

ENFERMEIRO NA SAÚDE ESCOLAR: AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PRÁTICAS ALIMENTARES

Juliana Regina Dias Mikowski¹

Amanda Nelissa Kraiczzi Felix²

Julia Vitoria Chiquito Iaroczinski³

Maria Eduarda Assunção⁴

Elaine Antunes Rinaldi⁵

Resumo: O ambiente escolar é essencial para o entendimento sobre questões de saúde e educação, dentre eles os hábitos alimentares. Assim, ressalta-se a importância do enfermeiro como educador em saúde neste local visando orientar e prevenir agravos futuros. O objetivo é relatar a experiência das ações de educação em saúde promovidas pela enfermagem nas escolas, direcionadas às boas práticas alimentares, enfatizando a adesão a boas práticas de saúde. A metodologia da ação extensionista foi organizada de modo a atender as faixas etárias dos participantes, foram realizadas atividades de educação em saúde para crianças e adolescentes matriculadas no Ensino Fundamental I e II, estruturadas por acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa em uma escola social do município de Ponta Grossa/Paraná. As dinâmicas aconteceram de forma lúdica, interativa e de fácil compreensão através de jogos e imagens ilustrativas. A atividade permitiu observar as práticas alimentares dos estudantes, que se demonstraram inadequadas em sua maioria, bem como a importância do enfermeiro ao incentivar boas práticas alimentares, onde foi possível observar a contribuição positiva com as crianças e a satisfação das famílias em compreender a importância de uma alimentação saudável e seus benefícios à saúde. A ação atendeu as expectativas na educação permanente dos alunos e sua adesão às informações transmitidas através de parcerias entre instituições de educação e profissionais da área da saúde.

Palavras-chave: Enfermagem em saúde comunitária; Promoção da saúde escolar; Educação em saúde; Alimentação saudável; Extensão em Saúde.

SCHOOL HEALTH NURSE: HEALTH EDUCATION ACTIONS FOR EATING PRACTICES

Abstract: The school environment is essential for understanding health and education issues, including eating habits. Thus, the importance of nurses as health educators in this setting is highlighted, aiming to guide and prevent future problems. The objective of this action sought to identify the relevance of

¹ Graduada em Enfermagem. Doutora em Ciências da Saúde. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem e Saúde Pública da Universidade Estadual de Ponta Grossa - PR. E-mail para contato: jrdias@uepg.br

² Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. E-mail para contato: jrdias@uepg.br

³ Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. E-mail para contato: jrdias@uepg.br

⁴ Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. E-mail para contato: jrdias@uepg.br

⁵ Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. E-mail para contato: jrdias@uepg.br

nurses in schools as preceptors of changes in the perception of eating habits, emphasizing adherence to good health practices. The methodology of the extension action was organized to meet the age groups of the participants. Health education activities were carried out for children and adolescents enrolled in Elementary School I and II, structured by students of the Nursing Undergraduate Course at the State University of Ponta Grossa in a social school in the city of Ponta Grossa/Paraná. The dynamics took place in a playful, interactive and easy-to-understand way through games and illustrative images. The activity allowed us to observe the students' eating habits, which were mostly inadequate, as well as the importance of nurses in encouraging good eating habits, where it was possible to observe the positive contribution made to the children and the satisfaction of families in understanding the importance of healthy eating and its health benefits. The action met the expectations of the students' continuing education and their adherence to the information transmitted through partnerships between educational institutions and health professionals.

Keywords: Enfermagem em saúde comunitária; Promoção da saúde escolar; Educação em saúde; Alimentação saudável; Extensão em Saúde.

INTRODUÇÃO

A infância e a adolescência são períodos constituídos de transformações significativas que carregam consigo mudanças na consolidação dos hábitos alimentares que influenciam a saúde destes indivíduos (Assunção, 2020). Os indicadores de sobrepeso e obesidade vêm se tornando alarmantes nos últimos 20 anos, e hoje considera-se uma das grandes preocupações da saúde pública (Facini, 2023). Considerando que o ambiente escolar apresenta um papel importante na educação formal acerca de questões sobre saúde e qualidade de vida (Bastos, 2021) e, as ações produzidas neste ambiente são fundamentais na promoção do bem-estar físico e nutricional como também na prevenção de comportamentos que os expõem a diversos riscos e agravos futuros, como excesso de peso e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (Anjos, 2022).

