

UNIVERSIDADE CESUMAR - UNICESUMAR
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA

PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E
ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS

ISABELLA BELTRAMI

MARINGÁ – PR
2021

Isabella Beltrami

**PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E
ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS**

Artigo apresentado ao Curso de Graduação em Medicina da Universidade Cesumar – UNICESUMAR como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Medicina, sob a orientação da Prof^ª. Dra. Mayra Costa Martins.

MARINGÁ – PR

2021

FOLHA DE APROVAÇÃO

ISABELLA BELTRAMI

PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS

Artigo apresentado ao Curso de Graduação em Medicina da Universidade Cesumar – UNICESUMAR como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Medicina, sob a orientação do Prof^ª. Dra. Mayra Costa Martins.

Aprovado em: ____ de _____ de ____.

BANCA EXAMINADORA

Nome do professor – (Titulação, nome e Instituição)

Nome do professor - (Titulação, nome e Instituição)

Nome do professor - (Titulação, nome e Instituição)

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de agradecer a Deus, que sempre me mostrou o caminho correto e me abençoou para que eu pudesse concluir este trabalho.

Também agradeço aos meus pais que sempre estiveram ao meu lado e ouviram meus desabafos com paciência e amor.

Agradeço à Prof^a. Valeria do Amaral que me auxiliou durante os processos finais de organização e preparação desta pesquisa, e à Prof^a. Mayra Costa Martins, que foi mais que minha orientadora, me inspirando a ser uma profissional que realmente escuta e conhece seus pacientes.

Em especial, gostaria de agradecer meus colegas que trabalharam junto comigo na aplicação desta pesquisa: Betina Zanchett, Caio Muller Tritapepe, Greice Woloszin, Gustavo Silveira Giroto, João Vitor de Lima Poera, Luiza Castaldelli Turra, Luiza Santolin e Maria Clara Guntzel Vidigal. Sem vocês nada disso seria possível.

Às pessoas com as quais convivi ao longo desses anos de curso, que me incentivaram, e que certamente tiveram impacto na minha formação acadêmica.

Além disso, agradeço a Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes, que recebeu a mim e a ideia desta pesquisa de braços abertos, sempre dispostos a colaborar.

Por fim, agradeço minha instituição de ensino, a Universidade Cesumar, que foi essencial no meu processo de formação profissional, pela dedicação, e por tudo o que aprendi ao longo dos anos do curso.

PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS

Isabella Beltrami

RESUMO

A pesquisa participação-ação tem o intuito de envolver a comunidade na análise de sua própria realidade, sendo assim, o objetivo deste trabalho foi compreender a situação de saúde dos alunos dos 3º e 4º anos que frequentaram a Escola Municipal Helenton Borba Cortez, no ano de 2019, em Maringá - Pr. Por meio da coleta de dados antropométricos e da convivência com os alunos, foi possível desenvolver ações que educassem essa população solucionando os problemas encontrados. Os pontos discutidos neste trabalho foram: a) sobrepeso infantil; b) maus hábitos alimentares; c) agressividade e *bullying*, gerando, assim, 4 ações, cada uma voltada a um ponto. Além disso, entende-se que esses problemas aumentam o risco do desenvolvimento das Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNTs). Atualmente, essas doenças consomem grande parte dos recursos públicos de saúde e, portanto, as ações aplicadas nesta pesquisa também buscaram promover mudança na qualidade de vida dessas crianças, diminuindo os fatores de risco ao longo da vida e, possivelmente, os custos governamentais de saúde futuros.

Palavras-chave: Promoção da saúde, Obesidade, Educação infantil.

HEALTH PROMOTION: A SOCIO-EMOTIONAL AND ANTHROPOMETRIC ANALYSIS OF SCHOOL CHILDREN FROM 7 TO 10 YEARS

ABSTRACT

The participation-action research aims to involve the community in the analysis of its reality. Therefore the objective of this study was to understand the health situation of students from the 3rd and 4th grades who attended the Helenton Borba Cortez Municipal School in Maringá-Pr in 2019. The methodology used was the collection of anthropometric data and exchanging experiences with the students in the interest of developing actions that would educate this population and possibly solve the problems encountered. The obstacles discussed were child overweight, bad eating habits, aggressiveness, and bullying. Therefore this study brings four actions, each focused on one point cited. In addition, it's known that these problems increase the risk of developing Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs). Currently, these diseases consume a large part of public health resources; to this extent, the actions applied have also sought to promote change in the quality of life of these children, reducing future risk factors and possibly future health costs.

Keywords: Health promotion, Obesity, Child Rearing.

1. INTRODUÇÃO

No contexto de saúde das crianças e adolescentes, os dados da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (2015) mostraram mudanças no padrão alimentar de estudantes brasileiros, tais mudanças atingem todos os níveis socioeconômicos e diversas regiões do país. O novo padrão alimentar é marcado pela redução do consumo de alimentos “in natura”, como frutas e hortaliças, ou alimentos minimamente processados, e no aumento de consumo de alimentos ultra processados de qualidade nutricional reconhecidamente inferior ao conjunto dos demais alimentos. Além disso, também é observada a redução na prática de atividade física entre as crianças e adolescentes, o que, junto à alimentação, representa um fator de risco para a obesidade infantil (BRASIL, 2016).

Esta pesquisa também demonstra a incidência de casos de *bullying* nas escolas, e expõe dados sobre a saúde mental dos menores. De acordo com a pesquisa, 7,4% dos escolares se sentem humilhados por provocações em grande parte do dia escolar, com maior incidência entre os alunos das escolas públicas. Dentre eles, 19,8% dos menores de idade afirmam já terem zombado ou intimidado algum de seus colegas de escola. Entre os meninos, esse percentual foi de 24,2%, e entre as meninas, de 15,6%. A pesquisa também concluiu que a aparência do corpo é o principal motivo dos casos supracitados. Ainda, de acordo com os alunos, sentimentos de solidão superaram 10% de incidência em meninos, e 20% em meninas. A percepção de ausência de amigos chega a uma média de 4,4% (BRASIL, 2016).

Dessa forma, um estudo conduzido por Batista, Mondini e Jaime (2017), afirma que, tanto a alimentação e atividade física, quanto os transtornos mentais e comportamentais interferem de forma considerável na saúde global dos escolares, levando a prejuízos emocionais, sociais, familiares, de saúde e de aprendizagem.

Diante da complexidade desse cenário, no âmbito das políticas públicas brasileiras voltadas à promoção da saúde da população escolar, foi criado, em 2007, pelos Ministérios da Saúde e da Educação, o Programa Saúde na Escola (PSE). A proposta do programa é contribuir para a formação dos estudantes da rede pública de ensino mediante ações integradas e articuladas entre as escolas e as equipes de saúde, no âmbito da Atenção Básica. O PSE faz parte do eixo de Promoção da Saúde, presente no Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil (2011-2022), (BRASIL, 2015).

Com base nesta parceria, no ano 2018, a coordenação pedagógica da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes, localizada na Rua Pioneira Maria Lopes, 665 - Parque Res. Aeroporto (2ª parte), Maringá-PR, solicitou à equipe de saúde da Unidade Básica de Saúde Céu Azul, situada na Rua Antônio Miles, S/N – Jardim Aclimação, Maringá-PR, para que fossem realizadas ações de promoção da saúde com os alunos do ensino fundamental I¹, visto a incidência de casos de violência, depressão, e comportamento autodestrutivo entre os alunos da escola.

Após reunião, foi decidido que a equipe de saúde da UBS Céu Azul, em conjunto com alunos do curso de psicologia da Unicesumar que estagiavam na unidade, faria um diagnóstico situacional da escola a fim de identificar os problemas de maior prevalência relacionados à saúde mental e comportamental dos menores de idade. Após análise dos resultados obtidos a partir do diagnóstico, seriam realizadas ações de intervenção para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Os casos de maior vulnerabilidade seriam encaminhados para os pontos de atenção da rede de saúde para que pudessem receber atendimento adequado, evitando, assim, maiores prejuízos para a saúde dos alunos.

No início de 2019, os alunos do segundo ano do curso de medicina da Unicesumar retomaram o trabalho com a Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes para as avaliações antropométrica, de hábitos alimentação, de práticas corporais e de atividade física, e avaliação socioemocional dos alunos de 3º e 4º ano do ensino fundamental I.

