



FORMAÇÃO & EDUCAÇÃO NAS PRIMEIRAS IDADES

# TRAJETÓRIAS INVESTIGATIVAS NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR E ENSINO BÁSICO

# Formação & Educação nas primeiras idades

## COORDENAÇÃO

Maria João Cardona

Elisabete Linhares

1.ª Edição dezembro 2024

## DESIGN DE CAPA

Teresa Cavalheiro

## EDIÇÃO GRÁFICA

Maria Eduarda Baptista

Rui Lopes

ISBN: 978-989-35760-9-0

## PUBLICAÇÃO

Escola Superior de Educação

Instituto Politécnico de Santarém



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

**ÍNDICE**

<i>Maria de Fátima Pista Calado Mendes</i> <b>Prefácio</b>	5
<b>Introdução</b>	7
<i>Ângela Silva &amp; Isabel Piscalho</i> <b>A Reflexão na Formação Inicial como Processo de (Re)configuração de Perspetivas sobre a Educação Inclusiva</b>	9
<i>Bárbara Simões &amp; Carla Dionísio Gonçalves</i> <b>A Coconstrução do Espaço Exterior: Fomentar Aprendizagens em Contexto de Jardim de Infância com crianças de 3 anos</b>	31
<i>Beatriz Esteves, Ana Serrão-Arrais, David Catela &amp; Helena Luís</i> <b>Efeito de Materiais Naturais e Manufaturados Afuncionais, em Atividade Não Estruturada, no Comportamento Lúdico e Social de Crianças de 3-4 anos do Pré-escolar</b>	53
<i>Cátia Figueiredo &amp; Isabel Piscalho</i> <b>Exploração do Potencial das Entrevistas com Tarefa para a Promoção da Autorregulação da Aprendizagem na Educação Pré-Escolar</b>	74
<i>Ana Gomes &amp; Elisabete Linhares</i> <b>Impactos da Pandemia na Aprendizagem Infantil: Oportunidades para a Educação para a Saúde</b>	89
<i>Beatriz Antunes &amp; Maria João Cardona</i> <b>Transição entre a Educação Pré-Escolar e o 1.º Ciclo do Ensino Básico</b>	108
<i>Jéssica Santos &amp; Lia Pappámikail</i> <b>A Gestão da Diversidade Cultural na Escola: Perceções e Práticas de Educadores e Professores</b>	121
<i>Maria da Nazaré da Silva Marques, Ana Margarida Mourato &amp; Maria Inês Cardoso</i> <b>A Literatura Infantil e a Interdisciplinaridade na Aprendizagem: Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico</b>	144
<i>Márcia Pereira &amp; Elisabete Linhares</i> <b>Educação Ambiental e ODS: Uma Abordagem Pedagógica para o JI e 1.º CEB</b>	166
<i>Matilde Lima &amp; Sílvia Ferreira</i> <b>Estudo das Alterações Climáticas numa Turma do 4.º ano de Escolaridade</b>	181
<i>Ana Vitorino &amp; Clara Brito</i> <b>A Influência de Fatores Intrínsecos e Extrínsecos na Criatividade em Crianças da Educação de Infância e do 1.º CEB</b>	203
<i>Rita Caixinha &amp; Isabel Piscalho</i> <b>As Expressões Artísticas na Promoção Autorregulação da Aprendizagem das Crianças</b>	223

<i>Carolina Fontes &amp; Susana Alexandre dos Reis</i> <b>Estereótipos de Género no 2.º CEB: Relato de uma Proposta Pedagógica</b>	239
<i>Magda Reis &amp; Susana Alexandre dos Reis</i> <b>As Visitas de Estudo Virtuais e o Estudo do Património Local: uma Proposta Pedagógica no 3.º CEB</b>	263

## **Impactos da Pandemia na Aprendizagem Infantil: Oportunidades para a Educação para a Saúde**

**Ana Gomes**

Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Santarém  
anagomes0701@gmail.com

**Elisabete Linhares**

Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Santarém, Portugal;  
Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV), Instituto Politécnico de  
Santarém, Portugal  
elisabete.linhares@ese.ipsantarem.pt

### **Nota Introdutória**

A dimensão investigativa deste texto tem como foco a temática da educação para a saúde, com especial atenção à sua relevância no contexto pós-pandemia. O objetivo principal foi analisar as dificuldades e oportunidades de aprendizagem vivenciadas pelos participantes do estudo neste cenário, sendo esta pesquisa realizada no âmbito do Mestrado em Educação Pré-escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico. Através deste estudo, procurou-se entender de que forma a pandemia impactou o desenvolvimento e as aprendizagens das crianças, ao mesmo tempo que se exploraram as perceções dos adultos sobre a pandemia e a importância da promoção da educação para a saúde nas instituições educativas, especialmente no contexto do ensino Pré-escolar e do 1.º Ciclo do Ensino Básico. Este estudo de natureza qualitativa e exploratória teve como propósito analisar a influência da pandemia no desenvolvimento e nas aprendizagens das crianças, além de explorar as perceções dos adultos sobre o impacto da pandemia e a relevância de uma educação para a saúde. Complementarmente, foi realizado um estudo de caso para investigar as perceções das crianças acerca da pandemia e compreender de que forma as práticas de educação para a saúde podem contribuir para o desenvolvimento de competências, atitudes e valores. O estudo revelou a existência de desafios no desenvolvimento das crianças, nomeadamente a nível social, afetivo e linguístico. Por outro lado, identificaram-se como oportunidades o reforço dos laços familiares e a adaptação a novas formas de trabalho. As atividades desenvolvidas permitiram às crianças compreender aspectos importantes sobre a propagação e prevenção de doenças, promovendo, assim, a aquisição de conhecimentos e comportamentos associados à saúde.

