazer *Bullying*:

☐	Podem ter sido alunos que também tenham sofrido <i>Bullying</i> ;
☐	Sentir-se inferior.
☐	Influência dos colegas.
☐	Para obter dinheiro ou objetos.
☐	Ser fraco.

3) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem ao que deves fazer se fosses *Bully*:

☐	Contar a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
☐	Não achar que se agiu mal!
☐	Ser capaz de pedir desculpa!
☐	Respeitar os sentimentos dos outros!
☐	Utilizar a violência!
☐	Não fazer troça e ameaçar os outros!
☐	Pregar partidas aos outros!

Muito Obrigada pela tua participação!

APÊNDICE XIX

Atividade 1 – 4ª Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os alunos – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e materiais

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

4ª Sessão de Educação para a saúde com os alunos

População Alvo: crianças das 2 turmas do 4º ano

Número de utentes previstos: Turma A –20; Turma B – 19;

Local: salas de Aula A e B (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: Turma A – 29-1-2024 às 14h30; Turma B – 29-1-2024 às 15h30.

Duração: 30 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Aumentar os conhecimentos das crianças, relativamente ao *bullying*.
- Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying*;
- Contribuir para a promoção de comportamentos positivos e relações saudáveis dos alunos.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Rever os conteúdos da 3ª sessão (Se fosses <i>Bully</i> : como resolver a situação?);	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática; - Estratégias Se fosses <i>Bully</i> : como resolver a situação?.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor	5 min.
Desenvolvimento	- Explorar e compreender as causas do <i>bullying</i>; - Identificar estratégias “se assistes a <i>Bullying</i> – o que deves fazer?”.	- Atividade “papel da testemunha” de <i>Bullying</i>. - Causas do <i>bullying</i>; - Atividade de mitos e verdades; - Estratégias “se assistes a <i>Bullying</i> – o que deves fazer?”.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Cartões “papel da testemunha” de <i>Bullying</i> - Cartolina - Bostik - Cartões de “mito ou verdade” - Post-it	15 min.
Conclusão/ Avaliação	-Resumo das 4 sessões com visualização de vídeo educativo; - Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Visualização de vídeo educativo; - Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação; - Entrega de Diploma da “Formação – Combatente Anti-<i>Bullying</i>”	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Coluna de som - Vídeo educativo - Questionário de avaliação - Diploma da “Formação – Combatente Anti-<i>Bullying</i>” - Papel - Impressora - Canetas	10 min.

Vamos falar sobre o Bullying
– 4ª sessão –

Alunos 4º Ano

Projeto de Prevenção do Bullying

Enfermeira Sofia Lourenço




1

Relembrar as 4 Regras Fundamentais para as 4 sessões

- Ouvirem-se uns aos outros
- Não se ofenderem uns aos outros
- Respeitarem as opiniões uns dos outros
- Colocarem questões sempre que queiram, de forma organizada

4ª Sessão: Diploma da Formação - Combatente Anti-Bullying



3

Conteúdos abordados em cada sessão

01 O que é o Bullying?

Caraterísticas do Bullying
Intervenientes
Tipos de Bullying

02 O papel da vítima

O que o Bullying provoca
Estratégias para lidar com o Bullying

03 O papel do Bully

Estratégias para ultrapassar o Bullying

04 O papel da testemunha

Estratégias para lidar com o Bullying

2

Relembrar a 1ª Sessão

Eu sou a Diana... O Bullying é como quando brincam e nossa felicidade e provoca sentimentos negativos... Perdemos a nossa felicidade!

Bullying são todos os comportamentos entre colegas de turma ou da escola, que acontecem quando algum deles é: gozado, empurrado, ameaçado, posto de parte do seu grupo de amigos, insultado pelos outros colegas, perseguido e até humilhado, de forma repetida e intencional.

- Este comportamento pode ser feito por um ou mais estudantes contra outro ou outros.



4

Se fosses Bully: como resolver a situação?

- Conta a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
- Reconhece que agiste mal!
- Pede desculpa!
- Respeita os sentimentos dos outros!
- Não uses a violência!
- Não faças troça e não ameaces os outros!
- Não pagues partidas aos outros!

Relembrar a 3ª Sessão



5

Como reagiu a minha amiga quando foi testemunha do Bullying?

A Diana ultimamente tem-se isolada e tem andado bastante triste.

A sua melhor amiga, a Joana, não a reconhece, pois esta era alegre e divertida.

Está preocupada e não percebe o que se passa...

Resolveu perguntar-lhe o que se está a passar com ela, mas a Diana nada disse.



7

O papel da testemunha



6

É vocês acham que os meus colegas que assistiam ao bullying podiam fazer alguma coisa?

- Com os cartões responde Verde (Sim) e Vermelho (Não).



8

O que podes fazer se assistires a situações de *Bullying*?

Responde nos cartões que foram distribuídos, qual o papel das Testemunhas de *Bullying*? Basta 1 palavra ou frase curta!

(Fernandes & Seixas, 2012)

9

Como poderiam ajudar os meus colegas que testemunham situações de *bullying*?

Certo dia, o Luís e a Joana, aperceberam-se que o Rui estava a impedir a passagem da Diana, a gozar com ela e a chamar-lhe nomes.

E resolveram ajudar...

- Rui, se te meteres com a Diana, mesmo que ela não se queixe de ti, nós vamos fazer queixa à Professora ou chamar a Auxiliar! - disse o Luís.
- E eu também! - disse a Joana.

O Rui olhou para os três! Nunca ninguém lhe tinha feito frente, por isso foi-se embora.

O Luís e a Joana, mesmo com medo, sentiram-se felizes por terem ajudado a amiga Diana!

(Fernandes & Seixas, 2012)

11

Mitos e Verdades sobre as testemunhas de *Bullying*?

Com os cartões **Verde (Verdade)** e **Vermelho (Mito)**, responde:

1 - Os outros colegas devem-se afastar de situações de *bullying* ou correm o risco de ser eles próprios também alvo de *bullying*. **X**

2 - Os alunos que observam situações de *bullying* recusam-se frequentemente a defender e ajudar a vítima. **✓**

(Fernandes & Seixas, 2012)

10

Se assistes a *Bullying*, O que deves fazer?

- Está atento a comportamentos agressivos entre colegas.
- Procura confirmar se é mesmo uma situação de *bullying*.
- Não ignores o que se está a passar! Ajuda os colegas que sejam vítimas de *bullying*!
- Pede ajuda a um adulto.
- Não uses a violência!

(Fernandes & Seixas, 2012)

12

Visualização de Vídeo

A equipa de futebol Inter Marvilense lançou uma campanha contra o *bullying*, através de uma mensagem positiva que tem por base a Paz e Não Violência.

(Vídeo: "Bullying - o que é?" - Junta de Freguesia de Marilva, 2014)

13

Diz não ao *Bullying*!

O *Bullying* magoa!

Ninguém merece ser vítima de *Bullying*

Por uma Escola Feliz

Uma Escola sem *Bullying*...

...com crianças felizes!

15

Questões ou Dúvidas?

14

Atribuição de diploma de combatente anti-*bullying*

Agora que assististe às sessões anti-*bullying*, aproveita o que aprendeste e **Sê FELIZ** com os teus colegas na tua ESCOLA, por uma ESCOLA + FELIZ

Diploma:

Comendador(a) _____

Atribuição de participação nas sessões "Vamos falar sobre o *Bullying*"

Motivado pela tua participação!

Interpretado por: _____

(Fernandes & Seixas, 2012)

16

Preencher o questionário de avaliação



17

Referências Bibliográficas

- Associação Plano I. *Bullying*. Guia de boas práticas.
- Associação Plano I. Plano B – Programa de prevenção de bullying – manual de intervenção para profissionais.
- Direção Geral da Saúde. (2023). <https://www.sns24.gov.pt/bula/prevencao-do-bullying/>
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying – como apagar o bullying de escola*. Plátano Editora.
- Fernandes, L., & Seixas, S. (2015). *Diz não ao Bullying – não deixes que te façam mal*. Plátano Editora.
- Ginja, D. (2023). *Beisicarem a minha felicidade!* Ramingo.
- Junta de Freguesia de Marvila. (Facebook, acessado a 5-1-2024). "Bullying – e o tu? O que fazas?". <https://fb.watch/vw-BZzw0EP/>
- Ministério da Educação (site acessado em 18-11-2023). "Escola sem Bullying: Escola Sem Violência" – Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <https://www.sesemviolencia.edu.gov.pt/>
- No Bully Portugal (site acessado em 27-11-2023). <https://nobybully.pt/>

19



Obrigada!



Enfermeira Sofia Laurencos
sofianunesmendes@campus.esel.pt

18



Questionário de Avaliação da 4ª Sessão

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, gostaríamos que preenchesse este questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a tua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as tuas respostas!

Muito obrigada pela tua colaboração!

1) Assinala com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

2) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem se assistes a *Bullying* o que deves fazer:

	Estar atento a comportamentos agressivos entre colegas.
	Não me meter no assunto, não é nada comigo!
	Pedir ajuda a um adulto.
	Usar a violência!
	Não ignores o que se está a passar! Ajuda os teus colegas que sejam vítima de <i>bullying</i> !

Muito Obrigada pela tua participação!

SEMPRE QUE VEJO UM ALUNO
MAIS VELHO BATER OU
CHATEAR OUTRO MAIS NOVO,
EU



_____.

QUANDO VEJO UM ALUNO A
HUMILHAR UM COLEGA, EU

_____.

QUANDO VEJO ALGUM ALUNO
A MALTRATAR UM COLEGA, EU

_____.

PARA SE AJUDAREM, OS
ALUNOS VÍTIMAS DE BULLYING
DEVEMOS _____.

(Fernandes & Seixas, 2012)

APÊNDICE XX

**Atividade 1 – Resultados da avaliação da atividade 1 - 4 SES para os alunos do
4º ano**

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Atividade 1 - Questionário de Avaliação da 1ª, 2ª, 3ª e 4ª SES – crianças

No âmbito da Atividade 1 – 1ª SES para as crianças, foram realizadas 2 SES para prevenção do *bullying*, que decorreram no dia 15 de janeiro de 2024 (4º A e 4º B); 2ª SES para as crianças, foram realizadas 2 SES para prevenção do *bullying*, que decorreram no dia 22 de janeiro de 2024 (4º A e 4º B); 3ª SES para as crianças, foram realizadas 2 SES para prevenção do *bullying*, que decorreram no dia 29 de janeiro de 2024 (4º A e 4º B); e, 4ª SES para as crianças, foram realizadas 2 SES para prevenção do *bullying*, que decorreram no dia 29 de janeiro de 2024 (4º A e 4º B). Todas as sessões decorreram na sala de aula de cada turma, da Escola Básica da área de abrangência da ULSSJ.

Como tal, relativamente ao indicador de processo “% das SES às crianças do 4º ano, que sejam realizadas.”, foram realizadas nas 4 sessões tal como planeado para cada turma (total de 8 sessões para as 2 turmas). Tendo sido cumprido o indicador “% das SES para os alunos do 4º ano, que foram realizadas.”

Relativamente ao indicador de processo “% das crianças do 4º ano, que assistiu às SES”, tal como representado na tabela 1, no total das 2 turmas, estiveram previstas 39 crianças por cada sessão, num total de 156 crianças nas 4 sessões (representado na tabela 2). Na 1ª sessão estiveram presentes 32 crianças; na 2ª sessão estiveram presentes 34 crianças, na 3ª sessão estiveram presentes 32 crianças e na 4ª sessão estiveram presentes 32 crianças. Estiveram presentes 130 crianças num total das 8 SES. Assim, relativamente ao indicador “% das crianças do 4º ano, que assistiu às SES”, foi cumprido uma vez que assistiram às SES 83% das crianças.

TABELA 1 - NÚMERO DE PARTICIPANTES PREVISTOS NAS 4 SES

Turma	nº crianças previstas por sessão	nº crianças previstas nas 4 sessões
4º A	20	80
4º B	19	76
Total	39	156

TABELA 2 - NÚMERO DE PARTICIPANTES QUE ASSISTIU ÀS 4 SES

Turma	nº crianças presentes 1ª sessão	nº crianças presentes 2ª sessão	nº crianças presentes 3ª sessão	nº crianças presentes 4ª sessão	nº total de crianças presentes nas 4 sessões
4º A	16	19	15	15	65
4º B	16	15	17	17	65
Total	32	34	32	32	130

AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DAS 4 SES: Das crianças presentes nas quatro SES praticamente todos os alunos preencheram o questionário de avaliação, de salientar que na 1ª sessão, 2 das crianças apenas preencheram a parte inicial de satisfação da sessão, não tendo respondido ao questionário de avaliação de conhecimentos.

Relativamente à satisfação em relação à temática, tal como representado na tabela 3, destaca-se que 76,9% consideraram ter interesse no tema; 65% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 63% destaca o desenvolvimento dos conteúdos; 69% considera a duração da sessão adequada; e, 70% consideram que a temática tem utilidade prática.

TABELA 3 - AVALIAÇÃO DAS 4 SES

	Não		Mais ou Menos		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	11	8,5%	19	14,6%	100	76,9%	130
Utilidade dos conteúdos	12	9%	34	26%	84	65%	130
Desenvolvimento dos conteúdos	9	7%	39	30%	82	63%	130
Duração da sessão	13	10%	27	21%	90	69%	130
Utilidade prática do tema	14	11%	25	19%	91	70%	130

Atividade 1 - Questionário de Avaliação da 1ª SES – crianças

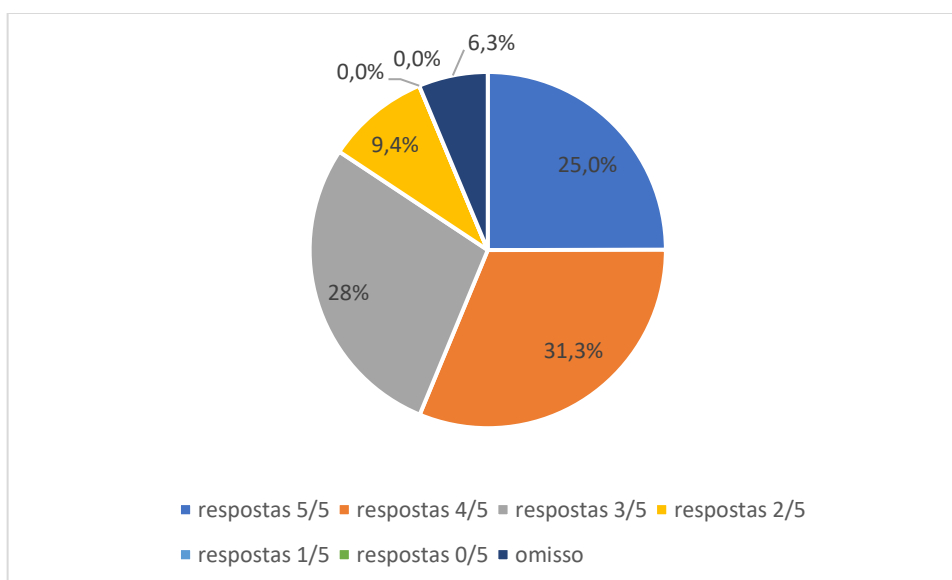
Das crianças presentes nas 1ª SES todos preencheram o questionário de avaliação, de salientar que 2 das crianças apenas preencheram a parte inicial de satisfação da sessão, não tendo respondido ao questionário de avaliação de conhecimentos. Relativamente à satisfação em relação à temática, tal como representado na tabela 4, destaca-se que 65,6% consideraram ter interesse no tema; 68,8% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 46,9% destaca o desenvolvimento dos conteúdos; 50% considera a duração da sessão adequada; e, 59,4% consideram que a temática tem utilidade prática.

TABELA 4 - AVALIAÇÃO DA 1ª SES

	Não		Mais Menos ou		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	4	12,5%	7	21,9%	21	65,6%	32
Utilidade dos conteúdos	4	12,5%	6	18,7%	22	68,8%	32
Desenvolvimento dos conteúdos	4	12,5%	13	40,6%	15	46,9%	32
Duração da sessão	4	12,5%	12	37,5%	16	50%	32
Utilidade prática do tema	3	9,3%	10	31,3%	19	59,4%	32

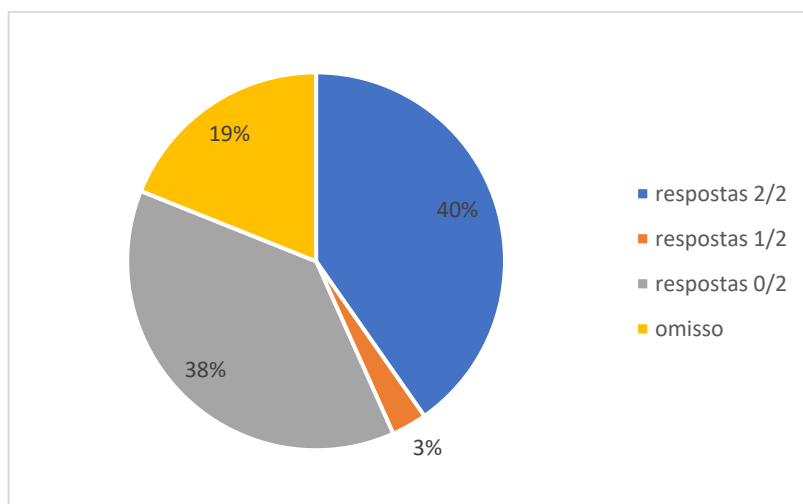
Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

- 1) % das crianças que assistiu às SES, que identificou 2 características do *bullying*", constata-se que 93,7% das crianças identificou 2 ou mais características relativamente ao *bullying*, tal como se pode observar no gráfico 1.

GRÁFICO 1 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE O *BULLYING* (VERDADEIRO OU FALSO)

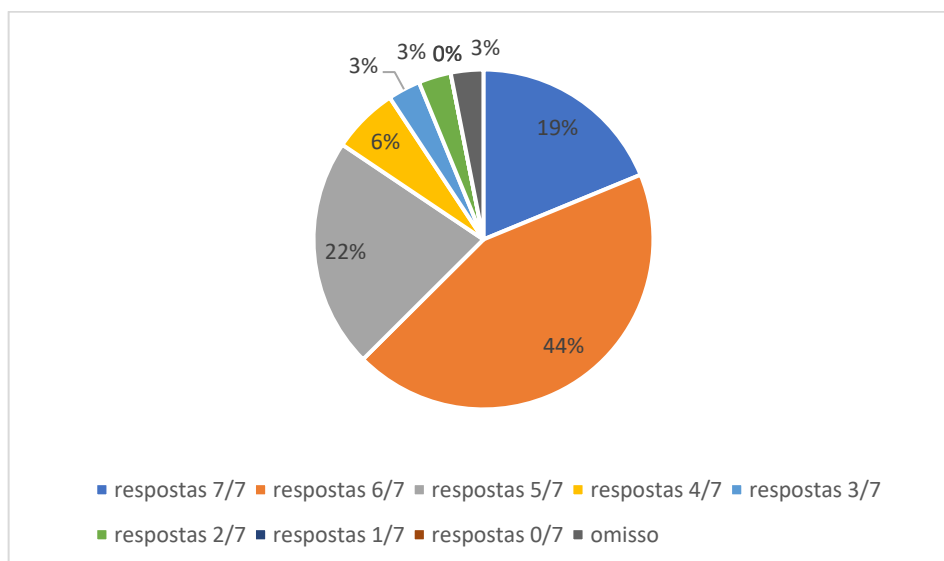
- 2) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 2 tipos de *bullying*.”, tal como representado no gráfico 2, 40% das crianças identificou 2 tipos de *bullying*. Destacando-se que 38% não conseguiu identificar os tipos de *bullying* e, 19% a resposta ficou omissa. Face ao resultado de 38% não ter conseguido identificar os tipos de *bullying* poderá ter havido alguma dificuldade na perceção da pergunta, uma vez que os alunos identificaram comportamentos específicos do *bullying*.

GRÁFICO 2 - TIPOS DE *BULLYING*



- 3) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 3 comportamentos específicos de *bullying*”, 94% das crianças identificou 3 ou mais comportamentos específicos do *bullying*, tal como exposto no gráfico 3.

GRÁFICO 30 - ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR COM O *BULLYING* - VERDADEIRO OU FALSO



Atividade 1 - Questionário de Avaliação da 2ª SES – crianças

Das crianças presentes nas 2ª SES todos preencheram o questionário de avaliação. Relativamente à satisfação em relação à temática, tal como representado na tabela 5, destaca-se que 74% consideraram ter interesse no tema; 59% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 63% destaca o desenvolvimento da temática; 72%

considera a duração da sessão adequada; e, 65% consideram que a temática tem utilidade prática.

