

Revista Saúde.Com

ISSN 1809-0761

<https://periodicos2.uesb.br/index.php/rsc>

ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA A PROMOÇÃO DA HIGIENE PESSOAL NA INFÂNCIA

HEALTH EDUCATION STRATEGY TO PROMOTE PERSONAL HYGIENE IN CHILDHOOD

Jack Eduarda Antunes Batista, Mirian Pereira de Oliveira, Anita de Oliveira Silva

Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Abstract

Introducing basic hygiene care early and in a fun way reduces the spread of diseases in early childhood and facilitates the assimilation and perpetuation of these habits in adulthood. The objective is to report the experience of approaching personal hygiene with children. This is an experience report that describes the health action activity developed, establishing a playful methodology with children aged 4 to 5 from a Municipal Early Childhood Education School in a community in Belo Horizonte (MG), between May and June 2023. Most children demonstrated that they still had insufficient knowledge about hygiene to maintain full health. There was effective participation of the students during the dynamics and in the work of motor coordination. It is worth highlighting that the integration of personal hygiene habits from childhood is essential to promote a healthy life, and health education actions are fundamental tools for this, due to their capacity for practical applicability. Finally, interventions to encourage self-care among children are relevant, and children are able to absorb the knowledge and put it into practice, as they learn in pairs. Furthermore, this work contributed to a more humanized training of future professionals.

Keywords: Health Education, Hygiene, Primary Health Care

Resumo

Introduzir cuidados básicos de higienização de forma precoce e lúdica reduz a proliferação de doenças na primeira infância e facilita a assimilação e perpetuação desses hábitos na vida adulta. O objetivo é relatar a experiência sobre a abordagem da higiene pessoal com o público infantil. Trata-se de um relato de experiência que descreve a atividade de ação em saúde desenvolvida, estabelecendo uma metodologia lúdica com crianças de 4 a 5 anos de uma Escola Municipal de Educação Infantil de uma comunidade de Belo Horizonte (MG), entre maio e junho de 2023. A maioria das crianças demonstrou possuir um conhecimento sobre higienização ainda muito insuficiente para manter uma saúde plena. Houve participação efetiva dos alunos durante as dinâmicas e no trabalho da coordenação motora. É válido destacar que a integração de hábitos de higiene pessoal desde a infância é fundamental para a promoção de uma vida saudável, e as ações de educação em saúde são ferramentas fundamentais para isso, devido à sua capacidade de aplicabilidade prática. Por fim, as intervenções de estímulo ao autocuidado entre crianças são relevantes, e o público infantil é capaz de absorver o conhecimento e colocá-lo em prática, pois realiza a aprendizagem em pares. Ademais, esse trabalho contribuiu para uma formação mais humanizada dos futuros profissionais.

Palavras-chave: Educação em Saúde, Higiene, Atenção Primária à Saúde

Introdução

A educação em saúde desempenha um papel fundamental na promoção do ensino-aprendizagem, sendo essencial para o desenvolvimento do pensamento crítico e reflexivo. Ela promove o autocuidado e a autonomia do indivíduo, contribuindo de maneira integral para a formação de cidadãos mais informados e engajados na gestão de sua própria saúde.¹ Uma estratégia integrada que o Sistema Único de Saúde (SUS) utiliza para isso é o Programa Saúde na Escola (PSE), que articula a escola e a rede básica de saúde para promover cidadania e qualificar as políticas públicas, visando à transformação social e à melhoria da qualidade de vida da população.² Segundo a Comissão de Especialistas em Educação em Saúde da Organização Mundial da Saúde, é importante que a escola seja um espaço que realize atividades de promoção à saúde.³ Com isso, esse programa adere à abordagem da Promoção da Saúde (PS), tendo como foco os estudantes das escolas públicas do Brasil, e seu cerne envolve a proteção, atenção, cuidado e pleno desenvolvimento da comunidade estudantil.⁴ Ainda sobre esse assunto, a Política Sanitária Paulista da década de 1920 trouxe transformações nas políticas de saúde e estabeleceu práticas de higiene e saúde para a escola primária. Assim, a escola tornou-se um centro fundamental para a promoção da saúde e a prevenção e erradicação de epidemias e endemias.⁵ Dentre as abordagens das questões em saúde na escola, a higiene pessoal é um tema crucial em saúde pública e deve ser incentivada desde a infância para prevenir doenças evitáveis, especialmente em áreas urbanas com alta vulnerabilidade social e precárias condições sanitárias.

