



PROMOÇÃO DE SAÚDE COM ADOLESCENTES EM AMBIENTE ESCOLAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HEALTH PROMOTION WITH TEENAGERS IN THE SCHOOL ENVIRONMENT: EXPERIENCE REPORT

PROMOCIÓN DE SALUD CON ADOLESCENTES EN EL AMBIENTE ESCOLAR: INFORME DE EXPERIENCIA

*Luiz Felipe Fernandes Gonçalves*¹

*Débora Suzane de Araújo Faria*²

*Elias dos Santos Batista*³

*Sandra Régia Ferreira*⁴

*Sandra Maria de Assis*⁵

RESUMO

.....

A adolescência é um período caracterizado por mudanças fisiológicas e modificações comportamentais. Esses aspectos motivaram a realização de um trabalho em educação e saúde voltado a adolescentes, partindo do princípio de que a escola é o lugar ideal para o desenvolvimento de atitudes e valores que objetivam a promoção de saúde e de qualidade de vida. Assim, este artigo constitui um relato de experiência, com abordagem qualitativa e descritiva, fundamentado nas atividades realizadas no projeto de extensão “Palavras, cores e valores: (re)significando vidas invisíveis”. O público-alvo foi composto por adolescentes, com idades variando dos 11 aos 16 anos, do sexo feminino, estudantes de escolas públicas em Caicó-RN. O projeto esteve ativo entre maio e dezembro de 2015. A cada 15 dias, as alunas se deslocavam até o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN), para participar em ações educacionais relacionadas à saúde. As experiências foram pautadas em palestras e oficinas lúdicas, envolvendo as temáticas saúde da mulher, educação, nutrição, esporte, qualidade de vida e cultura, abordadas como formas de expressão, interação, aprendizagem, sociabilidade e proteção social. Conclui-se que este trabalho desempenhou a função social de proporcionar uma oportunidade de promoção de saúde, principalmente para um público que vive em situação de vulnerabilidade social, devido ao descaso das políticas públicas.

.....

Palavras-chave: Educação em saúde; Programas educativos; Adolescente.

1. Cirurgião dentista. Especialista em Prótese Dentária e em Saúde da Família. Odontólogo no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN). Caicó (RN), Brasil.

2. Pedagoga com Licenciatura Plena. Mestre em Políticas e Práxis da Educação. Pedagoga no IFRN. Caicó (RN), Brasil.

3. Educador físico. Especialista em Fisiologia do Exercício. Professor no IFRN. Caicó (RN), Brasil.

4. Enfermeira. Especialista em Saúde Pública, em Enfermagem do Trabalho e em Urgência e Emergência. Técnica em Enfermagem no IFRN. Caicó (RN), Brasil.

5. Historiadora com Licenciatura Plena. Mestre em Educação Profissional. Professora no IFRN. Caicó (RN), Brasil.

ABSTRACT

Adolescence is a period characterized by physiological changes and behavioral modifications. These aspects motivated the creation of a work on education and health aimed at teenagers, grounded in the assumption that the school is the optimal space for developing attitudes and values whose goal is promoting health and quality of life. Thus, this article is an experience report, with a qualitative and descriptive approach, based on the activities conducted in the outreach project "Words, colors, and values: (re) meaning invisible lives." The audience consisted of teenagers, with ages ranging from 11 to 16 years, female individuals, students from public schools in Caicó, Rio Grande do Norte, Brazil. The project was active between May and December 2015. Every 15 days, the students went to the Brazilian Federal Institute of Education, Science, and Technology of Rio Grande do Norte (IFRN), to participate in health-related educational actions. The experiences were based on lectures and ludic workshops, involving the themes women's health, education, nutrition, sports, quality of life, and culture, addressed as modes of expression, interaction, learning, sociability, and social protection. We conclude that this work has played the social role of providing a health promotion opportunity, especially for an audience living in a situation of social vulnerability, due to the neglect of public policies.

Keywords: Health education; Educative programs; Adolescent.

