

Guião para atribuição do Selo Escola Saudável

O bem-estar na escola é crucial para a melhoria dos resultados académicos, para o desenvolvimento psicológico harmonioso e para a integração social positiva de crianças e jovens, para a motivação e desempenho dos professores e para o sentimento de segurança das famílias. Em sintonia com os Princípios, Visão, Valores e Áreas de Competências do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PA)¹, o bem-estar respeita à promoção, criação e transformação da qualidade de vida do indivíduo e da sociedade, norteado numa abordagem pedagógica empática ao ensino, que aborde a equidade, a diversidade e a compreensão multicultural, mantendo ao mesmo tempo uma elevada qualidade académica. O bem-estar estende-se à qualidade de vida escolar, aos ambientes de aprendizagem, às relações entre pares e professores e à capacitação de docentes, crianças e jovens para a tomada de decisões. Estes são alguns aspetos relevantes que **enquadram as “Orientações para as direções de escolas, professores e educadores abordarem o bem-estar e a saúde mental na escola”²** (2024). Baseiam-se num quadro sustentado em evidência “Uma abordagem sistémica, que abrange toda a escola, a saúde mental e o bem-estar nas escolas” e alinham-se com a lógica e a abordagem da Recomendação do Conselho da Europa sobre Percursos para o Sucesso Escolar, a Estratégia da UE sobre os direitos dos criança, com a Organização Mundial da Saúde (OMS) “Escolas promotoras de saúde”, com o Fundo das Nações Unidas para a Infância, e a UNESCO, o projeto “Educação para sociedades inclusivas” da OCDE e o “Estrutura de Escolas Felizes”. As orientações estão também alinhadas com os princípios da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, a abordagem do Conselho da Europa ao bem-estar e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU para 2030.

A interseccionalidade na educação

A interseccionalidade realça que diferentes aspetos das identidades dos indivíduos não são independentes uns dos outros, antes, interagem para criar identidades e experiências singulares, não se resumindo a sua compreensão à análise separada de cada dimensão da identidade ou isolada do respetivo contexto social e histórico.

Na educação, as análises com uma lente interseccional (não vinculada à classificação comum das crianças e jovens em grupos (rapazes vs. raparigas, migrantes vs. nativos, etc.) têm o

¹ Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, disponível em https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

² *Wellbeing and mental health at school Guidelines for school leaders, teachers and educators* (2024) European Commission, Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture. Publications Office of the European Union, <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/ec1136e2-0d3a-11ef-a251-01aa75ed71a1/language-en>

potencial de conduzir a políticas e intervenções mais bem-adaptadas e mais eficazes no que se refere à participação, aos resultados da aprendizagem, às atitudes, em relação ao futuro, à identificação de necessidades e ao bem-estar socio emocional³.

A importância de investir (ainda) mais no bem-estar na escola

Segundo o *Health Behaviour School Aged-Children*, estudo colaborativo da Organização Mundial de Saúde (HBSC/OMS), os resultados em 2022 (contexto de pandemia COVID-19, guerra e recessão económica) comparando com os resultados de 2018, permitem verificar um “agravamento ao nível da saúde mental, preocupações, relações interpessoais, expectativas futuras”⁴. Assim, o bem-estar psicológico e emocional, o gosto pela escola e a perceção de segurança na escola são alguns dos indicadores que se agravaram nos últimos anos.

A saúde mental entre crianças e jovens tornou-se um assunto importante na Europa, com estatísticas alarmantes⁵:

- 20% das crianças em idade escolar sofrem de problemas de saúde mental.
- A satisfação com a vida e a autoavaliação da saúde entre os adolescentes, especialmente as raparigas, têm vindo a decair, com um aumento de múltiplas queixas, como dificuldade em dormir, dores nas costas ou de cabeça, ou sensação de desânimo.
- As raparigas adolescentes reportam pior saúde mental e bem-estar em comparação com os rapazes (11, 13 e 15 anos), sendo que as raparigas de 15 anos apresentam os piores resultados.
- Uma em cada cinco crianças referiu ter crescido infeliz e ansiosa em relação ao futuro devido ao bullying, aos desafios com os trabalhos escolares e à solidão.
- 24% dos professores na Europa referem que o seu trabalho tem um impacto negativo na sua saúde mental e 22% referem o mesmo na sua saúde física.

