

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE NAS ESCOLAS**

**Saúde**

**Coordenador da atividade: Carmen Justina GAMARRA<sup>1</sup>**  
**Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA)**

**Autores: Derlis ZOILAN<sup>2</sup>; Olga MOSQUERA<sup>3</sup>.**

### **Resumo**

Nesse projeto de extensão, entende-se que a promoção da saúde, possibilita que o indivíduo e a comunidade controlem sua saúde por meio da educação. Estimulando a formação de futuros cidadãos capazes de prevenir e enfrentar os problemas de sua saúde de forma mais autônoma. O objetivo do projeto é resgatar, revisar e, discutir informações básicas da saúde, que possam contribuir para a redução de doenças ou problemas de saúde na comunidade escolar. O projeto é desenvolvido em escolas municipais de Foz do Iguaçu. Como metodologia foi utilizada a troca de informações do dia a dia, sobre os hábitos saudáveis, através, de atividades recreativas, que permitem a troca de informações e construção de estratégias simples, que ajudem os próprios alunos a promoverem sua saúde, tornando-os propagadores de hábitos saudáveis na comunidade escolar, na família e na comunidade. Embora, os resultados a curto prazo não possam ser medidos, é visualizado que, durante o desenvolvimento do projeto, há potencial para adquirir e reproduzir informações capazes de promover mudanças positivas nos alunos e no ambiente. Sendo que, os objetivos do projeto foram cumpridos em todas as ações realizadas, incentivando os alunos a participarem e serem protagonistas de sua saúde e do grupo. Afim de disseminar essas informações com pessoas em sua volta, com vivências em diferentes contextos sociais. O projeto e seus participantes estão contribuindo com sua responsabilidade para a sociedade na mudança recíproca de promoção da saúde e educação.

**Palavra-chave:** Promoção da saúde; hábitos saudáveis; educação em saúde.

---

<sup>1</sup> Carmen Justina Gamarra, vínculo (servidor docente), saúde coletiva.

<sup>2</sup> Derlis Gustavo Adolfo Duarte Zoilán, vínculo (aluno), saúde coletiva.

<sup>3</sup> Olga Lucia Mosquera Conde, vínculo (aluno), saúde coletiva.

## **Introdução**

A Organização Mundial da Saúde, na Carta de Ottawa, define que a promoção da saúde "consiste em fornecer às pessoas os meios necessários para melhorar a saúde e exercer maior controle sobre ela", promovendo mudanças no estilo de vida, através de ações focadas na prevenção de doenças.

Segundo dados da OMS, "63% das mortes no mundo são devidas às doenças cardíacas, câncer, doenças respiratórias e diabetes" (WHO, 2013, p. 2). São doenças crônicas, que estão diretamente relacionadas à pouca atividade física, hábitos alimentares, alcoolismo, tabagismo, etc. Comportamentos estes, adquiridos durante a infância ou adolescência

É importante ressaltar que a implementação de ações de saúde no ambiente escolar pode facilitar o processo de conscientização, melhorar a assimilação e a capacidade da tomada de decisões e, conseqüentemente, aliviar a vulnerabilidades na infância e adolescência.

No projeto de extensão entende-se que a promoção da saúde, possibilita que o indivíduo e a comunidade controlem melhor sua saúde por meio da educação, capacitando-os para serem futuros cidadãos, prevenidos e, enfrentando seus próprios problemas de saúde desde o ambiente em que vivem, de maneira autônoma. O objetivo do projeto é resgatar, analisar e discutir informações básicas de saúde que possam contribuir para a redução de doenças ou problemas de saúde na comunidade escolar. Estas, realizadas através de atividades educacionais e de lazer, reforçando informações básica de saúde na escola no nível primário. Abordando questões relacionadas com o exercício físico, higiene, hábitos saudáveis, entre outros, para que desta forma possa haver uma mudança no estilo de vida em crianças, prevenindo futuras doenças.

