

## Educação em saúde para escolares: conhecer para prevenir

*Education in health for schoolchildren: to know in order to prevent*

Letícia Alves de Aguiar<sup>1</sup>  
Mariane Bruna da Silva Mendes<sup>2</sup>  
Mayara Danielle Fonseca Lima<sup>3</sup>  
Patricia Magnabosco<sup>4</sup>

### RESUMO

Este relato tem como objetivo descrever a experiência e a importância de um projeto de extensão desenvolvido por alunos e professores da Universidade Federal de Uberlândia em parceria com uma escola estadual da cidade em 2018. Relata como foram desenvolvidas as atividades de educação, promoção e prevenção em saúde para os escolares<sup>5</sup>. Descreve a metodologia da intervenção e quais os instrumentos utilizados para a abordagem dos temas. Os temas abordados incluem as principais doenças cardiovasculares como a hipertensão arterial e infarto agudo do miocárdio, *Diabetes Mellitus*, acidente vascular encefálico e o uso de álcool e drogas. Obtivemos como resultados a desmistificação de construções culturais e esclarecimento de dúvidas dos temas abordados, o que gerou interesse e participação dos escolares nas atividades realizadas. Concluimos que é de suma importância facilitar o conhecimento dos jovens sobre as doenças cardiovasculares na intenção de promover, prevenir e proteger a saúde, pois esses podem evitar ou remediar condições crônicas futuras.

**Palavras-chave:** Doenças cardiovasculares. Educação em saúde. Promoção da saúde. Adolescentes.

### ABSTRACT

This report aims to describe the experience and importance of an extension project developed by students and professors of the Federal University of Uberlândia in partnership with a public school in the city of Uberlândia, in 2018. It reports how the activities of education, promotion and health prevention for schoolchildren were developed. It describes the methodology of intervention and the instruments used to approach the topics. The topics addressed include the major cardiovascular diseases such as high blood pressure, acute myocardial infarction, *Diabetes Mellitus*, strokes and the use of alcohol and drugs. We obtained positive and negative results, although it was possible to demystify cultural constructions, clarifying doubts, which generated interest in the topics addressed. We concluded that it is of the utmost importance to facilitate the knowledge of young people

---

<sup>1</sup> Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil (leticia.ada@hotmail.com).

<sup>2</sup> Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil (mariane.bruna@hotmail.com).

<sup>3</sup> Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil; membro do Grupo de Pesquisa em Saúde Cardiovascular (limamaya@hotmail.com).

<sup>4</sup> Doutora em Enfermagem Fundamental pela Universidade de São Paulo, Brasil; professora da Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil (patriciamagnabosco@hotmail.com).

<sup>5</sup> Foram desenvolvidas atividades sobre a temática, visando à promoção e prevenção de saúde, e não houve coleta de dados individuais do público participante, dispensando a submissão ao comitê de ética.

about cardiovascular diseases in order to promote, prevent and protect health, as these can prevent or remedy future chronic conditions.

**Keywords:** Cardiovascular diseases. Health education. Health promotion. Adolescents.

## INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por cerca de 70% das mortes mundialmente, somente em 2016 ocorreram 41 milhões de óbitos, destes, 44% foram causadas por doenças cardiovasculares (DCV), sendo 17,9 milhões de óbitos, o que evidenciou um grave problema de saúde pública global, devido ao seu alto grau de morbimortalidade e incapacitância (WHO, 2018).

O abuso de álcool e drogas se traduz em outra temática de grande relevância mundial, devido a sua contribuição como fator de risco para o desenvolvimento de DCV. Além dos danos sociais, psíquicos e à saúde, as drogas causam alterações no nível de consciência, expondo o indivíduo a situações de risco como violência, ilusão de invulnerabilidade, sexo desprotegido, compartilhamento de seringas, e outros materiais que podem transmitir as infecções sexualmente transmissíveis (IST), como o HIV/AIDS e hepatites B, C e D (FERGUSON, 1996 CAMARGO, 2006).