## **Enquadramento teórico**

### *Promoção e Educação para a Saúde*

O conceito de saúde começou a assumir um papel central nas preocupações globais, sendo definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 1946, na sua Carta Magna, como "Um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade" (OMS, 1946, p.1). Dessa forma, a OMS adota uma visão positiva da saúde, associando-a ao bem-estar geral dos indivíduos, e sublinha que a saúde é essencial para que os povos vivam em segurança, felicidade e paz. Considerando o contexto deste estudo, é relevante estabelecer a ligação entre saúde e o desenvolvimento das crianças. A OMS (1946, p.1) afirma que "O desenvolvimento saudável da criança é de importância basilar; a aptidão para viver harmoniosamente num meio variável é essencial a tal desenvolvimento", evidenciando a importância da saúde na infância. Esse foco no desenvolvimento infantil tem dado origem a uma crescente produção de documentos sobre a relevância da saúde na infância, com ênfase na promoção da saúde para esta faixa etária.

A promoção da saúde é uma estratégia que visa visibilizar os fatores de risco à saúde da população, centrando-se no cuidado do indivíduo e no desenvolvimento de mecanismos que ajudem a reduzir a exposição a tais riscos (Nunes et al., 2021). Nesse sentido, a escola desempenha um papel fundamental como um ambiente seguro para as relações interpessoais e um espaço privilegiado para o desenvolvimento, contribuindo para a construção de valores pessoais, reflexões, conceitos e maneiras de compreender o mundo.

A OMS define a Educação para a Saúde como "qualquer combinação de experiências de aprendizagem que tenham por objetivo ajudar os indivíduos e as comunidades a melhorar a sua saúde, através do aumento dos conhecimentos ou influenciando as suas atitudes" (OMS, 2012, p.13). Assim, a Educação para a Saúde visa promover o bem-estar dos alunos, grupos ou comunidades, favorecendo processos internos de mudança que se originam da exploração e compreensão de comportamentos saudáveis, respeitando o estilo de vida e a cultura de cada indivíduo. Em resumo, a Educação para a Saúde oferece os alicerces necessários para compreender a importância de uma vida equilibrada e saudável. Contudo, a adoção de comportamentos saudáveis só será efetiva se as crianças e jovens entenderem genuinamente a relevância desses conceitos (Carvalho & Carvalho, 2006; DGE, 2014).

*Escolas Promotoras de Saúde*

A Educação para a Saúde tem o poder de incluir todas as crianças, independentemente de fatores como idade, gênero, cultura ou condição econômica, no processo de aprendizagem sobre saúde. Ao fornecer as condições necessárias para o desenvolvimento da Educação para a Saúde, as escolas conseguem abranger uma ampla diversidade de alunos, uma vez que todos passam pelo sistema educativo, promovendo, assim, a igualdade de oportunidades no que diz respeito à sensibilização para práticas saudáveis (Precioso, 2009). Além disso, desde a infância, os nossos comportamentos e estilos de vida começam a ser moldados. Portanto, é fundamental adotar as melhores estratégias e incentivar comportamentos responsáveis, para que as crianças os levem para o futuro. Neste contexto, os educadores e professores desempenham um papel crucial, sendo necessários para implementar práticas que conscientizem as crianças sobre a importância de hábitos de vida saudáveis (Ramos et al., 2020).

De acordo com a World Health Organization (WHO, 1996), uma Escola Promotora de Saúde é definida como:

Uma escola promotora de saúde é um local onde todos os membros da comunidade escolar trabalham em conjunto para proporcionar aos alunos experiências e estruturas integradas e positivas que promovam e protejam a sua saúde. Isto inclui os currículos formais e informais em saúde, a criação de um ambiente escolar seguro e saudável, a prestação de serviços de saúde adequados e o envolvimento da família e da comunidade em geral nos esforços para promover a saúde. (p. 5)

As escolas promotoras de saúde devem procurar constantemente adotar um estilo de vida, de aprendizagem e de trabalho que favoreça o desenvolvimento da saúde. Para isso, é essencial que se esforcem para melhorar a saúde das crianças, contextualizando esta temática nas diversas áreas de conteúdo e disciplinas. Além disso, devem convidar especialistas da área da saúde para realizar sessões educativas e implementar programas e projetos que visem promover práticas de saúde (Precioso, 2009).

Como afirmam Lopes et al. (2018), as políticas e programas de saúde pública, bem como as iniciativas educacionais, são fundamentais para a formação de cidadãos mais informados e para a melhoria da qualidade de vida e saúde da sociedade. As escolas, além de transmitir conhecimentos sobre saúde através das disciplinas, devem adotar estratégias que incentivem o pensamento crítico e a adoção de estilos de vida saudáveis, com o

objetivo de apoiar o desenvolvimento de habilidades que beneficiem o processo de aprendizagem.

*Educação para a Saúde nos Currículos de Pré-Escolar e 1.º CEB*

A Educação para a Saúde constitui um eixo fundamental na formação integral das crianças, sendo integrada nos currículos da Educação Pré-Escolar e do 1.º CEB em Portugal. No contexto da Educação Pré-Escolar, conforme as OCEPE, o tema é abordado através da formação pessoal e social com a promoção da autonomia e no conhecimento do mundo físico e natural. No 1.º CEB, o tema insere-se no domínio da Natureza da área de Estudo do Meio, nomeadamente em conteúdos ligados a práticas de higiene, prevenção de riscos e promoção de hábitos saudáveis, variando de acordo com os anos escolares. Enquanto os dois primeiros anos enfatizam a identificação de comportamentos de risco e medidas de proteção, com menção à vacinação e uso responsável de medicamentos no 2.º ano, no 3.º ano a abordagem foca-se na relação entre hábitos diários e estilos de vida saudáveis. No entanto, o 4.º ano não apresenta referências específicas à educação para a saúde, evidenciando uma lacuna curricular neste nível de ensino (tabela 1).

