

NOTA CONCEPTUAL



Nutrir



Educar



Regenerar

Cuidar, através de uma educação de qualidade, para que todas as crianças tenham oportunidades equitativas de crescer, aprender e florescer.



Fundação Mendes Gonçalves

A Fundação Mendes Gonçalves nasce do compromisso da Casa Mendes Gonçalves e do seu fundador, Carlos Mendes Gonçalves, de “*cuidar do presente e contribuir para a construção de um futuro promissor e para um Mundo mais sustentável e com mais oportunidades para todas as pessoas*”ⁱ.

Construir um futuro equitativo, saudável, sustentável e com bem-estar para todos/as implica uma ação colaborativa essencial: **CUIDAR**. Cuidar das pessoas e dos ecossistemas. Do que nasce, cresce e se regenera. Cuidar é cultivar o potencial das ideias, das pessoas, das famílias e da comunidade. Com **responsabilidade ética, transparência e integridade**, sabendo que há sempre mais para aprender, melhorar e transformar. Com a “**inquietação**” e a **curiosidade** que permitem olhar para o que ainda não é, mas pode vir a ser. Com a **flexibilidade** para **adaptar e inovar**.

Cuidar é um verbo do presente e um verbo de futuro. Queremos plantar, no nosso território, a Golegã, e ao seu redor, **sementes de mudança e possibilidade**, que se transformem em **raízes de novas formas de educar, nutrir e regenerar**, da Golegã para o Mundo. Queremos deixar um legado, para e pelo futuro de todos.

Por isso, a Fundação Mendes Gonçalves propõe-se a desenvolver três programas que se complementam:

- **EDUCAR**: Cuidar, através de uma educação de qualidade, para que todas as crianças tenham oportunidades equitativas de crescer, aprender e florescer.
- **NUTRIR**: Cuidar, através de uma nutrição saudável e segurança alimentar, para que todas as pessoas possam adotar estilos de vida saudáveis e sintam bem-estar.
- **REGENERAR**: Cuidar, através da regeneração dos solos e da biodiversidade, para que o planeta e as comunidades tenham um futuro melhor.

Cada um destes programas atua no terreno com base em evidência científica, cocriação, avaliação de impacto, filantropia de proximidade e responsabilidade ética. **Em conjunto, a sua ação constrói um ecossistema de transformação, capacitação e empowerment**, com raízes na **proximidade** da comunidade e no estabelecimento de **parcerias**, na **ciência** e na possibilidade de transferência do conhecimento, no **compromisso de comunicar e advogar** pelas gerações presentes e futuras. Juntos, estes programas contribuem para os **Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)**, com soluções enraizadas localmente, mas com potencial de influenciar, inspirar e transformar as práticas e as políticas públicas em Portugal e no Mundo.

Cuidar do futuro e transformar o Mundo é uma missão só possível com **sintropia**, com a inclusão e colaboração de todos – famílias, profissionais, organizações, empresas e comunidade. **Contamos com todos e todas.**

PROGRAMA EDUCAR

TERRA | O Contexto

O desenvolvimento infantil saudável é o alicerce de uma sociedade equitativa, sustentável e resiliente. Por isso mesmo, os ODS, propostos pelas Nações Unidas, colocam as crianças no centro das estratégias globais, reconhecendo que investir nos primeiros anos de vida e garantir a cada bebé e criança um início de vida seguro e enriquecedor, é uma forma de promover o seu potencial, o seu bem-estar, a igualdade de oportunidades e a justiça intergeracional.