Muitas doenças podem se manifestar na infância em decorrência de um sistema imune ainda em formação, associado à exposição aos microrganismos em ambientes propícios, como as creches. Nesses locais, é comum o aparecimento de enfermidades como a desnutrição na infância, infecções respiratórias e outras doenças infectocontagiosas.⁶

Além desses quadros, as enteroparasitoses estão intimamente relacionadas às práticas de higiene pessoal, pois a maioria possui transmissão fecal-oral, decorrente de hábitos inadequados na limpeza das mãos e alimentos, falhas no saneamento básico e questões socioeconômicas e culturais.⁷ Dentre as parasitoses, as mais comumente encontradas em crianças são relacionadas aos

agentes *Giardia lamblia*, *Entamoeba histolytica*, *Enterobius vermicularis*, *Ascaris lumbricoides*, *Trichuris trichiura*, *Ancylostoma spp.*, *Taenia spp.*, *Schistosoma spp.*⁸ Essas péssimas questões sanitárias estão geralmente associadas à urbanização descontrolada, ao crescimento populacional e à desigualdade no acesso a saneamento básico e educação em saúde.

Ademais, a Cárie da Primeira Infância (CPI) é uma outra condição de negligência da higiene pessoal comum em crianças com práticas de limpeza bucal deficientes, podendo variar em gravidade e impactar o desenvolvimento e crescimento das crianças conforme sua severidade.⁹ Essa doença, por sua vez, pode ser prevenida, controlada ou revertida desde que diagnosticada em estágio inicial (com presença de mancha branca no esmalte dental, sem cavidades).¹⁰ Entretanto, é mais comumente negligenciada e o seu desenvolvimento pode causar grande destruição das estruturas dentárias, ou até mesmo sua perda, podendo resultar em complicações locais, sistêmicas, psicológicas e sociais. Segundo o Ministério da Saúde, 27% das crianças entre 18 e 36 meses possuem pelo menos um dente decíduo cariado.¹¹

Dessa forma, compreende-se que hábitos de limpeza tanto do corpo quanto dos alimentos são a solução para controlar a disseminação de microrganismos e prevenir moléstias por contaminação.¹² Entretanto, a higiene pessoal não se restringe somente a escovar os dentes após as refeições, lavar as mãos e tomar banho, mas também está relacionada ao consumo de água potável filtrada, a dietas saudáveis e a comportamentos que auxiliam na saúde física e mental.¹³ Portanto, as intervenções em saúde vinculadas à promoção da higiene pessoal na infância são imprescindíveis e devem ser aplicadas, principalmente, no espaço escolar, pois conferem facilidade na execução e estimulam a atenuação de doenças infectocontagiosas que são frequentes no público infantil. Enfim, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência em educação em saúde sobre a higiene pessoal com crianças de uma escola pública infantil.

Metodologia

Trata-se de um estudo do tipo relato de experiência que descreve a atividade de ação em saúde desenvolvida, estabelecendo uma metodologia que permitisse uma abordagem dinâmica e de fácil compreensão pelo público-alvo a respeito da temática. Nesse trabalho, a

dispensa do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) se justifica pela ausência de coleta de dados sensíveis e pela natureza lúdica da atividade, sem a aplicação de questionários ou envolvimento de informações pessoais.