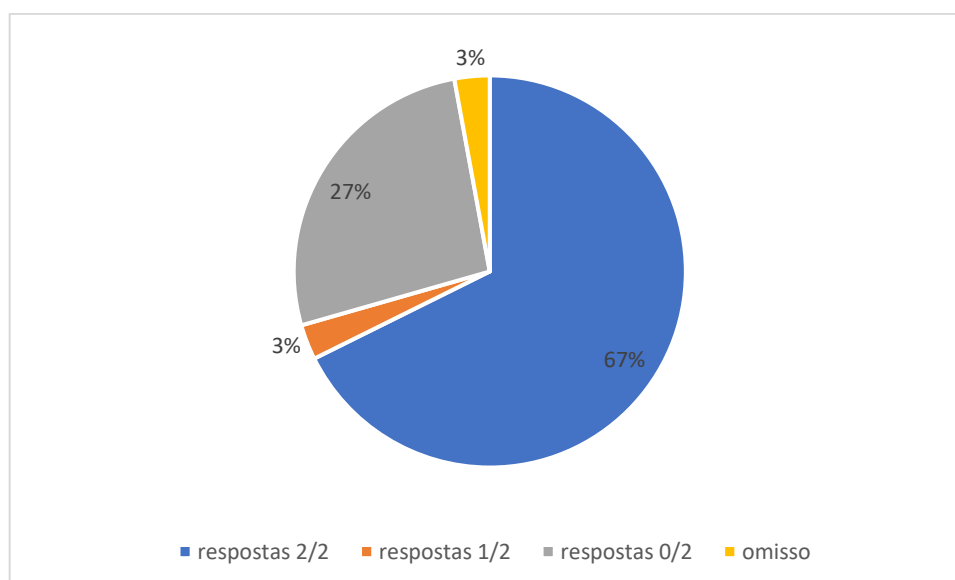
TABELA 5 - AVALIAÇÃO DA 2ª SES

	Não		Mais Menos ou		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	5	14%	4	12%	25	74%	34
Utilidade dos conteúdos	4	12%	10	29%	20	59%	34
Desenvolvimento dos conteúdos	3	8%	10	29%	21	63%	34
Duração da sessão	5	14%	5	14%	24	72%	34
Utilidade prática do tema	5	14%	7	21%	22	65%	34

Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

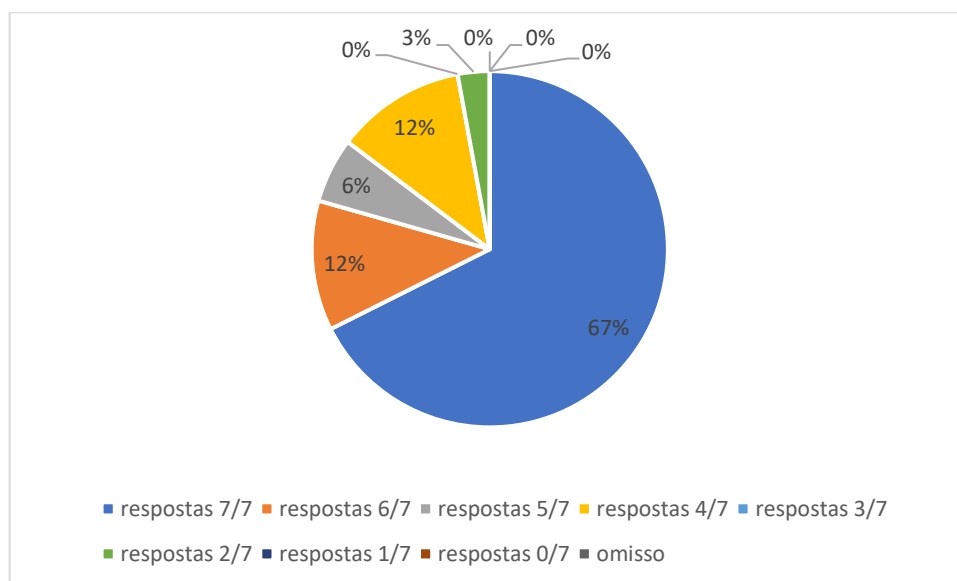
- 1) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 2 consequências do *bullying*” tal como representado no gráfico 4, 67% das crianças identificou 2 consequências do *bullying*. Destacando-se que 26,5% não conseguiu identificar as consequências do *bullying*. Face a este resultado tal poderá ter acontecido, por ter havido alguma dificuldade na perceção da pergunta, uma vez que os alunos identificaram tipos ou comportamentos específicos do *bullying*.

GRÁFICO 4 - CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING



- 2) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para lidar com o *bullying*.”, 96% das crianças identificou 3 ou mais estratégias para lidar com o *bullying*, tal como exposto no gráfico 5.

GRÁFICO 5 - ESTRATÉGIAS PARA LIDAR COM O BULLYING



Atividade 1 - Questionário de Avaliação da 3ª SES - crianças

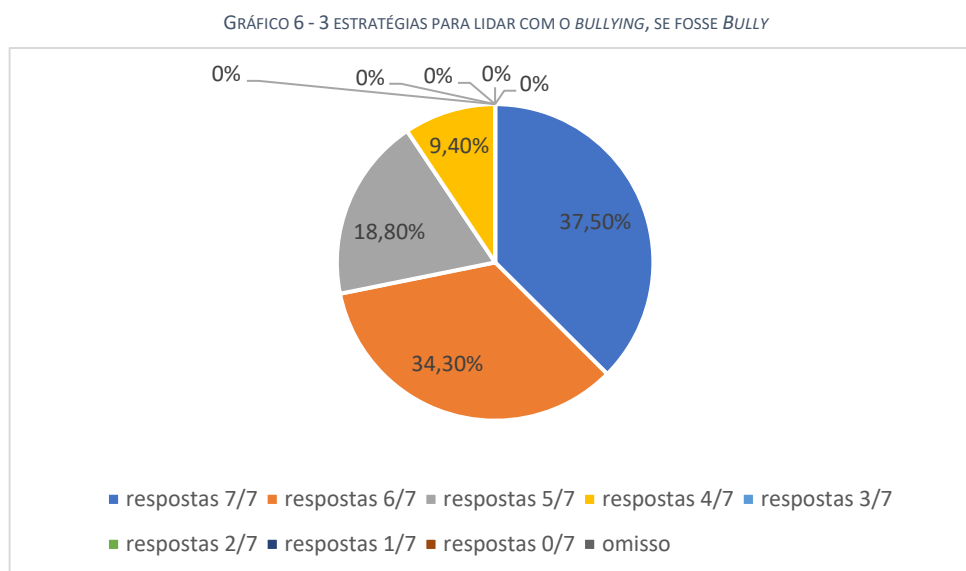
Das crianças presentes nas 3ª SES todos preencheram o questionário de avaliação. Tal como representado na tabela 6, relativamente à satisfação em relação à temática, destaca-se que 84% consideraram ter interesse no tema; 65,6% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 71,5% destaca o desenvolvimento dos conteúdos; 78% considera a duração da sessão adequada; e, 78% consideram que a temática tem utilidade prática.

TABELA 6 - AVALIAÇÃO DA 3ª SES

	Não		Mais ou Menos		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	1	3,5%	4	12,5%	27	84%	32
Utilidade dos conteúdos	2	6,4%	9	28%	21	65,6%	32
Desenvolvimento dos conteúdos	1	3,5%	8	25%	23	71,5%	32
Duração da sessão	2	6,4%	5	15,6%	25	78%	32
Utilidade prática do tema	3	9,5%	4	12,5%	25	78%	32

Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

- 1) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para lidar com o *bullying*, se fosse *Bully*.” 100% das crianças identificou 3 ou mais estratégias para lidar com o *bullying*, se fosse *Bully*, tal como exposto no gráfico 6.



Atividade 1 - Questionário de Avaliação da 4ª SES – crianças

Das crianças presentes nas 3ª SES todos preencheram o questionário de avaliação. Tal como representado na tabela 7, relativamente à satisfação em relação à temática, destaca-se que 84% consideraram ter interesse no tema; 65,6% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 71,5% destaca o desenvolvimento dos conteúdos; 78% considera a duração da sessão adequada; e, 78% consideram que a temática tem utilidade prática.

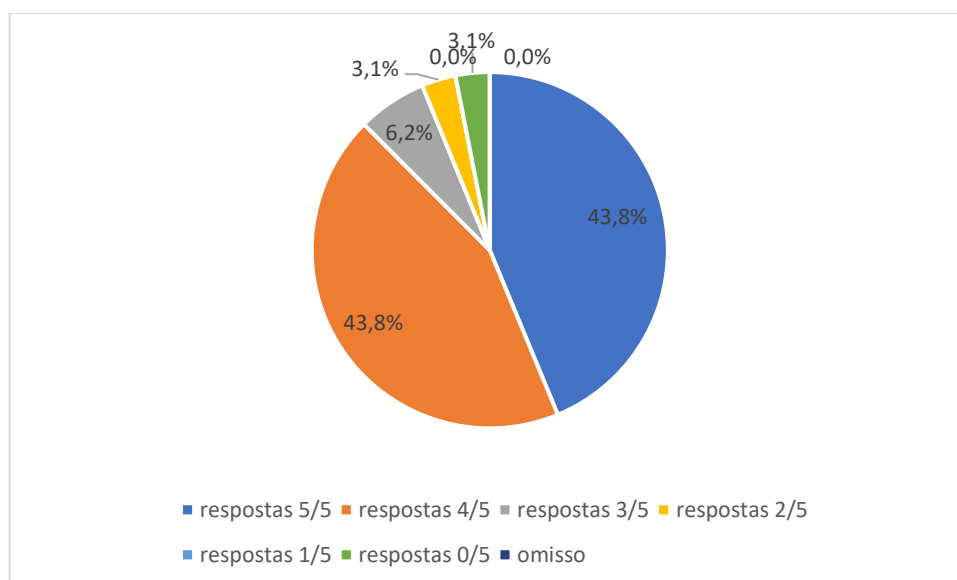
TABELA 7 - AVALIAÇÃO DA 4ª SES

	Não		Mais Menos ou		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	1	3,5%	4	12,5%	27	84%	32
Utilidade dos conteúdos	2	6,4%	9	28%	21	65,6%	32
Desenvolvimento dos conteúdos	1	3,5%	8	25%	23	71,5%	32
Duração da sessão	2	6,4%	5	15,6%	25	78%	32
Utilidade prática do tema	3	9,5%	4	12,5%	25	78%	32

Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

- 1) “% das crianças que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias se assistir a *Bullying* o que deve fazer.” 93,8% das crianças identificou 3 ou mais estratégias para lidar com o *bullying*, se fosse *Bully*, tal como exposto no gráfico 7.

GRÁFICO 7 - 3 ESTRATÉGIAS SE ASSISTIR A *BULLYING* O QUE DEVE FAZER



Conclusão das 4 sessões:

Pelo exposto na avaliação geral das 4 SES para as crianças, com o cumprimento das metas estabelecidas para os indicadores, podemos concluir que se contribuiu para atingir o objetivo específico definido de “Contribuir para que os alunos sejam capazes de identificar o fenómeno de *bullying* e promover comportamentos positivos.”, com repercussões para o cumprimento do objetivo geral.

APÊNDICE XXI

Atividade 2 - Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Encarregados de Educação (EE) dos alunos do 4º ano – plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

População Alvo: encarregados de educação das 2 turmas do 4º ano

Número de utentes previstos: Turma A –20; Turma B – 19;

Local: salas de Aula A e B (disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: Turma A – 10-1-2024 às 17h45; Turma B – 4-1-2024 às 16h (durante a reunião de final do 1º período).

Duração: 20 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Apresentar os resultados do questionário;
- Aumentar os conhecimentos dos EE, relativamente ao *bullying*.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Refletir sobre a problemática do <i>bullying</i>;	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática; - Apresentação dos dados do questionário de avaliação do <i>bullying</i> em contexto escolar.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	5 min.
Desenvolvimento	- Aumentar os conhecimentos relativamente ao <i>bullying</i>; - Sensibilizar para as estratégias para ajudar as vítimas e agressores/as.	- Definição do conceito de <i>bullying</i>; - Intervenientes do fenómeno de <i>bullying</i> - Tipos de <i>bullying</i>; - Consequências do <i>Bullying</i>; - Sinais de Alerta; - Como Ajudar.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	10 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação.	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação	5 min.

Vamos falar sobre o *Bullying*

Encarregados de Educação – 4º Ano

Projeto de Prevenção do *Bullying*



ESEL
ESL
ESL

Enfermeira Sofia Lourenço

1

Dados dos questionários – Dezembro/2023

Caraterização
Questionário aplicado a 28 alunos do 4º ano (71,8%)

- Idades: Alunos entre os 9 e os 11 anos;
- Sexo: 53,6% (15) são rapazes e 46,4% (13) são raparigas;
- Irmãos: 92,9% (26) tem irmãos;
- taxa de frequência do JVCreche: 85,7%;
- taxa de reprovação 1º ciclo: 32,1%.



3

Conteúdos

01 Dados do questionário aplicado sobre o *Bullying*

02 O que é o *Bullying*?
Características do *Bullying* Intervinentes

03 Tipos de *Bullying*
Verbal, Físico, Relacional e Ciberbullying

04 O que o *Bullying* pode provocar? Como ajudar?

2

Acerca de seres Agredido(a)

1- 71,4% (20) das crianças referem ter sido agredidas na escola, durante o 1º período.

a. Nº de vezes que ocorreram as agressões: 32,1% (9) situam as agressões em "1 ou 2 vezes", durante o 1º período;

b. Tipo de agressão: 29,8% "Chamaram-me nomes feios"; 12,3% "Ameaçaram-me, meteram-me medo"; e, 12,3% para "Não brincom comigo e deixam-me sozinho(a)";

c. Local das agressões: 45,9% ocorreram no "recreio";

d. Bullies: 54,5% "São da minha turma";

e. Bullies: 25% "vários rapazes".



4

Acerca de seres Agredido(a)

2- Profissionais que impedem as agressões na escola:

a) 42,9% considera "muitas vezes" relativamente aos professores;

b) 39,3% (11) das crianças considera a hipótese "às vezes" relativamente aos restantes funcionários.

3- Comunicação de agressões:

a) 19,1% para opção "professor ou diretor de turma";

b) 19,1% para opção "pais ou encarregado de educação";

c) 2,1% "Não disse a ninguém";

4- Ajuda a outros quando agredidos:

a) 31,5% considera "Ajudo mesmo que não conheça";

b) 29,6% considera "Chamo alguém para ajudar";

c) 9,3% considera as hipóteses nulas para ajudar o outro(a).



5

O que é o *Bullying*?

É uma forma de violência, que corresponde a comportamentos agressivos, intencionais e repetidos, exercidos por uma criança, jovem, ou grupo, contra outra que não tem possibilidade de se defender.



(CDS, 2023, Violência no Bullying: O que é, como se manifesta, Violência no Bullying)

7

Acerca de Agredires Outro(a)

1- 42,9% (12) das crianças consideram ter agredido outros(as), durante o 1º período.

a. Nº de vezes que agrediram: 35,7% (10) situam as agressões em "1 ou 2 vezes" no 1º período;

b. Razão da agressão: 26,5% refere ter agredido outros(as) "Porque me irritaram", 17,6% "Porque tive de me defender" e 50,0% respondeu "Não fiz mal a nenhum colega";

2- "Ajudavas a agredir um colega que não gostasses?":

a) 53,6% (15) considera que "não";

b) 28,6% (8) considera as hipóteses de agredir



6

Caraterísticas do *Bullying*

- Repetição e continuidade ao longo do tempo
- Desequilíbrio de poder e/ou força
- Intenção de provocar o outro
- Ocorre entre colegas de idades semelhantes

- É diferente de uma brincadeira ou conflito

- Magoa

- Afeta rapazes e raparigas

- Fenómeno universal e transversal



(CDS, 2023, Violência no Bullying: O que é, como se manifesta, Violência no Bullying)

8



9

Tipos de *Bullying*

Ciberbullying

- adotar **todos os comportamentos anteriormente descritos** (à exação dos físicos), com recurso aos **meios tecnológicos**;

Por exemplo:

- publicar nas redes sociais uma imagem ou um vídeo sem o consentimento da pessoa;
- criar um perfil falso;
- disseminar boatos acerca de alguém;
- enviar mensagens cruéis.

- Identidade do *Bully* anónimo
- Papel das testemunhas na divulgação

(Videolote Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Videolote Não Bully.pt)

11

Tipos de *Bullying*

Físico

Através da força física para magoar outro, por exemplo: bater, empurrar, pontapear, roubar ou destruir objetos pessoais, cercar a vítima;

Verbal

Através de palavras para humilhar outro por exemplo: ameaçar, insultar, ridicularizar, gozar, colocar alcunhas maldosas;

Relacional

Isolar um colega do grupo por exemplo: espalhar rumores ou intrigas, ignorar um colega, excluir;

(Videolote Não Bully.pt)

10

O que o *Bullying* pode provocar?

Medo e Ansiedade

Isolamento

Tristeza

Dificuldade de concentração e aprendizagem

Fúria

Dores de estômago e vômitos, Dificuldade em dormir

(Videolote Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Videolote Não Bully.pt)

12

Como Prevenir o bullying

- Fale sobre o *bullying*;
- Demonstre respeito pelo outro e pelas diferenças;
- Encoraje atividades positivas;
- Ensine boas práticas online;
- Crie regras nas tecnologia.

(Videolote Não Bully.pt)

13

Sinais de Alerta se a criança for *bully*

→ O que fazer se a criança for *bully*?

- Envolver-se em conflitos frequentemente
- Ter amigos que intimidam colegas
- Aumentar a sua agressividade
- Ter dinheiro ou bens sem explicação
- Preocupar-se muito com a popularidade
- Não assumir responsabilidades

- Leve a questão a sério, não desvalorize o problema, o *Bullying* tem consequências para todos;
- Tenha uma conversa sincera;
- Promova a reflexão;
- Explore o impacto;
- Estabeleça compromissos;
- Implemente consequências.

(Videolote Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Videolote Não Bully.pt)

15

Sinais de Alerta se a criança for vítima de bullying

→ O que fazer se a criança for ALVO de bullying

- Apresentar lesões inexplicáveis
- Bens perdidos ou destruídos
- Dores de cabeça ou estômago frequentes
- Mudança nos hábitos alimentares
- Dificuldade em dormir ou pesadelos
- Não querer ir à escola ou diminuição do rendimento escolar
- Perda súbita de amigos

- Dar espaço para conseguir falar
- Ouça o seu relato calmamente
- Mostre-lhe empatia pelo que sente
- Estabeleça limites (não usar violência)
- Pense numa estratégia
- Incentive a denúncia
- Fale com alguém na escola
- Se os ataques forem online... Guarde as mensagens/fotografias que possam servir de provas.

(Videolote Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Videolote Não Bully.pt)

14

Não É uma Simples Provocação! Não É uma brincadeira!

Magoa!

Ninguém Merece ser vítima de *Bullying*!

(Videolote Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Videolote Não Bully.pt)

16





Questionário de Avaliação da Sessão – Reunião dos Encarregados de Educação

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, solicitamos o preenchimento deste questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a sua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as suas respostas!

Muito obrigada pela sua colaboração!

4) Assinale com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

5) Relativamente ao *bullying* - Assinale no ☐ com F (Falso) ou V (Verdadeiro) as seguintes afirmações:

☐	O <i>bullying</i> não é uma forma de violência.
☐	No <i>bullying</i> , as crianças ou jovens agredidos, não tem possibilidade de se defender.
☐	O <i>bullying</i> caracteriza-se pela repetição e continuidade ao longo do tempo.
☐	No <i>bullying</i> há intenção de provocar o outro.
☐	O <i>bullying</i> não afeta as crianças que testemunham as situações.

6) Identifique 2 tipos de *bullying*:

7) Assinale no ☐ com F (Falso) ou V (Verdadeiro) as seguintes afirmações relativamente às estratégias que deve utilizar para prevenir o *bullying*:

☐	Falar sobre o <i>bullying</i> .
☐	Não devo falar sobre o <i>bullying</i> .
☐	Demonstre bondade e empatia pelo outro.
☐	Ignoro o respeito pelo outro e pelas diferenças.
☐	Devo encorajar atividades positivas.
☐	Ensine boas práticas online.
☐	Não devo estabelecer regras online.

Muito Obrigada pela sua participação!

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Atividade 2 - Questionário de Avaliação da SES – Reunião dos Encarregados de Educação

Foram realizadas 2 SES para prevenção do *bullying* para os pais, que decorreram nos dias 4 (4º B) e 10 (4º A) de janeiro de 2024, na biblioteca e sala de aula (respetivamente) da Escola Básica da área de abrangência da ULSSJ, durante a reunião do final do 1º período de cada turma. Como tal, relativamente ao indicador de processo “% das SES aos EE dos alunos do 4º ano sejam realizadas.”, foram realizadas as 2 SES planeadas (1 para cada turma), tal como previsto.

