

Mãos limpas saúde em dia um relato de experiência

Amilton Gabriel Peres de Lara, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil

Brenda Regina da Silva, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil

Sâmie da Silva Dorst, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil

Camila Pawelski, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil, camila.pawelski@grupointegrado.br

Franciele Milani Pressinatte, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil <mailto:franciele.milani@grupointegrado.br>

O texto destaca a importância de incentivar, desde a infância, os cuidados com a higiene e a biossegurança, especialmente a correta higienização das mãos. O projeto teve como objetivo geral, reforçar a importância que a lavagem de mãos tem em nossas vidas, buscando mostrar isso ainda na infância, pois é o momento onde mais observamos informações nas quais se tornam regulares em nossas vidas, o projeto trouxe de forma lúdica e simples a forma correta da lavagem de mãos, para que as crianças compreendam a real importância e que coloquem em prática no seu cotidiano, na escola e com seus familiares. O projeto buscou promover a conscientização das crianças por meio de atividades lúdicas e educativas, contribuindo para a prevenção de doenças e para o desenvolvimento escolar, diante da falta de estrutura e de profissionais capacitados em muitas escolas consistiu em uma abordagem lúdica e participativa, envolvendo alunos do 1º ano em atividades como apresentação sobre higiene das mãos, teatro educativo e prática, com tinta. Essas ações tornaram o aprendizado ativo, interativo e eficaz na conscientização sobre a importância da lavagem correta das mãos o projeto mostrou resultados positivos, com alto engajamento e aprendizado ativo dos alunos. As atividades lúdicas e práticas facilitaram a compreensão e retenção sobre a importância da lavagem das mãos, promovendo conscientização, cooperação e interesse pelo tema, o projeto de extensão promoveu a conscientização sobre biossegurança por meio de atividades lúdicas e educativas, estimulando hábitos saudáveis nas crianças. Houve grande participação da comunidade escolar, fortalecendo vínculos e mostrando que atitudes simples podem melhorar a saúde. A iniciativa destacou a importância da educação em saúde desde a infância e o impacto positivo que essas ações têm na família e na sociedade.

Palavras-chave: Desinfecção. Higienização. Lavagem de mãos.

The text highlights the importance of encouraging, from childhood, care with hygiene and biosecurity, especially correct hand hygiene. The general objective of the project is to reinforce the importance that hand washing has in our lives, seeking to show this even in childhood, as it is the moment where we most observe information in which they become regular in our lives, the project brought in a playful and simple way the correct way of hand washing, so that children understand the real importance and that they put it into practice in their daily lives, at school and with their families. The project sought to promote children's awareness through playful and educational activities, contributing to disease prevention and school development, given the lack of structure and trained professionals in many schools. educational theater and practice with paint. These actions made learning active, interactive and effective in raising awareness about the importance of correct hand washing, the project showed positive results, with high

engagement and active learning of students. The playful and practical activities facilitated the understanding and retention of the importance of hand washing, promoting awareness, cooperation and interest in the topic. The extension project promoted awareness about biosafety through playful and educational activities, encouraging healthy habits in children. There was great participation from the school community, strengthening bonds and showing that simple attitudes can improve health. The initiative highlighted the importance of health education from childhood and the positive impact that these actions have on the family and society.

Keywords: Disinfection. Hygiene. Hand washing.

INTRODUÇÃO

Na infância, as crianças passam por períodos de descobertas que as colocam em situação de vulnerabilidade, tendo maior contato com microrganismos causadores de doenças. Por isso, a infância se torna uma das melhores fases para incentivar os cuidados com a higiene e a importância da biossegurança, mesmo que por meio de atividades simples, como a higienização correta das mãos. Essa abordagem ajudou a superar barreiras de aprendizagem, tornando o conteúdo acessível e atraente (Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM), 2025), pesquisas feitas com a população mostram que a lavagem de mãos, sendo feita com água e sabão, mesmo sem que não siga todos os passos, previnem de 20% a 40% de doença infecciosa e transmissível. A higienização correta das mãos é reconhecida pela OMS, comprovando que a lavagem de mãos é a forma mais segura de prevenir doenças, se essas práticas forem implantadas na infância, temos uma probabilidade maior de que essas crianças se tornem adultos responsáveis com a biossegurança, diminuindo as taxas de doenças infecciosas.

