Construção de uma cartilha educativa como ferramenta de apoio a criança com sobrepeso: relato de experiência

Kananda Isabela Lima dos Santos¹, Maria Jose Ribeiro Sampaio Silva²

1. Acadêmica de Enfermagem pelo Centro Universitário Cesmac
2. Enfermeira Mestra em Ciências da Educação

**Introdução:**Um dos requisitos fundamentais para a saúde é a educação, assim, a promoção da saúde apóia o desenvolvimento pessoal e social através da divulgação de informações, educação em saúde (SALCI, M, A, et al,2013). O uso crescente de materiais educativos como recurso didático na educação em saúde abre novas possibilidades no processo de ensino aprendizagem por meios de interações mediadas pelo locutor (enfermeiro), paciente e família (leitor) e o material educativo escrito (objeto do discurso), trazendo desafios e exigindo definições claras dos objetivos educacionais a serem atingidos pelo público-alvo (Freitas AAS, Cabral IC, 2008). **Objetivo:** Relatar a construção de uma cartilha educativa como ferramenta de apoio a criança com sobrepeso, com intuito de orientar a criança e sua família, em uma reeducação alimentar e de hábitos. **Metodologia:**Para formulação da cartilha, foi realizada investigação literária para a construção dos conceitos, conteúdos e as orientações necessárias para reeducação alimentar e mudança de hábitos de vida para criança com sobrepeso. O texto é redigido com linguagem de fácil compreensão e com uso de imagens informativa e lúdicas que possibilite o esclarecimento necessário na promoção da saúde e na qualidade de vida. **Resultados:** Criança de 9 anos, acima do peso, com uma vida sedentária e má alimentação, procura agente de saúde acompanhada da mãe, para tentar reverter a situação atual. As enfermeirandas, enfermeira da unidade e agente de saúde, conversam com a criança, e partir daí, formula a cartilha de acordo com as predileções da criança, de atividades lúdicas. A cartilha contém informações sobre o sobrepeso, suas consequências, sobre o habito da boa alimentação e da prática de exercício físico. **Discussão:** A cartilha foi necessária para desenvolver e criar um importante material para esclarecer dúvidas para a família e a criança, sobre o sobrepeso na infância e de como, podemos ajudar a reverte-lo. **Conclusão:** A cartilha foi construída com intuito da prevenção e educação em saúde para criança, com ela os profissionais de saúde poderá ter uma aceitação maior por parte da criança e dos familiares, em tentar uma reeducação em suas vidas.

**Descritores:** Educação em Saúde, Enfermagem, Promoção da Saúde.

**Referências:**

1 Freitas AAS, Cabral IC. O cuidado a pessoa traqueostomizada: análise de um folheto educativo. Esc Anna Nery. 2008.

2 SALCI, M, A, et al. EDUCAÇÃO EM SAÚDE E SUAS PERSPECTIVAS TEÓRICAS: ALGUMAS REFLEXÕES, Florianópolis, 2013.