



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

## **PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO E PREVENÇÃO DE ACIDENTES NA INFÂNCIA: EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA EM UM CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL**

João Victor Trajano dos Santos Dias<sup>1</sup>; Abraão Vitor De Oliveira Silva<sup>2</sup>; Bianca Navarro Maranhão<sup>3</sup>; Ítalo de Almeida Paulo<sup>4</sup>; João Victor Diniz Maciel<sup>5</sup>; Rodolfo Mateus Lucena da Nóbrega<sup>6</sup>; Viña-Del-Mar da Silva Martins<sup>7</sup>

<sup>1234567</sup>Afya Paraíba, João Pessoa - PB

### **Introdução**

A infância é um período fundamental para o aprendizado de hábitos saudáveis e para o desenvolvimento da consciência sobre autocuidado. Pequenas ações do dia a dia, como lavar as mãos corretamente, podem fazer uma grande diferença: segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2024), essa prática simples é capaz de reduzir em até 40% a transmissão de infecções, especialmente em ambientes com muitas crianças. No Brasil, dados do Ministério da Saúde (2024) ainda mostram que doenças diarreicas e infecções respiratórias estão entre os principais motivos de adoecimento infantil, muitas vezes relacionadas à higiene inadequada e à falta de orientação.

Nesse cenário, espaços de proteção social, como os Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), assumem um papel essencial. Além de ensinar cuidados básicos de saúde, esses espaços podem preparar crianças e cuidadores para situações de emergência, como engasgos e paradas cardiorrespiratórias, que infelizmente são causas comuns de acidentes domésticos infantis. Capacitar a comunidade em primeiros socorros, ensinando técnicas como a manobra de desengasgo e a Reanimação Cardiopulmonar (RCP), não apenas salva vidas, mas também fortalece a autonomia e a confiança das pessoas em cuidar de si mesmas e dos outros.

Diante disso, ações educativas que combinam promoção da saúde, prevenção de acidentes e empoderamento comunitário são fundamentais. Em contextos com crianças e adolescentes socialmente vulneráveis, como os atendidos pelos CRAS, essas intervenções vão muito além de transmitir informação: são gestos de cuidado, formação e fortalecimento de vínculos. Assim, este trabalho busca relatar a experiência de uma ação extensionista voltada à educação em saúde, destacando seu impacto na construção de hábitos preventivos, no desenvolvimento ético e social dos estudantes de saúde e na aproximação entre universidade e comunidade.



# MEDX 2025

## Relato de Experiência

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

A ação foi realizada no dia 18 de setembro de 2025, no Centro de Referência de Assistência Social, envolvendo crianças e adolescentes entre 6 e 15 anos em situação de vulnerabilidade social. A proposta da atividade foi organizada em estações educativas, com o objetivo de promover conhecimentos práticos sobre higiene das mãos, antropometria, aferição da pressão arterial, Reanimação Cardiopulmonar (RCP) e manobras de desengasgo.

Na primeira estação, as crianças aprenderam a higienizar corretamente as mãos, utilizando tinta guache para simular sujeira e demonstrar as áreas que frequentemente são esquecidas. Elas praticaram os “sete passos da lavagem das mãos”, e se mostraram bastante engajadas, encantadas com o método lúdico. Momentos como esse mostram que ensinar higiene pode ser divertido e, ao mesmo tempo, salvar vidas, já que a prática adequada reduz significativamente a transmissão de infecções em ambientes coletivos (Staniford, Schmidtke, 2020).

A segunda estação foi dedicada à antropometria e à aferição da pressão arterial. Cada criança teve seu peso, altura e IMC medidos, e os resultados foram anotados individualmente. Esse registro pessoal ajudou os participantes a perceberem melhor seu próprio corpo e a compreender a saúde como algo que vai além da ausência de doença. Isso ressalta que atividades que envolvem a mensuração corporal contribuem para a construção de hábitos de autocuidado desde cedo (Gonzalez et al., 2024).

Na terceira estação, o foco foi a prática de primeiros socorros, com atenção especial à RCP e às manobras de desengasgo. Manequins foram utilizados para demonstrar a posição das mãos, a profundidade e o ritmo das compressões torácicas, seguindo as diretrizes da American Heart Association (AHA, 2020). As crianças também aprenderam a manobra de Heimlich para engasgos parciais e totais, ficando surpresas ao perceberem que poderiam agir em situações de emergência, mesmo que sob supervisão. Nesse sentido, ensinar primeiros socorros na infância forma cidadãos mais confiantes, conscientes e preparados.

Durante toda a atividade, foi possível notar desafios e aprendizados mútuos. Alguns participantes tiveram dificuldade de concentração, enquanto outros sentiram um pouco de medo ao aferir a pressão arterial. No entanto, o vínculo estabelecido entre a equipe e as crianças criou um ambiente de confiança e participação, mostrando que a educação em saúde é também uma oportunidade de acolhimento, troca e fortalecimento comunitário.