Os primeiros anos de vida são cruciais e têm efeitos profundos e duradouros. É na infância que se constroem as bases da Saúde (física e mental), da capacidade de aprender, de estabelecer relações saudáveis, de participar ativamente na comunidade, de trabalhar e prosperar.^{ii iii iv}

Nos primeiros anos de vida, embora o cérebro continue o seu processo de maturação até à vida adulta, é definida a nossa **arquitetura cerebral** e otimizada a eficiência dos nossos circuitos neuronais. Nesses primeiros anos, particularmente nos primeiros mil dias, a **plasticidade cerebral**, ou seja, a capacidade de o cérebro aprender com a experiência, é mais significativa. A qualidade das nossas experiências precoces e a segurança e estímulo que provêm do ambiente no qual elas ocorrem determinam as conexões neuronais mais usadas. As mais frequentemente utilizadas tornam-se fortes e permanecem, as menos usadas, tornam-se mais fracas e podem desaparecer. Em resposta às experiências da criança, o cérebro ajusta as suas estruturas e funcionalidades, podendo contribuir quer para a sua versatilidade, quer para a sua vulnerabilidade.^{v vi vii}

As crianças que experienciam **condições de desenvolvimento favoráveis** (nomeadamente, relações responsivas e seguras com os Pais/Mães, Educadores/as, Profissionais de Infância e outras figuras de referência; ambientes estáveis e não-violentos; oportunidades precoces de aprendizagem e uma educação de qualidade; relações sociais de apoio emocional; estabilidade económica; sentido de pertença comunitária e cultural) têm **maior probabilidade de se tornarem adultos/as saudáveis e envolvidos/as na vida cívica**. Pelo contrário, crianças sujeitas a condições de desenvolvimento menos favoráveis, tendem a apresentar pior saúde física e mental, menor sucesso educativo, dificuldades relacionadas com a empregabilidade e as relações interpessoais.^{viii ix}

Na Golegã, em Portugal e no Mundo, apesar do consenso em torno da importância de um desenvolvimento infantil saudável, subsistem múltiplos **desafios que prejudicam o desenvolvimento de muitas crianças**: a pobreza e a desigualdade no acesso à habitação,

aos cuidados de saúde, a uma alimentação saudável, à educação de qualidade; a exposição a contextos violentos, abusivos e negligentes; a sobrecarga e o stresse parental. Por exemplo, o acesso à creche, em Portugal, embora tenha aumentado nos últimos anos, ainda é relativamente baixo e a procura excede a oferta: apenas 50 a 55% das crianças com menos de 3 anos frequentam creches públicas ou privadas.^x Além disso, a qualidade das interações entre os profissionais de infância e as crianças apresenta níveis médios e baixos, sobretudo no que diz respeito ao apoio ao desenvolvimento e aprendizagem.^{xi xii} Na Golegã, existindo apenas uma creche, que está totalmente ocupada, não existe capacidade para dar resposta às necessidades que já existem e àquelas que já podemos prever.^{xiii} No ano letivo de 2022/2023, a percentagem de alunos que concluiu o 1º ciclo em 4 anos foi de 83%, face a 92% de alunos do país com um perfil socioeconómico semelhante.^{xiv}

Em Portugal, cerca de 1 em cada 5 portugueses vive em situação de pobreza ou exclusão social.^{xv} Em 2019, 28,5% das famílias viviam em situação de vulnerabilidade económica e 24% não dispunha de rendimento mensal mínimo para fazer face às suas despesas habituais.^{xvi} As crianças e os jovens com menos de 18 anos continuam a constituir o grupo etário com maior risco de pobreza ou exclusão social, situação que se mantém desde 2009.^{xvii} Em 2024, a taxa de pobreza absoluta das crianças aumentou de 18,5% para 26,3%.^{xviii}

Estes dados tornam evidente **que há ainda um caminho importante a percorrer para garantir que todas as crianças têm direito a oportunidades equitativas para crescer, aprender e desenvolver-se saudável e plenamente. Cuidar do início da vida é cuidar da vida inteira – e construir um futuro coletivo.**

RAÍZES | Os Fundamentos

Investir nos primeiros anos de vida é uma estratégia cientificamente comprovada, socialmente responsável, justa e custo-eficaz de assegurar o desenvolvimento saudável das pessoas e o bem-estar de todas as gerações. Tem, aliás, um retorno económico mais elevado do que qualquer intervenção posterior – até 13,7%, por criança.^{xix} Não é só uma questão de bem-estar individual, mas um imperativo social, contribuindo para **quebrar ciclos de pobreza, criminalidade e desigualdade, bem como promover a saúde, a coesão social e a produtividade.**^{xx xxi xxii xxiii}