O Programa Saúde na Escola (PSE) foi criado em 2007, por meio de parceria entre os Ministérios da Educação e da Saúde, visando a promoção de uma educação em saúde integral aos alunos por meio de uma avaliação com a equipe multidisciplinar, da qual o enfermeiro faz parte (Bastos, 2021). A enfermagem, mediante sua competência profissional, possui importante papel nas escolas para o estabelecimento de práticas alimentares saudáveis ao proporcionar aos adolescentes conhecimento acerca dos nutrientes das refeições diárias (Anjos, 2022). Além disso, a profissão detém atribuições e competência para produzir atividades lúdicas e

técnicas que envolvem este grupo, e com isso propagam uma promoção em saúde eficaz e perdurável (Bastos, 2021).

Considerando que o enfermeiro no ambiente escolar pode trazer inúmeros benefícios, o presente relato tem como objetivo relatar a experiência nas ações de educação em saúde promovidas pelos acadêmicos do Curso de Bacharelado em Enfermagem em escolas públicas, direcionadas às boas práticas alimentares avaliando sua importância frente às mudanças nos hábitos. Dentre as principais metas da ação, destacam-se aquelas que possuem mais influência e impacto na qualidade de vida do público alvo, visando assim, atender de forma precoce as lacunas existentes nos hábitos alimentares das crianças e adolescentes. Prevendo que, a infância caracteriza-se como a melhor fase para a construção de uma identidade alimentar, que terá impactos tanto dentro quanto fora do ambiente escolar (Carvalho, 2023).

O texto está organizado em três seções, na primeira discutem-se as possibilidades e os desafios das ações em saúde no contexto escolar. Na próxima seção é apresentada a metodologia utilizada e as ações extensionistas desenvolvidas na escola pública. Por fim, tece-se alguns comentários indicando a relevância das ações extensionistas para o percurso formativo dos acadêmicos e a articulação com a comunidade a partir das suas necessidades e demandas.

IMPACTOS DAS AÇÕES EM SAÚDE NO CONTEXTO ESCOLAR

A oferta da educação em tempo integral tem sua origem nas ideias de Anísio Teixeira, na década de 1950, porém sua implementação se deu apenas no início do século XXI, com a retomada das discussões acerca da melhoria da qualidade da escola pública e do direito à educação a todas as pessoas.

A educação em tempo integral demanda organização de espaços e do tempo da jornada escolar, para que o processo educativo se torne realmente significativo para o aluno. Para isso, é necessário um planejamento escolar que contemplem atividades e conteúdos que mobilizem os alunos para a aprendizagem. Com isso, o contexto escolar torna-se um espaço propício para o desenvolvimento de ações

articuladas com outros profissionais e com outras áreas, de modo que os conteúdos sejam direcionados para o desenvolvimento integral do aluno.

No âmbito do ensino superior a articulação das instituições com a sociedade se dá, predominantemente, pelo desenvolvimento de ações extensionistas que possibilitam aos acadêmicos momentos de aprendizagem e formação profissional. As ações permitem que os acadêmicos vivenciem e principalmente, relacionem o conteúdo ensino em sala de aula com as experiências adquiridas no cotidiano social, promovendo a articulação entre teoria e prática.

Para a comunidade, as ações extensionistas contribuem para socialização de informações e práticas que vão ao encontro de suas demandas e necessidade. Essa articulação, entre sociedade e universidade, aproxima os acadêmicos das demandas e possibilita uma via de mão-dupla, na qual todos os participantes têm a oportunidade de exercer a sua cidadania.

Cabe não somente às instituições de ensino superior socializar e articular-se com as demandas da sociedade, mas também, cabe ao Estado assegurar direitos para a população, dentre esses direitos a saúde é um direito social, e exige políticas e programas que garantam a sua efetividade.

