



## **ATIVIDADE EDUCATIVA EM UMA ESCOLA DE LAGOA DO OURO-PE SOBRE HIGIENE PESSOAL, SAÚDE BUCAL E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

MARIA EMANOELLY ALVES GALINDO; LAURA ISABEL MARQUES CALADO;  
ROANE LOHAYNNE DE MELO GOMES QUINTINO

### **RESUMO**

A promoção da saúde é considerada uma estratégia importante no processo saúde-doença-cuidado. Nessa perspectiva, a escola exerce um papel fundamental no desenvolvimento crítico e reflexivo do indivíduo, indo além das matérias da grade curricular, pois caracteriza-se como um ambiente composto pela troca de conhecimentos, pela socialização e a formação pessoal. Diante do exposto, o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência dos acadêmicos acerca da promoção de saúde na Creche Miguel Arraes de Alencar, que teve como intuito fortalecer a integração entre os setores da educação e saúde sobre as temáticas desenvolvidas. Estudo exploratório com abordagem descritiva, desenvolvido por meio relato de experiência em uma escola do município de Lagoa do Ouro-PE. A elaboração e execução na instituição de ensino ocorreram durante o segundo semestre de 2022, pelas Equipes de Saúde da Família Cohab, e acadêmicos do curso de graduação em enfermagem, nutrição e odontologia de uma Instituição de ensino de Garanhuns-PE. A partir do contato inicial e do levantamento dos assuntos que eram essenciais a serem trabalhados na escola, foram agendados encontros para a efetivação e delineamento das dinâmicas. Para a primeira atividade sobre alimentação, o grupo que contava com dois acadêmicos de nutrição, preparou um material ilustrativo de um “semáforo interativo”, onde era possível identificar e colar no painel conforme a indicação da cor do semáforo, alimentos que não eram saudáveis e deveriam ser evitados, Para a atividade sobre higiene pessoal, os acadêmicos realizaram atividades lúdicas como o material “Amigos da higiene”, onde era possível relacionar os cuidados com a pele, cabelo, boca e corpo no geral, com os produtos de higiene pessoal e para as ações de saúde bucal, foram realizadas atividades lúdicas como “Amigos do dente e inimigos do dente” e “Escovação adequada”, com a demonstração de uma escovação e higienização bucal correta. Diante da experiência vivenciada destacamos a importância da educação em saúde na escola voltadas para a promoção da saúde e prevenção, uma vez que as ações educativas apontaram para o entendimento, interesse, participação e relatos positivos dos escolares das atividades propostas

**Palavras-chave:** Promoção a saúde; Saúde na escola; Educação em saúde; Prevenção. Integração.

### **1 INTRODUÇÃO**

A promoção da saúde é considerada uma estratégia importante no processo saúde-doença-cuidado, sendo propícia para o fortalecimento do caráter promocional e preventivo. Uma das estratégias mais concretas que contribuem para a promoção da saúde é a combinação de apoio educacional e ambiental, envolvendo dimensões não só individuais, mas também

organizacionais e coletivas, visando, dessa forma, atingir ações e condições de vida úteis à saúde. (YOKOTA et al, 2010).

Nessa perspectiva, a escola exerce um papel fundamental no desenvolvimento crítico e reflexivo do indivíduo, indo além das matérias da grade curricular, pois caracteriza-se como um ambiente composto pela troca de conhecimentos, pela socialização e a formação pessoal. (CHEE et al, 2023)

Vale salientar que nesse contexto estão inseridas todas as dimensões do aprendizado: ensino, relações lar-escola-comunidade e ambientes físicos e emocional, podendo assim favorecer os estudantes em fases fundamentais de suas vidas: infância e adolescência. (YOKOTA et al, 2010)

Para regulamentar as atividades para a saúde no âmbito escolar, o Decreto nº 6.286 de 05 de dezembro de 2007 instituiu o Programa Saúde na Escola (PSE) e suas finalidades; e a Portaria nº 1.861, de 04 de setembro de 2008 regulamentou a responsabilidade orçamentária do Ministério da Saúde (MS) com os municípios que aderem ao PSE. (SANTIAGO et al, 2012)

