

## PARCEIROS



# PROMEHS

Promoting  
Mental  
Health  
at Schools

**Itália:** Universidade de Milano- Bicocca;  
Departamento Escolar Regional; Ministério da Educação

**Malta:** Universidade de Malta

**Letónia:** Universidade de Latvia, Riga;  
Departamento Escolar Regional de Sigulda

**Croácia:** Faculdade de Formação de Professores, Universidade de Rijeka; Cidade de Rijeka

**Roménia:** Universidade Ștefan Cel Mare Din Suceava;  
Inspeção Escolar Distrito de Suceava

**Grécia:** Universidade de Patras

**Portugal:** Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

### Contactos

#### Coordenador de Projeto:

Prof. Dra. Ilaria Grazzani  
ilaria.grazzani@unimib.it  
promehs.italy@gmail.com

#### Equipa de Portugal

##### Coordenador:

Prof. Dra. Celeste Simões  
promehsportugal@gmail.com  
www.promehs.org  
@promehs



Duração do Projeto: 2019-2022

## O primeiro currículo desenvolvido por

*Investigadores  
Decisores Políticos  
Instituições científicas*

## de 20 Instituições de 7 países Europeus

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union





## SAÚDE MENTAL

Um estado de bem-estar através do qual cada indivíduo toma consciência do seu potencial, lida com o stress regular do quotidiano, trabalha de forma produtiva e frutífera e é capaz de contribuir ativamente para a sua comunidade (WHO, 2014).

## PROMOVER A SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS

Cerca de 20% das crianças e adolescentes experienciam problemas de saúde mental, tendo os valores subido drasticamente ao longo da última década.

Metade dos problemas de saúde mental tem início antes dos 14 anos de idade.

Esta informação sublinha a necessidade urgente de intervir desde cedo, colocando a escola como o local ideal para promover a saúde mental das crianças e adolescentes, permitindo alcançar um número elevado de estudantes, durante anos estruturantes do desenvolvimento cognitivo, emocional e social (Weare, 2015).

## OBJETIVOS

- Promover **políticas inovadoras** ao encorajar a cooperação entre entidades públicas nacionais e internacionais e instituições em toda a Europa.
- Desenvolver um **currículo baseado em evidências** sobre a promoção de saúde mental nas escolas, e avaliá-lo através de estudos em grande escala.



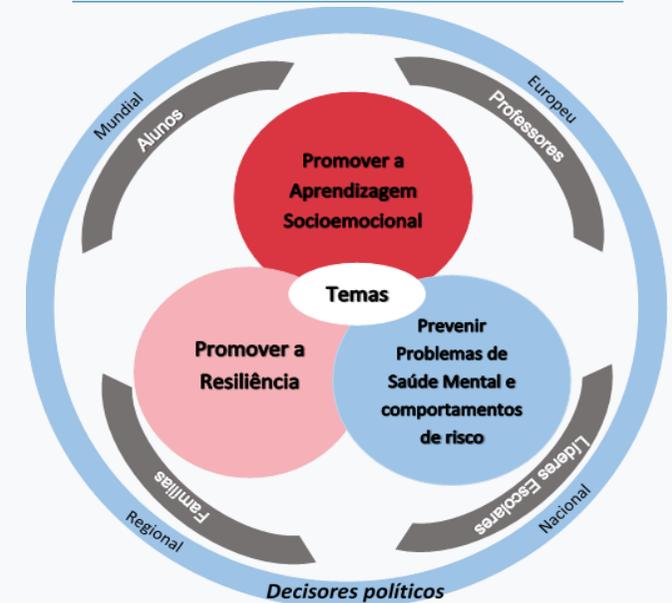
## MÉTODO DE INVESTIGAÇÃO

**Seis países** estão envolvidos neste estudo (Itália, Croácia, Grécia, Letónia, Portugal e Roménia), com um total de **6000 alunos** entre os 3 e os 18 anos de idade.

O PROMEHS irá promover uma **formação de elevada qualidade a profissionais que atuam em contexto educativo**, sendo este um dos fatores com maior impacto na promoção de saúde mental nas escolas.



## ESTRUTURA



## RESULTADO ESPERADO

O PROMEHS procurará **aumentar o bem-estar social e emocional dos estudantes**, ao melhorar as atitudes para com o próprio, os outros, e a aprendizagem, assim como **reduzir** os problemas de comportamento e sintomas associados a perturbações emocionais como a ansiedade.

**O PROMEHS é também dirigido aos professores.** Pretende promover a sua motivação, satisfação com o trabalho, a sua relação com os alunos e as suas competências associadas à resiliência. Reduzir possíveis problemas de saúde mental, stress e *burnout*, são outros dos objetivos importantes deste currículo