Tabela 1 - Educação para a saúde nos currículos de Pré-Escolar (OCEPE) e 1.º CEB (AE)

Educação Pré-Escolar (OCEPE)	Formação Pessoal e Social Conhecimento do Mundo	Componente da independência e autonomia. Tópico do Conhecimento do mundo físico e natural.
1.º Ano (AE)	Estudo do Meio: Domínio da Natureza	Dois objetivos relacionados à identificação de situações e comportamentos de risco para a saúde (individual e coletiva), além de propor medidas de proteção e desenvolver rotinas diárias de higiene pessoal.
2.º Ano (AE)	Estudo do Meio: Domínio da Natureza	Objetivos semelhantes aos do 1.º ano, relacionados à identificação de situações e comportamentos de risco para a saúde e de medidas de proteção e prevenção, além de reconhecer a importância da vacinação e do uso correto dos medicamentos.

3.º Ano (AE)	Estudo do Meio: Domínio da Natureza	Apenas um objetivo que determina uma relação entre hábitos quotidianos com estilos de vida saudáveis.
4.º Ano (AE)		Sem referência ao tema da educação para a saúde.

*As consequências da Pandemia por COVID-19 em instituições escolares*

Como é amplamente sabido, no final de 2019, começaram a surgir os primeiros casos de infecção pelo vírus responsável pela COVID-19. Este vírus rapidamente se tornou um dos maiores problemas de saúde pública global do último século, alastrando-se por todos os continentes e afetando pessoas em várias partes do mundo (Loureiro, 2020; WHO, 2020). No ano seguinte, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou o surto como uma Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional e, posteriormente, declarou-o como uma pandemia devido à sua rápida propagação e elevada taxa de infeção (UNICEF, 2020).

Em resposta a esta situação, diversas medidas preventivas foram adotadas no quotidiano, como o isolamento social, que consistia em reduzir ao máximo o contacto entre as pessoas para conter a disseminação do vírus. Essas restrições alteraram significativamente as rotinas diárias das pessoas, afetando não só as suas atividades económicas, mas também aumentando os níveis de ansiedade e de stress. Em consequência desse isolamento, as escolas foram encerradas, o que resultou numa alteração drástica das interações sociais das crianças, que deixaram de socializar com os seus pares, ficando restritas aos seus círculos familiares. Antes da pandemia, as crianças podiam contar com uma rede de apoio externa à família nuclear, mas, com o surto, esse contacto foi limitado (Sahu, 2020; Santos & Silva, 2021; Valasques & Santos, 2020).

Figueiredo (2020) aponta que os efeitos da pandemia na saúde mental das crianças foram causados por uma combinação de fatores, como o medo constante da doença, da contaminação e das medidas preventivas. A interrupção forçada das escolas e, conseqüentemente, o afastamento das interações entre pares, obrigou as crianças a adaptarem-se ao isolamento social e às novas regras impostas. Essa situação pode trazer impactos negativos no seu desenvolvimento social, cognitivo e emocional, visto que as crianças são especialmente vulneráveis a essas mudanças.

Outro aspecto importante, conforme apontado por Scramingnon e Souza (2020), é a diversidade de experiências vividas pelas crianças durante a pandemia. Algumas crianças puderam estar mais próximas dos pais, promovendo momentos de descoberta e fortalecendo os vínculos familiares. Essa interação obrigatória pode ter tido efeitos positivos na relação familiar, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo da criança (Santos & Silva, 2021). No entanto, outras crianças, embora acompanhadas pelos encarregados de educação, não puderam partilhar momentos lúdicos, devido à falta de tempo dos pais, que estavam ocupados com o teletrabalho. Além disso, algumas crianças ficaram sozinhas, já que os pais continuaram a precisar sair para trabalhar. Os familiares tiveram que encontrar soluções para equilibrar as tarefas domésticas, profissionais e de apoio aos filhos, o que pode ter gerado conflitos familiares e negligência (Figueiredo, 2020; Imran et al., 2020; Santos & Silva, 2021). Sem a presença da escola, muitas crianças ficaram mais vulneráveis, e a igualdade de oportunidades não foi garantida para todos.

Para agravar as desigualdades, surge o ensino à distância, que deveria assegurar a continuidade do processo de aprendizagem. Contudo, nem todas as crianças tinham acesso a recursos adequados, como computadores, internet ou múltiplos dispositivos eletrônicos em casas com vários filhos ou pais em teletrabalho. Dessa forma, a aprendizagem não foi garantida de forma equitativa, evidenciando uma disparidade entre os alunos e aumentando as desigualdades no sistema escolar (Figueiredo, 2020; Rodrigues et al., 2021; Valasques & Santos, 2020). A Comissão Europeia (2020) confirmou essa desigualdade, demonstrando que nem todos os alunos tinham as mesmas condições para estudar devido à falta de acesso a dispositivos digitais e ao apoio limitado dos encarregados de educação. Imran et al. (2020) e Rodrigues et al. (2021) afirmam que este tipo de ensino causou impactos no desenvolvimento socioemocional e na saúde mental das crianças, uma vez que nem todas viveram o confinamento da mesma maneira, com algumas não tendo uma rede de apoio familiar estável e sem preocupações. Esses autores sugerem que o aumento do stress, a falta de motivação e autoconfiança, além da diminuição das oportunidades de socialização, foram algumas das consequências desse isolamento no bem-estar das crianças (Rodrigues et al., 2021, p. 34).

Em resposta a essas desigualdades, o Ministério da Educação implementou o programa Escola Digital, que visava reduzir a disparidade no acesso ao ensino, fornecendo computadores e hotspots aos alunos do Ensino Básico e Secundário, além de criar recursos

pedagógicos para apoiar o trabalho em ambiente digital. Esse programa garantiu que as crianças e jovens continuassem a ter acesso a um ensino de qualidade e inclusivo, adaptado ao mundo digital (Escola Digital, 2022). Este exemplo reforça o papel da escola como um espaço seguro e fundamental para o bem-estar dos alunos, promovendo a igualdade de oportunidades para todos.