RESUMEN

La adolescencia es un período caracterizado por cambios fisiológicos y modificaciones del comportamiento. Estos aspectos motivaron la creación de un trabajo en educación y salud dirigido a adolescentes, basado en el principio de que la escuela es el espacio ideal para el desarrollo de actitudes y valores cuyo objetivo es la promoción de salud y calidad de vida. Por lo tanto, este artículo es un relato de experiencia, con abordaje cualitativo y descriptivo, basado en las actividades realizadas en el proyecto de extensión "Palabras, colores y valores: (re)significando vidas invisibles". El público objetivo consistió en adolescentes, con edades que van de 11 a 16 años, del sexo femenino, estudiantes de escuelas públicas en Caicó, Rio Grande do Norte, Brasil. El proyecto estuvo activo entre mayo y diciembre de 2015. Cada 15 días, las estudiantes fueron al Instituto Federal de Brasil de Educación, Ciencia y Tecnología de Rio Grande do Norte (IFRN), para participar en acciones educativas relacionadas con la salud. Las experiencias se basaron en conferencias y talleres lúdicos, que involucran los temas salud de la mujer, educación, nutrición, deporte, calidad de vida y cultura, que se abordan como modos de expresión, interacción, aprendizaje, sociabilidad y protección social. Llegamos a la conclusión de que este trabajo ha jugado el papel social de proporcionar una oportunidad de promoción de salud, especialmente para un público que vive en situación de vulnerabilidad social, debido al abandono de las políticas públicas.

Palabras clave: Educación en salud; Programas educativos; Adolescente.

INTRODUÇÃO

A adolescência é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS)¹ como o período entre a infância e a idade adulta, delimitado cronologicamente dos 10 aos 19 anos. O Ministério da Saúde (MS) considera esses mesmos limites, enquanto o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)² adota como critério de 12 a 19 anos.

Na adolescência ocorrem importantes mudanças no corpo, sendo caracterizada como uma fase de transformações fisiológicas decorrentes da puberdade e por ser um período de vulnerabilidade física, psicológica e social, com complexas alterações no processo de desenvolvimento do ser humano, em seu modo de pensar e agir e no desempenho dos papéis sociais. Na adolescência há modificações e transformações comportamentais em busca de autoafirmação, independência dos pais, contestação de ideias e conceitos preestabelecidos,

além da procura por estabilidade social em um grupo de convívio. Dessa forma, a saúde dos adolescentes pode ser diretamente afetada, interferindo em seu desenvolvimento na fase adulta³⁻⁵.

Sendo a adolescência um processo de desenvolvimento biopsicossocial, pode ser marcada por crises, dificuldades, mal-estar e angústia, fazendo com que essa faixa etária necessite de um cuidado mais amplo e sensível, uma vez que o adolescente apresenta maior vulnerabilidade nos âmbitos biológico, psíquico e social⁵.

Vivenciar a adolescência significa, com frequência, passar por etapas extremamente conturbadas como entrar em conflito com o modo de pensar dos familiares, a formação da identidade do indivíduo e temas como namoro, brincadeiras e escolha profissional adquirem maior relevância. Desse modo, a adolescente encontra-se mais vulnerável em relação à gravidez não planejada, às doenças sexualmente transmissíveis (DST), à exposição a acidentes em decorrência

do comportamento desafiador, além de diferentes formas de violência⁶.

Devido à sua condição social e política, em especial ao desenvolvimento biopsicossocial e à obrigatoriedade imposta pelo ECA, a adolescência tem assumido papel de destaque no cenário social e científico, assegurando-se que o Estado e a sociedade atuem na garantia dos direitos desse grupo social. Os crescentes indicadores da morbimortalidade entre adolescentes enfatizam a importância de maior atenção das políticas de saúde direcionadas à adolescência⁷. Nesse âmbito, cria-se a necessidade da atuação voltada à promoção de saúde na adolescência, partindo da premissa de que um sistema de saúde centrado em ideais de promoção de saúde viabiliza a melhoria da atenção, diminui a sobrecarga de atendimentos e incentiva a população em termos de tomada de decisões, objetivando sua adesão a comportamentos positivos relacionados à saúde.