Os adolescentes constituem um grupo prioritário para promoção da saúde, porque se trata de uma época de grandes transformações, e que os jovens estão vulneráveis e expostos aos riscos extrínsecos (família, amigos e comunidade) e intrínsecos (emocionais, cognitivas, físicas, sociais e hormonais), que podem influenciar ou acarretar o início do consumo de substâncias psicoativas.

No período de transição entre a infância e a vida adulta, ocorre o aumento da independência e autonomia em relação à família, juntamente com a necessidade de vivenciar novas experiências e possíveis mudanças no estilo de vida, que podem propiciar fatores de risco para a saúde, como o aumento de acidentes, violências, e a contribuição para o desenvolvimento de DCNT, a exemplo as DCV, diabetes e cânceres (MALTA *et al.*, 2011).

Diante da necessidade de promover a articulação das políticas voltadas para adolescentes e jovens, foi instituído em 2003 o projeto “Saúde e Prevenção nas Escolas” (SPE), uma iniciativa do Ministério da Saúde (MS), como proposta de integração dos sistemas de saúde com a escola (BRASIL, 2006). Dessa forma, foram priorizadas temáticas voltadas para a

educação sexual, reprodutiva, IST e gravidez não planejada, visando à redução da vulnerabilidade desse público por meio das ações de educação em saúde (BRASIL, 2006).

O trabalho de extensão universitária propicia, além do aprendizado dos conteúdos curriculares, a formação a partir da vivência dos acadêmicos em contato direto com o público. Estudos comprovaram que a aplicação de estratégias de educação em saúde é um importante dispositivo para estimular mudanças no estilo de vida e reduzir eventos adversos cardiovasculares (MACHADO, 2016).

Considerando a importância da colaboração dos hábitos de vida na morbimortalidade das DCNT e a relevância do trabalho com a população jovem na educação e adesão de hábitos saudáveis, este estudo objetiva-se em oferecer o contato e preparo dos acadêmicos do curso de Enfermagem, estando eles assim capacitados para atuar no mercado de trabalho e atender as necessidades da população, e também propiciar aos alunos da escola maior conhecimento e conseqüentemente maior adesão aos hábitos de vida saudáveis, promovendo a prevenção das DCV e colaborando para sua melhor qualidade de vida.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, desenvolvido por meio do projeto de extensão intitulado “Educação em Saúde para adoção de hábitos de vida saudáveis entre escolares: prevenção e promoção das doenças cardiovasculares”, executado pelos discentes e docentes membros da Liga MultiCardio, uma liga multidisciplinar voltada para a promoção, prevenção e proteção à saúde cardiovascular.

O desenvolvimento das atividades ocorreu mediante autorização prévia da diretora e alunos para divulgação dos resultados obtidos com a pesquisa no período de julho a novembro de 2018. Compôs o público alvo, três turmas de estudantes do 8º ano composta por 30 alunos cada, totalizando 90 alunos envolvidos na dinâmica ao final.

As atividades educativas ocorreram às terças feiras, no período da tarde, com duração média de 50 minutos para cada turma em dias diferentes. Foram utilizados meios lúdicos e dinâmicas interativas como forma de adequar ao público. Os temas abordados foram: álcool e drogas e suas conseqüências na saúde; protagonismo juvenil na saúde e as principais doenças cardiovasculares.

## **Álcool e drogas e suas consequências na saúde**

Essa atividade utilizou como estratégia didática a aula expositiva dialogada, por meio de dinâmicas educativas para elucidar a temática proposta. Foi estruturada em dois momentos, sendo o primeiro deles, uma dinâmica intitulada “caixinha da saúde”. Nela pretendia-se abordar questões relacionadas aos efeitos deletérios do consumo indiscriminado do álcool e drogas em curto e longo prazo, na qual enfatizou as consequências no sistema hormonal e nos principais órgãos afetados: coração, esôfago, fígado e cérebro. O segundo momento contou com a execução da dinâmica “indução ao erro”. Tal atividade foi idealizada para criar um momento de reflexão entre os envolvidos, a fim de fomentar a capacidade autocrítica e conscientizá-los sobre os riscos existentes.