Relativamente ao indicador de processo “% dos EE dos alunos do 4º ano, que assistiu às SES.”, tal como representado na tabela 1, no total das 2 turmas, estavam previstos 39 EE, tendo comparecido 20, o que corresponde a 51,3%.

TABELA 5 - NÚMERO DE PARTICIPANTES NA SES

Turma	nº EE previstos	nº EE presentes
4º A	20	12
4º B	19	8
Total	39	20

Dos EE presentes nas SES todos preencheram o questionário de avaliação. Relativamente à satisfação em relação à temática (representado na tabela 2), destaca-se que 90% consideraram ter interesse no tema; 80% apontaram que os conteúdos abordados são úteis; 85% destaca o desenvolvimento da temática; 75% considera a duração da sessão adequada; e, 90% consideram que a temática tem utilidade prática.

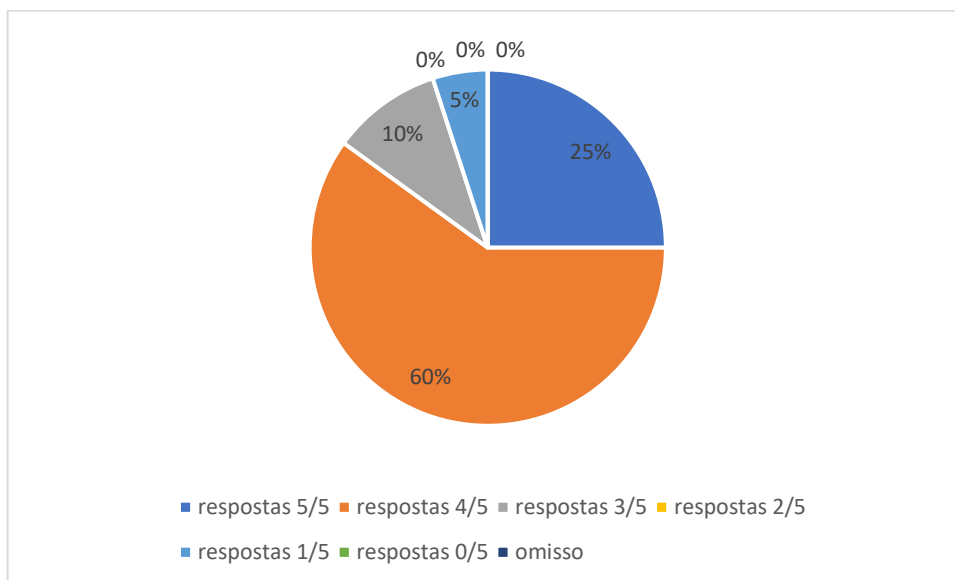
TABELA 6 - AVALIAÇÃO DA SES

	Não		Mais ou Menos		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema	1	5	1	5%	18	90%	20
Utilidade dos conteúdos			4	20%	16	80%	20
Desenvolvimento dos conteúdos			3	15%	17	85%	20
Duração da sessão			5	25%	15	75%	20
Utilidade prática do tema			2	10%	18	90%	20

Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

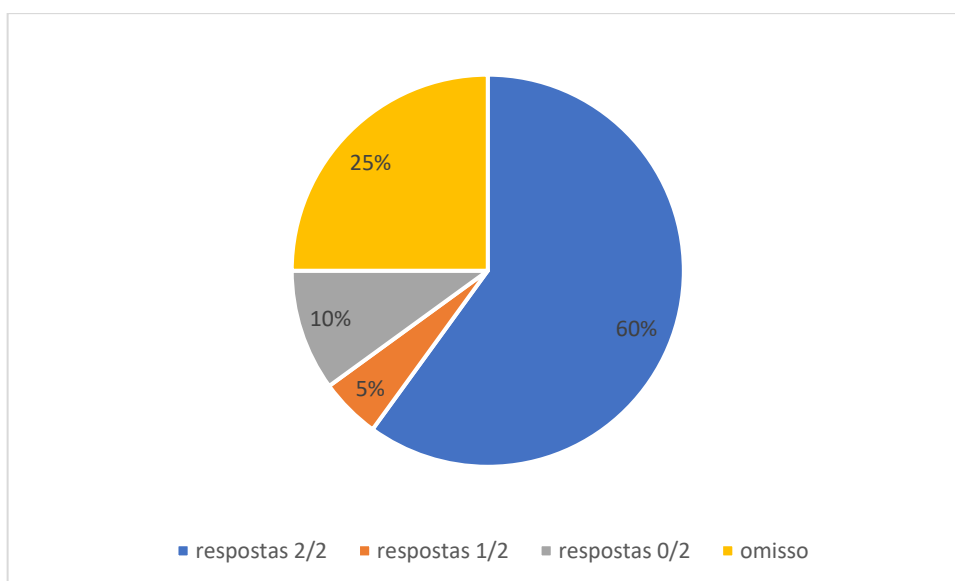
- 4) “% dos EE que assistiu às SES, que identificou 2 características do *bullying*”, constata-se que 95% dos EE identificou 2 ou mais características relativamente ao *bullying*, tal como se pode observar no gráfico 1.

GRÁFICO 1 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE O *BULLYING* (VERDADEIRO OU FALSO)



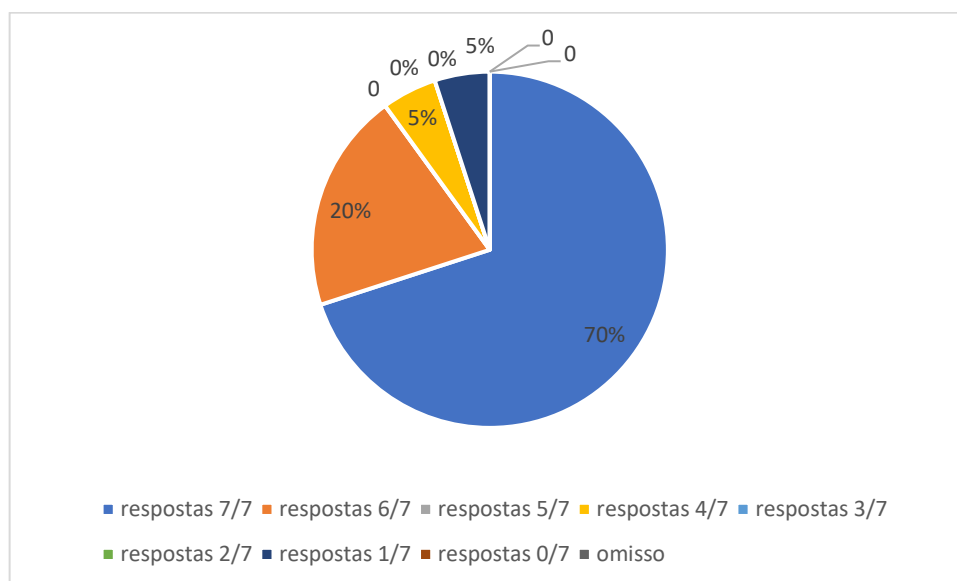
- 5) “% dos EE que assistiu às SES, que identificou 2 tipos de *bullying*”, tal como representado no gráfico 2, 60% dos EE identificou 2 tipos de *bullying*.

GRÁFICO 2 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO TIPOS DE *BULLYING*



- 6) “% dos EE que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para prevenir o *bullying*.”, 95% dos EE identificou 3 ou mais estratégias, tal como exposto no gráfico 3.

GRÁFICO 3 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR COM O *BULLYING* - VERDADEIRO OU FALSO



Conclusão:

Pelo exposto na avaliação desta sessão, podemos concluir que se contribuiu para atingir o objetivo específico definido de “Contribuir para capacitar os encarregados de educação sobre a prevenção do *bullying*”, com repercussões para o cumprimento do objetivo geral.

APÊNDICE XXII

Atividade 3 - Sessão de Educação para a Saúde (SES) para os Assistentes Operacionais (AO) do 1º ciclo- plano da sessão, apresentação, questionário de avaliação e resultados da avaliação

“Vamos falar sobre o *Bullying* – projeto de intervenção de enfermagem, numa comunidade escolar”

População Alvo: funcionários da escola do 1º ciclo

Número de utentes previstos: a definir;

Local: biblioteca (local a conformar pela escola e se tem disponível computador e retroprojektor)

Dia da Sessão e Horário: a definir pela coordenadora do 1º ciclo.

Duração: 20 min.

Formadores: Enfermeira Sofia Lourenço (Mestranda em estágio na UCC Oriente da ULSSJ)

Objetivo Geral:

- Apresentar os resultados do questionário;
- Aumentar os conhecimentos dos AO, relativamente ao *bullying*;
- Sensibilizar sobre a vigilância do *bullying* nos recreios.

Observações:

Fases	Objetivos específicos	Conteúdos a desenvolver	Métodos	Recursos	Tempo
Introdução	- Apresentar o tema da sessão; - Refletir sobre a problemática do <i>bullying</i>;	- Apresentação da formadora, dos objetivos da sessão e do projeto; - Perceção sobre os conhecimentos do grupo em relação à temática; - Apresentação dos dados do questionário de avaliação do <i>bullying</i> em contexto escolar.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	5 min.
Desenvolvimento	- Aumentar os conhecimentos relativamente ao <i>bullying</i>; - Sensibilizar para as estratégias para ajudar as vítimas e agressores/as.	- Definição do conceito de <i>bullying</i>; - Intervenientes do fenómeno de <i>bullying</i> - Tipos de <i>bullying</i>; - Consequências do <i>Bullying</i>; - Sinais de Alerta; - Como Ajudar.	Expositivo Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção	10 min.
Conclusão/ Avaliação	- Partilha dos participantes sobre a temática; - Avaliar a sessão de educação para a saúde.	- Esclarecimento de dúvidas; - Questionário de avaliação de conhecimentos e de satisfação.	Ativo	- Computador - Projetor - Tela de projeção - Questionário de avaliação	5 min.

Vamos falar sobre o *Bullying*

Funcionários da Escola – 4º Ano

Projeto de Prevenção do *Bullying*



ESSEL
LIFE SKILLS
PROJETO

Enfermeira Sofia Lourenço

1

Dados dos questionários – Dezembro/2023

Caraterização
Questionário aplicado a 28 alunos do 4º ano (71,8%)

- Idades: Alunos entre os 9 e os 11 anos;
- Sexo: 53,6% (15) são rapazes e 46,4% (13) são raparigas;
- Irmãos: 92,9% (26) tem irmãos;
- taxa de frequência do J.Vcreche: 85,7%.



3

Conteúdos

01 Dados do questionário aplicado sobre o *Bullying*

02 O que é o *Bullying*?
Caraterísticas do *Bullying*
Interventistas

03 Tipos de *Bullying*
Verbal, Físico, Relacional e Ciberbullying

04 O que o *Bullying* provoca? Como ajudar?

2

Acerca de seres Agredido(a)

1- 71,4% (20) das crianças referem ter sido agredidas na escola, durante o 1º período.

a. Nº de vezes que ocorreram as agressões: 32,1% (9) situam as agressões em "1 ou 2 vezes", durante o 1º período;

b. Tipo de agressão: 29,8% "Chamaram-me nomes feios"; 12,3% "Ameaçaram-me, meteram-me medo"; e, 12,3% para "Não brincam comigo e deixam-me sozinho(a)";

a. Local das agressões: 45,9% ocorreram no "recreio"

b. *Bullying*: 54,5% "São da minha turma";

c. *Bullying*: 25% "vários rapazes".



4

Acerca de seres Agredido(a)

2- Profissionais que impedem as agressões na escola:

a) 42,9% considera "muitas vezes" relativamente aos professores;

b) 39,3% (11) das crianças considera a hipótese "às vezes" relativamente aos restantes funcionários.

3- Comunicação de agressões:

a) 19,1% para opção "professor ou diretor de turma";

b) 19,1% para opção "pais ou encarregado de educação";

c) 2,1% "Não disse a ninguém".

4- Ajuda a outros quando agredidos:

a) 31,5% considera "Ajudo mesmo que não conheça";

b) 29,6% considera "Chamo alguém para ajudar";

c) 9,3% considera as hipóteses nulas para ajudar o outro(a).

RECREIOS



5

O que é o *Bullying*?

É uma **forma de violência**, que corresponde a comportamentos agressivos, **intencionais e repetidos**, exercidos por uma criança, jovem, ou grupo, contra outra que **não tem possibilidade de se defender**.



(Vetorize Escola Sem Bullying, Escola Sem Violência, Vetorize No Bully.pt)

7

Acerca de Agredires Outro(a)

1- 42,9% (12) das crianças consideram ter agredido outros(as), durante o 1º período.

a. Nº de vezes que agrediram: 35,7% (10) situam as agressões em "1 ou 2 vezes" no 1º período;

b. Razão de agressão: 26,5% refere ter agredido outros(as) "Porque me irritaram", 17,6% "Porque tive de me defender" e 50,0% respondeu "Não fiz mal a nenhum colega";

2- "Ajudavas a agredir um colega que não gostasses?":

a) 53,6% (15) considera que "não";

b) 28,6% (8) considera as hipóteses de agredir



Caraterísticas do *Bullying*

- **Repetição** e continuidade ao longo do tempo
- **Desequilíbrio de poder** e/ou força
- **Intenção** de provocar o outro
- Ocorre entre colegas de idades semelhantes

- É diferente de uma brincadeira ou conflito

- Magoa

- Afeta rapazes e raparigas

- Fenómeno universal e transversal



(ESSEL, 2023, Vetorize No Bully.pt e Associação Plano 3)

8



9

Tipos de Bullying

Ciberbullying

- adotar **todos os comportamentos anteriormente descritos** (à exceção dos físicos), com recurso aos **meios tecnológicos**;

Por exemplo:

- publicar nas redes sociais uma imagem ou um vídeo sem o consentimento da pessoa;
- criar um perfil falso;
- disseminar boatos acerca de alguém;
- enviar mensagens cruéis.

(Fonte: Escola Sem Bullying, Unidade No Bully.pt, Escola Sem Violência)

11

Tipos de Bullying

Físico

Através da **força física** para magoar outro, por exemplo: bater, empurrar, pontapear, roubar ou destruir objetos pessoais, cercar a vítima;

Verbal

Através de **palavras** para humilhar outro, por exemplo: ameaçar, insultar, ridicularizar, gozar, colocar alcunhas maldosas;

Relacional

Isolar um colega do grupo por exemplo: espalhar rumores ou intrigas, ignorar um colega, excluir;

(Fonte: No Bully.pt)

10

O que o Bullying provoca?

Medo e Ansiedade Isolamento Tristeza

Dificuldade de concentração e aprendizagem Fúria Dores de estômago e vômitos, Dificuldade em dormir

(Fonte: Escola Sem Bullying, Unidade No Bully.pt, Escola Sem Violência)

12

Como Prevenir o bullying

- Estar atento a comportamentos agressivos entre alunos, principalmente nos **RECREIOS** e em **zonas mais isoladas**;
- **Redobrar a atenção**, de forma a detetar potenciais situações de **bullying**;
- **Confirmar**, caso detete ou lhe seja confiada alguma denúncia, que se trata realmente de uma situação de **bullying**;

(Fonte: Escola Sem Bullying, Unidade No Bully.pt, Escola Sem Violência)

13

Não É uma Simples Provação! Não É uma brincadeira!

Magoa!

Ninguém Merece ser vítima de Bullying!

15

O que fazer?

- **Pare o Bullying** no local, intervenha imediatamente;
- Com **calma**, tranquilize as crianças envolvidas;
- Mantenha as crianças separadas e ouça **todos os envolvidos separadamente**;
- Procurar, com calma, compreender a origem desses comportamentos;
- Informar o **órgão de gestão da escola**;
- A **Escola deve contactar os pais/encarregados de educação** e procurar averiguar se a família tem conhecimento desse tipo de comportamentos.
- **NOTA:** Ligue para o 112, caso seja necessário (como por exemplo em situações em que estejam envolvidas armas);

STOP BULLYING

NO

(Fonte: Escola Sem Bullying, Unidade No Bully.pt, Escola Sem Violência)

14

Questões ou Dúvidas?

16

Rede de Recursos

- IAC - Linha SOS-Criança - 116111
- IAC (Equipa de Marvília) - 218592959
iac-pruac@iaccrianca.pt
- Questão da Igualdade -
geral@questaoideigualdade.pt
- APAV - Linha de Apoio a Vítimas -
116006

Preencher o questionário de avaliação

Referências Bibliográficas

- Associação Plano I. *Bullying*: Guia de boas práticas.
- Associação Plano I. Plano B – Programa de prevenção de bullying – manual de intervenção para profissionais.
- Direção Geral de Saúde. (2023). https://www.dgs.gov.pt/Portals/0/2023/06/20230623_01.pdf
- Fernandes, L. & Sáiz, S. (2012). *Plano Bullying – como prevenir e lidar com o bullying de escola*. Pórtico Editora.
- Ministério da Educação (site acessado em 18-11-2023). 'Escola sem Bullying: Escola Sem Violência'. Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e Outras Formas de Violência. <https://www.gestaoescolares.gov.pt/pt/sem-bullying>
- No Bully Portugal (site acessado em 27-11-2023). <https://noubully.pt/>



Questionário de Avaliação da Sessão – Funcionários da Escola

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Com o intuito de melhorar a qualidade das sessões, solicitamos o preenchimento deste questionário, relativo à avaliação da sessão de sensibilização sobre o *Bullying*. Por isso a sua colaboração é essencial!

Este questionário é anónimo, por isso ninguém saberá as suas respostas!

Muito obrigada pela sua colaboração!

8) Assinale com uma cruz (X) a resposta que corresponde à sua apreciação das seguintes afirmações:

	Não 	Mais ou Menos 	Sim 
Interesse do tema			
Utilidade dos conteúdos			
Desenvolvimento dos conteúdos			
Duração da sessão			
Utilidade prática do tema			

9) Relativamente ao *bullying* - Assinale no ☐ com F (Falso) ou V (Verdadeiro) as seguintes afirmações:

☐	O <i>bullying</i> não é uma forma de violência.
☐	No <i>bullying</i> , as crianças ou jovens agredidos, não tem possibilidade de se defender.
☐	O <i>bullying</i> caracteriza-se pela repetição e continuidade ao longo do tempo.
☐	No <i>bullying</i> há intenção de provocar o outro.
☐	O <i>bullying</i> não afeta as crianças que testemunham as situações.

10) Assinala com uma cruz (X) as respostas que correspondem aos comportamentos relativos ao *bullying*:

☐	Chamar alcunhas maldosas.
☐	Isolar um colega do grupo.
☐	Disputar um jogo de futebol.
☐	Magoar através de palavras para humilhar o outro.
☐	Criar um perfil falso no Facebook.
☐	Brigar de igual para igual.
☐	Publicar nas redes sociais uma imagem, com autorização da pessoa.

1) Assinale no ☐ com F (Falso) ou V (Verdadeiro) as seguintes afirmações relativamente às estratégias que deve utilizar para prevenir o *bullying*:

☐	Pare o <i>Bullying</i> no local, intervenha imediatamente.
☐	Mantenha as crianças juntas e ouça todos os envolvidos juntamente.
☐	Não confirmar, caso detete ou lhe seja confiada alguma denúncia, que se trata realmente de uma situação de <i>bullying</i> .
☐	Procurar, com calma, compreender a origem desses comportamentos.
☐	Informar o órgão de gestão da escola.
☐	A Escola deve contactar os pais/encarregados de educação e procurar averiguar se a família tem conhecimento desse tipo de comportamentos.

Muito Obrigada pela sua participação!

Vamos Falar Sobre o *Bullying* – Projeto de Prevenção do *Bullying*, na Comunidade Escolar

Atividade 3 - Questionário de Avaliação da SES – Assistentes Operacionais

Foi realizada 1 SES para prevenção do *bullying* para os AO do 1º ciclo, que decorreu no dia 16 de janeiro de 2024, na sala de professores da Escola Básica da área de abrangência da ULSSJ, durante período indicado pela escola. Como tal, relativamente ao indicador de processo “% das SES aos AO da escola, sejam realizadas”, foi realizada 1 SES, tal como previsto.

Relativamente ao indicador de processo “% dos AO da escola, que assista às SES”, tal como representado na tabela 1, estavam previstos 4 AO, tendo comparecido os 4, o que corresponde a 100%.