A biossegurança é necessária para promover a conscientização sobre a importância da higiene adequada das mãos. A higiene das mãos por si só é a medida mais simples e eficaz para reduzir e prevenir as taxas de IACS (Márcia Barbieri, 2024). As mãos entram em contato com diversas superfícies durante o dia, na qual entra em contato com vírus e bactérias, sendo necessário lavar as mãos no mínimo 8 vezes ao dia e durante os intervalos intercalar com álcool gel, durante o covid-19 em uma pesquisa foi confirmado que pelo menos 82,7% seguiam as práticas corretas (Folha da BV, 2020), notando que após o covid-19 grande parte da população parou de se importar com as boas práticas. Podemos ver que a realidade de muitas crianças, não as dão acesso à informação ou condições adequadas para praticá-la. No Brasil, é possível observar que muitas escolas ainda não possuem estrutura para manter aulas voltadas à higiene, evidenciando também a falta de profissionais capacitados. Isso nos mostra que temos adultos com deficiência na educação em saúde básica, aumentando casos de doenças transmissíveis. Assim, o projeto contribui para o desenvolvimento escolar das crianças e para a conscientização sobre práticas importantes para a vida.

O projeto teve como foco ensinar a higienização correta das mãos entre as crianças no ambiente escolar, o objetivo geral do projeto é reforçar a importância

que a lavagem de mãos tem em nossas vidas, buscando mostrar isso ainda na infância, pois é o momento onde mais observamos informações nas quais se tornam regulares em nossas vidas, o projeto trouxe de forma lúdica e simples a forma correta da lavagem de mãos, para que as crianças compreendam a real importância e que coloquem em prática no seu cotidiano, na escola e com seus familiares.

MÉTODO

Este trabalho trata-se de um relato técnico apresentado na disciplina de Epidemiologia do segundo período de Enfermagem. O relato foi elaborado com base na experiência prática do grupo de alunos, utilizando uma abordagem dinâmica, lúdica e participativa, que envolveu diretamente os estudantes do 1º ano do Ensino Fundamental no processo de aprendizagem, tornando a atividade mais eficaz e significativa.

Inicialmente, foi realizada uma apresentação sobre a importância da lavagem das mãos, destacando conceitos básicos de higiene e prevenção de doenças de forma clara e interativa. Em seguida, desenvolveu-se um teatro lúdico com personagens, que demonstrou, de maneira divertida, a importância da higienização correta das mãos, facilitando a compreensão e a fixação do conteúdo pelos participantes. Posteriormente, os alunos participaram de uma atividade prática com tinta, na qual sujaram as mãos para aprender e praticar a técnica correta de lavagem, tornando o aprendizado sensorial e participativo. Por fim, a combinação dessas estratégias permitiu que o trabalho fosse construído de forma engajadora e prática, promovendo aprendizado ativo e conscientização sobre a higiene das mãos, ao mesmo tempo em que estimulou a interação e participação de todos.

CONTEXTO DO PROJETO OU SITUAÇÃO-PROBLEMA

A lavagem das mãos é uma das práticas mais simples e eficazes para prevenir doenças infecciosas, como resfriados, diarreia e doenças respiratórias. Estudos indicam que a higienização correta das mãos pode reduzir a disseminação de germes em até 50%, diminuindo significativamente o risco de infecções. (Cotta, R. M. M., Silva, S. A. Da, Figueiredo, A. M. de, Ferreira, E. de S., Fernandes, H. I. V. M., Martín, R. L., & Assis, A. D. de. 2025)

No contexto escolar, especialmente no Ensino Fundamental, é essencial promover a conscientização sobre a importância da higiene das mãos desde as primeiras séries. A utilização de abordagens lúdicas e participativas, como teatro e atividades práticas, facilita o aprendizado e torna a mensagem mais acessível e memorável para as crianças. (José Moreira de Souza, E., Alcantara de Oliveira Barcelos, J., Soares Miguel, E., & Lago, K. 2024).

Este projeto foi desenvolvido com o objetivo de ensinar alunos do 1º ano do Ensino Fundamental sobre a importância da lavagem das mãos, utilizando

métodos interativos que estimulam o aprendizado ativo e a participação dos estudantes. (José Moreira de Souza, E., Alcantara de Oliveira Barcelos, J., Soares Miguel, E., & Lago, K. 2024).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades realizadas com os alunos do 1º ano do Ensino Fundamental apresentaram resultados positivos em relação à compreensão da importância da higienização correta das mãos. As metodologias lúdicas e participativas como o teatro educativo e a prática com tinta, despertaram o interesse das crianças, tornando o aprendizado mais envolvente e facilitando a assimilação do conteúdo. Durante as ações, observou-se que os alunos conseguiram identificar os momentos corretos para higienizar as mãos e compreender sua relação direta com a prevenção de doenças.

