

EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ESCOLA: ORIENTAÇÕES PARA HIGIENE DAS MÃOS E ALIMENTOS

KAUANA FERREIRA ULGUIM¹; VITÓRIA TUNES MADRUGA²; ELUZA DA MOTA RAMOS³; TANIELY DA COSTA BÓRIO⁴; ESTEFÂNIA DE OLIVEIRA DUTRA⁵; RUTH IRMGARD BARTSCHI GABATZ⁶.

¹Universidade Federal de Pelotas – kauanaulguim@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – vikatmadruga@yahoo.com.br

³Universidade Federal de Pelotas – Eluza_pel@yahoo.com.br

Universidade Federal de Pelotas – tanielydacb@hotmail.com

Universidade Federal de Pelotas – fanidutra@gmail.com

Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas – r.gabatz@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a Anvisa (2016) as mãos constituem-se em uma das principais formas de transmissão de microrganismos, sendo sua lavagem uma medida simples de controle das infecções, pois diminui a contaminação cruzada em adultos e crianças.

A higienização das mãos e dos alimentos é essencial para manter o controle microbiológico e a redução de microrganismos, sendo que a falta desta pode causar desconfortos indesejáveis como diarreias, vômitos, mal-estar e até mesmo infecções, caso haja contaminação. Por isso, deve-se orientar as pessoas a higienizar os alimentos antes de consumi-los, além da lavagem correta das mãos, um método simples e prático, que proporciona inúmeros benefícios, para o bem estar próprio e conjunto.

Assim, considerando a importância da higienização dos alimentos e das mãos para prevenção de doenças e promoção da saúde, pois a educação em saúde para crianças é imprescindível para adoção de hábitos mais saudáveis. A facilidade de aprendizagem das crianças, propicia uma prática inserção do tema no ambiente escolar, possibilitando assim, o aprendizado acerca de temas em relação a saúde, proporcionando uma maior consciência do autocuidado e uma melhor qualidade de vida. Para tanto, a educação em saúde constitui um conjunto de saberes e práticas orientados para a prevenção de doenças e promoção da saúde (Costa & López, 1996).

Um dos agentes de promoção de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis é a escola, funcionando como um importante locus de desenvolvimento cognitivo da criança e irradiador dos canais de informações entre família, escola e comunidade (U. S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, 2001 apud FERNANDEZ; SILVA, 2008).

¹ Acadêmica de Nutrição. 5º semestre. Kauana Ferreira Ulguim. Universidade Federal de Pelotas.

² Acadêmica de Nutrição. 5º semestre. Vitória Tunes Madruga. Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande Do Sul, Brasil.

³ Acadêmica de Nutrição. 5º semestre. Eluza da Mota Ramos. Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande Do Sul, Brasil.

⁴ Acadêmica de Enfermagem. 7º semestre. Taniely da Costa Bório. Universidade Federal de Pelotas.

⁵ Acadêmica de Enfermagem. 8º semestre. Estefânia de Oliveira Dutra. Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande Do Sul, Brasil.

⁶ **Docente** da Faculdade de Enfermagem. Doutoranda. Ruth IrmgardBartschiGabatz. Universidade Federal de Pelotas.

Este trabalho visa apresentar o relato de experiência de um grupo de acadêmicas da Faculdade de Enfermagem e da Faculdade de Nutrição, que através do Projeto Aprender/ Ensinar Saúde brincando, atuaram realizando educação em saúde em uma escola de ensino fundamental, do município de Pelotas, com crianças de uma turma de primeiro ano, com idades entre sete e oito anos.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma atividade de educação em saúde, abordando o tema “Higiene dos Alimentos e das Mãos”, realizada por um grupo de acadêmicas da Faculdade de Enfermagem e da Faculdade de Nutrição, primeiro semestre de 2016. A atividade ocorreu em uma escola pública de ensino fundamental do município de Pelotas, com uma turma de primeiro ano, composta por meninas e meninos, de 7 a 8 anos de idade.

Durante a atividade as acadêmicas utilizaram jalecos e adereços (como tiaras, óculos e colares), para tornar a atividade mais lúdica e atrativa para as crianças. Foram realizadas duas atividades, ambas utilizando imagens que ilustravam alimentos saudáveis e não saudáveis. A primeira consistia em uma orientação sobre a lavagem das mãos, com demonstração e orientação sobre a maneira correta de como ser feita; a segunda, consistia em, após as crianças serem instruídas sobre a importância da higiene dos alimentos, fazerem pinturas de imagens de alimentos.

Antes da realização das dinâmicas, perguntava-se às crianças se sabiam sobre o assunto e após complementava-se o que elas haviam dito, se necessário.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao atuar com crianças, é necessário proporcionar um conteúdo atrativo, que permita captar a atenção das crianças. Durante as atividades, percebeu-se que todos participaram e demonstraram interesse, muitos trazendo relatos de vivências que tiveram em sua casa.

Buscou-se valorizar o conhecimento que as crianças traziam, incentivando que levassem para casa os ensinamentos que estavam sendo passados para elas, com o objetivo de disseminá-los.

Trabalhar a educação em saúde com crianças, nas séries iniciais, auxilia melhores resultados, pois como estão passando por uma fase de formação de consciência, estão mais propensas a mudanças e formação de hábitos, podendo levar essa transformação do conhecimento para sua casa, tornando-se assim, propagadores de informações e conhecimento.

Meninas inserir aqui um parágrafo explicando como a atividade ocorreu!!!

O objetivo de levar aos escolares conhecimento sobre a importância da higiene dos alimentos e das mãos, foi alcançado. Com isso, espera-se que eles reproduzam as informações aprendidas e apliquem o conhecimento adquirido em sala de aula, em suas vidas.

4. CONCLUSÕES

O tema da higiene de mãos e alimentos nem sempre é tratado entre as crianças, apesar destas serem as mais afetadas por doenças e/ou infecções ligadas a falta dessa. O objetivo do Projeto Aprender/ Ensinar Saúde brincando, de levar saúde às crianças, de forma lúdica e dinâmica, certamente foi alcançado, mostrando a eficiência do uso do brinquedo na aprendizagem.

Assim, destaca-se a importância do uso de atividades lúdicas para educação em saúde, como forma de difundir conhecimento em outros cenários e populações escolares, permitindo abranger o maior número possível de crianças, nos mais diversos lugares.

É muito gratificante ter a oportunidade de dar um retorno à comunidade, através das atividades de educação em saúde realizadas com as crianças. Portanto, teve-se a chance de transmitir um pouco do conhecimento que as acadêmicas obtiveram durante a sua formação e começar a contribuir durante a graduação.

Em suma, todas as práticas foram realizadas com êxito, possibilitando o aprendizado das crianças e favorecendo o crescimento pessoal e profissional dos acadêmicos, além do exercício da interdisciplinaridade na promoção da saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FERNANDEZ, P.M.; SILVA, D. O. Descrição das noções conceituais sobre os grupos alimentares por professores de 1ª. a 4ª. série: a necessidade de atualização dos conceitos. **Ciência & Educação**, v. 14, n.3, 2008, p.451-466.

COSTA, M.; LÓPEZ, E. **Educación para la salud**. Madrid: Pirámide, 1996. p.25-58.

ANVISA. Higienização de mãos em serviço de saúde. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/hotsite/higienizacao_maos/higienizacao.htm>