As Orientações para as Direções de escolas, professores e educadores, apontadas ao bem-estar escolar e à saúde mental, sugerem um conjunto de recomendações e práticas inspiradoras:

- estabelecer um clima escolar positivo enraizado na participação ativa e na capacitação de crianças e jovens;

³ *Intersectionality in Education: Rationale and practices to address the needs of students' intersecting identities* (2023) OECD Education Working Paper No 302 Samo Varsik (OECD), Julia Gorochovskij (Frontier Economics), https://www.oecd-ilibrary.org/education/intersectionality-in-education_dbb1e821-en

⁴ Gaspar, Tania; Botelho Guedes, Fábio; Cerqueira, Ana & Gaspar Matos, Margarida (Coordenadores) (2023). *Ecosistemas de Saúde dos Adolescentes Portugueses: Estudo Health Behaviour School-Aged Children/OMS 2022*.

⁵ Comissão Europeia, Direção-Geral da Educação, Juventude, Desporto e Cultura, *Bem-Estar e Saúde Mental na Escola – Orientações para os decisores políticos em matéria de educação, dirigentes escolares, professores e educadores*, Serviço das Publicações da União Europeia, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/590>

- integrar a educação socio emocional, desde a educação pré-escolar até ao ensino secundário;
- promover parcerias colaborativas entre escolas, comunidades e partes interessadas para melhorar o bem-estar;
- garantir a segurança, prevenindo e abordando diversas formas de violência, incluindo a violência baseada no género, o (ciber)*bullying* e os discursos de ódio;
- promover o bem-estar na era digital;
- promover uma oferta alimentar saudável;
- proporcionar o desenvolvimento profissional contínuo e o apoio aos diferentes atores educativos em matéria de bem-estar;
- dar prioridade à equidade, à inclusão, à integração e à diversidade como condições essenciais para o bem-estar, garantindo que ninguém é marginalizado ou excluído.

Importa ainda a aposta na **equidade na saúde**, lembrando que a OMS definiu "6 prioridades para as mulheres e a saúde", que inclui a garantia de saúde sexual e reprodutiva de qualidade para todos/as e a prevenção e resposta à violência contra mulheres e raparigas, incentivando ações concretas que garantam que mulheres e raparigas em toda a sua diversidade possam desfrutar do direito à saúde ⁶. Neste sentido, enquadra-se a educação sexual, objeto de inclusão obrigatória nos projetos educativos dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas⁷. O **Projeto de Educação para a Saúde e Educação Sexual (PESES)**, os **Projetos de Educação Sexual de Turma**, enquadrados pelo **Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória**, pela **Estratégia de Educação para a Cidadania da Escola (EECE)** e pelas **Aprendizagens Essenciais de Cidadania e Desenvolvimento** em articulação com as das outras áreas curriculares, devem conjugar-se e contribuir também para estas prioridades.

A articulação entre parcerias locais e/ou nacionais, as unidades locais de saúde, através das equipas de saúde escolar, e as escolas na elaboração do diagnóstico, na definição de prioridades de intervenção e no desenho dos PESES, é fundamental em todo o processo.

É este paradigma de ação e intervenção, com envolvimento da restante comunidade, na promoção da literacia em saúde e em sexualidade, nos desafios para a equidade, a igualdade, a

⁶ Mensagem do Diretor SRH/HRP em <https://www.who.int/news/item/20-04-2021-message-from-director-srh-hrp>

⁷ Lei n.º 60/2009 de 6 de agosto - Estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar - <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/60-2009-494016>

inclusão e a integração, que se pretende que as escolas assumam enquanto cultura de escola para um ambiente de não violência, de inclusão e de bem-estar.