## **Metodologia**

Trata-se de um projeto de extensão Universitário cujas ações visam promover a conscientização sobre estilos de vida saudáveis em crianças, por meio, da educação e promoção da saúde nas escolas primárias no Município de Foz do Iguaçu. Essas crianças, por sua vez, são preparadas e incentivadas a atuarem como propagadores de informações em

toda a escola, família e comunidade. O projeto é realizado desde o ano de 2015, por alunos e professores da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA), localizada em Foz do Iguaçu-PR. Já foi aplicado em seis escolas primárias da cidade favorecendo assim, a articulação entre ensino e extensão. Para o desenvolvimento do projeto foi escolhida a Escola Municipal Erico Veríssimo, localizada no bairro Jd. São Paulo II. Onde, o diretor da escola mostrou interesse, para que a equipe de trabalho desenvolvesse o projeto, correspondente ao segundo semestre do ano de 2018.

O projeto foi desenvolvido com alunos da 3ª série do 3º período matutino. Realizado por 26 crianças, meninos e meninas, e a professora do grupo. As atividades foram realizadas nas sextas-feiras, das 10h às 11h. Todos os alunos do curso participaram das atividades. Para escolher os temas, a diretora da escola e a professora do grupo, apresentaram os tópicos que consideravam importantes para compartilhar com os alunos, os temas principais eram alimentação saudável, atividade física e a importância das vacinas como tema central.

No planejamento macro do projeto, propõe-se, realizar um cronograma, identificando datas e atividades, objetivo, materiais e metodologia. É realizada uma atividade lúdica por cada encontro, que contém introdução, desenvolvimento e uma conclusão. Logo, é escolhido um nome para a turma, com objetivo de empoderar as crianças a participarem, além de um crachá como forma de identificação para usarem durante as atividades, e no encerramento um certificado de participação do projeto.

### **Desenvolvimento e processos avaliativos**

Um cronograma de atividades foi criado, em conjunto com a diretora e professora da turma. Realizando uma comparação dos temas propostos pela equipe e complementando o aprendizado do programa escolar. Através de uma metodologia de acordo com a idade das crianças. Foram realizadas atividades preliminares com os alunos, onde desenhavam o que entendiam por hábitos saudáveis e não saudáveis, afim de fazer uma comparação entre o primeiro dia do encontro com o último, já que no último encontro o mesmo procedimento seria realizado, e assim comparado, com o que se aprendeu no desenvolvimento do projeto. Na primeira atividade é observado que os desenhos das crianças foram realizados por comida, em geral frutas e legumes. Na segunda parte, no encerramento as crianças desenharam frutas, legumes, atividade física, água potável, vacinas e colocando-as vacinas a seus familiares.

Para o desenvolvimento foi realizado um primeiro encontro de apresentação e apropriação do projeto no qual foram mostradas as ações realizadas anteriormente em outras escolas, atividades para identificar as bases de conhecimento acerca dos hábitos saudáveis. Onde houve uma chuva de ideias para escolher o nome que representa o grupo durante o desenvolvimento e a socialização do projeto, além da entrega do termo de autorização para a imagem e voz, que é assinado pelos cuidadores dos alunos.

A segunda atividade foi a “caixa mágica”, que tem finalidade de mostrar a importância da alimentação saudável e sua inserção na dieta diária. Realizada uma palpação e degustação de diferentes tipos de frutas com olhos vendados. Foi entregue uma carteira de identidade com nome do participante, nome do grupo e das instituições envolvidas. A terceira atividade foi a importância da atividade física, a qual foi desenvolvida por meio de um jogo de dados. Quando a criança pulava num quadrinho que tinha uma marca, fazia uma atividade física acompanhada do seu grupo. A quinta atividade consistia em mostrar por meio de um jogo como era a transmissão das doenças transmissíveis, e como podem-se prevenir as doenças não transmissíveis. A sexta atividade foi desenvolvida em uma atividade coordenada pela escola, onde os alunos da turma mostraram para os colegas a “caixa mágica” e sua importância, exercendo seu papel de disseminadores, referente às informações abordadas durante o desenvolvimento do projeto. No sétimo encontro foi apresentado um fantoche, que mostrava duas crianças falando sobre a importância das vacinas, e este já convidava as crianças a se vacinarem. Para finalizar o projeto se fez uma socialização dos resultados do projeto, entregando o certificado de participação do projeto e um brinde, dado como um incentivo e agradecimento pela participação.