## Resultados e Discussão

A ação trouxe impactos perceptíveis tanto para as crianças quanto para os estudantes envolvidos. De modo geral, percebeu-se que a abordagem prática e lúdica favoreceu o engajamento dos participantes, especialmente nas estações de higienização das mãos e manobras de desengasgo. Muitas crianças expressaram surpresa e entusiasmo, comentando coisas como “não sabia que lavar entre os dedos era importante” ou “agora posso ajudar um colega engasgado”, mostrando não apenas que assimilaram o conteúdo, mas também que passaram a sentir responsabilidade pelo cuidado do outro.

Na estação de higiene das mãos, o uso da tinta para representar sujeira permitiu que as crianças visualizassem áreas frequentemente esquecidas na lavagem, facilitando a compreensão da importância de cada passo. Esse recurso lúdico reforça o valor de estratégias sensoriais na educação em saúde infantil, que apontam que experiências práticas e interativas promovem aprendizagem significativa. Muitas crianças comentaram ainda que mostrariam a técnica para irmãos e familiares, evidenciando o efeito multiplicador da ação (Qi et al., 2023). Durante a estação de antropometria e aferição da pressão arterial, observou-se grande curiosidade das crianças ao conhecer seus próprios valores de peso, altura e pressão. Algumas relataram nunca ter medido a pressão antes. Essa atividade contribuiu para o desenvolvimento da percepção corporal e da noção de autocuidado, reforçando a importância de experiências que conectem educação em saúde à autopercepção do estado físico.

Na estação de primeiros socorros, com foco em RCP e manobras de desengasgo, as crianças se mostraram interessadas e surpresas ao perceberem que poderiam ajudar em situações de emergência até a chegada de um adulto ou serviço de saúde. Mesmo com limitações de idade e força física, o envolvimento foi significativo, mostrando que a introdução precoce de conteúdos sobre suporte básico de vida é capaz de formar cidadãos mais preparados e conscientes. Foi necessário, porém, adaptar a linguagem e os exemplos à faixa etária, garantindo compreensão e segurança durante a prática.

Para os estudantes extensionistas, a experiência foi igualmente transformadora. Além do desenvolvimento de habilidades técnicas, como comunicação, aferição de sinais vitais e condução de atividades educativas, houve um fortalecimento de aspectos humanos e éticos da formação em saúde. O contato com crianças em situação de vulnerabilidade exigiu empatia, paciência e atenção às singularidades de cada participante. Os discentes perceberam que cuidar vai muito além do conhecimento biomédico: envolve acolhimento, escuta ativa e responsabilidade social, elementos essenciais para uma prática médica ética e humanizada. Além disso, a vivência no CRAS despertou reflexões sobre desigualdades sociais, acesso à saúde e o papel transformador da extensão universitária. Os estudantes relataram sentir-se mais

conscientes sobre sua função como futuros profissionais, reforçando que a formação médica deve unir técnica, ética, solidariedade e compromisso com a comunidade.

### **Considerações**

A experiência extensionista realizada no CRAS evidenciou o potencial transformador da educação em saúde quando conduzida de maneira lúdica, participativa e contextualizada. A aproximação entre universidade e comunidade possibilitou a construção coletiva de conhecimentos voltados à prevenção, ao autocuidado e à atuação em situações de emergência, contribuindo para a redução de vulnerabilidades e para a promoção da saúde infantil. As atividades propostas demonstraram que, quando crianças e adolescentes se tornam protagonistas do aprendizado, os conteúdos se tornam mais significativos e aplicáveis em seu cotidiano.

O impacto formativo também se estendeu aos estudantes de saúde envolvidos, que puderam desenvolver competências técnicas, comunicacionais e éticas, fundamentais para uma prática profissional mais humanizada. A vivência em um território marcado por desigualdades sociais reforçou a importância da atuação multiprofissional e do compromisso social da universidade.

### **Finais**

### **Referências**

**Dia Mundial de Higiene das Mãos 2024.** Disponível em: <https://www.paho.org/pt/campanhas/dia-mundial-higiene-das-maos-2024>. Acesso em: 27 out. 2025.

QI, Xiang et al. **Awayvirus: A playful and tangible approach to improve children's hygiene habits in family education.** 2023. Disponível em: <http://arxiv.org/abs/2306.09076>. Acesso em: 27 out. 2025.

RICO-GONZÁLEZ, Markel et al. Anthropometric influence on preschool children's physical fitness and motor skills: A systematic review. **Journal of functional morphology and kinesiology**, v. 9, n. 2, p. 95, 2024.

STANIFORD, Leanne J.; SCHMIDTKE, Kelly A. A systematic review of hand-hygiene and environmental-disinfection interventions in settings with children. **BMC public health**, v. 20, n. 1, p. 195, 2020.

TOPJIAN, Alexis A. et al. Part 4: Pediatric basic and advanced life support: 2020 American heart association guidelines for cardiopulmonary resuscitation and emergency cardiovascular care. **Circulation**, v. 142, n. 16\_suppl\_2, p. S469–S523, 2020.