A atividade prática com tinta foi um dos pontos mais relevantes, pois permitiu que as crianças percebessem visualmente as áreas das mãos que normalmente não são higienizadas de forma adequada. Essa experiência reforçou o aprendizado e promoveu uma conscientização efetiva sobre a importância de realizar todos os passos corretamente, mostrando que o aprendizado prático e sensorial é mais eficiente do que a abordagem exclusivamente teórica. (José Moreira de Souza, E., Alcantara de Oliveira Barcelos, J., Soares Miguel, E., & Lago, K. 2024).

Durante a discussão com os professores e observação em sala, foi possível perceber que a falta de estrutura em algumas escolas dificulta a aplicação constante dessas práticas, devido à escassez de materiais e à ausência de profissionais capacitados para trabalhar a educação em saúde. Esse cenário confirma a importância de incluir projetos de biossegurança e higiene nas instituições de ensino, principalmente em ambientes com recursos limitados (Cotta, R. M. M., Silva, S. A. Da, Figueiredo, A. M. de, Ferreira, E. de S., Fernandes, H. I. V. M., Martín, R. L., & Assis, A. D. de. 2025).

Os resultados também demonstraram que a participação ativa das crianças ampliou o impacto do projeto, refletindo no comportamento dentro e fora da escola. Muitos relataram ter reproduzido o aprendizado em casa, influenciando familiares e colegas, o que evidencia a eficácia da abordagem educativa e o papel multiplicador da criança como agente de mudança.

Dessa forma, o projeto cumpriu seu objetivo de promover a conscientização sobre a higienização das mãos e a importância da biossegurança desde a infância. As discussões evidenciam que estratégias lúdicas, quando aplicadas no contexto escolar, são fundamentais para a formação de hábitos saudáveis e para a construção de uma cultura de prevenção que se estende para além do ambiente escolar, contribuindo para a saúde coletiva e a redução de doenças infecciosas. (Köster, Michael; Ana Isabel Cunha; Vítor Costa; Marta Pereira Alves. 2023)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Projeto de Extensão teve como meta incentivar a conscientização sobre a importância da biossegurança, por meio de atividades lúdicas e educativas, promovendo um aprendizado eficaz que incentive as crianças a continuarem praticando esses hábitos em seu dia a dia.

Durante a apresentação, foi possível notar a participação significativa das crianças, professores e funcionários da escola, fortalecendo o vínculo escolar. Observou-se a boa interpretação dos alunos e a participação deles durante as atividades, de forma prática e divertida, mostrando como hábitos simples podem influenciar na nossa saúde.

A iniciativa evidencia a importância da educação em saúde desde a infância, demonstrando que uma sociedade bem informada se torna mais saudável, despertando ações de autocuidado e de promoção da saúde pública. Há esperança de que o conhecimento adquirido pelas crianças seja levado também ao ambiente familiar.

O projeto mostra que ações simples podem gerar grandes impactos na sociedade, reforçando que iniciativas como esta devem continuar sendo aplicadas, em busca de mais visibilidade e conscientização sobre o cuidado com a saúde.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer à professora Camila Pawelski, orientadora da disciplina de Epidemiologia e saúde pública, pela oportunidade de apresentarmos fora da nossa zona de conforto, contribuindo para o desenvolvimento de novas habilidades.

Também agradecemos à Escola Municipal Urupês por ter aberto suas portas para nós, estudantes de Enfermagem do 2º período, permitindo-nos ensinar às crianças do 1º ano do Ensino Fundamental sobre a importância da higienização das mãos.

REFERÊNCIAS

1. SOUZA, Ewerton José Moreira de; BARCELLOS, Jeanny Alcântara de Oliveira; MIGUEL, Elane Soares; FRANÇA, Kátia Lago de. O uso da gamificação para higienização eficiente: mãos limpas, vidas protegidas. Portal Regional da BVS, São Paulo - SP 2025. Portal Regional da BVS, 2023.

2. BLOG-DICA DA SAUDE, Higienização das Mãos: A importância de um simples hábito para a saúde, 2023.

3. GUL BULLBUL MARAS, ELEM KORAÇAL, ARUZ BAHAR, Higiene das mãos dos profissionais de saúde: perspectivas do estudante de enfermagem no papel de paciente/familiar, Acta Paul Enfermagem 2024.

4. CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS DR. JOÃO AMORIM (CEJAM), o uso da gamificação para a higienização eficiente: mãos limpas vidas protegidas, 2025.

5. FLOHA BV, 87,2% da população aderiu boas práticas de higiene, 2020.

6. COTTA, Rosângela Minardi Mitre; SILVA, Siomara Aparecida da; FIGUEIREDO, Adriana Maria de; FERREIRA, Emily de Souza; FERNANDES, Henriqueta Ilda Verganista Martins; MARTÍN, Ramón López; ASSIS, Aisllan Diego de. Mental Health Clothesline and Dialogue Circles: active techniques in qualitative research in health and education. Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2025.