

## A enfermagem na promoção do autocuidado de higiene corporal em escolares da Amazônia: relato de experiência

Nursing in the promotion of body hygiene self-care in schools of the amazon: report of experience

La enfermería en la promoción del autocuidado de higiene corporal en escolares de la amazonia: relato de experiencia

Deliane Silva de Souza<sup>1\*</sup>, Manuela Furtado Veloso de Oliveira<sup>2</sup>, Gracileide Maia Correa<sup>3</sup>, Laine dos Reis Macedo<sup>1</sup>, Samara Machado Castilho<sup>5</sup>, Rayssa Raquel Araújo Barbosa<sup>5</sup>, Tamara Catarino Fernandes<sup>6</sup>, Emanuelle Silva Mendes<sup>1</sup>, Ana Paula Rezendes de Oliveira<sup>1</sup>, Jaqueline Dantas Neres Martins<sup>1</sup>, Luan Cardoso e Cardoso<sup>4</sup>, Lais Fraga Valente<sup>5</sup>, Márcia Geovanna Araújo Paz<sup>5</sup>, Josinete da Conceição Barros do Carmo<sup>5</sup>, Lauro Vicente Marrom da Silva Filho<sup>1</sup>.

---

### RESUMO

**Objetivo:** Relatar as ações de educação em saúde desenvolvidas como o incentivo da prática de hábitos de higiene corporal que condizem com a manutenção da saúde e que proporcionam a melhoria da qualidade de vida, para escolares do ensino fundamental, de um município da Amazônia brasileira. **Relato de experiência:** Estudo descritivo do tipo relato de experiência em que consistiu na utilização da metodologia da problematização, o desenvolvimento das ações, foram incorporados aos princípios do Arco de Margueres, que consiste em um exemplo de metodologia ativa. As atividades realizadas aos escolares foram possíveis demonstrar a importância de adquirir hábitos saudáveis relacionados à higiene corporal, onde se verificou que os estímulos ao aprendizado precisam ser incorporados precocemente na infância, a fim de ocasionar mudanças importantes de comportamento para a adoção de práticas adequadas de autocuidado. **Considerações finais:** Conclui-se que para que a educação em saúde se torne efetiva é necessário o uso de estratégias que envolvam a participação da comunidade escolar e o incentivo ao autocuidado, de forma a propiciar a promoção em saúde.

**Palavras-chave:** Higiene, Criança, Escola, Saúde. Autocuidado.

---

### ABSTRACT

**Objective:** To report the actions of health education developed as an incentive for the practice of body hygiene habits that are consistent with health maintenance and that improve the quality of life for elementary school students in a Brazilian Amazonian municipality. **Methods:** A descriptive study of the type of experience that consisted in the use of the problem-solving methodology and the development of the actions were incorporated into the principles of the Margueres Arch, which is an example of an active methodology. **Results:** The results indicate that the activities carried out with the students were able to demonstrate the

---

<sup>1</sup>Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará. Belém- Pará

<sup>2</sup>Pós graduanda em Enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva Adulto e Neonatal, pela Faculdade Integrada da Amazônia (FINAMA). Belém- Pará

<sup>3</sup>Mestranda do Programa de Pós- Graduação em Enfermagem- Associado UEPA-UFAM. Belém- Pará

<sup>5</sup>Graduanda pela Universidade da Amazônia. Belém- Pará

<sup>6</sup>Graduanda pela Faculdade Metropolitana da Amazônia, Belém- Pará \*Email: [delibio76@gmail.com](mailto:delibio76@gmail.com)

importance of acquiring healthy habits related to body hygiene, where it was verified that the learning stimuli need to be incorporated early in childhood, in order to cause important behavior changes for the adoption of appropriate self-care practices. **Conclusion:** It is concluded that for health education to become effective it is necessary to use strategies that involve the participation of the school community and the incentive to self-care, in order to promote health promotion.

