



7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



METODOLOGIAS ATIVAS DE EDUCAÇÃO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL

Área Temática: Saúde

Luana Santos Vital Alves Coelho;¹

Suelainne Silva Soares Santiago;¹

Márcia Christina Caetano Romano.²

¹Estudante de Enfermagem. Universidade Federal de São João del Rei – UFSJ – Campus CCO – Dona Lindu – Divinópolis, MG, Brasil. Bolsista;

²Doutora em Enfermagem. Universidade Federal de São João del Rei – UFSJ – Campus CCO – Dona Lindu – Divinópolis, MG, Brasil. E-mail: marciachristinacs@gmail.com.

Agência financiadora: Pró-reitoria de Extensão UFSJ

Universidade Federal de São João del Rei (UFSJ)

RESUMO

Introdução: Obesidade é um grave problema de saúde pública, sobretudo pela tendência mundial de elevação da prevalência na população em geral e infantil e por suas implicações. Objetivo: Relatar a experiência de atividades educativas com metodologias ativas sobre a prevenção da obesidade com escolares do ensino fundamental de Divinópolis. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por estudantes do curso de graduação em enfermagem da Universidade Federal de São João Del Rei. As atividades educativas foram realizadas no ambiente escolar, com 133 crianças na faixa etária de 7 a 12 anos de idade, durante um período de 10 meses, a partir de oficinas pautadas nos princípios de problematização e dialogicidade propostos por Freire. Resultados: As atividades educativas compuseram-se de 3 momentos: planejamento, implementação e avaliação. Observou-se efetiva construção do conhecimento a partir das oficinas realizadas e uma grande motivação dos participantes para discussão dos temas e realização das atividades propostas. Conclusão: O presente relato reforça a importância de metodologias ativas de educação acerca dos hábitos de vida

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



na direção de minimizar a prevalência da obesidade na infância.

Descritores: educação em saúde; sobrepeso; criança.

ABSTRACT

Introduction: Obesity is a serious public health problem, especially by the world trend for lifting the prevalence in the general population and playground and by its implications. **Objective:** To report the experience of educative activities in health on the prevention of obesity with schoolchildren in the fundamental teaching of Divinópolis. **Methodology:** This is a descriptive study of type experience report, experienced by the students of the Undergraduate Nursing Course at Universidade Federal de São João Del Rei who registered the information during the activities developed since the implantation of the project (March 2015). **Results:** were performed operative groups, with active methodologies for the specific age according to PichonRivière (2005). Became effective puppet theater, collages, drawings, paintings, activities with video, with 133 schoolchildren aged 7 to 12 years of age, in a municipal school of Divinópolis. The themes addressed involved the principles of healthy eating, choice of foods, regional supply, care in conservation and foods manipulation, the act of eating and edibility, overcoming obstacles to the adoption of recommendations on healthy eating and ten steps to healthy eating and adequate. It was observed the effective construction of knowledge from the workshops and a great motivation of the participants for discussion of the themes and activities proposals accomplishment. **Conclusion:** This report reinforces the importance of educational actions about the life habits in direction to minimize the prevalence of obesity in childhood.

Descriptors: health education; overweight; child.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade e o sobrepeso são um grave problema de saúde pública, sobretudo pela tendência mundial de elevação das prevalências na população e pelo impacto que geram na sociedade. Em todo o mundo, no ano de 2014, em torno de 8 milhões de adultos

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



morreram em consequência do sobrepeso e obesidade, estando essas patologias presentes tanto em países de renda alta como os de média e baixa renda (WHO, 2014).

No Brasil, em 2013, pesquisa aponta que uma em cada quatro mulheres acima de 18 anos ou mais apresentava obesidade, com percentual de 24,4%, enquanto entre os homens a frequência foi de 16,8% (ABESO, 2015).

A obesidade infantil vem aumentando ao longo dos anos e sabe-se que crianças obesas apresentam tendência a se tornarem adultos obesos e portanto, mais propensos a desenvolverem doenças crônicas não transmissíveis como diabetes e doenças cardiovasculares (WHO, 2016).

Em Divinópolis, estudo com 1187 escolares matriculados no ensino fundamental da rede pública reforça a magnitude do problema da obesidade infantil neste município. Foi identificada prevalência de 24,4% de excesso de peso entre os participantes do estudo, sendo este índice maior do que o encontrado em muitas cidades brasileiras (SOUZA; *et al*, 2014).

Em Rio Branco, Estado do Acre, estudo realizado com 741 escolares apontou prevalência de 26,9% de sobrepeso e obesidade, apresentando maior índice no sexo masculino. Foi demonstrando também que maior prevalência de excesso de peso ocorreu em escolares com maior poder aquisitivo (FARIAS, 2012).

