

CAPÍTULO 25

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v4.25>

INTERVENÇÕES DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA NA PREVENÇÃO DO SOBREPESO E OBESIDADE INFANTIL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HEALTH IN SCHOOL PROGRAM INTERVENTIONS IN PREVENTING CHILDHOOD OVERWEIGHT AND OBESITY: EXPERIENCE REPORT

CRISLANE MARTINS TIMBÓ

Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário UNINTA, Especialista em caráter de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Escola de Saúde Pública do Estado do Ceará – RIS/ESP.

EVA WILMA MARTINS TIMBÓ

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário UNINTA, Especialista em Micropolítica da Gestão e Trabalho no SUS pela Universidade Federal Fluminense de Rio de Janeiro – UFF/RJ.

IOLANDA FREIRE COSTA BELCHIOR

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará – UFC, Especialista em Saúde da Família pelo Instituto de Desenvolvimento Econômico e Social – IDES.

MARIA SIMONIA GONÇALVES DE OLIVEIRA

Graduada em Assistência Social pela Universidade Norte Paraná - UNOPAR, Especialista em Direitos Humanos e Políticas Públicas pela Faculdade de Quixeramobim – UNIQ.

PAOLA LOPES LIMA

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará - UFC, Especialista em caráter de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Escola de Saúde Pública do Estado do Ceará – RIS/ESP.

RESUMO

Este estudo relata as ações do Programa Saúde na Escola (PSE) na prevenção do sobrepeso e obesidade na infância em Sobral, CE. O estudo descritivo baseado em relato de experiência focou na saúde infantil, implementando atividades de educação alimentar e nutricional entre 2021 e 2022. Estratégias como a "Brincadeira do sinal" e o "Mini Chefinho" foram utilizadas para ensinar crianças sobre escolhas alimentares saudáveis. As atividades envolveram a categorização visual dos alimentos, debates sobre hábitos alimentares e a montagem de saladas de frutas, visando incentivar a experimentação de novos sabores e conscientizar sobre alimentação balanceada. Os resultados revelaram uma maior conscientização das crianças sobre escolhas alimentares saudáveis, destacando a eficácia das abordagens educativas do PSE. No entanto, o estudo carece de um acompanhamento a longo prazo para avaliar a manutenção desses comportamentos saudáveis e uma ampliação para contextos culturais variados.

Recomenda-se a realização de estudos longitudinais e a inclusão de estratégias adicionais para fortalecer as práticas de prevenção da obesidade infantil.

Palavras-chave: Programa Saúde na Escola; obesidade infantil; educação alimentar e nutricional.

ABSTRACT

This study reports on the actions of the Health in School Program (PSE) in preventing childhood overweight and obesity in Sobral, CE. The descriptive study based on experiential reporting focused on child health, implementing nutrition and health education activities between 2021 and 2022. Strategies such as the "Signal Game" and "Mini Chef" were used to educate children on healthy eating choices. Activities involved visually categorizing foods, discussions on eating habits, and assembling fruit salads, aiming to encourage the exploration of new flavors and raise awareness about balanced diets. The results revealed heightened awareness among children regarding healthy food choices, highlighting the efficacy of PSE's educational approaches. However, the study lacks long-term follow-up to assess the sustainability of these healthy behaviors and the extension to diverse cultural contexts. It is recommended to conduct longitudinal studies and incorporate additional strategies to strengthen childhood obesity prevention practices.

Keywords: Health in School Program; childhood obesity; nutrition and health education.

1 INTRODUÇÃO

A problemática do sobrepeso e obesidade infantil tornou-se uma preocupação global de saúde pública nas últimas décadas (WHO, 2020). O crescente aumento desses problemas entre crianças e adolescentes impulsionou a busca por intervenções eficazes, e o Programa Saúde na Escola (PSE) emerge como uma iniciativa promissora na prevenção e promoção da saúde nesse contexto (Ministério da Saúde, 2017).

A presente pesquisa visa explorar e relatar as ações do Programa Saúde na Escola (PSE) na prevenção do sobrepeso e obesidade durante a infância no município de Sobral - Ce. A escolha desse tema surge da preocupação com a crescente incidência desses problemas entre crianças em idade escolar e da necessidade de compreender como as estratégias do PSE podem contribuir para mitigar essa realidade preocupante.