## **Protagonismo juvenil na saúde**

Esse tema foi abordado utilizando a conceituação da temática e conteúdo trabalhado. Posteriormente ocorreu uma aula expositiva dialogada: sobre os três níveis da atenção à saúde (primário, secundário e terciário); princípios do Sistema Único de Saúde (SUS): universalidade, equidade e integralidade; Artigo 7º do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que garante direito à Vida e à Saúde. Finalizou-se com a elaboração de três questionamentos reflexivos a serem respondidos pelos alunos: “Como é a saúde que tenho?”; “Como é a saúde que quero ter?”; “O que preciso fazer para atingir a saúde que quero ter?”.

## **Principais doenças cardiovasculares**

A abordagem desse tema ocorreu por meio de dinâmica em grupo. Dividiu-se a turma em quatro grupos (I, II, III, IV), e cada grupo ficou responsável por uma DCV específica. As doenças selecionadas foram: (I) hipertensão arterial; (II) infarto agudo do miocárdio; (III) diabetes e (IV) acidente vascular encefálico.

A dinâmica possuiu quatro perguntas a serem respondidas por todos, com exceção da segunda questão, na qual cada grupo escreveu sobre a doença correspondente ao seu número.: 1ª O que é DCV?; 2ª O que é: (I) hipertensão arterial, (II) infarto agudo do miocárdio, (III) diabetes e (IV) acidente vascular cefálico?; 3ª Quais os sintomas?; 4ª Quais as formas de prevenção?

Após responderem as perguntas sobre sua patologia específica, colaram as respostas no quadro. Em seguida, a mesa ao lado continha os sintomas para que cada grupo relacionasse com a DCV estabelecida a priori, explicando logo após, as formas de prevenção. Ao final da dinâmica, os acadêmicos responsáveis pela atividade esclareceram todas as dúvidas dos escolares, corrigindo erros e destacando a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis para a prevenção das DCV.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O desenvolvimento desse projeto de extensão foi idealizado a partir da necessidade de ampliar a educação em saúde dos muros da universidade para a comunidade. Desse modo, a escolha pelo público de escolares aconteceu mediante o fato de eles serem os principais agentes para difundir o conhecimento adquirido para o meio extraclasse, compreendido por amigos, familiares, comunidade no geral, além de ser essa a população com altas taxas de vulnerabilidade e exposição aos riscos deletérios à saúde.

Os docentes e discentes da Liga MultiCardio idealizaram abordar as temáticas referentes à educação em saúde com ênfase na saúde cardiovascular, sendo esse um fator preocupante quanto à prevalência e incidência de DCV, a qual pode ser facilmente evitada por meio da adoção de hábitos de vida saudável.

Para a execução do projeto foi fundamental a interlocução e apoio entre a escola pública escolhida e o professor responsável pela disciplina de Biologia, membro do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), programa esse do qual uma das discentes da Liga também fazia parte. Por conta disso, foi possível contatar esse professor, o qual identificou nas propostas desse trabalho a possibilidade de aprimorar não só o conhecimento de seus alunos, mas também em colaborar para o interesse e o despertar da aptidão para a docência entre discentes da Liga MultiCardio.

Nesse contexto, as atividades práticas desenvolvidas foram inseridas na disciplina de Biologia como atividade extracurricular, sendo ela realizada somente em período de aula dessa disciplina específica, tendo o professor responsável a função de mediador dos alunos quando necessário. Desse modo, as temáticas a) álcool e drogas e suas consequências na saúde, b) protagonismo juvenil na saúde, e c) principais doenças cardiovasculares, foram trabalhadas

em três encontros distintos, com todos os estudantes do 8º ano do ensino fundamental, totalizando 90 alunos.