Destaca-se que o sedentarismo acompanhado de hábitos alimentares inadequados contribui para o aumento das taxas de sobrepeso e obesidade em crianças, comprometendo sua saúde. A intervenção educativa deve ser realizada no sentido de sensibilizar as famílias para uma possível mudança nos hábitos de vida (FRIEDRICH, 2012).

Segundo a World Health Organization (2016) as estratégias para prevenção e controle dessas patologias são de responsabilidade do estado, da escola e dos pais. O papel do governo envolve a elaboração de estratégias para incentivar a atividade física e melhorar a alimentação das crianças e conseqüentemente das famílias. A função da escola inclui promover aulas de educação física aos alunos e fornecer na merenda, alimentos saudáveis. Além disso, os pais devem promover um ambiente domiciliar favorável no que tange a hábitos de vida saudáveis.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



Destaca-se que o recinto escolar é o melhor ambiente para a promoção de ações educativas com metodologias ativas, favorecendo uma melhor construção do conhecimento acerca de hábitos alimentares saudáveis (MAIA, 2012).

As metodologias ativas fundamentam-se em desenvolver sistemas de aprendizagem, objetivando contribuir para uma maior autonomia do aluno, trazendo-lhe motivação através do interesse por novos elementos contextualizados (BERBEL, 2011). Apresentam grande relevância na infância, especialmente no campo da nutrição, pois fazem com que crianças aperfeiçoem conhecimentos prévios em relação ao conteúdo proposto através de atividades educativas lúdicas, motivando-as na aceitação de uma alimentação saudável (MAIA, 2012).

Na perspectiva das metodologias ativas, a inovação tecnológica, na contemporaneidade, representa uma ferramenta relevante para o processo ensino-aprendizagem (MUNGUBA, 2010). Acredita-se que a partir da implementação de metodologias ativas de educação é possível promover a construção de um novo conhecimento acerca da alimentação saudável, favorecendo uma mudança efetiva no comportamento dos sujeitos sobre hábitos alimentares. A proposta deste trabalho foi norteada pelo protagonismo infantil e pela dialogicidade, tendo como embasamento as questões formadoras da cidadania.

Nessa direção, propõe-se esse estudo com o **objetivo** de relatar a experiência de atividades educativas com metodologias ativas sobre a prevenção da obesidade com escolares do ensino fundamental de Divinópolis.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por estudantes do curso de graduação em enfermagem da Universidade Federal de São João Del Rei.

As atividades educativas foram realizadas em uma escola municipal de ensino fundamental de Divinópolis, localizada na região Sudoeste do Município. Utilizou-se a oficina enquanto metodologia dos processos educativos, uma vez que essa é bastante útil

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

na área da saúde e em ações comunitárias, pois trabalha com significados afetivos e vivências relacionadas ao tema a ser discutido. Além disso, a oficina é caracterizada como uma prática de intervenção psicossocial e possibilita ações pedagógicas, sendo, pois, um instrumento de construção do conhecimento. As intervenções educativas pautaram-se no modelo Freireano, destacando os aspectos de problematização e dialogicidade (AFONSO, 2002).

Nas oficinas, implementou-se também a roda de conversa, pois proporciona planos metodológicos inovadores, favorecendo aos educandos a elaboração de um novo conhecimento e a produção de um comportamento diferente no que tange a alimentação saudável (SAMPAIO, 2014).

Participaram do projeto 133 crianças na faixa etária de 6 a 12 anos, 23 professores e 2 diretoras. Inicialmente, foi realizada uma reunião com pais e responsáveis, quando foi solicitada a autorização para participação das crianças.

As atividades educativas ocorreram em uma sala de aula cedida pela escola, com no máximo 15 escolares por subgrupo. Vale ressaltar que a avaliação de cada oficina realizada foi feita por meio do registro em diário de campo da participação dos escolares, no sentido de verificar a pertinência da metodologia, do tempo e dos recursos utilizados.

3. RESULTADOS

1- Planejamento

Durante todo o processo de planejamento educativo foram realizadas reuniões quinzenais com diretoras para definição de cronograma, sala a ser cedida, dinâmicas e temas a serem trabalhados, visando discutir e construir estratégias educativas.

As oficinas e as dinâmicas foram planejadas de acordo com que propunha cada tema, específica para cada faixa etária. Os materiais utilizados incluíam imagens de revista, cartolina, lápis de cor, balão, cola, folhas A4 e pinceis.