Promover o acesso a uma educação de qualidade é uma das estratégias mais poderosas para mudar o Mundo, mudando o Mundo das crianças que nos rodeiam. O período que medeia entre o nascimento e os 10 anos é um período de crescimento e transformações rápidas, durante o qual as crianças desenvolvem as competências cognitivas, emocionais, sociais e físicas que moldarão o seu futuro. Deste modo, **a Creche (ou a educação dos 0 aos 3 anos), o ensino Pré-Escolar e o Ensino Básico** não são apenas etapas formais no percurso

educativo, constituem espaços fundadores do desenvolvimento, da aprendizagem e do bem-estar ao longo da vida.

Quando há **difículdade de acesso à educação**, particularmente no caso de crianças em situações de vulnerabilidade, as **consequências negativas são significativas e duradouras**, acumulando-se em diferentes dimensões: dificuldades e insucesso escolar; dificuldades de regulação emocional, cooperação e socialização; menor empregabilidade e menor salário; transmissão intergeracional da pobreza; agravamento das desigualdades de gênero.^{xxiv}

O contrário também é verdadeiro, o **acesso à educação de qualidade**, promove a **equidade e justiça social**, reduzindo desigualdades e promovendo oportunidades de desenvolvimento para todos/as. Este acesso, logo na primeira infância, ao rentabilizar a “janela de oportunidade” para o desenvolvimento cerebral, impacta as **capacidades cognitivas** e de **resiliência** futuras e proporciona **apoio às famílias**. A longo-prazo traduz-se em mais **bem-estar, melhores resultados escolares**, menor envolvimento em comportamentos de risco e **melhores salários e empregos**, na idade adulta.^{xxv}

Mas o **sucesso da educação na infância** não depende apenas de haver acesso. Não basta existirem espaços para deixar as crianças a seguir um currículo enquanto os Pais e Mães trabalham, é necessário que estejam presentes **outros fatores**, entre os quais se destacam:

- Educadores/as e Profissionais de Infância qualificados/as e valorizados/as constituem o principal determinante dos resultados educativos. Nesse sentido, é fundamental que recebam formação especializada em desenvolvimento infantil e diferenciação pedagógica, que invistam no desenvolvimento profissional contínuo, que tenham condições de trabalho e salários adequados.^{xxvi}
- Práticas pedagógicas centradas no desenvolvimento saudável das crianças, que considerem as suas idades, interesses e fase do desenvolvimento. Na creche e ensino pré-escolar é fundamental promover a aprendizagem baseada no brincar e a exploração ativa do mundo com criatividade e autonomia, bem como apostar na promoção das competências socioemocionais. No primeiro ciclo, a aprendizagem deve focar-se não apenas nas competências de literacia e numeracia, mas também no pensamento crítico, no trabalho colaborativo e no desenvolvimento de competências socioemocionais. A qualidade do ensino depende sempre não apenas do currículo, mas de uma relação emocional segura entre as crianças e os seus Educadores/Profissionais de Infância, da forma como estes/as interagem, escutam e respondem às crianças.^{xxvii}

xxviii xxix

- Contextos de aprendizagem seguros, estimulantes e inclusivos. A segurança física e emocional constitui um pré-requisito da aprendizagem. Deste modo, os ambientes de aprendizagem devem adaptar-se às necessidades das crianças, possuindo instalações

adequadas e sendo equipados com materiais e recursos estimulantes e adaptados. Devem ainda protegê-las da violência, promover o respeito pela diversidade, a não discriminação, a inclusão de todas as crianças, independentemente do seu género, condição socioeconómica, pertença cultural ou capacidades. Todas as crianças devem ter oportunidade de participar em contextos educativos, de crescer enquanto pessoas e cidadãos/ãs, de aprender e expressar o seu potencial.^{xxx}