A partir do direito à saúde e bem-estar as ações realizadas no contexto escolar têm grande potencial quanto ao seu real impacto, pois os estímulos realizados nesta faixa etária podem se transformar em hábitos consolidados. Portanto, as práticas extensionistas demonstram-se aliadas no processo de educação, ao associar teoria e prática, oportunizando ações que favorecem diretamente os envolvidos. Fato este, vivenciado e descrito na presente ação extensionista, parceria entre as áreas da educação e da saúde.

A atividade descrita consistiu em atender as demandas de saúde relacionadas aos hábitos alimentares dos participantes por meio de práticas baseadas em evidências, direcionadas às demandas específicas observadas e relatadas pelos mesmos. A estratégia de promoção em saúde buscou realizar a análise situacional dos alunos buscando identificar os alimentos mais consumidos, conseguindo a organização e desenvolvimento do método para atender de forma assertiva as demandas.

Considerando que o ambiente escolar é ideal para efetuar o desenvolvimento da formação integral dos alunos, os conhecimentos dos profissionais de enfermagem se tornam aplicáveis ao incentivar condutas mais saudáveis e assim diminuir os agravos (Anjos,2022). É possível visualizar um bom prognóstico das ações realizadas no contexto escolar. O desfecho positivo e a boa aceitação das crianças e adolescentes levam em consideração, as estratégias adequadas à idade (Silva, 2024).

Em vista disso, a atividade uniu a interface lúdica com estratégias visuais, materiais de fácil compreensão, dinâmicas interativas e materiais de informação com protocolos adaptados. Buscou-se categorizar os alimentos em: “bons” ou “ruins” avaliando seus ingredientes, nutrientes e o processo de preparo, classificando-os de acordo com seus malefícios ou benefícios à saúde. As orientações repassadas posteriormente foram pautadas em conhecimentos adquiridos na grade curricular do curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa; os alunos(as) do 2º, 3º e 4º ano, em conjunto com os docentes responsáveis pelo Projeto de Extensão puderam orientar o público alvo com informações úteis e aplicáveis ao dia a dia, oportunizando trocas mais assertivas nos hábitos alimentares, reforçando seus impactos na idade escolar e na vida adulta.

METODOLOGIA

As ações extensionistas foram desenvolvidas a partir da pesquisa-ação, em uma escola social, localizada no município de Ponta Grossa /PR, com inserção do profissional enfermeiro, discentes e docentes.

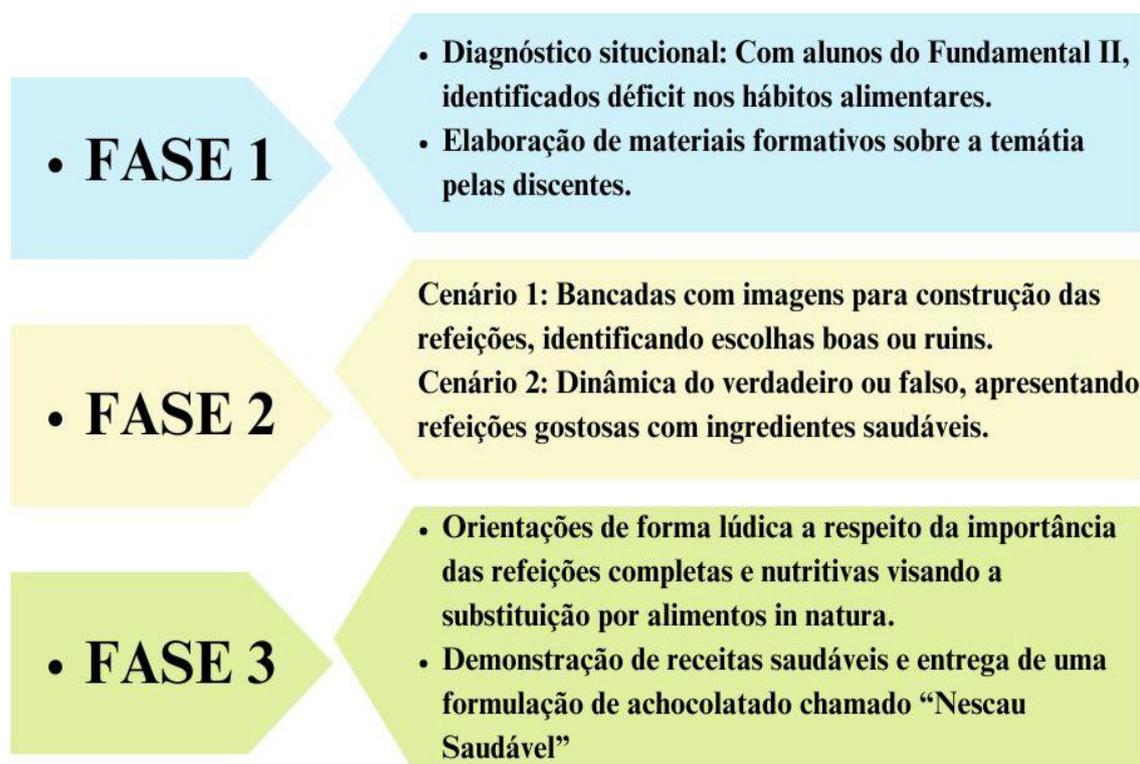
A pesquisa-ação como proposta metodológica é concebida como:

[...] é um tipo de pesquisa social que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação da realidade a ser investigada estão envolvidos de modo cooperativo e participativo. (Thiollent,1985, p.14).

Portanto, tem estreita relação com as demandas da comunidade e com o interesse dos acadêmicos em promover ações que se traduzam em um compromisso social.

A ação oportunizou as dinâmicas ao contemplar o momento com a presença dos alunos do Fundamental II com idades entre 7 à 11 anos e seus familiares. No dia ocorria na escola, um evento local nomeado “Dia da Família”, contribuindo para uma abordagem mais ampla dos temas, agregando interação entre família, alunos e profissionais. O fluxograma oportunizou a participação organizada dos discentes, organizadas em fases 1,2 e 3.

Figura 1: Fluxograma de atividades.



Fonte: As autoras 2024.

A fase 1 ocorreu previamente à ação por meio de visitas anteriores nas salas de aula. Foram utilizados mecanismos, como enquetes e perguntas individuais, para identificar os hábitos alimentares dos alunos, com trocas de experiências, perguntas

e respostas, elaboração de desenhos e atividades. Após, em conjunto com os participantes Projeto de Extensão foram elaboradas as principais estratégias e materiais a serem utilizados na fase 2. Nesta, os materiais previamente desenvolvidos pelos discentes foram dispostos na sala de aula para desenvolvimento da atividade.

No cenário 1 ocorria a dinâmica da “Construção do prato saudável”; o participante deveria girar uma roleta, que haviam as cinco principais refeições diárias e de acordo com a opção que caísse, ele(a) deveria montar seu prato do dia-a-dia de acordo com suas escolhas pessoais. Ao término, os discentes deram uma “nota” para o prato do participante, utilizando fantoches com expressões felizes ou tristes. Durante a dinâmica foi possível reunir orientações sobre os benefícios dos alimentos aliados ao desempenho cognitivo, nutrientes essenciais para uma boa alimentação e trocas benéficas aplicáveis à rotina. Concomitantemente no cenário 2, realizava-se a dinâmica do “verdadeiro ou falso”. Eram dispostas sobre a mesa refeições visualmente gostosas, o participante deveria descobrir se aquela receita era composta por alimentos in natura ou processados.

Na fase 3 pode-se trabalhar com a orientação de receitas gostosas ao paladar com ingredientes mais saudáveis e nutritivos, como: lasanha de abobrinha, suco de frutas, macarronada com legumes, sorvete, entre outros. Para consolidar as orientações, os discentes elaboraram uma formulação de “Nescau Saudável” com menos açúcar e ingredientes, para que os participantes pudessem experimentar em suas casas uma opção mais saudável de achocolatado, visto que este alimento é frequentemente consumido por indivíduos nesta faixa etária.

Figura 2: Cenário 1, dinâmica da roleta e construção das refeições.



