



Atividades formativas integradas num projeto de investigação-acção

Anabela Cândido, RN, MSc, Doctoral Student
Professora Adjunta - Escola Superior de Saúde
anabela.candido@essaude.ipsantarem.pt

Celeste Godinho, RN, MSc, Doctoral Student
Professora Adjunta - Escola Superior de Saúde
celeste.godinho@essaude.ipsantarem.pt

José Amendoeira, RN, MSc, PhD Supervisor
Professor Associado - Instituto Ciências Saúde: UCP
jamendoeira@ics.lisboa.ucp.pt



SANTARÉM, 9 DE FEVEREIRO DE 2012

“Comer Bem, Viver Melhor em Santarém:

- CM Santarém (entidade promotora)
- IPS - Escola Superior de Saúde de Santarém
- ACES Ribatejo
- ADEXO - Associação para a prevenção da Obesidade Infantil
- Plataforma contra a obesidade
- Agrupamentos Escolares do concelho

um projeto em parceria.”

Alguns dados epidemiológicos

- Obesidade : a pandemia do século XXI (OMS);
- *Obesidade Pediátrica* é considerada um flagelo que afecta em todo o mundo 155 milhões de crianças em idade escolar;
- A nível nacional: indicadores de excesso de peso e obesidade em 31 por cento das 5.708 crianças e adolescentes analisadas

OBJETIVOS DO PROJETO

Realizar um diagnóstico de situação, equacionando problemas e necessidades na comunidade escolar do concelho de Santarém, no âmbito da alimentação

Planear a intervenção adequada e individualizada, com estratégias de educação para a saúde, junto da comunidade escolar

Promover o desenvolvimento pessoal e social das crianças e adolescentes pela construção de conhecimentos/atitudes face a estilos de vida saudáveis



DESENHO DE INVESTIGAÇÃO:

- produção de conhecimentos sobre a realidade
- inovação no sentido da singularidade
- produção de mudanças sociais
- desenvolvimento de competências dos intervenientes

(Guerra,2000)

INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO

DESENHO DE INVESTIGAÇÃO:

- orienta para uma abordagem sistémica dos fenómenos em estudo
- definição do problema a partir da prática
- resolução/transformação do que foi identificado, voltando à prática

(Guerra,2000)

INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO

Desenho Global do Projecto



FASES DO PROJECTO	CALENDARIZAÇÃO
FASE I - <u>Diagnóstico preliminar</u>	Ano lectivo 2009/2010
FASE II - <u>Diagnóstico de situação (pré-escolar e 1º ciclo) e intervenção nas escolas</u>	Ano lectivo 2010/2011
FASE III - <u>Diagnóstico de situação (2º e 3º ciclos) e intervenção nas escolas</u>	Ano lectivo 2011/2012
FASE IV - <u>Acompanhamento e Monitorização da Intervenção desenvolvida Avaliação e Relatório final</u>	Ano lectivo 2012/2013



POPULAÇÃO ESCOLAR

AGRUPAMENTO	PRÉ ESCOLAR	1º CICLO EB	TOTAL
Amarelo	232	423	655
Verde	209	680	889
Laranja	274	739	1013
Rosa	128	401	529
Azul	144	226	370
Total	987	2469	3456

FASE II - Diagnóstico de situação (pré-escolar e 1º ciclo) e intervenção nas escolas

- Aplicação do instrumento de colheita de dados
- Avaliação antropométrica dos alunos

AMOSTRA ESTRATIFICADA

AGRUPAMENTO	PRÉ ESCOLAR	1º CICLO EB	TOTAL
Amarelo	116	212	327
Verde	104	340	444
Laranja	137	370	507
Rosa	64	200	264
Azul	72	113	185
Total	494	1234	1728

FASE II - Diagnóstico de situação (pré-escolar e 1º ciclo) e intervenção nas escolas



- Introdução das avaliações em base de dados *
- Tratamento e análise dos dados *
- Apresentação dos resultados do diagnóstico

* Participação dos estudantes na
Unidade Curricular Investigação/
Área Temática Estatística e Informática

FASE II - Diagnóstico de situação (pré-escolar e 1º ciclo) e intervenção nas escolas



- Projeto de intervenção adequado a cada escola (pré escolar e 1º ciclo)

Equipa multidisciplinar (Professores, Enfermeiras, Nutricionista, Assistente social) e comunidade escolar.

FASE II - Diagnóstico de situação (pré-escolar e 1º ciclo) e intervenção nas escolas



- Desenvolvimento e Avaliação dos Projetos de Intervenção em cada Escola Piloto.
(em equipa)
- Planeamento da monitorização da Intervenção realizada com pré escolar e 1º ciclo
(em equipa)

POPULAÇÃO ESCOLAR - INTERVENÇÃO

AGRUPAMENTO	PRÉ ESCOLAR	1º CICLO EB	TOTAL
Amarelo	232	423	655
Verde	209	680	889
Laranja	274	739	1013
Rosa	128	401	529
Azul	144	226	370
Total	987	2469	3456

Tema: As frutas e os produtos hortícolas o arco-íris no prato

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">● Reconhecer em analogia as <i>cores do arco iris com as cores da saúde e os alimentos inteligentes</i>● Identificar a importância dos alimentos de cada grupo de cores para uma alimentação saudável
Conteúdos	<ul style="list-style-type: none">● Divisão dos <i>alimentos inteligentes</i> por cores (amarelos, laranjas, vermelhos, verdes, azuis/roxos)● Contributo dos principais nutrientes adstritos a cada cor.
Estratégias	<ul style="list-style-type: none">● Sessões interativas de 90 min em pequenos