As atividades de promoção de saúde voltadas à população adolescente apresentam maior efetividade quando desenvolvidas a partir de uma abordagem educativo-preventiva no âmbito escolar, promovendo estímulo à adoção de atitudes e valores que possam proteger os indivíduos das situações de risco⁸.

O trabalho de educação em saúde com adolescentes deve contemplar a promoção de saúde, ações de prevenção de doenças e o fortalecimento de fatores de proteção. Além da escola assumir uma função pedagógica específica, também tem uma função social e política voltada à transformação da sociedade, relacionada ao exercício da cidadania e ao acesso a oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento⁹.

A práxis em saúde, de caráter educativo, deixou de ser compreendida como um processo de persuasão e, em uma interpretação participativa, passou a ser um processo de capacitação dos indivíduos para a transformação da realidade. A prática educativa em saúde está relacionada a elementos que explicam o processo saúde-doença, como as condições objetivas e subjetivas da existência, os direitos sociais, cuja conquista e usufruto dependem do conhecimento e da consciência acerca deles e de como acessá-los¹⁰.

O ambiente escolar é considerado o lugar ideal para o desenvolvimento de estratégias que promovam a saúde, dada sua capilaridade e abrangência, uma vez que atitudes e valores são formados nesse ambiente¹¹.

A promoção de saúde com adolescentes deve estar associada a uma educação construtiva, libertadora, dialógica e promotora de sua autonomia no autocuidado. Novos paradigmas surgiram na área da saúde, de modo que o modelo hegemônico centrado na doença dá lugar a uma lógica que prioriza a qualidade de vida das pessoas⁶.

É nessa perspectiva que se justifica o projeto de extensão "Palavras, cores e valores: (re)significando vidas

A práxis em saúde, de caráter educativo, deixou de ser compreendida como um processo de persuasão.

invisíveis", ou seja, a partir da concepção de que priorizar o direito à promoção de saúde dos adolescentes proporcionará oportunidades para que se cuidem melhor, por meio do acesso a informações que pautarão uma vida mais saudável. Nesse contexto, a relevância do trabalho recai sobre o fato de ter se pautado na lógica do direito à saúde, demonstrada por experiências vivenciadas pelo público-alvo, vislumbradas por meio de uma nova postura social, com aumento da autoestima e autocuidado.

Diante do exposto, este estudo constitui um relato da experiência do projeto desenvolvido por servidores públicos especializados em educação e saúde (técnicos administrativos em educação e docentes) que atuam no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN), em seu *campus* de Caicó.

METODOLOGIA

Trata-se de estudo descritivo, com abordagem qualitativa, resultante de atividades desenvolvidas no projeto de extensão "Palavras, cores e valores: (re)significando vidas invisíveis". As informações foram registradas em relatórios e acompanhadas por uma rede de voluntariado do IFRN que se engajou nas atividades, desenvolvidas de maio a dezembro de 2015.

O público-alvo consistiu em 18 adolescentes, com idades variando dos 11 aos 16 anos, do sexo feminino, estudantes de escolas públicas em Caicó, selecionados em maio e junho de 2015. Inicialmente, 22 adolescentes estavam inscritas no projeto, porém, 2 desistiram por motivos de doença e 2 devido à mudança de endereço. Os critérios de seleção foram contexto familiar de baixa renda; sexo feminino; estar regularmente matriculada em escola da rede pública; e ser filha, sobrinha ou neta de membros, de ambos os sexos, de uma destas associações: "Negros do Rosário" ou "Homens Pretos de Caicó". Os critérios de exclusão foram não se enquadrar na faixa etária dos 11 aos 16 anos; não ser parente de algum membro das associações indicadas; e não estar regularmente matriculada em alguma escola da rede pública de Caicó.

Após a seleção, foram realizadas visitas às escolas

estaduais Zuza Januário e Dom José Adelino Dantas e às escolas municipais Maria Olívia Pereira, Walfredo Gurgel e Presidente Kennedy, onde as adolescentes estudavam. Na ocasião das visitas foram entregues convites para que os pais/responsáveis comparecessem a uma reunião no *campus* de Caicó do IFRN, na qual o projeto de extensão foi apresentado. Por fim, as adolescentes selecionadas foram inscritas para participar nas atividades.