A escola onde a pesquisa foi conduzida oferta por ano um total de 35 vagas para cada turma, no entanto, conta com cerca de duas turmas para cada período letivo, totalizando, no ano de 2019, um total de 300 alunos matriculados entre 1º e o 5º ano. Os alunos que permanecem na escola no período integral fazem quatro refeições diárias, os alunos não integrais fazem apenas duas. De acordo com a escola, a preparação das refeições segue as normas sugeridas para todas as merendas escolares do Paraná (SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO PARANÁ, 2017).

De acordo com a Secretaria Municipal de Educação do município de Maringá (SEDUC), a alimentação gerenciada nas escolas municipais de Maringá tem como objetivo atender às necessidades nutricionais dos escolares, para isso, contam com profissionais como nutricionistas, que elaboram os cardápios adequados, e merendeiras e lactarias, que recebem

¹ Nesta fase escolar, os alunos têm entre 6 e 11 anos de idade.

treinamentos para elaborarem suas funções de forma adequada. O cardápio é elaborado de acordo com as regras do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

A dieta dos escolares da educação integral contém café da manhã, lanche, almoço e jantar, com pratos variados de segunda-feira a sexta-feira. Entre a variedade de alimentos, estão inseridos nas refeições: pães e bolachas no café da manhã acompanhados de chá ou bebidas lácteas, no lanche, frutas, no almoço, salada, legumes, bife, peito de frango, almondegas, arroz e feijão, e no jantar, geralmente canjas ou caldos, contendo arroz, macarrão, além de tutu de feijão, iscas de carne e legumes.

Por sua vez, as atividades físicas estão no Projeto Político Pedagógico (PPP) da escola, no qual consta a disciplina de Educação Física na grade curricular, com frequência de 1 aula por semana, com duração de 2 horas para os alunos não integrais, e 2 aulas por semana, com duração de 1:30 horas cada, para os integrais. Nessas aulas são ofertadas atividades tanto teóricas quanto práticas, envolvendo modalidades como atletismo, futebol, ginásticas, jogos e brincadeiras e/ou pré-desportivos.

No que concerne à parte socioemocional dos alunos, todos os colégios deveriam abranger o ensino emocional e social em seus currículos até o ano de 2020, segundo a nova Base Nacional Comum Curricular (BNCC), homologada em 2017 (BRASIL, 2017).

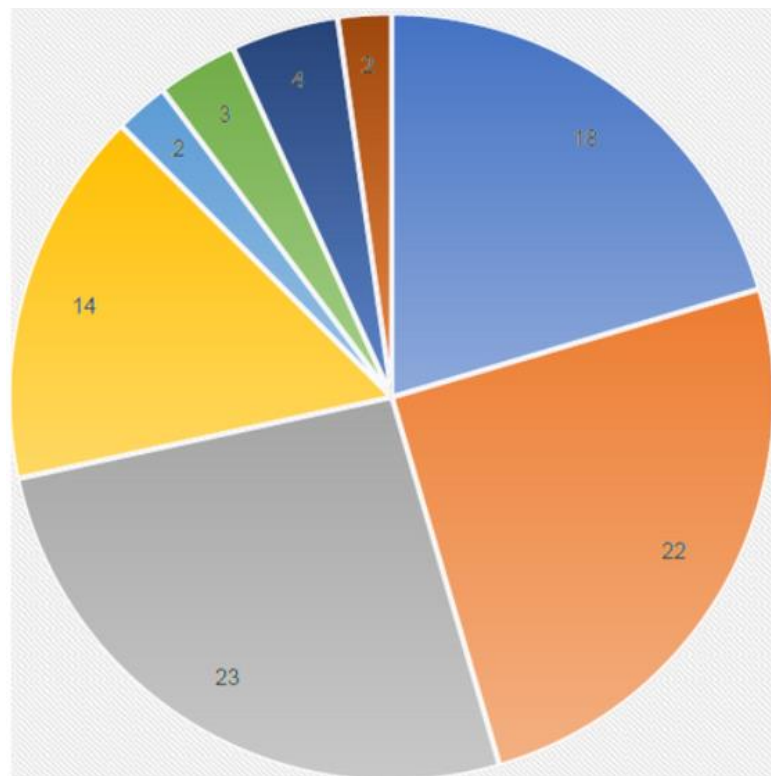
Entretanto, O PPP do Colégio Municipal Dr. Helenton Borba Cortes ainda não apresenta o desenvolvimento socioemocional integrado em sua grade curricular. Há presença de pedagogo na escola, profissional capacitado para o desenvolvimento dessas habilidades, mas sem atuação na área.

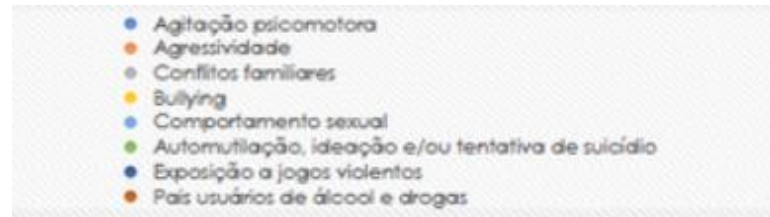
Sendo assim, é visível a relevância de estudos como o presente trabalho que buscou caracterizar as condutas de saúde dos escolares, dentre essas, a avaliação antropométrica, a alimentação saudável e não saudável, a prática de esportes e atividades físicas, os hábitos de saúde e lazer e, também, habilidades socioemocionais com a finalidade de propor e colocar em prática ações de promoção da saúde que possam contribuir para melhora da qualidade de vida dos escolares a curto e longo prazo.

2. METODOLOGIA

Com base na caracterização feita pelos alunos do curso de psicologia no ano de 2018, evidenciam-se problemas entre os alunos relacionados ao *bullying* (14); agressividade (22); ideias suicidas e automutilação (3); e foi revelado um número expressivo de crianças que relataram a presença de conflitos familiares (23); ou que pertencem a famílias desestruturadas com a presença de violência e abuso de drogas (2); além de regras parentais inconstantes e outros comportamentos e situações, como pode-se observar no gráfico 1 disposto abaixo. A coordenação da escola corroborou com as informações e, a partir disso, verificou-se a inviabilidade da aplicação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para responsáveis de menores de 18 anos.

Gráfico 1 - Comportamentos apresentados pelos escolares da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes, em 2018.





Fonte: Avaliação feita pelo curso de psicologia da Unicesumar.

No ano de 2019, então, foi realizada uma nova avaliação, que será descrita nesta pesquisa, com os escolares do 3º e 4º anos, matriculados no ensino fundamental I, nos períodos vespertino e integral da mesma escola.

Para a realização da nova coleta houve um contato com a coordenação da escola, bem como a assinatura da autorização para a realização dessa pesquisa e assim ambas as partes entraram em um acordo sobre a data para o início dos trabalhos. Ainda, a escola estava passando por reformas e teria que se adaptar em outro local temporariamente.

O primeiro dia da nova coleta ocorreu em 28 de fevereiro de 2019, com crianças de 7 a 10 anos, englobando duas turmas de 3º ano integral e duas do 4º ano vespertino, com um total de 91 alunos; no 3º D 24 alunos; no 3º E 24 alunos; no 4º A 26 alunos; 4º B 25 alunos e com 8 ausências no geral.

Os escolares foram divididos em grupos de aproximadamente 10 alunos e direcionados para a sala de vídeo, ocorreu apenas um encontro com duração total de três horas e meia, primeiramente com os alunos dos terceiros anos e posteriormente com os alunos dos quartos anos. Deste modo, duas duplas de acadêmicos foram responsáveis pela coleta de dados antropométricos, as duplas restantes trabalharam na coleta qualitativa de dados socioemocionais, dos hábitos alimentares e das práticas de atividades físicas.

A avaliação antropométrica foi realizada segundo as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS). Para a obtenção de peso e altura, foi orientado que os alunos ficassem em pé e descalços. O material utilizado para a obtenção destes dados foram; uma balança antropométrica digital e uma fita métrica de 1,5 metros, que foi colada na parede. A partir dos valores, calculou-se o índice de massa corporal (IMC), e classificou-se o estado nutricional dos indivíduos com base no referencial estabelecido pela OMS².

