

ESTRATÉGIAS LÚDICAS NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE: JOGOS EDUCATIVOS NO ENSINO FUNDAMENTAL

Rikelme Silva Sousa

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Antônio Marcos Alves Cadeira Lima

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Alison do Nascimento Lima

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Wallyson Pereira Lopes

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Monique Hellen Ribeiro Lima

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Resumo: Atualmente, a alta prevalência de patologias bucais, como cáries e gengivites, afeta aproximadamente 3,5 bilhões de pessoas no mundo. Tais condições encontram-se diretamente vinculadas a hábitos inadequados de higiene e nutrição, o que justifica a implementação de intervenções educativas ainda na infância. Nesse contexto, o ambiente escolar configura-se como um espaço estratégico para a promoção da saúde. O presente estudo teve como objetivo desenvolver e aplicar jogos educativos voltados à conscientização sobre alimentação saudável e higiene bucal com alunos do ensino fundamental da Unidade Integrada Edmilson Ferreira dos Santos. A pesquisa, de natureza descritiva e explicativa com abordagem qualitativa, foi realizada durante cinco meses com 54 estudantes do 4º e 5º anos. As atividades lúdicas aplicadas incluíram a 'Dinâmica dos Dentes Saudáveis', o 'Jogo do Paladar' e oficinas de higiene bucal. Os resultados apontaram um elevado engajamento dos alunos e uma melhora significativa na compreensão sobre hábitos saudáveis. Conclui-se que o uso de jogos educativos contribui de forma expressiva para a construção do conhecimento e para a adoção de práticas preventivas, ratificando o papel fundamental da escola na promoção da saúde pública.

Palavras-chave: Saúde bucal, Alimentação saudável, Educação escolar.

PLAYFUL STRATEGIES IN HEALTH EDUCATION: EDUCATIONAL GAMES IN ELEMENTARY SCHOOL

Abstract: Currently, the high prevalence of oral diseases, such as caries and gingivitis, affects approximately 3.5 billion people worldwide. These conditions are directly linked to inadequate hygiene and nutritional habits, justifying the implementation of educational interventions starting in childhood. In this context, the school environment stands out as a strategic setting for health promotion. This study aimed to develop and apply educational games focused on raising awareness about healthy eating and oral hygiene among elementary school students at Unidade Integrada Edmilson Ferreira dos Santos. The research, characterized as descriptive and explanatory with a qualitative approach, was conducted over five months with 54 students from the 4th and 5th grades. Applied ludic activities included the "Healthy Teeth Dynamics," the "Taste Game," and oral hygiene workshops. The results showed high student engagement and significant improvement in the understanding of healthy habits. It is concluded that the use of educational games contributes significantly to knowledge construction and the adoption of preventive practices, reaffirming the fundamental role of schools in public health promotion.

Keywords: Oral health; Healthy eating; School education.

1. Introdução

Atualmente, a alta prevalência de doenças bucais, como cáries e gengivites, afeta cerca de 3,5 bilhões de pessoas ao redor do mundo (OMS, 2023). Essas condições estão fortemente relacionadas à má alimentação, sendo “um alerta para que atitudes sejam tomadas com o intuito de prevenir essas doenças e melhorar a qualidade de vida da população” (Lopes; Davi, 2016, p. 105). Nesse aspecto, o ambiente escolar é um espaço importante para o desenvolvimento de atividades lúdicas voltadas à promoção de hábitos saudáveis. Conforme Alves e Cunha (2020), estabelecer hábitos alimentares saudáveis desde cedo é essencial, incluindo práticas como alimentação equilibrada e cuidados com a higiene bucal.

A realização de atividades lúdicas com base nas temáticas de higiene e alimentação saudável contribui de forma significativa para que as crianças desenvolvam hábitos saudáveis, como a escovação correta dos dentes, alimentação equilibrada e prática de atividade física, entre outros. Dessa forma, torna-se necessário facilitar o processo de ensino-aprendizagem por meio de propostas inovadoras, lúdicas e significativas, para que o aluno se aproprie do conhecimento científico sobre o próprio corpo, as condições de vida e a importância de adotar hábitos que contribuam para o cuidado com a saúde (Pieri, 2020).