**Keywords:** Hygiene, Child, School, Health, Self care.

---

### RESUMEN

**Objetivo:** Informar las acciones de educación en salud desarrolladas como el incentivo de la práctica de hábitos de higiene corporal que concuerdan con el mantenimiento de la salud y que proporcionan la mejora de la calidad de vida, para escolares de la enseñanza fundamental, de un municipio de la Amazonia brasileña. **Métodos:** Estudio descriptivo del tipo relato de experiencia en que consistió en la utilización de la metodología de la problematización, el desarrollo de las acciones, fueron incorporados a los principios del Arco de Margueres, que consiste en un ejemplo de metodología activa. **Resultados:** Los resultados apuntan que las actividades realizadas a los escolares fueron posibles demostrar la importancia de adquirir hábitos saludables relacionados a la higiene corporal, donde se verificó que los estímulos al aprendizaje necesitan ser incorporados precozmente en la infancia, a fin de ocasionar cambios importantes de comportamiento para la salud la adopción de prácticas adecuadas de autocuidado. **Conclusión:** Se concluye que para que la educación en salud se haga efectiva es necesario el uso de estrategias que involucren la participación de la comunidad escolar y el incentivo al autocuidado, para propiciar la promoción en salud.

**Palabras clave:** Higiene, Niño, Escuela, Salud, Autocuidado.

---

### INTRODUÇÃO

A importância da prática de bons hábitos de higiene, tanto corporal como do ambiente em que se vive, é indispensável para a prevenção de inúmeras doenças e na manutenção da saúde do indivíduo. Entretanto, mesmo diante de tais conhecimentos, estas informações não estão evidentes e ainda são responsáveis pelo surgimento frequente de doenças como verminoses, diarreias, doenças cutâneas, cárie dental, infecções alimentares dentre outras, recorrentes nas diversas regiões do Brasil (RUAS HMS, 2013).

A Educação em Saúde é condição ativa para o exercício pleno do direito constitucional à saúde. O cidadão deve ser detentor de conhecimentos que o tornem capaz por si só de cuidar de sua saúde, de preservá-la através do autocuidado. Poderá assim ter possibilidade de alcançar melhor a qualidade de vida e contribuir para a diminuição dos gastos com serviços de saúde (COSTA FB, 2011).

O Enfermeiro é o profissional que age, na essência de sua prática, com o cuidado com a saúde humana, seu papel destaca-se dentro dessa ótica, a partir da aproximação da promoção da saúde com o processo de vida, o ato de cuidar das condições de saúde e doenças dos indivíduos e da comunidade, prioriza abordagens participativas, visando um enfoque integral e não simplesmente (MENEZES GA e ROSAS RS, 2004).

A teoria do autocuidado de Orem (POLIT DF e HUNGLER BP, 1995) tem como propósito básico de que o ser humano tem capacidades próprias para promover o cuidado de si mesmo, e que pode se favorecer com o cuidado da equipe de enfermagem quando apresentar inaptidão de autocuidado, constituindo assim o enfermeiro como educador que atuará na intenção de preparar o indivíduo para o autocuidado. Para que a educação em saúde se torne efetiva é de suma importância o uso de estratégias como esta, que envolvam a comunidade escolar de forma a proporcionar a promoção em saúde.

A prática do autocuidado por meio da educação em saúde proporciona o conhecimento em saúde, propendendo à autonomia do indivíduo, constituindo um conjunto de práticas e saberes, voltado à promoção da transformação social dos sujeitos e da sua comunidade (ARAÚJO MG et al., 2013). Nessa perspectiva as instituições de ensino são fundamentais para estabelecer o diálogo diante do ambiente favorável para contribuir expressivamente para melhoria da qualidade de vida de vida.

Contudo, percebe-se a carência de ações na Região Amazônica que promovam a prevenção e educação em saúde e desenvolve a responsabilidade da população para uma melhor da qualidade de vida, a necessidade de ações de práticas preventivas que fundamentalmente contribuam a melhoria nas condições de saúde, principalmente diante da necessidade de medidas amplas de promoção de saúde (BÔAS LM e OLIVEIRA DC, 2016).

Logo, o objetivo deste trabalho se constitui em relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem com escolares do Ensino Fundamental em uma escola de Conceição do Araguaia-Pará, sobre a prática de hábitos de higiene, por meio de uma ação educativa em saúde, incentivando a atuação do enfermeiro com orientações que estimulem a promoção do autocuidado, com conhecimentos sobre higiene corporal e bucal.