Figura 3: Cenário 2, dinâmica do verdadeiro e falso e orientações de trocas alimentares



Fonte: Dados coletados pelas autoras (2024)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Figura 4, traz a Tabela 1, a qual mostra que 25 alunos apresentam elevado consumo de carboidratos em todas as refeições, baixo consumo de frutas ao longo do dia e regular consumo de legumes apenas na refeição do almoço. Estudos mostram que, no Brasil, a alimentação nessa faixa escolar caracteriza-se por consumo elevado de alimentos ricos em gorduras e carboidratos como também pobres em fibras, proteínas e vitaminas (Neta, 2021).

Tabela 01. Consumo de nutrientes por classe alimentar, consumido pelos adolescentes de uma instituição escolar do município de Ponta Grossa/Paraná. (N 25)

	Carboidratos	%	Proteínas	%	Legumes	%	Frutas	%	Bebidas	%	Total	%
<i>Café da manhã</i>	18	72	2	8	0	0	3	12	15	60	20	80
Almoço	23	92	20	80	13	52	2	8	10	40	23	92
<i>Lanche</i>	17	68	3	12	0	0	3	12	14	56	23	92
<i>Jantar</i>	23	92	15	60	7	28	3	12	13	52	25	100

Fonte: Dados coletados pelas autoras (2024).

A Figura 5, traz a Tabela 2 que apresenta o consumo diário de alimentos industrializados e processados, neste cenário 11 alunos relataram uso exagerado de alimentos ultraprocessados, ao passo que legumes e frutas estavam em escassez. Fato evidenciado em outro estudo que demonstra que, no Brasil, 59,16% de alunos referenciando quase nunca ingerem alimentos in natura, enquanto 43,86% ingerem alimentos ultraprocessados, no mínimo de duas a quatro vezes por semana (Macedo, 2021).

Tabela 02. Consumo de alimentos processados e nutritivos entre adolescentes de uma Instituição escolar do município de Ponta Grossa/Paraná. (N 11)

	Exageros		Escassez		Total	
<i>Ultra processados</i>	8	72,7%	Carboidratos	0	0%	11
Processados	5	45,5%	Proteínas	3	27,3%	11
<i>In-natura</i>	1	9,1%	Legumes e Frutas	7	63,6%	11

Fonte: Dados coletados pelas autoras (2024).

Com base nos resultados dos hábitos alimentares apresentados pelos participantes, foram organizados os cenários buscando direcionar as orientações pertinentes. Assim, oportunizou-se a visualização de alimentos mais indicados durante as refeições, bem como substituições saudáveis e receitas, em diferentes formas de apresentação. Percebe-se que o processo pedagógico na realização de uma atividade traz bons resultados quando aplicado com a confiança de um bom atendimento para um fácil aprendizado (Costa, 2020).

As estratégias lúdicas foram fortemente utilizadas durante a ação, visando obter a interação do público ao se deparar com materiais coloridos, com diversas opções de escolhas alimentares, cartazes em destaque e dinâmicas que reuniram a participação em conjunto. A síntese permitiu a execução das atividades lúdicas direcionadas tanto aos alunos quanto aos seus familiares, percebendo interesse em mudar o padrão alimentar e conhecer novas maneiras de consumir alimentos que podem contribuir mais para a saúde e bem-estar. A realização das atividades pelos acadêmicos do curso de Enfermagem oportunizou a ampliação da visão sobre as ações do enfermeiro como profissional educador e agente de transformação social.

CONCLUSÃO

A Educação em Saúde é uma proposta voltada à promoção da saúde em diversas áreas da comunidade, por meio de atividades educativas realizadas pelo Enfermeiro, e envolve aspectos práticos e teóricos que facilitam a compreensão de temas importantes e que estejam impactando de maneira negativa a comunidade. Os enfermeiros e estudantes de enfermagem são veículos facilitadores de informações dentro dos ambientes que se inserem, pois conseguem envolver o público com entusiasmo, pela conquista de vínculo e comunicação assertiva, essenciais para uma assistência de qualidade.

