

O LÚDICO NA PREVENÇÃO DE ACIDENTES: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O MANEJO INICIAL DE QUEDAS NO CONTEXTO ESCOLAR

Bianca Garcia dos Santos¹; Giulliana Victoria da Silva Almeida; Letícia Ferreira Simplício¹, Luan Rocha¹; Maria Eduarda Domingos Rodrigues¹; Maria Eduarda Félix da Silva¹; Matheus Modesto de Brito Nogueira Quaresma¹, Samuel Alcântara de Medeiros França¹; Luisiane de Ávila Silva¹.

¹ Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCM/AFYA-PB. Cabedelo, Paraíba, Brasil.

biancagarcias.817@gmail.com

Área temática: Temas livres em Medicina.

RESUMO

Introdução: A queda é definida como um evento involuntário que resulta na projeção ao chão, sendo uma das principais causas de internações pediátricas no Brasil. Considerando os impactos dessas lesões nos ambientes doméstico e escolar, torna-se essencial reduzir os riscos e orientar a população quanto ao manejo inicial adequado de lesões musculoesqueléticas leves por meio de protocolos de cuidado, como o PRICE. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação educativa sobre o protocolo PRICE direcionada a crianças e adolescentes matriculados em uma escola municipal de Cabedelo (PB). **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência, desenvolvido por acadêmicos do curso de Medicina. Dessa maneira, a intervenção de Educação em Saúde teve como público-alvo alunos do 4º e 5º ano, além de colaboradores da instituição. A metodologia foi baseada no protocolo PRICE, aplicado por meio de encenação interativa e prática de simulação de imobilização entre os próprios estudantes e alunos da instituição. **Resultados e Discussão:** A abordagem lúdica possibilitou demonstrar as condutas iniciais de socorro e discutir sinais inflamatórios decorrentes de traumas, como dor, edema e limitação de movimento. A participação ativa dos estudantes e o uso prático de faixas para compressão e estabilização favoreceram o aprendizado e a ampliação do conhecimento preventivo. Além disso, observou-se boa receptividade por parte dos colaboradores da escola e, para os acadêmicos, a atividade contribuiu para o desenvolvimento de habilidades de comunicação e vivência comunitária. **Conclusão:** A ação educativa atingiu seu propósito ao ampliar o conhecimento sobre prevenção e manejo inicial de quedas de forma acessível. A metodologia adotada estimulou a autonomia infantojuvenil, fortaleceu a segurança no ambiente escolar e evidenciou o potencial de disseminação desses conhecimentos no contexto familiar, reforçando a relevância da educação em saúde nas escolas.

Palavras-Chave: Educação em Saúde; Prevenção de Acidentes; Protocolo PRICE.

INTRODUÇÃO

O termo “queda” é definido como o evento que causa projeção involuntária de uma pessoa para o chão, não possuindo correlação com patologias ou distúrbios prévios (Tinetti *et al.*, 1988). Diante disso, o indivíduo acometido pode desenvolver problemas para sua saúde a partir deste evento, como fraturas, entorses e lesões musculares, tais condições causam impactos distintos nos acometidos, desde queixas algicas e limitações no movimento, até danos mentais, como o medo de realizar a atividade que causou a queda, por exemplo (Diogo e Moura, 2017).

Sobre o cenário das crianças e adolescentes, a queda é vista como um acontecimento quase inevitável por conta da fisiologia do desenvolvimento humano (Gianni *et al.*, 2024). Entretanto, apesar dessa característica “natural” da queda, o evento é caracterizado como um fator de risco para a faixa etária entre 00 a 14 anos, sendo o motivo mais comum das internações pediátricas nos hospitais do Brasil (Criança Segura Brasil, 2021). Pautado nesse cenário, há uma necessidade de elucidação dos fatores de risco e como pode ser evitado esses agravos causados pelas quedas na infância (Ribeiro *et al.*, 2019).

Diante da prevalência e dos impactos que a queda acarreta na infância, torna-se importante entender a forma correta de como prevenir e tratar, principalmente no âmbito doméstico, as lesões musculoesqueléticas leves. Nessa lógica, identificar fatores de risco, tanto ambientais quanto comportamentais, a citar, a presença de tapetes ou calçados desadequados é imprescindível para mitigar as quedas, paralelamente a isso, deve-se capacitar a população sobre as medidas necessárias para realizar o manejo inicial da situação. Com isso, a intervenção precoce, tem o poder de diminuir o dano tecidual, facilitando a recuperação funcional do paciente (Kendrick *et al.*, 2013).

Por conseguinte, o protocolo padrão utilizado para manejo de lesões musculoesqueléticas leves decorrentes de quedas é o PRICE, um acrônimo do inglês que retrata 5 passos para o cuidado inicial. Nesse sentido, suas letras significam, respectivamente, Protection: proteger a área lesada para evitar a progressão do quadro; Rest: realizar o repouso, evitando movimentação para poupar a área; Ice: Realizar compressas de gelo para ação analgésica e anti-inflamatória; Compress: comprimir a região afetada com bandagens ou faixas para controlar o inchaço ou hemorragias; Elevate: elevar o membro para facilitar a circulação (Doherty *et al.*, 2017).

