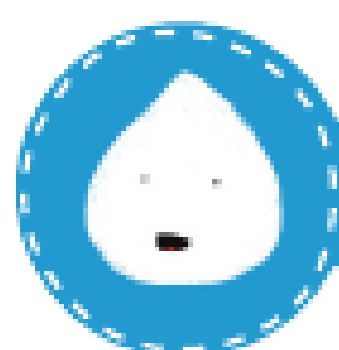




- Pereira, Marta (3)
Alves, Ângela (3)
Romero, Andreia (3)
Carvalho, José (3)
Sá, Luís (1,2)
Braga, Maria (1,2)
Festas, Constança (1,2)
Alves, Paulo (1,2)

(1) Instituto de Ciências da Saúde – Universidade Católica Portuguesa
(2) Center for Interdisciplinary Research in Health (CIIS – UCP)
(3) Aluno do Curso de Licenciatura em Enfermagem UCP, em Ensino Clínico V – Intervenção na Comunidade

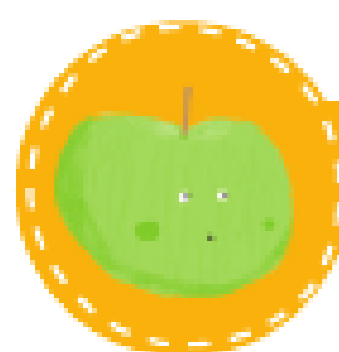
Paços a passo para uma alimentação saudável



Introdução

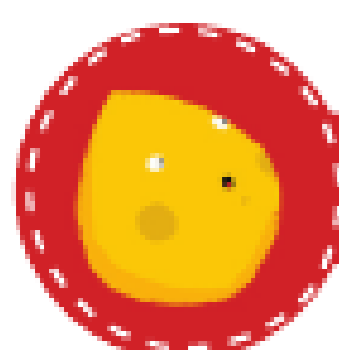
Uma alimentação saudável é essencial para permitir um normal desenvolvimento e crescimento e prevenir problemas de saúde. A escola assume um papel preponderante devendo promover um contexto de aprendizagem formal sobre as temáticas da Alimentação Saudável / Distúrbios Alimentares.

Este trabalho apresenta resultados da prática de educação para a saúde, decorrentes da orientação e participação de alunos de enfermagem, inseridos no projecto Mais Saúde do Centro de Enfermagem da Católica do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa.



Objectivo

Intervir no Agrupamento Vertical de Escolas de Paços de Ferreira, no âmbito do Ensino Clínico V – Intervenção na Comunidade (1º Semestre), na temática Alimentação Saudável / Distúrbios Alimentares



Material/Método

Realizado um levantamento das necessidades de informação em saúde, através das coordenadoras de cada escola do agrupamento.

