

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

ATUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE INTEGRATIVA COM CRIANÇAS DA EMEF MARIA OFÉLIA V. PEDROSA EM SÃO JOSÉ DOS CAMPOS-SP/BRASIL

Alessandra Lima de Campos, Bianca Felipe Susigan, Gabrielle Joana da Silva, Helena Dantas Vieira Duarte, Julia Mayumi Kawasaki Shiwa, Kely Fátima Andrade Mendonça, Natalia Quintero Lorenzi, Rafael Brito Biazon, Sofia Komatzu Huayanca, Thais Cristine Oliveira Dias Furtuôzo, Thiago Portela Jorge, Lidianie Maria Maciel, Edvaldo Gonçalves de Amorim.

Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil,
alessandralimadecampos@gmail.com, biancasusigan29@gmail.com, gabi.ioanasilva@gmail.com,
helenaparaty@icloud.com, julia.mayumi.kawasaki@gmail.com, kely_andrade@hotmail.com,
natiglorenzi@gmail.com, rafael.biazon@hotmail.com, sofiakomatzu@gmail.com,
thais.cod@hotmail.com, thiagoportela.j@gmail.com, lidiane@univap.br, amorim@univap.br.

Resumo

Fatores como boa alimentação, nutrição e higiene pessoal são imprescindíveis para plena saúde e qualidade de vida. Todavia, muitas pessoas desconhecem como executar esses hábitos, o que desencadeia em uma sociedade com altos índices de doenças alimentares e falta de higiene. O presente trabalho foi realizado a partir de um projeto de extensão aplicado na escola EMEF Maria Ofélia V. Pedrosa, em São José dos Campos-SP. O projeto consistiu em três visitas ao local e, o objetivo geral foi a apresentação de alimentos e conscientização dos alunos sobre prática de saúde integrativa. Foram realizadas atividades lúdicas que envolveram a temática da saúde, em particular, nutrição e higiene. Com isso, os alunos da escola vivenciaram experiências que favoreceram a modificação de hábitos alimentares e de higiene pessoal.

Palavras-chave: Saúde integrativa. Nutrição escolar. Higiene infantil.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Introdução

A alimentação, a nutrição e a higiene pessoal constituem requisitos básicos para a proteção e promoção da saúde, possibilitando assim um potencial de qualidade de vida para cada indivíduo (MARCHI *et al.*, 2011). Entretanto, a falta de instrução e conscientização das crianças sobre boas práticas de saúde, higienização e alimentação, tem acarretado no desenvolvimento de enfermidades e em seletividade alimentar persistente (FLORES & MELO, 2015).

A ingestão de alimentos contaminados pode levar ao desenvolvimento de doenças transmitidas por alimentos (DTAs), que podem ser causadas por bactérias, bolores, leveduras, protozoários e vírus, podendo causar sintomas como vômitos, febre, diarreia e dores, sendo as bactérias as principais responsáveis pelos surtos. Essas bactérias costumam ser divididas em duas classificações: infecciosas e tóxicas, sendo a primeira a capaz de se multiplicar no intestino enquanto a segunda costuma causar sintomas através de suas toxinas (PIRES, 2011; TEIXEIRA, 2010). Dentre as principais bactérias responsáveis por DTA estão: Salmonella, E. coli e Campylobacter como infecciosas e Bacillus cereus, Staphylococcus aureus e Clostridium botulinum no caso das intoxicantes.

De acordo com a Unicef, cerca de 23 milhões de crianças menores de 5 anos apresentam quadro de desnutrição aguda, pois a alimentação não atende às suas necessidades nutricionais. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) demonstram que os países que lidam com os problemas das doenças infecciosas e desnutrição apresentam concomitante um rápido aumento nos fatores de risco de doenças não transmissíveis, como obesidade e sobrepeso. Segundo a OMS, a

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

obesidade é definida como uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, em quantidade que determina prejuízos à saúde.

A transição nutricional dada pela modificação do padrão alimentar concomitante com modificações no cenário epidemiológico, desenvolveu no Brasil uma singularidade notável, o agravamento simultâneo de duas situações opostas por definição: uma carência nutricional (a anemia) e uma condição típica dos excessos de alimentos, a obesidade (BATISTA FILHO *et al.*, 2008). O Programa Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) afirma que o consumo médio de frutas e hortaliças ainda é metade do valor recomendado pelo guia alimentar para a população brasileira, enquanto os alimentos ultraprocessados têm o seu consumo aumentado a cada ano.