Neste sentido importa orientar para a capacitação de crianças, jovens e restante comunidade educativa, através da criação ou do desenvolvimento de competências de ação, tal como se perspetiva no PA, onde na escola, enquanto “ambiente propício à aprendizagem e ao desenvolvimento de competências, os/as alunos/as adquirem as múltiplas literacias que precisam de mobilizar”, e onde “constroem e sedimentam uma cultura científica e artística de base humanista, mobilizando valores e competências que lhes permitem intervir na vida e na história dos indivíduos e das sociedades, tomar decisões livres e fundamentadas sobre questões naturais, sociais e éticas, e dispor de uma capacidade de participação cívica, ativa, consciente e responsável”.

A distinção Selo Escola Saudável, pretende reconhecer uma Escola onde sejam referência:

- o bem-estar da comunidade educativa;
- as relações interpessoais saudáveis;
- o envolvimento de toda a comunidade educativa;
- os resultados de aprendizagem;
- a prevenção de todas as formas de violência;
- a imagem positiva da escola;
- a avaliação da pertinência e eficácia das ações.

O *Selo Escola Saudável* é atribuído anualmente por níveis de certificação:

- Nível I – Iniciação;
- Nível II – Intermédio;
- Nível III – Avançado.

O *Selo Escola Saudável* é uma distinção a atribuir a todos os agrupamentos de escolas/ escolas não agrupadas, públicas e privadas, adiante designados por Escolas, que apresentem a sua candidatura e que obtenham a classificação mínima estabelecida para cada nível de certificação.

Este escalonamento desafia as escolas a aperfeiçoar as suas práticas na implementação de um ambiente de bem-estar, enquadradas na excelência no ensino, tendo em vista o desenvolvimento e o reconhecimento da qualidade de vida escolar, considerando os espaços e ambientes de aprendizagem, as relações entre pares e docentes, a capacitação de docentes, não

docentes e restantes atores educativos, o envolvimento de crianças e jovens, os contributos da comunidade.

Regulamento para atribuição de Selo Escola Saudável

Artigo 1º

Âmbito

1. A candidatura para atribuição de *Selo Escola Saudável* visa distinguir os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas que se destacam na promoção holística da saúde e bem-estar. Uma Escola Saudável aborda o *Bem-estar* de forma sistemática e integrada e inscreve essa política no projeto educativo. Está orientada para a ação e é participativa. A comunidade educativa tem um papel ativo na tomada de decisões e nas atividades.
2. O *Selo Escola Saudável* é uma forma de distinguir as práticas de referência e é parte integrante do Programa de Apoio à Promoção da Educação para a Saúde.
3. Podem candidatar-se os agrupamentos de escolas/escolas não agrupadas, públicas e privadas, adiante designados por Escolas.

Artigo 2º

Entidade organizadora

A candidatura para atribuição de *Selo Escola Saudável* é uma iniciativa da Direção-Geral da Educação (DGE)/EduQA, I.P.

Artigo 3º

Objeto

1. A distinção *Selo Escola Saudável* visa reconhecer o trabalho das Escolas que através das suas práticas e projetos educativos contribuem para promover:
 - a) o bem-estar da comunidade educativa;
 - b) relações interpessoais saudáveis;
 - c) a prevenção de todas as formas de violência;
 - d) a excelência das aprendizagens;
 - e) a avaliação da pertinência e eficácia das ações;
 - f) o envolvimento de toda a comunidade educativa;
 - g) uma imagem positiva da escola.
2. O *Selo Escola Saudável* consiste num certificado com a data da atribuição e respetiva validade e um selo digital com a distinção conferida para utilizar em elementos de comunicação.