O PSE é resultado de uma parceria entre os Ministérios da Saúde e Educação e tem como finalidade promover a saúde e a cultura da paz, enfatizando a prevenção de agravos à saúde; articular ações do setor da saúde e da educação, utilizando o espaço escolar e seus recursos; fortalecendo o enfrentamento das vulnerabilidades desta clientela; e incentivando a participação comunitária para contribuição da formação integral dos estudantes da rede básica, por meio da articulação entre os profissionais de saúde da Atenção Primária e dos profissionais da educação. (SANTIAGO et al, 2012)

Dessa forma, as políticas de saúde e educação voltadas às crianças, adolescentes, jovens e adultos da educação básica pública brasileira se unem para promover saúde e educação integral, fortalecendo as ações de enfrentamento de vulnerabilidades, ampliando o acesso aos serviços de saúde e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes brasileiros. (MINISTÉRIO DA SAÚDE)

Diante do exposto, o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência dos acadêmicos acerca da promoção de saúde em uma escola do município de Lagoa do Ouro-PE que teve como intuito fortalecer a integração entre os setores da educação e saúde sobre as temáticas desenvolvidas, para que assim potencialize mudanças no ambiente escolar, as quais dão suporte para adoção de hábitos e práticas saudáveis ao longo da vida dos estudantes.

## **2 RELATO DE EXPERIENCIA**

Estudo exploratório com abordagem descritiva, desenvolvido por meio relato de experiência realizado em uma escola do município de Lagoa do Ouro-PE. A elaboração e execução na instituição de ensino ocorreram durante o segundo semestre de 2022, pelas Equipes de Saúde da Família Cohab, e acadêmicos do curso de graduação em enfermagem, nutrição e odontologia de uma Instituição de ensino em Garanhuns-PE.

A escola atende a turmas de educação infantil, onde abrange a faixa etária de 6 meses até 5 anos e 11 meses, com 180 alunos no período matutino e 119 alunos no período vespertino, sendo as atividades promovidas, em campo, para alunos do terceiro, quarto e quinto ano do ensino fundamental. As práticas foram supervisionadas por professores e profissionais de saúde do município e os temas abordados pelos grupos foram: higiene pessoal, saúde bucal e práticas alimentares saudáveis.

A equipe de Atenção Básica apresentou a Secretaria de Educação e gestores escolares os eixos do Programa Saúde na Escola, e os mesmos definiram como prioridade inicial as ações voltadas para promoção de saúde bucal, higiene pessoal e alimentação saudável, como um dos tópicos essenciais a serem discutidos com os escolares. A partir do contato inicial e do levantamento dos assuntos que eram essenciais a serem trabalhados na escola, foram

agendados encontros para a efetivação e delineamento das dinâmicas, visando à compreensão de todos, e a possibilidade de maior interação e aprendizado por todos. Foram utilizadas técnicas de metodologias ativas para atrair a atenção dos alunos e promover o entendimento por meio ludicidade.

### 3 DISCUSSÃO

Para a primeira atividade sobre alimentação, o grupo que contava com dois acadêmicos de nutrição, preparou um material ilustrativo de um “semáforo interativo”, onde era possível identificar e colar no painel conforme a indicação da cor do semáforo, alimentos que não eram saudáveis e deveriam ser evitados, alimentos que são saudáveis, mas se consumidos com moderação e alimentos saudáveis para o bom funcionamento do corpo não saudáveis”. O grupo dispunha de imagens aleatórias de alimentos variados e puderam correlacioná-las as suas respectivas cores do semáforo, de acordo com suas próprias concepções acerca da alimentação. (Figura 1).

**Figura 1** – Participação dos escolares na dinâmica do semáforo dos alimentos FONTE: Dados da pesquisa, 2023.



Finalizada a etapa anterior, os alunos prosseguiram pra próxima temática acerca da alimentação saudável onde era possível realizar uma análise sensorial através dos alimentos. A atividade contou com uma caixa com várias frutas e legumes, onde aleatoriamente e de forma individual a criança poderia tocar e cheirar o alimento para acertar o nome do alimento. A brincadeira construtiva continuava até que todas as crianças tinham participado pelo menos uma vez. Os discentes enfatizaram sobre as propriedades das frutas, verduras e legumes, incentivando o seu consumo e mostrando para eles os prejuízos que os produtos processados causavam.