2-Implementação

Para cada tema trabalhado realizou-se um encontro. Cada reunião teve duração média de 30 minutos, horário de aula previamente reservado para a atividade educativa. Para abordar os temas princípios de uma alimentação saudável, escolha dos alimentos e

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

alimentação regional, objetivou-se sensibilizar os participantes sobre a importância da escolha dos alimentos a partir da disponibilidade dos mesmos na região. Na faixa de 6 a 10 anos, Os recursos utilizados foram painel de frutas, legumes, verduras, tendo como vivência a roda de conversa. A abordagem destes temas com participantes de 11 e 12 anos, utilizou-se de cartolina, figuras de alimentos saudáveis e não saudáveis e cola, sendo adotada a vivência de colagem.

Para abordar os temas cuidados na conservação e manipulação de alimentos e o ato de comer e comensalidade, objetivou-se discutir sobre o preparo e conservação adequados dos alimentos além de refletir acerca do comportamento alimentar. Na faixa etária de 6 a 10 anos, os recursos utilizados foram folhas A4, lápis de colorir, tendo como vivência desenhos elaborados pelos participantes acerca de uma refeição saudável e variada. A abordagem destes temas com escolares de 11 e 12 anos utilizou-se de folhas A4 e pinceis coloridos para a montagem de quadro alimentar recordatório das últimas 24 horas.

Na abordagem da temática superação de obstáculos para adoção de recomendações sobre alimentação saudável e dez passos para uma alimentação saudável e adequada, objetivou-se sensibilizar sobre romper os mitos para ingestão adequada de alimentos e prática de exercícios físicos. Na faixa etária de 6 a 10 anos, os recursos utilizados foram aparelho de som, balões e folhas A4, tendo como vivência a dinâmica “motivos para comer”. A roda de conversa foi a abordagem utilizada para participantes de 11 e 12 anos, com perguntas norteadoras sobre alimentação saudável.

3- Avaliação

A avaliação das atividades educativas realizadas foi feita por meio de rodas de conversa, onde realizou-se e registrou-se em diário de campo perguntas e respostas, dúvidas que os participantes apresentavam acerca do tema, havendo assim, troca de informações e experiências.

Os registros no diário de campo mostraram que os participantes apresentaram, nas oficinas em geral, interesse sobre o tema proposto e o desejo de discutir e conversar em outros momentos sobre aqueles assuntos. Uma limitação da proposta, na avaliação dos participantes, foi a curta duração de cada encontro. Por outro lado, observou-se, nas

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



oficinas subseqüentes, na discussão de temas afins que os escolares construíram conhecimentos reelaborados acerca das temáticas abordadas.

DISCUSSÃO

A experiência vivenciada propiciou aos escolares sensibilizarem-se e refletirem acerca da prevenção da obesidade. Tais estratégias de educação em saúde são relevantes na medida em que atualmente, em nosso país, mudanças no padrão alimentar das famílias vem ocorrendo, sobretudo na substituição de alimentos saudáveis por alimentos industrializados (TOLONI, 2011). Nesse contexto, o papel das metodologias ativas de educação na infância é de extrema importância para favorecer possíveis mudanças no estilo de vida da criança e de sua família, prevenindo assim doenças crônicas não transmissíveis (MAIA, 2012).

Em atividades educativas, o método dialógico é relevante para que ocorra a troca de informações. Favorece uma melhor interlocução do conhecimento entre o saber técnico e o comum, tornando a comunicação terapêutica, ou seja, com a finalidade de promover aprendizado (FRANCO, 2011). Na saúde, esse aspecto é fundamental, uma vez que esta é permeada por valores, crenças, culturas e o conhecimento comum que impregnam o comportamento das pessoas.

Outro aspecto importante nos processos educativos em saúde é a problematização. A problematização é substancial para a formulação do conhecimento científico, pois para a elaboração de soluções o sujeito é introduzido a pesquisar, fazendo rompimento de seus conhecimentos comuns e seguindo a busca da construção de um novo conhecimento (AFONSO, 2002). Destaca-se a importância da participação de todo o grupo nas atividades educativas, pois o diálogo permite a reflexão que impulsionará uma ação (MONTEIRO, 2010).

É importante ressaltar que o processo educativo se dá pela interação professor-aluno para que haja a estruturação do conhecimento. O educador deve se preocupar não somente com a troca de informações, mas também com a cidadania do educando, adequando o conteúdo à sua realidade, pois o mesmo deve ser interativo e ativo na construção do conhecimento (SILVA, 2012).

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



Outra investigação aponta que educadores com formação na metodologia tradicional apresentam dificuldades em aceitar e estimular ideias levadas por alunos em suas classes. É importante, no entanto, que educador rompa com o paradigma de que o educando é uma “tábula rasa” e comece a compreender o aluno como sujeito de ideias (HÜLSENDEGER, 2009).

