

## SAÚDE E COMBATE À OBESIDADE: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS NO CONTEXTO ESCOLAR

Área de concentração em Educação

Osias Raimundo da Silva Júnior<sup>1</sup>; Carlos Augusto Batista de Sena<sup>2</sup>; Renan Belém da Silva<sup>3</sup>

1 Universidade Federal de Pernambuco, [juniorsilvapi@hotmail.com](mailto:juniorsilvapi@hotmail.com)

2 Universidade Federal de Pernambuco, [carlos\\_augusto\\_sena@hotmail.com](mailto:carlos_augusto_sena@hotmail.com)

3 Universidade Federal de Pernambuco, [renanbs14@gmail.com](mailto:renanbs14@gmail.com)

**INTRODUÇÃO:** Dentre os fatores relacionados à obesidade estão os hábitos alimentares e o sedentarismo, típicos de uma sociedade contemporânea consumista, onde prevalece a industrialização de alimentos. E tal enfermidade se torna acentuada com a falta de atividade física, sendo considerada uma doença universal de prevalência crescente, assumindo caráter epidemiológico, constituindo-se, dessa forma, no principal problema de saúde pública da sociedade (SABIA; SANTOS; RIBEIRO, 2004). Sabe-se da importância que a escola tem na difusão do conhecimento e adesão de práticas sociais, pois o ambiente escolar é o mais propício para explorar atividades que estimulem novos hábitos para uma melhor qualidade de vida, sendo apropriado refletir em como a escola pode desenvolver ações no sentido de promover uma conscientização dos alunos em relação aos hábitos alimentares, à saúde e ao combate à obesidade, que “pode ter início em qualquer época da vida, sendo seu aparecimento mais comum especialmente entre cinco e seis anos de idade e na adolescência” (Damiani; Carvalho; Oliveira, 2000). Para alcançar tal conscientização é fundamental criar projetos interdisciplinares, de modo que haja a participação efetiva de disciplinas curriculares diversas no delineamento de estratégias capazes de causar mudanças no comportamento do alunado e que tais abordagens consigam extrapolar os muros escolares, sendo a sociedade alcançada através de alternativas comunitárias voltadas para a promoção da saúde. Uma aplicação eficaz é observada na criação de hortas nos espaços que a escola oferece, de forma que os alunos possam atuar neste projeto e na manutenção desses espaços, sendo as hortaliças cultivadas, aproveitadas, processadas e consumidas pelos mesmos; fazendo com que os hábitos alimentares possam ser modificados a partir da proximidade com os alimentos naturais e da explicação pelos professores mediadores envolvidos no processo de ressocialização de costumes. A hora da refeição nos intervalos escolares deve servir de momento não apenas para saciar ou nutrir o corpo, mas também, trabalhar a busca de readaptação para ingerir alimentos saudáveis, no que será benéfico para proporcionar vigor, saúde e prazer. Claro que para se ter sucesso em tal abordagem é preciso também que a família se envolva nas discussões, pois sabe-se da influência dos pais ou responsáveis na escolha alimentar pelas crianças e adolescentes. Em geral são os pais que oferecem à criança os alimentos, diretamente, por meio do preparo das refeições ou permite sua compra pela própria criança (CARVALHO, 2005). Outra estratégia a ser considerada é a intermediação de palestras no ambiente escolar que elucidem questões envolvidas com alimentação, obesidade e demais doenças afins que acometem indivíduos que se alimentam mal. Estas palestras, seminários ou encontros devem ser pensados de tempos em tempos dentro do contexto educacional, com a finalidade de endossar os perigos de uma alimentação rica em calorias; sendo apropriada a participação de profissionais da saúde convidados para tal enfoque, permitindo um respaldo científico e que possa gerar o pensamento crítico, principalmente nos alunos. É importante ressaltar que existem políticas voltadas para a saúde, como é o caso da Política Nacional de Alimentação e Escolar (PNAE) resultante do trabalho entre os Ministérios da Saúde e da Educação, objetivando a ampliação das ações específicas de saúde aos alunos da rede pública de ensino, avaliando as condições de saúde, sua promoção e prevenção; educação permanente e capacitação dos profissionais, monitoramento e análise da saúde dos estudantes e suas ações (REIS; VASCONCELOS; BARROS, 2011). Mesmo assim existem lacunas quando se trata da temática

