

RELATÓRIO SEMESTRAL

PROGRAMA DE ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO 2ª Edição

2024/2025

UMA PARCERIA
CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA
GIRA-GRUPO DE INTERVENÇÃO E REABILITAÇÃO ATIVA

“Agradeço à psicóloga da minha filha por a ter ajudado a ultrapassar as dificuldades.”

Mãe de criança acompanhada no PAP

“Um projeto a continuar, sem dúvida. Bastante útil para a comunidade em geral.”

Mãe de jovem acompanhada no PAP

“O programa de apoio psicológico foi muito importante para a minha filha, no meu caso gostaria que tivesse uma maior duração. Psicóloga muito profissional, minha filha gosta muito e sente-se melhor com ela. Penso de que o programa deve continuar e ter mais sessões para casos especiais.”

Mãe de jovem acompanhada no PAP

“Deviam apostar em mais programas assim.”

Mãe de criança acompanhada no PAP

“Lamento infelizmente que as verbas disponibilizadas não cheguem para ajudar todas as crianças necessitadas, quer a nível psicológico, quer a nível económico-social. Estou muito grata pela oportunidade que a minha filha teve e gostaria que mais crianças a tivessem também. Excelente equipa, cordial e simpática”.

Mãe de jovem acompanhada no PAP

“A resposta foi rápida, os horários foram flexíveis.”

Mãe de criança acompanhada no PAP

RESUMO

O Programa de Acompanhamento Psicológico de Almada 2ª Edição (PAP) iniciou em setembro de 2024 e tem como objetivo primordial o acompanhamento psicológico com vista ao bem-estar, qualidade de vida e ganhos em saúde das crianças e jovens do Concelho de Almada. A 2ª Edição do PAP decorre da renovação do projeto-piloto por mais um ano, na sequência dos resultados positivos que impactaram as crianças e jovens (e suas famílias) acompanhadas ao longo do primeiro ano do programa, bem como toda a comunidade escolar.

Este relatório remete descreve os resultados do primeiro semestre da 2ª Edição do Programa de Acompanhamento Psicológico, mais especificamente no período de 14 de setembro de 2024 a 13 de março de 2025.

Índice

RESUMO	2
Índice	3
INTRODUÇÃO.....	4
ENQUADRAMENTO	4
Missão.....	4
Objetivo.....	4
População-Alvo	4
Custo.....	4
Duração do Acompanhamento.....	4
Sinalização	4
Critérios de Admissão	4
Critérios de Exclusão.....	4
Critérios Interrupção do Acompanhamento	5
Supervisão	5
Reuniões de Equipa	5
DADOS EM DESTAQUE.....	5
SINALIZAÇÕES	6
Análise geral das sinalizações	6
Análise Sociodemográfica	10
Análise com base nas características académicas	17
QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO AOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO	19
GANHOS DO PROGRAMA DE ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO	21
PLANO DE MELHORIA	22
CONCLUSÃO.....	23
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	24

INTRODUÇÃO

O Programa de Acompanhamento Psicológico (PAP) foi pensado e implementado durante o ano de 2023, com base numa parceria estratégica entre a Divisão de Intervenção na Saúde da Câmara Municipal de Almada e o GIRA - Grupo de Intervenção e Reabilitação Ativa, IPSS. Nesta 2ª Edição caminha-se para a continuidade e consolidação da oferta dos serviços de saúde mental para as crianças e jovens do Concelho e complementaridade com os serviços já existentes.

ENQUADRAMENTO

Missão

Contribuir para a diminuição do desconforto psicológico das crianças e jovens sinalizadas pelos estabelecimentos de ensino, promover a sua saúde mental e o seu bem-estar socio emocional, dotando-os de estratégias para que possam lidar com as mais variadas situações do dia-a-dia e do seu desenvolvimento biopsicossocial, de uma forma adaptativa.

Objetivo

Proporcionar sessões de acompanhamento psicológico a crianças e jovens em idade escolar da rede pública de ensino do concelho de Almada, tendo como objetivo acompanhar 100 crianças ou jovens.

População-Alvo

Crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 20 anos, com necessidade de acompanhamento psicológico em situação de vulnerabilidade económica.

Custo

Gratuidade para as crianças e jovens com escalão A e B da Ação Social Escolar. Para os alunos do escalão C ou sem escalão, há uma comparticipação de 5€ por sessão.

Duração do Acompanhamento

Vinte sessões de acompanhamento psicológico individual, com periodicidade semanal. Dependendo de fundamentação da equipa técnica, o acompanhamento psicológico pode ser prolongado por mais 4 sessões.

Sinalização

A partir do respetivo estabelecimento de ensino ou agrupamento escolar (Direção do Agrupamento ou Escola, Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) ou outros), através do preenchimento, em suporte digital, da Ficha de Sinalização criada exclusivamente para este programa, disponibilizada em *link* próprio.

Critérios de Admissão

Crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 20 anos, integrados em estabelecimento de ensino da rede pública de Almada, do 1.º ciclo do ensino básico ao ensino secundário, incluindo ensino profissional público ou a frequentar programas municipais.

Critérios de Exclusão

Problemáticas ligadas ao diagnóstico de perturbação do comportamento alimentar com risco de falência física, comportamentos aditivos, psicose não estabilizada ou *deficit* cognitivo moderado ou severo, bem como a idade inferior ou superior à faixa etária estabelecida em Regulamento Interno.

Critérios Interrupção do Acompanhamento

Não comparência nas sessões agendadas. O acompanhamento é interrompido após 3 faltas de comparência por parte da criança ou jovem.

Supervisão

A equipa técnica usufrui de supervisão quinzenal com supervisora especialista no âmbito da intervenção clínica/psicoterapia.

Reuniões de Equipa

A equipa técnica reúne quinzenalmente com a coordenação do Programa, responsabilidade partilhada entre a Divisão de Intervenção na Saúde/CMA-GIRA.

DADOS EM DESTAQUE

SINALIZAÇÕES	NÚMERO DE CONSULTAS	PROBLEMÁTICAS
Até ao fim do 1º semestre do Programa de Acompanhamento Psicológico 2ª Edição, foram sinalizadas 97 crianças e jovens.	Desde dia 14 de setembro de 2024 até ao dia 13 de março de 2025 foram realizadas 55 consultas de triagem e 86 crianças e jovens usufruíram ou mantêm-se em acompanhamento psicológico.	As problemáticas mais sinalizadas prendem-se com a instabilidade emocional, quadros de ansiedade, baixa autoestima e comportamentos disruptivos.

SINALIZAÇÕES

A análise das sinalizações efetuada ao PAP - 2ª Edição, requer uma abordagem diferenciada atendendo ao facto de se tratar de renovação da 1ª edição do projeto.

Os processos terapêuticos em Psicologia Clínica implicam a elaboração das questões psicológicas e emocionais, com recurso a intervenções centradas na identificação, por parte do beneficiário, da origem dos seus problemas para que aprenda a lidar com as situações de dificuldade no seu quotidiano. Para isso, é necessário que esse processo seja contínuo.

Atendendo à natureza de estabilidade e continuidade de um processo de acompanhamento psicológico adequado, a equipa clínica do PAP comprometeu-se a dar continuidade e a concluir os acompanhamentos das crianças e jovens que tinham tido início antes do fim da primeira edição e posterior renovação.

Todos os detalhes relativos a este processo de transição encontram-se explanados nos gráficos abaixo.

Análise geral das sinalizações

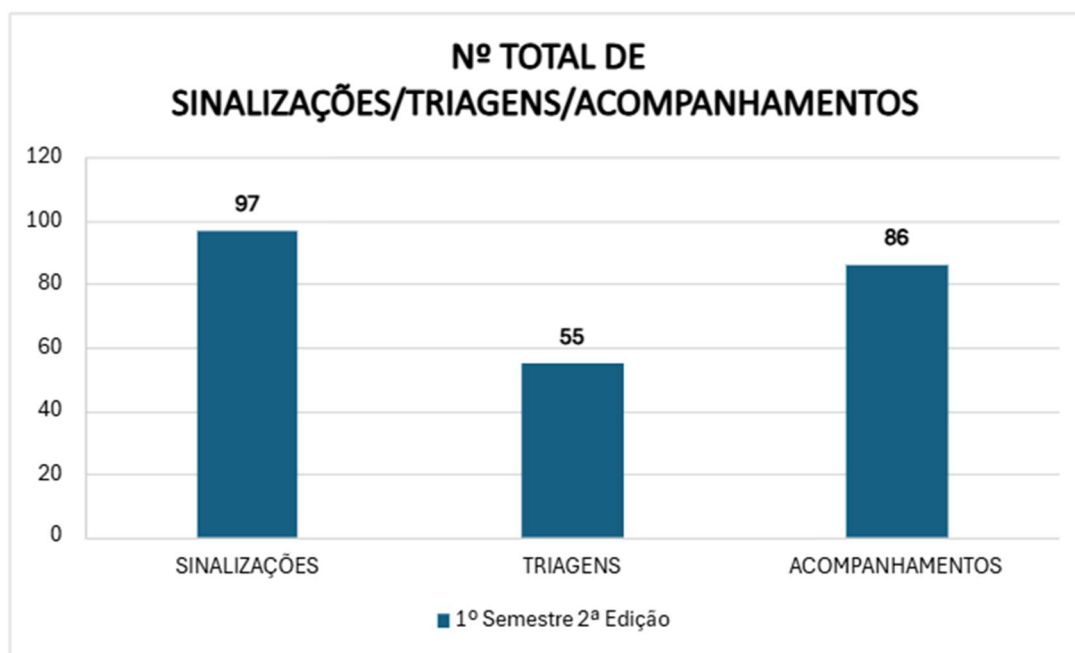


Gráfico 1. Sinalizações, Triagens e Acompanhamentos

Relativamente aos dados exclusivos dos primeiros 6 meses da 2ª edição do PAP, pode dizer-se que são bastante demonstrativos da confiança depositada nesta equipa ao longo do primeiro ano de atuação na comunidade.

Foram rececionadas um total de **97** sinalizações de crianças e jovens durante os primeiros 6 meses da 2ª Edição deste projeto.

Ao longo deste primeiro semestre efetuaram-se **55** consultas de triagem. Note-se que, **8** destas consultas de triagem eram provenientes de sinalizações que o PAP havia recebido ainda no decorrer da edição anterior, mas que não tinham tido oportunidade de ser realizadas pela equipa técnica.