Linhares e Enumo (2020) e Rocha (2021) destacam que, embora a contaminação por COVID-19 tenha sido menos evidente nas crianças, este grupo social foi um dos mais afetados no que diz respeito ao desenvolvimento psicológico. As alterações nas suas rotinas diárias e nos seus ambientes sociais, escolares e familiares tiveram implicações significativas no seu desenvolvimento e bem-estar.

A primeira infância é um período crucial para o desenvolvimento físico, emocional e cognitivo, com repercussões para a vida adulta. Alterações na rotina e na convivência familiar, como as que ocorreram devido à pandemia, podem afetar este desenvolvimento, o que motiva a presente pesquisa a investigar possíveis alterações comportamentais e no desenvolvimento das crianças, com base nas opiniões de educadores, professores e encarregados de educação. A educação para a saúde, através de hábitos de higiene, torna-se uma das principais atividades educativas no contexto atual, uma vez que promove a conscientização crítica dos alunos, incentivando comportamentos saudáveis e a vida em comunidade (Nunes et al., 2021).

## **Metodologia**

Uma investigação envolve um conjunto de processos de seleção, nos quais se destaca a definição do tema, a formulação de objetivos relacionados com o objeto de estudo, bem como a escolha de técnicas adequadas à recolha de dados que atendam aos objetivos estabelecidos (Ventura, 2007). O presente estudo foi estruturado em duas fases distintas: uma fase exploratória e uma fase de estudo de caso, com objetivos específicos para cada uma.

Conforme indicado por Piovesan e Temporini (1995), o estudo exploratório serve como uma etapa preliminar, cujo intuito é compreender melhor uma determinada realidade, recolhendo informações relevantes sobre o contexto, de forma a ajustar os instrumentos necessários para encontrar as respostas desejadas. Por outro lado, um estudo de caso,

segundo Yin (2005, citado por Gomes, 2008), é um estudo intensivo e detalhado, focado em um tema específico, de interesse para o público, mas limitado ao tempo disponível (neste caso, o período de estágio), com o objetivo de recolher as informações necessárias.

Na primeira fase do estudo, a fase exploratória, os participantes foram os encarregados de educação (EE) das crianças das salas envolvidas nas Práticas de Ensino Supervisionadas (PES). No contexto do Jardim de Infância (JI), participaram seis EE, enquanto no 1.º ano do 1.º Ciclo, o questionário foi preenchido por 20 EE. Na fase de estudo de caso, os participantes incluíram os profissionais de educação que acompanharam as PES, nomeadamente a educadora (E) do JI e a professora titular (P) do 1.º ano do 1.º Ciclo, sendo realizada uma entrevista com cada um. Além disso, participaram as crianças desses mesmos contextos: no JI, 25 crianças, e no 1.º Ciclo, 24 alunos do 1.º ano.

### **Discussão dos resultados**

#### *A pandemia: consequências no desenvolvimento e nas aprendizagens das crianças*

Através das entrevistas realizadas, foi possível recolher as perceções dos profissionais de educação sobre o impacto da pandemia no desenvolvimento e nas aprendizagens das crianças. As respostas das entrevistadas à questão sobre os confinamentos e a sua relevância foram organizadas na categoria "confinamento", com as seguintes subcategorias emergentes: a) necessidade; b) prejudicial; e c) carências afetivas. Ambas as docentes reconheceram a importância dos confinamentos como medida para evitar a propagação do vírus responsável pela COVID-19, destacando que “necessários foram para não propagar tanto a doença” (P). No entanto, enfatizaram também os efeitos negativos do confinamento no processo de aprendizagem (“realmente não ajudou no processo de aprendizagem das crianças” – E) e no desenvolvimento afetivo das crianças (“veio prejudicar em termos (...) de comportamento afetivo, de tudo” – E). De acordo com as entrevistadas, durante os confinamentos, a maioria das crianças não teve o apoio necessário para aprender, como ilustrado pela seguinte citação: “foram extremamente maus para as crianças porque, por mais que se queira, e o estudo em casa (...) não é o mesmo” (P). Além disso, questionaram a viabilidade de ensinar letras em casa: “como é que se ensina as letras em casa, não é? É muito complicado. E esses meninos vão ter sempre algumas lacunas, há

sempre coisas que nunca dão para recuperar” (P). Esses resultados corroboram as conclusões de estudos realizados por Figueiredo (2020), Rodrigues et al. (2021) e Santos e Silva (2021), que também observaram que as aprendizagens foram significativamente afetadas pelos confinamentos.

Por outro lado, a proximidade familiar durante o período de confinamento pode ter fortalecido os laços familiares, originando um maior vínculo entre os membros da família, como apontado por Santos e Silva (2021). No entanto, uma das entrevistadas considerou que, em famílias onde o ambiente não era ideal, o confinamento teve um efeito negativo no bem-estar das crianças: “Nós podíamos pensar que eles estarem com a família seria benéfico e que ia ajudar, mas não achei isso. Achei o contrário porque eu acho que eles estiveram em famílias onde as pessoas estavam nervosas (...) refletiu-se neles também. Por isso, não, não foi uma ajuda em nada” – E. Isto revela que a vivência familiar pode ser tanto uma fonte de segurança quanto uma possível fonte de estresse, dependendo do contexto familiar (Scramingnon & Souza, 2020).

Os encarregados de educação (EE), ao responderem ao questionário sobre as oportunidades associadas à pandemia, apontaram um impacto positivo, particularmente no que diz respeito ao convívio familiar. Para muitos, a pandemia proporcionou um tempo de qualidade em família e favoreceu a aproximação entre os membros do núcleo familiar: “Para a maioria da população permitiu-lhes mais tempo para se reinventarem em núcleos familiares restritos, relacionando-se” (Q17).

