

ATIVIDADE MULTIDISCIPLINAR COM ALUNOS DA REDE PÚBLICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O CICLO BÁSICO DE HIGIENE E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Ana Beatriz Q. V. Alves; Beatriz S. Prado; Carina G. Martins; Ellen Cristine de Carvalho. Mulins; Isabelle de Assis Silva; Jéssica Neves; Lucas Filipe de Oliveira Carmo; Marcus Vinícius T. B. Ribeiro; Suelen Da Cássia D. Siqueira; Vinícius Gabriel De Oliveira Mesquita; Victoria Campos Silva; Kátia Zeny Assumpção Pedroso; Marlene Maria Amaral Scheid.

¹Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil. anaqv.alves@gmail.com; bitrizprado@gmail.com; carinagabriela.martins@gmail.com; ellen.mulins@gmail.com; ellen.mulins@gmail.com; isabelleeassis@gmail.com; jessicanevesdasilva8@gmail.com; lucas.filippe01@gmail.com; marcusribeiro742@gmail.com; suelen.cassia.siqueira@hotmail.com; vini71063@gmail.com; vi.campos04@gmail.com; kzeny@univap; [mma.scheid@uol.com.br](mailto:mmm.scheid@uol.com.br).

Resumo

A extensão universitária tem grande importância dentro da sociedade por apresentar alto valor comunitário e permitir que estudantes tenham contato direto com outras realidades, gerando impacto na saúde daqueles que vivem nas comunidades onde os trabalhos são realizados. A interação entre discente e aluno especialmente em situações de vulnerabilidade, enriquece a formação acadêmica e o conhecimento socio-comunitário. Esse projeto teve como principal finalidade o fornecimento de conhecimento sobre hábitos saudáveis na escola onde o mesmo foi realizado. Por meio de visitas exploratórias, busca de trabalhos em bases de dados e elaboração de atividades com estudantes da área da saúde para promover hábitos saudáveis entre as crianças. Após a realização das atividades em visitas, pode-se notar uma melhora significativa nos hábitos saudáveis das crianças.

Palavras-chave: Higiene pessoal; extensão universitária; saúde

Área do Conhecimento: ENEXUN

Introdução

O projeto de extensão universitária apresenta grande notoriedade na formação do estudante uma vez que possui alto valor comunitário, atuando de forma direta no seu contato com outras realidades e, contribuindo com as necessidades apresentadas em territórios escolares (GOMES, 2024). No contexto da saúde, a atividade age como promotora de saúde e bem estar, sendo uma alternativa para aumentar a qualidade de vida dos indivíduos (TEIXEIRA, 2020).

A formação acadêmica dos discentes da saúde, em contato a extensão universitária, possui suma importância na interação direta entre profissional e estudante, principalmente aqueles colocados em situação de vulnerabilidade, o que oferta, ao estudante, um maior conhecimento socio-comunitário (LOYOLA, 2005). Além disso, o toque direto dos graduandos da saúde impacta de modo significativo a comunidade, principalmente aquelas mais carentes, onde, com um olhar especializado, torna-se notável o que necessita maior atenção no local, como produtos de higiene básica (FARIA, 2020).

Ademais, a falta de conhecimento sobre hábitos saudáveis, dentro das escolas, também gera grande impacto na vida das populações. Mari (2022) em seu estudo realizou um treinamento com 32 professores da rede municipal, os ensinando tópicos básicos para manter uma vida minimamente saudável, como uma alimentação ideal. Após o treinamento, pôde-se notar que, aproximadamente 52%

das crianças passaram a se alimentar de forma saudável. A extensão não atua somente com os docentes da escola, mas sim com toda a equipe presente, como, no caso da alimentação, fornece treinamento para toda a equipe responsável por cantinas, contribuindo para a diminuição do número de crianças obesas devido a implementação de alimentos saudáveis no catálogo (GALLEGOS GALLEGOS, *et al*, 2016).