A escola revela-se um local adequado para a realização de ações de educação em saúde entre crianças e adolescentes, pois trabalhar a temática da higiene desde cedo contribui para o desenvolvimento de hábitos saudáveis, como escovar os dentes corretamente, lavar as mãos e manter a higiene corporal. Dessa forma, previnem-se doenças decorrentes da higienização inadequada. Ações educativas nesse contexto facilitam a compreensão e a conscientização sobre a importância desses hábitos em todas as fases da vida (Freitas, 2014). Quando a criança é estimulada por meio do lúdico, os resultados tornam-se mais concretos. Os jogos possuem características marcantes que favorecem o engajamento do público. Nesse sentido, Prensky (2012) compreende que a diversão é um dos principais fatores responsáveis por motivar a aprendizagem baseada em jogos.

O principal objetivo deste trabalho foi desenvolver, na escola municipal Unidade Integrada Edmilson Ferreira dos Santos, jogos educativos de caráter lúdico para transmitir conceitos sobre alimentação saudável e métodos de higiene bucal, contribuindo para a promoção da saúde dos alunos do ensino fundamental. O desenvolvimento dessas ações está alinhado aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), propostos pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2015, especialmente o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), o ODS 4 (Educação de Qualidade) e o ODS 10 (Redução das Desigualdades), contribuindo para a Agenda 2030 no Estado do Maranhão.

2. Metodologia

2.1 Caracterização da pesquisa e Público-alvo

O projeto fez parte do Programa Institucional de Desenvolvimento para a Primeira Infância (ACOLHER), sendo conduzido por discentes do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Estadual do Maranhão, Campus Lago da Pedra.

Foi desenvolvido na escola municipal Unidade Integrada Edmilson Ferreira dos Santos Filho, ao longo do ano de 2024-2025, com a participação de 54 alunos do 4º e 5º ano do ensino fundamental, com faixa etária entre 8 e 10 anos.

Trata-se de um estudo de abordagem descritiva, explicativa e exploratória, adequado para pesquisas voltadas à atuação prática e à resolução de problemas que afetam diretamente a sociedade (Gil, 2019). A metodologia adotada baseou-se no princípio da reflexão-ação, que, segundo Freire (1987), busca despertar a consciência crítica dos indivíduos acerca do meio em que estão inseridos, possibilitando a proposição de mudanças.

2.2 Metodologia da pesquisa

As atividades foram desenvolvidas por meio de abordagens lúdicas, visando atingir o objetivo proposto. Para isso, foram organizadas em três etapas:

Etapa 1: Dinâmica dos Dentes Saudáveis, realizada com cadeiras dispostas em círculo e uso de materiais lúdicos para conscientização sobre saúde bucal.

Etapa 2: Jogo do Paladar, realizado com a divisão da turma em equipes, nas quais os participantes vendados identificavam frutas apenas pelo paladar, promovendo a conscientização sobre alimentação saudável.

Etapa 3: Oficina de higiene bucal, realizada com orientações sobre a técnica correta de escovação e demais cuidados com a higiene bucal, acompanhada de distribuição de kits de higiene bucal aos alunos.

3. Resultados

A primeira atividade consistiu em uma roda de conversa sobre cáries dentárias e a importância da escovação, seguida pela "Dinâmica dos Dentes Saudáveis". Nela, cadeiras organizadas em círculo portavam imagens de dentes saudáveis e não saudáveis. Ao som de música, os alunos circulavam e, mediante a interrupção súbita do áudio, deveriam buscar um assento rapidamente. Os participantes que ocupavam cadeiras identificadas com dentes não saudáveis eram eliminados, reforçando de forma lúdica e participativa a relevância da higiene bucal. Observou-se alto engajamento durante a dinâmica, confirmando o potencial das metodologias lúdicas no processo de aprendizagem. Na sequência, realizou-se o "Jogo do Paladar" (Figura 1), voltado à conscientização sobre alimentação saudável. Após uma breve exposição sobre os impactos dos diferentes tipos de alimentos, a turma foi dividida em equipes. Com os olhos vendados, os estudantes identificaram frutas apenas pelo paladar. A maioria reconheceu os itens corretamente, embora parte dos alunos tenha relatado baixo consumo regular desses alimentos no cotidiano. O elevado envolvimento dos participantes evidenciou a eficácia da abordagem lúdica para captar a atenção e facilitar o diálogo sobre temas de saúde. Como etapa final, foram distribuídos kits contendo escova e creme dental, acompanhados de orientações práticas sobre a técnica correta de escovação. Adicionalmente, entregaram-se folhetos informativos como material de apoio, visando a fixação dos conteúdos trabalhados e o incentivo à manutenção dos hábitos aprendidos.

