

EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E PREVENÇÃO DE ENGASGOS NA INFÂNCIA

Ana Luiza Barbalho de Menezes Soares¹;
Analua de Melo Ramos²;
Bertyla Vitória Julião de Miranda Monteiro³;
Bianca Lira Veloso⁴;
Bruno Henrique Almeida Vieira⁵;
Clara Nathércia Soares Ribeiro⁶;
Gabriel Ribeiro Novais⁷;
Ravena Angélica Targino Cardoso Chaves⁸
Luisiane de Avila silva;
¹²³⁴⁵⁶⁷⁸Afya Paraíba, João Pessoa - PB

Introdução

A alimentação saudável na infância é um dos pilares fundamentais para o crescimento e o desenvolvimento adequados, além de contribuir para a prevenção de doenças. No entanto, a interação entre perfil nutricional e status socioeconômico é complexa e interdependente. Crianças de famílias com menor renda tendem a ter uma alimentação menos saudável devido ao menor poder aquisitivo e ao acesso restrito a alimentos de qualidade (Jones; Smith, 2016). Por isso, em muitas comunidades em situação de vulnerabilidade social, observa-se a presença de hábitos alimentares inadequados, baixo consumo de frutas e hortaliças, e alta ingestão de alimentos ultraprocessados. Micronutrientes como ferro, zinco e vitaminas são vitais para várias funções biológicas, como o desenvolvimento cerebral, a síntese de neurotransmissores e a manutenção de níveis ideais de energia, atenção e concentração – elementos essenciais para o sucesso acadêmico (Brown et al., 2017).

Além disso, a prevenção de acidentes, como a Obstrução das Vias Aéreas por Corpo Estranho (OVACE), torna-se uma dimensão essencial da saúde pública voltada à infância, uma vez que esse tipo de acidente ocorre com frequência durante refeições, quando alimentos ou objetos pequenos podem ser aspirados ou engolidos de forma inadequada. A OVACE ocupa a terceira posição de mortalidade infantil por causas externas, em 2021 foram registrados 974 óbitos decorrentes no país (Brasil, 2021; Costa et al., 2021).

A literatura científica indica que a maioria dos casos de OVACE ocorre em ambientes familiares ou escolares, onde a falta de conhecimento sobre prevenção e manobras de desobstrução pode agravar o quadro clínico (Dodson; Cook, 2023). Diante da rapidez com que o engasgo pode levar à inconsciência e à morte, é essencial que todos, inclusive leigos, saibam

prestar os primeiros socorros. Conforme o Ministério da Saúde (2022), a divulgação de informações sobre sinais de alerta e a correta execução da manobra de Heimlich pode salvar vidas e deve integrar as ações educativas em saúde desde a infância.

Assim, o presente projeto de extensão buscou integrar educação nutricional e prevenção de OVACE em um mesmo contexto educativo, por meio de atividades lúdicas, interativas e acessíveis a crianças em idade escolar. A proposta surgiu da necessidade de promover o desenvolvimento saudável e seguro da infância, especialmente em comunidades vulneráveis, onde o acesso à informação e aos serviços de saúde é limitado.

Diante desse contexto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência extensionista vivenciada por estudantes de Medicina durante a realização de uma ação comunitária voltada à promoção da saúde infantil. Ao articular saberes técnicos e populares, a iniciativa reafirma o compromisso com a formação cidadã e com a construção coletiva de práticas de cuidado voltadas à infância.

Métodos ou Relato de Experiência

A ação extensionista realizada como evento comunitário e campanha solidária, promoveu a saúde de crianças e cuidadores por meio de estações educativas sobre alimentação saudável e obstrução das vias aéreas. Fundamentada na Educação Popular em Saúde, priorizou o aprendizado ativo e a formação de hábitos saudáveis por meio de dinâmicas participativas, fortalecendo a saúde coletiva (Vasconcelos, 2008).

O público-alvo contemplou cerca de 20 crianças que frequentam uma igreja pentecostal, em João Pessoa (PB). A campanha de arrecadação de brinquedos e kits de higiene ocorreu entre 20 de agosto e 2 de setembro de 2025, com o evento principal realizado no dia 11 de outubro de 2025, no salão da igreja.

