

Núcleo de Pesquisa e Extensão (Nupex)

CURSO: Fisioterapia

EQUIPE:

Professora Coordenadora/Orientadora: Eliza Juliana da Costa Eulálio

Alunos: Claudia Mayara Xavier Falcão

Henry Jonathas Messias Santos de Santana

Julia de Farias Albuquerque

Magda de Lima Marques

FISIOALEGRIA: uma nova forma de cuidar

Relatório de Projeto de Extensão

Campina Grande-PB

Agosto/2011

ELIZA JULIANA C. EULÁLIO

FISIOALEGRIA: uma nova forma de cuidar

Relatório de Projeto de Extensão apresentado ao Núcleo de Pesquisa e de Extensão (Nupex) do Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento (Cesed) de acordo com o que preconiza o regulamento.

Campina Grande-PB

Agosto/2011

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 FUNDAMETAÇÃO TEÓRICA.....	7
3 METODOLOGIA.....	9
4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	10
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
5 REFERÊNCIAS.....	13
ANEXOS.....	15

RESUMO

Durante a fase escolar, há uma grande necessidade de orientar as crianças e incentivá-las a adotar atitudes saudáveis em todos os aspectos, seja a postura correta, uma boa alimentação, seja na prevenção de doenças, assim como reorganizar o esquema corporal, os cuidados com a saúde bucal, dentre outros assuntos que devem ser disseminados dentro da sala de aula. A promoção da saúde deveria ser vista como meta indissociável das instituições escolares, visto que as condições de saúde podem interferir, positiva ou negativamente, no processo de ensino-aprendizagem. Objetivou-se neste trabalho contribuir para a promoção de saúde do escolar, realizando palestras educativas e lúdicas entre alunos e professores do ensino infantil da Escola Félix Araújo, enfatizando questões relacionadas à postura corporal humana e conscientizando os alunos para a prevenção de acidentes e as noções de primeiros socorros. Além de palestras, foram aplicadas atividades e questionários aos alunos, dependendo do assunto que fora abordado no encontro. Ao final do projeto, observou-se que as crianças gostaram da didática aplicada e que absorveram de forma mais fácil, conhecimento sobre os vários assuntos expostos durante o projeto.

Palavras-chave: Crianças; Lúdico; Postura.

1 INTRODUÇÃO

O Programa Nacional de Saúde Escolar (PNSE) tem como finalidades: promover e proteger a saúde e prevenir a doença na comunidade educativa; apoiar a inclusão escolar de crianças com necessidades de saúde e educativas especiais; promover um ambiente escolar seguro e saudável; reforçar os fatores de proteção relacionados com os estilos de vida saudáveis; e contribuir para o desenvolvimento dos princípios das escolas promotoras da saúde.

Há uma grande necessidade de orientar as crianças, principalmente em fase escolar e incentivá-las a adotar atitudes saudáveis em todos os aspectos. Por exemplo, as posturas impróprias adotadas por crianças em casa e por causa da escola causam um desequilíbrio na musculatura do corpo, tendo por resultado alterações posturais, e a vigilância por pais e por professores é muito importante para a correção oportuna de desvios posturais para evitar deformidades permanentes. O desequilíbrio na estrutura tônico-postural pode perdurar para a vida inteira da adolescência e do adulto.

A obesidade e a desnutrição, também podem vir a comprometer a estrutura músculo-esquelética do indivíduo, proveniente do excesso de peso principalmente na região do tronco e a fraqueza muscular gerando um desequilíbrio dos músculos de sustentação e estabilizadores. Segundo Monteiro e Conde (2000) a desnutrição na infância compromete o desenvolvimento ósseo em relação ao crescimento linear do organismo bem como o hipodesenvolvimento da musculatura de sustentação do indivíduo. Essas estruturas são comprometidas, favorecendo para o aparecimento de desvios posturais e patologias da coluna.

