

PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA

Bruna Tofaneli SOARES*
Daiani Dos Santos THEOFILO**
Gabriele De Lourdes Garcia VILLA***
Mateus De Carvalho MUNHOS****
Milaine Cristina Leite Ruvieri CALAZANS*****

RESUMO

Introdução: A postura corporal é um componente essencial para o desenvolvimento saudável e o bem-estar geral, especialmente durante a infância, período em que ocorrem intensas transformações físicas e comportamentais. Maus hábitos posturais adquiridos nessa fase podem ocasionar desconfortos, dores musculares e predisposição a alterações musculoesqueléticas futuras. Diante disso, o projeto “Saúde na Escola” foi desenvolvido com o intuito de promover a conscientização postural em alunos do ensino fundamental, estimulando hábitos posturais saudáveis e cuidados com a coluna vertebral. **Objetivo:** Promover a educação postural de forma preventiva em alunos do ensino fundamental, por meio de atividades teóricas e práticas, visando à adoção de hábitos corporais saudáveis e à prevenção de alterações musculoesqueléticas. **Metodologia:** O projeto de extensão foi realizado na Escola Elisabete Cavareto. Foi enviado um TCLE para os pais assinarem, Termo de assentimento para as crianças e termo de uso de imagem. Foi desenvolvido em cinco etapas: (1) aplicação de questionários/checklists para identificar o conhecimento prévio e hábitos posturais dos alunos; (2) palestra educativa abordando a anatomia e a função da coluna vertebral, bem como os principais desvios posturais; (3) avaliação postural individual dos alunos; (4) intervenção fisioterapêutica e (5) entrega de folders educativos. **Resultados:** Observou-se grande interesse e participação dos alunos nas atividades, bem como um aumento significativo do conhecimento sobre a importância da postura correta. A avaliação postural permitiu identificar desvios leves e orientar medidas preventivas, reforçando o papel da fisioterapia na promoção da saúde escolar. As intervenções práticas contribuíram para a conscientização e mudança de hábitos posturais no ambiente escolar e domiciliar. **Conclusão:** O projeto demonstrou a eficácia da educação postural como ferramenta preventiva na atenção primária à saúde e educativa no contexto escolar. A atuação dos acadêmicos de Fisioterapia foi essencial para a disseminação de informações sobre a saúde musculoesquelética, favorecendo a adoção de comportamentos saudáveis e a redução de riscos futuros de alterações posturais.

Palavras-chave: postura corporal; educação em saúde; fisioterapia; prevenção; saúde escolar.

* Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. tofanelibruna7@gmail.com

** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. daianisantos03@gmail.com

*** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. gabriele.villa09@gmail.com

**** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. mateusaspasia@outlook.com

***** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. miruvieri@hotmail.com