

**PROMOÇÃO DA HIGIENE PESSOAL COM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL  
DE UMA ESCOLA PÚBLICA**

Natália Andressa Carteri;  
Sandra Segheto Perin;  
Camila Amthauer

## Resumo

Introdução: a educação em saúde é um tema amplo a se discutir, já que se trata de uma importante estratégia para a construção de conhecimentos e a execução de atividades no dia a dia de cada pessoa. De acordo com o Ministério da Educação (MEC, 2008, p.21): "A educação deve ser um fator de promoção e proteção à saúde, bem como estimular a criação de estratégias para a conquista dos direitos de cidadania". Assim, a educação em saúde engloba diversos processos promotores da saúde, bem-estar e qualidade de vida da população, sendo que as escolas surgem como importantes espaços de produção do conhecimento e promoção para uma vida saudável. Pode-se dizer que a escola é um meio onde profissionais de saúde conseguem orientar, de forma lúdica e objetiva, sobre assuntos pertinentes à saúde e à qualidade de vida das crianças e adolescentes em relação a escolhas mais saudáveis e responsáveis a serem adotadas, conscientizando-os de que uma boa saúde se faz com pequenos hábitos. Nesse contexto, a higiene pessoal é uma temática de extrema importância, fazendo-se necessário que as crianças sejam conhecedoras do assunto e estimuladas ao autocuidado, já que a ausência desses cuidados pode ocasionar diversos problemas de saúde

e reduzir seu bem-estar. Por conta disso, ainda na infância deve ser introduzida e enfatizada a importância da higiene aos pequenos, com campanhas e palestras interativas, as quais têm como finalidade a prevenção de doenças e promoção do autocuidado desde cedo. Objetivo: potencializar as condutas de higiene pessoal, demonstrando a sua importância no dia a dia das crianças, a fim de promover sua saúde e contribuir para uma melhor qualidade de vida. Método: trata-se de um relato de experiência de uma atividade de educação em saúde, realizada no Centro Municipal de Educação Infantil e Fundamental (CMEIF), uma escola localizada no município de Anchieta, região extremo oeste de Santa Catarina. A atividade foi realizada no mês de abril de 2024, por estudantes da 7ª fase do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). A atividade teve duração aproximada de 60 minutos e contou com a participação de 46 crianças, matriculadas no sexto e sétimo ano do ensino fundamental. A necessidade em explicar sobre o assunto surgiu a partir de uma conversa com a coordenadora pedagógica da escola, a qual informou sobre o impasse que os estudantes estavam tendo com relação aos cuidados de higiene pessoal. A apresentação se sucedeu de forma expositiva e utilizando-se de dinâmicas, a fim de uma melhor atenção e compreensão dos participantes. Foram abordados assuntos como as alterações hormonais que ocorrem nesta fase da vida e os cuidados com a higiene pessoal, com orientações sobre a higienização das mãos e dos pés, da pele, do couro cabeludo, a higiene íntima e a higiene bucal. Na sequência da apresentação, organizaram-se algumas atividades lúdicas, como a demonstração de como posicionar e utilizar um absorvente íntimo, bem como o seu descarte correto. Para isso, utilizou-se um absorvente descartável, uma peça íntima feminina (calcinha) e também um pedaço de papel higiênico. A outra atividade consistiu na lavagem das mãos, em que os participantes tiveram suas mãos pintadas com tinta guache e, com os olhos vendados, tinham de realizar a higienização correta das mesmas. A intenção era de que os alunos percebessem que a lavagem inadequada das mãos pode não as higienizar de forma correta e completa, podendo acarretar riscos para a

saúde. Resultados e discussão: no decorrer da atividade foram levantadas algumas perguntas sobre o entendimento da temática trabalhada e, mesmo com a pouca interação dos alunos do sétimo ano, percebeu-se que as turmas já possuíam uma compreensão sobre higiene. Ressalta-se que a higiene pessoal é o ato de limpeza de todo o corpo, devendo ser realizada por todas as pessoas pois, com esses cuidados, evita-se odores desagradáveis e previne-se o aparecimento de doenças por conta de uma má higiene, além de promover uma sensação de conforto, alívio e limpeza, principalmente em dias mais quentes. Entretanto, verificou-se que mesmo com a maioria dos alunos participantes tendo um conhecimento prévio acerca do tema, muitos relataram não executar hábitos simples de higiene pessoal, como lavar as mãos antes e após o uso do banheiro, nas refeições e tão pouco lavar frutas e verduras antes de seu consumo. Ainda, com uma dinâmica educativa de lavagem das mãos, os alunos foram estimulados a realizar esse importante hábito de higiene, mas que muitos desconhecem sua correta realização. Houve a participação e interação de todos e, a partir dessa experiência, pode-se confirmar que os bons hábitos de higiene estão associados ao incentivo e à conscientização das pessoas desde a infância, usando métodos que estimulem o cuidado com a higiene pessoal, a exemplo da lavagem das mãos antes e depois de cada refeição e após o uso do banheiro, tomar banho diariamente, cortar as unhas e manter uma boa higiene bucal, sendo a escola uma importante aliada para este processo de educação em saúde, conforme indicado por Rocha e Silva (2018). Conclusão: em suma, conclui-se que a abordagem da higiene pessoal é fundamental desde os anos iniciais, como medida para a promoção e a manutenção da saúde. Portanto, deve ser incentivada nos ambientes de educação de forma dinâmica, fazendo com que as crianças possam criar o hábito dessa prática desde a infância, com o objetivo de adquirir boas práticas de saúde que irão levar para a vida adulta e assim reduzir o risco de desenvolver doenças e condições precárias de saúde que possam estar relacionadas à falta de cuidados com a higiene pessoal. Por fim, para as estudantes de enfermagem a experiência foi ótima e enriquecedora para a sua formação, ao permitir vivenciar de forma prática o

desenvolvimento de uma atividade de educação em saúde na escola, contribuindo para o estímulo da autonomia e autocuidado de crianças em idade escolar. Tal experiência também pode ser apontada como positiva por conta do acolhimento feito pela instituição escolar e pela participação do grupo para o qual a atividade foi pensada e desenvolvida.

#### Referências

ROCHA, G. B. A.; SILVA, B. G. B. A importância de estimular os hábitos de higiene na educação infantil. *Rev. Educação e (Trans)formação*, [S. l.], p. 19–30, 2018. Disponível em: <https://www.journals.ufrpe.br/index.php/educacaoetransformacao/article/view/2056>. Acesso em: 9 maio.2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Módulo 12: higiene, segurança e educação. Brasília: Universidade de Brasília, 2008. 75 p. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/higiene.pdf>. Acesso em: 9 maio.2024.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Serviços de Saúde Escolar. Promoção da Saúde. Higiene. Higiene das Mãos.

E-mails: [liacarteri48@gmail.com](mailto:liacarteri48@gmail.com); [sandraperin06@gmail.com](mailto:sandraperin06@gmail.com)