É preciso mudar a rotina destas crianças e adolescentes, inserindo-os na divulgação das práticas preventivas de saúde e cabe a todos os profissionais envolvidos no processo educacional e aos pais, um trabalho em conjunto, interdisciplinar, com o foco na plenitude da boa saúde.

No sentido de estender os conhecimentos teóricos trabalhados em sala de aula à comunidade, especialmente a saúde do escolar, surgiu a proposta

pioneira de levar educação em saúde às Escolas Municipais de Campina Grande, através de alunos graduandos do Curso de Fisioterapia por meio do projeto Fisioalegria: uma nova forma de cuidar. Utilizando como estratégia principal de disseminação do conhecimento e informações em saúde, atividades lúdicas, peças teatrais, dramatizações, dentre outras, a fim de que se torne uma prática prazerosa para os alunos, sob supervisão de professores do ensino superior da própria instituição, visando tornar estes escolares auto responsáveis pela sua saúde.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Saúde Escolar é o referencial do sistema de saúde para o processo de promoção da saúde na escola, que deve desenvolver competências na comunidade educativa, que lhe permita melhorar o seu nível de bem-estar físico, mental e social e contribuir para a melhoria da sua qualidade de vida. (FREITAS et al, 2007)

Abordar a prevenção de agravos à saúde no contexto da escola integra as diretrizes das políticas públicas ao se instituir a educação em saúde como tema transversal no ensino fundamental brasileiro. Nessa vertente torna-se necessária a inclusão deste tema nos currículos dos profissionais de saúde, pois a educação se constitui um meio importante na transformação e repadronização de condutas que proporcionem ambientes saudáveis, diminuindo os fatores de risco que nele existem (VIEIRA, et al, 2005)

Ferriani, Gomes (1997) colocam que a escola, com filosofia educativa e cidadã, se integra a outros setores na busca da transformação social, podendo ser forte aliada na promoção da saúde. Alianças podem ser estabelecidas para o complexo empreendimento de fazer com que as crianças e adolescentes se transformem em sujeitos de sua saúde, deixando de ser sujeitos das doenças. Nesse sentido, a filosofia da escola promotora de saúde enfatiza que essas

ações são construídas no dia-a-dia, conforme o ambiente e a estrutura de que se dispõe.

A carência emocional dos alunos do ensino fundamental revela também, certa indisposição na aquisição de conhecimentos novos buscando, no entanto, colaborar para a motivação dos alunos. É que as práticas orientadas são todas impregnadas de ludicidade, de dinâmicas, de brincadeiras, de técnicas de socialização e respeito ao próximo, agindo como facilitadora do processo de ensino-aprendizagem.

No ambiente escolar é importante que o sentido da vida seja apreendido por todos e que a auto-estima e as habilidades para o bem-viver estejam voltadas para a adoção de uma vida mais saudável. São muitos os desafios que os setores da saúde e da educação têm para efetivar ações de promoção de saúde (MENEZES; CATRIB, 2002).

Fortalecendo a interação da escola e criança, a brincadeira é o momento vivido e que lembra a infância; os jogos e as brincadeiras mudaram muito nos diferentes países e contextos sociais, porém o prazer de brincar não mudou e, ao mesmo tempo, o jogo é prazeroso e sério (FRIEDMAN, 1996).

Mungubaet al (2002) dizem que a atividade lúdica, como as demais tradições, é dinâmica e recebe influências da evolução social. A tradição do ato de brincar tem sido vivenciada e modificada a cada geração e a criança, durante o século XX, deparou-se com a ênfase na manipulação de objetos, brinquedos, jogos eletrônicos. As crianças necessitam de opções interessantes e motivadoras para participar do mundo. Nesse aspecto, o lúdico tem como potencialidade facilitar a fixação das percepções visual e auditiva porque os estímulos nessas áreas, com contrastes e voltadas para o interesse das crianças, levam à assimilação.