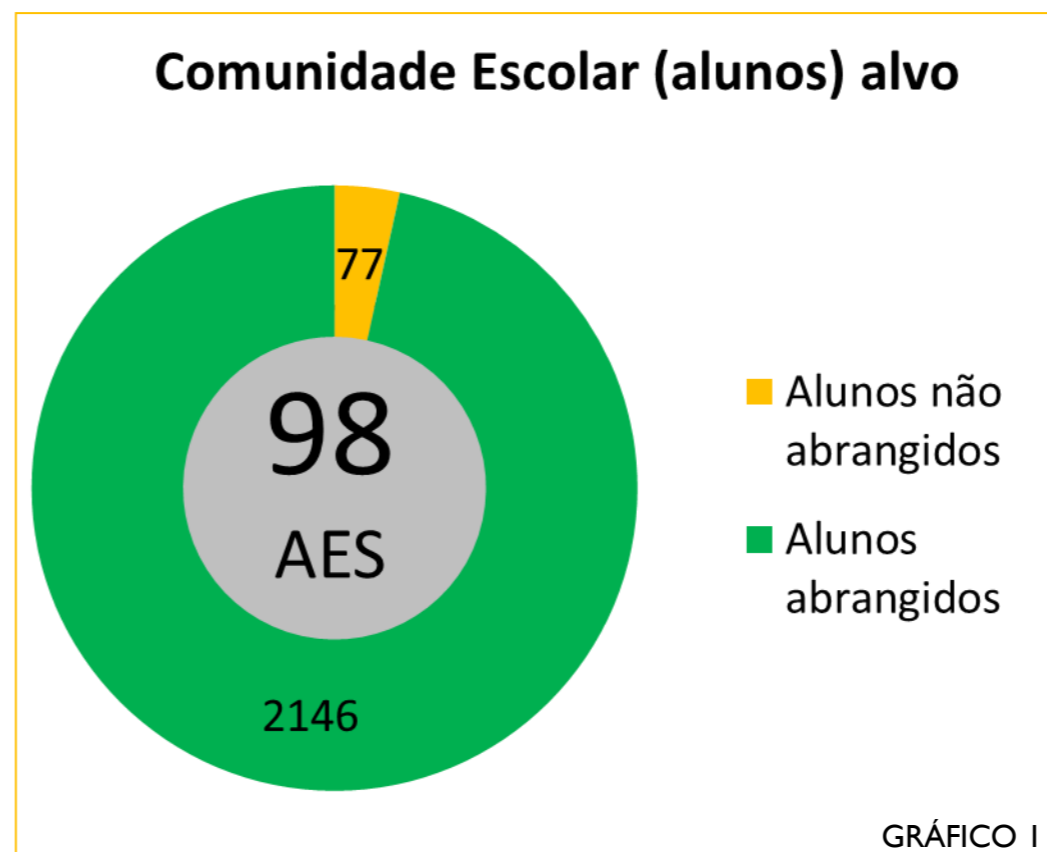
Emergiu a prioridade de intervenção na temática Alimentação Saudável / Distúrbios Alimentares.

Foram planeadas, executadas e avaliadas as diferentes Acções de Educação para a Saúde (AES) adequadas a diferentes grupos-alvo:

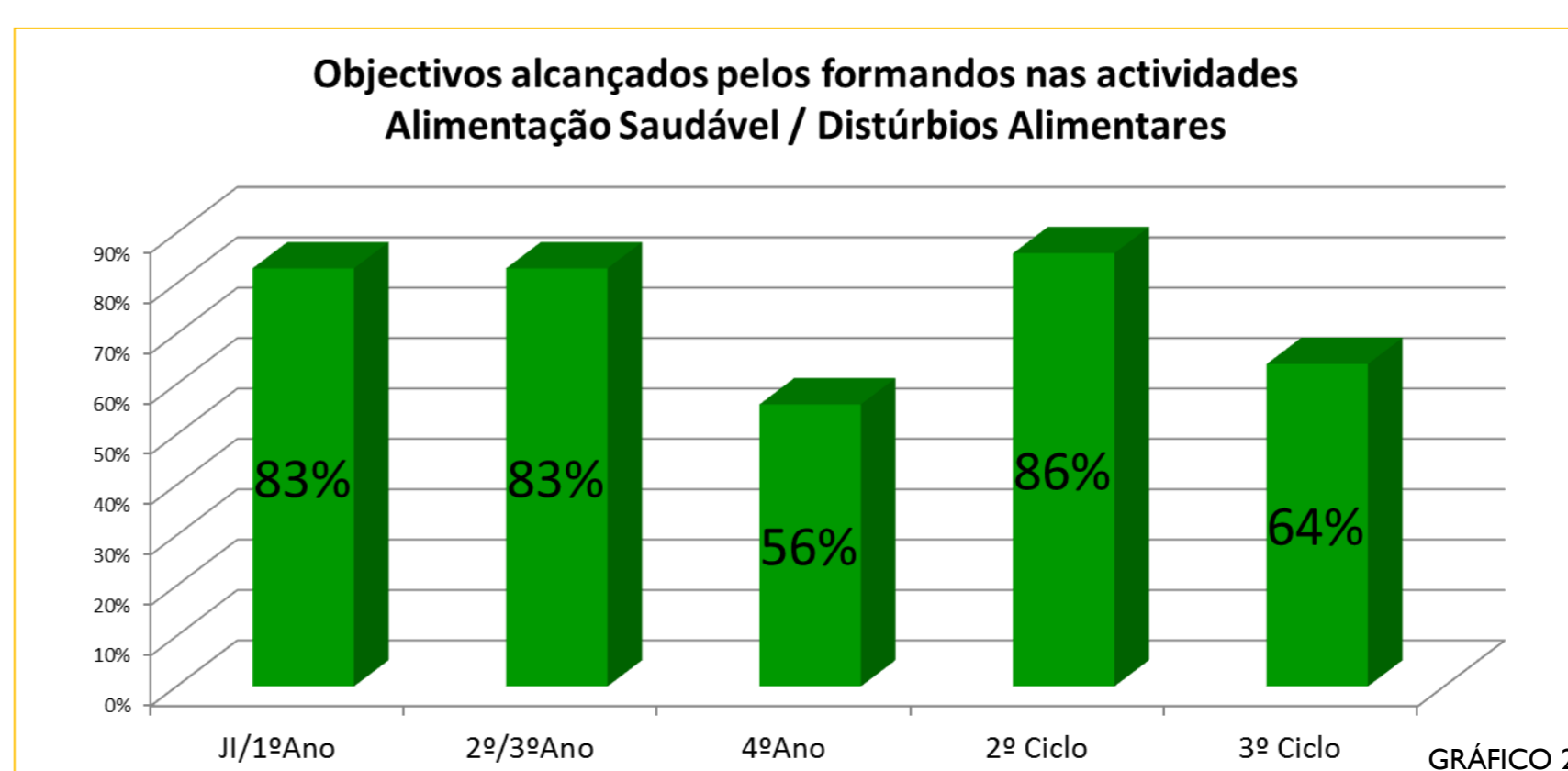
- Jardim de Infância / 1º ano – Dramatização e jogo da Glória;
- 2º / 3º anos – Leitura de história e jogo “Ementa do pequeno-almoço”;
- 4º ano - Apresentação multimédia e jogo “Tabela dos alimentos”;
- 5º / 6º anos – Apresentação multimédia, jogos “salada cruzada”/“quem quer ser saudável” e concurso “lanche saudável”;
- 7º ano – Manifestação silenciosa, visualização de vídeo, jogo “A palavra mistério”;
- 8º / 9º / CEF / PIEF – Exposição de bonecos gigantes, visualização de vídeo “Por uma vida saudável”.

Resultados

Foram realizadas: no JI/1º/2º/3º/4º anos 58 AES para 1166 formandos; no 5º/6º anos 14 AES para 528 formandos; no 7º/8º/9º/CEF/PIEF 16 AES para 452 formandos (Gráfico I).



Através do Gráfico 2, é possível verificar que os objectivos propostos para estas actividades foram atingidos em maior percentagem no 2º ciclo.



Conclusão

Intervimos nas 11 escolas do agrupamento - população 2146 formandos – e a avaliação efectuada demonstrou retenção do conhecimento transmitido e satisfação para com as actividades.



Bibliografia

- Viana, Victor and Sinde, Susana. 2008. O comportamento alimentar em crianças: Estudo de validação de um questionário numa amostra portuguesa. *Análise Psicológica*. 1, 2008, Vol. XXVI, pp. 111-120.
- Programa Nacional de Saúde Escolar – Despacho n.º 12.045/2006 (2ª série) publicado o Diário da República n.º 110 de 7 de Junho;
- Romero, Andreia, et al. 1.º Semestre 2010/2011. Relatório Final do Ensino Clínico V | Agrupamento Vertical de Escolas de Paços de Ferreira. Centro de Enfermagem da Católica, Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa. 1.º Semestre 2010/2011. Orientado por João Neves Amado.

