

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO ÂMBITO ESCOLAR: RELATOS DE EXPERIÊNCIAS/ EM SALA DE AULA

VIRGINIA NETA LIMA PEREIRA ¹

RESUMO

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO ÂMBITO ESCOLAR: RELATOS DE EXPERIÊNCIAS/ EM SALA DE AULA Virgínia Neta Lima Pereira/UNILAB virginia.neta.lima@gmail.com Maria Mary de Lima Pereira Fonseca lmariamary26@gmqil.com Maria do Socorro Lopes da Silva/ UNILAB socorrolopes.mi@gmail.com Luana Mateus /UNILAB lulu_matheus@hotmail.com
Eixo Temático: (Processos de Ensino e aprendizagem)
Resumo O presente trabalho aborda uma experiência docente que emprega discussões e atividades práticas de sala de aula como estratégias para estimular o processo de reflexão a cerca da inserção de uma alimentação saudável em uma turma de 7º ano do ensino fundamental, na escola Municipal de Ensino Fundamental São Francisco no município de Guaiúba Ceará. Considerando o papel que a educação possui de transformar a realidade através de ações educacionais e as contribuições que ela pode deixar como marca de um trabalho que possa mudar a realidade, isto porque a escola como uma instituição tem grande influência na vida das pessoas, é o lugar ideal para se desenvolver varias ações inclusive as relacionadas a educação para uma alimentação saudável. De acordo com os temas transversais que abordar a temática Saúde, o professor tem a possibilidade de articular o entendimento das diferentes maneiras relacionadas à saúde enfocando de forma harmoniosa o comportamento alimentar que cada indivíduo pode definir e proceder em seu dia a dia, com coerência e responsabilidade. Assim contamos com discussões no âmbito da alimentação saudável através dos bons hábitos alimentares os quais garantirão ao corpo um estado de equilíbrio, boa disposição física e psíquica. Neste sentido trabalhar a promoção da saúde no ambiente escolar é de fundamental importância, pois é na escola que se aprende também a refletir sobre a realidade e os bons hábitos. Por intermédio desta vivência, este trabalho quer motivar nesse espaço a adoção de práticas alimentares e estilos de vida saudável, assim para promover a construção do conhecimento sobre a importância da alimentação saudável com alunos da escola de ensino fundamental, desenvolvemos atividades sobre alimentação e nutrição de forma transversal e interdisciplinar, promovendo a construção do conhecimento crítico e estimulando um viver mais saudável hoje e sempre. Para tanto nos embasaremos em autores como: SANTOS, (2005), RAMOS et al (2013), GONÇALVES (2016), CAMOZZI (2015), e outros. Nesse contexto este trabalho assume por objetivo refletir sobre a importância de uma boa

alimentação para uma vida saudável. O processo de reflexão foi materializado por meio da participação coletiva em sala de aula, visando uma melhor assimilação e a reflexão sobre a alimentação saudável. Foram ministradas nas aulas de ciências abordagens sobre a temática por meio de discussões, palestras, exposição de slides, aula de campo e utilização do livro didático nas atividades. Os passos dados para o desenvolvimento dos trabalhos foram cinco: 1. Aula expositiva dialogada; 2. Organização do tempo e formas de pesquisas; 3. Apreciação de slides; 4. Confeção do material; 5. Análise e reflexão sobre o tema; 6. Aplicação de atividade em sala de aula e 7. Apresentação oral realizado pelos alunos enfatizando os conceitos apreendidos e propostos nas atividades, os alunos utilizaram material concreto como: construção de panfletos, painéis, tabela dos alimentos saudáveis e não saudáveis e teatro, nesse contexto os alunos puderam utilizar os conhecimentos construídos e refletir seus hábitos em relação a uma alimentação saudável a qual pode ajudar no processo de fortalecimento para a conscientização e efetivação das práticas saudáveis envolvendo atividades físicas. Metodologicamente trata-se de uma pesquisa com abordagem qualitativa participativa e descritiva em que se valorizou a cultura local e do saber popular dos alunos sobre alimentação. Foi utilizada como estratégias de aproximação com a realidade a aplicação de um questionário semiestruturado com uma turma do 7º ano da escola São Francisco em Guaiúba, onde estava descrito uma tabela contendo uma lista de alimentos saudáveis e não saudáveis e o tipo de exercício que os alunos realizam durante o mês. Contamos com um grupo de 25 alunos da referida turma. Concluiu-se, que a abordagem foi acolhida de forma positiva, os alunos refletiram sobre seus hábitos e perceberam a importância que os alimentos e as atividades físicas tem para manter equilibrada a saúde do corpo e evitar doenças futuras, apesar de alguns adolescentes não praticarem ainda em sua totalidade esportes ou outro tipo de atividades físicas, eles contam com alguns momentos esportivos ofertado pela escola através das aulas de educação física. Assim se percebeu que os alunos tem capacidade de produzir seu conhecimento, organizar e sistematizar pensamentos sobre o mundo a sua volta. Sabendo que o professor como mediador tem grande relevância para o desenvolvimento dessas competências, desses saberes. Com a realização deste trabalho pode-se compreender que há uma inserção dos saberes sobre uma alimentação saudável permitindo refletir sobre a realidade dos bons e maus hábitos alimentares. Na assertiva, salientamos que este trabalho deve despertar aos imbuídos no processo educacional, possibilidades de uma parceria entre a saúde e a educação de desenvolver na escola princípios e valores de promoção a reeducação que possibilite uma melhor qualidade de vida, ou seja, uma vida saudável. Palavras-chave: Cultura, Alimentação, Educação, Transdisciplinaridade. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS SANTOS, L. A. da S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Rev. Nutr., Campinas, 18(5):681-692, set./out., 2005 RAMOS, F. P. SANTOS, L. A. da S. REIS., A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 29(11):2147-

2161, nov, 2013.

Palavras-chave: .

¹,;