² http://www.unu.edu/unupress/food/FNBv27n4_suppl_2_final.pdf

O levantamento sobre os hábitos de vida, as habilidades socioemocionais, os hábitos alimentares e as práticas de atividades física, dentro e fora do ambiente escolar, ocorreu de forma simultânea à coleta de dados antropométricos. Paiva (2018) analisou esses padrões por meio de relatos dos participantes de sua pesquisa, sem a interferência dos responsáveis, sendo assim, para coleta de dados, foi realizada uma roda de conversa com uma média de 5 alunos por vez, durante os encontros foram feitas algumas perguntas com o intuito de realizar o mapeamento de variáveis. As perguntas feitas oralmente contemplaram os hábitos alimentares, o uso de eletrônicos, as atividades de lazer, as relações familiares e no ambiente escolar; como:

- O que você costuma comer no café da manhã? E no jantar? E aos finais de semana?
- A que horas você costuma ir dormir e o que faz antes de se deitar?
- Você costuma comer enquanto assiste à televisão? Por quanto tempo você costuma usar o celular? Que tipo de jogos você costuma jogar?
- Quem mora na sua casa com você? Você costuma levar amigos para brincar com você na sua casa? Aos fins de semana, que atividades você e seus pais costumam realizar?

Os dados antropométricos coletados na Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes sobre os alunos do 3º e 4º ano foram aplicados na construção de gráficos comparativos e serão discutidos na seção dos resultados.

2.1. ORGANIZAÇÃO DAS AÇÕES

Todas as ações realizadas tiveram como população alvo os escolares do 3º e 4º anos do ensino fundamental I da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes, e tiveram como base algumas das estratégias da Política Nacional de Promoção em Saúde (PNPS). São elas: Formação e educação permanente; Alimentação saudável e adequada; Práticas corporais e atividade física; Enfrentamento do uso do tabaco e seus derivados; Enfrentamento do uso abusivo de álcool; Promoção da mobilidade segura e sustentável; Promoção da cultura da paz e direitos humanos; e Promoção do desenvolvimento sustentável (MALTA, 2016).

A primeira ação teve como tema a promoção da cultura da paz e de direitos humanos. O objetivo geral foi de promover ações que desenvolvam as habilidades socioemocionais e que favorecessem a autorregulação e a mediação de conflitos. Ou seja, o foco foi na redução do estresse das crianças e no ensino de técnicas de respiração.

Sendo assim, o conteúdo programático envolveu capacitar as crianças para o desenvolvimento de técnicas meditativas e respiratórias por meio da Yoga associado a um método de dispersão (imitar animais) e depois com posições representativas, visando o relaxamento e meditação. Para isso, utilizou-se uma caixa de som e contou-se com a participação de nove alunos de medicina do 2º ano da Unicesumar.

Para essa atividade os alunos de medicina foram divididos em três grupos. Um grupo meditou com as crianças e o outro auxiliou no controle e manejo correto do processo. Essa atividade teve duração de 30 minutos em cada turma. Em um primeiro momento, das 13:30h até 14:30h, o trabalho foi feito com os alunos dos 3º anos e após o intervalo, das 15:00h até 16:00h, com os alunos dos 4º anos.

Figura 2 - Atividade de Yoga, posição da árvore.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 3 -Atividade de Yoga, relaxamento máximo.



Fonte: Fotos da autora.

Quadro 1 – Organização da ação 1 (Yoga).

<p>Tema do Projeto</p> <p>Promoção da Cultura da paz e de direitos humanos.</p>
<p>Objetivo Geral</p> <p>Ações que desenvolvam as habilidades socioemocionais e que favoreçam a autorregulação e a mediação de conflitos.</p>
<p>População Alvo</p> <p>Escolares dos 3º e 4º anos do ensino fundamental I, da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes.</p>

Objetivos específicos	Conteúdo Programático	Técnicas	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Avaliação
- Estimular a redução do estresse nas crianças e professores.	- Capacitar as crianças e professores para o desenvolvimento de técnicas meditativas e respiratórias.	- Yoga, técnicas relacionadas a meditação e respiração.	- Caixa de som.	- 9 alunos de medicina do 2º ano da Unicesumar	Por meio de questionário escrito elaborado pela autora.
Metodologia:					
Os alunos de medicina devem ser divididos em três grupos. Um grupo deve meditar com os professores, o outro deve meditar com metade dos alunos, e o último grupo com o restante dos alunos.					

Fonte: Arquivo da autora.

A segunda ação também teve como tema a promoção da cultura da paz e de direitos humanos. O objetivo geral dessa ação foi desenvolver habilidades socioemocionais para a resolução de problemas e os objetivos específicos visaram a avaliação dos impulsos psicoemocionais, incentivo a reflexão crítica sobre os próprios sentimentos em relação aos outros, incentivo ao respeito e autocontrole, e orientação sobre o *bullying*.

O conteúdo programático foi analisar a capacidade de autocontrole e despertar uma autorreflexão sobre os sentimentos. Para atingir o objetivo, foram propostas duas atividades distintas, as quais tiveram como recursos oito maçãs e nove brinquedos de fazer bolhas de sabão, além da participação de nove alunos de medicina do 2º ano da Unicesumar.

Para a primeira atividade, o grupo trabalhou no coletivo, mas com avaliação individual mediante estímulos com bolhas de sabão. A atividade foi dividida em duas etapas. A primeira etapa envolveu a liberdade, por parte dos alunos, em estourar as bolhas. Na segunda parte, os alunos foram orientados a não as estourar. Os alunos que estouraram as bolhas na segunda etapa foram classificados como impulsivos. A segunda atividade envolvida foi com maçãs, para a atividade proposta, foi necessário que uma maçã tivesse sido derrubada previamente para que

quando fosse aberta em frente aos alunos, estivesse danificada e escura, fazendo assim uma relação comparativa com as agressões verbais praticadas pelos alunos. E uma outra maçã que não havia sido danificada, a qual foi elogiada por todos os estudantes e, posteriormente, também foi aberta em frente a eles mostrando seu perfeito estado interior, correlacionando, assim, o papel da boa convivência entre colegas extremamente, algo importante para o desenvolvimento de competências sociais para o futuro desses escolares (GOMES, 2016). Essas atividades tiveram duração de 20 minutos cada, em um primeiro dia, as atividades foram feitas com os 3º anos e no segundo dia, com os 4º anos.

Figura 4 - Atividade da bolha de sabão, promoção do autocontrole.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 5 - Atividade da maçã, reflexão sobre o *bullying*.



Fonte: Fotos da autora.

Quadro 2 – Organização da ação 2 (Bolhas de sabão e teatro da maçã).

Tema do Projeto					
Promoção da Cultura da paz e de direitos humanos.					
Objetivo Geral					
Desenvolvimento das habilidades socioemocionais para resolução de problemas.					
População Alvo					
Escolares do 3º e 4º ano do ensino fundamental I da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes.					
Objetivos específicos	Conteúdo Programático	Técnicas	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Avaliação
- Avaliar os impulsos psico-comportamentais;	- Analisar a capacidade de autocontrole e despertar a autorreflexão		- 2 maçãs; - 6 Brinquedos de fazer	- 9 aplicadores da atividade.	- Observação dos escolares pelos aplicadores da atividade;

- Incentivar a reflexão crítica sobre os próprios sentimentos em relação aos outros.	sobre os sentimentos.		bolhas de sabão.		- Questionário desenvolvido pela autora; - Avaliação subjetiva por meio de perguntas diretas aos escolares.
<p>Metodologia:</p> <p>Aplicar uma atividade coletiva com avaliação individual mediante estímulos com bolhas de sabão. A atividade deve ser dividida em duas etapas. A primeira etapa envolve a liberdade, por parte dos alunos, em estourar as bolhas. Na segunda, os alunos devem ser orientados a não as estourar. Os alunos que vierem a estourar as bolhas na segunda etapa serão classificados como impulsivos.</p> <p>Na segunda atividade envolvida é necessária uma maçã que tenha sofrido uma queda previamente, para que quando for aberta em frente aos alunos esteja danificada, escura, fazendo, assim, uma relação comparativa com as agressões verbais praticadas pelos alunos, e outra maçã em perfeito estado.</p>					

Fonte: Arquivo da autora.