Atualmente o cenário da alimentação infantil é bastante complexo, crianças com baixo peso ao nascer, redução no período do aleitamento materno, introdução incorreta de alimentação complementar, oferta desmedida de alimentos inadequados para a idade e volume ofertado conduzem ao paradoxo de termos: crianças obesas com inadequação alimentar, magros considerados não saudáveis, fome oculta e consequentemente carências de micronutrientes, vitaminas e sais minerais. As preferências alimentares infantis estão relacionadas ao consumo de alimentos com quantidade elevada de carboidrato, açúcar, gordura e sal, além do baixo consumo de vegetais e frutas em comparação com a recomendação, caracterizando o novo comportamento alimentar infantil e consequentemente a neofobia alimentar (WEFFORT *et al.*, 2022; RAMOS, 2000; BRASIL, 2009).

Ademais, fatores como a alimentação/nutrição e higiene pessoal e alimentar são imprescindíveis para promover saúde e qualidade de vida para as pessoas (MARCHI *et al.*, 2011). Portanto, o objetivo do presente projeto foi trabalhar nos meses de setembro à novembro de 2022, com crianças de 10 a 12 anos da EMEF Maria Ofélia V. Pedrosa, localizada no bairro Jardim Limoeiro em São José dos Campos, vinculado aos cursos de Nutrição e Biomedicina da Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP), demonstrando às crianças a importância da alimentação saudável e conscientizá-las sobre os cuidados básicos em saúde, como higiene alimentar e pessoal, destacando a presença de microrganismos nas superfícies e prevenção de doenças, com foco no estímulo sensorial e na manipulação de alimentos.

Metodologia

A escola EMEF Maria Ofélia V. Pedrosa está localizada no bairro Limoeiro em São José dos Campos. O município está inserido no interior do Estado de São Paulo, na Região Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte. Segundo o Censo Demográfico de 2010, a região possui cerca de 2.340.891 de habitantes e São José dos Campos, segundo estimativa de 2020, possui aproximadamente 730.000 habitantes. O bairro Limoeiro se localiza na região oeste de São José dos Campos e tem cerca de 2.061 habitantes, três escolas públicas, duas particulares e uma universidade, não há farmácias ou hospitais, apenas uma Unidade Básica de Saúde (UBS). O local conta com espaços de lazer, bares, restaurantes e mercados, mas também com indústrias, empresas e uma sede da Polícia Rodoviária Federal. A renda per capita é baixa quando comparada a outros bairros do município, assim como a porcentagem de pobreza e vulnerabilidade à pobreza.

Trata-se de um relato de experiência de cunho descritivo de dados secundários e uma abordagem quantitativa com quadros de desenhos e figuras que forneceram ao projeto pré-noções dos hábitos de saúde dos participantes envolvidos. Como estratégia inicial, realizou-se uma pesquisa com dados secundários nas bases digitais da ONU, OMS, UNICEF, Guia Alimentar da População Brasileira e dados municipais de saúde e higiene. A estratégia metodológica das ações realizadas com crianças do 5º ano valorizou o aspecto lúdico por meio de oficinas dialogadas. A técnica de avaliação final da ação extensionista foi o desenho livre direcionado aos objetivos do projeto.

Resultados

As atividades do projeto foram realizadas com três turmas do 5º ano do ensino fundamental, com 70 alunos em média, e todas as ações que foram desenvolvidas eram integradas, abrangendo a interdisciplinaridade e multiprofissionalidade, através de brincadeiras lúdicas sobre assuntos relacionados à higiene e saúde alimentar.

As ações foram efetivamente implantadas em três visitas, nos dias 09 e 30 de setembro e 04 de novembro, pelos discentes e docentes, do eixo social, dos cursos de Nutrição e Biomedicina e

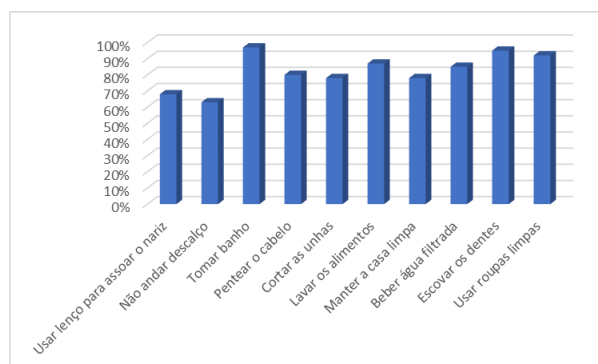
A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

desenvolvidas no espaço escolar no período da manhã. Tais ações abordaram temas baseados no Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), como forma de estimular a alimentação saudável por meio de informações referentes aos grupos alimentares, e no programa de monitoramento conjunto da OMS/UNICEF, como parâmetro para dados de serviços básicos de higiene nas escolas.

