

PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA INFÂNCIA: EXPERIÊNCIA DE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM NO ÂMBITO DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA

Tainara Vignoto dos Santos - Universidade Estadual de Maringá

Thiago Diociocio Biggi - Universidade Estadual de Maringá

Ana Carolina Gonçalves Pereira - Universidade Estadual de Maringá

Gabriela Ferretti de Oliveira - Universidade Estadual de Maringá

Evellyn Lorena Garcia Pinheiro de Farias - Universidade Estadual de Maringá

Larissa Carolina Segantini Felipin - Universidade Estadual de Maringá

E-mail- tainaravignoto@hotmail.com

Resumo:

Introdução: O Programa Saúde na Escola (PSE) é uma política intersetorial que visa à formação integral de estudantes da rede pública, por meio de ações de promoção da saúde, prevenção de agravos e atenção integral. A prática regular de atividade física, uma das ações do PSE, é fundamental para prevenir doenças como a obesidade infantil e favorecer o crescimento e desenvolvimento saudável. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem em uma ação com alunos da educação básica sobre a importância da atividade física. **Metodologia:** Relato de experiência conduzido por acadêmicos de Enfermagem na disciplina “O Cuidado ao Indivíduo, Família e Comunidade”, com foco na aplicação das ações do PSE. **Resultados:** Foram realizadas duas atividades com crianças de 3 a 4 anos, envolvendo brincadeiras que estimulam o movimento e o desenvolvimento motor. **Considerações:** A ação foi bem aceita pelo público-alvo, com adesão integral às atividades propostas e participação ativa das crianças, que demonstraram entusiasmo e bom desempenho. Conclui-se que a prática de atividades físicas na infância é imprescindível para o desenvolvimento físico, mental e social das crianças.

Palavras-chave: Política de saúde; Serviços de saúde escolar; Atividade física; Desenvolvimento infantil; Criança.

1. Introdução

O Programa Saúde na Escola (PSE), instituído pelo Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007, configura-se como uma política intersetorial, desenvolvida em parceria entre os Ministérios da Saúde e da Educação. Sua finalidade é contribuir para a formação integral dos estudantes, por meio da implementação de ações voltadas à promoção da saúde, prevenção de agravos e atenção integral, favorecendo a articulação entre o ambiente escolar e os serviços de saúde (Brasil, 2007).

Nesse contexto, a promoção de hábitos saudáveis, como a prática regular de atividade física, torna-se uma estratégia essencial dentro do PSE. Para mais, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a prática de pelo menos 60 minutos diários de atividade física a fim de promover a saúde (OMS, 2020).

Diante desse cenário, a atuação do enfermeiro, por meio das ações preconizadas pelo PSE, revela-se estratégica para a promoção da saúde infantil. Essa realidade, quando inserida no contexto acadêmico, possibilita a integração entre ensino, pesquisa e extensão, uma vez que as intervenções propostas podem subsidiar investigações, fortalecer a formação dos futuros enfermeiros e ampliar a disseminação de práticas baseadas em evidências para a comunidade.

Assim, este estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos do segundo ano de Enfermagem em uma ação extensionista realizada com alunos da educação infantil, voltada à sensibilização sobre a importância da prática regular de atividade física para a saúde e o desenvolvimento infantil.

2. Metodologia

Trata-se de um relato de experiência realizado por acadêmicos do segundo ano do curso de Enfermagem com crianças de 3 a 4 anos matriculadas em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) de Maringá–Paraná. A proposta surgiu na disciplina de extensão, a partir da identificação da importância da atividade física para o desenvolvimento infantil.

Após visita prévia ao CMEI, a proposta foi apresentada a equipe pedagógica, onde foram destacadas fragilidades motoras em parte das crianças e levantados os recursos disponíveis para a intervenção. O planejamento ocorreu em sala de aula, definindo-se o circuito de brincadeiras, os materiais e a divisão de responsabilidades.

A intervenção foi realizada em uma tarde no espaço externo do CMEI, envolvendo três turmas de crianças de três e quatro anos. Os acadêmicos conduziram a atividade por meio de uma breve conversa adaptada sobre saúde e, em seguida, promoveram um circuito motor com brincadeiras como engatinhar, pular e “morto-vivo”. Ao final, todas as crianças receberam medalhas simbólicas como forma de incentivo e inclusão que foram confeccionadas pelos estudantes.

3. Resultados e Discussão

A atividade física regular é um fator chave de proteção para a prevenção e o controle das doenças não transmissíveis (DNTs), como o diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e obesidade. Na infância, elas geralmente se manifestam por meio de brincadeiras que envolvem movimento corporal e que resultam em gasto energético. Apesar de parecerem simples, essas atividades têm papel fundamental em um período da vida marcado por intenso desenvolvimento corpóreo.

De acordo com a OMS, recomenda-se que crianças pratiquem pelo menos 60 minutos diários de atividade física moderada, contribuindo para o desenvolvimento saudável e para a prevenção da obesidade infantil, condição esta que tem apresentado crescimento preocupante nos últimos anos, mobilizando toda a APS.

Diante desse cenário, a atividade teve como objetivo estimular o desenvolvimento motor das crianças por meio de brincadeiras simples, que também podem ser reproduzidas em casa, como a amarelinha e o “morto-vivo”. Nesta última, as crianças deveriam agachar e levantar conforme comandos de voz, incentivando o retorno ao universo lúdico e mostrando que é possível se divertir praticando atividade física.

Referente a atividade, as crianças participaram ativamente e com entusiasmo de todas as atividades, acompanhadas de forma contínua pelos acadêmicos, docente e professoras do CMEI, garantindo segurança e incentivo.

Entretanto, contrário ao nosso objetivo, um estudo realizado em Pernambuco revelou que 65,3% das crianças pré-escolares não atingem a meta da OMS, favorecendo o sedentarismo (Barros et al.; 2012). Esses dados reforça a importância das ações de promoção a saúde e que elas são cruciais para poder diminuir essas taxas.

Nesse contexto, o enfermeiro tem papel essencial como articulador entre saúde e escola, promovendo ações educativas que incentivam hábitos saudáveis e contribuem para reduzir o sedentarismo e prevenir DNT na infância e na vida adulta.

4. Considerações

A ação foi bem recebida pelo público-alvo, que aderiu plenamente às brincadeiras propostas, participando de forma ativa, com entusiasmo e engajamento contínuo. Dessa forma, conclui-se que a prática regular de atividades físicas na infância é fundamental para o desenvolvimento integral, abrangendo aspectos físicos, cognitivos e sociais.

Referências

BRASIL. Decreto nº 6.286, de 5 dez. 2007. Institui o **Programa Saúde na Escola (PSE) e dá outras providências**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 6 dez. 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos**. OMS, 2020. Disponível em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf>. Acesso em: 14 ago. 2025.

BARROS, Simone Storino Honda et al. Prevalência de baixo nível de atividade física em crianças pré-escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 6, pág. 688-699, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/bWqRXSkGz6kxY3g4xpsKSVc/?lang=pt>. Acesso em: 14 ago. 2025.