



INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE A EXPERIÊNCIA

TÍTULO: POSTURADINHO E CALMO: A INSERÇÃO DAS PICS E DAS BOAS PRÁTICAS POSTURAIAS NAS ESCOLAS, ATRAVÉS DO PSE	
MODALIDADE: 1	TEMÁTICA: ATENÇÃO BÁSICA
APRESENTAÇÃO: <p>O município de Mazagão, localizado na região sul do Amapá, A sede do município, Mazagão Novo, fica a cerca de 32 quilômetros da capital e concentra grande parte da população, estimada em 20.387 habitantes (IBGE, 2017). Mazagão possui 79 escolas, que atendem 4928 alunos, sendo 2160 alunos da educação infantil, que é o público alvo da ação. Durante as ações rotineiras do PSE(programa saúde na escola) várias professoras e também profissionais da saúde relatavam temas que envolviam questões mais holísticas e que perpassavam a pratica de apenas fazer atividades pontuais, problemáticas como: irritabilidade dos alunos, alunos transportando muito peso nas mochilas, falta de postura ao sentar nas carteiras escolares e brigas durante o intervalo. A partir das falas expostas pelos professores percebemos que precisaríamos transpor as barreiras do cuidado apenas físico e levar uma visão mais integral para dentro da sala de aula, e foi com esse pensamento holístico que elencamos as temáticas a serem trabalhadas pelo projeto: cultura de paz, boas práticas corporais em sala de aula e práticas integrativas e complementares em saúde. Tendo em vista o protagonismo do aluno como ferramenta indispensável para mudança comportamental e também para continuidade das ações formando multiplicadores. Iniciado em junho de 2023, o projeto se estenderá ao longo de 2024, promovendo um ambiente escolar mais saudável e harmonioso.</p>	
OBJETIVOS:	
Objetivo Geral <p>Inserir dentro da rotina escolar as práticas integrativas complementares e as boas práticas posturais visando uma abordagem holística para problemas cotidianos enfrentados no âmbito educacional.</p>	
Objetivos Especificos	
<ul style="list-style-type: none">• Redução do peso excessivo das mochilas dos alunos;• Uso da musicoterapia como forma de interação entre os alunos;• Treinamento dos professores sobre boas práticas posturais em sala de aula;• Criação da hora do chá no intervalo;• Inserção da aromaterapia e meditação no intervalo;• Elaboração de material didático e jogos sobre cultura de paz, meditação e prática posturais criar durante a semana o dia do abraço.	

METODOLOGIA:

O desenvolvimento da experiência começou com o planejamento baseado no levantamento de dados. Criamos um fluxo de trabalho que ajudou a reunir ferramentas que embasassem nossas ações analisamos como o censo escolar e a PENSE (Pesquisa Nacional de Saúde Escolar) que além de mostrar dados quantitativos também demonstra a rotina escolar. Logo após realizamos a escuta dos professores onde identificamos os problemas. Elencamos as temáticas trabalhadas que seriam as boas práticas posturais no ambiente escolar e a meditação entre os alunos, o uso das PICS no ambiente escolar e promoção da cultura de paz. Mobilizamos os fisioterapeutas e educadores físicos da rede municipal de saúde e também de educação para um treinamento e apresentação do projeto e logo após realizamos uma oficina para confecção de jogos, panfletos e matérias educativos que seriam utilizados nas ações. Selecionamos 3 escolas para início das atividades onde foi realizada a pesagem das mochilas e a orientação aos pais sobre o cuidado com o peso excessivo das mochilas, também realizamos uma inspeção acerca postura que as crianças estavam sentando, e orientamos aos professores sobre a correção postural. Já com as crianças trabalhamos a meditação, a aromaterapia, musicoterapia e também servimos chás. Logo após as práticas de meditação eles voltavam para sala de aula onde faziam atividades e jogos relacionados a temática para fixarem as técnicas aprendidas.

RESULTADOS:

- Treinamento de 30 professores sobre boas práticas posturais em sala de aula;
- Instalação nas escolas de banner educativo sobre a postura correta de sentar na carteira escolar;
- Inserção da temática, vigilância do peso das mochilas escolares, nas reuniões de pais e também nas reuniões pedagógicas;
- Inserção de pelo menos uma PICS no intervalo de cada escola atendida pelo projeto;
- De 300 mochilas pesadas 20 estavam com excesso de peso e foram readequadas para o bem-estar dos alunos;
- Aquisição de dois difusores para atender as escolas que optarem pela aromaterapia;
- Aquisição de dois kits de instrumentos musicais para crianças para a pratica da musicoterapia;
- Confecção de panfletos sobre o uso de chás, cultura de paz e práticas posturais;
- Aumento da interação e integração entre os alunos na hora do intervalo;
- Fortalecimento dos vínculos entre os alunos por meio do dia do abraço;
- Disponibilização de tarefas escolas sobre as temáticas abordadas no projeto;
- Diminuição expressiva dos relatos de brigas no horário do intervalo.

CONCLUSÃO:

O projeto posturadinho e calmo, vai além do olhar preventivo da saúde, ele se apropria do princípio da integralidade e leva o conceito de saúde holística para um público que representa nosso futuro, ele torna a criança protagonista da criação do conceito de bem-estar e também desperta o lúdico como ferramenta de mudança. Trazer experiências de afeto, autocontrole e de união para o ambiente escolar é criar memórias que futuramente serão projetadas nas relações

sócias quando as crianças atendidas pelo projeto se tornarem adultos. É promover a cultura de paz para além danão violência e sim a criação de um pensamento pacifico e reflexivo.

PALAVRAS-CHAVE: saude na escola, cultura de paz, relaxamento

Declaro serem verdadeiras as informações prestadas.

NOME COMPLETO E CPF DO RESPONSÁVEL PELA
INSCRIÇÃO DO TRABALHO:
Tiago José de Souza
08082658495

Município: **Mazagão** UF: **AP**

CARGO: **Coordenador de educação em saúde**

DATA:

ÓRGÃO VINCULADO: **Secretaria municipal de
saúde de Mazagão**