A cada quinze dias, contando com meio de transporte institucional, as alunas se deslocavam ao IFRN para participar de ações educacionais relacionadas à saúde, realizadas em salas de aula, laboratórios e no centro esportivo.

As palestras e oficinas contaram com recursos de apresentação em *Datashow*, apostilas, panfletos, atividades lúdicas e brincadeiras. No total, ocorreram 10 ações de julho a dezembro de 2015: 4 palestras sobre cuidados com a saúde, higiene bucal, sexualidade e alimentação saudável; 4 oficinas de teatro, matemática, sabão ecológico e atividade física; e 2 acompanhamentos pedagógicos, com duração aproximada de duas horas (Quadro 1).

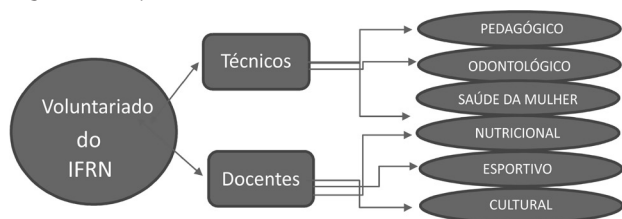
Quadro 1. Cronograma das atividades do projeto de extensão “Palavras, cores e valores: (re)significando vidas invisíveis”. Caicó, 2015.

Mês	Tema da atividade	Objetivo	Metodologia
Junho	Cuidados com a saúde.	Prevenção do câncer e das principais doenças.	Dinâmica de imagem; discussão sobre imagem, beleza e saúde; palestra com <i>Datashow</i> ; visualização de lâminas histológicas.
Junho	Oficina de teatro.	Desenvolvimento sinestésico corporal.	Práticas de dança de roda; utilização de instrumento de percussão (tambor); brincadeiras teatrais.
Julho	Oficina de matemática.	Aprendizagem lúdica e significativa da matemática.	Dinâmica de acolhimento; exibição de vídeo; oficina com <i>Tangram</i> .
Julho	Acompanhamento pedagógico.	Rendimento escolar satisfatório.	Visita às escolas e coleta de dados em boletim escolar.
Agosto	Palestra sobre higiene bucal.	Cuidados para evitar os principais problemas relativos a saúde bucal.	Palestra sobre saúde bucal; exame odontológico e entrega de ficha de encaminhamento para tratamento em unidade básica de saúde (UBS); entrega de <i>kits</i> com escova e creme dental.
Agosto	Oficina de sabão ecológico.	Fabricação de sabão em barra e líquido com óleo residual.	Palestra sobre reutilização de óleo de cozinha; demonstração da fabricação de sabão em barra no laboratório de química; avaliação de amostras de sabão líquido.
Setembro	Palestra sobre sexualidade.	Prevenção de DST e métodos contraceptivos	Palestra sobre sexualidade; apresentação de métodos contraceptivos; distribuição de camisinhas.
Setembro	Palestra sobre alimentação saudável.	Alimentação saudável no dia a dia.	Palestra sobre alimentação saudável; palestra sobre a importância do esporte e da atividade física.
Outubro	Oficina sobre atividade física.	Exercícios físicos e qualidade de vida.	Aula de técnicas de boxe e postura corporal; atividade lúdica na piscina.
Outubro	Acompanhamento pedagógico.	Notas bimestrais.	Análise do rendimento acadêmico.

Fonte: Elaborado pelos autores.

As palestras e oficinas do projeto foram desenvolvidas por meio de uma rede de voluntariado, ilustrada na Figura 1.

Figura 1. Mapa da rede secundária.



Fonte: Elaborada pelos autores.

O mapa da Figura 1 relaciona os membros que se engajaram voluntariamente no projeto às respectivas ações que assumiram, voltadas à promoção de saúde, prevenção de doenças e qualidade de vida. Tais ações foram trabalhadas por meio de palestras e oficinas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ações no projeto proporcionaram a constituição de espaço de convivência e formação para a cidadania, desenvolvendo o protagonismo e a autonomia das adolescentes a partir de interesses, demandas e potencialidades dessa faixa etária. As experiências pautadas em palestras e oficinas lúdicas envolveram as temáticas saúde da mulher, educação, nutrição, esporte, qualidade de vida e cultura, abordadas como formas de expressão, interação, aprendizagem, sociabilidade e proteção social.