A boa alimentação deve tornar-se, portanto, um hábito desde criança por toda a vida, pois é fundamental no desenvolvimento dela, por isso é preciso alertar sobre os benefícios que nos trará desde a infância. Sabemos que vários são os dispositivos para seduzir e convencer os consumidores, cerca de 2/3 dos anúncios de televisão que tratam da questão alimentação enfatizam, divulgam produtos industrializados, fastfoods, ultra processados lanches, bebidas e refeições prontas como refrigerantes, pizza, hambúrgueres e outros, por isso, a importância da educação alimentar e nutricional dentro do âmbito escolar, para enfatizar ainda mais a importância da alimentação saudável para toda vida. (ALVES et al., 2020).

A obesidade infantil pode ser considerada um dos grandes desafios do século XXI. Segundo a Organização Mundial de Saúde o problema é global e o excesso de peso vem crescendo de forma alarmante, principalmente em países de média e baixa renda nos grandes centros urbanos. Segundo um estudo da NCD publicado em 2017, atualmente há mais pessoas obesas do que abaixo do peso em todas as regiões do mundo, e mais de 120 milhões de crianças

apresentam quadro de obesidade. E por isso, a escola tem papel fundamental em dar seguimento ou ter efeito reverso no comportamento infantil no que diz respeito a alimentação saudável e prevenção da obesidade. (SOPERJ, 2021)

Para a atividade sobre higiene pessoal, os acadêmicos realizaram atividades lúdicas como o material “Amigos da higiene”, onde era possível relacionar os cuidados com a pele, cabelo, boca e corpo no geral, com os produtos de higiene pessoal como sabonete, creme dental, shampoo e escova de dente. Além disso, as crianças ouviram a música do Mundo Bitá “Xic, xic, xic”, que ao decorrer da letra ensina as partes do corpo humano que devem ser lavadas, contribuindo ainda mais para a participação dos mesmos. (Figura 3).

**Figura 3** – Participação dos escolares na dinâmica de higiene pessoal FONTE: Dados da pesquisa, 2023.



Desenvolver educação em saúde com as crianças sobre a temática da higiene desde bastante cedo, coopera para que os mesmos desenvolvam hábitos saudáveis, como escovação correta dos dentes, lavar as mãos, tomar banho, entre outros. Diante disso, eles previnem doenças que surgem em decorrência da higienização prejudicada. (HELDT et al., 2020).

É preciso propiciar o processo de ensino e aprendizagem com propostas inovadoras, lúdicas, divertidas e significativas, para que o aluno se aproprie do conhecimento científico a respeito do próprio corpo, sobre as condições de vida do local onde habita e sobre a importância de colocar em prática certos hábitos saudáveis que contribuirão definitivamente no cuidado com o corpo para toda vida. (PIEIRI, 2020).

No que tange as ações de saúde bucal, foram realizadas atividades lúdicas como “Amigos do dente e inimigos do dente” e “Escovação adequada”, com a demonstração de uma escovação e higienização bucal correta, utilizando um molde de uma boca e uma escova didática gigante. Mostramos a quantidade de creme dental necessária na escovação dos dentes, que deve acontecer em movimentos ondulares, não imprimir muita força para não machucar a gengiva, escovar a língua em movimento de varredura, sendo necessário no mínimo três minutos de escovação e uma frequência de pelo menos três vezes ao dia. Ainda destacamos a importância da utilização do fio dental na retirada de restos alimentares alojados em locais onde a escova dental não alcança e quais os alimentos são prejudiciais à saúde dos dentes e quais fortalecem os mesmos. Deixamos livre a participação de todos, porém a atividade suscitou grande agitação entre os participantes. (Figura 4)

**Figura 4** – Participação dos escolares na dinâmica de saúde bucal FONTE: Dados da pesquisa, 2023.



Particularmente, a idade pré-escolar, ou seja, a primeira infância, é um grupo prioritário de trabalho, principalmente na odontologia. Um dos motivos é o fato delas apresentarem alto risco à doença cárie. A prevalência da cárie precoce na infância mostrou-se um problema de saúde pública, onde o Ministério da Saúde brasileiro relatou que a doença afeta cerca de 50% das crianças de até 5 anos de idade e aos 12 anos, idade referência para a OMS, o índice de dentes cariados, perdidos devido à cárie e restaurados (CPO-D) foi 2,07. (SANTOS et al, 2012; LIMA et al, 2020).