As ações utilizavam métodos expositivos e participativos (rodas de conversa, ações culinárias, uso de materiais de visualização de alimentos e higiene e orientações). Em ambos os métodos, o conteúdo das oficinas foi adequado à realidade das crianças, a partir da adequação de linguagem para facilitar o entendimento e o emprego das oficinas de curta duração, com cerca de 30 minutos cada, evitando a dispersão dos alunos.

A coleta de dados foi realizada na fase inicial, onde foram aplicadas duas atividades de avaliação sobre hábitos de higiene e costumes alimentares de cada aluno, isso foi importante para os extensionistas terem conhecimento a respeito dos hábitos de higiene diários dos alunos e o resultado encontra-se no Gráfico 1. Em relação aos costumes alimentares, as crianças têm hábito de consumir produtos *in natura*, porém abacate, abóbora, melão, chuchu, vagem, beterraba, peixe e grão de bico foram alimentos que tiveram menor aderência, devido a muitas crianças não gostarem ou não conhecerem. Porém, os alimentos industrializados são consumidos com frequência por todos os alunos, exceto pipoca de micro-ondas e atum enlatado.

Gráfico 1 - Hábitos de higiene diários dos alunos

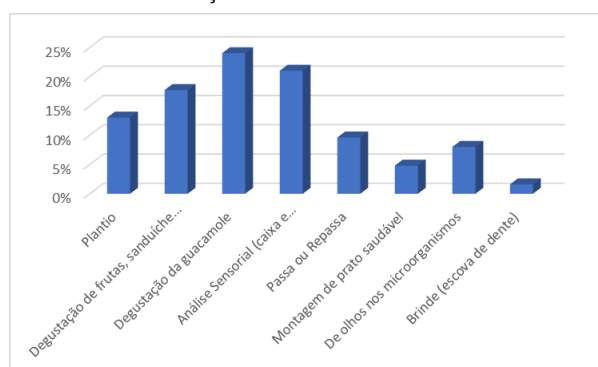


Fonte: o autor.

Nas demais visitas, as ações que envolviam degustação de alimentos tiveram maior aceitabilidade, podendo ser observado no gráfico 2 e, conseqüentemente, os alunos passaram a introduzir na sua rotina alimentos que não consumiam antes, como cenoura, abacate, melão e kiwi. Outros ainda relataram que, após as atividades de higiene, começaram a lavar as mãos e os alimentos com mais frequência.

Os alimentos de maior recusa foram oferecidos às crianças modificando a forma de apresentação, aumentando a aceitabilidade e demonstrando que o alimento pode tornar-se mais agradável ao paladar dependendo da preparação.

Gráfico 2 - Avaliação dos alunos através de desenhos



Fonte: o autor.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Discussão

De acordo com Gomes (2016), a educação em saúde visa a prevenção de doenças através do despertar de uma consciência crítica para promoção da saúde. Porém, para que ocorra um controle significativo dessas doenças e melhora dos hábitos de higiene, os processos de educação em saúde devem ser contínuos e não somente com ações isoladas, sendo também relacionados à realidade da população que será realizado as ações com foco em despertar um maior interesse. Portanto, é fundamental conhecer a realidade do local onde serão realizadas as ações de educação em saúde, como foi desenvolvido no presente projeto.

Silva *et. al* (2020) realizaram um estudo com crianças de oito a dez anos, através de abordagem lúdica que estimulou a criatividade e aumentou a integração entre os alunos. Os resultados das atividades desenvolvidas, como as temáticas de higiene, alimentação equilibrada e prática de exercício físico, foram comprovados na rotina escolar e nas residências das crianças. A partir da utilização desse método, facilitou o envolvimento no ensino-aprendizado.