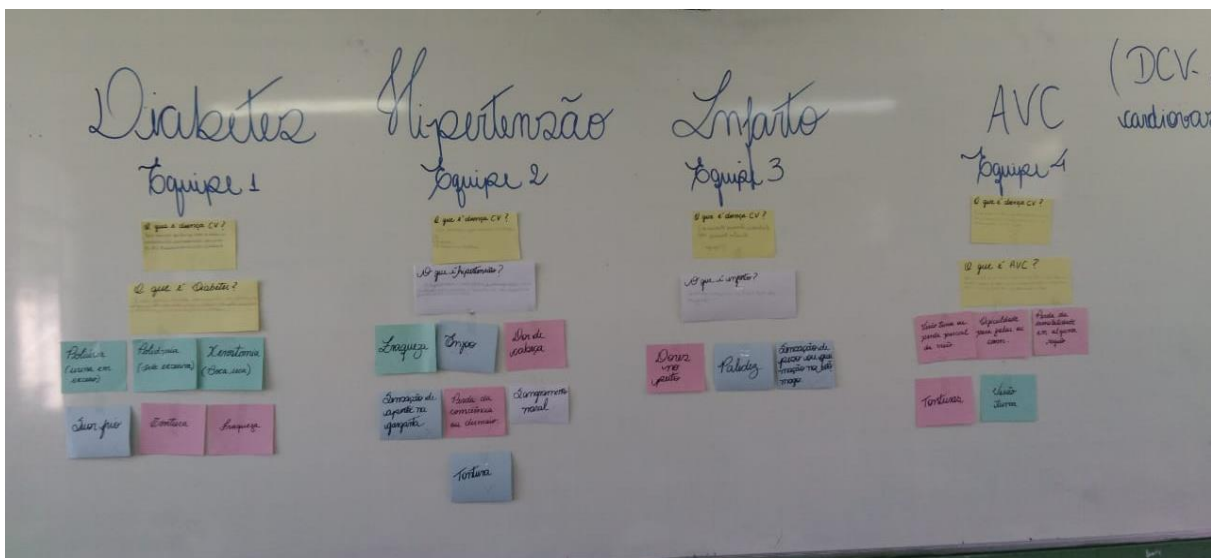
No primeiro encontro, foi abordada a temática “álcool e outras drogas e suas consequências na saúde”, esse momento foi marcado pelo anseio entre a dupla de discentes responsável por sua condução, o objetivo inicial era discutir o tema por meio da abordagem lúdica das dinâmicas propostas, no entanto, houve muita dispersão e conversas paralelas na primeira turma em que essa temática foi trabalhada, resultando em uma maior demanda de tempo para manter/resgatar a atenção dos alunos, sendo necessário interromper a dinâmica intitulada “caixinha da saúde”, e readequar o seu conteúdo informativo para ser trabalhado, utilizando como recurso visual o quadro negro, somente foi possível desenvolver a dinâmica de caráter reflexivo para o encerramento, intitulada “indução ao erro”. Nas turmas subsequentes o mesmo problema foi observado, sendo adotada a mesma readequação feita na primeira turma, no entanto, em função do tempo da última aula ser reduzido, não foi possível realizar a dinâmica “indução ao erro” para a última turma do dia. Embora tenha acontecido tais imprevistos vinculados à necessidade de reorganização das atividades, a mensagem central dessa abordagem conseguiu ser passada, a qual se destinava fomentar a capacidade autocrítica e conscientização acerca dos riscos extrínsecos (família, amigos, escola e comunidade) e intrínsecos que influenciam o início do consumo de drogas lícitas e ilícitas na adolescência, e os malefícios da dependência química, ajudando-os a reduzirem os riscos e manterem comportamentos saudáveis.