Do total das **55** consultas de triagem realizadas, **49** iniciaram processo de acompanhamento psicológico, como se pode observar no Gráfico 2.

Relativamente aos processos de acompanhamento, em continuidade proveniente da 1ª Edição do PAP, juntamente com as novas situações que iniciaram a intervenção no decurso da 2ª Edição, contam-se um total de **86** casos (Gráfico 1).

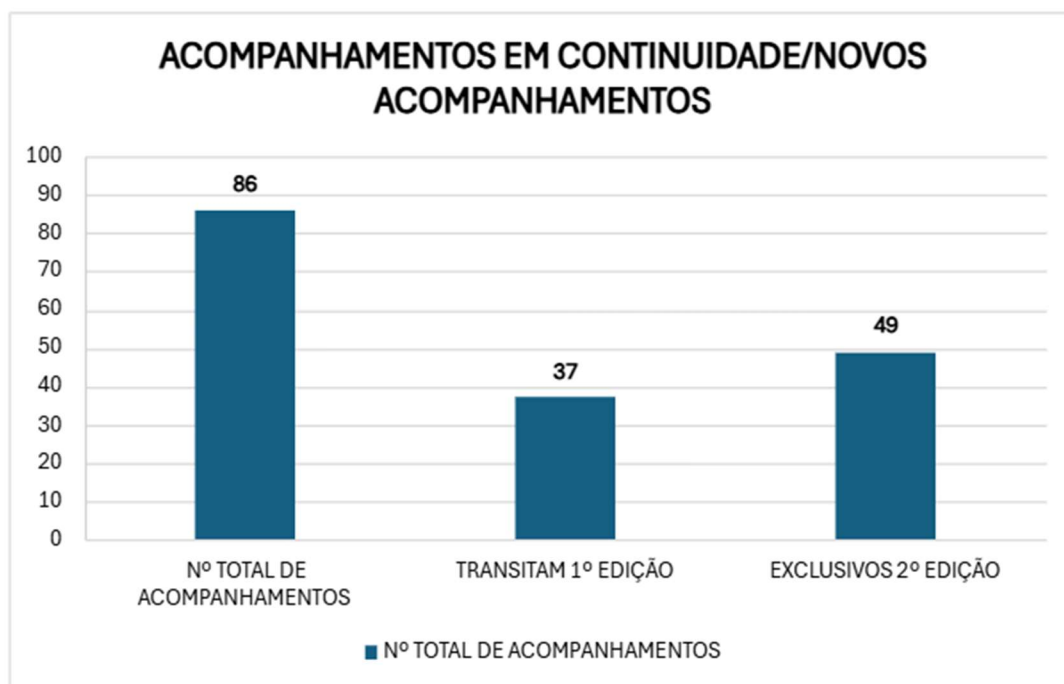


Gráfico 2. Acompanhamentos em Continuidade e Novos Acompanhamentos

Importa fazer saber que, aquando da renovação do PAP por mais um ano, a 14 de setembro de 2024, permaneciam em acompanhamento **25** crianças e jovens pela equipa técnica.

Uma vez que a segunda 2ª edição do PAP sofreu uma redução ao nível dos recursos humanos, de 3 psicólogas para 2, para além das **25** crianças e jovens que transitaram o acompanhamento psicológico para o segundo ano do projeto, os **12** casos acompanhados pela terceira técnica foram reintegrados, passando a ser distribuídos e acompanhados pela restante equipa.

Esta situação originou um constrangimento inicial no número de vagas disponíveis para dar resposta aos encaminhamentos realizados após o início da 2ª edição do PAP, no entanto, significa uma dedicação ininterrupta das técnicas, que não deixaram de concluir os acompanhamentos que haviam iniciado no ano anterior, com vista à estabilidade e bem-estar de todas as crianças e jovens já integrados (Gráfico 2.).

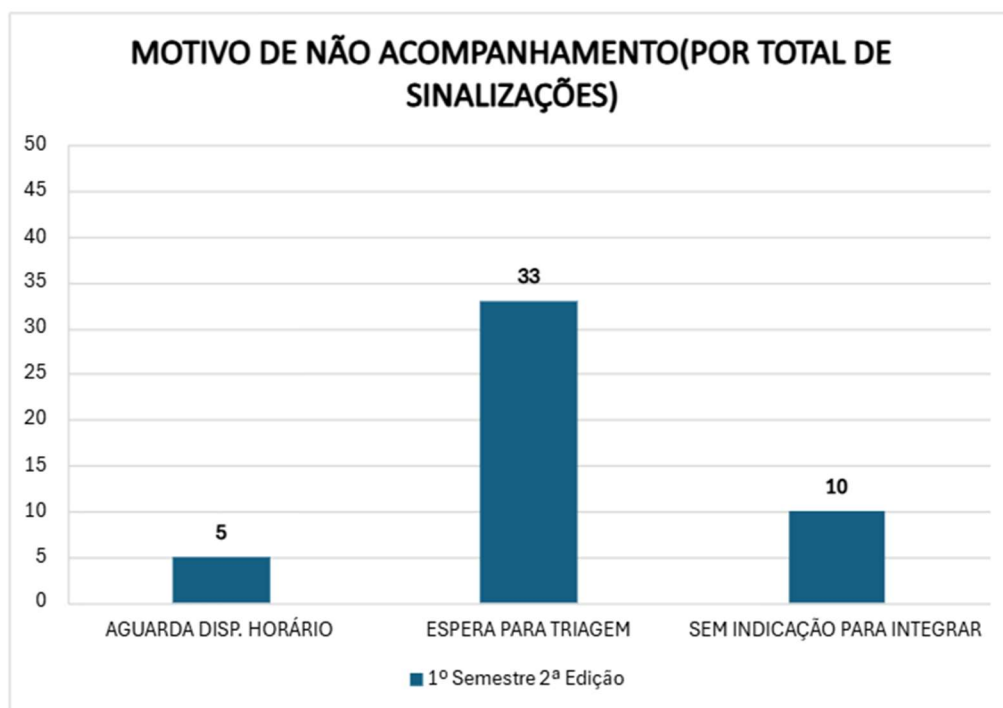


Gráfico 3. Motivo de Não-Acompanhamento

Existem, à data deste documento, **33** sinalizações sem consulta de triagem, na sua grande maioria por ainda estarem a aguardar um contacto por parte da equipa para primeira consulta. Esta situação deve-se à tendência de indisponibilidade para consultas de triagem por parte da equipa técnica, dada a ocupação da maior parte do horário com acompanhamentos de crianças e jovens, muitas ainda da edição anterior do PAP. Não obstante, e cientes deste obstáculo, o PAP encontrou, para cada técnica, semanalmente, 3 horários para consultas de triagem, dentro das disponibilidades menos requisitadas para acompanhamento, para que se pudesse continuar a dar resposta a todas as sinalizações. Esta medida incluiu também o aproveitamento dos horários livres sempre que a equipa não se encontrava em supervisão quinzenal, por exemplo.

Também se verificaram algumas sinalizações repetidas do ano anterior, que devem cumprir o tempo de interregno estabelecido em Regulamento Interno para poderem ser elegíveis ao reinício do processo terapêutico, no âmbito deste programa, ou que já estavam a ser acompanhadas por outros serviços de psicologia, ou ainda porque o motivo da sinalização já não se verificava, contabilizando um total de **10** casos.

Contam-se, dentro do número de sinalizações, **5** casos que aguardam disponibilidade de horário por parte das famílias para comparecer a uma consulta de triagem.

Durante as tentativas de contacto com as famílias das crianças e jovens sinalizados, a equipa nota ainda alguma indisponibilidade por parte dos Encarregados de Educação em responder às comunicações efetuadas pelo PAP. Sempre que a equipa identifica esta dificuldade, tenta agilizar com a escola (SPO ou Diretores de Turma), por forma a conseguir agendar as sessões de triagem.

Esta não-responsividade pode condicionar seriamente a realização de uma primeira consulta com uma criança ou jovem sinalizado, que fica sem poder usufruir do acompanhamento oferecido pelo programa (Gráfico 3).

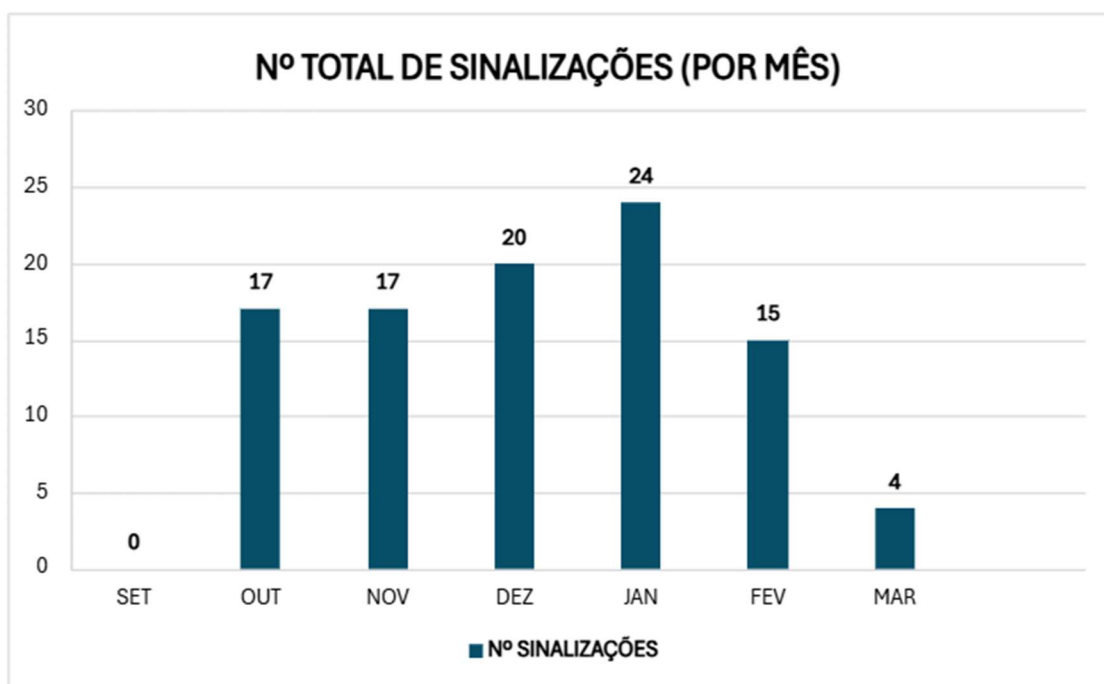


Gráfico 4. Número de Sinalizações por mês

Notou-se um maior número de sinalizações de crianças e jovens para acompanhamento psicológico, precisamente após as primeiras e segundas reuniões intercalares das escolas do Concelho. Sugere-se que estas reuniões têm promovido momentos de trabalho entre os vários técnicos dos estabelecimentos de ensino, sendo importantes para a identificação mais clara dos casos a encaminhar para acompanhamento psicológico. (Gráfico 4.)