Relativamente ao uso de máscara, tanto os profissionais de educação quanto os EE consideraram a sua utilização uma barreira para a aquisição linguística, com consequências nas aprendizagens e no desenvolvimento das crianças. A utilização da máscara foi, portanto, vista como um obstáculo à comunicação e ao progresso no desenvolvimento linguístico.

No que diz respeito ao desenvolvimento das crianças durante a pandemia, muitos dos inquiridos identificaram diferenças em várias áreas, incluindo a linguagem, motora, pessoal-social, raciocínio, afetiva e global. A principal diferença apontada foi o impacto no desenvolvimento pessoal-social, especialmente pela falta de convivência com outras crianças, o que dificultou a formação de novas amizades: “A falta de convívio com outras crianças (...) teve impacto na vida das crianças e no seu desenvolvimento” (Q7). Além

disso, os EE referiram preocupações com os constrangimentos enfrentados pelas crianças, como medos, ansiedades e crises de pânico, devido ao confinamento: “As crianças viram-se presas em casa, não podiam brincar com os amigos e houve também crises de pânico, raiva e desespero porque não podíamos sair para poderem brincar com os amigos” (Q13). No entanto, muitos EE destacaram a proximidade que o confinamento proporcionou entre os membros da família, valorizando o tempo de qualidade passado juntos: “Tempo com qualidade que conseguimos passar em família” (Q14).

Após análise, pode-se concluir que a maioria dos EE apresenta uma percepção negativa sobre as consequências da pandemia no desenvolvimento e nas aprendizagens das crianças, mencionando impactos em várias áreas, como o desenvolvimento social, pessoal, linguagem, afetivo e raciocínio. Contudo, 35% dos inquiridos reconheceram também vantagens, especialmente no que se refere ao aumento do tempo de lazer em família, além de alguns benefícios para o ambiente empresarial.

*Percepção de EE e de profissionais de educação em relação à importância da Educação para a Saúde (EPS)*

Ambas as docentes expressaram preocupação com a promoção da Educação para a Saúde (EPS), salientando a necessidade de inculcar desde cedo nos alunos os cuidados básicos. Como referiu uma das profissionais: “é extremamente importante reforçar sempre isso. A questão do COVID veio reforçar ainda mais isso, mas é extremamente importante eles terem noção (...) desde pequeninos do que têm que fazer” (P). As educadoras destacaram também que, em determinados momentos, surgem lapsos nos cuidados de higiene, sendo a pandemia da COVID-19 um fator que intensificou essa preocupação, especialmente no que diz respeito à higiene pessoal e dos espaços. Nesse contexto, enfatizaram que é essencial que os educadores e professores deem o exemplo, pois “somos um espelho para as crianças” (E).

Quanto à percepção dos EE sobre a importância de discutir com as crianças e jovens as questões relacionadas com a pandemia, todos os participantes do questionário, exceto um, afirmaram ser favoráveis a essas conversas. As razões apresentadas pelos EE para esta abordagem podem ser agrupadas nas seguintes categorias: a) conhecimento (N=12) – os EE reconhecem a importância de informar as crianças sobre o que estava a acontecer, para que tivessem plena consciência da situação vivida: “Porque as crianças devem ser

informadas” (Q6); b) medidas de proteção (N=4) – “Para saberem como é importante ter medidas de prevenção” (Q9); e c) explicação (N=2) – alguns afirmaram que “Devemos falar sempre a verdade com as crianças” (Q13) e “Explicar os perigos e justificar as alterações da nossa vida em termos sociais e de lazer” (Q14). Os EE destacaram, assim, a relevância dos conteúdos relacionados com a EPS, como o conhecimento necessário para que as crianças saibam como agir sem se alarmar, como referido: “Para aprenderem como agir perante a doença sem ficarem alarmados” (Q1p). Também realçaram a importância das medidas de proteção: “como é importante ter medidas de prevenção” (Q9) e “para incentivá-las a comportamentos saudáveis que ajudarão também na transmissão de outras doenças virais vulgares entre si” (Q17).

Em resumo, as perceções dos EE e dos profissionais de educação são alinhadas, com ambos a reconhecerem a importância da EPS. A pandemia de COVID-19, conforme destacado por todos, foi uma oportunidade para realçar os cuidados necessários à saúde, reforçando a relevância de uma abordagem educativa voltada para a saúde desde as primeiras idades.

#### *Aprendizagens promovidas nas crianças através de práticas promotoras de uma Educação para a Saúde*

Com o objetivo de promover aprendizagens voltadas para a prevenção e contenção da propagação da COVID-19 e de outros vírus, foram desenvolvidas diversas atividades durante as Práticas Educativas para a Saúde (PES). Em contexto de JI, realizaram-se seis atividades, das quais quatro foram também realizadas com a turma do 1.º ano do 1.º CEB. Na atividade "expressividade da rotina", as crianças do JI simularam ações diárias, destacando cuidados de saúde essenciais. Já no 1.º ano, foi encenada uma ida ao médico, abordando os principais aspetos para evitar a propagação de doenças. Observou-se que a grande maioria das crianças do JI identificou cuidados relacionados com a saúde corporal, como a higienização dos dentes. No 1.º ano, os alunos reforçaram práticas de prevenção, como o isolamento de doentes, o uso de lenço ou antebraço ao espirrar ou tossir e a importância da lavagem frequente das mãos para evitar o contágio.