O segundo encontro foi mediado pela mesma dupla de discentes que iniciou as abordagens, dessa vez com maior confiança por já conhecerem o perfil das turmas, com a condução da temática “protagonismo juvenil na saúde”, que foi abordada utilizando a mesma estratégia readequada no primeiro encontro, desse modo realizou-se uma dinâmica para testar o conhecimento prévio dos alunos e posteriormente a utilização do quadro negro para elencar os assuntos abordados. Nesse encontro, observou-se que a maioria dos alunos desconhecia seus direitos e deveres referentes à saúde, assim como os serviços de saúde disponíveis em seu bairro e a complexidade de atendimento de cada um. Esse foi um dos momentos mais proveitosos, no qual além de ser possível realizar a disseminação do conhecimento, com poucas interferências, também possibilitou a interação entre os pares, por meio de relatos dos próprios alunos. Além disso, também foi possível, por meio das experiências deles, coletar

informações acerca da melhor metodologia de aula que gostariam de ter, sendo uma sugestão deles a execução de dinâmicas que envolvam equipes e critérios de pontuação.

O último encontro trabalhou a temática “principais doenças cardiovasculares”, com uma nova dupla de discentes, as quais foram previamente informadas das experiências dos encontros anteriores, de modo a possibilitar um melhor aproveitamento do tema e conhecimento do perfil dos alunos. Essa foi uma abordagem tranquila de ser conduzida. A metodologia aplicada foi bem aceita entre os alunos, os quais gostaram de trabalhar o assunto com a separação de equipes na sala. Além disso, foi possível implementar algumas práticas no âmbito da saúde cardiovascular, à exemplo da identificação dos locais de pulsação, o que despertou grande interesse entre os envolvidos, e satisfação entre as discentes por terem êxito nas abordagens. Também foi possível observar que muitos alunos possuíam familiares com hipertensão, diabetes e infarto, mas desconheciam o real significado dessas patologias, então com a implementação dessa abordagem foi possível esclarecer as dúvidas dos alunos, e desenvolver a reflexão crítica deles sobre o tema.

**Imagem 1** – Essa imagem corresponde aos resultados da dinâmica na qual os alunos deveriam associar os sintomas às suas respectivas doenças cardiovasculares. Uberlândia, Minas Gerais, 2018.



Fonte: Acervo do projeto (2019).

Por meio da realização das abordagens e problemas enfrentados, observou-se que, para turmas que se dispersam com facilidade, a melhor metodologia de ensino consiste em trabalhar em

pequenos grupos na intraclasses, de forma lúdica e utilizando o quadro negro como recurso de apoio e não de escolha única para que seja possível despertar o interesse entre os alunos e tirá-los da zona de conforto. Deste modo, faz-se necessário estimulá-los constantemente a problematizarem os assuntos estudados, expor suas vivências em meio coletivo para que seja possível intercalar os conhecimentos científicos e coletivos, havendo, assim, a construção do conhecimento em conjunto, e não o desenvolvimento de seres passivos de recebimento de informações.

O êxito desse projeto se deve em grande parte à escola pública e ao professor que acolheu a ideia, o qual foi agente primordial na mediação entre os conflitos enfrentados em sala, assim como os alunos, que participaram ativamente das abordagens e despertaram o interesse em cooperar conforme os encontros se sucederam. Além disso, proporcionou aos discentes a vivência da problemática da saúde do adolescente, e o aprimoramento de técnicas voltadas para educação em saúde, assim como despertou o interesse pela docência e o conhecimento dos desafios enfrentados por professores dentro da sala, e as melhores táticas para remediá-los.

De acordo com o Ministério da Saúde (2016), os elementos de educação em saúde estão presentes durante todo o desenvolvimento humano. Sendo assim, a construção de políticas públicas integradas é uma condição indispensável para atualizar e renovar, de forma permanente, os significados fundamentais da educação e da saúde.

Como resultado, a escola pública vê-se hoje como depositária de inúmeras demandas sociais relativas a amplas parcelas da população e como cenário quase exclusivo de acolhimento de crianças, adolescentes e jovens. As unidades de saúde, por sua vez, veem-se diante da necessidade de criar vínculos e de construir estratégias de acolhimento e atenção às necessidades específicas desses grupos populacionais, como parte da tarefa de reorganizar-se em um novo modelo de atenção à saúde (BRASIL, 2006).