Passemos à descrição das ações realizadas durante as palestras sobre promoção de saúde, prevenção de doenças e qualidade de vida. Inicialmente, no primeiro encontro, ocorreu a apresentação das adolescentes e da equipe, para facilitar seu reconhecimento e sua interação com a rede de voluntariado envolvida no projeto. Em seguida, realizou-se uma dinâmica de “autoimagem”, na qual as adolescentes se desenharam em uma folha de papel. Estudos indicam que o adolescente se confronta com seus dilemas interiores ao se inserir em uma cultura com constante mutação. Lenta e progressivamente, o indivíduo começa a moldar como será sua adolescência, pautada por alterações físicas e comportamentais¹². Com base nisso, o objetivo da dinâmica foi compreender como elas se veem, ou seja, qual é a imagem que têm de si a partir do momento em que vivenciam transformações em seu corpo. A ideia foi levá-las a refletir sobre imagem, beleza e saúde, para depois socializar seu pensamento no grupo. A aula transcorreu a partir do que as adolescentes verbalizaram, possibilitando que se descontraíssem para participar nas ações do projeto. Dando continuidade, houve uma palestra que abordou temas relacionados ao funcionamento do corpo feminino, como puberdade, ciclo menstrual, gravidez e câncer de colo do útero, com vistas a aprofundar conhecimentos acerca da prevenção da gravidez precoce e do câncer. Em seguida, no laboratório de ciências, com uso de microscópio

óptico, as adolescentes puderam visualizar lâminas de cortes histológicos, como colo do útero, ovário e glândulas mamárias. Percebeu-se que as estudantes se envolveram na discussão e refletiram sobre a importância do cuidado com o próprio corpo. Nesse sentido, estudos indicam que o conhecimento em saúde estimula os adolescentes em termos de busca de sua autonomia, independência e autocuidado⁵.

No segundo encontro foram trabalhados temas relativos a saúde bucal, a partir da necessidade de disseminar os saberes odontológicos. A finalidade desse encontro foi melhorar os níveis de saúde bucal das adolescentes. Por meio de palestra em sala de aula, foram discutidos os cuidados para evitar as principais doenças do conjunto de estruturas bucais, bem como os meios de prevenção dessas doenças. Ao analisar a adolescência, afirma-se que: “a dois, ou em pequenos cenáculos, o mundo é reconstruído em comum, sobretudo através de discussões sem fim^{13,64}. As adolescentes puderam visualizar, por meio de macromodelos, como ocorre o desenvolvimento da cárie e de outras doenças na gengiva, bem como simular a técnica correta de escovação no manequim odontológico. A visualização *in loco* possibilita a construção do raciocínio formal, auxiliando a desenvolver conclusões com base em suposições, o que demanda um trabalho mental mais amplo do que o pensamento concreto. Deve-se ter em vista que:

As operações formais fornecem ao pensamento um novo poder, que consiste em destacá-lo e libertá-lo do real, permitindo-lhe, assim, construir a seu modo as reflexões e teorias. A inteligência formal marca, então, a libertação do pensamento e não é de admirar que este use e abuse, no começo, do poder imprevisto que lhe é conferido. Esta é uma das novidades essenciais que opõe a adolescência à infância: a livre atividade da reflexão espontânea^{13:60}.

Depois, as adolescentes foram encaminhadas ao setor de saúde do *campus* do IFRN, onde preencheram um questionário para fins de levantamento epidemiológico. Em seguida, no

o adolescente se confronta com seus dilemas interiores ao se inserir em uma cultura com constante mutação.

consultório odontológico, foi realizado exame clínico e preenchimento de ficha clínica de cada aluna. Após o exame de avaliação da condição de saúde bucal foram entregues fichas de encaminhamento para as adolescentes com necessidade de tratamento e atendimento odontológico no serviço municipal de saúde de Caicó. Finalizou-se esse encontro com a entrega de kits de higiene dentária e com a realização de escovação supervisionada, seguida de aplicação tópica de flúor gel.

Verificou-se, após esse encontro, que as adolescentes aprenderam a reformular seus hábitos de higiene bucal, bem como permitiu que essa experiência multiplique informações sobre cuidados com a saúde bucal em suas famílias. Isso corrobora estudos indicando que os programas de educação em saúde bucal contribuem para modificar a realidade do público-alvo e de seus familiares, tornando os indivíduos mais aptos a lutar por seus direitos de saúde, pois: saúde é direito de todos e dever do Estado^{14,62}.

A temática abordada no terceiro encontro foi sexualidade. Em sala de aula, iniciou-se a palestra com explicação dos sistemas reprodutores masculino e feminino. Foram trabalhados tópicos da sexualidade e vida sexual, como sua prática precoce, suas consequências, a gravidez e as DST. Foram apresentados os métodos contraceptivos existentes, bem como o sistema reprodutor de ambos os sexos, por meio de manequins, nos quais foi simulado o uso do preservativo masculino e da camisinha feminina. Também foi discutida a importância de vacinação contra HPV, que faz parte do calendário nacional de vacinação.

Por fim, houve distribuição de preservativos e de panfletos informativos. Inicialmente, as alunas mostraram-se tímidas ao participar da palestra, porém, superado seu acanhamento inicial, interagiram, esclareceram muitas dúvidas e, sem inibição, receberam as camisinhas distribuídas.

O trabalho em educação sexual com adolescentes não deve ser visto como uma domesticação dos indivíduos, mas como um processo de autorreflexão, fazendo com que eles possam se estabelecer como sujeitos, além de exercer uma visão crítica e uma práxis transformadora diante da sexualidade, de modo a contribuir com os ideais emancipatórios da humanidade e garantir o respeito ao próximo e às diferentes formas de exercício da sexualidade¹⁵.

No quarto encontro foi trabalhada a temática alimentação saudável. A apresentação foi iniciada com um breve cronograma da palestra e ocorreu discussão de tópicos como a importância do esporte, das atividades físicas e da alimentação saudável com vistas a garantir o bem-estar. Pesquisas demonstram que uma alimentação adequada reduz o risco de doenças crônicas, como diabetes, além de alguns tipos de câncer e das doenças cardiovasculares. Contudo, são necessárias mais pesquisas para explicar como a alimentação saudável pode atuar na prevenção dessas doenças¹⁶. Foi

O trabalho em educação sexual com adolescentes não deve ser visto como uma domesticação dos indivíduos, mas como um processo de autorreflexão.

explicado o risco dos alimentos nocivos ao corpo humano quando consumidos em excesso. Esse fato reflete o atual quadro de obesidade da população adulta brasileira, que pode levar à morte por conta das diversas complicações decorrentes de doenças crônicas não transmissíveis relacionadas ao excesso de peso, como diabetes tipo 2, de doenças cardiovasculares, de hipertensão arterial, de dores musculares etc.

Segundo estudos, as pessoas engordam por quatro motivos: 1) comem muito; 2) têm baixo gasto calórico; 3) acumulam gorduras mais facilmente; ou 4) têm mais dificuldade para queimar gorduras. Podemos creditar esses fatores ao fato de que, nos últimos 50 anos, a população brasileira deixou de ser predominantemente rural e passou a viver cada vez mais em espaços urbanos, o que contribuiu para o surgimento de hábitos negativos na alimentação. As famílias diminuíram o consumo da famosa mistura brasileira de arroz com feijão, frutas, verduras e legumes e aumentaram a ingestão de gorduras, principalmente as saturadas, além de alimentos refinados e pobres em fibras, além de alimentos industrializados ricos em gordura e/ou açúcares¹⁷.

Desse modo, ao mesmo tempo que a desnutrição entre crianças e adultos desaparece ou diminui, principalmente nas regiões Norte e Nordeste do país, ocorre um alarmante aumento do número de pessoas com excesso de peso (sobrepeso e obesidade), o que está atrelado ao crescente aumento de casos de doenças crônicas como hipertensão e diabetes. As adolescentes participaram da atividade dialogando sobre as situações do dia a dia, o que facilitou a comunicação e possibilitou que o objetivo desse encontro fosse alcançado.

A quinta oficina abordou a temática exercícios físicos com vistas a uma melhor qualidade de vida. A atividade foi realizada no parque poliesportivo do IFRN. Inicialmente, as alunas tiveram uma aula de boxe, aprendendo técnicas de golpe e de postura corporal. Em seguida, o treinamento esportivo ocorreu na piscina. Nesse momento, as alunas demonstraram certa euforia, talvez por não contar com

acesso a uma piscina. Então, foram orientadas a experimentar diversas brincadeiras no meio aquático, sendo apresentadas às práticas de atividade física como modalidades recreativas.

Destaca-se a importância do trabalho com o elemento lúdico, proporcionado por atividades como brincadeiras e jogos¹⁸. Acredita-se que afeto, motricidade, linguagem, percepção, representação, memória e outras funções cognitivas estão profundamente interligadas no brincar¹⁹.

Corroborando a mesma ideia, outros estudos indicam que o lúdico não se limita à diversão/recreação, mas constitui uma ferramenta pedagógica que facilita o processo de ensino e aprendizagem, porém, cabe ao professor justificar o uso do lúdico, ou seja, quais objetivos deseja alcançar. Nesse aspecto, a ludicidade não pode ser vista apenas como diversão, uma vez que facilita a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal, social e cultural, possibilitando ao ser humano aprender de modo descontraído e atuando na melhoria da saúde mental, o que facilita os processos de socialização, comunicação, expressão e construção do conhecimento. Enfim, a ludicidade vivenciada naquele momento de atividade física aquática trouxe à tona o significado de que essa prática se mostra necessária para a manutenção de uma vida saudável, proporcionando bem-estar e alegria ao praticante²⁰.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio das ações realizadas no projeto, observou-se que as adolescentes aprimoraram consideravelmente sua autonomia e autoestima, o que contribuiu, conseqüentemente, com seu desenvolvimento pessoal, social e educacional. A educação é um complexo constitutivo da vida social e das formas de reprodução do ser social. Conclui-se que este trabalho desempenhou a função social de proporcionar oportunidades para a promoção de saúde, principalmente voltadas a um público em situação de vulnerabilidade social e sujeita ao descaso das políticas públicas.

A adolescência é uma fase de descobertas, de sociabilidade e de busca de uma identidade na qual o grupo

*A educação é
um complexo
constitutivo da vida
social e das formas
de reprodução do ser
social.*

de amigos se torna parceiro de projetos e sonhos. Diante de uma sociedade que insiste em definir padrões de beleza e estereótipos de comportamento, o adolescente necessita de uma elevada autoestima para se afirmar tanto pessoal como profissionalmente.

Este estudo mostrou-se relevante por sua proposta de conscientizar as adolescentes quanto ao seu direito a uma educação em saúde de qualidade, além de estimular sua reflexão acerca da importância da saúde como tema da educação para a vida.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Luiz Felipe Fernandes Gonçalves participou na definição da metodologia, na análise dos dados relativos à saúde bucal e na redação do manuscrito; **Débora Suzane de Araújo Faria** participou na análise dos dados relativos às práticas pedagógicas e na redação do manuscrito; **Elías dos Santos Batista** participou na análise dos dados relativos a atividade física e qualidade de vida e na redação do manuscrito; **Sandra Régia Ferreira** participou na análise dos dados relativos a sexualidade e promoção de saúde e na redação do manuscrito; e **Sandra Maria de Assis** participou na redação e revisão crítica do manuscrito.

REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial da Saúde. Saúde reprodutiva de adolescentes: uma estratégia para ação. Genebra: OMS; 1989.
2. Brasil. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências [document on the internet]. Diário Oficial da União, Brasília (1990 Jul 16) [cited 2016 Oct 15]; Sec 1:51. Available from: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8069.htm
3. Davim RMB, Germano RM, Menezes RMV, Carlos DJD. Adolescente/adolescência: revisão teórica sobre uma fase crítica da vida. Rev RENE [serial on the internet]. 2009 [cited 2016 Oct 15];10(2):131-40. Available from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=324027966015>
4. Rangel RF, Costenaro RGS, Roso CC. Adolescentes: seus anseios, amores e temores no contexto familiar e social. Rev Pesqui Cuid Fundam (Online) [serial on the internet]. 2012 [cited 2016 Oct 15];4(1):2686-94. Available from: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1654/pdf_481
5. Araújo LN, Cavalcante DM, Barroso MFG, Nogueira LF, Sousa APB, Marques KM. Viver saúde: promoção da qualidade de vida de adolescentes vulneráveis em um projeto social. Sanare (Sobral, Online) [serial on the internet]. 2015 [cited 2016 Oct 15];14(1):93-6. Available from: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/615/332>

6. Vasconcelos ACM, Oliveira KMC, Rocha NNV, Cavalcante JHV. O protagonismo dos adolescentes na escola: tecendo a rede psicossocial álcool, crack e outras drogas. Sanare (Sobral, Online) [serial on the internet]. 2015 [cited 2016 Oct 15];14(2):117-22. Available from: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/835/506>

7. Peden M, Scurfield R, Sleet D, Mohan D, Hyder AA, Jarawan E, et al. World report on child injury prevention. Geneva: World Health Organization; 2008.

8. Oliveira KNS, Oliveira KNS, Bezerra MAR, Rocha RC, Santos LR, Saraiva, PVS. Educação sexual na adolescência e juventude: abordando as implicações da sexualidade no contexto escolar. Sanare (Sobral, Online) [serial on the internet]. 2013 [cited 2016 Oct 15];12(2):7-13. Available from: <file:///D:/376-751-1-SM.pdf>

9. Ministério da Saúde. A promoção da saúde no contexto escolar. Rev Saúde Pública [serial on the internet]. 2002 [cited 2016 Oct 15];36(2):533-5. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v36n4/11775.pdf>

10. Freire P. Pedagogia dos sonhos possíveis. São Paulo: Ed. Unesp; 2001.

11. Santos KT, Garbin AJI, Garbin CAS. Saúde bucal nas escolas: relato de experiência. Revista Ciência em Extensão [serial on the internet]. 2012 [cited 2016 Oct 15];8(1):161-9. Available from: <file:///D:/493-3749-2-PB.pdf>

12. Becker D. O que é adolescência. São Paulo: Brasiliense; 2003.

13. Piaget J. A psicologia da criança. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 2002.

14. Sanicola L. As dinâmicas de rede e o trabalho social. 2. ed. São Paulo: Veras; 2008.

15. Martins AS, Horta NC, Castro MCG. Promoção da saúde do adolescente em ambiente escolar. Rev APS [serial on the internet]. 2013 [cited 2016 Oct 15];16(1):112-6. Available from: <file:///D:/892-11437-1-PB.pdf>

16. Figueiredo ICR, Jaime PC, Monteiro, CA. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos da cidade de São Paulo. Rev Saúde Pública [serial on the internet]. 2008 [cited 2016 Oct 15];42(5):777-85. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v42n5/6775.pdf>

17. Brasil. Saúde do adolescente: competências e habilidades [document on the internet]. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2008 [cited 2016 Oct 15]. Available from: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_adolescente_competencias_habilidades.pdf

18. Machado FH. O lúdico como um diferencial no despertar da criatividade. In: Schwartz GM. Dinâmica lúdica: novos olhares. São Paulo: Manole; 2004. p. 171-188.

19. Kishimoto TM. O jogo e a educação infantil. In: Kishimoto TM, organizer. Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação. 8. ed. São Paulo: Cortez; 2005. p. 105-128.

20. Silva RL. Lazer e gênero: suas relações com o lúdico. In: Schwartz GM. Dinâmica lúdica: novos olhares. São Paulo: Manole; 2004. p. 111-128.

Recebido em 14/05/2016 Aprovado em 06/10/2016