Artigo 4º

Objetivos

A atribuição *Selo Escola Saudável* tem como objetivos:

1. reconhecer Escolas que promovam capacidades relacionadas com o desenvolvimento de conhecimentos, atitudes e competências, contribuindo para uma cultura de não violência, inclusão e de bem-estar na forma holística, envolvendo todos os membros da comunidade educativa.
2. distinguir e reconhecer publicamente as Escolas que implementam políticas, estratégias e ações concretas de promoção e educação para a saúde e educação sexual, em que o envolvimento da comunidade, em particular de alunos/as é uma prática instituída, desde a conceção até à avaliação;
3. incentivar as Escolas a promover a literacia em saúde e sexualidade, de forma sistemática e integrada, enquanto contributo para a prevenção de todas as formas de violência e para a promoção do bem-estar, inscrevendo essas políticas no Projeto Educativo e na Estratégia de Educação para a Cidadania da Escola;
4. incentivar as Escolas a partilhar e a refletir, com toda a comunidade educativa, sobre a importância da promoção da educação para a saúde e educação sexual;

Artigo 5º

Candidatura

1. As candidaturas à atribuição de *Selo Escola Saudável* são apresentadas pela Direção/Direção Pedagógica da Escola e submetidas dentro do prazo estipulado na plataforma disponibilizada para o efeito.
2. Cada Escola pode apresentar apenas uma candidatura.
3. A Escola deve submeter eletronicamente a sua candidatura preenchendo o ***Instrumento de Avaliação de Práticas de Educação para o Bem-estar em Saúde e Sexualidade (IAPEBE)*** acessível na plataforma <https://area.dge.mec.pt/seloescolasaudavel/>.
4. A candidatura da Escola deve considerar o trabalho desenvolvido durante o último ano letivo.
6. A informação registada na plataforma deve ser guardada a cada 30 minutos. Para tal deve carregar em “Guardar” no final do formulário. A informação vai sendo gravada e pode ser reformulada/completada tantas vezes quantas as necessárias até ao final do prazo.
7. Não existe botão para submissão. A informação que será extraída para análise da candidatura é a que estiver preenchida no final do prazo.

8. Toda a informação submetida é da exclusiva responsabilidade da Direção da Escola, assumindo sob compromisso de honra que as declarações correspondem à realidade e às práticas implementadas.
9. No ano letivo de 2025/2026 as candidaturas devem ser apresentadas, entre os dias 13 de janeiro e 5 de fevereiro 2026.
10. No dia 9 de fevereiro de 2026 ficará disponível, nos canais de comunicação da DGE/EduQA, a lista de Escolas que submeteram, com sucesso, as suas candidaturas devidamente preenchidas.
11. Entre 9 e 13 de fevereiro de 2026, decorrerá um período de consulta e eventuais reclamações.

Artigo 6º

Avaliação das candidaturas

1. A avaliação das candidaturas incidirá sobre:
 - a. Equipa e níveis envolvidos
 - b. Áreas de intervenção
 - c. Divulgação à comunidade
 - d. Articulação
 - e. Participação e auscultação à comunidade educativa
 - f. Políticas de saúde e bem-estar na escola
 - g. Participação em ações de sensibilização/formação com relevância para a PES|PESES
 - h. Certificações/selos
 - i. Iniciativas promovidas com relevância para a PES|PESES e educação sexual
 - j. Aspetos a destacar (identificar 3 situações a destacar pela positiva e que consideram ser uma prática inspiradora)
 - k. Aspetos a melhorar (identificar 3 situações que requerem reavaliação/reformulação)
2. A avaliação das candidaturas é da responsabilidade do júri de acordo com a composição definida no artigo 7º.
3. O processo de análise e avaliação das candidaturas referente à candidatura de 2025-2026, decorre entre 19 de fevereiro e 6 de março de 2026.
4. O júri poderá solicitar informação/documentação complementar às Escolas.
5. O júri penalizará situações em que as Escolas respondam contrariamente ao previsto na legislação (Despacho 8127/2021 da SEAE e Artigos 7º e 10º da Lei nº 60/2009) salvo justificação devidamente fundamentada no Ponto 11 do IAPEBE.