A terceira ação teve como tema a alimentação adequada e saudável. O objetivo geral foi promover o conhecimento sobre o tema e a conscientização para uma melhor qualidade de vida. Os objetivos específicos foram avaliar o conhecimento prévio das crianças sobre alimentação saudável, familiarizar as crianças aos alimentos adequados, indicar a maneira correta de se alimentar e apresentar a pirâmide alimentar aos menores.

O conteúdo programático teve como objetivo ensinar sobre o consumo alimentar correto e a influência da alimentação na obesidade e no sobrepeso. Para esse processo houve a montagem dos pratos e identificação dos alimentos saudáveis pelas crianças, para tanto, foram utilizados alimentos falsos, feitos de silicone. Os recursos utilizados foram um banner com a pirâmide alimentar, alimentos feitos de silicone e pirâmides com peças para montagem.

Para essa atividade, os alunos do curso de medicina fizeram uma breve explicação sobre a pirâmide alimentar, apontaram as diferenças entre os tipos de alimentos saudáveis e não saudáveis e, também, sobre a composição de um prato saudável com alimentos e proporções adequadas, comentando, ainda, sobre a influência dessa alimentação na obesidade e no sobrepeso (MONTEIRO, 2016). Posteriormente, os escolares tiveram que identificar quais alimentos poderiam comer em maior quantidade e quais deveriam comer em menor quantidade. Essa atividade teve duração de 15 minutos, em um primeiro dia foi realizada com os 3º anos e no segundo dia com os 4º anos.

Figura 6 - Apresentação da pirâmide alimentar e dos componentes essenciais.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 7 - Discussão sobre alimentação saudável.



Fonte: Fotos da autora.

Quadro 3 - Organização da atividade 3 (alimentação saudável)

<p>Tema do Projeto</p> <p>Alimentação adequada e saudável.</p>
<p>Objetivo Geral</p> <p>Aplicar ações que promovam o conhecimento sobre uma alimentação adequada e saudável e a conscientização para uma melhor qualidade de vida.</p>
<p>População Alvo</p> <p>Escolares do 3º e 4º ano do ensino fundamental I da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes.</p>

Objetivos específicos	Conteúdo Programático	Técnicas	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Avaliação
<ul style="list-style-type: none"> - Avaliar o conhecimento prévio das crianças sobre alimentação saudável; - Familiarizar as crianças aos alimentos adequados; - Indicar a maneira correta de se alimentar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Consumo alimentar correto x errado; - A influência da alimentação na obesidade e sobrepeso. 	<ul style="list-style-type: none"> - Montagem dos pratos pelas crianças utilizando as figuras impressas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Figuras Ilustrativas de alimentos e pratos; - Velcro; - Cola quente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Alunos do 2º ano do curso de Medicina da Unicesumar 	<ul style="list-style-type: none"> - Questionário desenvolvido pela autora; - Avaliação subjetiva por meio de perguntas diretas aos escolares.
<p>Metodologia</p> <p>Os escolares devem ser divididos em pequenos grupos. Primeiramente, deve ser solicitado que eles montem pratos similares aos que estão habituados a comer em suas casas, de acordo com as ilustrações impressas. Posteriormente, deve-se, de forma breve, explicar sobre como montar um prato saudável com os alimentos e as proporções adequadas, e nesse momento comentar sobre o impacto da alimentação na obesidade e no sobrepeso. Em um segundo momento, aplicar a atividade novamente com as crianças, na expectativa de que desta vez eles montem os pratos novamente sendo coerentes com os conhecimentos ensinados.</p>					

Fonte: Arquivo da autora.

A quarta ação teve como tema o estímulo às práticas corporais e atividades físicas. O objetivo geral foi promover ações que estimulassem a prática de atividades físicas e os objetivos específicos foram demonstrar a importância da atividade física na redução de obesidade e na prevenção inúmeras doenças.

Para isso, o conteúdo programático contemplou a corrida, a coordenação motora, saltos e, também, uma discussão sobre a atividade física. Para isso, foi realizado um circuito de atividades e uma roda de discussão sobre o tema. Os recursos utilizados foram fita crepe, bambolê, cones, cordas e a quadra poliesportiva da escola.

Para essa atividade, as crianças foram divididas em dois grupos. Cada aluno de medicina ficou responsável por uma estação do circuito, o qual foi dividido em quatro estações, e a última estação envolveu a parte da alimentação. Após a realização dos exercícios físicos foi realizada uma roda de conversa para abordar a compreensão dos escolares sobre atividades físicas e orientá-los acerca de uma vida mais saudável. Essa atividade teve duração de 20 minutos no um primeiro dia, com os 3º anos, e no segundo dia com os 4º anos.

Figura 8 - Gincana, estímulo à prática de atividade física e à alimentação saudável.



Fonte: Fotos da autora.

Quadro 4 – Organização da ação 4 (Gincana).

<p>Tema do Projeto</p>
<p>Práticas corporais e atividades físicas.</p>
<p>Objetivo Geral</p>

Promoção de ações que estimulem a prática de atividade física.

População Alvo

Escolares do 3º e 4º ano do ensino fundamental I da Escola Municipal Dr. Helenton Borba Cortes.

Objetivos específicos	Conteúdo Programático	Técnicas	Recursos Materiais	Recursos Humanos	Avaliação
<p>- Estimular o conhecimento das atividades físicas, que podem ser praticadas em casa de forma simples;</p> <p>- Reconhecer a importância de tais atividades no desenvolvimento motor e cognitivo, na redução de obesidade.</p>	<p>- Corrida;</p> <p>- Coordenação motora;</p> <p>- Saltos;</p> <p>- Discussão sobre a atividade física.</p>	<p>- Realização de um circuito de atividade física;</p> <p>Roda de discussão sobre o tema.</p>	<p>- Fita crepe;</p> <p>- Bambolê;</p> <p>- Quadra esportiva;</p> <p>- Corda;</p>	<p>Grupos de 5 escolares;</p> <p>-Universitários para coordenar</p>	<p>- Questionário desenvolvido pela autora;</p> <p>- Avaliação subjetiva por meio de perguntas diretas aos escolares.</p>

Metodologia

As crianças de suas respectivas turmas devem ser divididas em pequenos grupos, abrangendo no máximo 5 pessoas por grupo. Posteriormente, realizar de um circuito na quadra de educação física da escola. Cada 3 universitários devem ser responsáveis por uma estação do circuito, o qual deve ser dividido em 3, e a última estação deve abranger a parte da alimentação saudável. Após a realização dos exercícios físicos fazer uma roda de conversa para abordar a compreensão dos alunos sobre atividade física e para orientá-los acerca de uma vida mais saudável.

Um questionário simples foi desenvolvido para esta pesquisa para que as crianças pudessem avaliar todas as ações por meio de figuras; as crianças deveriam escolher se gostaram ou não das atividades, e qual das ações despertou maior interesse. O questionário foi explicado para que as crianças compreendessem que a figura de um rosto triste, em vermelho, deveria ser marcada caso a criança não tivesse gostado de nenhuma atividade; a figura em amarelo, com o rosto indiferente, deveria ser marcada caso a criança não tivesse gostado de pelo menos uma atividade; a figura em verde, com o rosto feliz, deveria ser marcada caso a criança tivesse gostado das atividades, e a figura em azul, do rosto sorrindo, caso a criança tivesse gostado muito de todas as atividades.





Figura 8 - Questionário aplicado aos alunos.

AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES

NOME: _____

TURMA: ____ Ano ____.

1) Você gostou das atividades?

2) Qual das atividades você mais gostou?

a) Gincana.

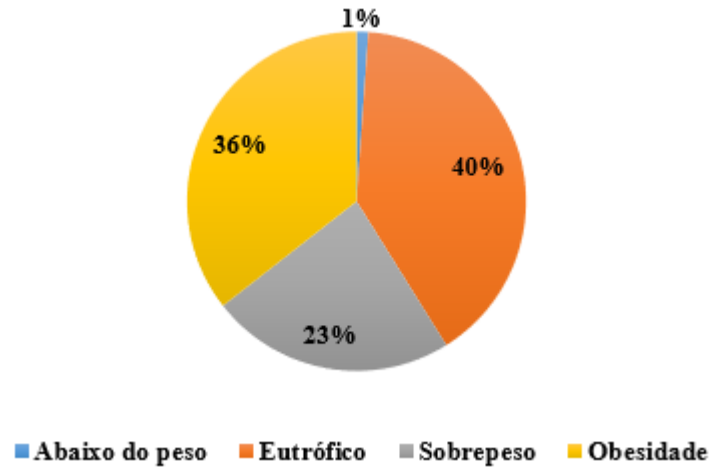
b) Teatro e Bolinha de Sabão.

c) Yoga e Meditação.