Pereira *et. al* (2019) desenvolveram um projeto com oficinas de higiene e boas práticas de convivência social para crianças e adolescentes. Assim como o presente estudo, utilizou-se atividades lúdicas, atividades artísticas e rodas de conversa. Foi observada uma interação produtiva entre participantes e discentes e maior interesse em temas com abordagem lúdica. Constatou-se uma boa receptividade e engajamento das crianças e adolescentes, facilitando o aprendizado sobre o tema.

O lúdico atua na formação intelectual e da personalidade do indivíduo por estimular o processo de estruturação afetivo-cognitivo da criança, além de estar atrelado à construção da aprendizagem significativa e auxiliar na socialização, além de influenciar as condutas na vida adulta (FRIEDMANN, 2006 e SOUZA, 2016). Através dessas práticas foi possível abordar temas como alimentação saudável, higiene pessoal e saúde de forma prazerosa, interativa e dinâmica, capazes de serem incorporadas ao cotidiano da vida das crianças.

Conclusão

Conclui-se que as atividades lúdico participativas se mostraram efetivas, pois através dos relatos obtidos, durante e após as visitas de extensão, foi possível notar o quanto as crianças compreenderam os ensinamentos e atividades propostas, assim como relataram mudanças em seus hábitos alimentares e de higiene. O projeto foi uma experiência que possibilitou importante troca de saberes, além do conhecimento de outras realidades. Por meio da escuta ativa pôde-se compreender a realidade das crianças e proporcionar ações voltadas às necessidades essenciais.

Referências

ALVES, B. O. O. M. Higiene para uma vida saudável. **Biblioteca Virtual em Saúde MS**. Disponível em: <<https://bvsms.saude.gov.br/higiene-para-uma-vida-saudavel/>>. Acesso em: 10 ago. 2022.

BATISTA FILHO, M.; SOUZA, A. I.; MIGLIOLI, T. C. *et al*. Anemia e obesidade: um paradoxo da transição nutricional brasileira. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, supl. 2, p. s247-s257, 2008. Disponível em <https://www.scielo.br/j/csp/a/C7PwicwdYbDwyMvVjndvGBr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 de nov. de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MTMxOA==#:~:text=T%C3%8DTULO%3A%20Guia%20alimentar%20para%20a,Pol%C3%ADticas%20de%20Nutri%C3%A7%C3%A3o%20e%20Alimenta%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 02 de jun. de 2022.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar.** Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009. 112p. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf. Acesso em: 02 de jun. de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde/Fundep - Universidade Federal de Minas Gerais Programa VIVA LEGAL/TV FUTURA. **Cuidados com as crianças: hábitos saudáveis que valem por toda a vida.** Disponível em:
<https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidados_saude_crianças_pequenas.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2022.

CEASA. **Frutas, verduras e legumes do mês de Setembro.** Disponível em:
<<http://assoceasa.com.br/frutas-verduras-e-legumes-do-mes-de-setembro/>>. Acesso em: 11 nov. 2022.

DIAS, E. A importância do lúdico no processo de ensino-aprendizagem na educação infantil. **Revista Educação e Linguagem**, v.7, n.1. 2013. Disponível em:
<<http://www.ice.edu.br/TNX/storage/webdisco/2013/12/09/outros/2774a576f536917a99a29a6ec671de86.pdf>>. Acesso em 28 nov. 2022.

FLORES, A. M. P. C.; MELO, C. B., 2015. Principais bactérias causadoras de doenças de origem alimentar. **Revista Brasileira de Medicina Veterinária**, v.37, p.65-72, Jan-Mar, 2015. Disponível em:
<https://rbmv.org/BJVM/article/download/361/833/3579>. Acesso em: 11 nov. 2022.

FRIEDMANN, A. **O brincar no cotidiano da criança.** São Paulo, SP: Moderna, 2006

GOMES, S. C. S. *et al.* Educação em saúde como instrumento de prevenção das parasitoses intestinais no município de Grajaú - MA. **Pesquisa em foco**, 2016. Disponível em:
<https://ppg.revistas.uema.br/index.php/PESQUISA_EM_FOCO/article/view/1123/886>. Acesso em 02 de jun. de 2022.