Portanto, apesar de o PRICE ser o protocolo mais naturalmente aplicado e difundido, a partir dele, gerou-se algumas variações, como o POLICE e o PEACE & LOVE. Os novos

protocolos apresentam pequenas mudanças, a exemplo do POLICE que substitui o Rest (descanso absoluto) por Optimal Loading, significando carga otimizada, havendo a necessidade de introdução ao movimento aos poucos, já o PEACE & LOVE, foca mais na educação do paciente, com medidas como evitar anti-inflamatórios, fatores psicológicos, exercícios aeróbicos sem dor entre outros. Dessa forma, todos os 3 protocolos surgem da necessidade de uma medida para evitar a progressão do dano tecidual proveniente de quedas, facilitando uma recuperação mais ágil e funcional (Dubois; Sculier, 2020).

OBJETIVO

Dessa forma, o presente trabalho objetiva relatar a experiência de uma ação educativa abordando o protocolo PRICE para crianças e adolescentes matriculados em uma escola municipal de Cabedelo (PB).

METODOLOGIA

O presente artigo se trata de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência, abordando uma ação realizada em uma Escola Municipal no município de Cabedelo (PB) por acadêmicos do curso de Medicina. A ação foi pautada em um momento de Educação em Saúde abordando o tema sobre quedas - como a prevenção e o manejo, esse momento teve como público-alvo alunos do 4º e 5º ano, além dos colaboradores do local da extensão. Para a organização da ação, foi usado como base o protocolo PRICE para quedas, sendo contemplado a partir de uma encenação feita entre os alunos e seguindo o passo a passo da conduta e possibilitando que os alunos realizassem a imobilização um do outro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A execução da ação foi marcada por uma abordagem lúdica, dinâmica e interativa acerca da condução de situações de acidentes provocados por quedas em crianças, buscando promover aprendizado de forma acessível e participativa. Inicialmente, dois voluntários foram convidados para participar da dinâmica, sendo um representando o “paciente” e o outro o “médico”. A partir dessa simulação, foi encenada uma situação de queda, permitindo demonstrar, na prática, como deve ocorrer a condução inicial do caso. Ao longo da atividade,

interagimos constantemente com as demais crianças que estavam assistindo, realizando perguntas, estimulando respostas e incentivando a participação coletiva, o que tornou o momento mais descontraído e facilitou a compreensão do conteúdo abordado. Durante a atividade, também foram abordados os principais sinais observados após quedas, como vermelhidão, aumento da temperatura local, dor, edema e limitação dos movimentos, manifestações relacionadas ao processo inflamatório desencadeado em resposta à lesão tecidual (Zubair; Burns, 2024).

Posteriormente, outros voluntários também foram convidados a participar da prática, ampliando a interação do grupo e possibilitando que mais crianças vivenciassem o manejo inicial da situação simulada. Durante a demonstração, foi explicado, passo a passo, acerca do significado do protocolo PRICE, acrônimo em inglês para proteção (Protect), repouso (Rest), gelo (Ice), compressão (Compress) e elevação (Elevate), ressaltando sua relevância nos primeiros cuidados em lesões traumáticas leves. Com isso, os participantes puderam acompanhar e praticar medidas relacionadas a lesões de maneira prática, realizando também a compressão, que foi utilizada uma faixa para demonstrar como o membro acometido pode ser estabilizado e comprimido adequadamente. Também foi enfatizada a importância da elevação do membro lesionado para auxiliar na redução do edema (Sociedade de Trauma Ortopédico, 2024).

A utilização do protocolo PRICE como base metodológica possibilitou abordar, de forma simples e didática, o reconhecimento de sinais de lesão e a estimulação da adoção de atitudes mais seguras diante de situações de quedas e acidentes, pois a encenação contribuiu para aproximar o conteúdo da realidade dos alunos, tornando o aprendizado mais dinâmico e acessível. Além disso, a participação ativa dos estudantes na simulação e na realização das imobilizações favoreceu o desenvolvimento do aprendizado prático e estimulou a comunicação, desenvolvimento cognitivo e o raciocínio diante de situações cotidianas (Oliveira *et al.*, 2025).

Outro aspecto relevante observado foi a ampliação do conhecimento dos participantes acerca das medidas preventivas relacionadas às quedas, como atenção ao ambiente, cuidado durante brincadeiras e importância de solicitar ajuda em situações de acidentes. Os colaboradores também demonstraram interesse no tema, especialmente em relação às condutas iniciais adequadas até a busca por atendimento profissional, reforçando a importância da educação em saúde em ambientes coletivos (Chaves *et al.*, 2020).