Fonte: Arquivo da autora.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

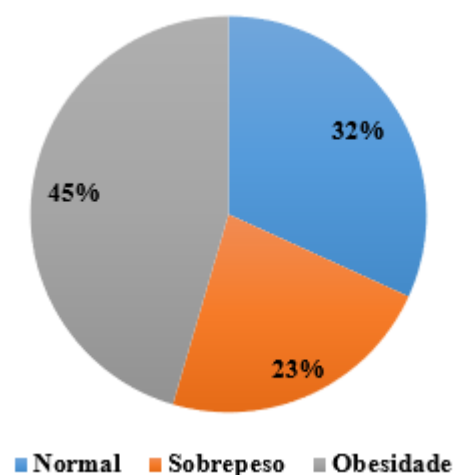
Gráfico 2 – Índice de Massa Corporal (IMC) de escolares do 3º e 4º ano.



Fonte: Dados coletados pela autora.

O gráfico 2, inclui as 90 crianças do 3º e 4º ano, entre 7 e 10 anos de idade, dos sexos masculino e feminino; nele observa-se a prevalência de crianças acima do peso, incluindo as com sobrepeso representando 23% - 21 crianças -, e com obesidade representando 36% - 32 crianças. Além de uma baixa incidência de crianças abaixo do peso, sendo apenas um 1%, o gráfico apresenta também 36 crianças eutróficas, representando 40%.

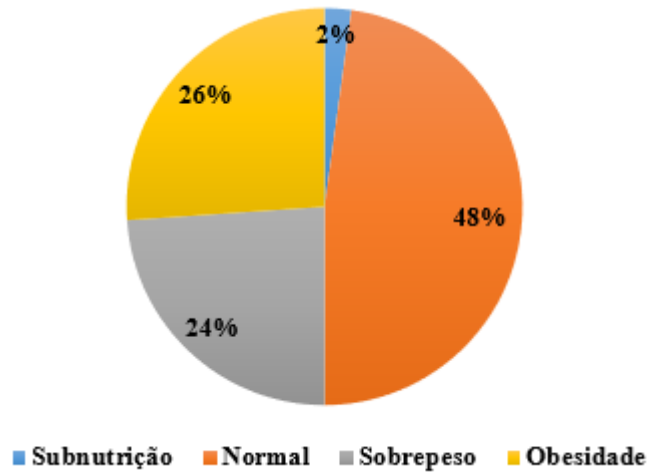
Gráfico 3 – Índice de Massa Corporal (IMC) de escolares do 3º ano.



Fonte: Dados coletados pela autora.

O gráfico 3 analisa os alunos do 3º ano da escola, totalizando 44 crianças de ambos os sexos, entre 7 e 8 anos. É possível concluir a prevalência de obesidade, sendo 20 crianças (45%), e índices parecidos de eutróficos, sendo 14 crianças (32%), e 10 crianças com sobrepeso (23%).

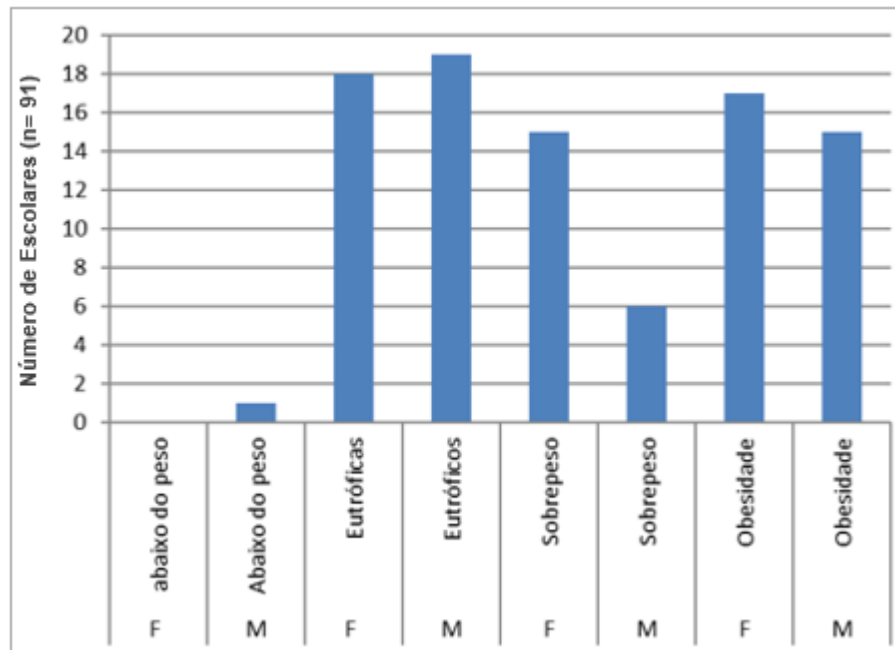
Gráfico 4 – Índice de Massa Corporal (IMC) de escolares do 4º ano.



Fonte: Dados coletados pela autora.

O gráfico 4 analisa 45 crianças do 4º ano, de ambos os sexos, entre 8 e 10 anos. Nesse gráfico é possível perceber a prevalência de crianças acima do peso, sendo 12 com obesidade (26%), e 11 com sobrepeso (24%). Apenas uma criança está no estado subnutrido (1%) e as outras 22 estão eutróficas (48%).

Gráfico 5 - Comparativo do Índice de Massa Corporal (IMC) dos escolares dos 3º e 4º anos, dividido de acordo com o sexo.



Fonte: Dados coletados pela autora.

No Gráfico 5 foi feita uma comparação entre as crianças, dos sexos masculino e feminino, dos 3º e 4º anos, totalizando 91 crianças. É possível observar a prevalência de sobrepeso entre as meninas em comparativo com os meninos. Sobre as crianças eutróficas e obesas, a quantidade de ambos os sexos foi muito parecida, 18 meninas e 19 meninos eutróficos, e 17 meninas e 15 meninos com obesidade.

Ao final da análise de dados e mediante reflexão, foi constatada predominância de crianças acima do peso, com maus hábitos alimentares em casa e que costumam fazer as refeições assistindo à TV, utilizando o celular ou jogando videogame. Além disso, foi identificado que poucas atividades de lazer são feitas na escola devido ao pouco espaço, aos problemas socioemocionais e a um nível de estresse dos professores que prejudicava a relação desses para com os alunos.

Outro aspecto percebido foi o alto grau de agitação psicomotora e a necessidade de atenção por parte das crianças. A agitação durante o período letivo pode ser causada pela falta de espaço para as crianças praticarem atividades durante os intervalos. A escola conta com apenas uma quadra de esportes, onde são realizadas as aulas de educação física, e esse local não pode ser utilizado pelos alunos durante o intervalo. A única atividade ofertada nesse período é assistir desenho em uma sala de vídeo.

Além disso, foram observados alguns problemas socioemocionais entre os estudantes. As crianças se encontravam com um nível alto de estresse, e os casos de violência e *bullying* entre os alunos eram bastante elevados, principalmente envolvendo o sexo oposto. Percebeu-se, também, em algumas alunas, pensamentos suicidas e até mesmo casos de automutilação. Isso pode ser decorrente dos conflitos familiares em que a maioria está inserida. Geralmente os pais são usuários de álcool e drogas, e por isso não dão a devida atenção aos menores que desenvolvem dificuldade de expressar seus sentimentos por meio da fala, e os manifestam por meio de atitudes violentas.

Na última década tem sido notado um aumento dos índices de sobrepeso e obesidade entre crianças e adolescentes, sendo que, de acordo com os dados da última pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), essa elevação ocorre geralmente a partir dos cinco anos de idade. O grupo das crianças acima do peso no Brasil representa hoje 47,8%, um número expressivo e alarmante visto que as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) tem a obesidade e o sobrepeso como fatores de risco mais significativos (IBGE, 2010).