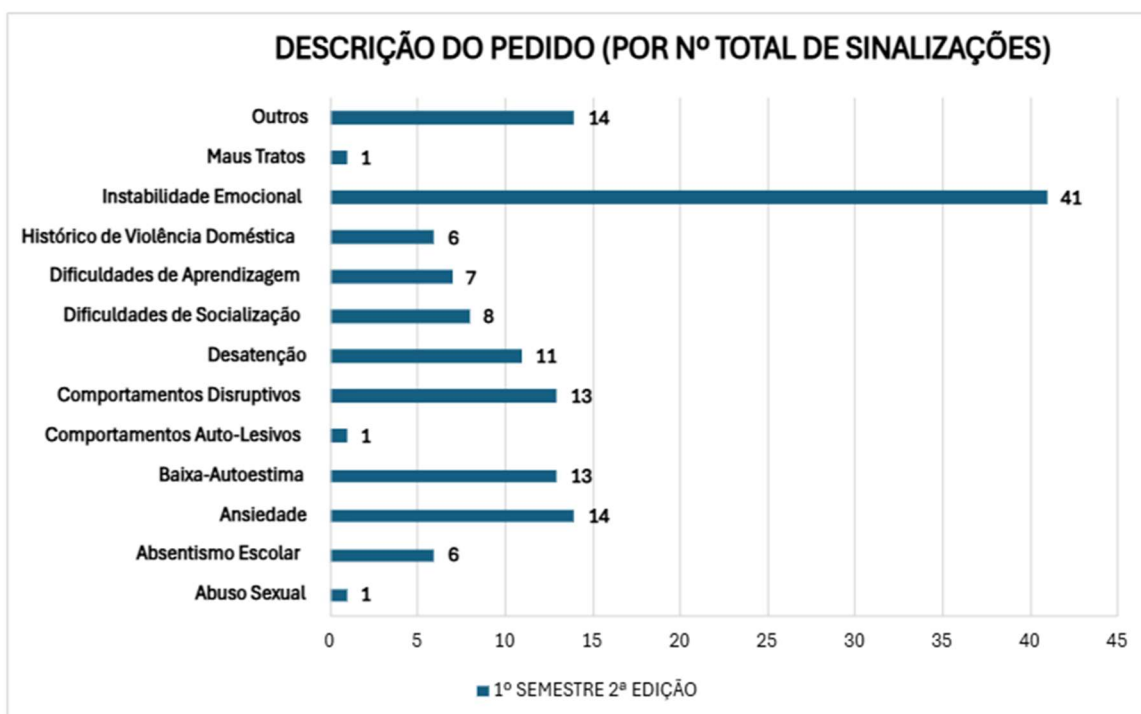


Gráfico 5. Descrição do Pedido

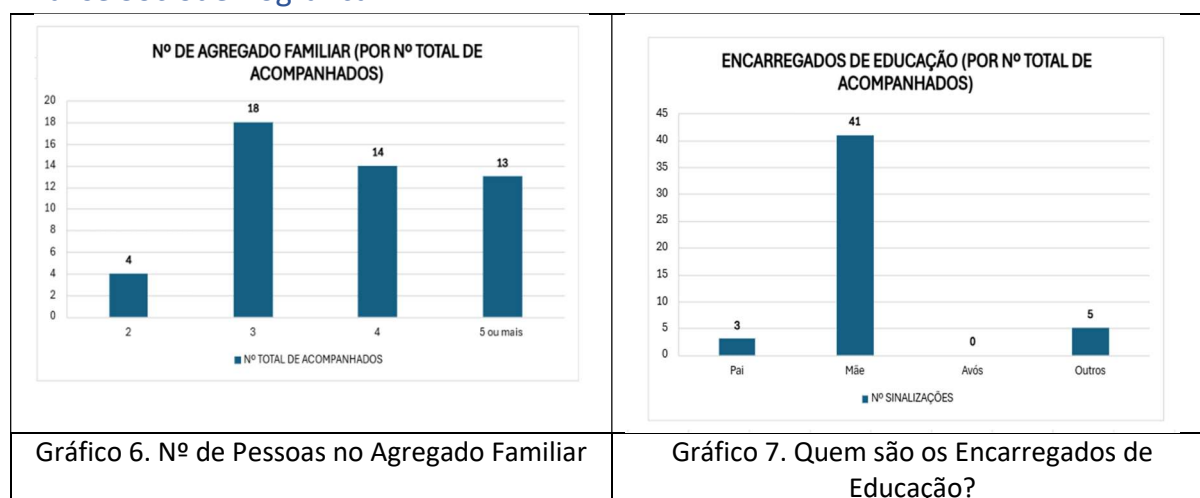
Segundo a *World Health Organization* (2021), a adolescência é a fase da vida em que as pessoas desenvolvem muitas das suas competências e recursos cognitivos e socio emocionais, que estão na base da sua Saúde Psicológica e de uma vida adulta ativa e produtiva. Este período caracteriza-se por mudanças significativas que, mesmo sendo, na sua maioria, positivas, exigem recursos para lidar com os diferentes desafios e adversidades que vão encontrando ao longo deste período do seu desenvolvimento.

Para além destas vicissitudes identificadas nesta fase normativa do desenvolvimento, a Pandemia COVID-19 veio agravar alguns dos desafios já experienciados pelos/as adolescentes, decorrentes, por exemplo, das medidas de confinamento e distanciamento físico e ao medo de adoecer ou infectar outros com o vírus. No cenário pós pandemia, agravaram-se, a nível mundial, os problemas associados à ansiedade e à depressão, em cerca de 20,5% e 25,2% (Racine et al., 2021).

A maioria dos jovens sinalizados e acompanhados pelo PAP encontra-se na fase da adolescência. Muitos deles enfrentam problemáticas associadas a sintomatologia mais preocupante, tais como ideação suicida ou comportamentos aditivos e/ou autolesivos. Outros enfrentam dificuldades relacionadas com o tipo de vinculação, ansiosa ou evitante. E alguns apresentam alterações de comportamento, designadamente comportamento antissocial e delinquente.

O PAP encontrou, na grande maioria das suas sinalizações, queixas de instabilidade emocional, muitas vezes aliadas a comportamentos disruptivos e sintomatologia ansiosa. São número reduzido os casos que apresentam apenas um motivo de encaminhamento (Gráfico 5).

Análise Sociodemográfica



A análise dos dados dos agregados familiares das crianças e jovens acompanhados pelo PAP parece ser representativa da realidade das famílias no geral, de acordo com os dados do Instituto Nacional de Estatística (2024).

Para além dos agregados familiares de casais com filhos (agregados familiares com 3, 4 e 5 pessoas ou mais), observamos, um número significativo de núcleos familiares monoparentais (crianças e jovens a residir apenas com a mãe ou apenas com o pai) e núcleos familiares reconstituídos (mãe e padrasto com filhos, pai e madrasta com filhos, etc) (Gráfico 6.).

A investigação revela que, quando existe um maior envolvimento, colaboração e participação ativa de ambos os pais no processo de desenvolvimento dos filhos (em casa, na escola, na comunidade), ocorre uma melhoria significativa dos seus desempenhos socio emocionais e académicos. É importante ter-

se em conta também que, a instabilidade familiar que pode decorrer de situações como o divórcio/separação dos pais ou constituição de novas famílias podem reforçar algumas vulnerabilidades nas crianças e adolescentes relativamente à sua saúde mental, pelo que, é necessário um olhar atento ligado ao fortalecimento das redes de apoio destas crianças e jovens e respetivas famílias (Sousa et al., 2022).

A análise do perfil dos Encarregados de Educação das crianças e jovens acompanhados tem alguma importância quando se pensa no seu papel que na escola, quer nas outras esferas da vida das crianças e jovens. Entre muitas responsabilidades, o Encarregado de Educação/cuidador tem como dever acompanhar ativamente a vida escolar, cooperar com os professores no desempenho da sua missão pedagógica, contribuir para a correta aplicação das medidas de índole disciplinar, informar e ser informado sobre todas as matérias relevantes no processo educativo dos seus educandos, etc. Esta participação sofre, no entanto, impacto quer pela diversidade cultural, quer pelas perceções de alguns Encarregados de Educação/cuidadores relativamente ao seu papel na comunidade escolar, ou até devido à indisponibilidade de tempo para uma participação mais ativa e envolvida no percurso de desenvolvimento da criança/jovem. Como referido acima, ter um Encarregado de Educação/cuidador presente e ativo é um fato protetor para o bom ajustamento das crianças e jovens, pela sua função orientadora ao nível do ritmo e desempenho académico e social.

Dentro das crianças e jovens acompanhados pelo PAP, verifica-se uma clara maioria de crianças/jovens que têm a mãe como Encarregada de Educação, seja por questões culturais (com alguma consistência com as décadas anteriores), em que as mães são responsáveis pela educação e cuidados aos filhos, seja pelo facto de não haver outra figura disponível, como ocorre nas famílias monoparentais, em que os filhos estão à total responsabilidade da figura materna, seja por atribuição cultural destas asnas mulheres e não tanto nos homens.

