

Título: “I Agita IFSP”: ações de prevenção e promoção à saúde para alunos do ensino médio integrado ao técnico profissionalizante do Instituto Federal de Barretos.

Audrey Andrade Bertolini¹, Renata Nicizak Villela², Karyn Meyer³, Larissa Vicente Tonacio⁴

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo. Campus Barretos. e-mail: audrey.bertolini@ifsp.edu.br

²Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo. Campus Barretos. e-mail: rvillela@ifsp.edu.br

³Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo. Campus Barretos. e-mail: karyn@ifsp.edu.br

⁴Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo. Campus São Paulo. e-mail: larissa.tonacio@ifsp.edu.br

Resumo: O ambiente escolar é considerado propício para o desenvolvimento de ações que visam à prevenção e promoção da saúde. A escola é indiscutivelmente o melhor agente para promover a educação em saúde, uma vez que é na infância e na adolescência que se fixam atitudes e práticas de estilo de vida difíceis de modificar na idade adulta. O objetivo do presente trabalho foi descrever uma experiência de ações de prevenção e promoção à saúde aos discentes. O evento I Agita IFSP ocorreu na primeira semana de acolhimento, despertando o interesse do público adolescente, cerca de 370 alunos matriculados no ensino médio integrado, de 13 a 19 anos, para práticas esportivas, de bem-estar e de cuidados com a saúde. Cada ação teve duração de 30 minutos. Foram cinco palestras e oito modalidades de esporte ou dança. Todos os alunos participaram do ciclo de atividades. Após a avaliação, os dados individuais foram tabulados para acompanhamento e posterior desenvolvimento de ações de saúde e educação alimentar e nutricional. Além disso, foram rastreados os alunos que necessitavam de encaminhamento para Unidades Básicas de Saúde. Os adolescentes demonstraram interesse e participação, emitindo relatos positivos em todas as atividades propostas. O ciclo de atividades despertou o início do aprendizado sobre os cuidados com a saúde. Espera-se, assim, que o presente relato de experiência amplie a discussão sobre estratégias adotadas em ações em prevenção de doenças e promoção à saúde com escolares e realização de ações futuras.

Palavras-chave: adolescentes; atividade física; escola; promoção à saúde; nutrição

Linha Temática: Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

1 INTRODUÇÃO

A escola é um dos ambientes mais propícios para o desenvolvimento de ações que visam à promoção da saúde e prevenção de doenças. Indiscutivelmente, é o melhor agente para promover a educação em saúde, uma vez que é na infância e na adolescência que se fixam atitudes e práticas de estilo de vida difíceis de modificar na idade adulta (TURANO, 1990).

A adolescência é um período de vida no qual há mudanças no desenvolvimento biológico, psíquico e social. É uma etapa em que o ser humano passa por um turbilhão de alterações tanto em sua forma e composição corporal quanto em suas características psíquicas. É nesse período, entre 10 e 19 anos, que o adolescente estrutura, de forma mais significativa, sua imagem corporal (FORTES et al., 2015).

A maneira como ocorrem estas transformações varia consideravelmente entre os indivíduos e as sociedades. Fatores sociais, culturais e econômicos envolvidos neste processo podem acentuar ainda mais as diferenças já existentes entre os adolescentes de mesma idade e sexo (LOURENÇO ET AL, 2011). As condições de vida e saúde e também as iniquidades sociais em nosso país permitem dizer que essa parcela da população está exposta a graves riscos de adoecimento e a situações de vulnerabilidade. Conhecer o perfil da população da nossa Instituição será primordial para a promoção e proteção à saúde dos alunos. Com isso, impactará de maneira positiva na qualidade de vida, nas condições de aprendizado e, conseqüentemente, na construção da cidadania.

Esse evento foi inspirado no modelo do Agita São Paulo e Agita Galera, que são programas coordenados pela Secretaria de Estado da Saúde e Educação, tendo como proposta o aumento do nível de atividade física, a promoção de um estilo ativo de vida, ou seja, não só mover o corpo para a saúde física, mas também para a mental e social, constituindo, assim, uma cidadania ativa.

Os objetivos do I Agita IFSP foram avaliar o estado de saúde dos alunos e promover e planejar ações de prevenção à saúde aos discentes.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O evento I Agita IFSP ocorreu durante a semana de acolhimento dos estudantes do ensino médio integrado ao técnico profissionalizante, atendeu cerca de 370 alunos, entre 13 e 19 anos, despertando o interesse para práticas esportivas, de bem-estar e de cuidados com a saúde. A nutricionista do campus foi responsável pela organização e coordenação do evento. Os docentes participaram da execução, mas não do planejamento das atividades. Tivemos parcerias com a Prefeitura de Barretos, por meio da Secretária de Saúde, da Faculdade de Barretos, do Centro Universitário da Fundação Educacional de Barretos (UNIFEB) e de academias particulares. As palestras foram realizadas nos auditórios e as atividades físicas na quadra poliesportiva e no pátio. Participaram profissionais da área da saúde, professores e alunos dos cursos de Odontologia, Nutrição e Psicologia. Foram distribuídos materiais educativos.

