

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE PESSOAL:
INCENTIVANDO BONS HÁBITOS POR MEIO DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA
ESCOLA**

SANTANA, Geovana Laabs; SCHNEIDER, Milena; AMTHAUER, Camila.

Resumo

Introdução: a educação em saúde na escola é uma estratégia para abordar diversos assuntos pertinentes à realidade das crianças, a exemplo da importância de uma alimentação saudável e boas práticas de higiene pessoal. Esses temas interligam-se e proporcionam às crianças mais autonomia para que desde a infância adotem medidas que lhes proporcionem bem estar físico e mental. Objetivo: relatar uma atividade de educação em saúde com um grupo de alunos da pré-escola abordando os temas de alimentação saudável e boas práticas de higiene infantil. Método: relato de experiência de atividade de educação em saúde com crianças que frequentam a pré-escola de uma escola no município de São Miguel do Oeste (SC). A atividade foi desenvolvida por acadêmicas da quinta fase de Enfermagem da Universidade do Oeste de Santa Catarina, campus São Miguel do Oeste, durante atividade de estágio, em maio de 2024. Foi realizada uma introdução sobre alimentação saudável, seguida de uma dinâmica envolvendo a definição dos alimentos em "saudável" e "não saudável" e, posteriormente, foi abordado o assunto da higiene corporal, com foco maior na lavagem das mãos, higiene bucal e corporal. Para finalizar, ocorreu a medida do peso e estatura dos alunos, seguindo a proposta do Programa Crescer Saudável, do

RESUMO

Ministério da Saúde. Resultados: das boas práticas de higiene pessoal e alimentação saudável, foi possível observar que, através das dinâmicas educativas aplicadas, as crianças tiveram seu interesse despertado e se mostraram participativas nas brincadeiras e conhecimento compartilhado, mostrando efetividade no

Palavras-chave - Educação em Saúde. Promoção da Saúde. Alimentação Saudável. Higiene. Enfermagem.

E-mails - geogeolsantana@gmail.com; schneidermilena83@gmail.com.