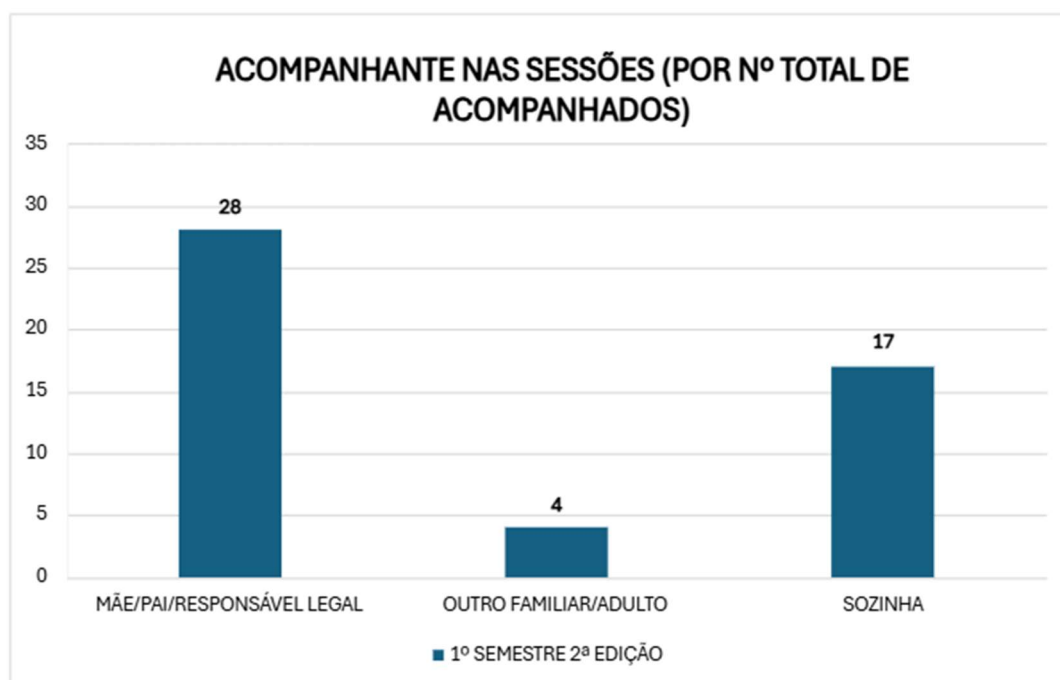


Gráfico 8. Acompanhante nas Sessões

À semelhança do que se observa ao nível do acompanhamento escolar e prestação de cuidados, as crianças e jovens sinalizados, continuam a ter como figura de referência ao nível do acompanhamento psicológico as mães, que os levam às sessões.

Em algumas das situações de jovens mais velhos ou de jovens que têm facilidade em deslocar-se ao local das consultas, estes assumiram a responsabilidade de se apresentar sozinhos nas consultas, ou por se considerarem agentes ativos responsáveis pelo seu bem-estar, ou por, indisponibilidade dos Encarregados de Educação/cuidadores devido aos seus compromissos profissionais. (Gráfico 8)

1º SEMESTRE 2º EDIÇÃO	
MÉDIA	13
MODA	15
MEDIANA	13
MÁX	19
MIN	7

Tabela 1. Idade das crianças e jovens sinalizados durante o primeiro semestre

Em linha com que havia sido explanado anteriormente, os problemas de saúde mental desenvolvem-se, frequentemente, na adolescência. Estima-se que cerca de um em cada 5 adolescentes apresente dificuldades relacionadas com saúde mental, nomeadamente problemáticas associadas à regulação emocional, comportamentos aditivos ou disruptivos. Também ao nível das idades das crianças e jovens sinalizados são compatíveis com os dados estatísticos disponíveis na literatura. Ao longo destes 6 meses, verifica-se uma média de idades de 13 anos, sendo o limite mínimo de 7 e o máximo de 19 anos de idade (CNPDPJ, 2025). (Tabela 1)

A investigação na área indica que, os jovens que se apresentam nesta faixa etária, passam por um processo de aprendizagem que lhes permite lidar de uma forma assertiva e adaptativa com os desafios do quotidiano. Muitas vezes, o absentismo escolar e outros comportamentos disruptivos, problemáticas encontradas também em grande número nas sinalizações recebidas, surge como estratégia desadaptativa para lidar com todas as alterações sentidas.

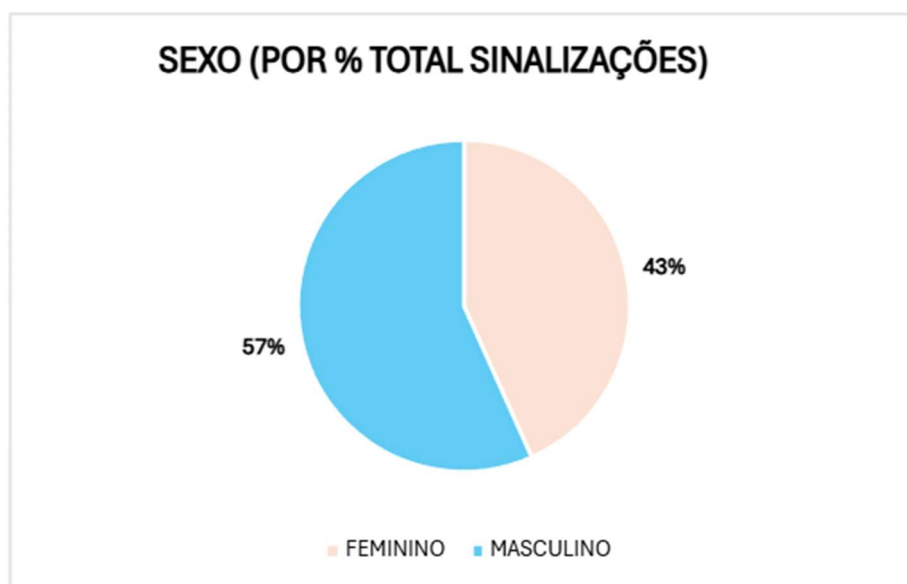


Gráfico 9. Sexo das crianças e jovens

De um modo geral, o sexo masculino foi o mais representado ao nível das sinalizações, com uma incidência de 57% (55 crianças e jovens). Este número pode indicar que os adolescentes rapazes

apresentam maiores dificuldades em lidar com situações do quotidiano ou com a gestão das suas próprias emoções, ou pelo menos, é essa a perceção de quem sinaliza as crianças e os jovens para acompanhamento psicológico. (Gráfico 9)

Contrariamente ao que é encontrado na investigação em Saúde Mental com trabalhos a sugerir que são as mulheres quem mais relata questões associadas à saúde mental. Uma possível explicação para este dado é o facto de serem quem, mais abertamente, pede ajuda para suportar as vicissitudes do dia-a-dia. Alguns autores demonstram que, talvez pelo facto de a mulher ser ainda vista, culturalmente, como mais vulnerável, a expressão das fragilidades é mais bem aceite para as mulheres comparando com os homens. Outros estudos indicam claras diferenças na identificação de várias questões mentais consoante o género dos participantes, estando as questões da depressão e ansiedade mais relacionadas com o género feminino e as questões dos comportamentos disruptivos e aditivos relacionados com o género masculino.

Esta última conclusão pode justificar o facto de os rapazes serem a maioria das sinalizações recebidas pelo PAP, dado que os motivos pelos quais são referenciados, estão muito mais associados a problemas de gestão emocional e problemas comportamentais do que outras condições em que se verifica sintomatologia de internalização. (Rabasquinho, C., & Pereira, H., 2007; Nogueira, M. J. & Sequeira, C., 2017).

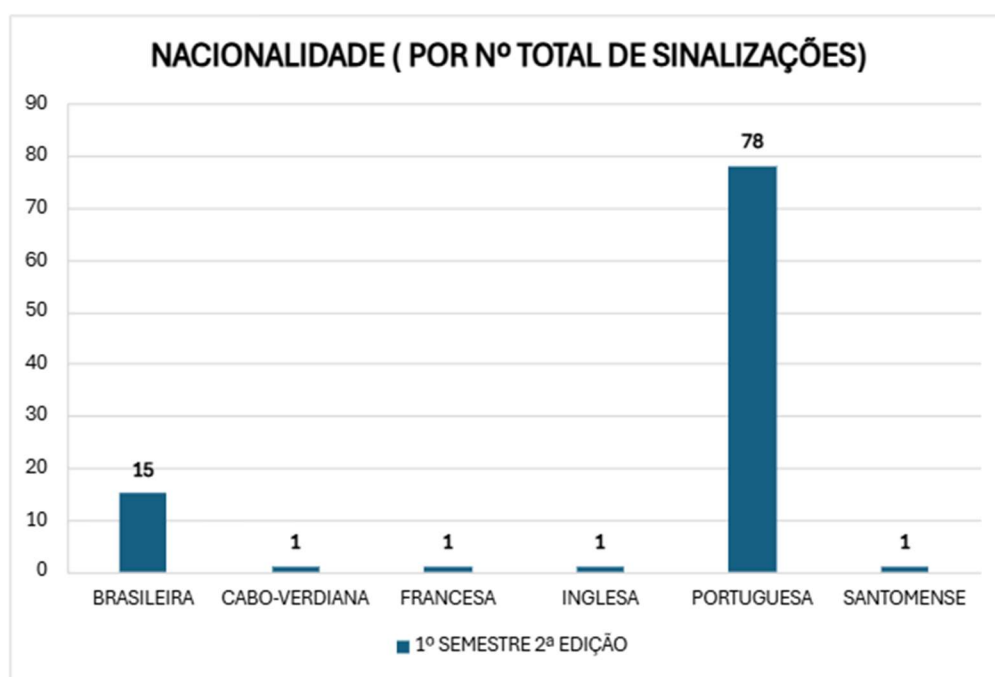


Gráfico 10. Nacionalidade das crianças e jovens

Relativamente às nacionalidades das crianças e jovens que foram sinalizados durante os primeiros 6 meses da 2ª edição do PAP, destaca-se a nacionalidade Portuguesa. Observou-se alguma variedade de nacionalidades estrangeiras das crianças e jovens do total de sinalizações, sendo a nacionalidade Brasileira (15) a que mais se destacou entre as crianças e jovens originários de outros países (Gráfico 10).

Estes dados são consonantes com o fluxo migratório em Portugal, que se tem verificado nos últimos anos, sendo a nacionalidade Brasileira a mais representada entre os imigrantes que escolhem Portugal para viver e trabalhar (Pordata, 2023).