Portanto, durante a ação, a elevada participação das crianças e boa receptividade por parte dos colaboradores da instituição foi notável, especialmente durante os momentos de simulação prática e interação com os voluntários. Assim, a dinâmica utilizada favoreceu maior envolvimento do público, evidenciado pela frequência de perguntas, respostas e interesse em participar das encenações relacionadas ao manejo das lesões ocasionadas por quedas. Nesse cenário, para estudantes de medicina, a atividade possibilitou vivência prática na condução de ações educativas em saúde, exigindo adaptação da comunicação ao público infantil e maior interação com a comunidade, aspectos que contribuíram para a execução e desenvolvimento da atividade proposta.

CONCLUSÃO

Com isso, conclui-se que a ação educativa desenvolvida na escola municipal possibilitou ampliar o conhecimento das crianças e colaboradores acerca da prevenção e do manejo inicial de lesões decorrentes de quedas, utilizando o protocolo PRICE como ferramenta didática e acessível. A metodologia lúdica e interativa favoreceu não só a participação ativa dos estudantes, contribuindo para maior compreensão das medidas preventivas e das condutas iniciais frente aos eventos traumáticos, como também a construção de um ambiente escolar mais seguro e preparado para lidar com situações de acidentes, possibilitando estimular a autonomia das crianças diante de situações cotidianas de traumas e favorecendo, ainda, a disseminação do conhecimento adquirido também no ambiente familiar e comunitário. Além disso, a experiência proporcionou aos acadêmicos de medicina maior aproximação com a comunidade e o desenvolvimento de habilidades relacionadas à comunicação em saúde e à educação em ambientes escolares. Dessa forma, evidencia-se a importância de ações de educação em saúde no contexto escolar como estratégia para promoção da prevenção de agravos e fortalecimento do cuidado em saúde juvenil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHAVES, M. et al. **Os acidentes são evitáveis e na maioria das vezes, o perigo está dentro de casa!** [s.l: s.n.].

Disponível em:

https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22337c-ManOrient_-_Os_Acidentes_Sao_Evitaveis__1_.pdf.

Acesso em: 21 maio 2026

CRIANÇA SEGURA BRASIL. **Dados sobre acidentes**. São Paulo: CSB, 2021. Disponível em:

<http://www.criancasegura.org.br/dados-sobre-acidentes>. Acesso em: 26 abr. 2026.

DIOGO, A. R.; MOURA, M. **Manual do Cuidador**: Prevenção de Quedas em Idosos no Domicílio. Açores: Governo Regional dos Açores, 2017. Disponível em:

https://biblioteca.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/06/Envelh_ativo_manual-cuidador-preven%C3%A7%C3%A3o-quedas.pdf. Acesso em: 26 abr. 2026.

DOHERTY, C. et al. Treatment of acute ankle sprains in the community: a systematic review of the guidelines.

British Journal of General Practice, v. 67, n. 659, p. e395-e401, 2017.

DUBOIS, B.; ESCULIER, J. F. Soft-tissue injuries simply need PEACE and LOVE. **Br J Sports Med**. 2020; v. 54, n. 2, p. 72-73. DOI: 10.1136/bjsports-2019-101253

GIANINI, Reinaldo J.; FILHO, Tarcísio Eloy Pessoa de B.; CRISTANTE, Alexandre F.; et al. **SOS ortopedia**. 3. ed. Barueri: Manole, 2024. *E-book*. p.383. ISBN 9788520465684. Disponível em:

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520465684/>. Acesso em: 26 abr. 2026.

Kendrick D. et al. Parenting interventions for the prevention of unintentional injuries in childhood. **Cochrane Database Syst Rev**. 2013 Mar 28;2013(3):CD006020. DOI: 10.1002/14651858.CD006020.pub3. PMID: 23543542; PMCID: PMC8908963.

OLIVEIRA, Diego Sales de et al. **Abordagens terapêuticas em lesões agudas de tecidos moles: os protocolos RICE, PRICE, POLICE e PEACE & LOVE**. [S. l.: s. n.], [s. d.]. Disponível em:

<https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/7d856b19-4721-4222-80a9-a9fa8a93edd0/content>. Acesso em: 21 maio 2026.

RIBEIRO, M. G. C. *et al.* Determinantes sociais da saúde associados a acidentes domésticos na infância: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [s. l.], v. 72, n. 1, p. 265-276, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0641>. Acesso em: 26 abr. 2026.

SOCIEDADE DE TRAUMA ORTOPÉDICO. **O que é o método PRICE?** 2024. Disponível em:

<https://otrauma.com.br/2024/05/30/o-que-e-o-metodo-price/>. Acesso em: 24 maio 2026.

TINETTI, M. E.; SPEECHLEY, M.; GINTER, S. F. Risk factors for falls among elderly persons living in the community. **New England Journal of Medicine**, [s. l.], v. 319, n. 26, p. 1701-1707, 1988.

ZUBAIR, Muhammad; BURNS, Bracken. *Pathology, inflammation*. In: **National Center for Biotechnology Information**. *StatPearls [Internet]*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2024. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534820/>. Acesso em: 24 maio 2026.