A comunidade acadêmica participou da realização do projeto com um estande no encerramento do ano letivo. Às 26 crianças que participaram do projeto, foram os propagadores de informações, para professores, técnicos, alunos, participantes desta atividade. Avaliando o projeto com uma ação de grande impacto, devido ao modo didático que os temas propostos foram apresentados. Após foi realizado um feedback, com a diretora da escola e da professora, sobre os resultados das ações. Onde, foi ressaltado o fato das crianças terem atualizado o cartão de vacinação.

**Foto 1:** Apresentação da importância das vacinas, 2018.

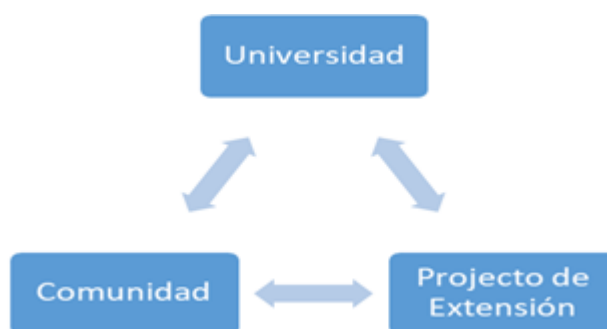


**Fonte:** equipe de trabalho do projeto.

O desenvolvimento do projeto gera conhecimento sobre a organização, implementação e desempenho das atividades com a comunidade, as crianças conseguem trazer a discussão dos temas, as realidades que as comunidades vivem, o cotidiano, e participam das propostas para melhorar algumas ações. O impacto para as crianças foi percebido no desenvolvimento de todo o projeto, uma situação que os prepara como futuros cidadãos promulgadores de saberes e ações em suas famílias, comunidade e coletivo

O ensino superior é construído com a participação plena do aluno, ele é incentivado em conhecer as realidades sociais que afetam ou favorecem a sociedade, nesse sentido, é importante que os alunos interajam com seus conhecimentos ativamente com a comunidade e a comunidade com a universidade. Nessa interação forma-se um círculo de conhecimento como é mostrado na figura 1.

**Ilustração 1:** Interação do Projeto de Extensão.



**Fonte:** elaboração própria.

## Considerações Finais

O projeto de extensão em saúde nas escolas visa compartilhar o conhecimento da promoção da saúde nas escolas municipais, incentivando as crianças a ser multiplicadores do conhecimento, das práticas saudáveis realizadas no dia a dia e, que durante o projeto reforçam a aplicá-las, seja esta, de forma individual e coletiva, na família e na comunidade.

Ao realizar a avaliação final a equipe de trabalho, concluiu que os objetivos foram plenamente atingidos, gerando resultados que, embora não tenham grande impacto no curto prazo, ajudam durante a vida das crianças, contribuindo com uma parcela para a sociedade, educando-os futuros cidadãos responsáveis pela sua saúde e do coletivo.

O projeto de extensão como ferramenta para a prática e troca recíproca de conhecimentos e experiências torna-se um instrumento que permite a interação entre a universidade e a comunidade. A extensão ajuda a desenvolver habilidades práticas de comunicação e educação em saúde nos diferentes campos, que permitem aplicar os conhecimentos teóricos aprendidos em sala de aula e, permite enfrentar os reais desafios profissionais que, em grande medida, podem ajudar a criar um caráter humanizado e profissional ético, e a coleção de experiências que podem fortalecer na construção de um profissional e atitudes de alunos de graduação, favorecendo assim a articulação entre ensino e extensão

Concluindo-se assim, que os objetivos foram alcançados, tendo como referencial a discussão de dois processos e resultados. Ressaltando os ganhos acadêmicos e o grau de alteração do problema

## Referências

- FREIRE, Paulo. *Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. Editora Paz e Terra, São Paulo, 1997. Disponível em: <https://pedagogiaaopedaletra.com/pedagogia-da-autonomia-saberes-necessarios-a-pratica-educativa/>. Acesso em: 21 mar. 2019.

-OMS. **Plan de acción mundial para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles 2013-2020**. pág. 2, 6 de maio. 2013. Disponível em: [http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA66/A66\\_9-sp.pdf](http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA66/A66_9-sp.pdf). Acesso em: 21 mar. 2019.