A atividade experimental de higienização das mãos foi realizada em ambos os contextos e revelou-se bastante positiva, tendo-se verificado uma maior adoção deste comportamento em ambos os grupos. A atividade consistiu em compreender, através de folhas de

papel branco e guache, como as mãos ficavam mais limpas com o uso de sabão e água. Ambos os grupos concluíram que esse era o método mais eficaz de higienização. Como descreveu um dos participantes do JI: “O T. disse que agora vai lavar as mãos sempre com água e sabão” (Diário de bordo, 31/05/2021). Um aluno do 1.º ano compartilhou: “O S. mencionou as atividades realizadas em casa e disse que ia lavar as mãos com mais frequência e com sabão para não ficar doente nem contaminar ninguém” (Diário de bordo, 16/12/2022).

A atividade de pulverização, realizada igualmente nos dois contextos, envolveu as crianças simulando um espirro através de um pulverizador com água e guache. O objetivo era observar como as distâncias percorridas pelo "espirro" variavam conforme as ações preventivas adotadas (sem proteção, com mão, lenço e máscara). As crianças do JI compreenderam que, ao utilizarem certas medidas preventivas, a "distância do espirro" era menor. Já os alunos do 1.º ano mostraram grande envolvimento na atividade. Em grupo, compararam os resultados e refletiram sobre a importância das medidas de prevenção para reduzir o risco de transmissão de doenças: “Quando questionados sobre os valores, os alunos disseram que a máscara protege os outros, pois o 'vírus ficou preso” (Diário de bordo, 16/12/2022).

Em relação ao entendimento dos meios de proteção, a turma do 1.º ano demonstrou uma clara e entusiástica compreensão sobre como as medidas, como o uso de máscara e o lenço ao espirrar, ajudam a proteger os outros e as superfícies, prevenindo a propagação de vírus. Após essas atividades, os alunos passaram a usar esses meios de proteção com maior frequência e corrigiam-se mutuamente quando não o faziam, evidenciando as aprendizagens realizadas e a capacidade de aplicar o que tinham aprendido.

No contexto exclusivo do 1.º CEB, foi realizada uma atividade experimental sobre microrganismos, onde os alunos fizeram uma cultura de bactérias em recipientes com meio de cultivo (agar nutritivo) e, nos dias seguintes, contaram as colônias de microrganismos para determinar o grau de contaminação. Os alunos escolheram superfícies como canetas, borrachas, estojos, mochilas, chão, cadeiras e até a torneira da sala para esfregar com cotonetes e observar as colônias desenvolvidas. Após uma semana, todos os objetos sujeitos à exposição de microrganismos apresentaram colônias, muitas vezes em grande número. Como foi registrado: “No final da atividade, os alunos mencionaram que os

objetos tinham muitos microrganismos que não conseguimos ver, por isso deviam lavar as mãos com mais frequência para evitar doenças, pois, ao colocar as mãos na boca, poderiam ficar contaminados” (Diário de bordo, 14/12/2022).

Esses registos indicam que os alunos compreenderam que a presença de microrganismos nas superfícies estava diretamente ligada ao contacto com essas superfícies, reforçando a necessidade de práticas de higiene, como a lavagem das mãos. Essa conscientização foi observada na frequência aumentada de lavagem das mãos pelos alunos após a atividade.

#### *Ideias e sentimentos que as crianças têm em relação aos vírus*

Com base nos dados recolhidos através do questionário aplicado aos encarregados de educação, verificou-se que a maioria das crianças tinha conhecimento sobre o vírus SARS-CoV-2, reconhecendo-o como o agente causador da COVID-19. Este conhecimento foi adquirido sobretudo através de conversas no meio familiar e da exposição a notícias.

Observou-se que a maioria das crianças do Jardim de Infância e dos alunos do 1.º Ciclo encararam a pandemia com relativa tranquilidade. Contudo, alguns encarregados de educação de alunos do 1.º ano mencionaram dificuldades ou alterações comportamentais nos seus educandos. Algumas crianças iniciaram a pandemia sentindo medo, mas, ao longo do tempo, adaptaram-se à nova realidade vivida por toda a sociedade: “Medo e inseguranças inicialmente, mas adaptou-se gradualmente” (Q17). Por outro lado, houve crianças que, inicialmente, demonstraram estar bem, especialmente graças ao apoio e envolvimento familiar. No entanto, à medida que os meses passaram, começaram a sentir medo devido às mudanças significativas nas suas rotinas e pela perceção de que atividades simples, como ir ao supermercado, se tornaram arriscadas: “Início bem, mas aos poucos viu que isso alterou toda a sua vida e que ir até ao supermercado era perigoso” (Q5).

Para compreender as ideias das crianças sobre os vírus nos dois contextos de intervenção, foi-lhes solicitado que realizassem um desenho. As representações gráficas foram acompanhadas de explicações fornecidas pelas próprias crianças durante a apresentação dos seus trabalhos. Tal como defende Sarmiento (2011), a descrição e o acompanhamento das interpretações das crianças são essenciais para se compreender o significado atribuído aos seus desenhos. Nos desenhos do Pré-Escolar, predominam representações negativas sobre

os vírus, destacando-se a ideia de que estes causam doenças e tristeza. As crianças também mencionaram episódios relacionados com contacto físico, como abraços, que associaram à transmissão da COVID-19.

“Menina abraçou o vírus. Foi para casa doente. Quem chegasse perto dela ficava com COVID” (Desenho e comentário da R.).

“Menina doente com COVID. O vírus é mau! Não se pode oferecer doces aos amigos, senão apanhamos COVID” (Desenho e comentário da A).

Todavia, algumas crianças referiram formas e estratégias para evitar o vírus, como a utilização de máscara e o distanciamento social, nomeadamente:

“Vírus é mau. Deixa as pessoas doentes. Pudemos usar a máscara para prevenir” (Desenho e comentário da criança J. – Figura 1).

“Envenenou esta pessoa, a partir da tosse e espirros. Eles sabem que a pessoa está infetada, então afasta-se”. (Desenho e comentário da criança H. – Figura 2).