MARCHI, D. M.; BAGGIO, N.; TEO, C. R. P. A.; BUSATO, M. A. Ocorrência de surtos de doenças transmitidas por alimentos no município de Chapecó, Estado de Santa Catarina, Brasil, no período de 1995 a 2007. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.20, p.401- 407, 2011. Disponível em:
[Ocorrência de surtos de doenças transmitidas por alimentos no Município de Chapecó, Estado de Santa Catarina, Brasil, no período de 1995 a 2007 \(iec.gov.br\)](https://www.iec.gov.br/revistas/index.php/revista-iec/article/view/1123/886). Acesso em 11 nov. 2022.

PEREIRA, J. *et al.* **Oficinas de Higiene e boas práticas de convivência social para crianças e adolescentes.** In: 18º ENCONTRO CONVERSANDO SOBRE EXTENSÃO (CONEX) e 3º ENCONTRO ANUAL DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA (EAEX), 2019 Ponta Grossa, Paraná. Disponível em:
https://siseve.apps.uepg.br/storage/eaexconex2020/156_JOSE_GABRIEL_VOLTARELI_PEREIRA-160226891848985.pdf. Acesso em: 24 de nov. de 2022.

PIRES, C. E. T. **Principais bactérias presentes em doenças transmitidas por alimentos (DTAs).** 2011. Dissertação (Graduação em Medicina Veterinária) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011. Disponível em:
<<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/52521/000828866.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em: 02 de jun. de 2022.

PLANO DIRETOR SÃO JOSÉ DOS CAMPOS. **Regiões Urbanas.** Disponível em:
http://plandiretor.sjc.sp.gov.br/resources/uploads/EstudoTecnico/Anexo/PD_VOLUME_1_C7_REGIOES_URBANAS.pdf . Acesso em: 18 mai. de 2022.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

RAMOS, M.; STEIN, L. M., 2000. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**. v.7, Supl.3, p.229-237. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://189.28.128.100/nutricao/docs/enpacs/pesquisaartigos/desenvolvimento_do_comportamento_alimentar_infantil_ramos_2000.pdf. Acesso em: 02 jun. 2022.

SILVA, D. *et al.* Higiene, alimentação equilibrada e prática de exercício físico no Ensino Básico: a importância da abordagem lúdica. **Revista de Extensão Guará**. V.13, Jan.2022 Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/quara/article/view/21170/24873>
Acesso em: 28 nov. 2022.

SOUZA, R. S. E FRANCISCO, O. B. O brincar no desenvolvimento lúdico da criança. **Colloquium Humanarum**, v.13. n. especial. p. 309-314. Jul-Dez. 2016. Disponível em: [O BRINCAR NO DESENVOLVIMENTO LÚDICO DA CRIANÇA.pdf \(unoeste.br\)](https://ojs.unoeste.br/ojs/article/view/10000/10000) Acesso em: 28 nov. 2022.

TEIXEIRA, A. F. M. Doenças microbianas de origem alimentar. **Academia de Ciência e Tecnologia**, v.3, p.1-8., 2010. Disponível em: http://www.ciencianews.com.br/arquivos/ACET/IMAGENS/revista_virtual/biologia_molecular/biomol06.pdf. Acesso em: 02 jun. 2022.

UNICEF. **Hygiene and Hand Washing Statistics**. Disponível em: <https://data.unicef.org/topic/water-and-sanitation/hygiene/#data>. Acesso em: 11 nov. 2022

WEFFORT, V. R. S. *et al.* Guia de orientações - **Dificuldades alimentares**. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. São Paulo: SBP, 66f. 2022. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/dificuldades-alimentares-2022/> Acesso em: 02 jun. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Healthy diet**. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>. Acesso em: 05 ago. 2022.

Agradecimentos

Agradecemos, primeiramente, aos nossos professores Lidiane Maria Maciel e Edvaldo Gonçalves de Amorim, que nos orientaram e auxiliaram em todo o desenvolvimento do projeto, além dos demais professores do eixo, que contribuíram para a construção teórica do projeto durante os semestres anteriores da disciplina Indivíduo, Sociedade e Trabalho. Agradecemos também à equipe gestora e funcionários da EMEF Maria Ofélia V. Pedrosa, à empresa Bayer, que nos ajudou na comunicação com a escola, à empresa Quinabra e familiares dos membros do grupo, que nos auxiliaram financeiramente com os gastos do projeto, ao professor Antônio Canettieri e à empresa Colgate, que nos forneceram brindes para a ação.