TABELA 7 - NÚMERO DE PARTICIPANTES NA SES

Turma	nº AO previstos	nº AO presentes
AO	4	4

Dos AO presentes na SES todos preencheram o questionário de avaliação. Relativamente à satisfação em relação à temática (representado na tabela 2), destaca-se que 100% consideraram ter interesse no tema; 100% apontaram que os conteúdos abordados são uteis; 50% refere que “sim” e 50% “mais ou menos” para o desenvolvimento da temática; 75% considera a duração da sessão adequada; e, 50% refere que “sim” e 50% “mais ou menos” para utilidade prática da temática.

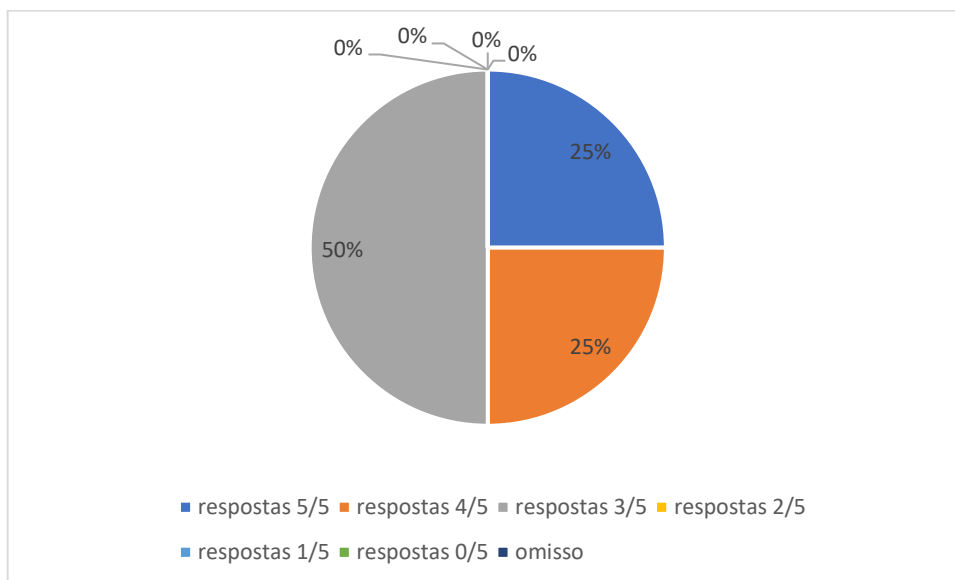
TABELA 8 - AVALIAÇÃO DA SES

	Não		Mais ou Menos		Sim		Total
	N	%	n	%	n	%	
Interesse do tema					4	100%	4
Utilidade dos conteúdos					4	100%	4
Desenvolvimento dos conteúdos			2	50%	2	50%	4
Duração da sessão			1	25%	3	75%	4
Utilidade prática do tema			2	50%	2	50%	4

Relativamente aos indicadores de resultado definidos, que permitam dar resposta aos objetivos específicos:

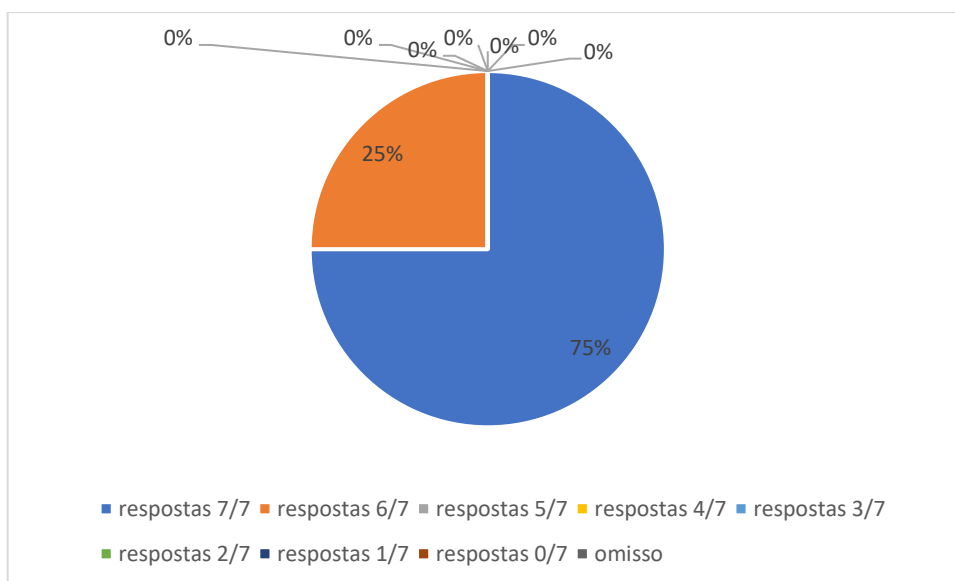
- 7) “% dos AO que assistiu às SES, que identificou 2 características do *bullying*”, constata-se que 100% dos AO identificou 2 ou mais caraterísticas relativamente ao *bullying*, tal como se pode observar no gráfico 1.

GRÁFICO 1 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE O *BULLYING* (VERDADEIRO OU FALSO)



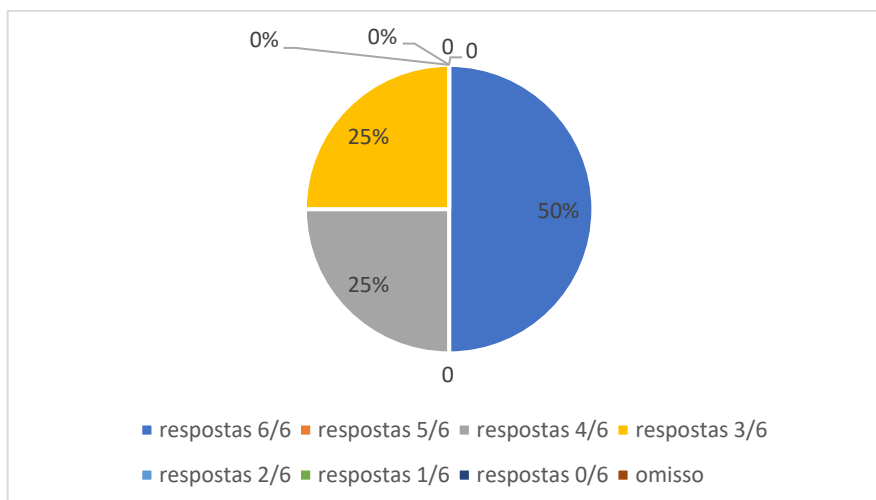
- 8) “% dos AO das escolas que assistiu às SES, que identificou 3 comportamentos específicos de *bullying*”, tal como representado no gráfico 2, 100% dos AO identificou 3 comportamentos específicos de *bullying*.

GRÁFICO 2 – RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE COMPORTAMENTOS ESPECÍFICOS DE *BULLYING*



- 9) “% dos AO que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para prevenir *bullying*”,
100% dos AO identificou 3 ou mais estratégias, tal como exposto no gráfico 3.

GRÁFICO 31 - RESPOSTA QUESTIONÁRIO SOBRE ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR COM O *BULLYING* - VERDADEIRO OU FALSO



Conclusão:

Pelo exposto na avaliação desta sessão, podemos concluir que se contribuiu para atingir o objetivo específico definido de “Contribuir para capacitar os assistentes operacionais (AO) sobre a prevenção do *bullying*”, com repercussões para o cumprimento do objetivo geral.

APÊNDICE XXIII

Atividade 4 – Materiais de Divulgação

Vamos falar sobre o *Bullying*



O *Bullying*

**Não É uma Simples
Provocação!**

Não É uma brincadeira!

Magoa!

**Ninguém Merece ser vítima
de *Bullying*!**

Enfermeira Sofia Lourenço

(fonte Website No Bully.pt e Website Escola Sem Bullying,
Escola Sem Violência)



Se és vítima de *bullying*

- 1) Fala com alguém sobre o que se está a passar (amigo ou colega).
- 2) Conta a um adulto (pais, professores, auxiliares, psicólogo).
- 3) Não te sintas culpado!
- 4) Mantém-te calmo, mesmo que te sintas triste e/ou assustado.
- 5) Não dês importância ao que te dizem, sê tu próprio!
- 6) Não uses a violência!
- 7) Evita estar sozinho em zonas mais isoladas durante o almoço e os intervalos.
- 8) Vai sempre acompanhado no caminho casa / escola!



Diploma



Concedemos a _____

O diploma de combatente Anti-Bullying!

Obrigada pela tua participação!

Enfermeira Sofia L.









(Imagem de Gina D. (2023) Boicaram a minha felicidade!)



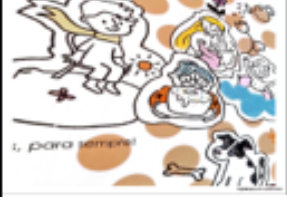
Se assistes a Bullying: O que deves fazer?



- Está atento a comportamentos agressivos entre colegas.
- Procura confirmar se é mesmo uma situação de bullying.
- Não ignores o que se está a passar! Ajuda os colegas que sejam vítimas de bullying!
- Pede ajuda a um adulto.
- Não uses a violência!









(Imagem de Gina D. (2023) Boicaram a minha felicidade!)



Vamos Falar Sobre o *Bullying*

1º curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária Área de Especialização em Enfermagem de Saúde Comunitária e Saúde Pública
Enfermeira Mestranda: Sofia Lourenço



• Aplicação do Questionário – Dezembro/2023

28 alunos do 4º ano de escolaridade (71,8%) – 9 aos 11 anos

1) RESULTADOS

1.1) Acerca de seres Agredido(a)

- 71,4% (20) das crianças referem ter sido agredidas na escola, durante o 1º período.



- a. Nº de vezes que ocorreram as agressões: 32,1% (9) “1 ou 2 vezes”;
- b. Tipo de agressão: 29,8% “Chamaram-me nomes feios”;
- c. Local das agressões: 45,9% ocorreram no “recreio”;
- d. *Bullies*: 54,5% “São da minha turma” e 25% “vários rapazes”.



1.2) Acerca de Agredires Outro(a)

- 42,9% (12) das crianças consideram ter agredido outros(as), durante o 1º período.



- a. Nº de vezes que agrediram: 35,7% (10) situam as agressões em “1 ou 2 vezes” no 1º período;
- b. Razão da agressão: 26,5% “Porque me irritaram”.



2) PROBLEMAS IDENTIFICADOS



- ✓ Crianças que sofreram *bullying*;
- ✓ Ocorrência de *bullying* no recreio;
- ✓ Crianças que agrediram outro(as).

3) PLANEAMENTO DA INTERVENÇÃO DE ENFERMAGEM

- ✓ 1 Sessão de Educação para a Saúde para os Assistentes Operacionais;
- ✓ 1 Sessão de Educação para a Saúde os Encarregados de Educação (cada turma);
- ✓ 4 Sessões de Educação para a Saúde para as crianças (cada turma).





SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Projeto de Prevenção do Bullying - Ponto de situação do projeto e proposta de medidas de atuação perante uma situação bullying e cyberbullying

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

24 de janeiro de 2024 às
04:35

Rascunho

Exmos. Srs. Professores,

No âmbito do **projeto de intervenção comunitária "Vamos falar sobre o Bullying"**, com o objetivo principal de prevenção do *Bullying* em contexto escolar, que decorreu do estágio profissional do mestrado em Enfermagem Comunitária e Saúde pública, desenvolvido na Saúde Escolar da UCC Oriente.

Vimos por este meio dar conhecimento dos resultados obtidos da aplicação do questionário (resultados em anexo), durante o mês de dezembro de 2023, aos alunos do 4º ano [REDACTED]. Assim como o planeamento das intervenções de enfermagem para dar resposta aos problemas levantados, que decorreram durante o mês de janeiro de 2024.

Os comportamentos de *bullying* e *cyberbullying*, afetam 1 em cada 3 crianças ou jovens em idade escolar. Alertamos que o *bullying* e *cyberbullying*, afeta as crianças e jovens envolvidos no fenómeno de *bullying* e *cyberbullying*, bem como as famílias e comunidade escolar, pelo clima de medo e insegurança que o fenómeno do *bullying* e *cyberbullying* gera.

A **identificação e atuação** em casos de *bullying* e *cyberbullying* é fundamental, para a sua resolução, sugerimos:

- Estar atentos a comportamentos agressivos entre alunos, principalmente nos RECREIOS e em zonas mais isoladas;
- Redobrar a atenção, de forma a detetar potenciais situações de *bullying* e *cyberbullying*;
- Confirmar, caso detete ou lhe seja confiada alguma denúncia, que se trata realmente de uma situação de *bullying* e *cyberbullying*;
- Pare o *bullying* no local, intervenha imediatamente;
- Com calma, tranquilize as crianças envolvidas;
- Mantenha as crianças separadas e ouça todos os envolvidos separadamente;
- Ligar para o 112, caso seja necessário (como por exemplo em situações em que estejam envolvidas armas ou a segurança dos envolvidos);
- Procurar, com calma, compreender a origem desses comportamentos;
- O órgão de gestão da escola deve contactar os pais/encarregados de educação e procurar averiguar se a família tem conhecimento desse tipo de comportamentos.
- **Registar todas as situações de *bullying* e *cyberbullying* que tenham conhecimento junto da sua população escolar**, desde o ano letivo de 2019/2020, que existe a **obrigatoriedade das direções dos agrupamentos de escolas o fazerem**;
- **O registo tem de ser feito pelos agrupamentos de escolas na plataforma da DGEstE** (<https://www.dgeste.mec.pt/sise/>);

- Convocar os pais dos alunos envolvidos separadamente para uma reunião e tornar claro que estes tipos de comportamentos não são toleráveis e pôr os pais a par das medidas tomadas;
- Sallenta-se que a suspensão por uns dias do autor das agressões não deve ser a solução, deverão ser adotadas estratégias pedagógicas - como a sua participação em projetos de prevenção e combate ao *bullying* e *cyberbullying*, atividades de integração na escola e na comunidade (nomeadamente a colaboração com entidades da comunidade, como lares de 3ª idade, corporações de bombeiros, instituições de solidariedade social ou outras);
- Desde o primeiro momento da denúncia ou que se tenha conhecimento de situações de *bullying* e *cyberbullying*, é essencial que as vítimas, tal como os autores, tenham acompanhamento psicológico especializado o mais precocemente possível, por forma a deduzir o impacto possível na vida de todos os envolvidos.

Enquanto órgãos de responsabilidade educativa é essencial tomar todas as medidas para prevenir e combater o *bullying* e *cyberbullying*, sugere-se o a consulta do Programa que existe desde 2019/2020 "Escola Sem Bullying. Escola Sem Violência" (https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/?page_id=25026) do Ministério da Educação (despacho n.º 8404-C/2019). Sugere-se também, o curso MOOC (Massive Online Open Course), sobre *bullying* e *cyberbullying*, da Direção Geral da Educação, enquadrado nas propostas do Programa "Escola Sem Bullying. Escola Sem Violência" (<https://www.dge.mec.pt/noticias/mooc-bullying-e-ciberbullying-prevenir-agir-3a-edicao>).

(Fonte: Website "Escola Sem Bullying. Escola Sem Violência" e Psicólogo Luís Fernandes, fundador do Projeto "Bullying.pt" acesso https://www.facebook.com/story.php?story_fbid=10228420854160134&id=1044501641)

Acreditamos que esta missão é de TOD@S e que este projeto possa ter deixado sementes positivas para 2024!

Desde já agradecemos a colaboração de tod@s os envolvidos no projeto!

Com os melhores cumprimentos,

Enfermeira Sofia Lourenço

Curso de Mestrado de Enfermagem Comunitária e Saúde Pública

(Escola Superior de Enfermagem de Lisboa)



Saúde Escolar – UCC Oriente



POSTER-Divulgação de resultados - roxo.pptx
310K

APÊNDICE XXIV
Indicadores de Avaliação

1 Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
1.1 - Objetivo Específico: Contribuir para que os alunos do 4º ano, sejam capazes de identificar o fenómeno de <i>bullying</i> e promover comportamentos positivos.		
Indicador de Processo	Meta	Resultado
➤ % das SES para os alunos do 4º ano, que foram realizadas. nº total de atividades de ES realizadas (8) nº total de sessões de atividades de ES planeadas (8) X100	80%	100%
➤ % dos alunos do 4º ano, que assistiu às SES. nº total de alunos que participou nas atividades de ES (130) nº previsto de alunos (156) X100	70%	83%
➤ % dos produtos de divulgação para os alunos do 4º ano, que foi elaborada. ➤ nº de produtos elaborados (2) nº de produtos previstos (2) X100	100%	100%
Indicador de Resultado	Meta	Resultado
➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 2 características do <i>bullying</i> . ➤ nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 características do <i>Bullying</i> (30) nº previsto de alunos (32) X100	90%	93,8%

➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 2 tipos de <i>bullying</i>. <math display="block">\frac{\text{nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 tipos de <i>Bullying</i> (13)}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)}} \times 100</math>	35%	40%
➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 3 comportamentos específicos de <i>bullying</i>. <math display="block">\frac{\text{nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 3 comportamento de <i>Bullying</i> (30)}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)}} \times 100</math>	90%	94%
➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 2 consequências do <i>bullying</i>. <math display="block">\frac{\text{nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 consequências do <i>Bullying</i> (23)}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (34)}} \times 100</math>	50%	68%
➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para lidar com o <i>bullying</i>. <math display="block">\frac{\text{nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 3 estratégias para lidar com o <i>Bullying</i> (33)}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (34)}} \times 100</math>	90%	97%
➤ % dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 3 “estratégias para lidar com o <i>bullying</i>, se fosse <i>Bully</i>”. <math display="block">\frac{\text{nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 3 “estratégias para lidar com o <i>bullying</i>, se fosse <i>Bully</i>” (32)}}{\text{nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)}} \times 100</math>	90%	100%

➤	% dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias “se assistir a <i>Bullying</i> o que deve fazer”.	90%	93,9%				
➤	<table><tr><td>nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 estratégias “se assistir a <i>Bullying</i> o que deve fazer” (30)</td><td>X100</td></tr><tr><td>nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)</td><td></td></tr></table>	nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 estratégias “se assistir a <i>Bullying</i> o que deve fazer” (30)	X100	nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)			
nº total de alunos que participou nas atividades de ES, que identificou 2 estratégias “se assistir a <i>Bullying</i> o que deve fazer” (30)	X100						
nº total de alunos que assistiu às atividades de ES (32)							

1 - Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
1.2 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os encarregados de educação dos alunos do 4º ano, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
Indicador de Processo	Meta	Resultado
➤ % das SES para os EE dos alunos do 4º ano, que sejam realizadas. nº total de atividades de ES realizadas (2) nº total de sessões de atividades de ES planeadas (2) X100	100%	100%
➤ % dos EE dos alunos do 4 ano, que assistiu às SES. nº total de EE que participou nas atividades de ES (20) nº previsto de EE (39) X100	50%	51,3%
➤ % dos produtos de divulgação para os EE dos alunos do 4º ano, que foi elaborada. nº de produtos elaborados (1) nº de produtos previstos (1) X100	100%	100%

Indicador de Resultado		Meta	Resultado
➤ % dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 2 características do <i>bullying</i> . ➤	$\frac{\text{nº total de EE que participou nas atividades de ES, que identificou 2 características do Bullying (19)}}{\text{nº total de EE que assistiu às atividades de ES (20)}} \times 100$	90%	95%
➤ % dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 2 tipos de <i>bullying</i> . ➤	$\frac{\text{nº total de EE que participou nas atividades de ES, que identificou 2 tipos de Bullying (12)}}{\text{nº total de EE que assistiu às atividades de ES (20)}} \times 100$	50%	60%
➤ % dos EE dos alunos do 4º ano que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para prevenir o <i>bullying</i> . ➤	$\frac{\text{nº total de EE que participou nas atividades de ES, que identificou 3 estratégias para prevenir com o Bullying (19)}}{\text{nº total de EE que assistiu às atividades de ES (20)}} \times 100$	90%	95%

1 - Diagnóstico de Enfermagem: Potencial para melhorar o conhecimento dos alunos do 4ª ano, encarregados de educação (EE) e assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
1.3 - Objetivo Específico: Contribuir para capacitar os assistentes operacionais (AO) do 1º ciclo, sobre a prevenção do <i>bullying</i> .		
Indicador de Processo	Meta	Resultado
➤ % das SES aos AO do 1º ciclo da escola, que sejam realizadas. nº total de atividades de ES realizadas (1) nº total de sessões de atividades de ES planeadas (1) X100	100%	100%
➤ % dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES. nº total de AO que participou nas atividades de ES (4) nº previsto de AO (4) X100	75%	100%
Indicador de Resultado	Meta	Resultado
➤ % dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, que identificou 2 características do <i>bullying</i>. nº total de AO que participou nas atividades de ES, que identificou 2 características do <i>Bullying</i> (4) nº total de AO que assistiu às atividades de ES (4) X100	75%	100%
➤ % dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, que identificou 3 comportamentos específicos de <i>bullying</i>. nº total de AO que participou nas atividades de ES, que identificou 3 comportamento de <i>Bullying</i> (4) nº total de AO que assistiu às atividades de ES (4) X100	75%	100%

➤ % dos AO do 1º ciclo da escola, que assistiu às SES, que identificou 3 estratégias para prevenir <i>bullying</i> .		75%	100%
	nº total de AO que participou nas atividades de ES, que identificou 3 estratégias para prevenir o <i>Bullying</i> (4)		
	nº total de AO que assistiu às atividades de ES (4) X100		

2 - Diagnóstico de Enfermagem: Conhecimento sobre o *bullying* comprometido dos alunos do 4º ano, relacionado com a dificuldade para identificar comportamentos agressores.

2.1 - Objetivo Específico: Capacitar os alunos do 4º ano para a prevenção do *bullying*.

Indicador de Resultado	Meta	Resultado
➤ % de melhoria nos problemas priorizados para intervenção.	5%	
P1 (71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período) – (40% dos alunos foi agredido, durante o último mês)		P1 = 31,4%
P3 (45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio) – (23,6% das agressões que ocorreram durante o último mês, ocorreram no recreio)		P3 = 22,3%
P7 (42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período) – (32% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o último mês)		P7 = 10,9%

APÊNDICE XXV

Representação dos Resultados em Tabelas da Aplicação do Instrumento de
Colheita de Dados (2ª fase comparativamente com a 1ª fase)

BLOCO II - ACERCA DE SERES AGREDIDO		n 1ª fase	% 1ª fase	n 2ª fase	% 2ª fase
9 - Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal?	Nenhuma	8	28,6%	15	60% ↑
	1 ou 2 vezes	9	32,1%	7	28% ↓
	3 ou 4 vezes	4	14,3%	2	8% ↓
	5 ou mais vezes	7	25,0%	1	4% ↓
10 - Como é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	Bateram-me, deram-me murros ou pontapés	6	10,5%	2	7,2% ↓
	Roubaram-me	3	5,3%	1	3,6% ↓
	Pediram-me dinheiro emprestado e não o devolveram	1	1,8%	0	0% ↓
	Ameaçaram-me, meteram-me medo	7	12,3%	4	14,3% ↑
	Chamaram-me nomes feios	17	29,7%	9	32% ↑
	Andaram a falar de mim, dizem segredos sobre mim	6	10,5%	5	17,9% ↑
	Não falam comigo	6	10,5%	3	10,6% ↑
	Espalharam mensagens (sms), via telemóvel ou internet para me fazerem mal	1	1,8%	1	3,6% ↑
	Insultaram-me pela minha cor ou raça	3	5,3%	1	3,6% ↓
	Não brincam comigo e deixam-me sozinho(a)	7	12,3%	2	7,2% ↓
	outras	0	0,0%	0	0%
11 - Em que sítios é que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	Em lado nenhum	8	21,6%	15	44% ↑
	Nos corredores e nas escadas	3	8,1%	1	3% ↓
	No recreio	17	45,9%	8	23,6% ↓
	Na sala	5	13,5%	4	11,7% ↓
	No refeitório	3	8,1%	4	11,7% ↑
	Nas casas de banho	0	0,0%	0	0%
	Nos balneários	0	0,0%	0	0%
	Noutro sítio	1	2,8%	2	6% ↑
12 - De que turma são os rapazes ou raparigas que te tem feito mal? (mais do que uma opção)	Ninguém se meteu comigo durante 1º período	8	24,2%	15	55,5% ↑
	São da minha turma	18	54,5%	7	26% ↓
	São de outra turma	7	21,3%	5	18,5% ↓
13 - De que idade são os rapazes ou raparigas que te têm feito mal? (mais do que uma opção)	Ninguém se meteu comigo	8	22,2%	15	52% ↑
	São da minha idade	14	38,9%	9	31% ↓
	São mais velhos	10	27,8%	3	10% ↓
	São mais novos	4	11,1%	2	7% ↓
14 - Quem te fez mal?	Ninguém se meteu comigo	8	28,5%	16	64% ↑
	Um rapaz	5	17,9%	4	16% ↓
	Uma rapariga	1	3,6%	1	4% ↑
	Vários rapazes	7	25,0%	2	8% ↓
	Várias raparigas	2	7,1%	0	0% ↓
	Rapazes e raparigas	5	17,9%	2	8% ↓
15 - Quantas vezes te fizeram mal no caminho para a escola, durante 1º período?	Nunca se meteram comigo	20	71,5%	21	84% ↑
	1 ou 2 vezes no 1º período	6	21,4%	3	12% ↓
	1 vez esta semana	2	7,1%	1	4% ↓
	2 ou mais vezes esta semana	0	0,0%	0	0%
16. Quantas vezes os professores tentaram parar os rapazes ou raparigas que fizeram mal a outros?	Não sei	7	25,0%	11	44% ↑
	Quase nunca	1	3,5%	1	4% ↑
	Às vezes	8	28,6%	8	32% ↑

	Muitas vezes	12	42,9%	5	20% ↓
17. Quantas vezes os funcionários da escola tentaram parar os rapazes ou as raparigas que fizeram mal a outros?	Não sei	8	28,6%	7	28% ↓
	Quase nunca	1	3,5%	0	0% ↓
	Às vezes	11	39,3%	7	28% ↓
	Muitas vezes	8	28,6%	11	44% ↑
18 - Disseste a alguém que te fizeram mal na escola? (mais do que uma opção)	Não fui agredido	8	17,0%	13	41% ↑
	Não disse a ninguém	1	2,2%	4	12,5% ↑
	Sim, disse a um ou 2 amigos(as)	6	12,8%	4	12,5% ↓
	Sim, disse aos meus amigos(as)	2	4,3%	2	6,3% ↑
	Sim, disse ao professor ou diretor de turma	9	19,1%	2	6,3% ↓
	Sim, disse aos meus pais ou encarregado de educação	9	19,1%	4	12,5% ↓
	Sim, disse a um irmão ou irmã	4	8,5%	0	0% ↓
	Sim, disse a um funcionário	8	17,0%	3	8,9% ↓
	Sim, disse ao psicólogo da escola	0	0,0%	0	0%
19 - Há rapazes ou raparigas que te defendem quando outros te tentaram fazer mal?	Ninguém me fez mal	4	14,3%	11	44% ↑
	Ninguém me ajudou	2	7,1%	2	8% ↑
	1 rapaz	2	7,1%	5	20% ↑
	1 rapariga	5	17,9%	3	12% ↓
	2 ou mais rapazes	1	3,6%	0	0% ↓
	2 ou mais raparigas	4	14,3%	2	8% ↓
	1 rapaz e 1 rapariga	2	7,1%	0	0% ↓
	Rapazes e raparigas	7	25,0%	2	8% ↓
	omisso	1	3,6%	0	0% ↓
20 - O que fazes quando vês um colega da tua idade a ser agredido(a) na escola? (mais do que uma opção)	Nada, não é nada comigo	2	3,7%	2	4,2% ↑
	Nada, mas acho que deveria ajudar	2	3,7%	4	8,3% ↑
	Nada, porque podem vingar-se em mim	1	1,8%	0	0% ↓
	Tento ajudá-lo ou ajudá-la como posso	15	27,8%	17	35,4% ↑
	Chamo alguém para ajudar	16	29,6%	11	22,9% ↓
	Ajudo só se for meu amigo ou amiga	1	1,9%	0	0% ↓
	Ajudo mesmo que não conheça	17	31,5%	14	29,2% ↓

BLOCO III - ACERCA DE AGREDIRES OUTROS(AS)		n 1ª fase	% 1ª fase	n 2ª fase	% 2ª fase
21 - Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante 1º período?	Nenhuma	16	57,1%	17	68% ↑
	1 ou 2 vezes	10	35,7%	6	24% ↓
	3 ou 4 vezes	1	3,6%	2	8% ↑
	5 ou mais vezes	1	3,6%	0	0% ↓
22 - Se fizeste mal a algum colega na escola durante 1º período, diz porque o fizeste? (mais do que uma opção)	Não fiz mal a nenhum colega	17	50,1%	17	54,8% ↑
	Porque tive de me defender	6	17,6%	6	19,4% ↑
	Porque me irritaram	9	26,5%	6	19,4% ↓
	Para mostrar como sou forte	0	0,0%	0	0%
	Faz-me sentir que sou melhor do que os outros	0	0,0%	0	0%
	Para evitar que me façam mal	1	2,9%	2	6,4% ↑
	Para ser admirado e popular	0	0,0%	0	0%
	Porque faz-me sentir bem	0	0,0%	0	0%
	Por outro motivo	1	2,9%	0	0% ↓
23 - Quantas vezes te juntaste a outros colegas para fazer mal a algum rapaz ou alguma rapariga na escola, durante 1º período?	Nenhuma	24	85,8%	23	92% ↑
	1 ou 2 vezes	2	7,1%	2	8% ↑
	3 ou 4 vezes	0	0,0%	0	0%
	5 ou mais vezes	2	7,1%	0	0% ↓
24 - Quantas vezes tomaste parte em agressões a outros jovens no caminho da escola, durante 1º período?	Nenhuma vez	27	96,4%	22	88% ↓
	Só 1 ou 2 vezes	0	0,0%	3	12% ↑
	Cerca de 1 vez por semana	0	0,0%	0	0%
	2 ou mais vezes por semana	1	3,6%	0	0% ↓
25. Ajudavas a agredir um colega que não gostasses?	sim	0	0,0%	0	0%
	Talvez	3	10,7%	3	12% ↑
	Só se ele ou ela me irritar muito	5	17,9%	1	4% ↓
	Acho que não	5	17,9%	4	16% ↓
	não	15	53,5%	17	68% ↑

Problemas Priorizados para Intervenção	
1ª fase	P1 - 71,4% dos alunos foi agredido, durante o 1º período.
2ª fase	P1 - 40% dos alunos foi agredido, durante o último mês. (↓ 31,4%)
1ª fase	P3 - 45,9% das agressões que ocorreram durante o 1º período, ocorreram no recreio.
2ª fase	P3 - 23,6% das agressões que ocorreram durante o último mês, ocorreram no recreio. (↓ 22,3%)
1ª fase	P7 - 42,9% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o 1º período.
2ª fase	P7 - 32% dos alunos agrediu outros colegas na escola, durante o último mês. (↓ 10,9%)

APÊNDICE XXVI

Representação dos Resultados em Gráficos da Aplicação do Instrumento de Colheita de Dados (2ª fase)

Dimensão 2 – Acerca de Seres Agredido(a)

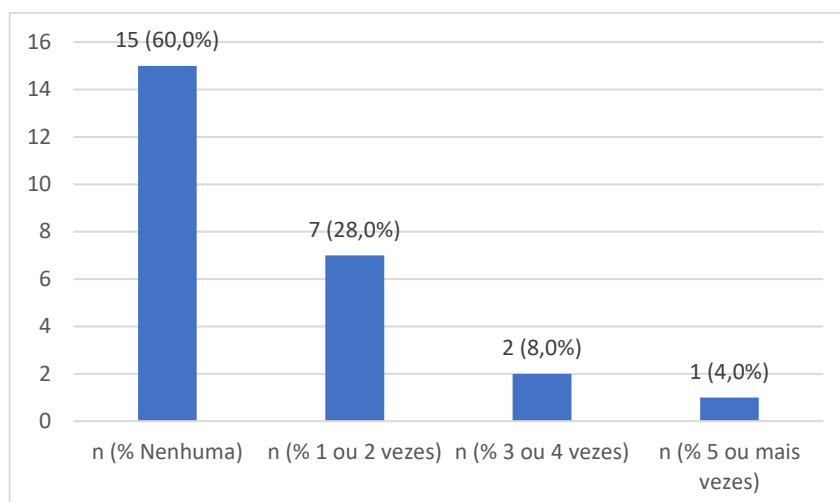


GRÁFICO 32-FREQÜÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO EXPERIMENTADAS, DURANTE o ÚLTIMO MÊS

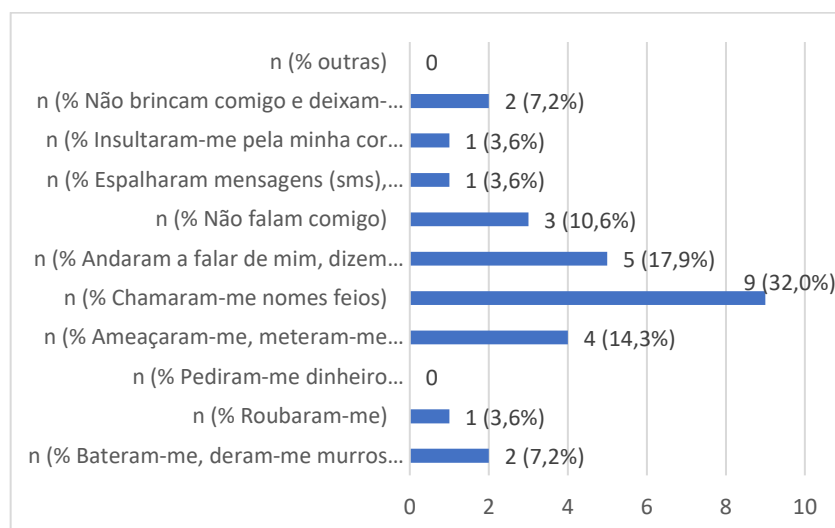


GRÁFICO 33-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DO TIPO DE AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

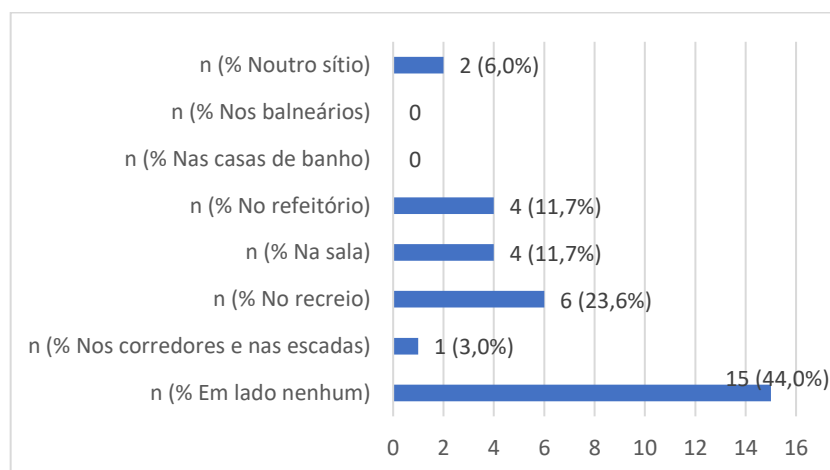


GRÁFICO 34-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DOS LOCAIS DE OCORRÊNCIA DAS AGRESSÕES EXPERIMENTADAS, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

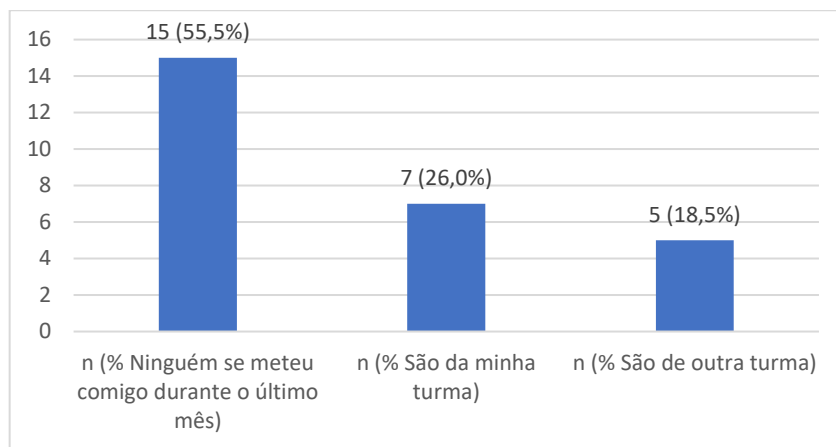


GRÁFICO 35-TAXA DE AGRESSORES, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

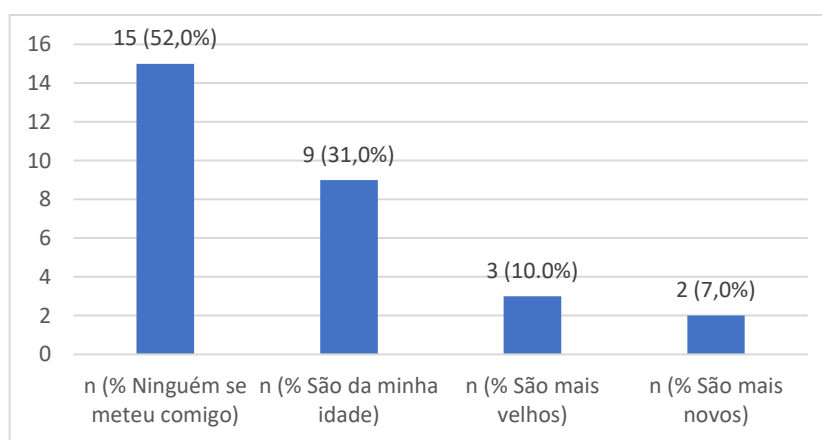


GRÁFICO 36-TAXA DE IDADE DOS AGRESSORES, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

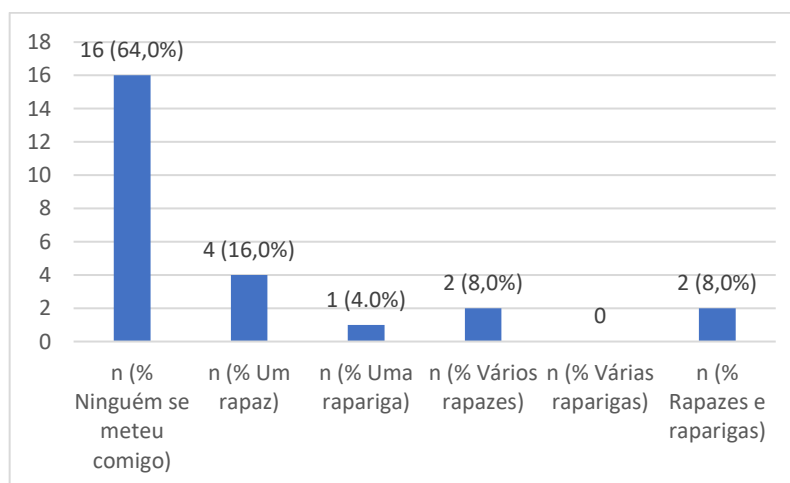


GRÁFICO 37-FREQÜÊNCIA E DISTRIBUIÇÃO DO Nº DE AGRESSORES, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

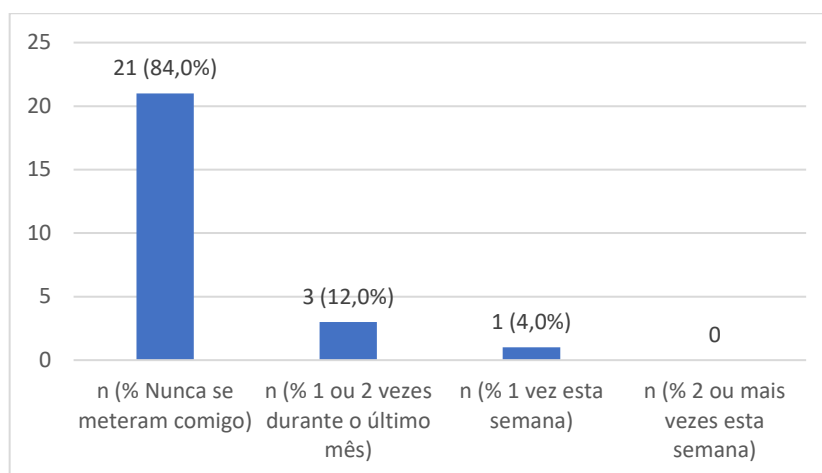


GRÁFICO 38-FREQÜÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO NO CAMINHO, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

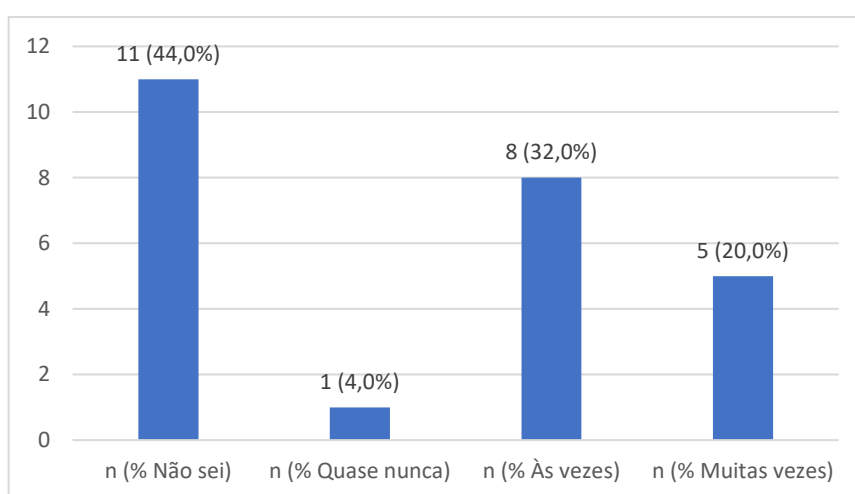


GRÁFICO 39-FREQÜÊNCIA DE AJUDA DOS PROFESSORES EM SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

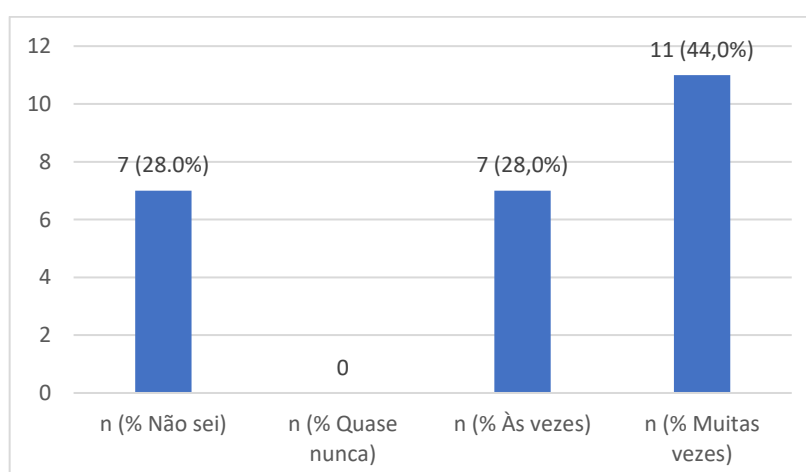


GRÁFICO 40-FREQÜÊNCIA DE AJUDA DE OUTROS PROFISSIONAIS EM SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

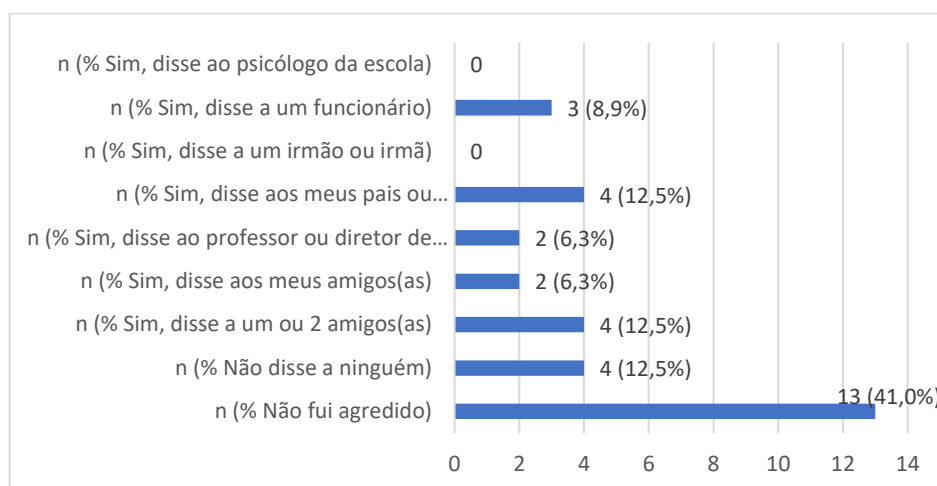


GRÁFICO 41-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DA COMUNICAÇÃO DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

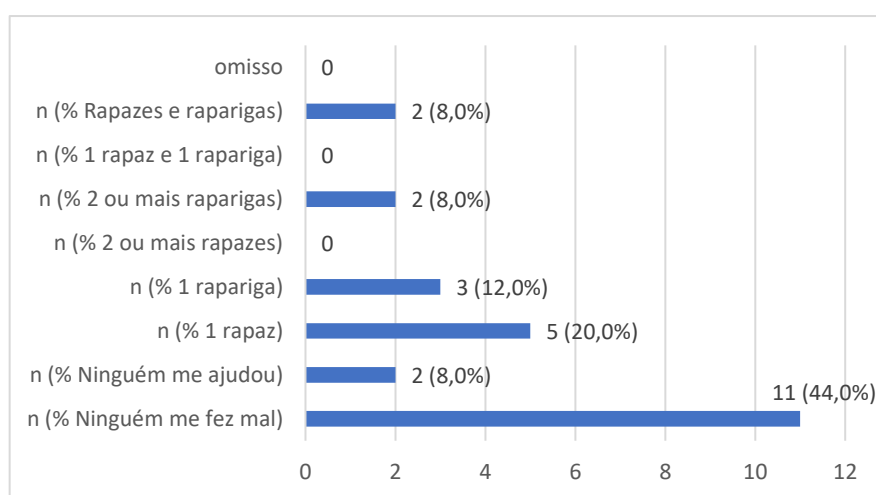


GRÁFICO 42-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DE AJUDA DE OUTROS COLEGAS, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

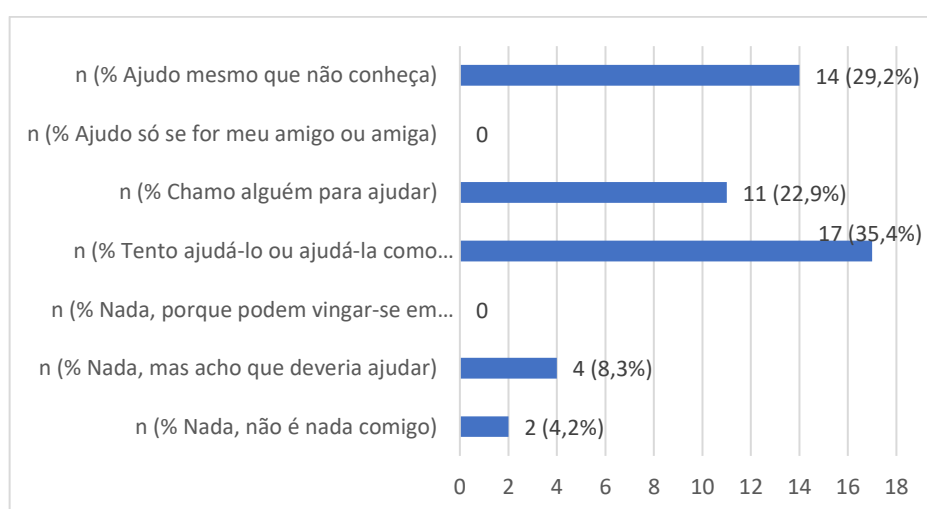


GRÁFICO 43-FREQUÊNCIA E PROPORÇÃO DE AJUDA A OUTROS COLEGAS, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

Dimensão 3 – Acerca de Agredires Outros(as)

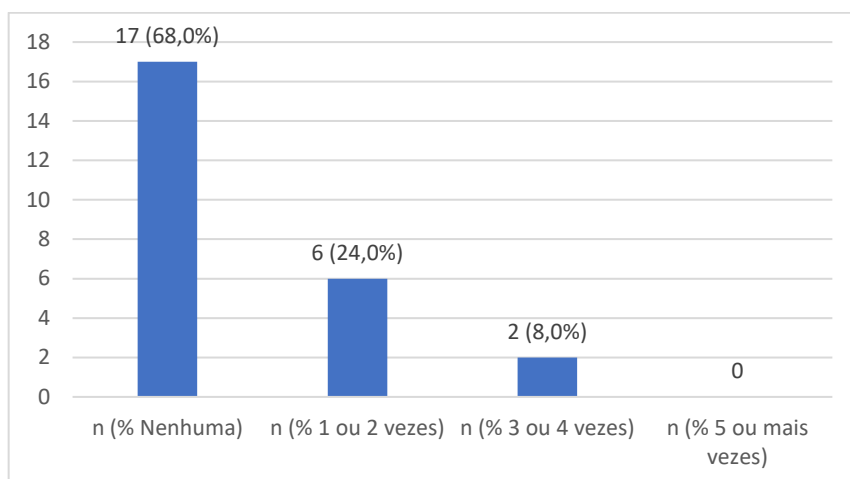


GRÁFICO 44-FREQUÊNCIA DAS SITUAÇÕES DE AGRESSÃO A OUTROS(AS), DURANTE O ÚLTIMO MÊS

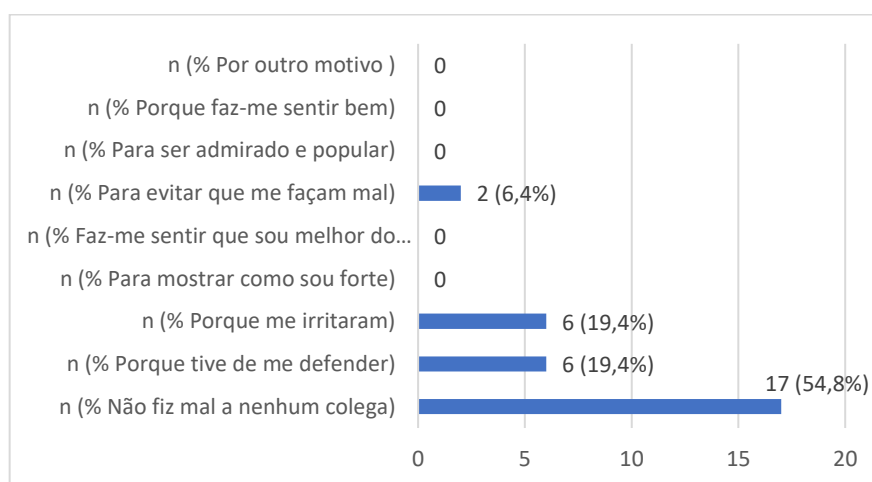


GRÁFICO 45-DISTRIBUIÇÃO E PROPORÇÃO DAS CAUSAS DAS AGRESSÕES A OUTROS(AS) OCORRIDAS, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

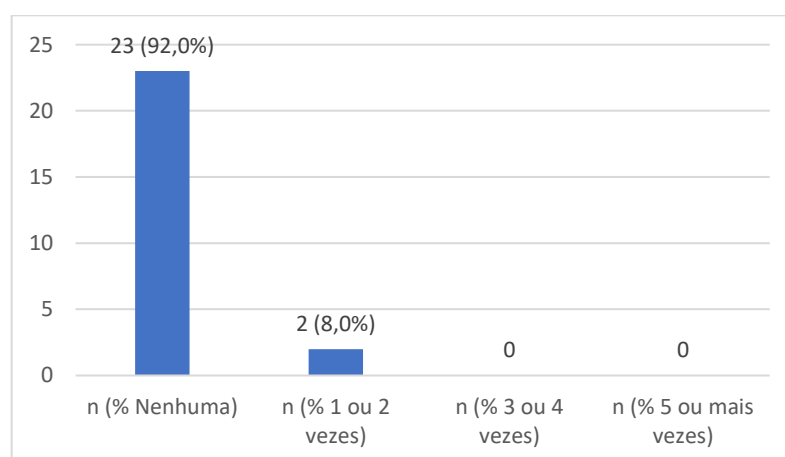


GRÁFICO 46-FREQUÊNCIA QUE OS COLEGAS SE JUNTARAM PARA AGREDIR OUTROS(AS), DURANTE O ÚLTIMO MÊS

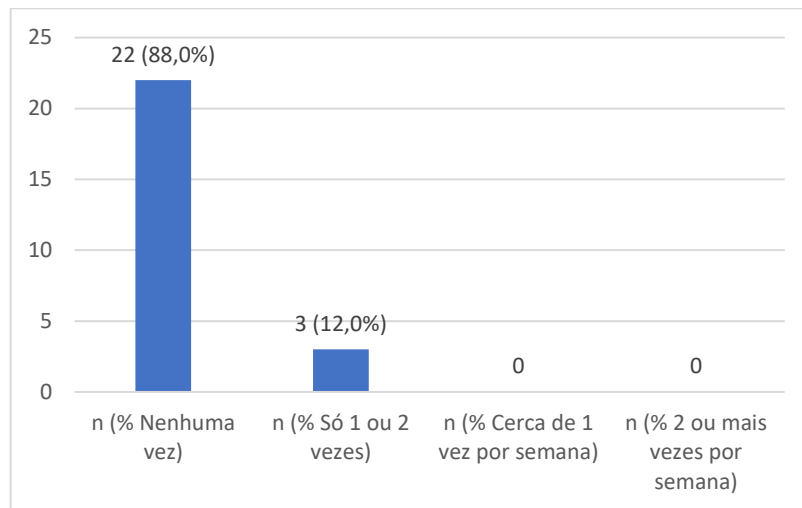


GRÁFICO 47-FREQUÊNCIA QUE OS COLEGAS SE JUNTARAM PARA AGREDIR OUTROS(AS) NO CAMINHO, DURANTE O ÚLTIMO MÊS

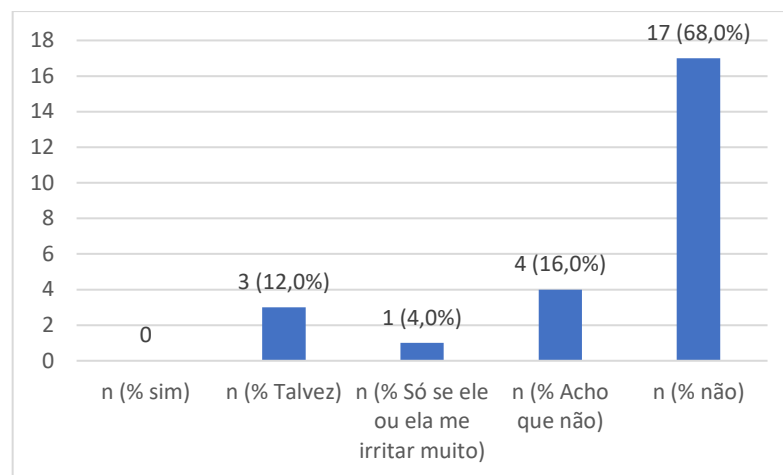


GRÁFICO 48-TAXA DE AGRESSÃO A OUTROS(AS) QUE NÃO GOSTASSE

ANEXOS

ANEXO I

Email com Autorização de Identificação dos Locais de Estágio

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt> 11 de dezembro de 2023 às 14:16
Pa: [REDACTED]
Cc: [REDACTED]

Ex.ª Sra. Diretora Executiva do Agrupamento de
Centros de Saúde de Lisboa Central,

Na sequência dos e-mails anteriores e de acordo com o solicitado, em anexo, envio parecer favorável da Comissão Ética para a Saúde da ARSLVT.

Dado que o desenvolvimento do projeto está a decorrer de forma positiva e está a ser elaborado o relatório de estágio referente ao mesmo, venho por este meio solicitar autorização para poder fazer referência às unidades funcionais (UCC Oriente e USP Lisboa Central, do ACeS Lisboa Central) no relatório final.

Desde já agradeço a atenção disponibilizada.
Solicito deferimento.

Cumprimentos,

Sofia Nunes Mendes Lourenço

----- Forwarded message -----

De: [REDACTED]
Date: domingo, 18/06/2023 às(s) 16:37
Subject: RE: Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"
To: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>
Cc: [REDACTED]
Cc: [REDACTED]

[Citação oculta]

2 anexos

<https://mail.google.com/mail/u/1/?ik=f83804cb728&view=pt&search=all&permthid=thread-a:r-4324908691838071803&simpl=msg-a:r-7520726724...> 3/4

02/01/24, 11:38 Escola Superior de Enfermagem de Lisboa Correio - Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto...

 Dir.Exec.ACESLC-Protocolo_CES_SofiaLourenco_09-06-2023.pdf
193K
 Ofício 5427-resultado.pdf
61K

[REDACTED] 13 de dezembro de 2023 às 13:53
Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>
Cc: [REDACTED]

Bom dia,

Sra. Enfermeira Sofia Nunes Mendes Lourenço

Em resposta ao solicitado, autorizo que, no relatório final do projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying", faça referência às unidades funcionais do ACeS Lisboa Central - UCC Oriente e USP Lisboa Central.

Com os melhores cumprimentos,

[REDACTED]
ACES Lisboa Central | Diretora Executiva



[Citação oculta]

ANEXO II

Email com Autorização de Identificação do Psicólogo do Projeto “Bullying.pt”

07/01/24, 18:54

Escola Superior de Enfermagem de Lisboa Correio - Pedido de autorização de identificação em relatório de estágio



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de identificação em relatório de estágio

2 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

4 de janeiro de 2024 às 21:52

Pa
Cc

Caro Dr. Luis Fernandes,

Conforme falámos, venho por este meio solicitar a sua autorização, para que no meu relatório de estágio possa identificá-lo a si e ao seu projeto "Bullying.pt", enquanto perito e parceiros do meu projeto.

Mais informo que o relatório ficará disponível no repositório comum.

Com os melhores cumprimentos,

Sofia Lourenço
Enfermeira

Luis Fernandes

5 de janeiro de 2024 às 09:23

Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Cc:

Bom dia Sofia,

Muito obrigado pelo convite para colaborar no seu trabalho.

Autorizo que, eu próprio e o projeto Bullying.pt. possam ser identificados no relatório, voltando a realçar a total disponibilidade para qualquer outra questão que seja necessária.

Com os melhores cumprimentos,
Luis Fernandes
Psicólogo e Fundador do Projeto Bullying.pt
[Citação ocultada]

--
Luís Fernandes

ANEXO III

Declaração da orientadora científica (Professora orientadora da ESEL)

**DECLARAÇÃO DO ORIENTADOR CIENTÍFICO E PEDAGÓGICO DO CURSO DE
MESTRADO EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA NA ÁREA DE ENFERMAGEM DE
SAÚDE COMUNITÁRIA E DE SAÚDE PÚBLICA**

Sandra Xavier, [REDACTED] Professora Coordenadora da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, com o Grau de Doutor em Enfermagem pela Universidade de Lisboa, declara, para os devidos efeitos, que se responsabiliza pela orientação do estágio da Licenciada *SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO*, mestranda no 1º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, a decorrer na Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, cujo estágio decorrerá no Agrupamento de Centros de Saúde Lisboa Central, respetivamente na Unidade de Saúde Pública e na Unidade de Cuidados na Comunidade Oriente.

Lisboa, 4 de junho de 2023

Professora Orientadora

Sandra Maria
Miranda Xavier
da Silva (Sandra
Xavier)

Assinado da Silva
digital por Sandra Maria
Miranda Xavier da Silva
(Sandra Xavier)
Data: 2023.06.04
22:03:55 +01'00'

(Sandra Xavier)

ANEXO IV

Resultado do pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da

ARSLVT

Exma. Senhora

Dr.ª Sofia Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

C/C:

Sua Referência

Sua Comunicação de

Nossa Referência

Data

5427/CES/2023

Assunto: Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar.

A Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT, apreciou na sua reunião da secção de investigação do dia 13.10.2023, o projeto mencionado em epígrafe, e emitiu parecer favorável ao estudo.

Declaração de conflito de interesses: nada a declarar

O Conselho Directivo, atento ao teor do parecer emitido, entende estarem reunidas as condições para a sua concretização.

Com os melhores cumprimentos,

O Conselho Directivo


Vice Presidente do Conselho Directivo da
ARSLVT, I.P.

ANEXO V

Autorização dos autores do instrumento de recolha de dados



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de informação referente ao instrumento questionário original de Olweus – Bullying – a agressividade em crianças no meio escolar

4 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

23 de maio de 2023 às 18:32

Par: [REDACTED]
Cc: [REDACTED]

Cara Professora Doutora [REDACTED]

O meu nome é Sofia Nunes Mendes Lourenço, estudante do 1º ano / 2º semestre do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), sob a orientação da Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica, a enfermeira do ACES [REDACTED] – Unidade de Saúde Pública, a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED]. Encontro-me a realizar estágio profissional de intervenção comunitária e pretendo desenvolver o projeto profissional na área da prevenção do bullying em saúde escolar (1º ou 2º ou 3º ciclo).

Das diversas pesquisas realizadas para determinação do instrumento a aplicar para desenvolvimento do projeto profissional, surge-nos o seu nome como referência na tradução e validação para a população portuguesa, do questionário original de Olweus – Bullying – a agressividade em crianças no meio escolar.

Pelo que venho por este meio perguntar se:

- 1) pode disponibilizar o instrumento para aplicação e quais os ciclos em que recomenda a sua aplicação;
- 2) face à sua vasta experiência sobre a temática, gostaria de saber qual a sua opinião:
 - em relação ao instrumento original, se indica ou recomenda a utilização da escala reduzida;
 - caso recomende a aplicação da escala reduzida, qual o ciclo / ano prioritário para intervenção, face ao desenvolvimento da temática.

Disponível para esclarecer eventuais dúvidas, aguardo a sua resposta.

Muito obrigada,

Sofia Lourenço

[REDACTED]

31 de maio de 2023 às 21:32

Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Cc:

Cara Dra Sofia,

Declaro, para os devidos efeitos, que autoriza a utilização do questionário "Bullying na Escola" adaptado de Dan Olweus para a língua portuguesa quer a versão para o 1º e 2º ciclo quer a versão para o 3º ciclo e secundário, pela Sofia Nunes Mendes Lourenço, estudante do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), sob a orientação da Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica, a enfermeira do ACES [redacted] - Unidade de Saúde Pública, a Sra. Enfermeira Especialista [redacted]

Agradeço o seu interesse pela problemática do bullying.

Vou recomendar que o instrumento seja a versão digital e para esse efeito envio o e-mail ao conhecimento do Doutor [redacted] que está a desenvolver um projeto sobre a prevenção do bullying num [redacted]. O Doutor [redacted] pode enviar-lhe o link para aceder ao questionário e devolve os dados ou pode dar-lhe acesso à base de dados.

1) pode disponibilizar o instrumento para aplicação e quais os ciclos em que recomenda a sua aplicação; **SIM**

2) face à sua vasta experiência sobre a temática, gostaria de saber qual a sua opinião:

- em relação ao instrumento original, se indica ou recomenda a utilização da escala reduzida; Depende daquilo que pretender com o estudo. Colher os dados não significa que os analise de imediato todos, terá de ter o cuidado de selecionar os dados mais relevantes para si.

- caso recomende a aplicação da escala reduzida, qual o ciclo / ano prioritário para intervenção, face ao desenvolvimento da temática.

Anos de intervenção prioritários: 1º e 2º ciclo

Peço imensa desculpa no atraso da minha resposta e agradeço a sua mensagem.

Com os melhores cumprimentos,



ANEXO VI

Declaração do responsável do Agrupamento de Escolas



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

1 mensagem

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

4 de junho de 2023 às

11:11

Par

Cc

Ex. * Sr. Diretor do Agrupamento de

Na sequência da conversa telefónica da Sr.ª Enfermeira [REDACTED] com a Sr.ª Professora [REDACTED] envio este email:

Sofia Nunes Mendes Lourenço, enfermeira, mestranda do 1.º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), vem por este meio requerer autorização para desenvolver um projeto de intervenção na comunidade escolar, intitulado **"Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"**, documento este a enviar em anexo ao pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT. Solicitamos para tal, condições estruturais e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne à equipa de investigação a envolver no estudo.

Trata-se de um projeto desenvolvido em contexto escolar com o foco principal na prevenção do Bullying. A participação dos alunos será voluntária e após consentimento livre, esclarecido e autorizado por escrito pelos encarregados de educação.

Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra enfermeira do Agrupamento de Centros de Saúde [REDACTED] - Unidade de Saúde Pública a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED] e, a Sra enfermeira do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central - Unidade de Cuidados na Comunidade [REDACTED] a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED]

Caso seja obtida a autorização por V. Ex.ª, é preconizado utilizar a Metodologia do Planeamento em Saúde (Imperatori & Giraldez, 1993). Este será desenvolvido em 2 fases, numa primeira, durante o 1º período do ano letivo 2023/2024, será realizado o diagnóstico de situação, através de aplicação do questionário de avaliação do "Bullying na Escola", aos alunos do 4º ano de uma escola da área do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, para nos permitir conhecer os seus conhecimentos e perceções relativamente ao Bullying e dirigir a nossa intervenção, tendo em conta as necessidades dos alunos. Na fase seguinte prevê-se a realização do projeto de intervenção comunitária definido para a concretização do diagnóstico, com o intuito da prevenção e combate ao Bullying e, com a finalidade de contribuir para a capacitação dos alunos, através de abordagens positivas e não violentas no combate ao Bullying.

De referir que será solicitada a devida autorização à Comissão de Ética da ARSLVT e que serão respeitados os princípios éticos de anonimato, confidencialidade e privacidade dos participantes, sendo solicitada a respetiva autorização prévia de participação aos encarregados de educação. A entrega dos consentimentos e dos questionários será articulada com os professores titulares de turma de forma a adequar a melhor forma de disponibilização dos mesmos.

Com os melhores cumprimentos,

Lisboa, 4 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

10 de julho de 2023 às 22:12

Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Cc: [Redacted]

Enfermeira Sofia

atendendo ao enquadramento e ao trabalho de parceria que temos vindo a desenvolver também com a ESTEL (que está representada no nosso Conselho Geral) damos o nosso parecer favorável ao projeto. No início do ano letivo faremos a articulação necessária para a sua implementação.

Com os meus cumprimentos

--



De: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Enviado: 4 de junho de 2023 11:11

Para: [Redacted]

**Assunto:** Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

[Citação oculta]

ANEXO VII

**Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira
orientadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ)**

Declaração de Compromisso para outros Investigadores ou Colaboradores

Projeto de intervenção comunitária: "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Contactos da Investigadora principal: sofianunesmendes@campus.esel.pt

Eu investigadora no projeto de intervenção comunitária acima referenciado, declaro que me comprometo a respeitar os métodos e pretensos objetivos do projeto em causa, bem como a garantir a confidencialidade da informação adquirida e/ou partilhada com os envolvidos neste estudo.

Local: Lisboa

Data 5 / 6 / 2023

Assinatura

ANEXO VIII

**Declaração de compromisso para outros colaboradores (Enfermeira
orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)**

Declaração de Compromisso para outros Investigadores ou Colaboradores

Projeto de intervenção comunitária: "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Contactos da investigadora principal: s2fianunesmendes@campus.esel.pt

Eu, investigadora no projeto de intervenção comunitária acima referenciado, declaro que me comprometo a respeitar os métodos e pretensos objetivos do projeto em causa, bem como a garantir a confidencialidade da informação adquirida e/ou partilhada com os envolvidos neste estudo.

Local: Gistão

Data 05/06/2023

Assinatura

ANEXO IX

Declaração do profissional de saúde que referencia participantes para o projeto de investigação (Enfermeira orientadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ)

**Declaração do profissional de saúde que referencia participantes para o
projeto de investigação**

Projeto de intervenção comunitária: "Vamos falar sobre o *Bullying* - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"

Investigadora principal: Sofia Nunes Mendes Lourenço

Contactos da Investigadora principal: sofianunesmendes@campus.esel.pt

[Redacted] a desempenhar as funções no ACES Lisboa Central, na Unidade de Cuidados na Comunidade Oriente, e investigadora no projeto de investigação acima identificado, declaro que expliquei aos participantes por mim referenciados os motivos, métodos e pretendidos objetivos da investigação em causa, tendo os mesmos autorizado a respetiva referência.

Local: Lisboa

Data 05/06/2023

Cédula Profissional n.º [Redacted]

Assinatura

[Redacted Signature]

ANEXO X

Declaração da diretora executiva do ACESLC / ULSSJ



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <solfanunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

1 mensagem

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <solfanunesmendes@campus.esel.pt> 4 de junho de 2023 às 11:11

06/06/23, 10:03 Escola Superior de Enfermagem de Lisboa Central - Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto...



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <solfanunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

2 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <solfanunesmendes@campus.esel.pt> 2 de junho de 2023 às 19:41

Pa [REDACTED]
Cc [REDACTED]

Ex.ª Sra. Diretora Executiva do Agrupamento
de Centros de Saúde [REDACTED]
[REDACTED]

Sofia Nunes Mendes Lourenço, enfermeira, mestranda do 1º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), vem por este meio requerer autorização para desenvolver um projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, intitulado **"Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"**, no Agrupamento de Centros de Saúde de [REDACTED] documento este a enviar em anexo ao pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT. Solicitamos para tal, as condições humanas e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne às condições éticas.

Trata-se de um projeto desenvolvido em contexto escolar com o foco principal na prevenção do Bullying. A participação dos alunos será voluntária e após consentimento livre, esclarecido e autorizado por escrito pelos encarregados de educação.

Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra. enfermeira do [REDACTED] Unidade de Saúde Pública a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED] e, a Sra. enfermeira do [REDACTED] - Unidade de Cuidados na Comunidade [REDACTED] a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED]

Caso seja obtida a autorização por V. Ex.ª, é preconizado utilizar a Metodologia do Planeamento em Saúde (Imperatori & Giraldes, 1993), realizando numa primeira fase o diagnóstico de situação, através de aplicação do questionário de avaliação do "Bullying na Escola", aos alunos do 4º ano de uma escola da área do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, durante o mês de outubro de 2023, prevê-se numa segunda fase a realização do projeto de intervenção comunitária definido para a concretização do diagnóstico e elaboração do respetivo relatório.

Mais a referir que me apresento disponível para qualquer esclarecimento necessário.

Com os melhores cumprimentos,



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

**Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar
"Vamos falar sobre o Bullying"**

Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt> 5 de junho de 2023 às 10:04
Cc: [Redacted]

Exma. Senhora
Enfermeira Sofia Lourenço

Deverá enviar-nos o protocolo do projeto que se propõe realizar, para nossa apreciação e, eventual, aprovação.

Deverá ainda esclarecer o que pretende concretamente com "(...) as condições humanas e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne às condições físicas".

Com os melhores cumprimentos,

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Assinatura oculta]



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

9 de junho de 2023 às 11:01

Par

Cc:

Ex.* Sr.* Diretora Executiva do Agrupamento

d

Na sequência do seu email anterior e com o intuito de dar resposta às questões colocadas, em anexo envio o protocolo do projeto.

Como referido será solicitada a devida autorização à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT, que lhe será remetida após autorização de V. Exª.

Agradeço a atenção dispensada para o assunto
Pede deferimento.

Sofia Lourenço

sofianunesmendes@campus.esel.pt

[Citação oculta]





[Redacted] Diretora Executiva ACES [Redacted]

📅 domingo, 18/06, 16:37 (há 8 dias) ☆ ↶ ⓘ

Exma. Senhora
Enfermeira Sofia Lourenço

O parecer do ACES [Redacted] favorável à realização do projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying", na área de intervenção deste Agrupamento, desde que obtido parecer prévio positivo da Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT.

xxx

Com os melhores cumprimentos,

[Redacted signature block]

ANEXO XI

Declaração da coordenadora da USPLC do ACESLC / ULSSJ



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

2 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

2 de junho de 2023 às 22:41

Para:

Cc:

Ex.ª Sra. Coordenadora da Unidade de Saúde Pública
do Agrupamento de Centros de Saúde [REDACTED]

Dra. [REDACTED]

Sofia Nunes Mendes Lourenço, enfermeira, mestranda do 1º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), vem por este meio requerer autorização para desenvolver um projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, intitulado **"Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"**, no Agrupamento de Centros de Saúde de [REDACTED]. [REDACTED] documento este a enviar em anexo ao pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT. Solicitamos para tal, as condições humanas e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne às condições éticas.

Trata-se de um projeto desenvolvido em contexto escolar com o foco principal na prevenção do *Bullying*. A participação dos alunos será voluntária e após consentimento livre, esclarecido e autorizado por escrito pelos encarregados de educação.

Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra enfermeira do [REDACTED] Unidade de Saúde Pública a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED], a Sra enfermeira do [REDACTED] – Unidade de Cuidados na Comunidade [REDACTED] a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED].

Caso seja obtida a autorização por V. Ex.ª, é preconizado utilizar a Metodologia do Planeamento em Saúde (Imperatori & Giraldes, 1993), realizando numa primeira fase o diagnóstico de situação, através de aplicação do questionário de avaliação do "Bullying na Escola", aos alunos do 4º ano de uma escola da área do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, durante o mês de outubro de 2023, prevê-se numa segunda fase a realização do projeto de intervenção comunitária definido para a concretização do diagnóstico e elaboração do respetivo relatório.

Mais a referir que me apresento disponível para qualquer esclarecimento necessário.

Com os melhores cumprimentos,

Lisboa, 2 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

[REDACTED] JSP [REDACTED] 5 de junho de 2023 às 08:54

Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Cc: [REDACTED]

Bom dia Senhora Enfermeira Sofia Lourenço,

O projeto que descreve parece-me muito pertinente e merece todo o meu apoio na sua execução. Espero que o consiga concretizar e que se torne numa mais valia na nossa comunidade escolar.

Um abraço cordial

[REDACTED]

*Coordenadora da Unidade de Saúde Pública
Autoridade de Saúde | Delegada de Saúde*

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

De: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Enviado: 2 de junho de 2023 22:41

Para: [REDACTED]

Cc: [REDACTED]

Assunto: Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

[Citação oculta]

ANEXO XII

**Declaração da coordenadora de enfermagem da USPLC do ACESLC /
ULSSJ**



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

2 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

2 de junho de 2023 às 19:46

Para

Cc

Ex.ª Sra. Coordenadora da Equipa de Enfermagem da Unidade de Saúde Pública
do Agrupamento de Centros de Saúde [REDACTED]
[REDACTED]

Sofia Nunes Mendes Lourenço, enfermeira, mestranda do 1º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), vem por este meio requerer autorização para desenvolver um projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, intitulado **"Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"**, no Agrupamento de Centros de Saúde de [REDACTED] documento este a enviar em anexo ao pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT. Solicitamos para tal, as condições humanas e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne às condições éticas.

Trata-se de um projeto desenvolvido em contexto escolar com o foco principal na prevenção do *Bullying*. A participação dos alunos será voluntária e após consentimento livre, esclarecido e autorizado por escrito pelos encarregados de educação.

Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra enfermeira do [REDACTED] – Unidade de Saúde Pública a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED] a Sra enfermeira do [REDACTED] – Unidade de Cuidados na Comunidade [REDACTED] a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED]

Caso seja obtida a autorização por V. Ex.ª, é preconizado utilizar a Metodologia do Planeamento em Saúde (Imperatori & Giraldes, 1993), realizando numa primeira fase o diagnóstico de situação, através de aplicação do questionário de avaliação do *"Bullying na Escola"*, aos alunos do 4º ano de uma escola da área do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, durante o mês de outubro de 2023, prevê-se numa segunda fase a realização do projeto de intervenção comunitária definido para a concretização do diagnóstico e elaboração do respetivo relatório.

Mais a referir que me apresento disponível para qualquer esclarecimento necessário.

Com os melhores cumprimentos,

Lisboa, 2 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

[REDACTED] USP [REDACTED] 6 de junho de 2023 às 14:51
Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Cc: [REDACTED]
<[REDACTED]>

Boa tarde cara mestrandia Sofia Lourenço,

Em relação ao pedido referente ao projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, intitulado "Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar", deferimento autorizado.

É com agrado que acolho, nesta unidade de saúde pública, o referido projeto comunitário que me parece será uma mais valia para a população a que se destina, já que acresce valor social e demonstra pertinência científica e técnica.

Cumprimentos

[REDACTED]

Enfermeira Especialista de Saúde Comunitária e Saúde Pública

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

De: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Enviado: 2 de junho de 2023 19:46

Para: [REDACTED]

Cc: [REDACTED]
<[REDACTED]>

Assunto: Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

[Citação oculta]

ANEXO XIII

Declaração da coordenadora da UCC Oriente do ACESLC / ULSSJ



SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

2 mensagens

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

2 de junho de 2023 às 19:44

Para:

Cc:

Ex. ª Sra. Coordenadora da Unidade de Cuidados na Comunidade

do Agrupamento de Centros de Saúde

Enfermeira Especialista

Sofia Nunes Mendes Lourenço, enfermeira, mestranda do 1º Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL), vem por este meio requerer autorização para desenvolver um projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, intitulado **"Vamos falar sobre o Bullying - Projeto de intervenção numa comunidade escolar"**, no Agrupamento de Centros de Saúde de [REDACTED] documento este a enviar em anexo ao pedido de parecer à Comissão de Ética para a Saúde da ARSLVT. Solicitamos para tal, as condições humanas e de logística para a sua realização, nomeadamente, no que concerne às condições éticas.

Trata-se de um projeto desenvolvido em contexto escolar com o foco principal na prevenção do Bullying. A participação dos alunos será voluntária e após consentimento livre, esclarecido e autorizado por escrito pelos encarregados de educação.

Este projeto académico tem como professora orientadora, a Professora Doutora Sandra Xavier, Professora Coordenadora da ESEL, e como orientadora clínica a Sra enfermeira do [REDACTED] – Unidade de Saúde Pública a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED] e, a Sra enfermeira do [REDACTED] – Unidade de Cuidados na Comunidade [REDACTED] a Sra. Enfermeira Especialista [REDACTED]

Caso seja obtida a autorização por V. Ex.ª, é preconizado utilizar a Metodologia do Planeamento em Saúde (Imperatori & Giraldes, 1993), realizando numa primeira fase o diagnóstico de situação, através de aplicação do questionário de avaliação do "Bullying na Escola", aos alunos do 4º ano de uma escola da área do Agrupamento de Centros de Saúde de Lisboa Central, durante o mês de outubro de 2023, prevê-se numa segunda fase a realização do projeto de intervenção comunitária definido para a concretização do diagnóstico e elaboração do respetivo relatório.

Mais a referir que me apresento disponível para qualquer esclarecimento necessário.

Com os melhores cumprimentos,

Lisboa, 2 de junho de 2023

Sofia Nunes Mendes Lourenço

[REDACTED] UCC [REDACTED] 5 de junho de 2023 às 10:36
Para: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

C

Cara Enf.ª Sofia Lourenço, bom dia,

Uma vez que a UCC [REDACTED] dispõe das condições estruturais, de logística e éticas para a realização do projeto que propõe, nomeadamente no que concerne à equipa de investigação a envolver no estudo, o meu parecer ao seu pedido de autorização é deferido.

Votos de sucesso académico e profissional.

Os meus melhores cumprimentos,

[REDACTED]

Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

De: SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO <sofianunesmendes@campus.esel.pt>

Enviado: 2 de junho de 2023 19:44

[REDACTED]

Assunto: Pedido de autorização de projeto de intervenção comunitária em contexto escolar "Vamos falar sobre o Bullying"

[Citação oculta]

ANEXO XIV

Instrumento de recolha de dados

Questionário sobre o *Bullying*

Este questionário é anónimo e confidencial, ou seja, ninguém conseguirá saber que foste tu que o preenchestes. Por isso, pedimos-te que dês respostas sinceras e honestas, sem falares com os teus colegas. Se não perceberes alguma pergunta ou tiveres dúvidas debes pedir ajuda ao professor(a) ou enfermeiro(a). Obrigada!

O tempo total de preenchimento do questionário: 15 a 30 minutos.

Dificuldade de preenchimento: fácil

Desde já muito obrigado pela tua colaboração!

Instrumento de Recolha de Dados: *Bullying* - agressividade entre crianças no espaço escolar (Adaptação do questionário de Dan Olweus (1989) por Beatriz Pereira e Ana Tomás UM/CEFOPE, 1994 e revisto por Beatriz Pereira em 2006 UM/EC)

BLOCO I - Caracterização

AJUDA: assinala as opções que te dizem respeito ou escreve nos espaços

1. Na escola, estás matriculado em que ano de escolaridade? - Marcar apenas **um** quadrado.

☐ 1º ano ☐ 2º ano ☐ 3º ano ☐ 4º ano ☐ outro _____

2. Sou um rapaz ☐ Sou uma rapariga ☐

3. Que idade tens? _____ anos

4. Quantos irmãos tens? _____ irmãos

Qual a idade dos teus irmãos: _____

5.

	Pai	Mãe
Profissão		
Habilitações literárias		

6. Frequentaste o Jardim de Infância (Infantário ou Creche)? - Marcar apenas **um** quadrado.

☐ sim

☐ não

Quantos anos frequentaste o Jardim de Infância (Infantário ou Creche)? _____

7. Desde que entraste para o 1º ano de escolaridade reprovaste alguma vez? - Marcar apenas **um** quadrado.

☐ sim (Se respondeste esta opção, **avança para a pergunta 8**)

☐ não (Se respondeste esta opção, **avança para a pergunta 9**)

8. Em que anos reprovaste? - Podes marcar mais do que uma opção

☐ 1º ano

☐ 2º ano

☐ 3º ano

☐ 4º ano

BLOCO II - ACERCA DE SERES AGREDIDO

"Bullying" - agressão entre jovens **intencional e frequente** capaz de causar danos ou magoar, tais como: ameaçar, chantagem, chamar nomes, gozar, levantar falsos testemunhos, contar segredos de uma forma direta e praxes violentas, pôr de parte um(a) colega, ignorá-lo(a), bater, empurrar e tirar objetos de valor.

