

TÍTULO: Desenvolvimento da qualidade de vida por meio da orientação nutricional e educação em saúde.

AUTORES:

Juanita Danielly Espirito Santo

RESUMO:

A busca pela qualidade de vida, que é constante entre a população, possui suas definições diferenciadas de acordo com a cultura e as influências do meio. Uma das formas é por meio da promoção de saúde, sempre adequando as ações aos costumes e crenças de cada população. O objetivo do projeto está sendo (está em andamento) desenvolver atividades educativas que busquem orientar e estender melhorias na qualidade de vida. O enfoque principal está nos aspectos nutricionais, higiene pessoal e hábitos relacionados à saúde. Está sendo desenvolvido na Escola Municipal Francisco Meireles, Dourados. A população consiste em adolescentes, regularmente matriculados no 6º ao 9º ano do ensino fundamental e que foram público alvo de projeto de pesquisa anterior. A maioria dos alunos é de etnia indígena. As ações de ensino estão sendo desenvolvidas por meio de aulas (encontros) expositivas e dialogadas. Foram confeccionados materiais didáticos e destacamos a televisão, que foi feita a partir de caixa de papelão usada. Esse material chamou e prendeu a atenção dos adolescentes. As informações repassadas foram os aspectos nutricionais dos alimentos, ressaltando os cuidados com alimentação para prevenção de doenças crônicas não-degenerativas. Além disso, foram passadas informações pertinentes a alguns cuidados, enfocando a higiene pessoal, com o ambiente, boas maneiras e a importância da prática de exercícios. O planejamento das ações foi realizado nas dependências da UEMS, sendo executadas após agendadas as datas com a direção da escola. Até o presente momento foram desenvolvidas atividades no 6º ano, para as turmas A, B e C. No encerramento com cada turma foi realizada uma avaliação por meio da elaboração de uma pirâmide alimentar. Além disso, sempre foi servido um lanche, onde são ressaltadas as necessidades de boas maneiras para uma refeição e conhecer o conteúdo nutricional do alimento servido. Pode-se observar que a promoção de saúde é algo difícil, os resultados não são muito visíveis e a interpretação e prática são fatores individuais.

PALAVRA CHAVE: Adolescentes, Nutrição, Indígenas