O sobrepeso e a obesidade infantil são fenômenos influenciadores de uma nova dinâmica social. Algumas ações são pensadas para tentar minimizar esses processos. Dentro da relação criança-escola, Panazzolo (2014) enfatiza que “[...] no Brasil, estima-se que 33% das crianças entre 5 e 9 anos de idade estejam acima do peso, sendo que destas 14,3% são consideradas obesas” (2014, p.143).

Há no Brasil uma política que auxilia o combate à obesidade infantil escolar, o Programa Saúde na Escola (PSE), de 2007, que busca uma conexão entre as escolas e as Equipes de Saúde. Um dos objetivos desse programa é a redução da prevalência da obesidade nas crianças. Segundo Batista (2017), as ações planejadas são “[...] avaliação antropométrica, promoção da segurança alimentar, alimentação saudável, práticas corporais e atividades físicas” (2017, p.570).

Sobre o estudo abordado pelo autor é importante ressaltar a estratégia de utilização do espaço público escolar para a implementação de hortas. Uma vez que a presença de hortas escolares contribui para a preferência dos alunos por frutas e vegetais. O município do estudo, além de já dispor na grade curricular as aulas de educação física duas vezes por semana, inseriu aulas de atividades esportivas extracurriculares. Outro fator é a ingestão de alimentos ultra processados o que contribui efetivamente para o aumento do quadro da obesidade infantil escolar. No

entanto, somente políticas escolares não são suficientes para reverter esse problema, uma vez que muitas famílias não dispõem de refeições saudáveis (BATISTA, 2017).

Outro artigo de grande relevância, por ser uma revisão sistemática de diversos artigos desse tema, revela resultados positivos em relação aos programas e ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). Apesar dos resultados apresentados se mostrarem positivos, os autores ponderam a necessidade de novas pesquisas sobre o tema. No mesmo artigo, a EAN se insere no contexto do Direito Humano à Alimentação Adequada, e na garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, e pode ser considerada como um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (ARAÚJO, 2017).

Nessa perspectiva, os alunos do 2º ano de medicina utilizaram como referência metodológica os mesmos critérios utilizados por Fagundes (2008, p.212) “Os indivíduos foram submetidos à avaliação antropométrica, com medida do peso corporal e altura para o cálculo do índice de massa corpórea e relação peso/altura”. O mesmo autor explica as problemáticas que envolvem a complexidade deste problema “a obesidade é de difícil controle, com alto percentual de insucesso terapêutico e de recidivas, podendo apresentar, na sua evolução, sérias repercussões orgânicas e psicossociais” (FAGUNDES, 2008, p.213).

No espectro de políticas públicas, a promoção da saúde se apresenta como estratégia fundamental para a obtenção de objetivos traçados. Reis (2011) deixa muito clara a necessidade e a importância dessas ações, “ações para o tratamento da obesidade infantil têm mostrado efeitos positivos em vários estudos. As pesquisas de intervenção centram seus estudos em comunidades e no ambiente escolar, mostrando resultados concretos” (p.626). De acordo com Sargent, citado por Reis, a atenção primária representa uma ótima oportunidade de intervenção contra a obesidade infantil, mas é preciso um modelo eficiente de ação. É essencial uma equipe de profissionais de saúde capacitada, opções para modificação de hábitos de vida, levando a alterações de comportamento por meio da associação da educação com recursos audiovisuais.

A atividade física e a alimentação são comportamentos prioritários para a promoção da saúde e a prevenção de DCNT, portanto, deve ser encarada como prioridade por todos os setores sociais. A escola é o local ideal para o desenvolvimento dessas ações justamente por ser o local social com o maior número de crianças e adolescentes (SOUZA, 2011).

No âmbito político do Brasil, iniciativas para combater e tratar a obesidade já foram colocadas em prática, por exemplo, o Programa Saúde na Escola, o Programa Nacional de Alimentação Escolar, a Regulamentação dos Alimentos Comercializados nas Cantinas Escolares, o Projeto Escola Saudável, a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas, os Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas e a Regulamentação de Propaganda e Publicidade de Alimentos (SERRA, 2018).

Além do aspecto alimentar, outro ponto importante a ser trabalhado é o desenvolvimento de competências socioemocionais na infância. De acordo com o projeto “Desenvolvimento socioemocional e aprendizado escolar: uma proposta de mensuração para apoiar políticas públicas”, elaborado pelo Instituto Ayrton Senna, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como autocontrole, autoconsciência e respeito, são extremamente importantes para o desenvolvimento da criança tanto a nível cognitivo, quanto em esferas como o bem-estar coletivo e individual, renda e saúde, servindo como fator protetor a saúde mental e ao *bullying*. Um estudo realizado com cerca de 25.000 crianças da rede pública de ensino do Rio de Janeiro confirma isso, e ainda afirma que essas competências podem ser estimuladas por ações externas, e logo sujeitas a intervenções de promoção da saúde e de políticas públicas (SANTOS, PRIMI, 2014).

Um estudo acerca do relacionamento professor-aluno, conduzido com crianças do ensino fundamental em escolas dos Estados Unidos tem demonstrado a sua relevância para o desenvolvimento socioemocional na infância. Para as crianças mais novas, o relacionamento positivo com os professores pode torná-las mais seguras para interagirem e participarem de atividades escolares, pois elas sabem que se encontrarem dificuldades poderão contar com o apoio dos mentores (PETRUCCI, 2016).

Nesse contexto, uma das linhas de ação do PSE também tem enfoque na saúde psicossocial dos estudantes. O programa busca contribuir para a formação integral dos estudantes por meio de ações de promoção, prevenção e atenção à saúde, visando o enfrentamento das vulnerabilidades emocionais e sociais que não permitem o pleno desenvolvimento das crianças da rede pública de ensino (BRASIL, 2011).

Outro ponto de destaque é a publicação feita pela UNESCO (2015) da cartilha denominada “Educação para a cidadania global: preparando alunos para os desafios do século XXI”, com o objetivo de destacar a importância da Educação para a Cidadania Global (ECG) que desenvolve habilidades, valores e conhecimentos que os estudantes precisam para construir

um mundo mais sustentável, justo e pacífico. Para isso, a ECG preconiza o desenvolvimento, dentro das escolas, de competências socioemocionais o que pode promover a transformação social e construir cooperação entre as pessoas.

Com base nessas recomendações, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), homologada em 2017, incluiu as habilidades socioemocionais em todas as 10 competências gerais do documento. Desta forma, no Brasil, todos os colégios devem abranger o ensino emocional e social em seus currículos até o ano de 2020 (BRASIL, 2017).

Alguns projetos, como o ES´COOL - Promoção da Saúde Mental nas Escolas, tentaram promover a saúde mental dos adolescentes por meio da formação dos professores e outros profissionais da educação. O projeto ainda não havia sido finalizado na época de sua publicação. Segundo Tomé “[...] pretende-se criar um ciclo gerador de projetos promotores de bem-estar e saúde mental nos adolescentes” (2017, p.174). Os professores, adquirindo maiores conhecimentos e capacitações nessa área, poderão conduzir o processo de construção do conhecimento de forma mais efetiva, eficaz e eficiente.

A partir de toda essa discussão é que foram propostas as atividades descritas na metodologia desta pesquisa. Dentre as atividades realizadas, não houve uma em específico que despertou o interesse de todos os alunos. Apesar da identificação de um ordenamento hierárquico, todas as atividades receberam algum grau de votação.

Esse fato demonstra a eficácia do planejamento em relação à seleção das atividades. As pesquisas iniciais, bem como a capacitação, puderam proporcionar a assimilação e as reflexões assertivas sobre como e quais atividades deveriam ser aplicadas aos alunos. Faz-se importante ressaltar também o planejamento do grupo para a seleção didático-pedagógica do melhor tipo de linguagem para facilitar o entendimento e chamar a atenção dos alunos. Ficou evidente o aprendizado dos menores, uma vez que, passadas algumas semanas, durante o último dia de intervenção, os alunos reportaram com clareza e entendimento os ensinamentos recebidos no primeiro dia de ações.