Andraus (2003) afirma que ministrar cursos de primeiros socorros para crianças pode ser um meio importante de contribuir para o decréscimo dos índices de morbimortalidade decorrentes de acidentes. É importante analisar o conhecimento prévio das crianças, quanto à prestação de primeiros socorros uma vez que a maioria já teve alguma informação, certa ou errada sobre a maneira de proceder em casos de acidentes mais comuns em seu dia a dia.

Conforme os documentos legais que o regulamentaram (como os Decretos Federais nºs 31.106/55 e 72.034/73), o programa da merenda escolar tinha como um dos seus objetivos oficiais melhorar as condições nutricionais das crianças e diminuir os índices de evasão e repetência, com a conseqüente melhoria do rendimento escolar. (ABREU,1995).

A atividade lúdica tem um papel educativo importante no desenvolvimento infantil, conhecendo e construindo o mundo, a partir dos intercâmbios sociais, das diferentes histórias de vida das crianças, dos pais e dos professores, que se torna fortalecido pela interação familiar, incorporada à escola. Fica mais fácil se trabalhar com alunos em um programa de promoção de saúde da criança e do adolescente, quando a tríade escola-aluno-família está coadunada em seus propósitos e expectativas.

3 METODOLOGIA

O projeto foi realizado com cerca de 40 crianças do Ensino Infantil da Escola Félix Araújo, em Campina Grande, reunidas uma vez por semana, totalizando 10 encontros. Através de álbuns seriados, painéis, peças teatrais e pequenos debates foram tratados diversos assuntos como a prevenção de acidentes, alimentação saudável, boa postura, socialização, entre outros.

4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

1ª Atividade – Que tal? Brincar e aprender!

Objetivo: Buscar a socialização entre os alunos da Escola Argemiro de Figueiredo com os integrantes do grupo Fisioalegria.

Atividade realizada: Montou-se um painel ilustrativo com animais conhecidos pelas crianças (cachorro, gato, coelho e etc.), da forma que, cada criança foi chamada por vez, ia até o painel, dizia seu nome, pegava um animal, falava que animal era aquele e alguma coisa relacionada à ele, como por exemplo, a maneira que o animal anda ou qual o barulho que ele faz. A interação aconteceu de forma divertida, já que quando uma criança não lembrava alguma coisa sobre o animal que havia pegado, seus amigos tentavam ajudar gritando as dicas e isso gerava muitas risadas de todos.

2ª Atividade – Os cinco sentidos do corpo humano.

Objetivo: Demonstrar a importância dos 5 sentidos – visão, tato, olfato, audição e gustação – através de álbuns seriados, destacando as deficiências de alguns indivíduos relacionados aos sentidos.

Atividade realizada: Através dos álbuns seriados, os integrantes do Fisioalegria, mostraram às crianças os cinco sentidos, os órgãos responsáveis por eles e quais as deficiências que acometem cada um. Logo depois, dividiu-se a turma em grupos e cada um teve a responsabilidade de falar sobre a importância de cada sentido do corpo humano, ressaltando as deficiências de cada um sempre associado ao respeito às diferenças individuais.

3ª Atividade – Como lidar com minha postura?

Objetivo: Orientar as crianças quanto aos cuidados com a postura corporal e a importância da adoção de hábitos saudáveis.

Atividade realizada: Inicialmente fez-se uma palestra sobre postura ressaltando as melhores posições para o corpo humano e quais as modificações que ocorrem ao corpo quando se adota uma postura errada. Após a palestra educativa, foram distribuídos folhetos com figuras para serem pintadas pelas crianças. Assim, eles foram orientados a pintar os desenhos em que os personagens do folheto se encontravam em posições corretas e deixar em branco as que estavam incorretas, de acordo com a limitação do esqueleto, das articulações e dos músculos.

4ª Atividade – Alimentação saudável

Objetivo: Mostrar atitudes saudáveis diante da alimentação e os ingredientes que são essenciais para uma boa saúde.