Figura 1- (A) Jogo do paladar e (B) Kit entregue aos alunos



Fonte: Os autores (2026)

4. Discussão

A utilização de atividades lúdicas demonstrou ser uma estratégia eficiente para promover o aprendizado, sendo observado maior engajamento e participação dos estudantes durante as dinâmicas propostas. Este resultado está em consonância com Prensky (2012), que destaca a ludicidade como um elemento fundamental para motivar a aprendizagem, especialmente no público infantil. Além disso, a escola consolida-se como um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações de educação em saúde. Conforme Freitas (2014), o ambiente escolar contribui significativamente para a formação de hábitos saudáveis — como a higiene bucal e corporal —, sendo essencial para a prevenção de doenças desde a infância. Foi perceptível que, embora muitos alunos conheçam os princípios da alimentação saudável, nem todos os incorporam regularmente em sua rotina. Esse aspecto evidencia que o conhecimento isolado não é suficiente para promover mudanças comportamentais, sendo necessária a adoção de metodologias que incentivem a prática desses hábitos no cotidiano escolar. Nesse sentido, as atividades desenvolvidas como os jogos educativos e interativos, mostraram-se eficazes ao associar o conhecimento teórico à prática, favorecendo a assimilação significativa dos conteúdos. Essa abordagem converge com as diretrizes das metodologias ativas, que colocam o estudante como protagonista do processo de ensino. Os resultados obtidos ratificam a relevância de estratégias pedagógicas inovadoras, que contribuem não apenas para a construção do saber, mas também para a formação de hábitos saudáveis e a melhoria da qualidade de vida. Por fim, as ações desenvolvidas estão diretamente alinhadas ao ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), ao promover o acesso a informações sobre higiene, nutrição e prevenção de agravos, e ao ODS 4 (Educação de Qualidade), por utilizar metodologias que favorecem tanto o aprendizado quanto o desenvolvimento crítico dos estudantes (ONU, 2015).

5. Conclusões

O estudo evidenciou a relevância das metodologias lúdicas como estratégia para potencializar o processo de ensino-aprendizagem na educação básica. A aplicação de jogos educativos demonstrou eficácia na promoção de conhecimentos sobre saúde bucal e nutrição, contribuindo para a adoção de hábitos saudáveis pelos estudantes. Ressalta-se

a necessidade de ampliar projetos educativos voltados à saúde no ambiente escolar, visando à formação de uma sociedade mais consciente. Como limitação, aponta-se o tempo reduzido de intervenção das atividades. Para pesquisas futuras, recomenda-se o desenvolvimento de ações contínuas, associadas a avaliações de longo prazo acerca das mudanças de comportamento.

Referências

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

FREITAS, FEC. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor pde Produções Didático-Pedagógicas. **Versão online**, 2014.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LOPES, F. M; DAVI, T. N. (2016). Inclusão de hábitos alimentares saudáveis na educação infantil com alunos de 4 e 5 anos. *Cadernos da FUCAMP*, 15(24), 105-126.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Transformando nosso mundo: a Agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável**. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/agenda2030/>. Acesso em: 29 ago. 2024.

PIERI, A. S. Higiene e saúde na escola. **Revista Formação e Prática**, n. 3, p. 44–53, 2020.

PRENSKY, M. **Aprendizagem baseada em jogos digitais**. São Paulo: Senac, 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Oral health. WHO, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>. Acesso em: 21 abr. 2026.