saúde na escola, especialmente em se tratando da obesidade e hábitos saudáveis. Embora se tenha informações sobre os riscos da alimentação irregular, não há muita credibilidade com o problema na escola porque não se vê com frequência educadores e profissionais comprometidos com o tema no âmbito escolar, como se pode observar nas cantinas e sua variedade de alimentos que escondem o real perigo da sua ingestão constante. Com isso, pode-se aplicar mais um artifício com o intuito de reduzir os riscos de uma alimentação desequilibrada, baseado no incremento das cantinas escolares, onde se possa estabelecer uma fiscalização, por parte dos educadores e demais interessados, dos produtos para consumo ali presentes, reafirmando-se a importância de todos os entes que auxiliam na construção do conhecimento, sendo estes a escola, os demais profissionais que dela fazem parte, os pais, a comunidade. Logo, o presente estudo busca apresentar as estratégias supracitadas como ferramentas pedagógicas elaboradas nos programas educacionais voltados para a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida através do combate à obesidade infantil e na adolescência, tendo sempre o aluno como foco do desenvolvimento dentro deste processo de ensino-aprendizagem, de tal maneira que este possa ter uma visão crítica em relação aos hábitos alimentares e às demais questões que cerceiam a temática da saúde.

**METODOLOGIA:** Para uma argumentação eficaz foram utilizadas pesquisas bibliográficas utilizando-se de livros acerca da temática em questão, assim como também de artigos e revistas relacionados na base do Google Acadêmico.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Todo esse processo deve ser efetivado com a intenção de aproximar saberes referentes às variadas disciplinas, enriquecendo, dessa forma, os conteúdos metodológicos inerentes de uma prática democrática, concretizando-se numa compreensão a partir da confluência de pontos de vistas diferentes. Tal projeto interdisciplinar pode ser executado de forma plena e trazer resultados satisfatórios para o combate à obesidade, se caracterizando numa ferramenta pedagógica que pode estimular novas atitudes autênticas e colaborativas, educando para a saúde à medida que se considera o contexto e a sistematização do ensino (SOARES, 2010). Somando-se a este fator interdisciplinar, é imprescindível a participação dos pais ou responsáveis, o que envolve toda a comunidade, que se beneficia das ações escolares, uma vez que se consegue atuar coletivamente no processo de construção do conhecimento. A criação de hortas na escola promove o conhecimento ambiental e estimula o contato com a natureza, fazendo com que os alunos compreendam a importância de se consumir alimentos naturais e saudáveis, isto se dá de maneira mais eficiente com a participação da comunidade (PIMENTA; RODRIGUES, 2011). As palestras e encontros regulares são fundamentais para que alunos e demais profissionais envolvidos se conscientizem das práticas educativas a partir da familiarização da temática saúde e obesidade nos estágios escolares. Tal ação se torna satisfatória, já que as instâncias governamentais pouco têm demonstrado quando se reflete na elaboração de políticas públicas voltadas para a (REIS; SALOMÃO, 2016. p. 2).