- Envolvimento ativo da família e da comunidade. A qualidade educativa aumenta quando se estabelecem relações fortes de parceria com a família e a comunidade ao longo do processo educativo, nomeadamente através da criação de canais regulares de comunicação e cooperação, de oportunidades para a participação ativa da família e da comunidade na escola, para a inclusão da família nos processos de tomada de decisão e para o apoio à aprendizagem em contexto familiar e comunitário.^{xxxii}
- Contacto com a natureza. O contacto com a natureza não deve ser perspectivado como um “luxo” ou um “bónus extra”, mas sim como uma necessidade desenvolvimental. Os contextos educativos devem incluir espaços verdes e atividades livres e estruturadas de contato com natureza. A interação com a natureza apoia a saúde e o bem-estar; o desenvolvimento de competências motoras, de equilíbrio, coordenação e força; a concentração, a memória e as funções executivas; as competências de cooperação e as atitudes e comportamentos pró-ambientais; a imaginação, a criatividade e autonomia; a diminuição do stresse e da ansiedade.^{xxxiii xxxiv}

Deste modo, **quando existe uma Creche (ou educação dos 0 aos 3 anos), um ensino Pré-Escolar e um Ensino Básico de qualidade**, as crianças têm acesso a um estímulo precoce da **curiosidade, da linguagem, das competências socioemocionais e de resolução de problemas** – essenciais à aprendizagem e à **resiliência** para ultrapassar desafios e dificuldades ao longo da vida. Estes contextos educativos permitem às crianças estabelecer relações fora da sua família de origem, aprender a **cooperar, a resolver conflitos**, a serem **empáticas** e a respeitarem a **diversidade**. De igual forma, oferecem **apoio às famílias**, contribuindo para a **estabilidade económica, a equidade e a igualdade de género**. Permitem ainda identificar, precocemente, atrasos no desenvolvimento, dificuldades de aprendizagem e sinais de negligência ou abuso, criando oportunidades de **intervir atempada e eficazmente**.

A Creche, Ensino Pré-Escolar e Ensino Básico de qualidade constituem **infraestruturas para o futuro, contextos positivos e protetores da saúde e do bem-estar individual e familiar**, mas também de **fortalecimento da democracia e da coesão social**, uma vez que são espaços de aprendizagem das normas, valores e responsabilidades da **cidadania**.

FRUTOS E SEMENTES| A Proposta de Futuro

O Programa Educar quer funcionar, simultaneamente, como uma **âncora** e como uma **alavanca comunitária, local e global** – agindo localmente e inspirando globalmente, numa lógica de **filantropia de proximidade, sintropia e eixo de conexão, parcerias e alianças estratégicas**.

O Programa Educar quer possibilitar **espaços de cocriação, de ensino e de aprendizagem, de investigação e de ação, de promoção da Literacia e transferência de conhecimentos para uma transformação social duradoura**.

O Programa Educar quer “plantar” um ecossistema:

- **em que as crianças possam desenvolver-se** num ambiente que valoriza o brincar, a cognição, a criatividade, a emoção, as relações, a autonomia, a autodeterminação, o contacto com a natureza, a saúde e o bem-estar. Que as vê de forma holística e lhes proporciona oportunidades equitativas, desde o seu nascimento, para desenvolverem o seu potencial, através de uma educação de qualidade que pode reduzir desigualdades relacionadas com a pobreza, a geografia ou as circunstâncias familiares. Que apoia todas as crianças independentemente das suas características ou capacidades, criando possibilidades de inclusão e sucesso, através do estabelecimento de relações de proximidade com os outros/as e a natureza. Que lhes oferece a oportunidade de desenvolver um sentido de identidade, segurança psicológica e resiliência que as acompanhará ao longo de todo o ciclo de vida, nos seus processos de tomada de decisão.
- **que apoia as famílias e a parentalidade**, melhorando a sua compreensão e o seu envolvimento com o desenvolvimento infantil saudável das crianças. Que cria condições de conciliação entre a vida pessoal, familiar e profissional e igualdade de género em contexto laboral. Que reduz o stresse causado pelos desafios da parentalidade e reforça os efeitos positivos das redes sociais de apoio.
- **que reconhece o valor e a importância do desenvolvimento pessoal e profissional dos Educadores/as e Profissionais de Infância**, oferecendo estabilidade laboral e formação. Que serve como um eixo central para a inovação pedagógica e as práticas educativas reflexivas, promovendo uma cultura colaborativa, a troca de conhecimentos e uma visão partilhada da educação infantil de qualidade.
- **que contribui para a vitalidade demográfica, económica e sociocultural da comunidade local e global**. Que estabelece parcerias (com o sector social e empresarial, os decisores políticos e a sociedade em geral), criando e reforçando laços comunitários, que enriquecem uma visão da educação enquanto responsabilidade