Figura 1 - Desenho da criança J.



Figura 2 - Desenho da criança H.

No que diz respeito aos desenhos realizados pelos alunos do 1.º ano, a representação do vírus foi, em grande parte, inspirada na imagem frequentemente exibida nos noticiários, com forma arredondada e espinhos (17 desenhos de um total de 24). Desses 17 desenhos,

a maioria apresentou expressões de tristeza (11 desenhos – Figuras 3 e 4); quatro não incluíam qualquer ilustração facial; e dois retrataram o vírus de forma feliz. Conforme registado no diário de bordo (13/12/2022), "uma aluna desenhó apenas formas arredondadas verdes, mencionando que existiam muitos vírus no ar prontos para infetar as pessoas".

A análise dos desenhos realizados pelos dois grupos – crianças do JI e do 1.º ano – permite concluir que, neste estudo, os vírus foram representados de forma negativa, sendo associados a sentimentos de medo e desconforto. As crianças retrataram-nos como algo ameaçador, visível em ilustrações de rostos zangados, ou como algo doloroso, como evidenciado em desenhos com expressões de tristeza.



Figura 2 - Desenho do aluno A.

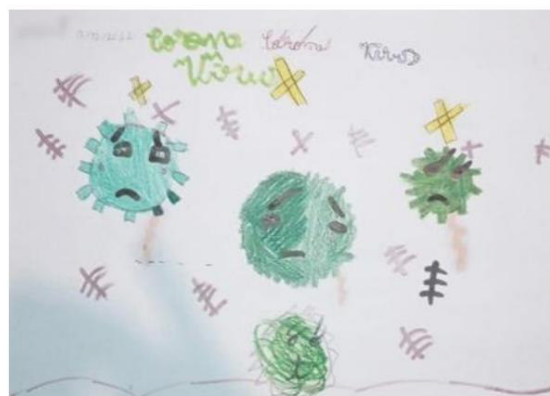


Figura 1 - Desenho do aluno D.

### Considerações finais

Relativamente às limitações do estudo, destacam-se principalmente o curto período em que foi realizado, o reduzido número de respostas obtidas ao questionário aplicado aos encarregados de educação em contexto de Jardim de Infância, o que dificultou uma visão mais abrangente deste grupo de participantes, e, por último, a inexperiência na condução de uma investigação que exige metodologias e estratégias específicas.

Os resultados obtidos permitiram perceber que a pandemia teve um impacto negativo no desenvolvimento e nas aprendizagens das crianças, particularmente no âmbito da linguagem, em que o uso da máscara foi apontado como uma barreira comunicativa. No domínio social e atitudinal, algumas crianças apresentaram sinais de medo e insegurança durante

o período de isolamento, manifestando receios e reserva no contacto com novas crianças, o que dificultou processos sociais anteriormente naturais. Este estudo revelou, assim, os desafios impostos pela pandemia, especialmente a nível social, emocional e linguístico, mas também destacou oportunidades, como o fortalecimento dos laços familiares e a adoção de novas formas de trabalho.

Durante o confinamento, as famílias estiveram mais próximas, promovendo um maior vínculo emocional e sublinhando a relevância do papel da família na vida das crianças e dos adultos. Adicionalmente, o trabalho remoto contribuiu para essa proximidade, ao mesmo tempo que ajudou a evitar a disseminação do vírus. O estudo também proporcionou insights valiosos sobre as perceções dos adultos (encarregados de educação e profissionais da área educativa) relativamente à pandemia e à importância de educar para a saúde. Ficou evidente que a maioria dos participantes valoriza uma abordagem educativa focada na saúde, defendendo que as crianças devem estar informadas sobre prevenção de doenças e cuidados com a sua saúde.

As representações simbólicas e negativas dos vírus, frequentemente associadas a sentimentos de medo e preocupação, foram observadas nos desenhos das crianças, que retrataram figuras infelizes ou ameaçadoras. Estes registos, juntamente com as atividades e diálogos realizados, permitiram compreender as ideias, receios e preocupações das crianças relativamente à pandemia e ao vírus da COVID-19. A maioria relatou medo de contrair a doença e receio em interagir com novos colegas, mas, com o tempo, passaram a ver a doença de forma mais compreensiva, como algo semelhante a uma gripe, e adotaram precauções para se protegerem. Por fim, as práticas de educação para a saúde tiveram um papel fundamental no desenvolvimento das crianças. Elas aprenderam sobre a importância da higienização frequente das mãos, do uso de lenços ou do antebraço ao tossir ou espirrar, da utilização da máscara e da limpeza regular de superfícies, reconhecendo que microrganismos podem ser patogénicos. Observou-se uma mudança comportamental à medida que as atividades educativas foram implementadas, evidenciando um aumento de consciência e adoção de atitudes preventivas. Estes comportamentos refletem aprendizagens significativas, assim como o desenvolvimento de atitudes e valores relacionados com a prevenção de doenças e a promoção de uma educação para a saúde.