A princípio, foi realizada uma visita de campo para filtrar as demandas locais e, ao conversar com a diretora e vice-diretora de uma Escola de Educação Infantil (EMEI), localizada em uma comunidade de Belo Horizonte – MG, foi colocada como necessária a abordagem das práticas de higiene pessoal entre os alunos da EMEI. Diante do exposto, o projeto foi realizado entre maio e junho de 2023 e conduzido, exclusivamente, por acadêmicos do segundo período do curso de Medicina, com foco na disciplina de Saúde Coletiva. A orientação foi fornecida por um professor Fisioterapeuta, que ofereceu suporte e supervisão durante todo o desenvolvimento do trabalho. O público-alvo foi composto por aproximadamente 60 crianças, com idades entre 4 e 5 anos, distribuídas em 4 turmas diferentes, que estavam matriculadas na instituição de ensino. Foram abordadas questões relacionadas à higiene pessoal e ao autocuidado.

Para a execução das atividades, a escola disponibilizou alguns materiais, como balões, TNT, tinta, papel higiênico e próteses dentárias ilustrativas, os quais foram utilizados para a realização de dinâmicas lúdicas que instigaram a fixação do conhecimento sobre o tema. Durante as intervenções, foram realizadas algumas

perguntas aos alunos, como parte da interação, a respeito do que eles entendiam sobre higiene pessoal e, por meio da participação, foi possível observar o nível de conhecimento que eles possuíam sobre o assunto. Dessa forma, as dinâmicas foram focadas em complementar o conhecimento por meio de uma linguagem de fácil entendimento e para a prevenção de moléstias. Nessa perspectiva, os temas mais específicos abordados foram: “higiene bucal”, “lavagem das mãos”, “cuidados com pequenas lesões cutâneas”, “higienização das partes íntimas” e “hidratação corporal”.

Higiene Bucal: Usando próteses dentárias educativas, incluindo modelos maiores e simuladores de condições patológicas como a cárie, as crianças aprenderam técnicas corretas de escovação e uso do fio dental. Também foi enfatizada a importância de uma higiene bucal adequada para prevenir doenças e problemas de autoestima relacionados à deterioração dentária.

Fotografia 1 - Ação sobre “higiene bucal”.



Fonte: Acervo fotográfico dos autores

Lavagem das mãos: Foi realizada uma dinâmica lúdica em que uma criança, à frente da turma, seguia a sequência de passos para a lavagem correta das mãos, usando tinta guache como sabão e uma venda de TNT para cobrir os olhos. Após o passo a passo, a venda era retirada e a criança, junto com os colegas, verificava a eficácia da lavagem, observando áreas não cobertas de tinta como falhas no processo. Em

seguida, todas as crianças repetiam os movimentos, com ênfase na importância de não tocar os olhos, a boca e os alimentos com as mãos sujas para evitar contaminação. O conhecimento foi consolidado com a prática no banheiro da EMEI.

Fotografia 2 - Ação sobre “lavagem das mãos”.



Fonte: Acervo fotográfico dos autores

Cuidados com pequenas lesões cutâneas: Com o intuito de abordar os cuidados com ferimentos sobre a pele e seu processo de cicatrização adequada, enfatizou-se a importância de não remover crostas com as unhas, pois isso pode expor ferimentos a bactérias e causar infecções. Usou-se uma abordagem lúdica, chamando as bactérias de "bichinhos" e utilizando termos como "casquinhas de feridas" e explicações simples para tornar o conceito acessível às crianças. Destacou-se a importância de cuidados para prevenir a propagação de microrganismos sem estigmatizar todas as bactérias.

Higienização das partes íntimas: Foi demonstrada a sequência correta de limpeza das partes íntimas ao usar o banheiro, utilizando balões fixados em cadeiras como simulação das nádegas e papel higiênico para os movimentos. A dinâmica foi repetida várias vezes para permitir a participação de todas as crianças. Em cada rodada, 3 a 4 crianças receberam papel higiênico, seguiram os passos de limpeza, descartaram corretamente, simularam a descarga e lavaram as mãos.

Fotografia 3 - Ação sobre a "higienização das partes íntimas".