## **MÉTODOS**

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência vivenciado por acadêmicos do 4º semestre do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Pará, durante as atividades curriculares correspondentes ao eixo Introdução a Enfermagem, ocorridos no período de outubro a novembro de 2016.

O estudo foi desenvolvido em uma Escola de Ensino Fundamental na cidade de Conceição do Araguaia, estado do Pará, Amazônia brasileira. O público-alvo foram crianças, escolares, que do 1º ao 5º ano, compreendendo a faixa etária de 5 a 14 anos de idade, totalizando 153 escolares.

Para o desenvolvimento da atividade, empregou-se a Metodologia da Problematização de acordo com os princípios de Charles Maguerez, a qual é descrita em cinco fases. As atividades foram realizadas num período de três semanas, em que a primeira etapa consistiu na observação da realidade e identificação do problema por meio da participação nas aulas, em que se constatou a ausência de hábitos saudáveis que derivam desde a falta de entendimento até as condições socioeconômicas. Dessa maneira, foi verificado que grande parte dos estudantes apresentava hábitos higiênicos inadequados. Assim percebeu-se a necessidade de promover ações de saúde dentro das instituições de ensino básico, para que o processo do autocuidado seja aprendido desde cedo, gerando assim a manutenção efetiva da saúde durante toda a vida do indivíduo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao final da primeira semana ocorreu a segunda etapa, que incide no levantamento dos pontos principais diante do cenário encontrado, no qual se iniciou considerações conjuntas, entre os acadêmicos e as professoras a respeito de quais os possíveis aspectos e fatores de maior importância e pertinentes a falta de higiene. A partir da reflexão crítica conjunta pode-se analisar a problemática e elencar os pontos-chaves a serem trabalhados nas próximas etapas, em que se questionaram quais as causas da escassez de hábitos de higiene; quais suas implicações nos riscos para saúde e crescimento dos escolares; quais as orientações que a equipe escolar vem trabalhando com as crianças e como está ocorrendo esse processo.

A terceira etapa foi dedicada à realização da teorização para responder de maneira mais organizada e embasada o problema por meio de pesquisa em bases de dados nacionais e internacionais, com a leitura de artigos científicos, livros e manuais. Assim percebeu-se a relação direta entre a manutenção adequada da higiene e a conservação da saúde.

Na quarta etapa, levantaram-se as hipóteses de solução, com base nos dados pesquisados. Durante uma semana procurou-se elaborar o método a ser trabalhado junto aos escolares e qual a melhor forma de socializar as informações, visto que a linguagem deveria ser apropriada ao público-alvo.

E para finalizar, na quinta e última etapa foi organizada a aplicação do método escolhido à realidade através de uma estratégia de educação em saúde junto aos escolares, com a estruturação em forma de um circuito educativo, contendo espaços com informações sobre os cuidados com corpo, higiene das mãos e bucal, assim com as doenças que podem estar relacionadas à falta de higiene. O circuito foi desenvolvido em um momento pontual durante a tarde na quadra da escola. Em que participaram os estudantes do 2º ao 5º ano do ensino fundamental.

Ao analisar os dados da faixa etária dos educandos, é visto que eles se encontram entre 5 a 14 anos ou mais e que a maioria dos escolares se encontram na idade de 8 a 10 anos, sendo então um público mais receptivo à educação em saúde, por mostrar curiosidade e interesse por assuntos novos. Segundo Viecheneski JP e Carletto MR (2013) durante os primeiros anos de escolarização as crianças apresentam curiosidades e anseio de compreender o que ocorre a sua volta.

Foi discutido com os grupos de escolares as causas das doenças inter-relacionadas com a ausência de higiene corporal, através da utilização das tecnologias ativas, com a utilização de cartazes didáticos contendo ilustrações de forma a corroborar com a compreensão a respeito da temática.

A utilização de metodologias ativas de aprendizagem por meio das atividades lúdicas realizadas, se caracterizaram como método alternativo e mediador no processo ensino-aprendizagem. Considera-se relevante a sua utilização como ferramenta didática no processo ensino aprendizagem, possibilitando ao estudante o protagonismo na construção do seu conhecimento (SOUZA JB, et al., 2017).