Atividade realizada: Através de um álbum seriado, os integrantes do Fisioalegria, mostraram quais os alimentos deveriam ser moderados na rotina das crianças e adolescentes e quais devem fazer parte da sua rotina diária. Depois disso, alguns alunos foram chamados para se dirigirem até os alimentos que estão desenhados no álbum seriado e mostrar o desenho ao grupo, onde todos emitiram em qual categoria tal alimento se enquadrava melhor: “bom”, “médio” ou “ruim”. No álbum haviam desenhos de alimentos como: frutas, verduras, massas, frituras, entre outros

. Além da execução das atividades citadas acima, ainda foram realizadas outras atividades juntamente com a Faculdade de Ciências Médicas, que não estavam dentro do cronograma do projeto, tais como: dia das crianças da FCM, Natal da FCM, entre outras; fazendo assim, o projeto ter duração de aproximadamente 3 anos e meio. Em todas as atividades realizadas pôde-se observar feedback positivo da parte das crianças e dos demais participantes

envolvidos, deixando claro a importância do lúdico na saúde do escolar. Observou-se também que o lúdico, em relação à promoção de saúde, facilitou a participação e a compreensão das crianças diante das informações a que foram expostas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se concluir que as atividades de educação em saúde realizadas em crianças na idade pré-escolar, de forma lúdica contribuíram significativamente no processo de aumento da percepção corporal e estímulo do autocuidado desses alunos, e que as atividades realizadas são um meio de comunicação mais eficaz para a assimilação, em relação às outras abordagens pedagógicas utilizadas.

As crianças motivaram-se durante todo o período de realização do trabalho e nas semanas que se seguiram, mostrando a aprovação destas técnicas.

Foi visto que o lúdico exerce um papel importante na aprendizagem das crianças, onde os professores responderam que é possível reunir dentro da mesma situação o brincar e o educar. Verificou-se que os professores possuem uma percepção adequada em relação ao lúdico de acordo com os autores pesquisados.

A partir do exposto pode-se concluir que a maioria dos professores apresenta certo conhecimento sobre o tema, porém observa-se, ainda, que é necessário tanto nas escolas públicas quanto privadas, uma maior conscientização no sentido de desmistificar o papel do “brincar”, que não é apenas um mero passatempo, mas sim um objeto de grande valia tanto na aprendizagem quanto no desenvolvimento das crianças.

Desta forma a escola e, principalmente, a educação infantil deveria considerar o lúdico como parceiro e utiliza-lo amplamente para atuar no desenvolvimento e na aprendizagem da criança.

5 REFERÊNCIAS

ABREU, M. **Alimentação Escolar: combate à desnutrição e ao fracasso escolar ou direito da criança e ato pedagógico?** Brasília, ano 15, n.67, jul./set. 1995.

FERRIANI, M., G., C., GOMES R. **Saúde escolar: contradições e desafios.** Goiânia: AB Editora. 1997.

FREITAS, A, et al. **Equipe saúde escolar.** Serviço Saúde Pública do Centro de Saúde de Celorico de Basto. 2005.

FRIEDMANN, A. **Brincar: crescer e aprender. O resgate do jogo infantil.** São Paulo: Moderna. 1996.

MENEZES B., L.; CATRIB A., M., F. **Educação em saúde no espaço escolar.** In: Resumos do VIII Encontro de Iniciação à Pesquisa da UNIFOR; 2002 Set 16-18; Fortaleza, CE; 2002.

MONTEIRO, C.A & CONDE, W.L. **Tendência secular da desnutrição e obesidade na infância na cidade de São Paulo.** *Revista de Saúde Pública*,34:52-61. 2000

MUNGUBA M., C., et al. **Jogos eletrônicos: apreensão de estratégias de aprendizagem.** *Revista Brasileira em Promoção da Saúde.* 2003;16:39-48.

VIEIRA, L., J., S. et al. **O lúdico na prevenção de acidentes em crianças de 4 a 6 anos.** *RBPS* 2005; 18 (2): 78-84.

ANEXOS