6. Após avaliação, os níveis de certificação serão ajustados à pontuação final atribuída.

6.1. Candidaturas selecionadas para atribuição de certificação de **Nível I – Iniciação** – pontuação total obtida igual ou superior a 80 pontos e inferior a 120 pontos;

6.2. Candidaturas selecionadas para atribuição de certificação de **Nível II – Intermediário** – em caso de pontuação final obtida igual ou superior a 120 pontos e inferior a 160 pontos;

6.3. Candidaturas selecionadas para atribuição de certificação de **Nível III – Avançado** – em caso de pontuação final obtida igual ou superior a 160 pontos.

6.4. Candidaturas com pontuação final inferior a 80 pontos, não serão certificadas.

Artigo 7º

Composição do Júri

A apreciação das candidaturas é da competência de um júri, a designar anualmente, constituído por um presidente e vogais da Direção-Geral da Educação/EduQA, I.P..

Artigo 8º

Competências do Júri

1. A deliberação sobre a atribuição do *Selo Escola Saudável* é da exclusiva responsabilidade do Júri.

2. Ao Júri compete, designadamente:

- a) fixar e ponderar os critérios de seleção e avaliação das candidaturas;
- b) informar a lista de escolas que submeteram, com sucesso, as suas candidaturas no IAPEBE, com a sua divulgação nos canais de comunicação da DGE/EduQA, no prazo estabelecido;
- c) analisar eventuais reclamações decorrentes da alínea anterior apresentadas no prazo estipulado;
- d) avaliar e pontuar as respostas dadas pelas Escolas no IAPEBE;
- e) deliberar, fundamentar e comunicar por escrito, sobre a exclusão de candidaturas;
- f) deliberar e fundamentar sobre a atribuição do *Selo Escola Saudável* e respetivos níveis de certificação;
- g) divulgar nos canais de comunicação da DGE/EduQA, a lista de escolas distinguidas e respetivos níveis de certificação;
- h) garantir o rigor e a transparência de todos os procedimentos relacionados com o processo de atribuição do selo;
- i) garantir a máxima confidencialidade de todos os documentos e/ou informação trocada no contexto da candidatura.

3. As deliberações do Júri são definitivas, não sendo passíveis de recurso.

Artigo 9º

Titularidade do *Selo Escola Saudável*

1. A titularidade *Selo Escola Saudável* é atribuída por ano letivo, reportada à data da sua atribuição.
2. Esta titularidade confere à Escola a possibilidade de utilizar o *Selo Escola Saudável* com o respetivo nível de certificação em todos os documentos, durante o período da sua vigência.

Artigo 10º

Divulgação dos resultados e entrega do *Selo Escola Saudável*

1. 2. Os resultados da candidatura referente a 2025/2026 serão conhecidos em evento que ocorrerá em data e modelo a divulgar no 2º trimestre de 2026.
2. A lista de escolas distinguidas com o Selo Escola Saudável e os respetivos níveis, será publicada nos sítios da internet da DGE/EduQA após o evento referido em 1.

Artigo 11º

Perda de titularidade

A DGE/EduQA reserva-se o direito de retirar a titularidade do *Selo Escola Saudável* sempre que se verifiquem na Escola situações significativamente contrárias aos princípios de uma escola saudável.

Artigo 12º

Disposições finais

1. As Escolas candidatas comprometem-se a disponibilizar toda a informação que releve para efeitos da candidatura, sempre que solicitada pela DGE/EduQA.
2. Cabe à DGE/EduQA analisar e decidir acerca de qualquer omissão ou dúvida de interpretação que, em qualquer momento, se verifique em relação ao disposto no presente Regulamento.
3. Quaisquer dúvidas sobre o presente Regulamento, a elegibilidade e o processo de avaliação das candidaturas poderão ser esclarecidas através do endereço eletrónico: dspe@dge.mec.pt, colocando no assunto: Selo Escola Saudável 2026.