

**MUTIRÃO INTERLIGAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE INFANTIL: UM RELATO
DE EXPERIÊNCIA
ODS (3) Saúde e bem-estar**

Maiara Ribeiro (Universidade de Taubaté)
Stephany Rossetto (Universidade de Taubaté)
Aline Lino Balista (Universidade de Taubaté)

Introdução

Doenças respiratórias como asma e rinite alérgica, associadas a hábitos alimentares inadequados, estão entre os principais problemas de saúde enfrentados por crianças em idade escolar. Essas condições afetam diretamente a qualidade de vida e o desenvolvimento infantil, sendo agravadas por fatores socioambientais e falta de informação.

A universidade, por meio da extensão, pode atuar como ponte entre o conhecimento científico e a comunidade, promovendo a educação em saúde desde a infância. Acredita-se que atividades educativas com abordagem lúdica sejam eficazes na conscientização de crianças sobre cuidados com a saúde.

A presente pesquisa parte da seguinte problematização: como promover educação em saúde respiratória e nutricional para crianças de forma acessível e participativa? Acredita-se que ações integradas e interdisciplinares contribuam para maior engajamento e compreensão.

Diante disso, o objetivo geral deste trabalho é relatar a experiência de um mutirão interligas de extensão universitária voltado à promoção da saúde infantil, com foco em educação nutricional e respiratória.

Revisão da Literatura

A infância é uma fase decisiva para o estabelecimento de hábitos que influenciam a saúde ao longo da vida. Doenças respiratórias crônicas como asma e rinite são prevalentes entre escolares e podem ser agravadas por fatores ambientais e alimentares (Santos et al., 2020).

A educação em saúde é uma ferramenta essencial para prevenção de doenças e promoção do bem-estar. Estratégias lúdicas têm demonstrado grande potencial no ensino de práticas saudáveis para crianças, facilitando a compreensão e estimulando o interesse (Freire et al., 2020).

Além disso, a extensão universitária tem sido reconhecida como promotora da integração entre teoria e prática, sendo um instrumento eficaz de transformação social e formação acadêmica integral (Brasil, 2018). Projetos interdisciplinares favorecem uma abordagem ampliada do cuidado, valorizando aspectos biológicos, psicológicos e sociais.

Método

Este trabalho trata-se de um relato de experiência descritivo, referente à realização de um mutirão extensionista promovido pelas Ligas Acadêmicas de Gastroenterologia, Nutrologia, Pneumologia e Saúde da Família e Comunidade da Universidade de Taubaté (UNITAU). A ação ocorreu em um único dia, com planejamento e organização prévios por parte dos estudantes envolvidos, bem como capacitação para atuação com o público infantil. O público-alvo foi composto por crianças em idade escolar, e o foco da intervenção esteve voltado à promoção da saúde infantil, com ênfase na educação em saúde respiratória e nutricional.

As atividades foram estruturadas em diferentes módulos temáticos, utilizando abordagens lúdicas e interativas para facilitar a compreensão dos conteúdos por parte das crianças. No “Desafio do Pulmão”, por exemplo, foram utilizadas bexigas para simular a dinâmica da respiração e demonstrar os efeitos das doenças respiratórias

sobre o sistema pulmonar. Na “Oficina de Respiração e Relaxamento”, os participantes realizaram exercícios respiratórios simples, combinados a jogos e dinâmicas de relaxamento, com o intuito de ampliar a consciência corporal e promover o bem-estar.

Outro módulo foi o jogo “Pode ou Não Pode”, que utilizou cartões ilustrados com diferentes alimentos, permitindo discutir quais escolhas alimentares poderiam impactar positiva ou negativamente a saúde respiratória. Já na “Oficina de Alimentação Saudável”, foi realizada uma roda de conversa com as crianças, seguida da apresentação da “Turma dos Alimentos” — personagens fictícios criados para ensinar de forma divertida sobre a composição de um prato equilibrado. As crianças participaram da montagem de pratos utilizando a regra do “prato colorido”, favorecendo a associação entre cores e grupos alimentares.

Foram utilizados diversos materiais de apoio, como bexigas, canudos, cartões ilustrativos e recursos visuais interativos, com o objetivo de estimular o engajamento das crianças nas atividades. As observações das interações, falas e respostas dos participantes, bem como os relatos informais das famílias e dos próprios acadêmicos, compuseram a base de análise da experiência vivenciada.

Resultados ou Resultados Esperados

Durante o mutirão, observou-se alto engajamento das crianças nas oficinas, com participação ativa e entusiasmo nas dinâmicas propostas. O “Desafio do Pulmão” e o jogo “Pode ou Não Pode” despertaram curiosidade e facilitaram a assimilação de conceitos sobre saúde respiratória e alimentação saudável.

As famílias presentes também participaram das atividades e relataram que muitas informações obtidas eram inéditas. A troca entre estudantes e comunidade favoreceu o acolhimento e a construção coletiva do conhecimento.

Para os acadêmicos, a ação promoveu o desenvolvimento de habilidades em comunicação em saúde, interação com o público infantil, trabalho interdisciplinar e

prática extensionista. Houve também fortalecimento do senso de responsabilidade social e empatia.

Conclusões ou Considerações finais

O mutirão interligas demonstrou ser uma estratégia eficaz de promoção da saúde infantil, integrando especialidades médicas e metodologias participativas para ampliar o alcance das ações educativas.

Para a comunidade, a ação proporcionou conscientização sobre práticas saudáveis, ampliando o conhecimento sobre nutrição e doenças respiratórias de forma leve e interativa. Para os estudantes, representou formação prática e humanizada, alinhada aos princípios da extensão universitária.

Conclui-se que ações desse tipo devem ser incentivadas, replicadas e ampliadas, pois fortalecem a atuação social da universidade e promovem o cuidado integral à saúde da população infantil.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Política Nacional de Extensão Universitária. Brasília, 2018.

FREIRE, M. et al. Estratégias lúdicas na educação em saúde: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Educação em Saúde*, v. 12, n. 3, p. 45-59, 2020.

SANTOS, A. L.; SILVA, R. T.; PEREIRA, M. F. Prevalência de doenças respiratórias crônicas em escolares e fatores associados. *Jornal de Saúde Pública*, v. 54, n. 2, p. 123-130, 2020.