O objetivo principal deste estudo é relatar as ações implementadas pelo PSE para a prevenção do sobrepeso e obesidade infantil, além de analisar seus impactos na saúde das crianças participantes. O período de análise compreende os últimos dois anos, de ações desenvolvidas pela equipe multiprofissional do município de Sobral- Ce.

A justificativa para a realização deste trabalho reside na importância de compreender e divulgar práticas eficazes na prevenção do sobrepeso e obesidade na infância, especialmente considerando o papel fundamental da educação e saúde no ambiente escolar. A crescente incidência desses problemas impacta não apenas a saúde física, mas também o bem-estar emocional e social das crianças, tornando crucial a implementação de programas que abordem essas questões de maneira holística.

A metodologia adotada para esta pesquisa envolve relatos de experiência de ações do PSE, desenvolvidas nos últimos dois anos, no município de Sobral- Ce. A relevância deste estudo reside na contribuição para a ampliação do conhecimento sobre estratégias eficazes no combate ao sobrepeso e obesidade infantil, além de fornecer insights importantes para aprimorar e expandir as ações do PSE nesse âmbito.

2 METODOLOGIA

Este estudo descritivo, apresentando um relato de experiência, concentrou-se na promoção da saúde na primeira infância, especificamente nas ações de educação alimentar e nutricional conduzidas pelo Programa Saúde na Escola (PSE) no município de Sobral, CE, durante os anos de 2021 e 2022. As atividades foram realizadas nas unidades básicas de saúde e creches municipais que atendem crianças nessa faixa etária.

Inicialmente, houve uma reunião entre a nutricionista responsável e a equipe multidisciplinar para discutir os altos índices de obesidade infantil na região e identificar as necessidades específicas relacionadas à promoção da saúde. Após considerar as sugestões da equipe, definiu-se o tema "alimentação saudável e prevenção da obesidade infantil" como foco das ações planejadas, considerando os hábitos alimentares inadequados identificados.

As estratégias de educação alimentar e nutricional incluíram a atividade "Brincadeira do Sinal", na qual foram utilizadas representações visuais de sinais de trânsito para categorizar os alimentos (verde para alimentos ideais, amarelo para consumo moderado e vermelho para alimentos a serem evitados). Isso foi reforçado por imagens ilustrativas de hábitos alimentares saudáveis e não saudáveis, como comer enquanto assiste TV ou usa dispositivos eletrônicos, além de fotos de famílias durante as refeições.

Outra atividade, chamada de "Mini Chefinho", ocorreu nas creches municipais, incentivando as crianças a prepararem suas próprias saladas de frutas, promovendo a experimentação de variedades de frutas e fortalecendo o envolvimento ativo na seleção e consumo de alimentos saudáveis.

Além disso, sessões de educação alimentar e nutricional foram conduzidas com os responsáveis, ressaltando a importância dos hábitos alimentares saudáveis desde cedo, destacando os efeitos negativos do consumo excessivo de alimentos industrializados e a influência dos responsáveis e da escola na formação dos hábitos alimentares das crianças.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo descritivo realizado por uma nutricionista no município de Sobral/CE focou nas ações de promoção e prevenção da saúde na primeira infância, especificamente direcionadas à educação alimentar e nutricional para prevenir a obesidade infantil.

As ações empreendidas durante os anos de 2021 e 2022 nas unidades básicas de saúde e creches municipais buscaram abordar os altos índices de obesidade infantil, identificando necessidades e promovendo a conscientização sobre alimentação saudável.

Durante as atividades de educação alimentar e nutricional, estratégias como a "Brincadeira do sinal" foram empregadas. A utilização de imagens de sinais de trânsito (verde, amarelo e vermelho) para categorizar alimentos em termos de consumo foi uma abordagem visual eficaz. A associação das cores a diferentes grupos de alimentos permitiu que as crianças compreendessem, de forma lúdica, a importância de cada categoria na dieta diária.

A atividade do "Mini Chefinho", realizada nas creches municipais, proporcionou às crianças a experiência de montar suas próprias saladas de frutas. Esse método prático de envolver as crianças na preparação de alimentos saudáveis não apenas as incentivou a experimentar novos sabores, mas também promoveu um senso de autonomia e escolhas alimentares conscientes.

