

**Título:** Atividades formativas integradas num projeto de investigação-acção

**Autores:** Anabela Cândido<sup>1</sup>; Celeste Godinho<sup>2</sup>; José Amendoeira<sup>3</sup>

**Palavras chave:** Alimentação; Prevenção da obesidade; Investigação-acção

O projeto Comer Bem Viver Melhor em Santarém, integrando como parceiros, a Câmara Municipal de Santarém (entidade promotora), a Escola Superior de Saúde de Santarém, o ACES Ribatejo e os Agrupamentos Escolares do concelho, tem-se desenvolvido numa lógica de cooperação e parceria entre diferentes sectores: saúde, educação, autarquias e empresas, num assumir de responsabilidades mútuas na redução da prevalência da pré-obesidade e obesidade em Portugal, determinando a indispensabilidade de uma atuação prioritária, quer num adequado diagnóstico de situação, quer no planeamento e operacionalização de intervenções individualizadas, sistematizadas e multidisciplinares.

Tendo como objetivos avaliar a intervenção desenvolvida no transato ano lectivo junto da comunidade escolar, prosseguimos desta forma o desenvolvimento do projeto, assente num modelo de ciclos em espiral, em quatro etapas: planeamento, ação, reflexão e avaliação (Streubert e Carpenter, 2002).

O desenho deste projeto assenta assim numa perspectiva de investigação-ação, permitindo em simultâneo a produção de conhecimentos sobre a realidade, a inovação no sentido da singularidade de cada caso, a produção de mudanças sociais e, ainda, a formação de competências dos intervenientes (Guerra,2000, p.52), considerando estes como todos os participantes do estudo. Simultaneamente orienta para uma abordagem sistémica dos fenómenos em estudo, definindo o problema a partir da prática e pretendendo voltar à prática para a resolução/transformação do que foi identificado; define-se assim como “um método que implica agir para melhorar a prática e estudar sistematicamente os efeitos da acção desenvolvida” (Streubert e Carpenter, 2002).

A intervenção conjunta (saúde e social) desenvolveu-se em oito escolas e cinco jardins-de-infância de um agrupamento escolar, abrangendo 134 crianças do pré-escolar e 366 de 1º ciclo, professores, assistentes operacionais e pais, desenvolvendo atividades formativas integradas nos projetos de intervenção das Escolas piloto, sob diferentes temáticas: a importância do pequeno almoço, a constituição de lanches saudáveis, as frutas e os produtos hortícolas: o arco-íris no prato, receitas mágicas: à descoberta dos sabores.

Como estratégias destacam-se sessões interativas em pequenos grupos, metodologias ativas e jogos didáticos, com elevada participação de todos os intervenientes.

Em cada atividade foram disponibilizados materiais pedagógicos para continuidade do trabalho com as crianças e fichas de avaliação que traduziram aquisição de conhecimentos em diferentes âmbitos e sugeriram trilhos de orientação para a monitorização do trabalho a desenvolver posteriormente em cada um dos contextos escolares, da responsabilidade direta dos professores, visando a promoção do desenvolvimento pessoal e social das crianças e a construção de conhecimentos/atitudes face a estilos de vida saudáveis.

---

<sup>1</sup> Professora Ajunta da Escola Superior de Saúde de Santarém-IPS; Mestrado em Ciências da Educação; Doutoranda em Ciências de Enfermagem na UCP Lisboa – Instituto de Ciências da Saúde

<sup>2</sup> Professora Ajunta da Escola Superior de Saúde de Santarém-IPS; Mestrado em Ciências da Educação; Doutoranda em Ciências de Enfermagem no UCP Lisboa – Instituto de Ciências da Saúde

<sup>3</sup> Professor RN, MSc, PhD, Professor Associado - Instituto de Ciências da Saúde – UCP Lisboa – Investigador coordenador do projecto

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Amendoeira, J. et al (2011). Eating well, living better in Santarem. A Partnership Project. International Conference on Childhood Obesity (Poster). Oeiras, Portugal, 6 a 9 July 2011

Figueiredo, M.C. et al (2009). *Obesidade Infantil – Intervenção na Comunidade*. Livro de Actas do Instituto Politécnico de Santarém

Godinho, C.; Candido, A.; (2010). *Saúde e Nutrição: A alimentação é importante...Porquê?* III Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente – Universidade Lusíada (2,3 e 4 de Dezembro). Publicado em Revista do Departamento de Psicologia e Educação – Vol. IX, nº especial; ISBN: 1645-6084

Godinho, C. (2010). (co-autora) *Comer Bem, Viver Melhor em Santarém um projecto em parceria* (III Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente – Universidade Lusíada (2,3 e 4 de Dezembro). Publicado em Revista do Departamento de Psicologia e Educação – Vol. IX, nº especial; ISBN: 1645-6084

Figueiredo, M.C. (2009). *Obesidade infantil: intervenção na comunidade*. Seminário “Promoção de Estilo de Vida Saudável na Criança, no âmbito da Expo criança e organizado pelo IPS, em Santarém.

Figueiredo, M.C. ; Godinho, C. (2010). *Comer Bem, Viver Melhor em Santarém - um projecto em parceria*. III Fórum de Projectos de Prevenção da Obesidade Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa - Hospital de Santa Maria (18 e 19 de Junho)

Godinho, C.; Candido, A.; (2011). *Estilos de Vida Saudáveis na Prevenção da Obesidade Infantil e Juvenil*. Inserido no âmbito do projecto Escola Promotora de Saúde, Congresso Nacional de Educação para a Saúde e I Congresso Luso-Brasileiro de Educação para a Saúde, Covilhã. (6 e 7 de Abril). Em livro de Actas publicado on line em <http://www.lis.ulusiada.pt/inicio/eventos/2congressointpca/posters.aspx>

Ferreira, R.; Cruz, O (2009) *A pirâmide do estilo de vida saudável* Seminário Expo-Criança 2009: “Promoção de Estilo de Vida Saudável“. Instituto Politécnico de Santarém: livro de Actas

Figueiredo, M. C. ; Godinho, C.; Candido, A.; (2009) *Comer Bem, Viver Melhor” – Relato de um Projecto de Intervenção Pedagógica numa Escola EB2,3*. II Congresso Luso-Espanhol de estudantes de Enfermagem - ESSSantarém (15 e 16 de Maio)

Guerra, I. C. (2000). *Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Acção*. Cascais: Principia.

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>

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

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

---