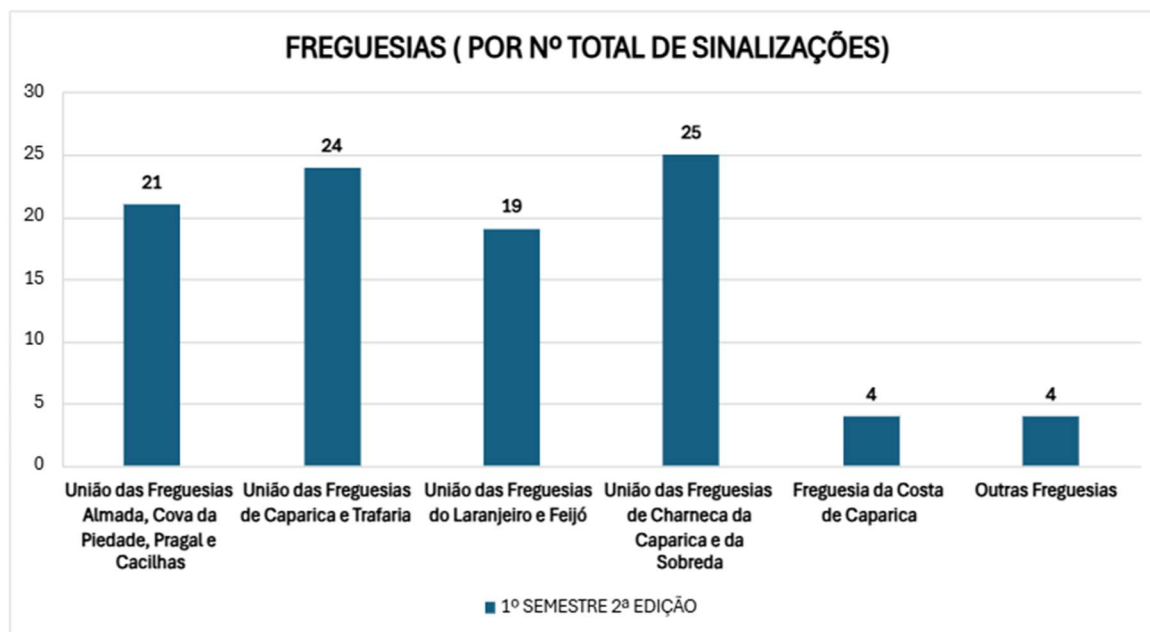


Gráfico 11. Total de Sinalizações por Freguesia

Relativamente ao local de residência das crianças e jovens sinalizados para acompanhamento psicológico, verificou-se que há uma prevalência de residentes na União de Freguesias da Charneca de Caparica e Sobreda e na União de Freguesias de Caparica e Trafaria, com respetivamente 25 e 24 crianças e jovens sinalizados, seguindo-se os que provêm da União de Freguesias de Almada, Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas.

As crianças e jovens residentes na freguesia da Costa da Caparica foram as menos sinalizadas, sendo esta, concomitantemente, a freguesia em que as escolas possuem uma quota mais reduzida de alunos para sinalização, de acordo com o rácio definido inicialmente para cada Agrupamento de Escolas de acordo com o número de alunos. Note-se que a Freguesia da Costa da Caparica é, de todas as freguesias do Concelho de Almada, a que tem menos habitantes, com cerca de 14 mil pessoas, segundo o Caderno Retrato das Freguesias de 2021.

A equipa rececionou ainda, 4 sinalizações de crianças e jovens residentes no Concelho do Seixal, Freguesia de Corroios, que frequentavam estabelecimentos de ensino do concelho de Almada, tendo-se admitido esta exceção pelas problemáticas identificadas aquando das respetivas sinalizações. (Gráfico 11)

Assim, a opção de integração das crianças no PAP prende-se essencialmente com o critério escola de referência, independentemente do concelho de residência das crianças e dos jovens.

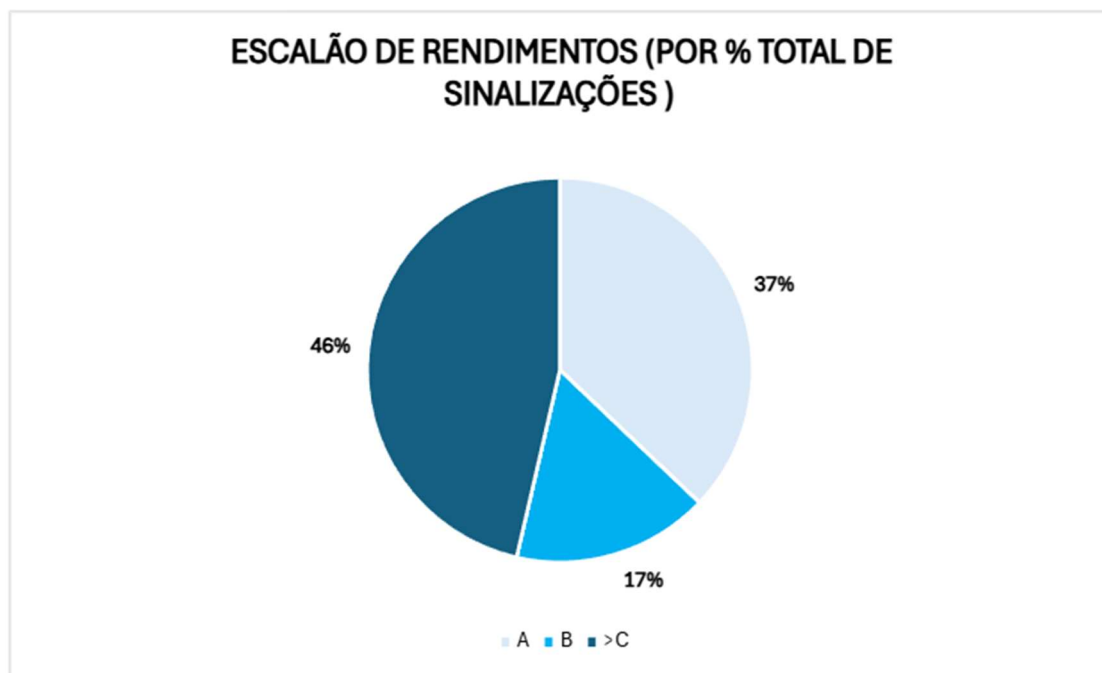


Gráfico 12. Escalões de Ação Social Escolar (%)

A instabilidade económica associa-se ao surgimento e agravamento das condições de Saúde Mental. O desemprego das famílias e a pobreza e exclusão social levam a inevitáveis constrangimentos ao nível da obtenção dos cuidados de saúde desejados e necessários, pois as famílias deixam de ter a possibilidade de aceder a outro tipo de cuidados para além dos oferecidos pelo Serviço Nacional de Saúde, que se encontra sobrecarregado.

A investigação aponta para que os indivíduos que vivem instabilidade financeira ou crises associadas, têm maior predisposição para desenvolver sintomatologia ansiosa, depressão ou, nos casos mais graves, ideação suicida. O Inquérito às Condições de Vida e Rendimento, de 2014, salienta que estas dificuldades financeiras abrangem todos os grupos etários, e são mais elevadas nos menores de 18 anos. (OPP, 2015 & Gouveia, 2025).

Estando os Escalões do Serviço de Ação Social Escolar diretamente associados aos rendimentos do agregado familiar em que se insere a criança e o jovem, podemos dizer que mais de metade das crianças ou jovens referenciados ao PAP vivem em contextos económicos e financeiros comprometidos. Note-se que se enquadram no Escalão A 37% das sinalizações e no Escalão B 17%.

À semelhança do verificado no ano letivo anterior, a maioria dos casos acompanhados têm tido isenção de qualquer custo no acompanhamento psicológico.

Às restantes famílias com o Escalão C ou Sem Escalão (46%) o custo do acompanhamento psicológico é simbólico, 5,00€ por sessão. (Gráfico 12)

O Programa de Acompanhamento Psicológico de Almada reforça a sua importância, sendo um programa essencialmente gratuito, que oferece um serviço de Psicologia de qualidade, com periodicidade semanal, a crianças e jovens que não teriam oportunidade de beneficiar deste tipo de intervenção, seja no SNS, seja em contexto de serviços de saúde privados.

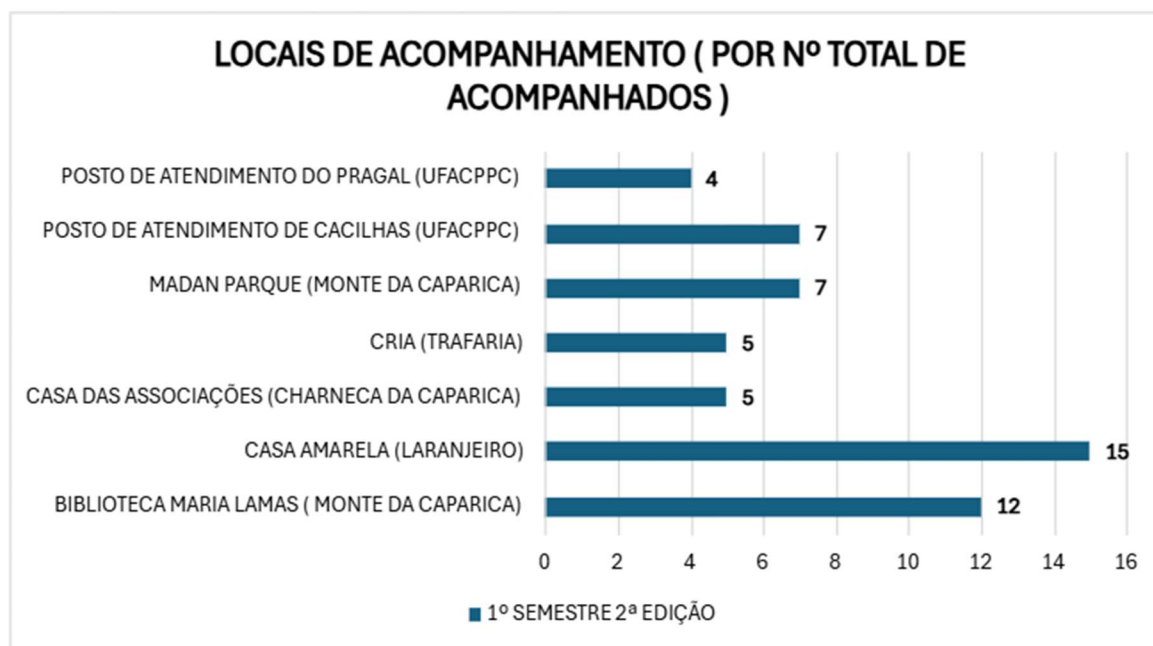


Gráfico 13. Local de Acompanhamento

Nesta 2ª edição do Programa de Acompanhamento Psicológico, a equipa tem assegurado as consultas noutros locais do Concelho de Almada, chegando assim a mais famílias de outras zonas do município. Contudo, dada a redução da equipa técnica de 3 para 2 psicólogas clínicas, e para agilizar da melhor forma possível os horários da equipa, foi necessário reduzir ligeiramente o número de locais de atendimento, tendo o PAP abdicado das instalações da Junta de Freguesia do Laranjeiro-Feijó e do Espaço Multiusos da Junta de Freguesia da Sobreda.

