



PÔSTER

Cuidado individual, familiar e comunitário

Abordagem sobre hipertensão com jovens e adultos do ensino público de Belém - PA

Maria Isis da Silva Costa. Universidade Federal do Pará (UFPA). mariaisiscosta@yahoo.com.br

Kathleen de Nazaré Bouth Pricken. Universidade Federal do Pará (UFPA).

kathleen_bouth@hotmail.com

David Américo de Assunção Júnior. Universidade Federal do Pará (UFPA). daviaaj@gmail.com

Réia Sílvia Lemos. Universidade Federal do Pará (UFPA). profa_reia@yahoo.com.br

Introdução: Uma alimentação balanceada associada à atividade física contribui para prevenção e tratamento de doenças crônicas como diabetes, obesidade e hipertensão. No ambiente escolar, professores e funcionários estão sujeitos a situações que contribuem para o sedentarismo e outras complicações relacionadas à alimentação. Com base nisso, é necessário que haja conscientização por parte desses profissionais.

Objetivos: Levar informação aos professores e técnicos escolares sobre a importância de uma alimentação saudável e a prática da atividade física no ambiente de trabalho escolar.

Metodologia ou Descrição da Experiência: Foi realizado um levantamento bibliográfico sobre o tema para embasamento teórico e elaboração do folder ilustrativo e o desenvolvimento das palestras. Após a exibição e explicação do folder para professores e funcionários, foram ministradas orientações sobre atividades de ginástica laboral como prática de exercício relaxante anti-estresse a ser aplicada entre os participantes.

Resultados: Foram feitas três palestras entres os meses de Maio a Setembro de 2012, por acadêmicos de Nutrição da Universidade Federal do Pará e por alunos de Educação Física da Universidade Estadual do Pará, em três escolas públicas de Belém/PA, das quais duas estaduais e uma municipal, respectivamente: EE 'Benjamin Constant' (14/06), pela manhã, para dezoito professores de diferentes séries e turnos; EE 'Humberto de Campos' (25/09), pela tarde, com a presença de onze pessoas, entre professores e funcionários e EM 'Amália Paumgarten' (29/05), pelo turno da noite, para oito professores e três funcionários.

Conclusão ou Hipóteses: As ações educativas desenvolvidas por discentes e profissionais da área da saúde são importantes meios para levar conhecimento sobre estado ideal de saúde. Professores universitários e do Ensino Infantil, Fundamental e Médio; técnicos e demais profissionais da educação devem adotar hábitos saudáveis em benefício próprio e para serem bons exemplos para seus estudantes e comunidade.

Palavras-chave: Hábitos Saudáveis. Atividade Física. Alimentação.