

EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ADOLESCÊNCIA: PRÁTICAS DE HIGIENE E QUALIDADE DE VIDA

ODS 3 - ODS 4

Giovanna de Oliveira Laurindo Fonseca (Universidade de Taubaté)
Nayellen Oliveira do Espírito Santo (Centro Universitário Internacional)
Samsara Viviani dos Santos (Universidade Estadual Paulista)
Denis Giovane de Oliveira (Universidade de Taubaté)

A adolescência é um importante período de desenvolvimento, caracterizado por significativas transformações biopsicossociais, no qual a adoção de práticas de higiene adequadas é fundamental para a saúde, a autoestima e a inclusão social. Em contextos de vulnerabilidade, comuns em escolas públicas, o acesso limitado a informações e recursos pode ampliar riscos como a proliferação de doenças e a evasão escolar. Partindo do princípio da escola como um espaço privilegiado para a promoção de saúde, este projeto de extensão justifica-se pela necessidade de intervenções educativas que aproximem o conhecimento científico da realidade desses adolescentes, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e saudáveis. Nesse sentido, o presente projeto tem por objetivo sensibilizar os estudantes quanto à relevância da saúde e da higiene como dimensões fundamentais para a qualidade de vida, favorecendo a adoção de práticas preventivas e a consolidação de hábitos saudáveis. Serão realizados oito encontros semanais de uma hora-aula cada, em escolas públicas, com alunos do 6º e 7º anos do Ensino Fundamental II. A abordagem metodológica baseia-se na pesquisa-ação e na educação popular, priorizando a participação ativa dos estudantes. As atividades incluem sensibilização com a gestão escolar e diagnóstico inicial, intervenção educativa com aulas teóricas dialogadas, oficinas práticas e dinâmicas, e a produção de materiais educativos. A avaliação será contínua e processual, utilizando listas de presença, observação participante, registros fotográficos e questionários de satisfação e aprendizagem aplicados antes e depois da intervenção. Espera-se que o projeto eleve significativamente o conhecimento dos adolescentes sobre os temas tratados e incentive a adoção cotidiana de práticas de higiene. Além disso, almeja-se uma redução em situações de constrangimento ou *bullying*, o fortalecimento da autoestima dos discentes e o empoderamento dos mesmos como agentes de sua própria saúde. Como produtos, prevê-se a fixação de materiais educativos permanentes nas escolas e o estabelecimento de uma parceria duradoura entre a universidade e a comunidade, servindo como modelo para futuras ações. Como considerações finais, ressalta-se que a extensão universitária é uma ferramenta potente para a (trans)formação social, permitindo a troca dialógica de saberes entre a academia e a sociedade. Este projeto vai além da transmissão de informações, visando à construção coletiva de hábitos saudáveis e ao fortalecimento da cidadania. Investir na promoção da saúde durante a adolescência é investir no bem-estar futuro da comunidade, gerando impactos positivos que transcendem os muros da escola e contribuem para a redução de iniquidades em saúde.



Palavras-chave: Extensão universitária; Educação popular; Metodologias ativas; Hábitos salutareos; Autocuidado.