Desta forma, é baseada na grande intervenção que o cirurgião-dentista possui no desenvolvimento cognitivo e afetivo das crianças e, cientes de que somos vistos como exemplos para o público infantil, que se preconiza, nesta proposta, o desenvolvimento de uma interação entre os acadêmicos e os pré-escolares em todas as ações de âmbito odontológico.

Além disso, ações educativas também foram realizadas com pais e professores. Os temas mais abordados no processo educativo contemplaram assuntos básicos como: importância da saúde bucal; relação saúde bucal e geral; hábitos alimentares – relação dieta/cárie; e hábitos de higiene pessoal.

O envolvimento de pais e equipe escolar é fundamental para que o programa atinja seu objetivo e obtenha êxito. Para isso, a propagação do saber é imprescindível. Não que os profissionais de saúde sejam portadores da verdade absoluta, uma vez que essa relação deve ser baseada no diálogo e na troca de experiências, havendo sempre uma ligação entre o saber científico e o saber popular. (SANTOS et al, 2012)

#### **4 CONCLUSÃO**

Diante da experiência vivenciada destacamos a importância da educação em saúde na escola voltadas para a promoção da saúde e prevenção de doenças, uma vez que as ações educativas apontaram para o entendimento, interesse, participação e relatos positivos dos escolares das atividades propostas. Portanto, considera-se que essas atividades compõem um pequeno início no aprendizado sobre hábitos saudáveis, visto que ações efetivas e duradouras devem ser realizadas de forma contínua e permanente, desde a primeira infância.

Acreditando-se que o ambiente escolar é um lugar propício para atividades de educação em saúde, é importante que profissionais de saúde e educadores escolares se fortaleçam ainda mais frente às ações direcionadas à comunidade, viabilizando repensar em alguns comportamentos e, assim, incentivando-os a mudar suas atitudes para toda vida.

#### **REFERÊNCIAS**

ALVES, G.M. et al. **A importância da alimentação saudável para o desenvolvimento**

**humano.** Persp. Online: hum & sociais aplicada., Campos dos Goytacazes, 27 (10) 46-62-2020.

CHEE.A. et al. **EDUCAFISIO - Projeto de extensão para promoção de saúde na escola Dom Pedro II: relato de experiência.** Revista Extensão & Cidadania, v. 11, n. 19, p. 130-145, jan./jun. 2023. DOI: 10.22481/recuesb.v11i19.12067.

HELDT, M.M. et al. **Atividade educativa na escola sobre higiene corporal e bucal: um relato de experiência.** *Salão Do Conhecimento*, 6(6). V.6.n.6(2020)

LIMA, L.H.G. et al. **Prevalência e severidade da cárie dentária em escolares do Ensino Fundamental de um município vulnerável.** Rev Odontol UNESP. 2020;49:e20200063.

PIEIRI, A.S. **Higiene e saúde na escola.** REVISTA DE FORMAÇÃO E PRÁTICA DOCENTE n. 3, 2020, pp. 44-53, Teresópolis - ISSN 2358-9485

SANTIAGO, L.M. et al. **Implantação do Programa Saúde na Escola em Fortaleza-CE: atuação de equipe da Estratégia Saúde da Família.** Rev Bras Enferm, Brasília 2012 nov-dez; 65(6): 1026-9.

SANTOS, K.T. et al. **Saúde bucal nas escolas: relato de experiência.** Rev. Ciênc. Ext. v.8, n.1, p.161-169, 2012.

SOPERJ – Sociedade de Pediatria do Estado do Rio de Janeiro. **Obesidade e alimentação escolar.** Disponível em < <http://soperj.com.br/obesidade-e-alimentacao-na-escola/>> . Acesso em: 26 de julho.2023.

YOKOTA, R.T.C. et al. **Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”:** **comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil.** Rev. Nutr., Campinas, 23(1):37-47, jan./fev., 2010.