3 RESULTADOS

No ciclo de palestras, foram desenvolvidos temas como: Prevenção e tratamento da dependência química; Prevenção e orientação sobre doenças sexualmente transmissíveis; Promoção da Saúde Bucal com os alunos do curso de Odontologia da UNIFEB; Alimentação Saudável com os alunos do curso de Nutrição; e Saúde Mental com a palestra Estresse na Adolescência. As atividades físicas desenvolvidas foram alongamento, judô, zumba, ballet, jazz, voleibol, ginástica funcional e muay-thai com os professores de academias particulares. O evento também contou com o Trailer da Saúde, devidamente equipado para atender à demanda da área de Odontologia, realizando um levantamento de saúde bucal, orientações de higiene oral e profilaxia. As atividades foram simultâneas, todos os alunos participaram do ciclo de palestras e as atividades físicas eram de livre escolha. Os alunos de nutrição da faculdade de Barretos realizaram aferição de peso, altura, índice de massa corpórea (IMC) e orientação nutricional individualizada. Após a realização da atividade, os dados individuais foram tabulados para acompanhamento e desenvolvimento de ações de saúde e educação alimentar e nutricional. Posteriormente, esta oficina compôs o ciclo de oficinas psicossociais desenvolvido pela coordenadoria sociopedagógica do campus. Os dados coletados orientaram o planejamento da oficina sobre rotulagem nutricional, que teve como objetivo proporcionar aos estudantes a reflexão sobre a importância da escolha de alimentos saudáveis no dia a dia. Além disso, foram rastreados os alunos que necessitavam de encaminhamento para Unidades Básicas de Saúde.

Tabela 1 – Planejamento do encontro de saúde Agita IFSP para alunos do curso médio integrados – Campus Barretos, 2018.

Data	Horário	Área	Duração	Tema	Materiais	Responsável	Parceria
07/02/18	7:00 às 12:20	Odontologia	30 minutos cada turma	Palestra sobre saúde bucal	Fornecimento de kits da Colgate®	Prof. Dr. Fabio Luiz Ferreira	UNIFEB
07/02/18 a 09/02/18	7:00 às 12:20	Odontologia	30 minutos cada turma	Atendimento individual no Trailer	Folder educativo	Prof. Dr. Fabio Luiz Ferreira	UNIFEB
07/02/18	7:00 às 12:20	Educação Física	30 minutos cada atividade	Alongamento, judô, zumba, ballet, jazz, voleibol, funcional e muay-thai	-	Prof.s academias	ACADEMIAS
07/02/18 a 09/02/18	7:00 às 12:20	Nutrição	30 minutos cada turma	Aferição Peso, altura e IMC	Tabela de diagnostico nutricional, balança, estadiômetro	Profa. Me Camilla Centurion	FACULDADE BARRETOS

IV Congresso de Educação Profissional e Tecnológica – CONEPT. Araraquara - Setembro de 2018

07/02/18	7:00 às 12:20	Nutrição	30 minutos cada turma	Palestra sobre alimentação saudável	Folder educativo	Profa. Me Camilla Centurion	FACULDADE BARRETOS
07/02/18	7:00 às 12:20	Secretaria da Saúde	30 minutos cada turma	Roda de conversa DST	Folder educativo	Cecilia	SECRETARIA DA SAÚDE
7/02/18	7:00 às 12:20	Secretaria da Saúde	30 minutos cada turma	Palestra de Prevenção e tratamento da dep. Química	-	Psicóloga Adriana	SECRETARIA DA SAÚDE
07/02/18	7:00 às 12:20	Psicologia	30 minutos cada turma	Palestra sobre Saúde Mental	-	Profa. Me Fabiana	FACULDADE BARRETOS

Fonte: O próprio autor

Figura 1 – Demonstração das atividades desenvolvidas no encontro de saúde Agita IFSP para alunos do curso médio integrados – Campus Barretos, 2018.



Fonte: O próprio autor

4 CONCLUSÕES

O evento foi o início do desenvolvimento de ações voltadas à prevenção e promoção da saúde na escola. A parceria com outras instituições possibilitou enriquecimento das atividades propostas. Os adolescentes demonstraram interesse, participação e relatos positivos em todas as atividades propostas. Espera-se, assim, que o presente relato de experiência amplie a discussão sobre as estratégias adotadas em ações em prevenção e promoção à saúde com escolares e a realização de ações futuras.

REFERÊNCIAS

FORTES, Leonardo de Sousa et al. Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares? **Rev. nutr**, v. 28, n. 3, p. 253-264, 2015.

LOURENÇO, Ana Maria; TAQUETTE, Stella R.; HASSELMANN, Maria Helena. Avaliação nutricional: antropometria e conduta nutricional na adolescência. **Adolescência e Saúde**, v. 8, n. 1, p. 51-58, 2011.

TURANO, W. A Didática na Educação Nutricional. In: GOUVEIA, E. *Nutrição Saúde e Comunidade*. São Paulo: Revinter, 1990. 246 p.