Assim sendo, é imprescindível a criação de estratégias que visem a uma maior participação dos profissionais na realização e incentivo à qualificação prática do aconselhamento em saúde (TOLEDO; ABREU; LOPES, 2013). E uma dessas estratégias seria a atuação desses profissionais no desenvolvimento de atividades de educação em saúde nas escolas públicas, pois elas representam um ambiente propício para o aprendizado e conscientização na adoção de hábitos de vida saudável entre crianças e adolescentes, que além de se tornarem



multiplicadores de informações entre familiares e amigos, se tornarão futuros adultos saudáveis e com melhor qualidade de vida.

Espera-se que as ações desenvolvidas possam contribuir para manter a importância da adoção de hábitos de vida saudável entre os alunos e que eles possam estimular os demais entes da sua comunidade, para que se possa evitar e/ou reduzir a incidência e prevalência de doenças futuras, sobretudo as cardiovasculares. Com devolutiva da escola e profissionais, em forma de elogios pelas ações, espera-se também estimular com esse trabalho o desenvolvimento de projetos intervencionistas em demais escolas, com o envolvimento multiprofissional, como forma de ampliar a devolutiva da universidade para a comunidade e fortalecimento do vínculo com as escolas públicas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência possibilitou demonstrar aos adolescentes e jovens da escola pública, a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis na prevenção das doenças cardiovasculares, assim como capacitá-los para serem multiplicadores, bem como aumentar a adesão desse público a serviços de saúde.

A abordagem das dinâmicas utilizadas no desenvolvimento das atividades educativas representou um método de ensino-aprendizagem aos acadêmicos integrantes da Liga MultiCardio, que proporcionou a vivência da problemática das doenças cardiovasculares através de trabalhos de educação em saúde para a população alvo, além de aperfeiçoar e atualizar o conhecimento sobre os riscos e vulnerabilidades desse público.

Com esse trabalho espera-se subsidiar o desenvolvimento e incentivo de atividades educativas futuras voltadas ao público juvenil com ênfase na promoção, prevenção e proteção da saúde e adoção de hábitos de vida saudáveis a fim de tornar essa população futuros adultos saudáveis e com melhor qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Programa Nacional de DST e Aids. **Diretrizes para implantação do Projeto Saúde e Prevenção nas Escolas**. Brasília: MS/SVS, 2006. Disponível em:

[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes\\_prevencao\\_escolas.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_prevencao_escolas.pdf). Acesso em: 20 abr. 2019.

CAMARGO, B. V.; BERTOLDO, R. Comparação da vulnerabilidade de estudantes da escola pública e particular em relação ao HIV. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 23, n. 4, p. 369-379, 2006. Doi: 10.1590/S0103-166X2006000400005.

FERGUSSON, D. M.; LYNSKEY, M. T. Alcohol misuse and adolescent sexual behaviors and risk taking. **Pediatrics**, Christchurch, v. 98, n. 1, p. 91-6, 1996. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8668418>. Acesso em: 22 abr. 2019.

MACHADO, J. C. **Estratégias de educação em saúde e nutrição na atenção primária aos portadores de hipertensão arterial**. 229 f. Tese (Doutorado em Ciência da Nutrição) – Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2016.

MALTA, D.C. *et al.* Prevalência do consumo de álcool e drogas entre adolescentes: análise dos dados da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar. **Rev Bras Epidemiol**, São Paulo, v. 14, Supl.1, p. 136-46, set. 2011. Doi: 10.1590/S1415-790X2011000500014.

TOLEDO, M. T. T.; ABREU, M. N.; LOPES, A. C. S. Adesão a modos saudáveis de vida mediante aconselhamento por profissionais de saúde. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 47, n. 3, p. 540-8, 2013. Doi: 10.1590/S0034-8910.2013047003936.

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World health statistics 2018**: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. Geneva: WHO, 2018. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272596/9789241565585-eng.pdf>. Acesso em: 17 abr. 2019.

Submetido em 29 de maio de 2019.

Aprovado em 26 de agosto de 2019.