**ARTEFATO EDUCATIVO EM EDUCAÇÃO FÍSICA COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DE ADOLESCENTES**

JECIANE RIBEIRO PARENTE;

ÍVINA ALESSA BISPO SILVA;

 MARIA IRANAID LINHARES AGUIAR;

ROBERTA LARISSA DA SILVA SOUSA;

**INTRODUÇÃO**

Nos últimos anos as condições de saúde têm sido fortemente influenciadas pela transição demográfica e epidemiológica, demandando dos serviços de saúde ações coerentes com a finalidade de assegurar uma boa qualidade de vida para a sociedade. Sendo o envelhecimento da população, a presença de doenças infecciosas e carências, causas externas e condições crônicas, os principais fatores contextuais que repercutem na saúde dos sujeitos e coletivos (Eugênio Vilaça, 2012).

Frente as mudanças contextuais e a atuação de políticas sociais em diversos setores do Brasil, o padrão de saúde e consumo alimentar dos brasileiros passou por modificações, com a diminuição da fome e da desnutrição, mas por outro lado aumento nos índices de sobrepeso e obesidade nas diversas camadas da população. Para o enfretamento deste cenário faz se necessário potencializar ações que propaguem informações e estimulem bons hábitos alimentares e a atividade física (BRASIL, 2014).

As transformações econômicas, sociais, políticas, culturais e os avanços tecnológicos que ocorreram nas últimas décadas produziram mudanças no modo de vida da sociedade, e estas ocasionaram impactos relevantes nos processos de saúde-adoecimento. A partir das modificações citadas houve a necessidade em ofertar ações voltadas para a melhoria da qualidade de vida da população, considerando os determinantes sociais e as vulnerabilidades presentes em cada ciclo de vida, sendo a promoção da saúde uma das estratégias com a finalidade de produzir cuidados que não atuem somente na ausência de doenças (BRASIL, 2006).

Este trabalho tem o objetivo de relatar a experiência de acadêmicas do quarto semestre do módulo de Atenção Básica à Saúde do curso de enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú com um grupo de adolescentes.

**METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência, sob abordagem qualitativa. O cenário da experiência foi o Centro de Ciências da Saúde da Universidade Estadual Vale do Acaraú, realizado no mês de maio de 2016, com 10 adolescentes.

Frente a necessidade de despertar a atenção dos adolescentes para abordar assuntos importante para a sua saúde foi elaborado o artefato educativo adaptado a partir da brincadeira amarelinha, que é uma ferramenta lúdica e conhecida, que consiste em um jogo onde há quadrados numerados de um a dez, e por último um círculo que representa o céu, sendo o momento final do jogo, e para o jogador conseguir chegar até o mesmo é necessário que acerte uma pedra (um material que serve de marcador no jogo) no espaço que corresponder a fase a qual irá.

Para participar do artefato educativo os adolescentes foram separados em duas equipes com cinco adolescentes, e todos tinham a oportunidade de pular e avançar na amarelinha se acertasse o alvo (número ou céu) ao jogar a pedra e também respondesse a uma das perguntas elaboradas sobre a importância da atividade física para saúde e bem-estar da sociedade podendo a equipe contribuir com o jogador da vez, estimulando a pensarem e interagirem em grupo sobre o tema que foi abordado.

Em caso de errar ao jogar no número ou a resposta de uma pergunta passaria a vez para a próxima equipe, além de realizar um desafio selecionado através do “dado das atividades físicas”. Os seis desafios correspondiam a movimentos corporais, que são dançar, realizar polichinelos, fazer flexões, fazer uma cesta de basquete, pular corda e fazer embaixadinha.

Ao final foi discutido com os adolescentes sobre os conhecimentos que tinham antes da estratégia pedagógica da amarelinha adaptada, se o momento havia contribuído para aprendizagem e na associação da atividade física com a promoção de saúde, prevenção e tratamento das doenças.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Por meio das respostas dos adolescentes que participaram da amarelinha adaptada, foi perceptível que já possuía conhecimento sobre os benefícios da atividade física e a importância de sua associação com a alimentação saudável, porém a maioria relatou não estar praticando nenhum exercício físico regularmente.

Notou-se que os adolescentes ficaram interessados em participar do artefato educativo, não havendo dificuldades em obter as respostas relacionadas ao tema abordado, surgindo inclusive dúvidas que foram sanadas de acordo com os conhecimentos dos aplicadores do jogo.

A aproximação dos acadêmicos de enfermagem a partir da graduação com ações de promoção da saúde, um dos papéis do enfermeiro, potencializa a formação por proporcionar interagir e atuar com o público alvo e também associar a teoria com a prática, que contribui com o olhar crítico do estudante frente as necessidades de saúde da população.

**CONCLUSÕES**

As informações sobre atividade física/pratica corporal são de conhecimento de muitos, porém por ser uma área com cada vez mais pesquisas acerca de seus aspectos sobre a saúde, há novos saberes desconhecidos. E embora muitos tenham consciência de seus benefícios na promoção da saúde, prevenção e até mesmo tratamento de doenças, não executam a prática.

Faz-se necessário que ações voltadas prática a atividade física seja ainda mais propagada, e que tenham políticas públicas que incentivem. Sendo de muita importância que os adolescentes já tenham esse hábito, para que permaneça até a vida adulta, e diminuam os casos de obesidade na adolescência que atualmente se constitui como agravo a saúde pública.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Mendes E. V. O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde: O imperativo da consolidação da estratégia da saúde da família. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2012.

BRASIL. Guia alimentar para a população brasileira. Brasilia: 2014.

Brasil. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília: 2006.