**Referências bibliográficas**

- Carvalho, A., & Carvalho, G. (2006). *Educação para a saúde: conceitos, práticas e necessidade de formação*. Lusociência. <https://hdl.handle.net/1822/5396>
- Comissão Europeia (2020). *Education and training monitor 2020: Portugal*. Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2766/279895>
- Direção Geral da Educação (2014). *Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde*. Ministério da Educação/Departamento-Geral da Educação. [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esauade/papes\\_doc.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esauade/papes_doc.pdf)
- Figueiredo, C. (2020, novembro 02). *COVID-19: o impacto no desenvolvimento infantil*. CUF. <https://www.cuf.pt/mais-saude/covid-19-o-impacto-da-pandemia-no-desenvolvimento-infantil>
- Gomes, A. (2008). Estudo de caso - planejamento e métodos. *Nuances: estudos sobre Educação*, 15(16), 215-221. <https://doi.org/10.14572/nuances.v15i16.187>
- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan journal of medical sciences*, 36, 67–72. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2759>
- Linhares, M., & Enumo, S. (2020). *Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil*. Estudo de Psicologia: contribuições da psicologia no contexto da pandemia da covid-19. <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/CrYD84R5ywKWBqwbRzLzd8C/>
- Lopes, I., Nogueira, J., & Rocha, D. (2018). Eixos de ação do Programa Saúde na Escola e Promoção da Saúde: revisão integrativa. *Saúde Debate*, 42(118). <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/SNsdFnbvBdfdh76GQYGDtM/?format=pdf&lang=pt>
- Loureiro, M. (2020). *O impacto da pandemia pela COVID-19 nos Adolescentes e Jovens: revisão crítica da literatura*. [Dissertação de Mestrado, ISPA – Instituto Universitário]. Repositório do ISPA. <https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/8013>
- Nunes, M., Santos, V., Moreira, D., Rosa, K., Sedano, L., & Costa, V. (2021). A importância da abordagem da saúde nas escolas após a pandemia de COVID-19: uma revisão bibliográfica. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(8). <https://doi.org/10.25248/reas.e7877.2021>
- Organização Mundial de Saúde [OMS] (1946). *Constituição da Organização Mundial da Saúde*. Organização Mundial de Saúde. [http://bibliobase.sermais.pt:8008/Bibliobase/Upload/PDF2/0902\\_Constituic%CC%A7a%CC%83o%20da%20Organizac%CC%A7a%CC%83o%20Mundial%20da%20Sau%CC%81de.pdf](http://bibliobase.sermais.pt:8008/Bibliobase/Upload/PDF2/0902_Constituic%CC%A7a%CC%83o%20da%20Organizac%CC%A7a%CC%83o%20Mundial%20da%20Sau%CC%81de.pdf)
- Organização Mundial de Saúde [OMS] (2012). *Health Education: Theoretical Concepts, Effective Strategies and Core Competencies*. Organização Mundial de Saúde. [https://applications.emro.who.int/dsaf/EMRPUB\\_2012\\_EN\\_1362.pdf](https://applications.emro.who.int/dsaf/EMRPUB_2012_EN_1362.pdf)
- Piovesan, A., & Temporini E. (1995). Pesquisa exploratória: procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. *Revista Saúde Pública*, 29(4), 318-325. <https://doi.org/10.1590/S0034-89101995000400010>

- Portugal Digital (2022, junho 21). *Conhecer a escola digital*. <https://portugaldigital.gov.pt/formar-pessoas-para-o-digital/conhecer-a-escola-digital/>
- Precioso, J. (2009). As Escolas Promotoras de Saúde: uma via para promover a saúde e a educação para a saúde da comunidade escolar. *Educação*, 32(1), 84-91. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84812709012>
- Ramos, L., Gomes, H., Aguiar, T., Soares, R., Correa, M., Morgan, L., Mota, J., Mota, C., Queiroz, K., & Cotta, A. (2020). Instruções de higiene na escola e na sociedade como ação de saúde e prevenção de doenças: uma revisão bibliográfica. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 12(10). <https://doi.org/10.25248/reas.e4558.2020>
- Rocha, P. (2021). *A pandemia de Covid-19 e suas possíveis consequências para o desenvolvimento e atraso da linguagem e da fala em crianças: uma questão urgente*. Audiology Communication Reserch. ISSN 2317-6431
- Rodrigues, A., Canelas, A., Dias, A., Gregório, C., Gonçalves, C., Faria, E., Bertinetti, F., Miguéns, M., Félix, P., Perdigão, R., & Lourenço, V. (2021). *Efeitos da pandemia COVID-19 na educação: Desigualdades e medidas de equidade*. Conselho Nacional de Educação. (pp. 1-151). ISBN: 978-989-8841-38-4 <https://www.dgae.medu.pt/download/institucional/estudo-assembleiarepublica-efeitos-da-pandemia-covid-19.pdf>
- Sahu, P. (2020). Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Open Journal of Nursing*, 10(12). 10.7759/cureus.7541
- Santos, A., & Silva, J. (2021). O impacto do isolamento social no desenvolvimento cognitivo e comportamental infantil. *Research, Society and Development*, 10(9). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18218>
- Sarmiento, M. (2011). *Conhecer a infância: os desenhos das crianças como produções simbólicas*. Das Pesquisas com Crianças à Complexidade da Infância. Campinas, Autores Associados. <https://hdl.handle.net/1822/79684>
- Scramingnon, G., & Souza, M. (2020). Crianças, tecnologias e atividades não presenciais no contexto da covid-19. *Revista de Educação da Universidade Federal do Vale de São Francisco*, 10(22). <https://www.periodicos.univasf.edu.br/index.php/revasf/article/view/1257>
- UNICEF (2020). *Prevenção e contenção do COVID-19: Como proteger as crianças na escola, em casa e na comunidade*. [https://www.unicef.pt/media/2847/unicef\\_covid-19\\_crianças.pdf](https://www.unicef.pt/media/2847/unicef_covid-19_crianças.pdf)
- Valasques, D., & Santos, H. (2020). Impactos do covid-19: as visões e experiências de crianças e jovens portugueses em situação de acolhimento residencial. *Revista Artes de Educar*, 6. <https://doi.org/10.12957/riae.2020.52242>
- Ventura, M. (2007). O Estudo de Caso como Modalidade de Pesquisa. *Rev. SOCERJ*, 20(5). 383-386. <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/lil485754>
- World Health Organization. (1996). *Regional guidelines: development of health promoting schools - a framework for action*. WHO Regional Office for the Western Pacific. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/206847>

World Health Organization. (2020). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report* – 78. [http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b\\_2](http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b_2)