A atividade relacionada à importância de alteração dos hábitos alimentares e à necessidade de realização de atividade física foi selecionada como a melhor atividade por 22% dos alunos. A alimentação saudável é uma alimentação que não valoriza qualquer tipo de alimento, mas exatamente os alimentos que fazem bem a criança. Isto é, a criança precisa de alimentos corretos para estar com uma boa saúde, para estudar e brincar (COSTA, 2019).

A falta de atividade física na infância foi evidenciada por Cruz (2018) "As crianças não estão realizando as atividades em quantidades e intensidade suficiente para promover efeitos benéficos sobre a saúde, permanecendo a maior parte de seu tempo em atividades de baixa intensidade" (p.2).

As atividades do teatro da maçã e das bolhas de sabão, vinculadas respectivamente ao *bullying* e ao autocontrole, foram selecionadas como sendo a melhor atividade por 26% dos estudantes. Durante a atividade do teatro da maçã, os alunos deveriam ofender a maçã para depois elogiá-la. Observou-se uma participação muito maior dos alunos ofendendo a maçã em comparação ao número de alunos que elogiaram. Isso mostra que as relações sociais que permeiam o universo desses alunos podem estar configuradas em manifestações comunicativas muito mais negativas do que positivas. Fato esse comprovado pelo elevado número de alunos que relataram terem sofrido *bullying* alguma vez na escola. Carvalho e Warde (2019) explicaram esse fenômeno

"[...] a humilhação é constituída como uma relação social entre indivíduos ou grupos em que os processos de superioridade e inferiorização se desenrolam, onde aqueles que humilham fingem ser melhores do que aqueles que são humilhados e fazem com que esses sintam o desprezo de que são receptores" (p.707).

Houve reflexão e aprendizado sobre como entender o universo do outro e o quanto pode ser prejudicial ofender o colega mesmo que ele não demonstre insatisfação com o ocorrido. Durante a atividade das bolhas de sabão, os alunos conseguiram apresentar o autocontrole necessário para a viabilização do aprendizado proporcionada pela intervenção.

A Yoga e meditação foram as atividades que os alunos mais gostaram. O ambiente frenético, hiperativo, desorganizado e barulhento foi substituído por uma experiência que talvez nenhum aluno houvesse experimentado. O controle da respiração, a meditação, a música relaxante e o comportamento corporal adequado para a prática proporcionaram aos alunos sentimentos de paz, relaxamento e tranquilidade. Machado (2019) realizou um estudo sobre a prática da Yoga em crianças e demonstrou que "Os exercícios propostos têm o objetivo de fazer a criança viver a sensação de pertencer a um grupo que anda na mesma direção, evidenciando a importância de adotar uma atitude positiva diante da vida"(p.27). Talvez por não disporem dessas práticas no seu cotidiano e, percebendo os benefícios emocionais e comportamentais da mesma, 50% dos alunos selecionaram a Yoga e meditação como a melhor atividade aplicada.

Apenas 2% dos alunos invalidaram seus questionários ao selecionar mais de uma opção de atividade preferida.

Quadro 5 – Seleção por parte dos escolares da melhor atividade aplicada.

	Números absolutos	Porcentagem (%)
Total de crianças presentes	82	100
Gincana e Alimentação	18	22
Teatro e bolhas de sabão	21	26
Yoga e meditação	41	50
Invalidados - selecionaram todas as atividades	2	2

Fonte: Dados da autora.

4. CONCLUSÃO

Acredita-se que as atividades realizadas conseguiram cumprir o objetivo de promover a implantação de práticas integrativas e divertidas visando o entendimento e envolvimento da população estudada para a prevenção e controle das DCNT a longo prazo e, assim, como consequência uma melhora na qualidade de vida das crianças. A adoção da metodologia ocorreu a partir do conhecimento e convivência com o público-alvo, no caso as crianças do ensino fundamental I, que por serem mais facilmente dispersas necessitam de atividades dinâmicas e agradáveis para que haja adesão, interesse e consequentemente fixação do conteúdo ministrado.

Além disso, entendeu-se o quão complexo é trabalhar com o público infantil e encontrar a forma correta de ensinar e influenciar positivamente o estilo de vida desse público. Ao que diz respeito aos profissionais de saúde, constatou-se o impacto positivo de um profissional capacitado para realizar intervenções e promover saúde. É imprescindível a expertise para exercer diferentes posturas, sabendo se portar e de que modo reagir em cada situação. Mostrou-se igualmente importante a capacidade de reconhecer públicos que necessitem de intervenções e saber como influenciar na melhora da qualidade de vida das pessoas.

Por fim, conseguiu-se ver na prática a importância da promoção da saúde, e que para compreender e poder intervir no processo saúde-doença é necessário “pensar fora da caixa”, ou

seja, sair do ambiente de hospitais/UBS/UPA e ir para os locais públicos, escolas, creches, locais de trabalho, que são onde essas pessoas têm sua rotina. Muitas vezes, não há nesses locais profissionais de saúde capacitados para orientá-los sobre saúde. Nesse contexto é possível compreender a importância das parcerias realizadas entre os pontos de atenção em saúde e as organizações governamentais como Secretárias de Esporte e a rede de Educação Municipal.

Conclui-se, então, que é extremamente necessário que a Estratégia de Saúde da Família (ESF) amplie de forma efetiva as ações de promoção em saúde aos escolares adscritos nos territórios de abrangência das Unidades Básicas de Saúde com maior sensibilidade dos profissionais a esse grupo vulnerável ao sobrepeso, obesidade, a possíveis transtornos mentais ou outros problemas que forem encontrados em cada área.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO AL, et al. **O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica.** Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. V.11. n.62. p.94-10. Mar./Abril. 2017.
- BATISTA M.; MONDINI L.; JAIME P. **Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil, 2014.** Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, 26(3):569-578, jul-set, 2017.
- BRASIL. **Passo a passo PSE: tecendo caminhos da intersetorialidade.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011.
- BRASIL. **Pesquisa nacional de saúde do escolar 2015.** IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. – Rio de Janeiro, IBGE, p 132, 2016.
- BRASIL. **Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006.** Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. **Resolução nº 4 de 17 de dez de 2018.** Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília-DF, 2017.
- CARVALHO, Diana; WARDE, Mírian. **Infância, cultura e história.** Revista do Centro de Ciências da Educação. Volume 37, jul./set. 2019.
- COSTA, Rosângela. **A contribuição da educação infantil para a formação de bons hábitos alimentares na criança de 0 a 6 anos.** Revista Eletrônica de Ciências da Saúde – UNIPLAN. 2019.
- CRUZ, Cornélio. **The benefits of physical activity.** Journal of Specialist Scientific Journal. Nº 2, volume 2, artigo nº 6, Abr/Jun 2018.

FAGUNDES ALN, et. al. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Parelheiros do município de São Paulo**. Rev Paul Pediatr;26(3):212-7, 2008.

GOMES RM. **As aptidões sociais na infância: Identificar para intervir**. Universidade de Aveiro. NO. 42, PP. 70-95, 2016.

MACHADO, Alessandra. **Yoga na escola: um olhar para a educação infantil**. Universidade federal de Santa Catarina – UFSC. Centro de Desportos – CDS. Departamento de Educação Física – DEF, 2019.

MALTA, Deborah Carvalho et al. **Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): capítulos de uma caminhada ainda em construção**. Ciência & Saúde Coletiva. 2016, v.21, n.6, pp. 1683-1694. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015216.075722016>. ISSN 1678-4561.

MONTEIRO, C. et al. **O sistema alimentar: classificação dos alimentos: saúde pública: nova: a estrela brilha**. World Nutr. jan-mar;7(1-3):28-40, 2016.

PAIVA ACT, et al. **Obesidade Infantil: análises antropométricas, bioquímicas, alimentares e estilo de vida**. Rev Cuid. 2018; 9(3): 2387-99.

PANAZZOLO PR, et. al. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares do município de Feliz, Rio Grande do Sul, Brasil**. Rev Bras Med Fam Comunidade. Rio de Janeiro, Abr-Jun; 9(31):142-148, 2014.

PETRUCCI GW, et al. **A Família e a Escola no Desenvolvimento Socioemocional na Infância**. Sociedade Brasileira de Psicologia. Trends in Psychology / Temas em Psicologia, Vol. 24, nº 2, 391-402, 2016.

REIS CEG, et. al. **Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil**. Rev Paul Pediatr;29(4):625-33, 2011.