Na atividade discutiu-se a importância da lavagem das mãos, através da demonstração prática de como fazê-la de maneira correta, em que consiste na fricção manual de toda a superfície das mãos, punhos e entre os dedos, utilizando sabão, seguido de enxágue abundantemente em água corrente.

Existem evidências científicas que constataam que a lavagem apropriada das mãos reduz o risco de contaminação e de disseminação de doenças infecciosas. Desta forma, as intervenções para promover a lavagem de mãos são custo-efetivas e estima-se que possam salvar milhões de vidas, com grande impacto na saúde pública. As orientações a respeito das doenças ocasionadas pela falta de higiene corporal ou bucal são voltadas para a educação em saúde, ações estas voltadas que devem ser direcionadas prioritariamente ao público em faixa etária escolar e desenvolvidas no próprio ambiente escolar (GOULART BNG, et al., 2010).

Após a demonstração, os alunos foram convidados a realizar na prática, enfatizando a importância de se tornar hábito frequente, antes ou após entrar em contato direto com sujidades, alimentos, fluidos corporais, objetos contaminados, dentre outros. Houve a discussão da importância da higiene bucal e a demonstração com auxílio dos protótipos, com intuito de despertar o interesse dos alunos pelo tema. Em seguida, esses foram convidados a realizar a escovação coletiva supervisionada.

Partindo da percepção de que esse ambiente tem o potencial de atingir grande número de indivíduos, além do fato de este ser um local com característica educativa e efetiva na construção de saberes e hábitos, proporcionando também a mudança de comportamento dos sujeitos ali inseridos, é de suma importância a enfermagem ter conhecimentos básicos sobre nutrição, à intenção de promover hábitos dietéticos adequados com o propósito de estimular uma vida saudável, como à saúde oral (MONTEIRO, PHN e BIZZO N. 2015).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O enfermeiro como educador atua no intuito de preparar o indivíduo para o autocuidado. Para que a educação em saúde se torne efetiva é necessário o uso de estratégias que envolvam a participação da comunidade escolar de forma a propiciar a promoção em saúde. A experiência dos profissionais de saúde vem comprovando, de longa data, que a informação, isoladamente, tem pouco ou nenhum reflexo nos comportamentos.

---

## REFERÊNCIAS

1. ARAÚJO MG et al. Educação em saúde no ensino infantil: metodologias ativas na abordagem da ação extensionista. *Rev enferm UFPE on line*, 2013;7(1):306-13.
2. BÔAS LM, OLIVEIRA DC. A saúde nas comunidades ribeirinhas da Região Norte brasileira: Revisão sistemática da literatura. 2016 *Atas CIAIQ*.
3. COSTA FB. HIGIENE DAS MÃOS E NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA ATENÇÃO BÁSICA, 2011.
4. GOULART BNG, et. al. A unidade básica de saúde como espaço lúdico para educação e promoção da saúde infantil relato de experiência. *Rev. Bras. Crescimento Desenvolvimento Hum.* v. 20. n.3. p. 757-761, 2010.
5. MONTEIRO PHN, BIZZO N. A saúde na escola: análise dos documentos de referência nos quarenta anos de obrigatoriedade dos programas de saúde. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, 2015, v.22,2,411- 427.
6. POLIT DF e HUNGLER BP. Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos de coleta de dados. 3ª ed. Porto Alegre: *Artes Médicas*, 1995, Cap. 8, p. 163-198
7. RUAS HMS. Desafio master de higiene na adolescência: um jogo didático para o ensino. Belo Horizonte, Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências e Matemática, Minas Gerais, Belo Horizonte, 2013. 140f
8. SOUZA JB, COLLISELLI, L. A Utilização do Lúdico como Estratégia de Inovação no Ensino da Enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*. 2017. v.7, n. 1227.
9. VIECHENESKI JP, CARLETTO MR. Iniciação à alfabetização científica nos anos iniciais: contribuições de uma sequência didática. *Investigações em Ensino de Ciências – V18(3)*, pp. 525-543, 2013.