As atividades foram conduzidas por discentes do curso de medicina na disciplina de PIEPE IV do curso de Medicina da Afya, e incluíram visita técnica prévia ao local, realização de estações sobre alimentação saudável e desobstrução de OVACE (Obstrução de Vias Aéreas por Corpo Estranho). A metodologia buscou integrar ações de saúde e cidadania de forma dialógica, respeitosa e transformadora.

Resultados e Discussão

Como resultado, evidencia-se o desenvolvimento de um rol prático no consoante ao exercício da saúde, por parte da comunidade alvo, de forma que foi notado um efetivo entendimento teórico e ativo acerca do tema apresentado. O feedback, por parte do grupo

participante, revelou, portanto, que o entendimento das práticas saudáveis alimentares, das recomendações sobre a manobra de desengasgo, do cuidado bucal adequado e da segurança alimentar mediante as parasitoses, foi plenamente alcançado.

A aplicação metodológica prática do conhecimento médico, por parte dos educandos envolvidos, possibilitou uma abordagem efetiva desenvolvimento acadêmico, de forma que se constituiu como pilar importante na formação estudantil ao integrar o conteúdo à vivência, estimulando o convívio e o contato com a comunidade, bem como favoreceu a formação ética, empatia e colaborativa dos estudantes.

Vê-se, portanto, que as práticas participativas compuseram um relevante eixo de formação profissional humanizada, bem como transpuseram em um componente de transformação social comunitária efetiva.

Considerações Finais

Nesse sentido, experiência extensionista possibilitou observar o impacto das ações educativas na promoção da saúde infantil e na conscientização sobre alimentação saudável e prevenção de engasgos. Ao integrar essas temáticas, compreendeu-se que o cuidado com a criança ultrapassa a assistência clínica, abrangendo educação, segurança e formação de hábitos saudáveis desde cedo. O projeto evidenciou que atividades lúdicas e contextualizadas são eficazes para o aprendizado das crianças e o fortalecimento do vínculo entre universidade e comunidade, além de destacar a importância da atuação multiprofissional e do estudante como agente transformador do bem-estar coletivo.

A vivência contribuiu de maneira significativa para a formação humanizada dos discentes, promovendo reflexões sobre as desigualdades no acesso à saúde, à informação e à alimentação de qualidade. Evidenciou-se que a promoção da saúde é um processo contínuo que requer envolvimento social, empatia e compromisso ético com a realidade das populações mais vulneráveis.

Por fim, o projeto reafirma o papel social da universidade como espaço de diálogo, construção de saberes e transformação da realidade. Através da extensão, é possível promover não apenas conhecimento, mas também solidariedade, cidadania e esperança, pilares fundamentais para o fortalecimento da saúde pública e para a formação de profissionais conscientes de sua responsabilidade social.

Referências

AMARAL, Mariela Svizzero; DRUMOND, Rafael Fonseca; CUZZULLIN, João Pedro; JURGILAS, Mirian Diená Pastorini. **INSPIRE: primeiros socorros diante de situações de obstrução de vias aéreas por corpo estranho (OVACE) em crianças – relato de experiência e análise da efetividade da intervenção.** *Revista Conexão UEPG*, Ponta Grossa, v. 19, e2321799, p. 1–15, 2023. DOI: 10.5212/Rev.Conexao.v19.21799.024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual de primeiros socorros.** Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

LIMA, Larissa Santos de; CARDOSO, Matheus Barbosa Pinto; ALLGAYER, Manuela Filter. **Conhecimento dos profissionais de educação infantil sobre a obstrução de vias aéreas por corpo estranho (OVACE) em crianças: uma revisão integrativa.** *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, ano 7, v. VII, n. 14, p. 1–9, jan./jul. 2024. DOI: 10.55892/jrg.v7i13.903.

SOUZA, Vanessa da Silva; SANTOS, Raissa Moreira Camarão dos; CARVALHO, Thalissa Fernandes; MELO, Gileno Edu Lameira de; ZAFFALON JÚNIOR, José Robertto; SOUSA, Smayk Barbosa. **Nutrição, socioeconomia e rendimento escolar em crianças e adolescentes: uma revisão integrativa.** *Revista Observatorio de la Economía Latinoamericana*, Curitiba, v. 22, n. 11, p. 1–20, 2024. DOI: 10.55905/oelv22n11-055.

VASCONCELOS, Eymard Mourão. **Educação popular: raízes e asas.** 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2008.