Portanto, a partir da observação da prática extensionista na escola com as crianças, percebeuse deficiência no conhecimento em higiene e alimentação, surgiu então o interesse em desenvolver esse estudo, cujo objetivo foi: relatar a experiência da prática multidisciplinar de discentes das áreas da saúde, com alunos do Ensino Fundamental I, na abordagem dos temas de higiene pessoal e alimentação saudável.

Metodologia

O estudo foi realizado em duas visitas em escola de rede municipal. A princípio, foi realizada uma visita exploratória para observar quais as possíveis ações a serem realizadas de acordo com as necessidades da comunidade, além de conhecer e ter noção de como funciona a dinâmica do espaço.

Após a visita de conhecimento do território, foi realizado pelo grupo planejamento das atividades a serem desenvolvidas por meio de busca em bases de dados, como o Scielo e Periódicos CAPES. Foram elaboradas atividades para a promoção da higiene e alimentação básica, chamada de “ciclos de higiene e alimentação saudável”, que contou com a participação de discentes dos cursos de odontologia, nutrição, enfermagem e biomedicina. As atividades em questão consistiam, num primeiro momento, em roda de conversa dos estudantes de odontologia com os alunos da escola. Dentro das áreas de enfermagem e biomedicina, a roda de conversa foi direcionada sobre a necessidade de manter as mãos sempre limpas; expondo os possíveis riscos, caso mãos contaminadas entrem em contato com a mucosa oral. Como exemplo, os universitários lembraram aos alunos a contaminação pelo Corona Vírus. Em outra dinâmica foi demonstrando como se deve lavar as mãos de forma correta, para assim, evitar o contágio de doenças infectocontagiosas. Por fim, os estudantes de nutrição elaboraram uma apresentação de slides, sobre alimentos que devem ou não ser consumidos com frequência, com a finalidade de gerar hábitos saudáveis na vida da criança.

Resultados

Foi observado, após a visita exploratória, que a maioria dos alunos da escola não tinham muito conhecimento referente ao ciclo de higiene básica.

Durante a primeira visita, foi possível observar, durante a apresentação dos trabalhos elaborados, a vontade e interesse dos alunos para participarem das atividades e dinâmicas realizadas pelos discentes (imagem 1).

Após a apresentação das atividades, houve a doação dos *kits* de higiene oral às crianças, tendo como principal objetivo e finalidade gerar incentivo ao aluno para que realizasse o ato de higienização correto dentro de sua casa, além de mostrar a seus familiares como que deve se escovar os dentes, lavar as mãos e, também, comer de forma ideal para manter uma vida saudável.

Na segunda visita houve uma roda de conversa entre os discentes e as crianças do grupo. Observou-se que, aquelas que participaram da primeira visita passaram a realizar as atividades básicas de higiene de forma correta, como escovar os dentes da maneira certa, além de, também, conscientizar seus parentes e familiares sobre os temas.

Durante a realização das rodas de conversa elaboradas pelos discentes na segunda visita, houve maior participação entre os alunos. Tópicos como escovação dos dentes, lavagem das mãos e alimentação correta já não eram novidades dentro do repertório dos estudantes. Nas dinâmicas, domínio sobre as técnicas apresentadas em sala de aula também foi notado, não só entre as crianças, mas também por toda a equipe pedagógica que estava presente em sala de aula supervisionando as atividades.

Por fim, após a última visita, pode-se notar a diferença entre os alunos, cujas atividades básicas de higiene já estavam sendo realizadas dentro e fora de sala de aula. Portanto, o objetivo projetado durante

a elaboração das atividades entre os discentes foi alcançado, uma vez que as crianças passaram a realizar todas as atividades de ciclo básico de higiene pessoal dentro e fora da escola, conscientizando aqueles, mesmo de forma inconsciente, ao seu redor, sobre as técnicas corretas para escovar os dentes, a necessidade do uso do fio dental, como lavar as mãos da forma correta e alimentos que devem, ou não, ser consumidos com frequência.



Fonte: o autor.

Discussão

A extensão universitária é de extrema importância na sociedade uma vez que, o contato de temas com a saúde gera conhecimento e hábitos saudáveis (DE OLIVEIRA DEMARCO, 2015).