Tema: As frutas e os produtos hortícolas o arco-íris no prato

AVALIAÇÃO

- Pré escolar- jogo do Tapete (“da quinta ao prato “e “arco iris no prato”)
- 1º e 2º ano - jogo didático “quem sou eu” para identificação das características de cada alimento associado a uma cor da saúde*
- 3º e 4º ano : quadro de registo dos alimentos das diferentes cores consumidos ao longo dos dias da semana*

* Materiais que os professores aplicarão visando trabalho em continuidade

Tema: Receitas Mágicas - à descoberta dos sabores

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Reconhecer a variedade e diversidade de sabores de uma confeção saudável• Distinguir menus atrativos, coloridos e saudáveis
Conteúdos	<ul style="list-style-type: none">• Pré-escolar: noção de <i>nutriente mágico</i> e sua influencia na saúde e desenvolvimento <p>Associação do <i>nutriente mágico</i> à cor do prato</p> <ul style="list-style-type: none">• 1º ciclo: os diferentes sabores e a confeção saudável
Estratégias	<ul style="list-style-type: none">• sessões interativas de 90 min em pequenos grupos, metodologias ativas e jogos

Tema: Receitas Mágicas - à descoberta dos sabores

AVALIAÇÃO

- Pré escolar- Jogo “à descoberta do nutriente mágico”*

- 1º ciclo jogo “receitas mágicas e saúde”

* Materiais que os professores aplicarão visando trabalho em continuidade

Eficácia da intervenção

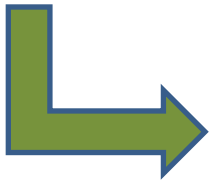
Professores destacam as intervenções como:

- francamente positivas para o desenvolvimento das conceções das crianças sobre alimentação saudável ;
- promotoras de intenções favoráveis a uma alimentação adequada;
- orientadoras de atividades a desenvolver no sentido de reforçar/alterar hábitos alimentares;
- um contributo importante na melhoria da educação alimentar;

Eficácia da intervenção

Análise dos registos produzidos:

Sobretudo ao nível do 3º e 4º ano : baixa prevalência de frutas/legumes nos alimentos consumidos ao longo dos dias da semana



Monitorizar processos
(Re)planear intervenções

Em continuidade...

FASE III

**Diagnóstico de situação (2º e 3º ciclos)
e intervenção nas escolas**

FASE IV

**Acompanhamento e Monitorização
da Intervenção desenvolvida
Avaliação e Relatório final**

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beatti, A., 2002. Education for systems change: a key resource for radical action on health. In: Adams, L., Amos, M. and Munro, J., Editors, 2002. Promoting Health: Politics & Practice, Sage, London, pp. 157–165.
- Bogdan, R.; Biklen, S. (1994). Investigação qualitativa em educação. Porto: Porto Editora.
- Dooris, M.(2001^a) Health Promoting Universities: Policy and Practice – A UK Perspective. , Campus Partnership for Health, San Antonio.
- Dooris, M. (2001^b) - The Health Promoting University: a critical exploration of theory and practice. Health Education , 20,12, pp. 51–60.
- Guerra, I. C. (2000). Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Acção. Cascais: <http://www.euro.who.int/document/e88185.pdf>
- Harada, Jorge et al (s.d.) – Cadernos de Escolas Promotoras de Saúde I. S. Paulo. Sociedade Brasileira de Pediatria, in <http://www.sbp.com.br/img/cadernosbpfinal.pdf>

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Navarro, M. Educar para a saúde ou para a vida? Conceitos e fundamentos para novas práticas. In: Precioso, j.; Viseu, F.; Dourado, I.; Vilaça, T.; Henriques, R.; Lacerda, T. (Coord.). Educação para a saúde. Braga: Departamento de Metodologias da Educação, Universidade do Minho, 1999.

Natário, Emília (1998) – Escolas Promotoras de Saúde - Conceito e princípios de intervenção. Lisboa. DGS

Organização Mundial de Saúde (2003) - Escolas Promotoras de Saúde – Estratégias e Linhas de Acção 2003-2012 . Washington. Organização Pan-Americana da Saúde. <http://www.bvsde.paho.org/bvsdeescuelas/fulltext/epsportrev2.pdf>

Petkeviciene, J., Miseviciene, I. and Petrauskas, D.(2002) -Health behaviour and interest in health promotion in relation to subject of study among students of Kaunas Universities. European Journal of Public Health 12 Suppl., p. 27.

Streubert, H; Carpenter, DR (2002) Investigação qualitativa em enfermagem: avançando o imperativo humanista. Loures: Lusociência

The European Network Health Promoting Schools (2006) in Networks News http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/A57DDF48-FD95-4B8D-B763-D7A46D0CC060/0/Network_news_10.pdf

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Tsouros, A., Dowding, G., Thompson, J. and Dooris, M., (1998)- Health Promoting Universities: Concept, Experience and Framework for Action. WHO Regional Office for Europe, Copenhagen.

Whitehead, Dean (2004) - The Health Promoting University (HPU): the role and function of nursing

World Health Organization – Leading Health Promotion into the 21st Century. The 4th International Conference on Health Promotion. Jakarta, Indonesia 21-25 July, 1997

World Health Organization (1986) - Ottawa Charter for Health Promotion. WHO, Ottawa

World Health Organization (2005) - The Edmonton Charter for Health Promoting Universities and Institutions of Higher Education. Edmonton. WHO

World Health Organization (2006) – What is the evidence on school health promotion in improving or preventing disease and, specifically, what is the effectiveness of the health promoting schools approach?

<http://www.euro.who.int/document/e88185.pdf>