Nestes primeiros 6 meses da 2ª Edição do PAP, o Centro Cultural e Juvenil de Santo Amaro – Casa Amarela foi o local mais procurado pelas famílias das crianças e jovens em acompanhamento. Este local apresenta boas acessibilidades ao nível de transportes públicos, servindo assim famílias residentes em vários locais do Concelho.

Quase a par das instalações do Centro Cultural e Juvenil de Santo Amaro – Casa Amarela, a Biblioteca Maria Lamas, no Monte da Caparica, tem mostrado uma significativa procura pelas famílias, principalmente das que residem na zona do Monte da Caparica e de locais como a Charneca de Caparica e Sobreda, por ser um local acessível para quem se desloca de carro. (Gráfico 13)

Os outros espaços em localidades como a Charneca de Caparica e Trafaria, apesar de serem os que apresentam um menor número de consultas, devido à reduzida rede de transportes local, mantiveram-se por que as crianças e jovens que estudam e residem nestas freguesias apresentam maiores dificuldades em deslocar-se aos outros locais de consulta.

Análise com base nas características académicas

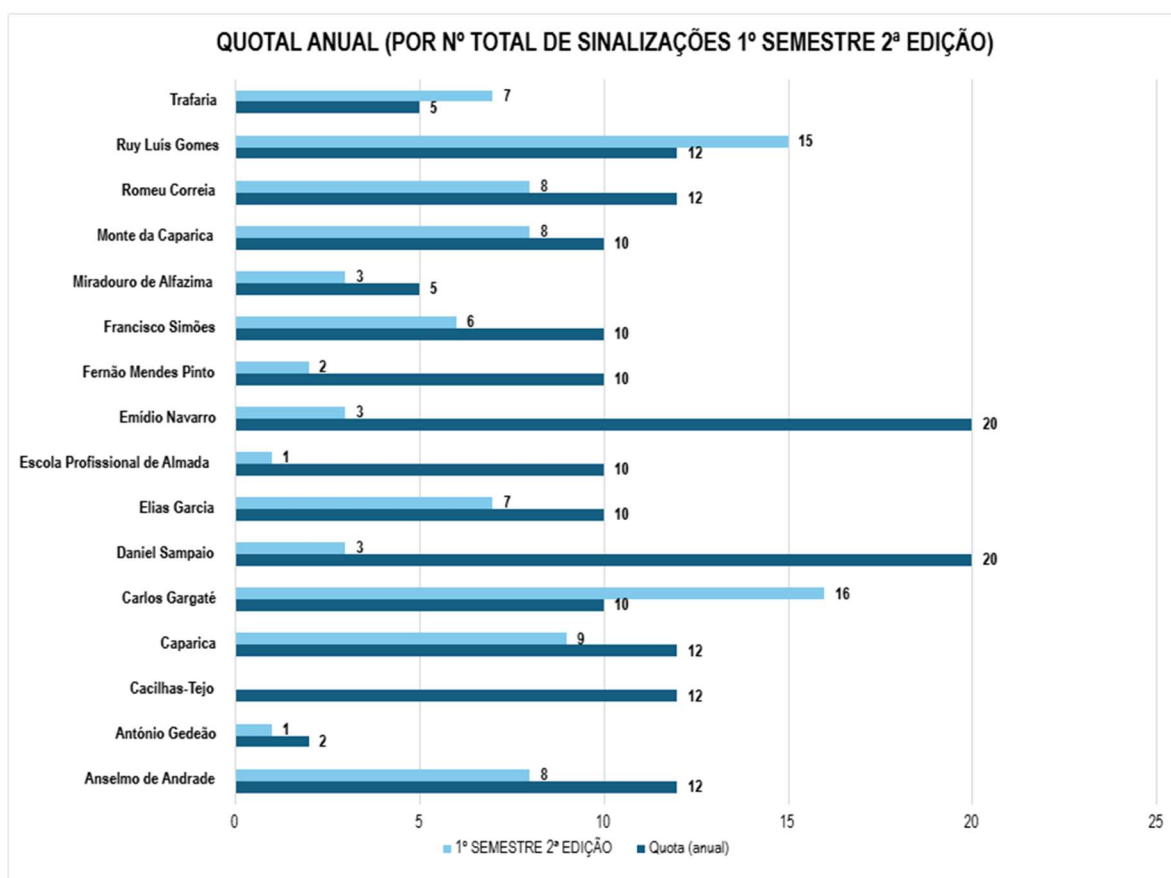


Gráfico 14. Sinalizações por Agrupamento de Escolas/Escola Não Agrupada e Quotas

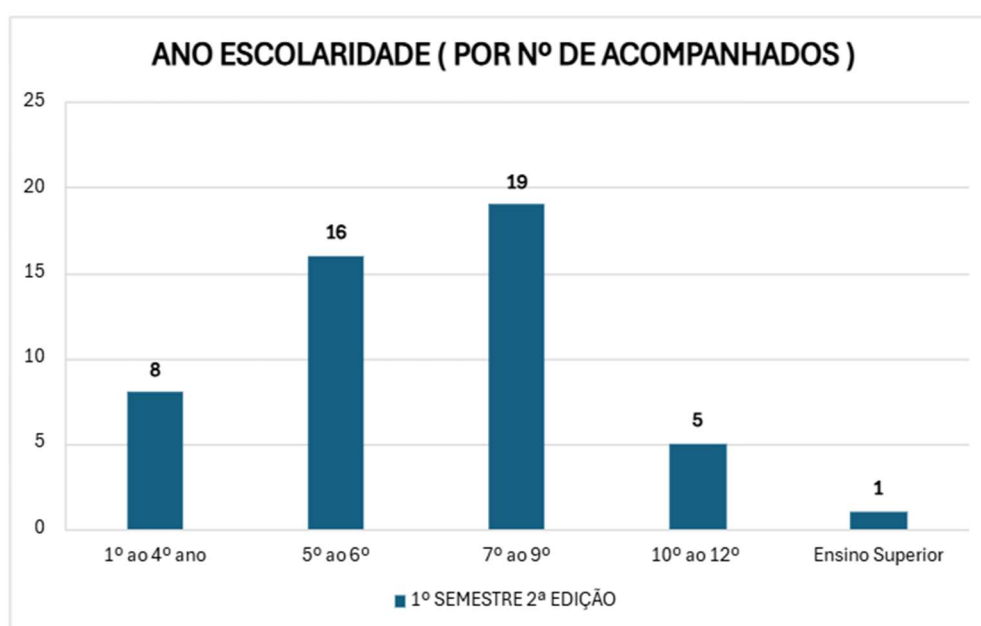


Gráfico 15. Anos de Escolaridade

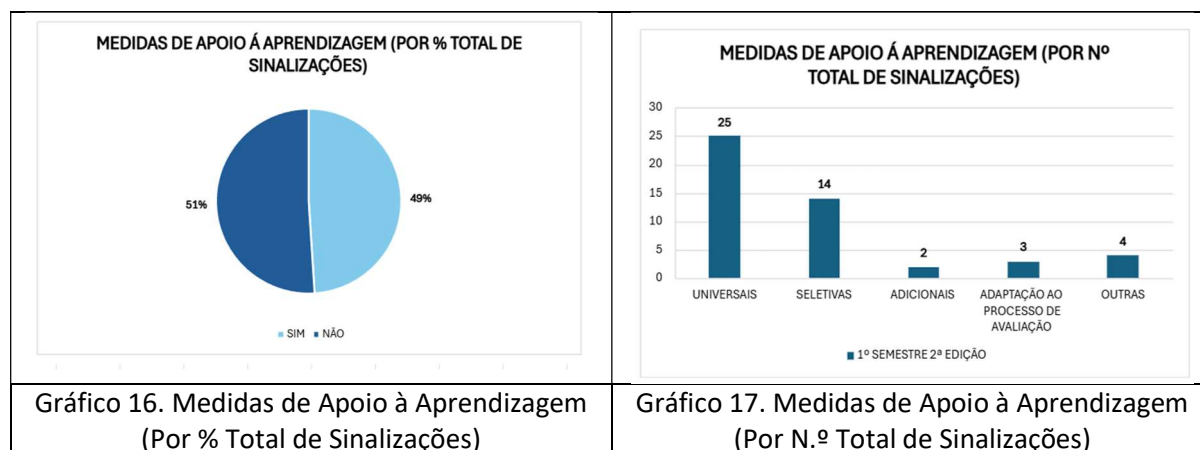
Relativamente à análise das sinalizações numa perspetiva dos dados académicos, constata-se que, houve necessidade de reduzir a quota de alguns Agrupamentos de Escolas e maximizar a de outros, uma vez que, na 1ª edição do PAP, alguns agrupamentos não preencheram a quota de sinalizações que tinha sido atribuída.

No entanto, mesmo após esse ajustamento, já durante esta edição, alguns Agrupamentos de Escolas excederam o limite de quota atribuído, nomeadamente o Agrupamento de Escolas Carlos Gargaté, o Agrupamento de Escolas Professor Ruy Luís Gomes e o Agrupamento de Escolas da Trafaria.

Pode deduzir-se que, os Agrupamentos de Escola que mais sinalizaram para o acompanhamento psicológico do PAP, estão situados em zonas vulneráveis do Concelho de Almada, indicando que os responsáveis pelos encaminhamentos das várias escolas se mostram atentos às necessidades dos alunos ao nível psicológico e social. (Gráfico 14)

Quanto à análise do ciclo de estudos que mais prevalece, verifica-se uma correlação entre a média de idades da população sinalizada (13 anos), apresentada mais acima neste documento, e o ciclo de estudos, estando a maioria a frequentar o 3º Ciclo, ou seja, do 7º ao 9º ano. Como refletido anteriormente, trata-se de jovens que se encontram na adolescência e que parecem apresentar algumas dificuldades na gestão das alterações emocionais e sociais características desta fase do desenvolvimento.