O contato universitário – estudante fundamental é essencial para o desenvolvimento de mundo, tanto do acadêmico, contatando outras realidades por fora do muro, quanto para os estudantes, tendo acesso a novos conhecimentos, como a saúde preventiva, e, assim gerando promoção da saúde coletiva (DA SILVA, 2018).

No trabalho, foram desenvolvidas atividades nas áreas de odontologia, nutrição, enfermagem e biomedicina, todas abordando áreas de saúde e prevenção, visando a finalidade, como observado no trabalho de Silva (2020), esse contato direto é capaz de gerar conhecimento sobre como manter uma vida mais saudável.

Foram realizadas em escola municipal na cidade de São José dos Campos três visitas, uma de triagem, para ter conhecimento sobre o ambiente e a comunidade ali presente e, as outras duas para a elaboração das atividades desenvolvidas em planejamento universitário.

Após a visita de triagem, por meio de buscas em bases de dados, como o Scielo e Periódicos CAPES, foram selecionados alguns artigos para a elaboração das atividades realizadas dentro da escola.

O projeto elaborado tem como finalidade o desenvolvimento de hábitos saudáveis nas crianças da escola, como uma boa higiene bucal, alimentação e higiene adequada das mãos, o que, de forma direta, gera uma prevenção sistêmica para a criança.

No que tange a área da odontologia, abordagens como a prevenção foram situadas nessa conversa. Tendo como base o trabalho de Da Conceição Monteiro (2021), a qual em uma atividade de extensão universitária selecionou 17 artigos para um levantamento sobre os assuntos de maior necessidade e importância a serem trabalhados com os estudantes em escolas. Os resultados das pesquisas mostraram que a maioria dos professores não abordavam temas como saúde bucal em sala de aula. Após o estudo do trabalho, foi elaborada uma conversa sobre a importância da higiene bucal, possíveis riscos, caso haja uma má higienização, e uma prática de como escovar os dentes da forma correta, com os *kits* de higiene bucal da COLGATE fornecidos pelo Curso de Odontologia da Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP).

Nas áreas de enfermagem e biomedicina, tendo em vista que a higienização das mãos é de extrema importância, principalmente dentro das escolas fundamentais, onde o contato delas com regiões de mucosa é muito comum, foi observada a necessidade de elaborar uma atividade referente a esse tema. Ramos (2020) realizou um levantamento bibliográfico abordando a necessidade e importância de uma eficaz política de saúde dentro das escolas e, a partir dos seus estudos, observou que é negligenciada em âmbito institucional. Tendo em vista que é algo negligenciado, foi elaborada, dentro das áreas de enfermagem e biomedicina, uma roda de conversa sobre a necessidade de manter as mãos sempre limpas, expondo os possíveis riscos caso mãos contaminadas entrem em contato com a mucosa, como a contração do Corona Vírus, e uma dinâmica mostrando como se deve lavar as mãos de forma correta, para assim, evitar o contágio de doenças infectocontagiosas.

Por fim, foram elaboradas as atividades de nutrição. Foi elaborada uma apresentação de *slides* com base na cartilha da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, aprovada na Lei nº8.080 de setembro de 1990, a qual incentiva e tem a finalidade melhorar as condições de alimentação e nutrição da população brasileira, expondo aos alunos possíveis alimentos que devem ser consumidos com frequência, de forma moderada e evitados para que consigam levar uma vida saudável. Após a elaboração das atividades foram realizadas duas visitas.

Na primeira visita foram realizadas as atividades. Durante a realização, foi observada a falta de conhecimento entre os alunos. Temas como a escovação correta dos dentes, lavagem ideal das mãos e hábitos que devem ser mantidos entre os alunos para que tenham uma alimentação saudável não estavam presentes no dia a dia das crianças.

Durante os trabalhos, a participação da comunidade escolar foi essencial para o sucesso, uma vez que, mesmo com pouco conhecimento sobre os assuntos abordados de forma lúdica em sala de aula, houve total participação das crianças, as quais se mostraram dispostas e interessadas para aprenderem sobre as práticas saudáveis.