Além disso, as ações de educação alimentar e nutricional com os responsáveis legais abordaram a importância dos hábitos alimentares desde a infância. Enfatizou-se o impacto da merenda escolar, a composição nutricional dos alimentos oferecidos e os efeitos negativos da ingestão excessiva de alimentos industrializados.

Os resultados revelaram uma maior conscientização das crianças sobre escolhas alimentares saudáveis, evidenciada pela participação ativa nas atividades propostas. A interação com diferentes alimentos e a compreensão das consequências de seus hábitos alimentares foram notáveis durante as discussões.

A literatura destaca que intervenções baseadas na educação alimentar e nutricional podem influenciar positivamente os hábitos alimentares das crianças (Birch; Ventura, 2009). A abordagem lúdica utilizada nas atividades pode impactar significativamente a compreensão e a aceitação de escolhas alimentares saudáveis desde a infância (Bleich *et al.*, 2013).

Contudo, é importante considerar que a eficácia a longo prazo dessas ações requer um acompanhamento contínuo para avaliar a manutenção desses comportamentos saudáveis. Além disso, a inserção de estratégias de intervenção em nível comunitário pode complementar os esforços educacionais para garantir uma mudança sustentável nos padrões alimentares infantis (Kamath *et al.*, 2008).

Em síntese, os resultados evidenciam a eficácia das estratégias educativas adotadas pelo Programa Saúde na Escola (PSE) para promover escolhas alimentares saudáveis e prevenir a obesidade infantil. A abordagem multidisciplinar e lúdica pode ser fundamental na construção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo realizado sobre as ações de promoção e prevenção da obesidade infantil por meio do Programa Saúde na Escola (PSE) evidenciou a eficácia das estratégias educativas na conscientização e na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre as crianças. A abordagem lúdica e participativa contribuiu significativamente para o entendimento e a aceitação de escolhas alimentares mais saudáveis desde a infância.

As atividades desenvolvidas demonstraram que intervenções direcionadas à educação alimentar e nutricional podem ter um impacto positivo imediato, estimulando as crianças a experimentarem novos alimentos e compreenderem os benefícios de uma alimentação balanceada. O envolvimento dos responsáveis legais também foi crucial para fortalecer a conscientização sobre a importância dos hábitos alimentares desde cedo.

Entretanto, é necessário considerar algumas limitações deste estudo, como a falta de acompanhamento a longo prazo para avaliar a manutenção desses comportamentos alimentares saudáveis. Além disso, a pesquisa se concentrou em um contexto específico, limitando a generalização dos resultados para outras realidades e contextos culturais.

Para futuras pesquisas, sugere-se a realização de estudos longitudinais que acompanhem o impacto das ações do PSE a médio e longo prazo, investigando a sustentabilidade dos hábitos alimentares adquiridos pelas crianças. Além disso, a inclusão de estratégias adicionais de intervenção, bem como a avaliação de seu impacto em nível comunitário, poderia enriquecer a compreensão das melhores práticas na prevenção da obesidade infantil.

Em suma, este estudo ressalta a relevância das ações educativas do PSE na promoção de escolhas alimentares saudáveis e na prevenção da obesidade infantil. Apesar das limitações, abre caminho para investigações mais abrangentes e direcionadas, visando a continuidade e o aprimoramento dessas iniciativas para a saúde das crianças em idade escolar.

REFERÊNCIAS

BIRCH, L. L.; VENTURA, A. K. Preventing childhood obesity: what works? **International Journal of Obesity**, v. 33, n. 1, p. 74-81, 2009.

BLEICH, S. N.; SEGAL, J.; WU, Y.; WILSON, R.; WANG, Y. Systematic review of community-based childhood obesity prevention studies. **Pediatrics**, v. 132, n.1, p. 201-210, 2013.

KAMATH, C. C.; VICKERS, K. S.; EHRLICH, A.; MCGOVERN, L.; JOHNSON, J.; SINGHAL, V.; MONTORI, V. M. Behavioral interventions to prevent childhood obesity: a systematic review and metaanalyses of randomized trials. **The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism**, v. 93, n. 12, p. 4606-4615, 2008.

Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola (PSE): Caderno de Atenção Básica nº 32. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2017.

World Health Organization. Childhood overweight and obesity, 2020.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>