social partilhada, promotora do bem-estar coletivo e do bem-comum.

- **que promove impactos ambientais positivos e garante a sustentabilidade**, fomentando a adoção de estilos de vida saudáveis através da implementação e disseminação de boas práticas alimentares, educativas e regenerativas.
- **de conhecimento**, onde se criam, adotam, monitorizam e avaliam práticas fundamentadas na evidência científica e geradoras dessa evidência. Que analise indicadores de progresso desenvolvimental, educativo e social, para que, a partir das aprendizagens com as mudanças implementadas localmente, seja possível transferir, multiplicar e escalar, globalmente, o conhecimento, aplicando-o na informação e disseminação de boas práticas e na construção de políticas públicas.
- O Programa Educar quer “semear” a esperança e a resiliência, funcionando como um “laboratório vivo”, onde a educação de qualidade, o cuidado e a comunidade se juntam para construir um futuro para todos/as, local e global, mais justo, sustentável e com bem-estar.

DA GOLEGÃ PARA O MUNDO | Modelo de Mudança

Programa Educar

Modelo de Mudança para o Desenvolvimento Sustentável baseado no Ecossistema Natural Local, Centrado na Criança e Impulsionado pela Comunidade

Missão do Programa

CUIDAR das Crianças, das Famílias e da Comunidade através de uma Educação de Qualidade que permite REGENERAR Futuros Sustentáveis, Resilientes e Equitativos

Contexto

Apesar do reconhecimento da importância da primeira infância, muitas crianças continuam expostas a desigualdades que comprometem o seu desenvolvimento. A realidade local da Golegã reflete desafios nacionais e globais, com lacunas no acesso à educação de qualidade, bem-estar e oportunidades equitativas.

Fundamentos

A ciência demonstra que investir nos primeiros anos de vida tem um impacto duradouro na saúde, aprendizagem e bem-estar individual, bem como na produtividade, coesão e igualdade social. A qualidade da educação depende de relações seguras, práticas pedagógicas adequadas, envolvimento das famílias e da comunidade, bem como do contacto com a natureza.

Investimentos

- Recursos financeiros e infraestruturas
- Recursos humanos especializados
- Parcerias locais, nacionais e internacionais
- Investigação e suporte técnico na produção e transferência de conhecimento
- Estratégias de Avaliação de Impacto com foco na melhoria contínua

Proposta

Criar um ecossistema educativo que valoriza o bebé e a criança como elemento central do desenvolvimento sustentável, articulando berçário, creche, pré-escolar e ensino básico com a família e a comunidade. Promover práticas inovadoras, inclusivas e baseadas na evidência, num território que cuida, aprende e cresce em conjunto

Resultados

- Criação de um Centro Educativo para Crianças dos 0 aos 10 anos.
- Criação de Centros de Conhecimento associados ao Centro Educativo, que aceleram a produção e transferência de conhecimento sobre desenvolvimento e educação.
- Desenvolvimento de projetos promotores de uma educação de qualidade, em parceria com outras fundações e organizações (ex. projetos-piloto de ama).
- Produção de recursos pedagógicos de qualidade e inovadores, replicáveis noutros contextos.
- Desenvolvimento de Boas Práticas Pedagógicas para uma Educação de Qualidade – baseadas na evidência científica e informadoras da Ciência, no contexto local e global.
- Realização de formação e apoio ao desenvolvimento contínuo dos Educadores/as e Profissionais de Infância.
- Implementação de estratégias de envolvimento e apoio às Famílias.
- Espaços e Atividades de Aprendizagem em contacto com a Natureza e a Comunidade.
- Estabelecimento de Parcerias Comunitárias e Intergeracionais.
- Criação de ações e recursos de advocacia por uma Educação de Qualidade.
- Apoiar projetos e iniciativas, de outras organizações, comprometidas com os princípios e objetivos da Educação de Qualidade.