Após duas semanas, foi realizada a segunda visita. A diferença do comportamento das crianças entre o espaço de hiato foi gritante.

Por meio de conversas com os estudantes, pode-se notar que a maioria das crianças estavam realizando de forma correta tudo aquilo que foi ensinado, e, além de realizarem, estavam conscientizando e mostrando aos seus familiares o que deveria ser feito para a melhoria da qualidade de vida.

Conclusão

A conclusão deste projeto de extensão pode ressaltar a importância de integrar o conhecimento acadêmico com a prática social para promover melhorias significativas na qualidade de vida das comunidades, especialmente em ambientes escolares, do qual realizamos nosso projeto. Através do alinhamento com o ODS 3, que busca assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, o projeto demonstra como a extensão universitária pode ser um poderoso instrumento de transformação social. Ao focar na saúde escolar e no apoio a alunos com deficiência intelectual, este projeto não apenas contribui para o desenvolvimento integral das crianças, mas também fortalece a ligação entre a universidade e a comunidade, promovendo a educação em saúde de forma inclusiva e humanizada. Assim, a extensão universitária cumpre seu papel de fomentar o bem-estar social, ao mesmo tempo em que enriquece a formação acadêmica dos profissionais envolvidos, preparando-os para lidar com as demandas complexas da sociedade contemporânea.

Referências

DA CONCEIÇÃO MONTEIRO, Rhayane; CASTRO, Ana Luiza Sarno. Educação continuada em saúde bucal para professores da educação infantil: contexto atual e importância para a odontologia preventiva. **Revista Eletrônica Acervo Odontológico**, v. 3, p. e6082-e6082, 2021.

DA SILVA, André Rodrigo Justino. Extensão universitária na odontologia como uma experiência em saúde. **Saúde. com**, v. 16, n. 1, 2020.

DA SILVA, Bruno Neves et al. Imunologia nas escolas: experiências de um projeto de extensão. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v. 9, n. 2, p. 93-98, 2018.

DE OLIVEIRA DEMARCO, Jéssica et al. Extensão Universitária na Conscientização Ambiental em Escolas de Educação Básica. **Revista Monografias Ambientais**, v. 14, 2015.

FARIA, Diana Reis Garcia; BARTOLE, Monique da Costa Sandin. Educação e aprendizagem em saúde bucal: A experiência de um trabalho voluntário. **Cadernos de Odontologia do UNIFESO**, v. 2, n. 1, 2020.

GALLEGOS GALLEGOS, Rossana Patricia; BARRAGÁN LIZAMA, Ligia A.; HURTADO BARBA, Elena E. Evaluación de la estrategia contra el sobrepeso y obesidad en establecimientos de consumo escolar en planteles de educación básica de Villahermosa, Tabasco. **Horizonte sanitario**, v. 15, n. 3, p. 155163, 2016.

GERAIS, Das Disposições. LEI Nº 8.080, DE 19 DE SETEMBRO DE 1990. 1990.

GOMES, Vitória Lucena et al. O impacto de um projeto de extensão universitária na formação profissional de estudantes: uma revisão da literatura: The impact of a university extension Project on the professional training of students: a review of the literature. **Revista Coopex.**, v. 15, n. 02, p. 52215333, 2024.

LOYOLA, Cristina Maria Douat; OLIVEIRA, Rosane Mara Pontes de. A universidade" extendida": estratégias de ensino e aprendizagem em enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 9, p. 429-433, 2005.

MARI, Mariana Alievi; TEIXEIRA, Paula Portal; PELLANDA, Lucia Campos. School Health Education Program "Happy Life, Healthy Heart": A Randomized Clinical Trial. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 35, n. 5, p. 566-575, 2022.

RAMOS, Lázaro Saluci et al. Instruções de higiene na escola e na sociedade como ação de saúde e prevenção de doenças: uma revisão bibliográfica. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 10, p. e4558-e4558, 2020.

TEIXEIRA, Flaviana Tavares Vieira et al. Saúde nas escolas públicas: pequenas ações, grandes repercussões. **Expressa Extensão**, v. 25, n. 2, p. 32-44, 2020.