As crianças do 2º ciclo são o grupo que se segue com mais crianças em acompanhamento, não diferindo de forma significativa do número de jovens a frequentar o 3º ciclo. Estes jovens, para além das transformações relacionadas com a adolescência, também enfrentam muitas mudanças associadas à transição de ciclo e à mudança do ambiente mais contendor do 1º ciclo. Esta transição implica a integração numa escola maior, com alunos mais velhos, com vários professores a exigência de um maior empenho nos conteúdos académicos, que se vão tornando cada vez mais complexos, podendo provocar alterações de humor e o surgimento ou agravamento de sintomas ligados à ansiedade e instabilidade emocional. (Gráfico 15)



As Medidas de Apoio à Aprendizagem têm como finalidade a adequação às necessidades e potencialidades de cada aluno, promovendo a equidade e a igualdade de oportunidades, ao longo da escolaridade obrigatória.

Estas são desenvolvidas tendo em conta os recursos e os serviços de apoio ao funcionamento da escola, mais especificamente a equipa de professores de Educação Especial e os Serviços de Psicologia e Orientação. As medidas podem, de acordo com o nível de intervenção, ser Universais, Seletivas e Adicionais.

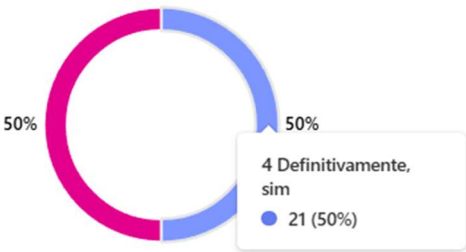
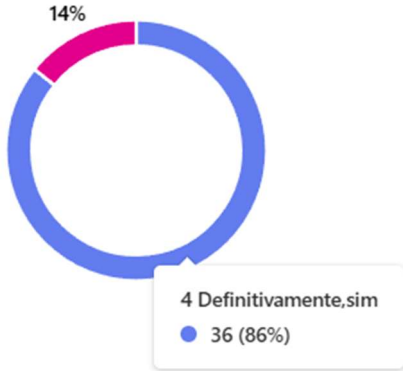
Dentro do leque de sinalizações rececionadas pelo PAP nestes primeiros 6 meses da 2ª edição, verifica-se que, quase metade das crianças e jovens referenciados usufruem de Medidas de Apoio à Aprendizagem, sendo, na sua maioria, Medidas Universais, previstas no Decreto-Lei 54/2018 de 6 de abril. (Gráficos 16 e 17)

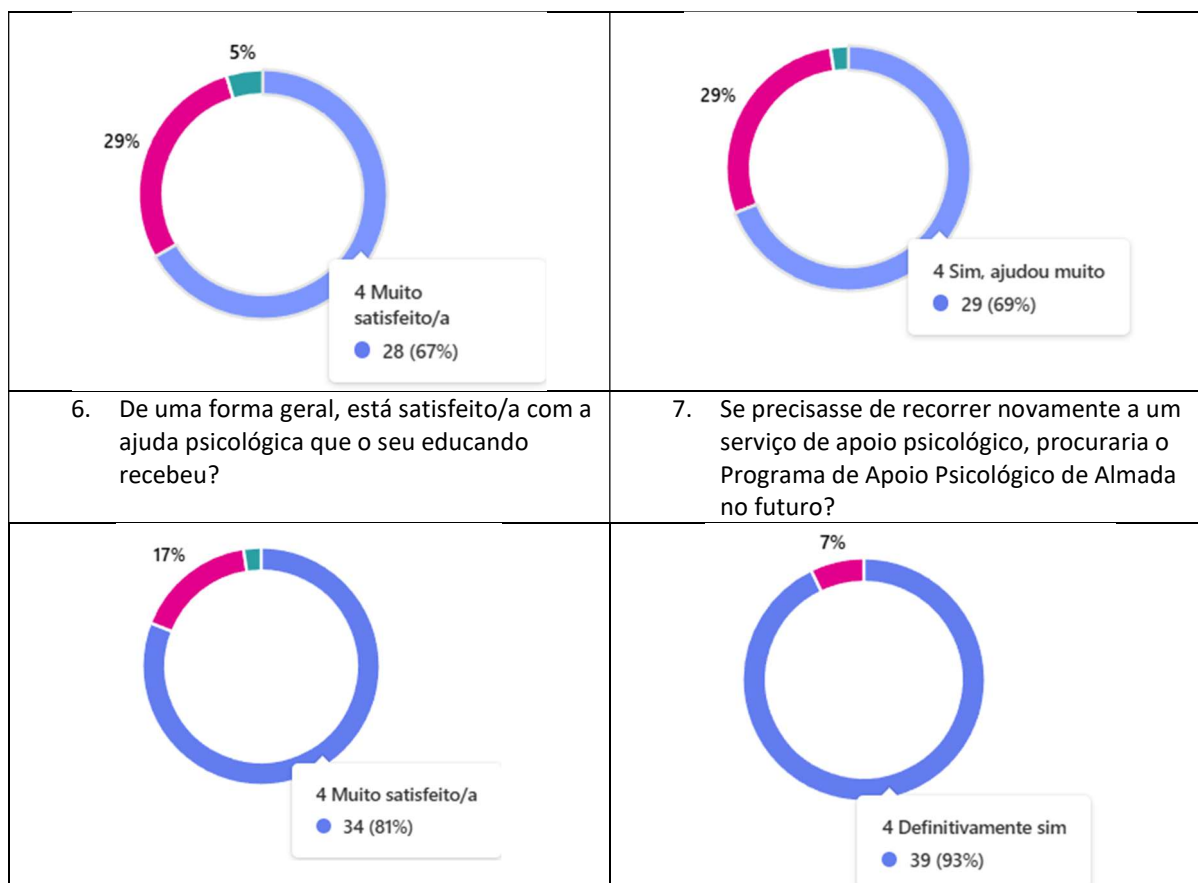
QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO AOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

A todos os Encarregados de Educação/cuidadores, no final de cada acompanhamento, tem sido solicitado o preenchimento de Questionário de Satisfação, composto por 9 questões, no sentido de apurar alguns aspetos inerentes ao acompanhamento psicológico dos seus educandos. Abaixo encontram-se os gráficos circulares relativos aos resultados em cada questão. Em seguida sistematizam-se as opiniões dos Encarregados de Educação/cuidadores que se disponibilizaram a responder.

Legenda:

- 4
- 3
- 2
- 1

1. Considera que o seu educando obteve a ajuda que pretendia? 	
2. Até que ponto a ajuda psicológica que recebeu corresponde às necessidades do seu educando? 	3. Se um/a amigo/a precisasse de ajuda semelhante, recomendar-lhe-ia a nossa resposta de apoio psicológico? 
4. Quão satisfeito/a está com o número de sessões que o seu educando usufruiu?	5. O tratamento psicológico que o seu educando recebeu ajudou-o a lidar mais eficazmente com os seus problemas?



Analisando as respostas do Questionário de Satisfação preenchido pelos Encarregados de Educação, constata-se que o PAP teve uma grande importância para as famílias que dele usufruíram.

Todos os encarregados de educação consideraram que o seu educando obteve a ajuda que pretendia, 50% respondeu “definitivamente sim” e outros 50% consideraram que “sim, de uma forma geral”. (Questão 1.)

Note-se que, 86% dos Encarregados de Educação afirmaram que não teriam quaisquer dúvidas em recomendar o PAP a alguém que necessitasse de uma ajuda semelhante e os outros 14% responderam “Sim, acho que sim” (Questão 3.) ou recorreriam a este Programa se sentissem novamente essa necessidade (93% do total), segundo as respostas à Questão 7.

A grande maioria dos Encarregados de Educação (98%) referem que estão satisfeitos com a ajuda psicológica recebida pelos seus educandos (Questão 6.), considerando também que o tratamento psicológico recebido os ajudou a lidar melhor com os seus problemas (98%) (Questão 5.)

Para 96% dos inquiridos, o número de sessões disponibilizadas pelo PAP, estão de acordo com as suas necessidades. (Questão 4.)

Na última questão (Questão 9), foi pedido aos Encarregados de Educação para deixarem sugestões ou comentários adicionais acerca da sua experiência com o PAP.

Como sugestões de melhoria, os Encarregados de Educação referem que seria benéfico o aumento do número de sessões, aumento do número de vagas e a continuidade do PAP no próximo ano letivo.

Deixaram também alguns elogios ao Programa de Acompanhamento Psicológico de Almada, considerando que foi uma excelente experiência, agradecendo o empenho, a atenção e o profissionalismo.

Eis algumas respostas dadas: *“Excelente programa, expresse o meu sincero apreço pelos cuidados e atenção que tiveram com o meu filho”; “O meu muito obrigado pelo excelente trabalho realizado, em meu nome e da minha filha”; “A resposta foi rápida, os horários foram flexíveis. “; “Estou muito grata pela oportunidade que a minha filha teve e gostaria que mais crianças a tivessem também. Excelente equipa, cordial e simpática.”.*

GANHOS DO PROGRAMA DE ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO

Tal como aconteceu na 1ª edição do PAP, a equipa do programa tem-se esforçado para oferecer acompanhamento psicológico ao maior número de crianças e jovens sinalizados através dos estabelecimentos de ensino do Concelho de Almada.

Um dos princípios deste programa é pressupor que, nem todas as famílias, por diversas razões, têm a capacidade para oferecer às crianças e jovens de quem cuidam, um serviço de psicologia clínica de, no mínimo 20 sessões, com o objetivo de promover o desenvolvimento de mecanismos adaptativos para lidarem com todas as situações associadas.

O PAP objetivou proporcionar, durante a sua 2ª edição, acompanhamento psicológico a 100 crianças e jovens, desde setembro de 2024 a setembro de 2025. Durante os primeiros 6 meses da atuação, contabilizaram-se 86 acompanhamentos, o que perfaz mais de metade do total anual de acompanhamentos esperados, o que configura um bom indicador do desempenho deste projeto.