Destaca-se que a prática extensionista possibilita que tais vivências sejam possíveis antes mesmo da inserção do profissional no mercado de trabalho, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades e competências de comunicação e expertise ao interagir com diferentes públicos. É possível ao se

deparar com situações atípicas, os envolvidos nas ações observarem demandas e lacunas a serem trabalhadas de forma mais específica. Tais experiências beneficiam os envolvidos, viabilizando de forma direta atribuir conhecimento teórico ao cenário de prática, levando em consideração que essas ações promovem a capacitação dos profissionais. A atividade desenvolvida cumpriu seu principal objetivo ao contribuir com a educação permanente ao público alvo.

REFERÊNCIAS

ANJOS, J.S.M., et al. Atuação da enfermagem em ambiente escolar: uma revisão integrativa. **Rev. Eletrônica Acervo Saúde**, v.15, n.6, 2022. Disponível em: DOI: 10.25248/REAS.e10248.2022. Acesso em: 2 jul. 2024.

ASSUNÇÃO, M.L.B, et al. Educação em saúde: a atuação da enfermagem no ambiente escolar. **J Nurs UFPE on line**, 2020. Disponível em: DOI: 10.5205/1981-8963.2020.243745. Acesso em: 2 jul. 2024.

BASTOS, P.O., et al. Atuação do enfermeiro brasileiro no ambiente escolar: Revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, 2021. Disponível em: DOI: 10.33448/rsd-v10i9.18089. Acesso em: 4 out. 2024

COSTA, D.A.C., et al. Enfermagem e a Educação em Saúde. **Rev Cient Esc Estadual Saúde Pública Goiás "Candido Santiago"**. 2020;6(3):e6000012. Disponível em: DOI: [10.22491/2447-3405.2020.V6N3.6000012](https://doi.org/10.22491/2447-3405.2020.V6N3.6000012). Acesso em: 6 jun. 2024.

MACEDO, H.M. , et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e o papel das escolas e da família na reeducação alimentar dos adolescentes escolares. **Investigação, Sociedade e Desenvolvimento**. 10, 11 (agosto de 2021), e122101119338. DOI: [10.33448/rsd-v10i11.19338](https://doi.org/10.33448/rsd-v10i11.19338). Acesso em: 18 out. 2024.

NETA, A.C.P.A.N., et al. Padrões alimentares de adolescentes e fatores associados: estudo longitudinal sobre comportamento sedentário, atividade física, alimentação e saúde dos adolescentes. **Rev, Ciência e Saúde Coletiva**, v. 26, n 2, 2021. Disponível em: DOI: 10.1590/1413-81232021269.2.24922019. Acesso em: 9 set. 2024.

SILVA, . de M.; CARDOSO, . M.; BERTOZA, . P. S. T.; SANTOS, . M. Estratégias lúdicas como ferramenta de intervenção do enfermeiro frente às vulnerabilidades da infância. **Biológicas & Saúde**, [S. l.], v. 8, n. 27, 2018. DOI: 10.25242/886882720181461. Disponível em: https://www.perspectivasonline.com.br/biologicas_e_saude/article/view/1461. Acesso em: 7 out. 2024. Acesso em: 17 out. 2024

DE CARVALHO, Lais Matos. Caracterização dos Hábitos Alimentares e da Prática de Atividade Física de Crianças em Idade Escolar do Município de Santa Maria da Feira. 2023. Acesso em: 5 ago. 2024

FACINI, Alessandra; LUCION, Rúbian; TRENTIN, Micheli Mayara. A IMPORTÂNCIA DA REALIZAÇÃO DE ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ESCOLARES. **Anais de Saúde Coletiva**, [S.l.],v.3,n.1,p.1-3,mar.2024.Disponível em:<<https://uceff.edu.br/anais/index.php/SAUCOLET/article/view/613>>. Acesso em: 17 oct. 2024.

ESQUINSANI, Rosimar Serena Siqueira. A ESCOLA EM TEMPO INTEGRAL NO BRASIL: UMA REVISÃO EM TRÊS ATOS. Educação em Revista, Marília, SP, v. 25, p. e024005, 2024. DOI: 10.36311/2236-5192.2024.v25.e024005. Disponível em: <https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/educacaoemrevista/article/view/15277>.. Acesso em: 17 out. 2024.

Recebido em 17/10/2024

Versão corrigida recebida em 20/11/2023

Aceito em 10/12/2024

Publicado online em 16/12/2024