Fonte: Acervo fotográfico dos autores

Hidratação corporal: Houve o estímulo à ingestão de água em quantidades corretas ao longo do dia e foram explicados os benefícios desse líquido para o bem-estar e funcionamento adequado do corpo. Como forma de atrair o interesse das crianças, foi criado um “Herói da Água”, que buscou estimular as crianças a começarem a colocar em prática esse hábito dentro da própria EMEI, por meio da associação da água a uma maior força e hidratação.

Fotografia 4 - Ação sobre “hidratação corporal”.



Fonte: Acervo fotográfico dos autores

Resultados e Discussão

Por meio de perguntas direcionadas oralmente, de forma lúdica e que faziam parte da dinâmica na forma de jogo em sala, questionou-se as crianças sobre o que elas entendiam a respeito da higiene pessoal. Observou-se que elas ainda possuem um conhecimento muito insuficiente sobre o tema. Pré-escolares, ainda em fase de desenvolvimento, possuem compreensão limitada sobre higiene e autocuidado, sendo comuns falhas nos hábitos de higiene. O estudo de Delgado et al. (2018), com 172 alunos do 3º ao 5º ano (faixas etárias maiores), ilustra essa situação, mostrando que, apesar de 95,35% reconhecerem a importância da lavagem das mãos para prevenir doenças, muitas práticas são inadequadas: 6,98% não lavam as mãos na escola, 26,16% não lavam ao chegar, 8,72% usam apenas água e 18,02% usam álcool em gel sem lavar as mãos antes.¹⁴ Dessa forma, crianças com faixas etárias menores, como as de 4 a 5 anos, apresentam ainda mais limitações sobre o conhecimento do autocuidado, gerando a necessidade de mais ações sobre o conteúdo abordado para a sua consolidação.

Houve uma participação efetiva dos alunos durante as dinâmicas, por meio da interação tanto com os estagiários quanto com os colegas, e as crianças conseguiram reproduzir de forma adequada os passos de cada ação com a devida orientação dos acadêmicos. Esse fato evidencia a importância da utilização de atividades lúdicas adequadas à idade, empregando uma linguagem simples, educativa e associativa, para aumentar a interação e a compreensão.

Além disso, as dinâmicas exigiram um trabalho maior da coordenação motora por parte das crianças, o que permitiu a prática de novas habilidades de movimentos finos e planejados. Também foi analisado que as crianças realizaram aprendizagem em pares, uma vez que, por meio do diálogo, interação, observação e apoio entre as crianças, era formado um intercâmbio de conhecimentos em que uma criança ajudava a outra, otimizando o processo de aprendizagem. Não foram observadas diferenças significativas entre os conhecimentos adquiridos após a realização da atividade entre as faixas etárias participantes de 4 a 5 anos.

Diante do exposto, é reconhecido que a integração de hábitos de higiene pessoal desde a infância é fundamental para a promoção de uma

vida saudável, e as crianças são capazes de absorver o conhecimento e aplicá-lo no seu cotidiano, gerando transformações importantes associadas ao autocuidado. Exemplo disso é o estudo de Barreto DM et al. (2013) com 38 crianças de 3 a 5 anos, o qual dividiu os participantes em dois grupos: um que participou de 60 minutos de atividades educativas sobre higiene bucal e outro que não recebeu intervenção. Após 4 semanas, o grupo interventivo mostrou redução significativa nos índices de placa visível e sangramento gengival, enquanto o grupo controle teve aumento desses índices. Os resultados sugerem que a intervenção melhorou a higiene oral, mas, devido à amostra pequena e ao curto período de intervenção, são necessários mais estudos com maior duração para confirmar os achados.¹⁵