**CONCLUSÃO:** Os problemas de saúde relacionados à obesidade no período escolar podem ser atenuados com o repensar de estratégias capazes de amenizar tal quadro, pois se sabe que a criança e adolescente obeso tende a desenvolver sérias complicações tanto precocemente como na fase adulta, tais como hipertensão arterial, hiperglicemia e infartos. Para isto é preciso que os profissionais da educação atuem em conjunto com os pais e a comunidade, aproximando os saberes necessários para a construção de um conhecimento que desenvolva hábitos saudáveis. Dessa forma,

a escola assume o principal papel de difundir tais conhecimentos e proporcionar ações que tragam resultados, como a criação de projetos interdisciplinares; o envolvimento da comunidade nos assuntos acadêmicos, com a participação da família; o incremento de metodologias inovadoras, onde os alunos possam ser atuantes no processo de execução, por exemplo, criação de hortas e acompanhamento do preparo de refeições dentro do ambiente escolar, assim como o comprometimento da mesma no desenvolvimento de uma mudança conceitual, através de palestras e eventos que abordem a temática obesidade e saúde, sempre enfatizando o aluno como principal foco do processo que precisa ser regular. Assim a aprendizagem se dará de modo mútuo entre escola, alunos e comunidade, de forma que todos se beneficiem com os saberes compartilhados.

**Palavras-Chave:** Obesidade; Hábitos alimentares; Escola.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. CARVALHO, et al. Auto Conceito e imagem em crianças obesas. **Rev. Brasileira de Saúde Materno Infantil**. Recife, v. 4, no 3, pág: 263 a 268, julho / Universidade de São Paulo. São Paulo, janeiro, 2005.
2. DAMIANI, D; CARVALHO, D. P.; OLIVEIRA, R. G. **Obesidade fatores genéticos ou ambientais**. Pediatría Moderna, 2000.
3. PIMENTA, José Calisto; RODRIGUES, Keila da Silva Macie; PROJETO HORTA ESCOLA: **Ações de educação ambiental na escola centro promocional todos os santos de Goiânia**. p. 1. 2011. Disponível em: [http://www.cre.se.df.gov.br/ascom/documentos/hortasubeb/horta\\_escola\\_acoes\\_educa%C3%A7%C3%A3o\\_ambiental\\_escola\\_CPTSG.pdf](http://www.cre.se.df.gov.br/ascom/documentos/hortasubeb/horta_escola_acoes_educa%C3%A7%C3%A3o_ambiental_escola_CPTSG.pdf)
4. REIS, Caio Eduardo G; VASCONCELOS, Ivana Aragão L; BARROS, Juliana Farias de N. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil: **Políticas Públicas de Nutrição e Alimentação escolar**. Rev Paul Pediatr. Viçosa, p. 627; 2011. Disponível em: [http://www.nutricaoemfoco.com.br/NetManager/documentos/politicas\\_publicas\\_de\\_nutricao\\_para\\_o\\_controle\\_da\\_obesidade\\_infantil.pdf](http://www.nutricaoemfoco.com.br/NetManager/documentos/politicas_publicas_de_nutricao_para_o_controle_da_obesidade_infantil.pdf)
5. REIS, Moura; SALOMÃO, Devani; "POLÍTICAS PÚBLICAS VISANDO O CONTROLE DA OBESIDADE." *Revista Educação, Tecnologia e Cultura-ETC* 13.13 (2016). p. 2. Disponível em: <http://www.publicacoes.ifba.edu.br/index.php/etc/article/view/30/38>
6. SABIA, Renata Viccari; SANTOS, José Ernesto; RIBEIRO, Rosane Pilot Pessa. Efeito da atividade física associada à orientação alimentar em adolescentes obesos: **comparação entre exercício aeróbico e anaeróbico**. Rev. Brás. Méd. Esporte. São Paulo, V. 10, no 5, setembro / outubro, 2004.
7. SOARES, Max Castelhana. Uma proposta de trabalho interdisciplinar empregando os temas geradores alimentação e obesidade: **Alimentação e obesidade**. p. 1/14. 2010. Disponível em: [http://cascavel.ufsm.br/tede/tde\\_arquivos/35/TDE-2010-05-28T144656Z-2653/Publico/SOARES,%20MAX%20CASTELHANO.pdf](http://cascavel.ufsm.br/tede/tde_arquivos/35/TDE-2010-05-28T144656Z-2653/Publico/SOARES,%20MAX%20CASTELHANO.pdf)