Impactos

As crianças apresentam um desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social saudável. Revelam bem-estar, sentido de identidade, autonomia, resiliência, comportamentos pró-sociais e pró-ambientais, bem como um sentimento de pertença cultural. Há mais acesso a uma Educação de Qualidade.

- % das crianças que acedem a cuidados de Amas com formação em Desenvolvimento Infantil Saudável.
- % das crianças que acedem a Creche e Pré-Escolar de Qualidade.

- % das crianças que acedem a um Ensino Básico de Qualidade.
- % das crianças com progressão escolar sem retenção até ao final do 1º Ciclo.
- % das crianças com necessidades educativas ou de saúde identificadas precocemente (e encaminhadas para apoio).
- % das crianças que participam em atividades de contato com a natureza.
- % das crianças que participam em atividades de contato com a comunidade.
- Número de crianças abrangidas pelo Programa Educar.
- Número de projetos, dirigidos a crianças, implementados.
- Feedback de crianças sobre o seu desenvolvimento e bem-estar (testemunhos qualitativos; preenchimento de escalas de avaliação da perceção e satisfação).
- Construção do Centro Educativo.

As famílias envolvem-se no desenvolvimento e processo educativo das crianças. Possuem ferramentas para cuidar, trabalhar e conciliar a vida pessoal e profissional, reforçando laços intergeracionais e comunitários.

- Número de famílias abrangidas pelo Programa Educar.
- % de famílias que acedem a atividades de apoio à Parentalidade.
- % de famílias que participam ativamente em atividades educativas (reuniões, eventos, projetos).
- Índice de satisfação geral das famílias com os serviços educativos.
- Feedback de famílias sobre Bem-Estar e Competências de Parentalidade (testemunhos qualitativos; preenchimento de questionários de avaliação de perceção e satisfação).

Os Educadores/as e Profissionais de Infância sentem-se reconhecidos, valorizados e apoiados na sua atuação educativa. Colaboram para uma cultura de reflexão e inovação e investem no desenvolvimento profissional contínuo. São líderes do envolvimento comunitário no processo educativo das crianças.

- Número de Educadores/as e Profissionais de Infância envolvidos no Programa Educar.
- % de Educadores/as e Profissionais de Infância que participam em atividades de Desenvolvimento Profissional Contínuo.
- Número de recursos pedagógicos produzidos e práticas educativas documentadas.
- Número de participações em atividades de partilha de conhecimento fora do território (formações como formadores, apresentações em encontros, artigos, etc.).
- Feedback de Educadores/as e Profissionais de Infância sobre o Desenvolvimento cognitivo, emocional e social das Crianças ((testemunhos qualitativos; preenchimento de questionários de avaliação de perceção e satisfação).
- Feedback de Educadores/as e Profissionais de Infância sobre a qualidade das Práticas Educativas e a Satisfação com a Profissão ((testemunhos qualitativos; preenchimento de questionários de avaliação de perceção e satisfação).

A **Comunidade** representa uma cultura local que valoriza a educação de qualidade, a inclusão e a diversidade, o cuidado e a sustentabilidade, o bem-estar coletivo e o bem-comum, através de uma participação ativa em parcerias socioculturais e regenerativas e da construção de boas práticas educativas baseadas na evidência e na inovação.