SANTOS, Daniel; PRIMI, Ricardo. **Desenvolvimento socioemocional e aprendizado escolar: uma proposta de mensuração para apoiar políticas públicas**. Instituto Ayrton Senna, São Paulo, 2014.

SECRETÁRIA DA EDUCAÇÃO DO PARANÁ. **Dia a dia: Educação**, 2017. Programas e Projetos – Alimentação Escolar – Instruções Normativas. Disponível em: <<http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=1269>>. Acesso em: 18 de nov. de 2021.

SERRA BK, et al. **Intervenções de atividade física e educação nutricional para combater a obesidade infantil na escola: Revisão sistemática**. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo. v.12. n.73. p.665-679. Set./Out. 2018.

SOUZA EA, et al. **Atividade física e alimentação saudável em escolares brasileiros: revisão de programas de intervenção**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 27(8):1459-1471, ago, 2011.

TOMÉ, G. et al. **Promoção da Saúde Mental nas Escolas – Projeto ES’COOL**. Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente. 2017.

UNESCO. **Educação para a cidadania global preparando alunos para os desafios do século XXI**. Brasília. 44 p., il, 2015

WHO. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva, 1995.

Disponível em: <http://www.unu.edu/unupress/food/FNBv27n4_suppl_2_final.pdf>. Acesso em: 25 nov. de 2021.

ANEXOS

Figura 9 - Coleta de dados antropométricos, aferição de peso.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 10 - Roda de conversa, coleta de hábitos alimentares e análise socioemocional.



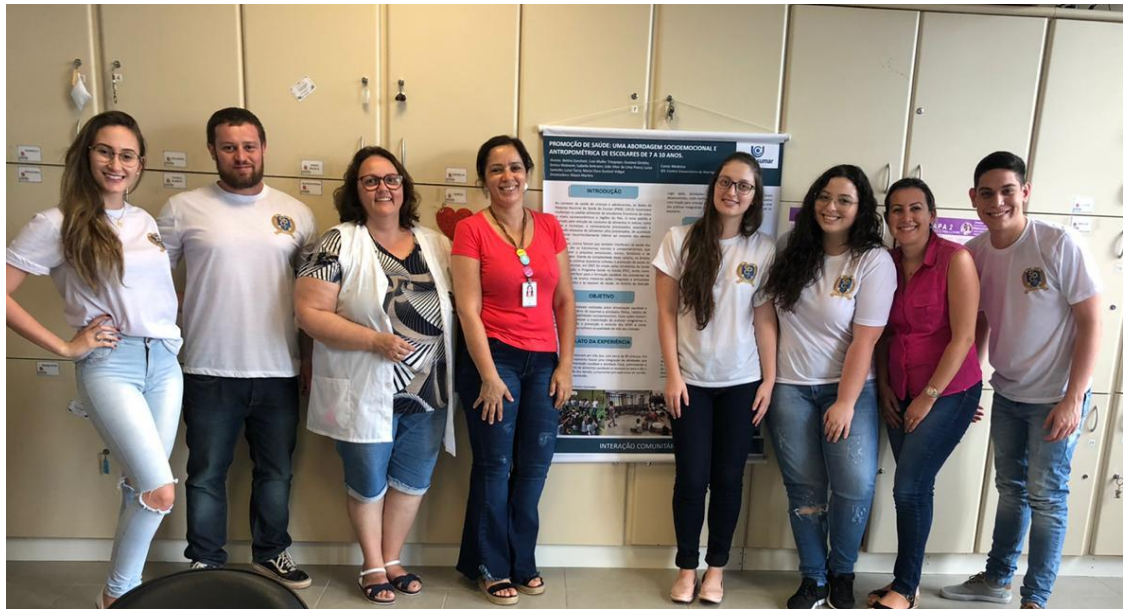
Fonte: Fotos da autora.

Figura 11 - Planejamento das intervenções.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 12 - Apresentação dos resultados para a diretoria e coordenação pedagógica do colégio.



Fonte: Fotos da autora.

Figura 13 - Mostrando os resultados para os escolares.



Fonte: Fotos da autora.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Declaração de autorização do local.

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO DO LOCAL

Maringá/ PR, 30 / 01 / 2019.

Ilma Sr.ª

Prof.ª Dr.ª Sônia Maria Marques Gomes Bertolini
 Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP-UniCesumar)
 UNICESUMAR – Centro Universitário de Maringá

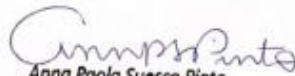
Prezada Coordenadora,

Eu, Anna Paola Suesco Pinto, CPF: 442.347.718-55

coordenadora da Escola Municipal Dr. Heleton Borba Cotes, declaro, a fim de viabilizar a execução do projeto de pesquisa intitulado PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS, sob responsabilidade da pesquisadora Isabella Beltrami e orientadora Mayra Martins, autorizo sua execução nas dependências da escola.

Esperamos, outrossim, que os resultados produzidos possam ser informados a esta instituição por meio de Relatório anual enviado ao CEP ou por outros meios de praxe.

De acordo e ciente,


 Anna Paola Suesco Pinto

Matrícula: 42562

Diretora Pedag. - 11/01 - D.O.E. - 11/01/2019

Assinatura do responsável

APÊNDICE B – Declaração de Revisão da Língua Portuguesa.



ANEXO 1

DECLARAÇÃO REVISÃO LÍNGUA PORTUGUESA

Eu, Nara E. Ribeiro da Silva, professora de Língua Portuguesa, Nº de Registro no MEC: 1086/2016, declaro, para os devidos fins e efeitos, e para fazer prova junto à Coordenação do curso de Graduação em Medicina da UNICESUMAR – Universidade Cesumar, que realizei a correção gramatical do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS, de autoria de Isabella Beltrami.

Por ser verdade, firmo a presente declaração.

Maringá, 15 de novembro de 2021.

Nara E. Ribeiro da Silva

Nara E. Ribeiro da Silva

APÊNDICE C – Formulário de Solicitação de Ficha Catalográfica.



ANEXO 2

FORMULÁRIO DE SOLICITAÇÃO DE FICHA CATALOGRÁFICA

[Este formulário é de uso exclusivo da biblioteca – SOMENTE PREENCHER]

Dados do solicitante

Nome Completo	Isabella Beltrami
E-mail	Beltrami0999@gmail.com
Telefone Celular	(44) 991 61-9 394
Curso	Medicina

Dados do documento - TCC



Título completo	PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS																	
Orientador (a)	Mayra Costa Martins																	
Co-orientador (a) *																		
Número total de páginas	38																	
Ano da defesa	2021																	
Palavras-Chaves atribuídas pelo Autor (três)	Promoção da saúde, Obesidade, Educação infantil.																	
Possui ilustração? *	<table border="1"> <tr> <td>Tab</td> <td>Sim (x)</td> <td>Quadros</td> <td>Sim (x)</td> <td>Figuras</td> <td>Sim (x)</td> </tr> <tr> <td>elas</td> <td>Não ()</td> <td></td> <td>Não ()</td> <td></td> <td>Não ()</td> </tr> </table>	Tab	Sim (x)	Quadros	Sim (x)	Figuras	Sim (x)	elas	Não ()		Não ()		Não ()					
Tab	Sim (x)	Quadros	Sim (x)	Figuras	Sim (x)													
elas	Não ()		Não ()		Não ()													

* Preencher somente se houver



APÊNDICE D – Declaração de Inexistência de Plágio.



ANEXO 3

DECLARAÇÃO DE INEXISTÊNCIA DE PLÁGIO

(Prática ilegal de apropriar-se da obra de terceiros sem autorização e sem a referência devida)

TÍTULO DE TRABALHO: PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE SOCIOEMOCIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS.

Eu Isabella Beltrami declaro que, com exceção das citações diretas e indiretas claramente indicadas e referenciadas, este trabalho foi escrito por mim e, portanto, não contém plágio. Eu estou consciente que a utilização de material de terceiros incluindo uso de paráfrase sem a devida indicação das fontes será considerado plágio, e estará sujeito a processos administrativos da Unicesumar e sanções legais.

Por ser verdade, firmo a presente declaração.

Maringá, 30 de outubro de 2021.

Nome e/ou assinatura do autor (a)