



CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DOS EXERCÍCIOS RESPIRATÓRIOS NA SAÚDE INFANTIL: O PAPEL DA FISIOTERAPIA NA EDUCAÇÃO BÁSICA

SÉRGIO LOPES ESTRELA; LAIS CUNHA DE SOUZA; FABIANO PONTES CORREA;
HARIEL SOARES SOUSA SILVA; HELLEN GONÇALVES JERÔNIMO DA SILVA

Introdução: A conscientização sobre a importância dos exercícios respiratórios na educação básica é fundamental para promover a saúde e o bem-estar das crianças. A prática de exercícios respiratórios não só melhora a função pulmonar, mas também contribui para o desenvolvimento emocional e cognitivo dos alunos, criando um ambiente escolar mais saudável e produtivo. **Objetivo:** Este estudo visa investigar como a conscientização sobre exercícios respiratórios pode impactar a qualidade de vida de crianças na educação básica, promovendo hábitos saudáveis desde cedo. **Metodologia:** Realizou-se uma revisão bibliográfica sistemática em artigos disponíveis nas bases SciELO e PubMed, publicados entre 2013 e 2024. Foram selecionados estudos que abordam relação entre fisioterapia, exercícios respiratórios e saúde infantil, focando na conscientização e benefícios para crianças na educação básica. **Resultados:** Os resultados indicaram que a prática regular de exercícios respiratórios entre crianças está associada a uma série de benefícios, incluindo melhorias na capacidade pulmonar, redução da ansiedade e estresse, aumento da concentração e melhor desempenho na aula. Além disso, os estudos ressaltaram a importância da intervenção fisioterapêutica nas escolas para promover esses exercícios, evidenciando que as crianças que participaram de programas de conscientização apresentam maior interesse em manter hábitos saudáveis. **Conclusão:** A inclusão da fisioterapia nas escolas é essencial para fomentar a conscientização sobre exercícios respiratórios entre crianças da educação básica. A prática desses exercícios não apenas melhora a qualidade de vida dos alunos, mas também contribui para o bem-estar emocional e físico. Promover essa conscientização é fundamental para cultivar um ambiente escolar saudável e estimulante, capacitando as crianças a se tornarem adultos mais responsáveis em relação à sua saúde.

Palavras-chave: **CONSCIENTIZAÇÃO; FISIOTERAPIA; PULMONAR; EDUCAÇÃO; CRIANÇAS**