Após o término dos 6 primeiros meses, o Programa de Acompanhamento Psicológico tinha rececionado pelos estabelecimentos de ensino 97 sinalizações, tendo sido realizadas mais de metade das consultas de triagem. Nesta primeira consulta, é clarificado o motivo pelo qual a família ou o responsável legal procura ajuda para a criança ou jovem que educa, e permite também desmistificar as dificuldades emocionais de ajustamento e oferecer um momento de promoção da literacia em saúde mental, que frequentemente contribui para que as crianças e jovens ofereçam menos resistência ao acompanhamento em psicologia.

A existência de outros locais para consulta permitiu ampliar as possibilidades de escolha, e promoveu uma maior adesão ao programa. Constata-se, ainda, que o PAP estabeleceu novas parcerias com espaços do concelho para que fosse possível alargar-se alguns horários de atendimento, por forma a incluir mais crianças e jovens em acompanhamento. As últimas parcerias foram realizadas com a Junta de Freguesia de Cacilhas, local em que a equipa atende 2 dias por semana em horário pós-laboral e com o CRIA – Centro de Respostas Integradas de Almada, na Trafaria, cujas instalações foram recentemente renovadas pela Câmara Municipal de Almada e onde os munícipes podem encontrar inclusive outros serviços para além do acompanhamento psicológico do PAP (e.g. SAAS, CAVI, Balcão SNS24).

Acrescenta-se ainda que se verificou, ao longo destes 6 meses, uma adesão significativa ao PAP por parte das escolas do Concelho, traduzindo-se num trabalho multifacetado e articulado entre a equipa do PAP, a CMA e os vários serviços de Ação Social e Psicologia das escolas. Esta articulação leva a um maior sucesso, tanto na adesão ao acompanhamento como nos resultados da intervenção.

PLANO DE MELHORIA

A prosperidade do Programa de Acompanhamento Psicológico e o seu reconhecimento por parte da Comunidade Escolar e Encarregados de Educação/cuidadores faz-se notar nos comentários que chegam, tanto através dos Questionários de Satisfação, como a um nível mais informal.

No entanto, este programa está em constante adaptação às várias circunstâncias que a coordenação e a equipa técnica encontram ao longo do seu desenvolvimento.

Uma das dificuldades que limitou a marcação de um maior número de consultas de triagem deveu-se ao facto da equipa técnica já apresentar alguns horários preenchidos com os atendimentos das crianças e jovens que haviam transitado da edição anterior para esta nova edição. Contudo, foi pensado e implementado um horário exclusivo para triagem de novos casos, o que permite que as psicólogas tenham a capacidade efetuar, semanalmente, triagens de novas sinalizações.

Relativamente ao limite de faltas ao acompanhamento, foi reduzido para 3 faltas ao longo das 20 sessões previstas, tem-se verificado que os acompanhamentos acabam por ser mais contínuos porque o curto limite promove a adesão das crianças e jovens.

Uma das limitações que tem vindo a ser trabalhada ao longo destes primeiros 6 meses é o facto de haver algumas crianças e jovens que ficam a aguardar vaga para acompanhamento nas instalações da Casa Amarela, dado que é o local privilegiado para muitas famílias, devido à sua excelente acessibilidade. Desta forma, a equipa tenta sempre dar prioridade ao acompanhamento naquele local de crianças e jovens que não têm outra possibilidade de acompanhamento e/ou que têm mais dificuldade em deslocar-se para outros locais de atendimento.

A alteração ao horário da equipa técnica para mais horas em horário pós-laboral, implementada nesta 2ª edição do PAP, tem vindo a promover o alargamento dos horários das consultas para períodos mais tardios. No entanto, os horários pós-laborais não se encontram sempre preenchidos, talvez explicado pelo facto de muitos dos jovens se deslocarem sozinhos às sessões em horários diversos, sem estarem dependentes da disponibilidade dos Encarregados de Educação/cuidadores.

Sempre que se justificou e sempre que a equipa técnica considerou imprescindível para o bem-estar socio emocional das crianças e jovens acompanhados, foram-se realizando reuniões com os SPO's (Serviços de Psicologia e Orientação), responsáveis pelos encaminhamentos, CAFAP's (Centros de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental) e EMAT's (Equipas Multidisciplinares de Apoio Técnico aos Tribunais). Estas reuniões têm tido como objetivo agilizar, partilhar alguma informação geral acerca da assiduidade das crianças e jovens aos acompanhamentos, discutir em conjunto alguns acontecimentos relacionados com o bem-estar das crianças e jovens acompanhados ou simplesmente trabalhar de forma articulada e com base numa lógica de interdisciplinaridade escola e PAP.

Quanto à avaliação da intervenção e evolução das crianças e jovens beneficiários do PAP, com vista à melhoria das próprias intervenções e outros procedimentos, a equipa técnica tem estado a aplicar o Questionário de Capacidades e Dificuldades - SDQ-Por.

Esta escala tem sido aplicada tanto aos Encarregados de Educação, como aos professores mais próximos das crianças e jovens, e, aos próprios jovens, em versão de autorrelato, que se encontram dentro do intervalo de idades dos 11 aos 17 anos (Goodman, 1997; Goodman *et al.*, 1998; Goodman, 1999; Goodman *et al.*, 2010).

A leitura destes resultados e a avaliação da intervenção psicológica será realizada no final de cada acompanhamento psicológico, com vista a encontrar um termo comparativo entre sintomatologia no início do acompanhamento de após o término. À data da elaboração deste relatório não ocorreu a aplicação da versão *follow up* do questionário, tendo apenas sido utilizadas as versões iniciais junto de todas as crianças e jovens que iniciaram acompanhamento. Estes resultados comparativos (antes e pós intervenção) serão apresentados no relatório final da 2ª Edição do PAP.

CONCLUSÃO

A 2ª Edição do Programa de Acompanhamento Psicológico tem-se revelado um recurso de referência para os Municípios, enquanto complemento aos serviços de Psicologia em contexto de cuidados primários da Unidade Local de Saúde Almada e Seixal, promovendo acesso à população infantojuvenil, a um acompanhamento psicológico de qualidade.

Para além de ser um recurso em saúde mental que trabalha em parceria direta com a comunidade escolar, o PAP também representa um programa de proximidade que intende unir esforços entre as várias entidades do município, com vista a garantir cuidados de saúde a toda a população mais jovem, de uma forma igualitária e proporcional à conjuntura socioeconómica atual.

Esta edição do PAP tem sido avaliada positivamente, tanto pelas famílias como pelos beneficiários do acompanhamento psicológico, como se pode verificar através dos resultados dos Questionários de Satisfação, preenchidos por todos os Encarregados de Educação aquando do término dos acompanhamentos.

Conclui-se que o balanço dos primeiros 6 meses da 2ª edição do Programa de Acompanhamento Psicológico é positivo, observando-se um significativo número de crianças e jovens sinalizados e acompanhados. O Programa de Acompanhamento Psicológico continua a perspetivar a realização do maior número de primeiras consultas e do maior número de acompanhamentos decorrentes das sinalizações que a equipa ainda continua a receber, à data deste relatório.

Toda a equipa técnica e coordenação conta com a comunidade escolar e entidades parceiras para a concretização da melhoria do bem-estar da população infantojuvenil que passa pelo acompanhamento psicológico no âmbito do PAP.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Câmara Municipal de Almada (2021). Diagnóstico Contínuo da Rede Social de Almada: *Caderno Retrato das Freguesias, Freguesia da Costa de Caparica*. Retirado de https://www.cm-almada.pt/sites/default/files/2022-02/cópia%20-%20COSTA%20DA%20CAPARICA_jan_2022.pdf.

Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (2025). Saúde Mental. Retirado de <https://www.cnpdpcj.gov.pt/saude-mental>

Goodman, A., Lamping, D. L., Ploubidis, G. B., (2010) When to use broader internalising and externalising subscales instead of the hypothesised five subscales on the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): data from British parents, teachers and children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 1179-1191.

Goodman, R., (1997) The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38, 581-586.

Goodman, R., Meltzer, H., Bailey, V., (1998) The Strengths and Difficulties Questionnaire: A pilot study on the validity of the self-report version. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 7, 125-130.

Goodman, R., (1999) The extended version of the Strengths and Difficulties Questionnaire as a guide to child psychiatric caseness and consequent burden. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40, 791-801.

Gouveia, M., (2025). *Economia em Dia - A crise no SNS não vem só da falta de dinheiro*. Católica Lisbon Business and Economics. Retirado de <https://www.clsbe.lisboa.ucp.pt/pt-pt/noticias/economia-em-dia-crise-no-sns-nao-vem-so-da-falta-de-dinheiro>

Instituto Nacional de Estatística (2024). Famílias em Portugal: um retrato a partir dos Censos 2021. Retirado de <https://www.ine.pt>

Lourenço, L. P. R. (2008). *Envolvimento dos Encarregados de Educação na Escola: Conceções e Práticas*. [Dissertação de Mestrado] Universidade de Lisboa. Repositório ULisboa - Repositório da Universidade de Lisboa [online].

Nogueira, M. J., & Sequeira, C. (2017). *A saúde mental em estudantes do ensino superior. Relação com o género, nível socioeconómico e os comportamentos de saúde*. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental (Spe. 5), 51-56.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2015). *Os Efeitos da Crise Socioeconómica na Saúde Psicológica dos Portugueses: Análise e Recomendações da OPP*. Retirado de https://recursos.ordemdospsicologos.pt/files/artigos/ef_crise_na_sp_portug.pdf

Pordata (2023). No âmbito do dia internacional dos migrantes: Pordata divulga retrato da população estrangeira e dos fluxos migratórios em Portugal. Retirado de <https://www.pordata.pt>

Rabasquinho, C., & Pereira, H., (2007). Género e Saúde Mental: Uma abordagem epidemiológica. *Análise Psicológica*, 21, 439-454.

Racine, N., McArthur, B., Cooke, J., ... & Madigan, S. (2021). Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 175(11), 1142-1150.

Sousa, Maria das Graças de Melo et al. (2022). *Contexto familiar e sofrimento mental em adolescentes: uma revisão integrativa*. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental* [online]. n.27, pp.140-157.

World Health Organization (2021). Adolescent mental health. Retirado de <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>