- Número de elementos da comunidade impactados pelo Programa Educar.
- Número de parcerias locais e globais estabelecidas.
- Número de atividades intergeracionais e comunitárias realizadas.
- Número de projetos promotores de uma educação de qualidade, apoiados e produzidos em parceria com outras fundações e organizações.
- Número de ações e recursos de advocacia por uma Educação de Qualidade realizados/produzidos.
- Número de notícias e artigos nos meios de comunicação social e citações nas redes sociais (visibilidade social).

Até 2035, contribuimos para uma melhoria nos indicadores de bem-estar, desenvolvimento e qualidade na educação, particularmente nos primeiros anos de vida dos bebés e crianças. **Contribuímos diretamente para atingir os ODS 4** (Educação de Qualidade), **9** (Indústria, Inovação e Infraestruturas), **10** (Reduzir as Desigualdades) e **17** (Parcerias para a Implementação dos Objetivos) e, **indiretamente, para atingir os ODS 1** (Erradicar a Pobreza), **3** (Saúde de Qualidade), **8** (Trabalho Digno e Crescimento Económico) e **11** (Cidades e Comunidades Sustentáveis).

REFERÊNCIAS

- ⁱ Casa Mendes Gonçalves. (2024). Carta de compromisso. fundacaomendesgoncalves.org/wp-content/uploads/2025/04/Carta-Compromisso_Fundacao-Mendes-Goncalves.pdf
- ⁱⁱ National Research Council & Institute of Medicine. (2000). From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development. Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. J. P. Shonkoff & D. A. Phillips (Eds.). Washington, DC: National Academy Press.
- ⁱⁱⁱ Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., Shiffman, J., Devercelli, A. E., Wodon, Q. T., Vargas-Barón, E., & Grantham-McGregor, S. (2018). Early childhood development coming of age: Science through the life course. *The Lancet*, 389(10064), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31389-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7)
- ^{iv} Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232–e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- ^v Kolb, B. (2009). Brain and behavioural plasticity in the developing brain: Neuroscience and public policy. *Paediatrics & Child Health*, 14(10), 651–652. <https://doi.org/10.1093/pch/14.10.651>
- ^{vi} Center on the Developing Child at Harvard University. (2017). Three principles to improve outcomes for children and families. Harvard University. <https://developingchild.harvard.edu/resources/three-early-childhood-development-principles-improve-child-family-outcomes/>
- ^{vii} Moore, T. G., Arefadib, N., Deery, A., Keyes, M., & West, S. (2017). The first thousand days: An evidence paper. Centre for Community Child Health, Murdoch Children's Research Institute. <https://www.rch.org.au/uploadedFiles/Main/Content/ccchdev/CCCH-The-First-Thousand-Days-An-Evidence-Paper-September-2017.pdf>
- ^{viii} National Research Council & Institute of Medicine. (2000). From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development. Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. J. P. Shonkoff & D. A. Phillips (Eds.). Washington, DC: National Academy Press.
- ^{ix} Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), 1900–1902. <https://doi.org/10.1126/science.1128898>
- ^x Fundação Francisco Manuel dos Santos. (2023). Crianças até aos 3 anos matriculadas em creches, por tipo de instituição e idade (Portugal) [Base de dados]. PORDATA.
- ^{xi} Barros, S., Cadima, J., Bryant, D. M., Coelho, V., Pinto, A. I., Pessanha, M., & Peixoto, C. (2016). Infant child care quality in Portugal: Associations with structural characteristics. *Early Childhood Research Quarterly*, 37, 118–130. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2016.05.003>
- ^{xii} Barros, S. (2023). Qualidade das interações adulto-criança e envolvimento das crianças em contexto de creche [Master's thesis, Universidade do Minho]. RepositórioUM. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/86104>
- ^{xiii} Centro de Estudos e Desenvolvimento Regional e Urbano, Lda. (2023). Carta Social da Golegã. Relatório Final. Dezembro 2023. <https://redesocial.cm-golega.pt/wp-content/uploads/2024/03/CARTA-SOCIAL-GOLEGA.pdf>
- ^{xiv} Infoescolas. (s.d.). 1.º Ciclo do Ensino Básico. Infoescolas. <https://infoescolas.pt/1Ciclo/>
- ^{xv} Rodrigues, C. (2020). A evolução recente dos indicadores de pobreza, desigualdade e exclusão social: O paradoxo desta pandemia. <https://portugaldesigual.ffms.pt/evolucaodasdesigualdades#evolution-population-material-deprivation-link>
- ^{xvi} Peralta, S., Carvalho, B. & Esteves, M. (2022). Portugal, Balanço 2021: Um retrato do país e de um ano de pandemia. Lisboa: Nova Economics for Policy Knowledge Center.

