

Programa prevenção na escola

Estela Marisutti¹, Eloise Cousseau Machry¹, Julia Farias Tressoldi¹, Sarah Danieli¹, Ana Cláudia Kirchhof^{1*}

*Orientador

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) –
Campus Bento Gonçalves. Bento Gonçalves, RS, Brasil

O Programa Prevenção na Escola é desenvolvido no *Campus* Bento Gonçalves com o intuito de alertar a comunidade interna e externa sobre cuidados com a saúde em geral, enfocando a importância da aquisição de hábitos saudáveis relacionados à alimentação e prática de exercícios físicos, bem como a detecção precoce do câncer (destacando os cânceres de mama e próstata), os danos causados pelo álcool e pelo fumo, doenças sexualmente transmissíveis, gravidez na adolescência e fortalecimento do convívio familiar. Tem por objetivo desenvolver um trabalho que estimule a cidadania, criatividade e iniciativa; valorizando a responsabilidade e o espírito empreendedor, além de contribuir para melhoria da qualidade de vida e investir na multiplicação da informação. O grupo utiliza uma metodologia própria, como oficinas de conscientização, peças teatrais e criação de campanhas em datas alusivas aos temas abordados. Considerando estes aspectos, e acreditando que a educação, através das crianças, tem um poder de mudança, realizou-se uma ação voltada ao tema da alimentação saudável, contribuindo para a saúde das crianças e investindo nelas como disseminadoras da ação e dos aprendizados em seu convívio familiar. O projeto 'Você tem fome de quê?', foi desenvolvido com crianças do 4º e 5º ano do ensino fundamental, na cidade de Garibaldi. A escolha por esta faixa etária se deu em função de estarem em fase de intensa aprendizagem, absorvendo conteúdos, e suscetíveis a mudanças, contribuindo para o sucesso da ação. O projeto foi realizado em dois encontros. No primeiro, foi proposta a montagem de um prato de acordo com a alimentação diária das crianças. Após esta dinâmica, foi realizada uma conversa sobre escolhas alimentares mais adequadas. No segundo encontro, o grupo retomou a atividade de análise das refeições, destacando os alimentos mais escolhidos e seus benefícios e malefícios. A atividade foi finalizada com a construção conjunta de uma pirâmide alimentar, a devolução dos pratos às crianças e o convite a riscar os alimentos que tirariam e/ou incluiriam de seus pratos após as dicas. A equipe elaborou uma forma de investigar, de maneira criativa e dinâmica, como estão os hábitos das crianças e mostrar que uma alimentação atraente e colorida, traz mudanças significativas para o organismo, saúde e vida de cada um. Parte-se do pressuposto que um processo educativo, envolvendo a difusão de ideias e novos conhecimentos, promove o surgimento de novos hábitos, contribuindo assim para a melhoria na qualidade de vida.

Palavras-chave: Prevenção. Hábitos saudáveis. Cidadania. Educação.

Trabalho executado com recursos do Edital PROEX/IFRS nº 54/2015 – Bolsas de Extensão 2016, da Pró-Reitoria de Extensão.