

Exmo. Senhor  
Chefe do Gabinete da Ministra Adjunta e dos  
Assuntos Parlamentares

[gabinete.maap@maap.gov.pt](mailto:gabinete.maap@maap.gov.pt)

---

SUA REFERÊNCIA 2154	SUA COMUNICAÇÃO DE 05-12-2023	NOSSA REFERÊNCIA Nº: 979/2023 ENT.: 8813/2023 PROC. Nº: 19/2023	DATA 11-12-2023
------------------------	----------------------------------	--	--------------------

---

ASSUNTO: SEQUÊNCIA DAS RECOMENDAÇÕES APROVADAS NAS SESSÕES NACIONAIS DO PROGRAMA  
PARLAMENTNO DOS JOVENS (Edição 2022/2023)

---

Encarrega-me S. Exa. o Ministro da Educação, em resposta ao Ofício n.º I\_COM8XV/2023/83, de 05-12, de transmitir informação sobre as medidas adotadas relacionadas com o tema «Saúde Mental nos Jovens: Que Desafios? Que Respostas?», objeto de debate nas Sessões Nacionais do Programa Parlamento dos Jovens (Edição 2022/2023).

Atendendo ao teor das recomendações aprovadas, constata-se que o trabalho desenvolvido e em desenvolvimento nas escolas se encontra alinhado com a resposta às preocupações aí concretizadas, importando, como tal, assegurar a sua continuidade e reforço.

Com efeito, a Saúde Mental é um dos temas e pilares do Referencial de Educação para a [Saúde](#) (RES), elaborado em resultado de uma parceria entre a Direção-Geral da Educação e a Direção-Geral da Saúde e o SICAD - Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências, no enquadramento previsto para a implementação da Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania ([ENEC](#)) .

O tema da Saúde Mental surge aí orientado para a garantia aos direitos à Saúde e à Educação enquanto pilares de bem-estar que assentam em aspetos biológicos, emocionais e contextuais e que se entrecruzam de forma determinante. Para tanto, realça-se a importância

---

do desenvolvimento de ações eficazes e consertadas, privilegiando a intervenção precoce, focada nos aspetos preventivos e orientada para o diálogo interdisciplinar. Como se explicita no Referencial, «*Num tempo de mudanças, crise e adaptação são palavras-chave. No ser em desenvolvimento ao longo de todo o seu ciclo de vida, o bem-estar surge como uma construção cujo equilíbrio está alicerçado na relação com o corpo, com a família, com a comunidade e com a cultura. O desenvolvimento exponencial dos meios tecnológicos é um desafio da contemporaneidade. Para além das questões que se colocam ao nível do acesso ao conhecimento e da gestão da informação, esta é uma realidade que afeta as relações de poder e de autoridade, influenciando valores, atitudes e comportamentos, com implicações claras em matéria de saúde e de educação.*

*Mas, por outro lado, temas como a higiene do sono, o comportamento alimentar, as adições, o sucesso escolar ou a produtividade, são matérias que estão intimamente relacionadas com a dimensão psicológica que lhes subjaz. A literacia sobre saúde mental é, pois, uma prioridade e neste sentido, identificar e compreender os problemas que habitualmente ocorrem a crianças e jovens é, já em si, uma medida de promoção e de prevenção».*

Ainda com suporte no RES, e com o objetivo da sua divulgação, têm sido desenvolvidas ações de formação para docentes, articulando os seus temas com a ENEC.

Por outro lado, a Direção-Geral da Educação reforça junto das escolas a importância da promoção de um ambiente de bem-estar, quer através da atribuição do **Selo Escola Saudável**, que reconhece o mérito dos agrupamentos de escolas/escolas não agrupadas que através das suas práticas contribuam para a promoção de relações interpessoais saudáveis, para o envolvimento de toda a comunidade educativa e para uma imagem positiva da escola, quer através da atribuição do [Selo Escola Sem](#)

[Bullying | Escola Sem Violência](#), às escolas que implementaram um Plano de Prevenção e Combate ao *Bullying* e ao *Cyberbullying*, assumindo práticas quotidianas de promoção da saúde e do bem-estar da comunidade educativa, pautadas pelos princípios da não violência, da inclusão e da não discriminação. Para apoio a este plano, foi desenvolvido o website [Escola Sem Bullying | Escola Sem Violência](#), onde além do respetivo [Plano](#), são disponibilizados numerosos recursos, divulgadas iniciativas de formação e destacados os trabalhos desenvolvidos pelas escolas.

Adicionalmente, a Direção-Geral da Educação reiniciou em 2023 a realização de [Encontros Regionais - Bem-estar: Colaborar para Transformar 2023](#) - enquanto espaços de partilha no caminho de Bem-estar, participado e abrangente, que privilegiam os momentos de reflexão, discussão e partilha (recursos, projetos e ideias), promovendo a oportunidade de colaborar, para transformar, dando voz aos alunos/as. A realização de workshops, segundo a metodologia *world-café*, durante esses encontros, funcionam também como mais um espaço e um momento para ouvir a voz de docentes, de crianças e jovens, para o que é relevante numa escola saudável, onde se sintam bem, ativos/as, respeitados/as, seguros/as e acima de tudo incluídos/as, na prossecução dos objetivos vertidos no perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória e enquadrados nos pressupostos expressos na Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania.

A Direção-Geral da Educação, em parceria com a Direção-Geral da Saúde, elaborou e disponibilizou também o [Manual para a Promoção de Competências Socio emocionais em Meio Escolar - SAÚDE MENTAL EM SAÚDE ESCOLAR](#), alinhado com o modelo SEL (*Social and Emotional Learning*). Este Manual, na lógica do modelo de intervenção proposto para a Saúde Escolar e a Saúde Mental, integra alguns temas e objetivos do Referencial de Educação para a Saúde e oferece uma orientação nas áreas da

promoção da saúde e bem-estar como um todo, bem como do desenvolvimento das relações interpessoais. O principal objetivo do Manual é constituir-se como um recurso pedagógico para facilitar a formação e a implementação, passo a passo, de um projeto promotor da Saúde Mental na Escola, orientado pela tipologia de programas de Aprendizagem SEL, assente nos seguintes princípios:

- Promoção da saúde, do bem-estar mental e do sucesso educativo através de uma abordagem compreensiva e holística de toda a Escola, integrada na promoção e educação para a saúde;
- Intervenção fundamentada nos modelos baseados na evidência científica, usando os resultados da avaliação para justificar decisões;
- Promoção de um ambiente escolar seguro, de suporte e protetor, respeitando os princípios da confidencialidade, de modo que a comunidade educativa se sinta confiante para discutir e para solicitar apoio face às necessidades sentidas;
- Definição das intervenções e dos resultados adequados ao meio escolar, que contribuam para maximizar os fatores protetores e minimizar os fatores de risco;
- Consciencialização de que alguns fatores de proteção e de risco têm impacto nos resultados a nível da saúde e da educação e que influenciam as escolhas a nível pessoal e do grupo;
- Sensibilização dos/as docentes e das equipas de saúde escolar para uma metodologia de projeto conjunta, incentivando a implementação deste modelo em meio escolar;
- Sensibilização dos/as docentes e das equipas de saúde escolar para atuarem como facilitadores de aprendizagens e de tomada de decisão referentes ao potencial de saúde e bem-estar;
- Implementação de metodologias ativas e participativas no desenvolvimento de conhecimentos, atitudes e competências para a adoção de comportamentos mais saudáveis junto da comunidade educativa.

Toda a informação e recursos supra referidos estão igualmente disponíveis no *website* da [Educação para a Cidadania](#), onde no âmbito do domínio da *Saúde* foi criado um espaço destinado ao tema da Saúde Mental.

Neste âmbito, importa ainda realçar que está atualmente a ser desenvolvido trabalho no âmbito do Observatório da Saúde Psicológica e do Bem-estar, iniciado na sequência do contexto pandémico e da criação do Plano de Recuperação de Aprendizagens (21|23 Escola+) que prioriza a inclusão e bem-estar como um dos domínios. Em 2022, a área da educação, através da

Direção-Geral de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC), apresentou o [relatório do estudo “Observatório Escolar: Monitorização e Ação | Saúde Psicológica e Bem-estar”](#), que teve como principal objetivo proceder à recolha e monitorização de indicadores de saúde psicológica e bem-estar nas escolas portuguesas, numa iniciativa inédita.

Acresce que, no presente ano foram publicados mais estudos, um e-book, e anunciada a continuação do projeto, estando prevista a monitorização com um estudo a cada dois anos. Este estudo resulta de um trabalho de parceria entre a DGEEC, Direção-Geral da Educação (DGE), o Programa Nacional de Promoção do Sucesso Escolar, Equipa Aventura Social/ ISAMB, Universidade de Lisboa, Ordem dos Psicólogos Portugueses e Fundação Calouste Gulbenkian, e conta com a coordenação científica da Professora Doutora Margarida Gaspar de Matos (Equipa Aventura Social/ ISAMB, Universidade de Lisboa). (<https://www.dgeec.mec.pt/np4/556/>).

Assim, na sequência dos dados recolhidos e das recomendações feitas pelo Observatório da Saúde Psicológica e do Bem-estar, a Direção-Geral da Educação, em parceria com a Fundação Calouste Gulbenkian e a Ordem dos Psicólogos Portugueses, tem estado a desenvolver um conjunto de ações de

formação no âmbito das competências socioemocionais, dirigidas a diretores, docentes e psicólogos dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas. Esta formação visa o desenvolvimento pessoal e socioprofissional dos intervenientes educativos, mediante a promoção da literacia, das suas competências socioemocionais e práticas de autocuidado, bem como o aprofundamento dessas competências para implementar projetos de intervenção, orientados para o desenvolvimento positivo e o bem-estar dos alunos e de toda a comunidade escolar, numa abordagem global da escola.

Noutro sentido, no que se refere às recomendações dirigidas à contratação ou reforço da presença de profissionais da área da saúde mental em exercício de funções nas escolas, cumpre salientar que em cada agrupamento de escolas e escola não agrupada existe um Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) que, para além de ações preventivas que desenvolve com professores, famílias e outros atores educativos, procura acompanhar os alunos que revelem necessidade de uma intervenção mais seletiva ou especializada.

No que se refere à rede do Ministério da Educação, o número de psicólogos em exercício de funções no ensino público garante os rácios recomendados pelos organismos internacionais.

Com efeito, o Ministério da Educação tem vindo a reforçar a presença destes técnicos nas escolas (911 no ano letivo 2018/2019 e 1440 na atualidade).

Com os melhores cumprimentos,

O Chefe do Gabinete

---

Jorge Sarmento Morais

JM/PR