"Cyberbullying" - todas as práticas anteriores, mas através do uso de telemóveis e da internet, tais como sms, email's, redes sociais ou chats de conversação.

Ninguém saberá o que disseste, diz a verdade.

9. Durante o 1º período, quantas vezes te fizeram mal? - Marcar apenas **um** quadrado.

☐ Nenhuma

☐ 1 ou 2 vezes

☐ 3 ou 4 vezes

☐ 5 ou mais vezes

10. Como é que te têm feito mal? – Ajuda: Coloca a cruz nos quadrados daquilo que já te aconteceu durante o 1º período. - Podes marcar mais do que uma opção.

☐ Bateram-me, deram-me murros ou pontapés

☐ Roubaram-me

☐ Pediram-me dinheiro emprestado e não o devolveram

☐ Ameaçaram-me, meteram-me medo

☐ Chamaram-me nomes feios

☐ Andaram a falar de mim, dizem segredos sobre mim

☐ Não falam comigo

☐ Espalharam mensagens (sms), via telemóvel ou internet para me fazerem mal

☐ Insultaram-me pela minha cor ou raça

☐ Não brincam comigo e deixam-me sozinho(a)

☐ Fizeram-me outras coisas. Diz o quê _____

11. Em que sítios é que te têm feito mal? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Em lado nenhum
- ☐ Nos corredores e nas escadas
- ☐ No recreio
- ☐ Na sala
- ☐ No refeitório
- ☐ Nas casas de banho
- ☐ Nos balneários
- ☐ Noutro sítio (indica o lugar) _____

12. De que turma são os rapazes ou raparigas que te tem feito mal? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Ninguém se meteu comigo durante o 1º período
- ☐ São da minha turma
- ☐ São de outra turma

13. De que idade são os rapazes ou raparigas que te têm feito mal? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Ninguém se meteu comigo
- ☐ São da minha idade
- ☐ São mais velhos
- ☐ São mais novos

14. Quem te fez mal? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Ninguém se meteu comigo
- ☐ Um rapaz
- ☐ Uma rapariga
- ☐ Vários rapazes
- ☐ Várias raparigas
- ☐ Rapazes e raparigas

15. Quantas vezes te fizeram mal no caminho para a escola, durante o 1º período? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Nunca se meteram comigo
- ☐ 1 ou 2 vezes durante o 1º período
- ☐ 1 vez esta semana
- ☐ 2 ou mais vezes esta semana

16. Quantas vezes os professores tentaram parar os rapazes ou raparigas que fizeram mal a outros? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Não sei
- ☐ Quase nunca
- ☐ Às vezes
- ☐ Muitas vezes

17. Quantas vezes os funcionários da escola tentaram parar os rapazes ou as raparigas que fizeram mal a outros? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Não sei
- ☐ Quase nunca
- ☐ Às vezes
- ☐ Muitas vezes

18. Disseste a alguém que te fizeram mal na escola? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Não fui agredido
- ☐ Não disse a ninguém
- ☐ Sim, disse a um ou 2 amigos(as)
- ☐ Sim, disse aos meus amigos(as)
- ☐ Sim, disse ao professor ou diretor de turma
- ☐ Sim, disse aos meus pais ou encarregado de educação
- ☐ Sim, disse a um irmão ou irmã
- ☐ Sim, disse a um funcionário
- ☐ Sim, disse ao psicólogo da escola

19. Há rapazes ou raparigas que te defendem quando outros te tentaram fazer mal? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Ninguém me fez mal
- ☐ Ninguém me ajudou
- ☐ 1 rapaz
- ☐ 1 rapariga
- ☐ 2 ou mais rapazes
- ☐ 2 ou mais raparigas
- ☐ 1 rapaz e 1 rapariga
- ☐ Rapazes e raparigas

20. O que fazes quando vês um colega da tua idade a ser agredido(a) na escola? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Nada, não é nada comigo
- ☐ Nada, mas acho que deveria ajudar
- ☐ Nada, porque podem vingar-se em mim
- ☐ Tento ajudá-lo ou ajudá-la como posso
- ☐ Chamo alguém para ajudar
- ☐ Ajudo só se for meu amigo ou amiga
- ☐ Ajudo mesmo que não conheça

BLOCO III - ACERCA DE AGREDIRES OUTROS(AS)
Quantas vezes foste tu, a ameaçar, a chantagear, a chamar nomes, a levantar falsos testemunhos, a contar segredos, a pôr de parte um(a) colega, a ignorá-lo(a), a bater, a empurrar, a tirar dinheiro, a fazer praxes violentas, a enviar mensagens via telemóvel, Facebook e/ou email ameaçadoras e/ou insultuosas ou colocar imagens na internet com o intuito de prejudicar alguém?

Ninguém saberá o que disseste, diz a verdade.

21. Quantas vezes fizeste mal a outro(s) colega(s) na escola, durante o 1º período? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Nenhuma
- ☐ 1 ou 2 vezes
- ☐ 3 ou 4 vezes
- ☐ 5 ou mais vezes

22. Se fizeste mal a algum colega na escola durante o 1º período, diz porque o fizeste? - Podes marcar mais do que uma opção.

- ☐ Não fiz mal a nenhum colega
- ☐ Porque tive de me defender
- ☐ Porque me irritaram
- ☐ Para mostrar como sou forte
- ☐ Faz-me sentir que sou melhor do que os outros
- ☐ Para evitar que me façam mal
- ☐ Para ser admirado e popular
- ☐ Porque faz-me sentir bem
- ☐ Por outro motivo (indica qual) _____

23. Quantas vezes te juntaste a outros colegas para fazer mal a algum rapaz ou alguma rapariga na escola, durante o 1º período? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Nenhuma
- ☐ 1 ou 2 vezes
- ☐ 3 ou 4 vezes
- ☐ 5 ou mais vezes

24. Quantas vezes tomaste parte em agressões a outros jovens no caminho da escola, durante o 1º período? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Só 1 ou 2 vezes
- ☐ Cerca de 1 vez por semana
- ☐ 2 ou mais vezes por semana

25. Ajudavas a agredir um colega que não gostasses? - Marcar apenas **um** quadrado.

- ☐ Sim
- ☐ Talvez
- ☐ Só se ele ou ela me irritar muito
- ☐ Acho que não
- ☐ Não

Fim

Obrigada pela tua colaboração!

ANEXO XV

**Certificado de Autora de Comunicação Oral, nas “Jornadas Científicas da
Saúde da Lusofonia”**

Coimbra, 30 de novembro de 2023

(Direção da RACS)



ANEXO XVI

**Certificado de Co-autora de Comunicação Oral, nas “Jornadas Científicas da
Saúde da Lusofonia”**



Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia - LusoSaúde 2023

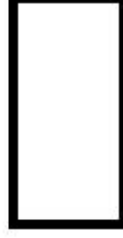
CERTIFICADO

 participou como autora da Comunicação Oral,
Sofia Lourenço e 

com o título "Sono como determinante de saúde para o desenvolvimento da criança", nas Jornadas LusoSaúde 2023, organizada pela Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia, no dia 10 de novembro de 2023, por videoconferência, em Portugal.

Coimbra, 30 de novembro de 2023

P'la Comissão Organizadora



(Direção da RACS)



ANEXO XVII

**Certificado de Co-autora de póster, nas “Jornadas Científicas da Saúde da
Lusofonia”**



Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia - *LusoSaúde 2023*

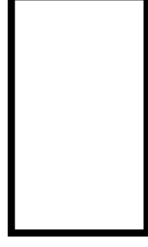
CERTIFICADO

participou como autora do Poster,
Sofia Lourenço, participaram como co-autoras do Poster,

com o título “O impacto das alterações climáticas nas doenças cardiovasculares: implicações para a enfermagem”, nas Jornadas LusoSaúde 2023, organizada pela Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia, no dia 10 de novembro de 2023, por videoconferência, em Portugal.

Coimbra, 06 de dezembro de 2023

P¹a Comissão Organizadora



(Direção da RACS)



ANEXO XVIII

Certificado de Autora de Póster no “II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública” (Escola Superior de Enfermagem de Leiria)

CERTIFICADO 1º Prémio

Certifica-se que foi atribuído o 1º Prémio ao trabalho *"Livre-se do Tabaco!" - Um Projeto de Promoção da Saúde no Local de Trabalho"*, da autoria de  Sofia Lourenço,  no âmbito do II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho, que teve lugar nesta Escola de Saúde, no dia 11 de novembro de 2023, entre as 9h00 e as 13h00.

 O Diretor,



ANEXO XIX

**Certificado de Autora de póster, na “Conferência Internacional en Salud
Escolar y Universitaria”**

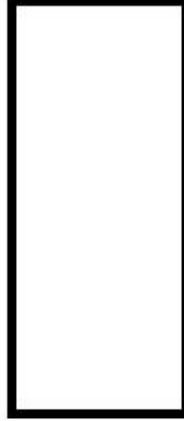


D^a. Sofia Nunes Mendes Lourenço1

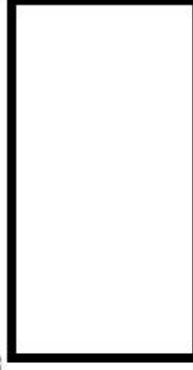
ha presentado en el

XII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE EXPERTOS EN SALUD ESCOLAR Y UNIVERSITARIA
la comunicación científica denominada "Prevenção e redução do bullying, em crianças em contexto escolar", organizado por la Asociación Española de Medicina y Salud Escolar y Universitaria y la Universidad Complutense de Madrid y celebrado en la **Universidad Complutense de Madrid**, durante los días **18 al 23 de noviembre de 2023**, con una carga lectiva de 60 horas.

Madrid, a 23 de noviembre de 2023



Presidente,
Asociación Española de Medicina y Salud
Escolar y Universitaria



Secretario
XII Encuentro Internacional
Universidad Complutense de Madrid



ANEXO XX

**Certificado de Co-autora de póster, na “Conferência Internacional en Salud
Escolar y Universitaria”**

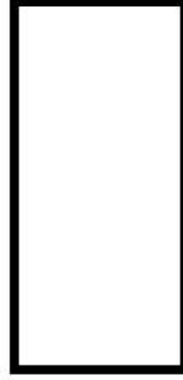


D^a. Sofia Nunes Mendes Lourenço

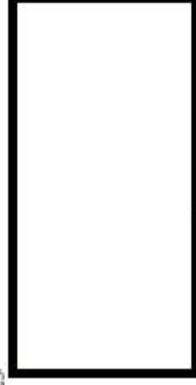
ha presentado en el

XII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE EXPERTOS EN SALUD ESCOLAR Y UNIVERSITARIA
la comunicación científica denominada "Promoção de hábitos de sono saudáveis em ambiente escolar", organizado por la Asociación Española de Medicina y Salud Escolar y Universitaria y la Universidad Complutense de Madrid y celebrado en la **Universidad Complutense de Madrid**, durante los días **18 al 23 de noviembre de 2023**, con una carga lectiva de 60 horas.

Madrid, a **23 de noviembre** de 2023.



Presidente.
Asociación Española de Medicina y Salud
Escolar y Universitaria



Secretario
XII Encuentro Internacional
Universidad Complutense de Madrid



ANEXO XXI

**Certificado de Co-Autora de Comunicação Oral, no “1º Congresso Internacional
De Enfermagem De Saúde Comunitária E De Saúde Pública”**

CERTIFICADO

Certifica-se que a **comunicação oral** “Perceção parental sobre os hábitos de sono das crianças: Diagnóstico de Situação” da coautoria de **foi premiada** no 1º Congresso Sofia Nunes Mendes Lourenço; **foi premiada** no 1º Congresso Internacional de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública que decorreu na Escola Superior de Saúde de Santarém (ESSS) do Politécnico de Santarém, nos dias 2 e 3 de fevereiro de 2024.

Diretora da Escola Superior de Saúde de Santarém

Presidente da Comissão Científica do Congresso

ANEXO XXII

**Certificado de participação na comissão organizadora do webinar
“Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde
da Criança, Jovem e Pessoa Idosa”**



CERTIFICADO

Certifica-se que **SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO** integrou a Comissão Organizadora do Webinar
“Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa
Idosa” que decorreu online, no dia 6 de fevereiro de 2024.

A Coordenadora do Gabinete de
Formação e Desenvolvimento Profissional da ESEL


Professora Doutora 

ANEXO XXIII

**Certificado da Conferência “Leading the way to a healthy future: Inovação do
serviço de saúde pública” - Escola Nacional de Saúde Pública Nova**

**LEADING THE
WAY TO A
HEALTHY
FUTURE**

Inovação ao serviço da
Saúde Pública

NOVA
ESCOLA NACIONAL
DE SAÚDE PÚBLICA



CERTIFICADO

de Presença

A organização do evento “Leading the Way to a Healthy Future -
ENSP NOVA”, que decorreu 3 de Outubro de 2023 na Reitoria da
Universidade Nova de Lisboa, das 9h às 19h, confirma a presença de

Sofia Nunes Mendes Lourenço

Diretora

ANEXO XXIV

**Certificado de Curso " Aconselhamento breve para a promoção da
atividade física por profissional de saúde"**

Aconselhamento Breve para
a Promoção da Atividade
Física por Profissionais de
Saúde



EMITIDO EM:

outubro 9, 2023

NÚMERO ID DO CERTIFICADO:

addde0a543c46de9d4115ce8257d90e



CERTIFICADO

Certifica-se que SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO concluiu o curso
**"Aconselhamento Breve para a Promoção da Atividade Física por
Profissionais de Saúde"** com uma duração estimada de 30 horas.

Programa Nacional para a Promoção da Atividade
Física

Direção-Geral da Saúde

Não confundir com:



A pessoa mencionada neste certificado cumpriu todas as atividades relativas ao curso em questão. Para mais informações sobre Certificação na Educação, visite <https://www.nau.edu.pt/pt/educacao/certificacao>. Este certificado é uma prova de aprendizagem, não sendo qualquer validade formal como prova de qualificação ou como formação conferente de grau.



<https://rms.nau.edu.pt/pt/educacao/certificacao/addde0a543c46de9d4115ce8257d90e>

ANEXO XXV

**Certificado: 12-10-2023: " Enfermagem às Quintas – A Enfermagem do
Trabalho na área da Aeronáutica " da Ordem dos Enfermeiros**



CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que

SOFIA NUNES MENDES LOURENÇO

membro nº 48235 desta Ordem, participou no(a) "Enfermagem às Quintas - A Enfermagem do Trabalho na área da Aeronáutica", realizado no dia 12 de Outubro de 2023, com duração total de 2h, no(a) Plataforma digital "Cisco Webex Events".

Porto, 12 de Outubro de 2023

O Presidente do Conselho Directivo Regional do Norte



Esta actividade formativa é acreditada pela Ordem dos Enfermeiros e atribui 0,35 Créditos de Desenvolvimento Profissional (CDP) para efeitos de Qualificação, conforme Regulamento de Acreditação e Creditação de Actividades Formativas.

ANEXO XXVI

**Certificado 13-10-2023: " Encontro dos 40 anos do Serviço de Saúde e
Segurança no Trabalho " da Câmara Municipal de Loures**



40 ANOS
ao serviço da **Segurança**
e **Saúde no Trabalho**

Certifico-se que

Sofia Nunes Mendes Lourenço

participou no encontro **40 Anos ao Serviço da Segurança e Saúde no Trabalho**, com a duração de 7 horas, que se realizou no dia 13 de outubro de 2023, no Palácio dos Marquesses da Póvoa e Marfornã, em Loures.



cm-loures.pt

ANEXO XXVII

**Certificado 8-11-2023: Seminário Científico Internacional "Literacia,
Educação e Formação em Saúde e Segurança Ocupacionais" da Faculdade de
Direito da Universidade Lusófona de Lisboa e Instituto Superior Educação de
Ciências**

CERTIFICADO

ESTE CERTIFICADO ATESTA QUE

Sofia Lourenço

Esteve presente, no **Seminário Científico Internacional "Literacia, Educação e Formação em Saúde e Segurança Ocupacionais"** realizado em Lisboa, no dia 8 de novembro de 2023, em formato presencial, organizado pela Faculdade de Direito da Universidade Lusófona de Lisboa e pelo Instituto Superior de Educação e Ciências, em parceria com o CEAD Francisco Suárez.



Dirigente da Faculdade de Direito e
Presidente do CEAD Francisco Suárez



Presidente do Instituto Superior de Educação e
Ciências de Lisboa



ANEXO XXIII

**Certificado de Participação “Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia” da
Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia**



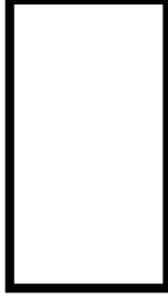
Jornadas Científicas da Saúde da Lusofonia - *LusoSaúde 2023*

CERTIFICADO

Certifica-se que **Sofia Nunes Mendes Lourenço** participou nas Jornadas LusoSaúde 2023, organizadas pela Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia - RACS, no dia 10 de novembro de 2023, por videoconferência, em Portugal.

Coimbra, 29 de novembro de 2023

P¹a Comissão Organizadora



(Direção da RACS)



ANEXO XXIX

Certificado “II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho & I Encontro Científico de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública - A Saúde nas Organizações do Trabalho & O Empoderamento da Comunidade” da Escola Superior de Saúde do Politécnico de Leiria

CERTIFICADO

Certifica-se que **Sofia Nunes Mendes Lourenço** participou, presencialmente, no II Encontro Científico de Enfermagem do Trabalho, que teve lugar nesta Escola de Saúde no dia 11 de novembro de 2023, entre as 9h00 e as 13h00.

 O Diretor,



ANEXO XXX

**Certificado de “XII Encuentro Internacional de Expertos en Salud Escolar y
Universitaria”**



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID

D^a. Sofia Lourenço

Ha participado en el

XII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE EXPERTOS EN SALUD ESCOLAR Y UNIVERSITARIA

Organizado por la Asociación Española de Medicina y Salud Escolar y Universitaria y la Universidad Complutense de Madrid y celebrado en la Universidad Complutense de Madrid, durante los días 18 al 23 de noviembre de 2023, con una carga lectiva de 60 horas.



Presidente,
Asociación Española de Medicina y Salud
Escolar y Universitaria

Madrid, a 23 de noviembre de 2023



Secretario del XII Encuentro Internacional
Universidad Complutense de Madrid



D^a. Sofia Lourenço ha participado el durante los días 18 al 23 de noviembre de 2023 en el
XII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE EXPERTOS EN SALUD ESCOLAR Y UNIVERSITARIA

PROGRAMA CIENTÍFICO:

1. El Mapa Epidemiológico general del Escolar y joven Universitario
2. Análisis de uno de los Principales Problemas de Salud Prevalentes en el Escolar y Universitario
3. Estudios sobre el establecimiento de Normas de Calidad en los Servicios de Salud Escolar, y
4. Mapa de Competencias de los profesionales de los Equipos de Salud Escolar
5. Comunicaciones Libres y análisis de experiencias en:
 - a. Medicina Escolar y Universitaria.
 - b. Odontología Escolar
 - c. Enfermería Escolar
 - d. Fisioterapia y Rehabilitación Escolar.
 - e. Podología Escolar
 - f. Alimentación y Nutrición Infantil y Escolar
 - g. Educación y Promoción de la Salud
 - h. Entornos Seguros y Saludables. El Edificio Escolar y su higiene, Escuelas Saludables, Universidades Saludables
 - i. Educación Física y la Comunidad Educativa Escolar



Presidente,
Asociación Española de Medicina y Salud
Escolar y Universitaria



Secretario
XII Encuentro Internacional
Universidad Complutense de Madrid

ANEXO XXXI

**Certificado de Participação no “1º Congresso Internacional De Enfermagem De
Saúde Comunitária E De Saúde Pública”**

CERTIFICADO

Certifica-se que Sofia Nunes Mendes Lourenço participou no 1º Congresso Internacional de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública que decorreu na Escola Superior de Saúde de Santarém (ESSS) do Politécnico de Santarém, nos dias 2 e 3 de fevereiro de 2024.



Diretora da Escola Superior de Saúde de Santarém



Presidente da Comissão Científica do Congresso

ANEXO XXXII

Certificado de participação no webinar “Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa”



CERTIFICADO

Certifica-se que Sofia Lourenço participou no Webinar “Intervenção de Enfermagem de Saúde Comunitária na Promoção da Saúde da Criança, Jovem e Pessoa Idosa” que decorreu online, no dia 6 de fevereiro de 2024, com a duração de 2 horas.

A Coordenadora do Gabinete de
Formação e Desenvolvimento Profissional da ESEL