Ademais, esse processo contribui para a internalização de noções de cuidado que extrapolam as esferas individuais, alcançando o âmbito coletivo. A relevância dessa abordagem é justificada ao se considerar a estreita relação entre a prática negligente de higiene e a propagação de doenças infectocontagiosas, as quais podem ser facilmente disseminadas de um indivíduo contaminado para outros que mantêm proximidade. Na eliminação de infecções parasitárias, a importância reside na abordagem da educação sanitária, considerando aspectos culturais e noções de higiene como elementos fundamentais.¹⁶ Sobre esse assunto, o papel das ações educativas em saúde tem sido enfatizado por diversos pesquisadores como uma ferramenta de intervenção importante no controle de doenças parasitárias intestinais.¹⁷

Portanto, a atividade lúdica no campo da saúde representa um método de ensino-aprendizagem capaz de facilitar a compreensão de um tema. Esse método desperta o interesse, viabiliza a discussão e promove a construção conjunta do conhecimento. Dessa forma, a aprendizagem gerada é passível de ser implementada à realidade, caracterizando, assim, sua capacidade de transcendência e aplicabilidade prática.¹⁸ Promover a higiene pessoal e o autocuidado desde a infância é crucial para garantir adesão contínua, reduzir doenças evitáveis e diminuir os custos com internações e tratamentos hospitalares. Para reforçar a educação em saúde infantil, a escola e a Unidade Básica de Saúde local devem focar na coordenação motora e no raciocínio lógico, ajustando intervenções à medida que as crianças desenvolvem novas habilidades físicas e cognitivas. Como não foi utilizada nenhuma

ferramenta avaliativa posterior, não é possível afirmar se houve ou não aprendizado a longo prazo. Recomenda-se a realização de atividades semanais, como jogos de raciocínio lógico, músicas e vídeos lúdicos para ensinar sobre agentes biológicos e sua relação com o corpo e reforçar hábitos higiênicos no espaço escolar. Isso é importante para que o aprendizado seja reforçado e contínuo. Além disso, é essencial que a educação se estenda ao ambiente familiar, envolvendo os pais no processo e corrigindo falhas para perpetuar bons hábitos de vida.

Considerações finais

Esse projeto de extensão foi importante para apresentar às crianças conceitos essenciais de higiene pessoal e autocuidado em saúde, complementando e reforçando o aprendizado escolar e familiar. As ações de extensão podem e devem ser lembradas mais vezes, de forma contínua, lúdica e progressiva, envolvendo toda a família e a comunidade, para que sejam mais efetivas e duradouras.

Já em relação aos acadêmicos de medicina, todo o processo de intervenção na EMEI foi relevante para uma formação mais humanizada e centrada nos cuidados com o paciente desde a infância. Uma vez que os futuros médicos serão agentes importantes na transformação da realidade social e na melhora da qualidade de vida da população, eles devem ter responsabilidade pessoal e profissional pautada na ética e no cuidado com o outro.

