

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA ADOLESCENTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Pesquisador(es): SEMBRANELI, Thaiane Lemes; BILIBIO, Grazieli Cristina, COMIN, Lucimara Carolina Silva; MASCARELO, Natasha; PIRES, Luiz Eduardo Borges; POMPERMAIER, Charlene.

Curso: Graduação em Enfermagem.

Área: Ciências da Vida e Saúde.

Resumo: Trata-se de um relato de experiência dos bolsistas do curso de graduação em enfermagem da Unoesc campus de Xanxerê/SC, em uma atividade de educação em saúde na Instituição Lar Aprisco. A instituição, abriga adolescentes de 12 a 18 anos que são direcionados através da justiça, após Conselho Tutelar identificar situações de negligência. Como sugestão dos profissionais que atuam no local, o tema de alimentação saudável e atividade física foi sugerido, e os acadêmicos organizaram a atividade “café da manhã educativo” para debater o assunto com os adolescentes. Com a vinda da puberdade, a adolescência é a fase das grandes mudanças e transformações na vida do indivíduo. Por este motivo, durante esse período é necessário um acompanhamento alimentar equilibrado e a prática de atividade física regular para o futuro adulto atingir a maturidade de forma plena e saudável. Através de uso de mídias, demonstração da quantidade de gordura e açúcar dos alimentos, dinâmica e roda de conversa, os adolescentes foram orientados quanto a importância da alimentação saudável. Ao final da manhã, uma atividade física de alongamento e caminhada foi realizada, enfatizando seus benefícios para a perda de peso, ansiedade e prevenção de doenças relacionadas ao excesso de peso e sedentarismo. A educação em saúde é uma das atividades primordiais do profissional enfermeiro, atuando na prevenção de doenças e promoção de saúde na comunidade através do acesso a informação. Estas atividades oportunizam aos alunos a vivência da educação em saúde na prática agregando conhecimento e crescimento profissional.

Palavras-chave: Educação em saúde. Adolescente. Cuidados de Enfermagem.

E-mails: thaianesembraneli@hotmail.com; contato@preveconsultoria.com.br