- ^{xvii} European Anti Poverty Network (2020). Pobreza e Exclusão Social em Portugal: Relatório 2020. <https://www.adcoesao.pt/sites/default/files/noticias/pobrezaeexclusaosocialemportugalrelatorio2020.pdf>.
- ^{xviii} Nova SBE – Social Equity Initiative. (2024). Nota sobre pobreza e abandono escolar precoce: Uma análise dos dados nacionais. https://www.novasbe.unl.pt/Portals/0/Files/Social%20Equity%20Initiative/2025/Nota_PAbs_2024_final.pdf
- ^{xix} García, J. L., Heckman, J. J., Leaf, D. E., & Prados, M. J. (2020). Quantifying the life-cycle benefits of an influential early-childhood program. *Journal of Political Economy*, 128(7), 2502–2541. <https://doi.org/10.1086/705718>
- ^{xx} Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), 1900–1902. <https://doi.org/10.1126/science.1128898>
- ^{xxi} Heckman, J. J., & Masterov, D. V. (2007). The productivity argument for investing in young children. *Review of Agricultural Economics*, 29(3), 446–493. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9353.2007.00359.x>
- ^{xxii} Engle, P. L., Fernald, L. C. H., Alderman, H., Behrman, J., O’Gara, C., Yousafzai, A., ... & the Global Child Development Steering Group. (2011). Strategies for reducing inequalities and improving developmental outcomes for young children in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 378(9799), 1339–1353. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60889-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60889-1)
- ^{xxiii} UNESCO. (2023). Right from the start: Build inclusive societies through inclusive early childhood education. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000385509>
- ^{xxiv} UNICEF. (2019). A world ready to learn: Prioritizing quality early childhood education [Relatório]. UNICEF. <https://www.unicef.org/reports/a-world-ready-to-learn-2019>
- ^{xxv} OECD. (2017). Starting strong 2017: Key OECD indicators on early childhood education and care [Relatório]. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264276116-en>
- ^{xxvi} OECD. (2019). Providing quality early childhood education and care: Results from the Starting Strong Survey 2018. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/301005d1-en>
- ^{xxvii} OECD. (2019). Providing quality early childhood education and care: Results from the Starting Strong Survey 2018. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/301005d1-en>
- ^{xxviii} UNICEF. (2019). A world ready to learn: Prioritizing quality early childhood education [Relatório]. UNICEF. <https://www.unicef.org/reports/a-world-ready-to-learn-2019>
- ^{xxix} Copple, C., & Bredekamp, S. (Eds.). (2009). Developmentally appropriate practice in early childhood programs serving children from birth through age 8 (3rd ed.). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.
- ^{xxx} World Health Organization & UNESCO. (2021). Global standards for health promoting schools. WHO & UNESCO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025059>
- ^{xxxi} Epstein, J. L. (2011). School, family, and community partnerships: Preparing educators and improving schools (2.^a ed.). Routledge.
- ^{xxxii} Ernst, J., & Theimer, S. (2011). Evaluating the effects of environmental education on children’s connection with nature. *The Journal of Environmental Education*, 42(4), 180–193. <https://doi.org/10.1080/00958964.2011.596557>
- ^{xxxiii} McCormick, R. (2017). Does access to green space impact the mental well-being of children? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 259. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030259>
- ^{xxxiv} Kuo, M., Barnes, M., & Jordan, C. (2019). Do experiences with nature promote learning? *Frontiers in Psychology*, 10, 305. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00305>