Referências

1. Falkenberg MB, Mendes T de PL, Moraes EP de, Souza EM de. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência saúde coletiva* [Internet]. 2014Mar;19(3):847–52. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013>
2. Brasil. Manual Instrutivo – Programa Saúde na Escola [internet]. Brasília (DF): Ministério da Saúde, Ministério da Educação; 2013. Disponível em: https://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/19_06_2013_16.21.18.880166244cb983df2c85e0bcc746a73b.pdf
3. Organização Mundial da Saúde (OMS). Comissão de Especialistas em Educação em Saúde da Organização Mundial da Saúde. Washington: 1954.
4. Fernandes WR, Pimentel VR de M, Sousa MF de, Mendonça AVM. Programa Saúde na Escola: desafios da educação em saúde para prevenir Dengue, Zika e Chikungunya. *Saúde debate* [Internet]. 2022Nov;46(spe3):179–89. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E313>
5. Rocha HHP. Educação escolar e higienização da infância. *Cad CEDES* [Internet]. 2003Apr;23(59):39–56. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-32622003000100004>
6. Souza MMA de, Enumo SRF, Pereira de Paula KM, Souza RV de, Bezerra R da S, Mendes KB. Promoção de comportamentos saudáveis em pré-escolares. *Rev Bras Promoc Saúde* [Internet]. 2014 ;26 (3): 387-95. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/2945>
7. Lesmes VIS, Ramírez OJG, Parrado YM, Hernández-Rodríguez P, Gomez AP. Caracterización de hábitos de higiene y ambientes en lugares de atención integral a población infantil. *Rev esc enferm USP* [Internet]. 2017;51:e03264. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016042103264>
8. Brasil. Saúdeda Criança e a Saúde da Família:Agravos e Doenças Prevalentes na Infância - UNA-SUS. Universidade Federal do Maranhão - UFMA, São Luís, 2014. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/1655?mode=full>
9. Feldens CA, Giugliani ER, Vigo Á, Vítolo MR. Early feeding practices and severe early childhood caries in four-year-old children from southern Brazil: a birth cohort study. *Caries Res*. 2010;44(5):445-52. Disponível em: <https://doi.org/10.1159/000319898>
10. Losso EM, Tavares MCR, Silva JYB da, Urban C de A. Cárie precoce e severa na infância: uma abordagem integral. *J Pediatr (Rio J)* [Internet]. 2009Aug;85(4):295–300. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0021-75572009000400005>
11. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica. Projeto SB Brasil 2003: condições de saúde bucal da população brasileira 2002-2003: resultados principais. Brasília: Ministério da Saúde; 2004. 68 p.: Série C. Projetos, Programas e Relatórios. Disponível em: https://bvms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/projeto_sb2004.pdf
12. Medeiros M das GG de A, Carvalho LR de, Franco RM. Percepção sobre a higiene dos manipuladores de alimentos e perfil microbiológico em restaurante universitário. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2017Feb;22(2):383–92. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/1413-81232017222.17282015>

13. Cruz JDS. Higiene pessoal como uma proposta inovadora para melhorar a qualidade de vida de crianças e adolescentes que fazem parte do Centro de Apoio Lar Peniel na cidade de Simão Dias-SE. 9º Simpósio Internacional de Educação e Comunicação, 2018: 1-16. Disponível em:

<https://eventos.set.edu.br/simeduc/article/view/9564>

14. Delgado MFF, Coutinho VF, Ferraz RRN. Avaliação do conhecimento de crianças do 3º ao 5º ano do ensino fundamental com relação à importância da higiene das mãos antes das refeições em uma escola estadual de Campinas – SP. *ijhmr* [Internet]. 29º de maio de 2018 [citado 17º de agosto de 2024];4(2). Disponível em: <https://ijhmreview.org/ijhmreview/article/view/138>

15. Barreto DM, Paiva SM, Ramos-Jorge ML, Ferreira MC. Avaliação da eficácia de uma atividade educativo-preventiva com pré-escolares: estudo piloto de um ensaio clínico randomizado. *Arq Odontol.* 2013;49(3):113-21. Disponível em: http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-09392013000300002.

16. Giatti LL, Rocha AA, Santos FA dos, Bitencourt SC, Pieroni SR de M. Condições de saneamento básico em Iporanga, Estado de São Paulo. *Rev Saúde Pública* [Internet]. 2004Aug;38(4):571–7. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102004000400014>

17. Pedrazzani ES, Mello DA, Pizzigatti CP, Barbosa CAA. Aspectos educacionais da intervenção em helmintoses intestinais, no subdistrito de Santa Eudóxia, Município de São Carlos - SP. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 1990Jan;6(1):74–85. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X1990000100008>

18. Coscrato G, Pina JC, Mello DF de. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. *Acta paul enferm* [Internet]. 2010Mar;23(2):257–63. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002010000200017>

Endereço para Correspondência

Jack Eduarda Antunes Batista

Alameda Ezequiel Dias, 275 – Cetro -

Belo Horizonte/MG, Brasil

E-mail: jack_batista@cienciasmedicasmg.edu.br

Recebido em 06/03/2024

Aprovado em 27/08/2024

Publicado em 19/09/2024