Nesse sentido, acredita-se que a presente experiência favoreceu a escolares e alunos de graduação ter a possibilidade de vivenciar uma forma diferenciada do processo ensino aprendizagem, sobretudo no que tange à sensibilização e reflexão sobre práticas alimentares que potencializem comportamentos saudáveis, prevenindo a obesidade e contribuindo para a qualidade de vida.

4. CONCLUSÃO

Durante a realização das atividades educativas, foi possível perceber o interesse e a participação dos escolares nas atividades propostas, fazendo com que, através da interlocução de saberes prévios com o conhecimento científico, conseguissem construir um novo entendimento acerca de hábitos alimentares saudáveis para a prevenção do sobrepeso e obesidade. Diante dos resultados obtidos, vê-se pertinente o prosseguimento das atividades com o objetivo de promover mais discussões com este público a fim de prevenir agravos de saúde relacionados à má-alimentação.

Tais ações têm o potencial de promover ao público infantil um melhor conhecimento sobre o tema, o que pode avançar no sentido da apropriação de hábitos de vida saudáveis por esses sujeitos.

5. REFERÊNCIAS

AFONSO, Lúcia. Oficinas em dinâmica de grupo: um método de intervenção psicossocial. Belo Horizonte:Edições do Campo Social, 2002.

Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. ABESO Agosto de 2105. Acessado em Fevereiro de 2016.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

BERBEL Neusi Aparecida Navas. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 32, n. 1, p. 25-40, jan./jun. 2011.

DURÁ-TRAVÉ, T; et al. Exceso de peso corporal infantil en Navarra y surepercusión en la adolescencia. *Medclin (Barc)*. 2012 Feb; 138(2):52-5.

FARIAS, Edson dos Santos et al . Excesso de peso e fatores associados em adolescentes. **Rev. Nutr.**, Campinas , v. 25, n. 2, p. 229-236, Apr. 2012 . Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732012000200005&lng=en&nrm=iso. access on 10 Mar. 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732012000200005>.

FRANCO, Thais de Andrade Vidaurre; SILVA, Jorge Luiz Lima; DAHER Donizete Vago. Educação em saúde e a pedagogia dialógica: uma reflexão sobre grupos educativos na atenção básica. **Promoção da Saúde**, v.7, n.2.p.19-22, 2011.

FRIEDRICH, Roberta Roggia; SCHUCH, Ilaine; WAGNER, Mário Bernardes. Efeito de intervenções sobre o índice de massa corporal em escolares. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 46, n. 3, p. 551-560, June 2012 . Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102012000300018&lng=en&nrm=iso. access on 10 Mar. 2016. Epub Apr 24, 2012. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102012005000036>.

HÜLSENDEGER Margarete J. V. C. Compreendendo a importância de saber o que o aluno sabe. *REA*, Nº99, agosto de 2009, Ano IX, ISSN 1519-6186.

MAIA, Evanira Rodrigues et al . Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. **Rev. Nutr.**, Campinas , v. 25, n. 1, p. 79-88, Feb. 2012 . Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732012000100008&lng=en&nrm=iso. access on 11 Mar. 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732012000100008>.

MONTEIRO, Estela Maria Leite Meirelles; VIEIRA, Neiva Francenely Cunha. Educação em saúde a partir de círculos de cultura. **Rev. bras. enferm.**, Brasília , v. 63, n. 3, p. 397-403, June 2010 . Available from

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672010000300008&lng=en&nrm=iso>. access on 10 Mar. 2016.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672010000300008>.

MUNGUBA, Marilene Calderaro da Silva. Educação na saúde- sobreposição de saberes ou interfaces?. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, vol. 23, núm. 4, outubro-diciembre, 2010, pp. 295-296.

SAMPAIO, Juliana et al . Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface (Botucatu)**, Botucatu , v. 18, supl. 2, p. 1299-1311, 2014 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832014000601299&lng=en&nrm=iso>. access on 10 Mar. 2016.
<http://dx.doi.org/10.1590/1807-57622013.0264>.

SILVA Ormenzina Garcia da; NAVARRO Elaine Cristina. A relação professor- aluno no processo ensino- aprendizagem. **Revista Eletrônica da Univar** (2012) n.º8 Vol – 3 p. 95 - 100.

SOUZA, Márcia Christina Caetano de; et al. Factors associated with obesity and overweight in school-aged children. **Texto & Contexto Enfermagem(UFSC.Impresso)**. v.23, p712-19, 2014.

TOLONI, Maysa Helena de Aguiar et al . Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Rev. Nutr.**, Campinas , v. 24, n. 1, p. 61-70, Feb. 2011 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732011000100006&lng=en&nrm=iso>. access on 10 Mar. 2016.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732011000100006>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION Obesity and overweight 2014. Acessado em Março de 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION Obesity and overweight 2016. Acessado em Março de 2016.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio: