

ENTRE LÁPIS E SORRISOS:

**CAMINHOS PARA UMA VIDA
SAUDÁVEL NA ESCOLA**



ORGANIZADORES:

**DJAILSON RICARDO MALHEIRO
DAILON DE ARAÚJO ALVES
CAMILA BEZERRA NOBRE
FERNANDO GOMES FIGUEREDO
MONALISA RIBEIRO SILVA
GEANE PRISCILLA SANTOS RIBEIRO**





ENTRE LÁPIS E SORRISOS:

CAMINHOS PARA UMA VIDA
SAUDÁVEL NA ESCOLA



Estácio

IDOMED
Instituto de Educação Médica

ORGANIZADORES:

**DJAILSON RICARDO MALHEIRO
DAILON DE ARAÚJO ALVES
CAMILA BEZERRA NOBRE
FERNANDO GOMES FIGUEREDO
MONALISA RIBEIRO SILVA
GEANE PRISCILLA SANTOS RIBEIRO**

**ENTRE LÁPIS E
SORRISOS:
CAMINHOS PARA UMA VIDA
SAUDÁVEL NA ESCOLA**

**1ª EDIÇÃO
QUIPÁ EDITORA
2026**



Estácio

IDOMED
Instituto de Educação Médica

Copyright © dos autores. Todos os direitos reservados.

Esta obra é publicada em acesso aberto. O conteúdo dos capítulos, os dados apresentados, bem como a revisão ortográfica e gramatical são de responsabilidade de seus autores, detentores de todos os Direitos Autorais, que permitem o download e o compartilhamento, com a devida atribuição de crédito, mas sem que seja possível alterar a obra, de nenhuma forma, ou utilizá-la para fins comerciais.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E61 Entre lápis e sorrisos : caminhos para uma vida saudável na escola / Organizado por Djailson Ricardo Malheiro ... [et al.]. — Iguatu, CE : Quipá Editora, 2026.

85 p. : il.

ISBN 978-65-5376-554-2

1. Educação. 2. Saúde escolar. 3. Ensino fundamental. I. Malheiro, Djailson Ricardo. II. Título.

CDD 371.71

Elaborada por Rosana de Vasconcelos Sousa — CRB-3/1409

QUIPÁ EDITORA
www.quipaeditora.com.br
@quipaeditora

APRESENTAÇÃO

O livro "Entre Lápis e Sorrisos: caminhos para uma vida saudável na escola" nasce com o propósito de unir educação e saúde de forma leve, acessível e significativa para crianças dos anos iniciais do Ensino Fundamental, bem como para professores que atuam nesse importante período da formação escolar.

Pensado de maneira dinâmica e lúdica, este material busca apresentar informações essenciais sobre cuidados com o corpo, a mente e o bem-estar, incentivando hábitos saudáveis desde a infância. A proposta vai além da transmissão de conteúdos: convida alunos e educadores a vivenciarem experiências que promovam qualidade de vida dentro e fora da escola.

Ao longo das páginas, o leitor encontrará textos simples, reflexivos e interativos, acompanhados de brincadeiras, atividades práticas e sugestões pedagógicas que estimulam a participação, o diálogo e a construção coletiva do conhecimento. Dessa forma, aprender sobre saúde torna-se uma experiência prazerosa, significativa e transformadora.

Congratulamos os discentes da turma M50 da Faculdade de Medicina Estácio IDOMED pelo empenho na pesquisa e pelo excelente trabalho direcionado ao desenvolvimento infantil em seus processos formativos.

Destinado tanto às crianças quanto aos professores, este livro pretende ser um aliado no cotidiano escolar, contribuindo para a formação de sujeitos mais conscientes, autônomos e comprometidos com o cuidado de si e do outro. Que cada página seja um convite para aprender, brincar e sorrir, construindo, juntos, caminhos para uma vida mais saudável.

Boa leitura!
Os Organizadores.

SUMÁRIO

ARBOVIROSES

Paulo Camilo Rosendo Santos
Sebastião Kauan Sobral Viana
Eloísa Borges Lima
Gabriel Vinicius Teixeira Nogueira
Laís Rodrigues Carvalho de Santana
Lara Emilly Leite Santos
Ana Clara de Lucena Bezerra
Maria Eduarda Nascimento Ferreira de Barros
José Manoel de Oliveira Neto
Lorena Alencar e Lima
Vitória Grécia Santana Xavier de Oliveira
Evily Jhenef de Souza
Djailson Ricardo Malheiro

CONSTRUINDO HÁBITOS SAUDÁVEIS: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E PROTAGONISMO INFANTIL

Ana Lis Gomes Sales Cruz Olegário
Beatriz Regina Esmeraldo Firmino
Bianca Justo Gomes
Camila da Cruz Souza Sampaio
Francisco Edilson Batista de Andrade Filho
Laila Marília de Carvalho Modesto
Marina Kesya Brandão Macedo
Matheus Almeida Fernandes
Maysa Kelly Leite de Lavor
Melina Leite Almeida
Samuel Almeida Monte Batista
Sophya Pinheiro Silva
Yasmin Alves Almeida Xavier
Dailon de Araújo Alves

JUNTOS CONTRA A LEISHMANIOSE

Deborah Tavares Saraiva
Eugenia Augusta Lucena Neri Silva
Igor Targino Borsatto
Jose Willamy Grangeiro Nunes Filho
Ludmilla Alves de Lacerda
Maisa Lohane Correia Sales
Marcia Rejane Rodrigues da Silva
Samantha Rodrigues Miguel
Camila Bezerra Nobre

UM AMIGO INVISÍVEL: UM GUIA DIVERTIDO PARA FICAR SAUDÁVEL

Karoline Almeida Carvalho

Letícia Maria Xavier Gondim

Letícia Rhanna Pessoa Albuquerque

Maisa Lohane Correia Sales

Sarah Naftala Pinheiro Barbosa

Camila Bezerra Nobre

HELMINTOS: PARASITAS INTESTINAIS ANCILOSTOMÍDEOS

Enzo Ranier Saretta Barbosa

Ellen Kailanne Siqueira Santos Feitosa

Francisco Iago Magalhaes Macedo Machado

Gabriela Vilanova Soares

Giselle Guimarães Oliveira

Igor Vinícius Alves de Matos

Joao Pedro Sampaio Melo

Luiz Pereira Tavares Filho

Maria Beatriz Freire Tavares

Maria Clara Nunes Pereira

Melina Leite Almeida

Rebeca Pereira de Moura

Thiago Feitosa Costa Medeiros

Thiago Henrique Euzebio de Souza

Yasmim Luna Novais

Fernando Gomes Figueredo

PARASIToses: VAMOS APRENDER COM A GENTE?

Ana Clara Nobrega Arrais de Freitas

Arthur Gabriel Mangueira de Sousa Quirino

Geraldo Antonio do Nascimento Filho

Gisela Duarte de Moraes

Leticia Santos Mangueira

Maria Eduarda Rodrigues Baltazar

Mayra Cardoso Mariano

Rafael Coimbra Fernandes

Samuel Francesco Linhares Tavares

Semirah de Oliveira Lins

Thayssa Oliveira Rodrigues

Monalisa Ribeiro Silva

*PROMOÇÃO DA SAÚDE: UTILIZAÇÃO DE MÉTODOS EDUCATIVOS NA
CONSCIENTIZAÇÃO DO USO DE TELAS E PREJUÍZOS À SAÚDE MENTAL DE
CRIANÇAS NA TERCEIRA INFÂNCIA*

Vitor Ramada Tavares Décio

Caio Leimig Telles Parece

Giovanna maria Azevedo pereira
Maria Bárbara Nicodemos Moreira
João Pedro Sampaio Melo
Ana Clarize Tavares dos Santos
Beatriz da Silva Leite
Paulo Eduardo Ribeiro Medeiros Cruz
Marcelo Richard Brito Silva
Pedro Vinícius Barbosa Brito
Isabela Maia Carneiro Amin Sardenberg
Geane Priscilla Santos Ribeiro



ARBOVIROSES



Conhecendo os Sintomas

A dengue, por exemplo, pode aparecer de formas diferentes, pois existem vários tipos do vírus. Ela pode causar febre alta e, em alguns casos, até sangramentos, porque afeta o sangue da pessoa.

A chikungunya também causa febre, mas o que mais chama atenção são as dores nas articulações, que podem durar bastante tempo.

Já o zika vírus ficou conhecido por causar problemas graves em bebês quando a mãe é infectada durante a gravidez, como a microcefalia, que afeta o desenvolvimento do cérebro.



Conhecendo as Arboviroses

As arboviroses são doenças causadas por vírus que são transmitidos por um mosquito bem conhecido: o *Aedes aegypti*.

No Brasil, principalmente na região Nordeste, essas doenças aparecem com mais frequência, principalmente quando chove bastante. Isso acontece porque a água parada ajuda o mosquito a se reproduzir mais rápido.

Além disso, problemas como lixo acumulado e falta de saneamento também facilitam a vida desse mosquito.

As principais doenças causadas por esse mosquito são a dengue, a chikungunya e o zika vírus. Cada uma delas pode causar sintomas diferentes, como febre, dor no corpo, manchas na pele e muito cansaço.



Aponte a câmera do celular e assista ao vídeo:



Missão: Profilaxia (O seu Escudo Protetor)

A prevenção é o que fazemos para evitar que esse mosquitinho chegue até nós. Como não existe uma “barreira mágica”, podemos usar algo muito especial: a nossa inteligência!

Que tal tirar 10 minutinhos na semana para ser um “detetive do quintal”? Observe vasos de plantas, pneus velhos, garrafas e caixas-d’água. Se tiver água parada, é hora de agir!

Além disso, é importante se proteger, porque às vezes o mosquito pode vir do vizinho. Por isso, vale usar repelente, roupas que cubram o corpo, telas e mosquiteiros.

Você é o Herói da história!

E que tal criar um “esquadrão antimosquito” com seus amigos? Espalhe o que você aprendeu! Quando impedimos o nascimento do mosquito, estamos ajudando a proteger nossa família, nossos professores e nossos amigos.



Hora da História

MISSÃO MOSQUITO ZERO

Flores, cores e o cheirinho de terra molhada deixavam o quintal da Dona Sônia um lugar especial.

Léo, com sua lupa de “detetive da natureza”, observava cada plantinha com muita atenção.

De repente...

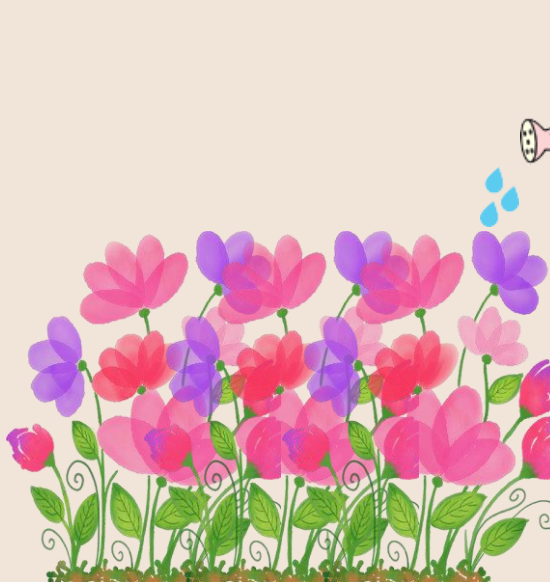
— Léo! — gritou Clara, pulando o portão. — Você viu as notícias? O número de casos de dengue no bairro aumentou!

Léo ajustou a lupa e respondeu com calma:

— Eu já estou investigando! O problema é um mosquitinho chamado *Aedes aegypti*. Ele é pequeno... mas causa um problemão! Ele pode transmitir zika, chikungunya e a dengue!

Dona Sônia apareceu na varanda com seu regador:

— Ora, crianças, aqui está tudo limpinho! Minhas flores estão bem cuidadas!



Léo apontou rapidamente:

— Vovó... olha ali! Tem um pratinho com água parada debaixo da samambaia!

Clara arregalou os olhos:

— Água parada?! Isso é perigoso?

Léo explicou como um verdadeiro cientista mirim:

— Muito! Para o mosquito, isso é tipo uma “creche”! A mamãe mosquito coloca os ovinhos na água, e em poucos dias... nasce um monte de mosquitinhos!

Dona Sônia ficou surpresa:

— Tudo isso por causa de um pouquinho de água?

— Sim! — respondeu Clara. mosquito!

Léo levantou a lupa como se fosse um líder de equipe:

— Atenção! Começa agora a Operação Quintal Limpo!

Os três começaram a investigar. Viraram garrafas de cabeça para baixo, jogaram fora água de pneus velhos, tamparam a caixa d'água e colocaram areia nos pratinhos das plantas

Clara encontrou um balde esquecido:

— Achei mais um esconderijo!

— Boa, agente Clara! — disse Léo animado



Dona Sônia sorriu:

— Acho que eu também vou entrar nesse esquadrão! Depois da limpeza, Léo explicou:

— A melhor arma contra esses mosquitinhos não é força... é inteligência!

Clara completou:

— E também proteção! Dá pra usar repelente, roupas compridas e telas nas janelas!

Dona Sônia, agora convencida, disse:

— Então quer dizer que, se a gente impedir a água parada... o mosquito nem nasce?

— Exatamente! — respondeu Léo.

No fim do dia, o quintal estava limpo e seguro. Mas Léo sabia que a missão não terminava ali.

— Isso não é só aqui em casa... precisamos contar para todo mundo!

Clara levantou a mão:

— Vamos criar o Esquadrão Antimosquito! Dona Sônia riu:

— Eu sou a primeira integrante!

E assim, três pessoas comuns viraram verdadeiros heróis — não com capas, mas com atitudes simples que salvam vidas.

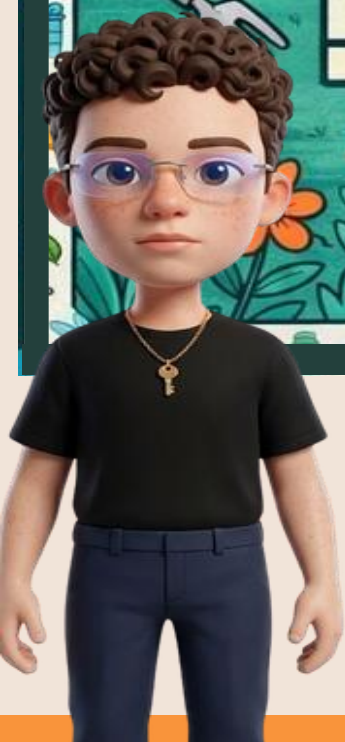


PREVENÇÃO É A CHAVE!

AJUDE O PEDRO A CHEGAR
NA ESCOLA SEM SER PICADO!



ESCOLA PROTEGIDA!
FEITA A PREVENÇÃO!



Nome: _____

CAÇA-PALAVRAS

Encontre e circule as palavras corretas

X	A	G	U	A	P	A	R	A	D	A	S	O	M
C	Y	J	A	A	T	M	W	X	J	R	A	R	P
U	E	M	V	H	A	A	W	N	G	E	J	S	I
C	S	O	P	Z	T	C	A	Z	A	P	O	H	C
A	Y	S	M	M	A	P	N	I	A	E	H	L	A
V	U	Q	A	Q	D	W	H	K	A	L	Z	U	D
P	C	U	C	B	V	O	E	A	C	E	K	Y	A
C	J	I	A	O	R	L	C	V	N	N	D	F	N
X	D	T	C	R	H	E	E	I	X	T	Y	E	X
W	E	O	O	A	W	L	C	R	B	E	D	F	S
C	M	A	K	E	H	L	A	U	E	Z	C	B	V
A	R	B	O	V	I	R	O	S	E	U	R	U	Y
Z	A	X	D	U	T	C	T	W	C	C	L	T	H
G	I	R	P	N	E	U	S	F	Q	B	R	I	H

AEDES

AGUAPARADA

ZIKAVIRUS

PICADA

MOSQUITO

ARBOVIROSE



Gabarito



CAÇA-PALAVRAS

Encontre e circule as palavras corretas

X	A	G	U	A	P	A	R	A	D	A	S	O	M
C	Y	J	A	A	T	M	W	X	J	R	A	R	P
U	E	M	V	H	A	A	W	N	G	E	J	S	I
C	S	O	P	Z	T	C	A	Z	A	P	O	H	C
A	Y	S	M	M	A	P	N	I	A	E	H	L	A
V	U	Q	A	Q	D	W	H	K	A	L	Z	U	D
P	C	U	C	B	V	O	E	A	C	E	K	Y	A
C	J	I	A	O	R	L	C	V	N	N	D	F	N
X	D	T	C	R	H	E	E	I	X	T	Y	E	X
W	E	O	O	A	W	L	C	R	B	E	D	F	S
C	M	A	K	E	H	L	A	U	E	Z	C	B	V
A	R	B	O	V	I	R	O	S	E	U	R	U	Y
Z	A	X	D	U	T	C	T	W	C	C	L	T	H
G	I	R	P	N	E	U	S	F	Q	B	R	I	H

AEDES

AGUAPARADA

ZIKAVIRUS

PICADA

MOSQUITO

ARBOVIROSE



Construindo Hábitos Saudáveis!

— Educação Alimentar e Protagonismo Infantil —



Autonomia Alimentar



Escolhas Conscientes



Prevenção Doenças Futuras



Baseado no "Guia Alimentar para a População Brasileira"

O que é comer bem?



Era uma vez dois amigos muito curiosos: Lia e Pedro. Eles adoravam brincar, correr e pular, mas tinham uma dúvida importante: por que algumas comidas fazem a gente se sentir melhor do que outras? Um dia, enquanto estavam no recreio, perceberam algo interessante. Depois de comer frutas e um lanche mais leve, eles se sentiam cheios de energia. Mas quando comiam muitos doces ou salgadinhos, ficavam mais cansados e até sem vontade de brincar. Foi então que decidiram investigar esse mistério.

O que são hábitos saudáveis?

Hábitos saudáveis são pequenas escolhas que fazemos todos os dias e que ajudam o nosso corpo e a nossa mente a funcionarem melhor. Comer bem, beber água, dormir bem e se movimentar fazem parte de cuidar da nossa saúde. E sabe o mais legal? Nenhum hábito nasce pronto. Ele é construído aos poucos.

Nosso corpo é como um super time

Lia descobriu que o corpo funciona como um time:

- O cérebro ajuda a pensar e aprender
- O coração leva energia para todo o corpo
- Os músculos ajudam a brincar e se movimentar

Para esse time funcionar bem, ele precisa de combustível de qualidade: os alimentos.

Escolhas conscientes

Pedro aprendeu que ele também podia escolher o que comer. Isso não significa nunca comer doces ou guloseimas, mas aprender a equilibrar.

Comer mais alimentos naturais como frutas, verduras e comida de verdade.

Comer menos alimentos ultraprocessados como refrigerantes, salgadinhos e doces em excesso.

Autonomia alimentar

Ser protagonista significa participar das próprias escolhas. Isso pode acontecer quando a criança ajuda a escolher alimentos no mercado, monta o próprio prato ou experimenta novos sabores. No começo pode parecer difícil, mas tudo bem. Experimentar também é aprender.

Cuidar hoje para o futuro

Lia e Pedro descobriram que as escolhas de hoje influenciam o futuro. Comer bem ajuda a ter mais energia, aprender melhor, crescer saudável e prevenir doenças.

Não é sobre ser perfeito, mas sobre fazer boas escolhas na maior parte do tempo.

Missão do capítulo

Agora é sua vez de refletir:

1. Qual comida te dá mais energia?
2. Você já experimentou algo novo essa semana?
3. O que você pode melhorar nas suas escolhas?

Desafio do dia

Escolha um alimento saudável para incluir no seu dia. Pode ser uma fruta, um suco natural ou uma verdura diferente. Depois observe como você se sentiu.

Lembre-se: cuidar da alimentação também é uma forma de cuidar de si mesmo.

Os Superpoderes dos Alimentos!



Depois de descobrir que o corpo funciona como um super time, Lia e Pedro ficaram ainda mais curiosos.

— Mas o que será que os alimentos fazem dentro do nosso corpo? — perguntou Pedro.

Lia pensou por um instante e disse:

— Eu acho que eles têm superpoderes!

Pedro deu risada:

— Superpoderes? Tipo heróis?

— Isso mesmo! — respondeu Lia.

—Cada alimento ajuda o nosso corpo de um jeito diferente. É como se existisse uma equipe de heróis trabalhando dentro da gente todos os dias.

Lia pegou uma laranja que estava na mesa e explicou:

— Algumas vitaminas funcionam como verdadeiras defensoras do nosso corpo. A vitamina C, por exemplo, ajuda o nosso organismo a se proteger de doenças, como gripes e resfriados. É como um escudo que ajuda o corpo a ficar mais forte.

Pedro ficou impressionado:

— Então quando eu como frutas, estou ajudando meu corpo a se defender?

— Exatamente! - disse Lia.

Depois, Lia mostrou um ovo e um pouco de feijão.

— As proteínas são como construtoras. Elas ajudam o corpo a crescer, formar músculos e deixar tudo mais forte por dentro.

Pedro olhou para o próprio braço e fez pose de força:

— Então a proteína ajuda a gente a crescer forte?

— Isso mesmo! Nosso corpo está sempre se renovando, e as proteínas ajudam nessa construção.

Em seguida, Lia apontou para o arroz e o pão.

— Já os carboidratos dão energia para o corpo brincar, correr, estudar e pensar. Eles funcionam como um combustível que faz o nosso corpo funcionar durante o dia.

Pedro abriu um sorriso:

- Agora entendi por que eu tenho mais energia para brincar quando me alimento bem!

Lia concluiu:

— Cada alimento tem um papel importante. Quando a gente come alimentos variados, todos esses superpoderes trabalham juntos para cuidar da nossa saúde.

Pedro percebeu que tudo fazia sentido:

— Então comer bem é como montar uma equipe de super-heróis dentro do corpo!

Lia concordou:

— Isso mesmo! E quanto mais colorido e variado for o prato, mais superpoderes diferentes a gente ganha.

Pedro ficou animado:

- Então vamos montar um prato cheio de superpoderes!

E foi assim que Lia e Pedro começaram a descobrir como combinar os alimentos para deixar o prato ainda mais forte e saudável.

Montando meu prato saudável!



Lia e Pedro agora já sabiam que cada alimento traz um superpoder diferente para o corpo. Mas, enquanto olhavam para a mesa da cozinha, Pedro ainda tinha uma dúvida que não o deixava em paz:

— Lia, se cada um tem um poder, como a gente faz para todos esses heróis trabalharem juntos no almoço sem um atrapalhar o outro? — perguntou Pedro, segurando uma colher como se fosse uma varinha mágica.

Lia pegou um prato vazio, colocou-o bem no centro da mesa e explicou com um sorriso:

— Montar um prato saudável é como montar um quebra-cabeça colorido ou escalar um time de futebol. Cada jogador tem uma posição certa para que o time seja campeão!

Para o "super time" do nosso corpo funcionar, o prato precisa de equilíbrio. Lia usou as mãos para dividir o prato em partes, como se estivesse desenhando um mapa:

- **A Grande Defesa** (Metade do prato - 50%): Esta parte deve ser preenchida com Legumes e Verduras, sejam crus ou cozidos. Eles são as "vitaminas defensoras" que criam o escudo contra doenças. Lia deu uma dica de ouro: quanto mais cores você colocar aqui, mais diversidade de proteção o seu corpo ganha!
- **O Combustível da Ação** (Um quarto do prato - 25%): Este espaço é reservado para os Carboidratos, como o arroz, o milho, a macaxeira ou a batata. Eles são o combustível puro que nos faz ter vontade de correr, pular e estudar sem cansar.
- **Os Construtores** (O outro quarto do prato - 25%): Aqui é o lugar das Proteínas. Elas são as "construtoras" que ajudam a formar nossos músculos e deixam a gente crescer bem forte. É onde entram o feijão (que fortalece!), a carne, o frango, o peixe ou o ovo.

Pedro olhou para as divisões que Lia fez e logo percebeu que um prato bonito é, acima de tudo, um prato variado. Ele começou a imaginar as combinações:

— Então, se eu colocar arroz, feijão, uma carne e bastante salada colorida, eu montei uma equipe imbatível? — perguntou Pedro, animado com a ideia de ser o "treinador" da sua própria comida.

— Com certeza! você se torna o protagonista das suas escolhas. E para acompanhar esse time de elite, nada melhor que água para hidratar ou um suco de fruta natural.

De onde vem a comida?



Lia e Pedro estavam na cozinha olhando o prato cheio de comida.

— Pedro, você já parou pra pensar de onde vem tudo isso? — perguntou Lia.

— Ué... do mercado, não é? — respondeu ele.

Lia riu.

— Nada disso! A comida não nasce no mercado!

Ela então explicou:

— Tudo começa na agricultura, que é quando as pessoas plantam e cuidam dos alimentos na terra, como frutas, verduras e legumes.

Pedro ficou curioso:

— Então alguém plantou isso antes de chegar aqui?

— Isso mesmo! — disse Lia. — E muitos desses alimentos vêm de lugares bem pertinho da gente.

São os alimentos locais.

— Tipo o quê? — perguntou Pedro.

— Como frutas, verduras e legumes produzidos na nossa região. Eles são mais fresquinhos e ainda ajudam as pessoas que trabalham perto da nossa casa!

Pedro achou isso incrível. — E tem mais! — continuou Lia. — Existem épocas certas para cada alimento crescer. Isso se chama sazonalidade. — Como assim? — perguntou Pedro.

— Por exemplo, a manga aparece mais no verão. Cada alimento tem sua época certa. Comer alimentos da época é mais saudável e muito mais gostoso!

Pedro olhou para o prato novamente e sorriu:

— Agora sim eu entendi... a comida tem uma história antes de chegar até aqui!

Cuidado com os vilões!



Depois de aprenderem o que é comer bem, descobrirem o superpoder dos alimentos, montarem um prato saudável e entenderem de onde vem a comida, Lia e Pedro achavam que já sabiam quase tudo.

Mas, em um dia no recreio, Pedro ficou pensando...

— Lia... se a gente já sabe o que faz bem... por que ainda dá tanta vontade de comer outras coisas?

Lia olhou em volta e viu vários lanches diferentes.

— Acho que é porque nem toda comida é o que parece...

Pedro ficou curioso:

— Como assim?

— Algumas comidas são meio “disfarçadas” ... parecem legais, mas podem atrapalhar o nosso corpo se a gente exagerar.

Pedro deu uma risada:

— Tipo vilões?

— Isso mesmo! — disse Lia.

Os vilões são alimentos que, quando a gente come demais, podem fazer mal para o nosso corpo.

Eles são, por exemplo: refrigerantes, salgadinhos de pacote, biscoitos recheados, muitos doces

Pedro pensou e falou:

— Ah... então não é que não pode nunca..., mas não pode exagerar, né?

— Exatamente! — respondeu Lia.

Pedro ainda tinha uma dúvida:

— Mas por que eles são tão gostosos?

Lia explicou:

— Porque eles são feitos para chamar atenção!

Eles têm: cores bem chamativas, sabores bem fortes e aquele gostinho que dá vontade de comer mais

— Então não é só a gente que escolhe... eles meio que “chamam” a gente? — disse Pedro.

— Isso mesmo!

Lia perguntou:

— Você já reparou como se sente depois de comer muito desses alimentos?

Pedro respondeu:

— Às vezes fico meio cansado... sem vontade de brincar.

Isso pode acontecer porque o excesso desses alimentos pode causar: cansaço, menos energia, dificuldade de prestar atenção

Pedro ficou preocupado:

— Então eu nunca mais posso comer isso?

Lia sorriu:

— Pode sim! O segredo é o equilíbrio.

Isso significa: comer mais alimentos naturais e deixar esses alimentos para momentos especiais

— Ahh... entendi! — disse Pedro.

Lia e Pedro perceberam que pequenas atitudes ajudam muito: escolher mais frutas, beber água ao longo do dia, não exagerar e lembrar do que aprenderam antes

— Parece que tudo está ligado, né? — disse Pedro.

— Está sim! — respondeu Lia.

Lia explicou:

— Quando a gente escolhe melhor os alimentos, o corpo fica mais forte.

Isso ajuda a: ter mais energia, brincar mais, aprender melhor, crescer saudável

Pedro sorriu:

— Então eu quero deixar os vilões bem longe na maior parte do tempo!

Já pensou sobre quais alimentos podem ser “vilões” quando comemos demais? Ou se você costuma comer esses alimentos muitas vezes? E sobre o que você pode fazer para escolher melhor no seu dia a dia.

Cozinhando é divertido



Era uma vez dois amigos bem curiosos, Lia e Pedro, que descobriram um lugar que parecia mágico: a cozinha

Mas não era mágica de verdade... era melhor que isso.

Era o tipo de lugar onde tudo pode acontecer — misturar, provar, errar, acertar e, no final, se surpreender.

Um dia, enquanto ajudavam em casa, Lia falou algo que fez Pedro parar para pensar:

“Sabia que a comida é tipo o combustível do nosso corpo?”

Pedro arregalou os olhos e perguntou:

“Então... comer bem ajuda em tudo?”

E não é que ajuda mesmo?

- A gente cresce mais forte
- Tem mais energia para brincar, estudar e viver.
- Consegue pensar melhor
- E fica mais saudável no geral

E você, já parou para pensar nisso?

Qual comida você acha que faz bem para o corpo?

Enquanto conversavam, os dois resolveram colocar a mão na massa. E foi aí que veio outra descoberta:

Quanto mais colorido o prato, melhor

Não precisa ser complicado. Um pouquinho de cada coisa já faz diferença.

Se você fosse montar um prato agora, que cores colocaria?

Eles começaram com coisas simples:

- Uma salada bem colorida
- Um sanduíche natural
- Um suco de fruta geladinho

E perceberam algo importante:

não precisa de um monte de açúcar ou comida industrializada para ser gostoso.

Agora me diz... que nome divertido você daria para um sanduíche saudável?

Mas antes de tudo, eles aprenderam uma coisa essencial — e sem isso, nada feito:

- Lavar bem as mãos
- Lavar os alimentos
- Deixar tudo limpinho

E aí, você lembra de fazer isso em casa?

Com o tempo, Lia e Pedro viraram verdadeiros exploradores da cozinha.

Eles começaram a experimentar coisas novas — e descobriram que isso pode ser bem mais divertido do que parece.

Que tal tentar algo diferente essa semana?

Eles também conheceram alguns “superalimentos” :

- Frutas dão energia
- Verduras ajudam a proteger o corpo
- Ovos ajudam no crescimento
- Feijão fortalece

Qual desses você mais gosta?

No final das contas, eles perceberam uma coisa simples, mas muito especial

Cozinhar não é só sobre comida.

É sobre rir junto, aprender, passar tempo com quem a gente gosta.

Que tal fazer isso também?

- Escolhe uma receita
- Chama alguém da sua família
- E vai para a cozinha juntos

Porque, no fim... são essas pequenas escolhas que fazem toda a diferença.

Comer também é sentir!



Você já percebeu que o que você come pode mudar como você se sente?

Nosso corpo funciona como uma máquina muito especial. Tudo o que a gente come vira energia para brincar, estudar, correr e até pensar melhor.

Mas não é só isso: a comida também pode influenciar nosso humor! Quando comemos alimentos como frutas, verduras e comida de verdade, nosso corpo fica mais forte e cheio de energia. A gente se sente mais animado, disposto e até mais feliz.

Mas quando comemos muitos doces, salgadinhos ou tomamos refrigerante em excesso, pode acontecer o contrário. Às vezes dá uma energia rápida, mas depois vem o cansaço, a preguiça ou até um certo desânimo.

Por isso, é importante prestar atenção no seu corpo.

Depois de comer, como você se sente?

Com energia para brincar ou com vontade de ficar parado? Isso não quer dizer que você não pode comer coisas gostosas. Pode sim!

O segredo é o equilíbrio: comer alimentos saudáveis na maior parte do tempo e deixar os doces para momentos especiais.

Lembre-se: cuidar da alimentação é também cuidar de você. Porque comer não é só encher a barriga... comer também é sentir!

Hora de testar seus conhecimentos!

Acesse o link para uma surpresa divertida:

<https://wordwall.net/pt/resource/19464069/alimenta%C3%A7%C3%A3o/alimenta%C3%A7%C3%A3o-saud%C3%A1vel>

Agora vamos praticar

O QUE APRENDEMOS
SOBRE OS ALIMENTOS!



Hora do desafio!
Vamos brincar e aprender



Circule os alimentos saudáveis!



Monte seu prato!



Vamos fazer o caça-palavras?

F	I	S	C	Y	Q	J	Q	S	A	L	A	D	A
R	U	D	E	Q	O	C	T	J	V	P	V	K	T
U	U	Y	N	R	G	A	S	Q	X	R	C	U	O
T	C	H	O	I	Q	R	B	M	H	O	K	O	M
A	C	I	U	S	J	B	G	A	I	T	Q	R	A
P	R	A	R	O	K	O	G	Ç	C	E	B	Z	T
F	Z	L	A	L	Z	I	E	Ã	A	I	K	S	E
E	O	F	U	A	R	D	P	X	X	N	S	A	R
I	R	A	C	R	G	R	X	X	A	B	P	L	E
J	H	C	V	R	J	A	U	Z	A	O	X	A	C
Ã	M	E	W	O	B	T	M	A	N	T	T	D	T
O	Y	R	W	Z	L	O	E	T	A	U	A	A	R
L	E	G	U	M	E	D	C	L	A	E	F	O	E

As palavras podem estar escondidas horizontalmente, verticalmente ou diagonalmente.



ALFACE
BANANA
CARNE
FEIJÃO
LEGUME
PROTEÍNA

ARROZ
CARBOIDRATO
CENOURA
FRUTA
MAÇÃ
SALADA
TOMATE



Vamos encontrar os alimentos escondidos?





Acabou por aqui...



Mas logo à frente
tem mais informação!



JUNTOS CONTRA A LEISHMANIOSE



O que é a leishmaniose?

A leishmaniose é uma doença causada por um parasita chamado Leishmania. Ela é transmitida por um inseto bem pequeno, parecido com um mosquito, conhecido como mosquito-palha.



explicando fácil

É uma doença que passa de um bichinho (mosquito-palha) para pessoas e animais quando ele pica.





Tipos de leishmaniose

Existem dois tipos principais:

Leishmaniose Tegumentar (Cutânea)

- Afeta a Pele
- Pode causar feridas que demoram para cicatrizar



Leishmaniose Visceral (Calazar)

AFETA ÓRGÃOS COMO:

- Fígado
- Baço
- Pode deixar a pessoa mais fraca e deprimida



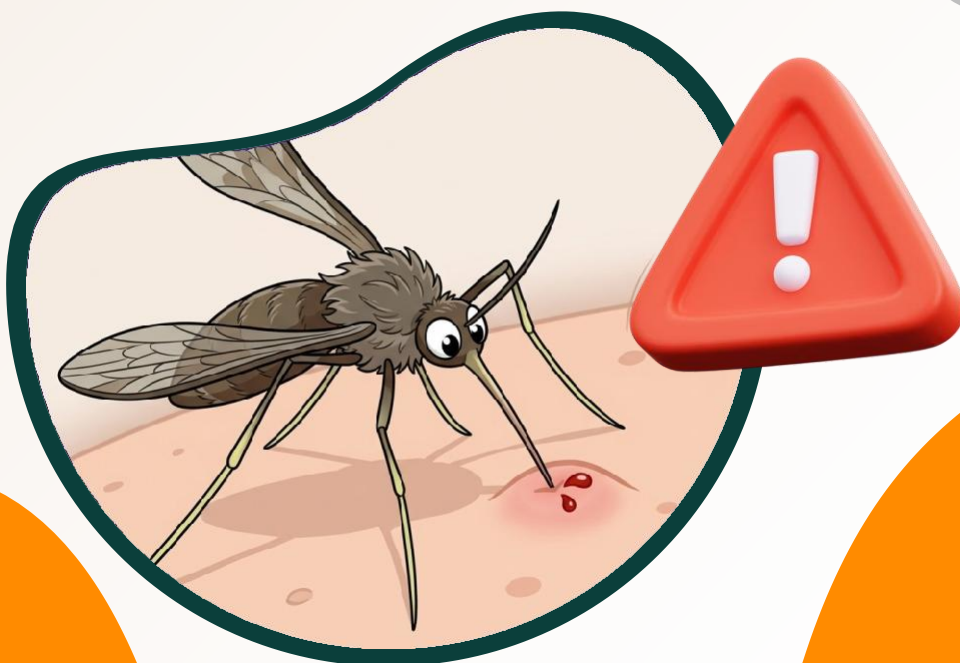
como se pega

A doença NÃO passa de pessoa para pessoa!

Ela é transmitida pelo picada do mosquito-palha infectado

ESSE MOESQUITO VIVEM EM LUGARES COM

- Lixo
- Folhas secas
- Quintais sujos
- Pica principalmente ao anoitecer





Como prevenir?

Aqui é onde começam os super poderes das crianças!

DICAS IMPORTANTES

- Manter o quintal limpo
- Não deixar:
- Lixo acumulado
- Fezes de animais
- Folhas no chão

USAR

- Repelente (quando indicado)
- Roupas que cubram o corpo à noite
- Colocar telas em portas e janelas





Crianças podem ajudar!

Você pode ser um Agente da Saúde!

Missões:

- Avisar adultos sobre sujeira no quintal
- Ajudar a manter tudo limpo
- Cuidar dos animais
- Compartilhar o que aprendeu com amigos



Como cuidar dos cachorros?

Você pode ser um Agente da Saúde!

CUIDADOS IMPORTANTES:

- Levar o Veterinário regularmente
- Usar coleira repelente
- Manter o local onde o cachorro vive limpo
- Não deixar o cachorro dormir em locais sujos

Importante:

Se o cachorro estiver doente, um adulto deve procurar ajuda Veterinária.






Resumo dos Superpoderes

Você **aprendeu** que:

- A leishmaniose vem do mosquito-palha
- Existem 2 tipos principais
- A limpeza é a melhor proteção
- Crianças podem ajudar MUITO!



Cuidar do ambiente é cuidar da saúde!
Pequenas atitudes fazem grandes heróis!

AMIGOS INVISÍVEIS: UM GUIA DIVERTIDO PARA FICAR SAUDÁVEL!



O mistério do super escudo invisível

Era uma vez uma criança muito curiosa chamada Luna.

Luna adorava brincar, correr e fazer perguntas. Muitas perguntas!

- Mamãe, por que eu quase nunca fico doente? - perguntou ela, enquanto desenhava no chão.

- Porque você tem um super escudo invisível! – Respondeu a mãe.

Luna arregalou os olhos.

- Um super escudo? Tipo um super-herói?

- Isso mesmo! - Dentro do seu corpo existe um time de heróis que te protege o tempo todo.

- Uau! E onde eles ficam? Eu nunca vi! – Luna falou impressionada!

- Eles são bem pequenos, tão pequenos que a gente não consegue ver – explicou a mamãe. – Mas eles estão sempre atentos, cuidando de você.

Luna colocou a mão na barriga e cochichou:

- Oi heróis... obrigada por cuidarem de mim!



Naquela noite antes de dormir, Luna ficou pensando naquele tal escudo invisível... sem saber que pequenos vilões poderiam aparecer e que logo aprenderia a deixar o seu escudo ainda mais forte.

Conhecendo o guardião do corpo

No dia seguinte, Luna acordou ainda pensando no tal super escudo invisível.

Enquanto tomava café, ela perguntou:

- Mamãe, quem são esses heróis que moram dentro de mim?
- Eles fazem parte do seu sistema de defesa. São como guardiões do corpo! – Respondeu a mãe.

Então...Luna imaginou o Capitão Defesa, um herói corajoso que liderava um time sempre pronto para lhe proteger.

- Então eu tenho heróis dentro de mim? – Perguntou Luna
- Tem sim! Eles trabalham o tempo todo – explicou a mãe.

Luna ficou encantada, mas o que ela não sabia era que pequenos vilões já estavam planejando um ataque.

Os vilões microscópicos

Luna estava brincando no quintal quando começou a imaginar como seriam aqueles vilões tão pequenos.

- Será que eles são tão assustadores?

Enquanto isso...no mundo invisível, os germes estavam se reunindo!

- Atenção equipe! – Disse um germinho chamado Germildo.
- Vamos tentar entrar no corpo da Luna!

Eles eram bem pequenos, mas muito espertos.

- Podemos entrar pelas mãos sujas! – disse outro.
- Ou quando ela esquecer de lavar as mãos! – completou mais um.

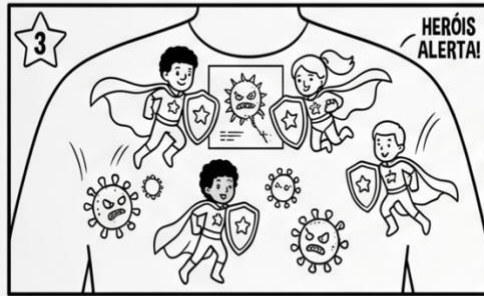
Mas o que eles não sabiam era que o Capitão Defesa já estava preparado!

- Fiquem atentos! Precisamos proteger a Luna! – Avisou ele.

De volta ao quintal, Luna correu para dentro de casa e foi lavar as mãos.

- Ah não! Assim fica mais difícil – reclamou Germildo.

Mesmo sendo pequenos, eles podiam causar doenças, mas Luna estava começando a aprender a se proteger.



A visita ao posto de saúde

Alguns dias depois, a mamãe chamou:

- Luna hoje vamos a um lugar especial!
- É o parquinho? -perguntou animada.
- Não exatamente, vamos ao posto de saúde – respondeu a mãe.

Chegando lá, ela viu outras crianças e uma enfermeira muito simpática.

- Olá, Luna! Hoje vamos cuidar ainda mais do seu superescudo!

Luna ficou um pouco desconfiada.

- Vai doer? – perguntou baixinho.

A enfermeira respondeu com carinho:

- Vai ser só uma picadinha bem rápida, e vai ajudar o seu corpo a ficar ainda mais forte.

Luna segurou a mão de sua mãe.

- Coragem Luna, seus heróis vão ficar ainda mais poderosos!

Luna fechou os olhos, respirou fundo e decidiu confiar...

Plic!

- Já acabou! – disse a enfermeira.

Luna abriu os olhos surpresa.

- Sério? Só isso? Nem doeu tanto assim!

O treino dos heróis

Dentro do corpo de Luna, algo incrível estava acontecendo!

O Capitão Defesa reuniu sua equipe:

- Atenção! Recebemos um treinamento especial!

A vacina estava ajudando os heróis a reconhecer os vilões.

- Agora sabemos exatamente como derrotá-los! – disse um dos ajudantes.

Os heróis ficaram mais rápidos, mais fortes e mais preparados.

Protegendo toda a turma

No dia seguinte, Luna contou tudo para os seus amigos da escola.



- Eu tomei vacina! – disse orgulhosa.

- Eu também! – disse um colega.

A professora explicou:

- Quando muitas pessoas se vacinam, todos ficam protegidos.

- Até quem não pode tomar vacina? – perguntou Luna.

- Isso mesmo! É como um grande escudo protegendo todo mundo! – respondeu a professora.

O cartão mágico de vacinas

Em casa, a mamãe mostrou um cartão para Luna.

- Este é o seu cartão de vacinas.

- Parece um cartão mágico! – Disse Luna.

- E é mesmo! Ele mostra que você está protegida. - respondeu sua mãe.

Luna olhou com orgulho.

- Quero deixar ele sempre completo!

Coragem também é coisa de criança

Luna lembrou do momento da vacina.

- Eu estava com medo...mas consegui!

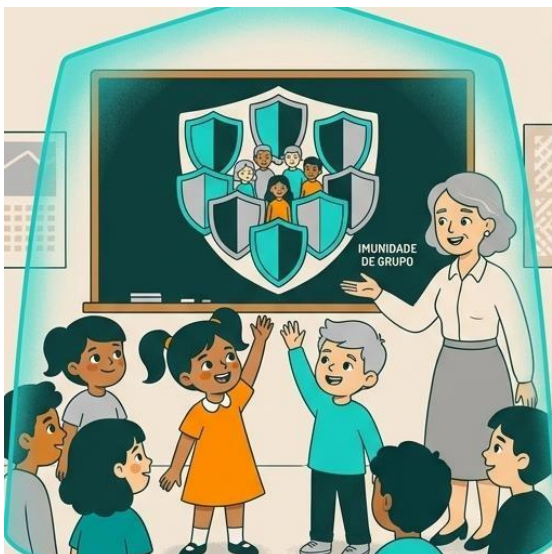
- Isso é ser corajosa. Coragem não é não ter medo, é enfrentar o medo. – disse sua mãe.

Agora Luna continuava brincando, correndo e se divertindo.

Mas com uma diferença...

Ela sabia que dentro dela existia um time de heróis preparados para lhe proteger!

E mais importante ainda...Ela sabia que, ao se vacinar, estava ajudando a proteger outras pessoas também.



Discentes:

Karoline Almeida Carvalho

Letícia Maria Xavier Gondim

Letícia Rhanna Pessoa Albuquerque

Maisa Lohane Correia Sales

Sarah Naítala Pinheiro Barbosa

Docente:

Camila Bezerra Nobre



HELMINTOS: PARASITAS INTESTINAIS ANCILOSTOMÍDEOS

Francisco Iago Magalhães, Gabriela Vilanova Soares, Giselle Guimarães,
Maria Clara Nunes, Rebeca Pereira De Moura, Thiago Feitosa Costa Medeiros



Missão microscópica à vista!

Você foi convocado para investigar um caso muito especial! Nesse QR Code, estão escondidas imagens reais das lâminas dos ancilostomídeos vistas no microscópio.

Sua missão é escanear o código e observar cada detalhe desses pequenos "suspeitos". Será que você consegue descobrir como eles são de perto?

Pegue seu celular ou o de algum adulto responsável, aponte a câmera e entre nessa investigação incrível.

O MUNDO INVISÍVEL ESTÁ ESPERANDO POR VOCÊ!



CONHECENDO OS ANCILOSTOMÍDEOS



Francisco Iago

Neste capítulo, você vai aprender sobre quem são os Ancilostomídeos, como eles conseguem entrar no nosso corpo, o que são capazes de causar e como podemos nos proteger.

Os ancilostomídeos são uma família de “bichinhos” realmente bem pequeninos que podem viver dentro do nosso corpo humano. Mesmo sendo pequenos, eles são capazes de causar doenças e afetar a saúde das pessoas, principalmente em locais onde não há boas condições de higiene e saneamento.

Onde eles são encontrados?

Os ancilostomídeos vivem principalmente em solo úmido e quente. O solo pode ficar contaminado quando pessoas infectadas eliminam fezes no ambiente sem o uso de banheiro adequado. Por isso, a falta de saneamento básico facilita a transmissão desse parasita.

ONDE OS ANCILOSTOMÍDEOS SÃO ENCONTRADOS?
Eles vivem em solo úmido e quente, especialmente quando não há saneamento básico.

SEM SANEAMENTO BÁSICO Maior risco de contaminação	COM SANEAMENTO BÁSICO Menor risco de contaminação
 Clima quente	 Clima quente
 Solo úmido e molhado	 Solo úmido, mas protegido
 Fezes no ambiente contaminam o solo	 Uso de banheiro evita contaminação
 A falta de saneamento básico permite que o parasita se mantenha e se espalhe no solo.	 O saneamento básico interrompe o ciclo do parasita e protege a saúde da comunidade.

Como acontece a contaminação?

A contaminação acontece quando uma pessoa entra em contato com o solo contaminado. As larvas dos ancilostomídeos, que são formas jovens do verme, conseguem atravessar a pele, principalmente dos pés. Isso ocorre com mais facilidade quando a pessoa está descalça.

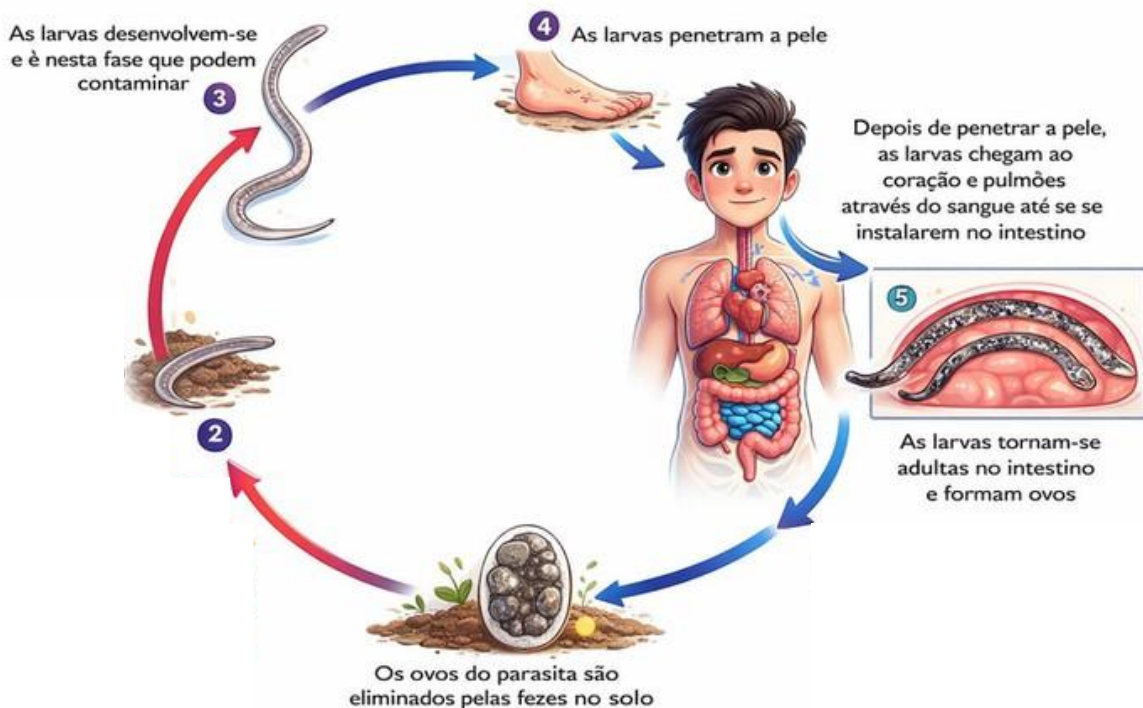


Então uma pessoa infectada elimina fezes no ambiente o parasita se desenvolve até se tornar uma larva capaz de infectar e então entra em contato com o corpo penetrando a pele, geralmente pelo pé!

Também pode acontecer das larvas contaminarem água ou alimentos.



Gabriela



O caminho do verme pelo nosso corpo

Depois que entra pela pele, o ancilostomídeo percorre um caminho dentro do corpo humano: Entra no nosso sangue > Chega aos pulmões > Sobe até a garganta > É engolido > Chega ao intestino. No intestino, ele se agarra na parede intestinal.

O verme se alimenta?

Como visto anteriormente os ancilostomídeos são capazes de agarrar a parede do nosso intestino, mas isso só é possível pois possuem estruturas que funcionam como pequenos "ganchos" ou "dentes". Quando "mordem" eles se alimentam do sangue da pessoa infectada. Essa perda de sangue pode causar problemas de saúde importantes como a Anemia que veremos a seguir.



Giselle

O que é o "Amarelão"?

A doença causada pelos ancilostomídeos é conhecida popularmente como "amarelão". Esse nome vem do fato de que a pessoa pode ficar com a pele mais pálida ou amarelada devido à anemia.



Essa anemia acontece justamente pela "mordida" do verme para se alimentar, eles são capazes de "salivar" algumas substâncias que não deixam nosso sangue coagular naquela área, causando a anemia.

Coceira no local por onde o verme entrou, dor abdominal, diarreia, cansaço, fraqueza, palidez e falta de concentração são os principais sintomas que esses vermes podem causar.



Maria Clara

Como podemos nos prevenir?

A prevenção é a forma mais importante e poderosa de evitar a infecção por ancilostomídeos. Como esse parasita está ligado ao contato com o solo contaminado, atitudes simples do dia a dia fazem toda a diferença. Algumas medidas são: Usar calçados ao andar no chão, evitar contato com solo contaminado, lavar bem as mãos, consumir água limpa, utilizar banheiros adequados e não descartar fezes no ambiente. Essas atitudes ajudam a interromper o ciclo do parasita.



A importância do saneamento básico

O saneamento básico é um conjunto de serviços essenciais para a saúde da população. Ele inclui: **Coleta e tratamento de esgoto, fornecimento de água potável e coleta e destino correto do lixo**. Quando não existe saneamento básico, as fezes podem contaminar o solo. Isso permite que os ancilostomídeos se desenvolvam e aumentem o risco de infecção. Por isso, o saneamento é uma das formas mais importantes de prevenir doenças.

Um momento para refletir...

Cuidar da saúde começa com as pequenas atitudes do dia a dia. Usar calçados, manter a higiene e cuidar do ambiente já são formas simples, mas muito importantes de evitar doenças. Agora que você já conhece os ancilostomídeos, pode proteger a si mesmo e também pode proteger outras pessoas com esse conhecimento.



Rebeca

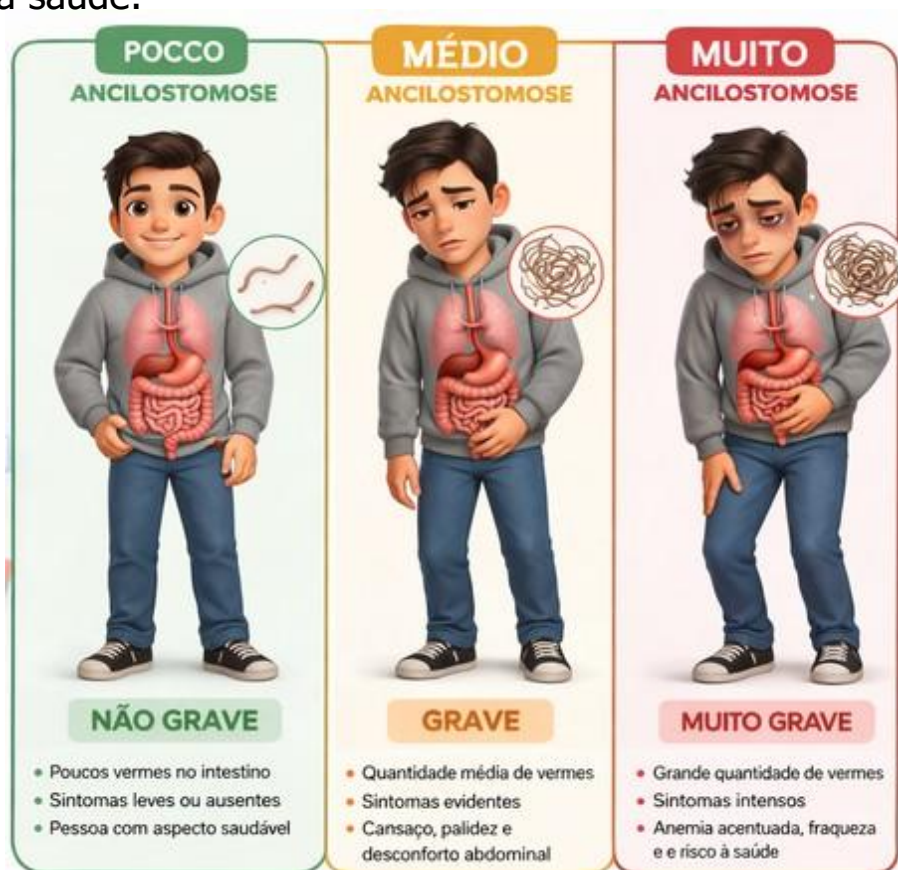


Momento curiosidades!

Os ancilostomídeos são tão pequenos que não conseguimos vê-los a olho nu. Para observá-los, é necessário usar um microscópio.



Uma pessoa pode ter mais de um ancilostomídeo no corpo ao mesmo tempo. Quanto maior a quantidade de vermes, maiores podem ser os efeitos na saúde.



Em crianças, a infecção pode afetar o crescimento e a aprendizagem, especialmente se não for tratada. Isso acontece porque o corpo perde nutrientes importantes.



Thiago

Atividades para praticar!

A Lupa da Maria Clara: Jogo dos 7 Erros no Quintal

Maria Clara está investigando a cena do crime! Existem 7 grandes perigos neste quintal que ajudam o verme a entrar no nosso corpo. Você consegue encontrar todos eles?



Buscando Pistas: Caça-Palavras do Parasitologista

Encontre as 5 palavras mágicas escondidas no quadro que contam a história de como nos proteger!

- PELE
- SOLO
- ANEMIA
- SAPATO
- INTESTINO

P	E	L	E	J	B	I	G	U	R	T
S	O	L	O	L	Q	C	L	I	Y	E
O	V	A	Y	A	N	E	M	I	A	I
I	V	S	A	P	A	T	O	U	E	F
J	I	N	T	E	S	T	I	N	O	N
P	V	H	I	E	T	Q				
H	B	K	F	O	L					
X	R	C	I	A	B					
Z	G	F	R	M	T					



O Super Quiz Final: Verdadeiro ou Falso?

Hora de provar que você é um verdadeiro Detetive da Saúde!
Marque V para Verdadeiro e F para Falso.

Os ancilostomídeos entram no nosso corpo APENAS pela boca.

V F

Usar calçados ao andar no chão de terra ajuda muito na prevenção.

V F

Os vermes adultos vivem no nosso cérebro.

V F

Lavar as mãos e consumir água limpa interrompem o ciclo do parasita.

V F

Gabarito: Os Perigos do Quintal

Comida descoberta/Moscas: Podem carregar ovos para a sua comida.

Frutas no chão: Prontas para levar larvas para a sua boca.

Falta de saneamento: Esgoto a céu aberto.

Dinheiro/Brinquedos na terra: Ovos e larvas grudam nos objetos.

Pés descalços: A larva entra pela pele! Calce os sapatos.

Cocô no chão: As fezes espalham os ovos do verme na terra. Use o vaso

Buscando Pistas: Caça-Palavras do Parasitologista

Encontre as 5 palavras mágicas escondidas no quadro que contam a história de como nos proteger!

- PELE
- SOLO
- ANEMIA
- SAPATO
- INTESTINO

P	E	L	E	J	B	I	G	U	R	T
S	O	L	O	L	Q	C	L	I	Y	E
O	V	A	Y	A	N	E	M	I	A	I
I	V	S	A	P	A	T	O	U	E	F
J	I	N	T	E	S	T	I	N	O	N
P	V	H	I	E	T	Q				
H	B	K	F	O	L					
X	R	C	I	A	B					
Z	G	F	R	M	T					

Gabarito: A Verdade Revelada!

Os ancilostomídeos entram no nosso corpo APENAS pela boca.

Eles entram pela BOCA (em água/alimentos) e TAMBÉM atravessam a PELE (principalmente dos pés!).

Usar calçados ao andar no chão de terra ajuda muito na prevenção.

O sapato é a melhor barreira contra as larvas da terra.

Os vermes adultos vivem no nosso cérebro.

Eles moram no nosso INTESTINO, onde se agarram para sugar sangue.

Lavar as mãos e consumir água limpa interrompem o ciclo do parasita.

Higiene pessoal é o nosso superpoder!

V

F

V

F

V

F

V

F



IDOMED

Instituto de Educação Médica

PARASITOSE

VAMOS APRENDER COM A GENTE?



VAMOS APRENDER COM A GENTE?

Imagine que o seu corpo é um Castelo Incrível e muito bem organizado. A parte mais importante de todas é a Cozinha Real (o seu estômago e intestino). Lá, os melhores cozinheiros do mundo transformam tudo o que você come — maçãs, arroz e feijão — em Energia Mágica para você correr e brincar. Mas, às vezes, aparecem uns "Visitantes Folgados" chamados PARASITAS.



1. QUEM SÃO ESSES VISITANTES?

Os parasitas são como pequenos bichinhos (ou vilões minúsculos) que não têm casa própria. Eles descobrem que o nosso "Castelo", principalmente a cozinha real équentinha e cheia de comida gostosa.

Só que tem um problema: eles são hóspedes muito mal-educados!



2. O QUE ELES FAZEM DENTRO DO CASTELO?

Em vez de ajudarem nas tarefas do castelo, eles:

- **Roubam o lanchinho:** Sabe aquela vitamina da fruta que você comeu para ficar forte? O parasita vai lá e come antes de você!
- **Faz bagunça:** Eles deixam o castelo sujo e bagunçado, o que faz a gente sentir dor de barriga ou cansaço.
- **Não querem ir embora:** Eles se escondem tão bem que o nosso corpo.

VAMOS APRENDER COM A GENTE?

3. Onde os Visitantes Folgados gostam de morar?

Eles adoram encontrar um cantinho quentinho no nosso Castelo (corpo)! Os esconderijos favoritos são:

- **A Cozinha Real:** O intestino é o lugar preferido, porque lá chega toda a comida gostosa que você come.
- **As Muralhas do Castelo:** Alguns preferem ficar do lado de fora, escondidos na pele ou entre os fios de cabelo (como o piolho!).



VAMOS
JOGAR?

Ajude Samuel a encontrar o parasita para impedi-lo de contaminar o lanche da escola



4. POR QUE NEM SEMPRE CONSEGUIMOS VER ESSES VISITANTES?

É que muitos desses parasitas usam uma "capa de invisibilidade"!

Eles são microscópicos, o que significa que são tão, mas tão pequenos, que nossos olhos não conseguem enxergar sozinhos. Para vê-los, o médico precisa de uma lupa superpotente chamada microscópio. É por isso que, mesmo que as mãos pareçam limpas, eles podem estar escondidos ali!

PARASITOSSES

"OS VISITANTES MAIS COMUNS"



1. A Dona Lombriga (Aparência de macarrão):

Ela adora morar na "Cozinha Real" (intestino) e roubar as vitaminas da sua comida.

2. O Senhor Oxiúro (O apressadinho):

Ele é bem pequenininho e branquinho. À noite, ele gosta de fazer cócegas e causar coceira no bumbum.



3. O General Piolho (O alpinista):

Esse prefere os "Telhados do Castelo" (seu cabelo). Ele pula de cabeça em cabeça e faz a gente coçar muito!



4. A Dona Giárdia (A invisível):

Ela é tão pequena que precisa de microscópio. Adora nadar em águas sujinhas e pode causar dor de barriga

Atenção, crianças! Quatro vilões estão tentando invadir o nosso Castelo do Corpo. Decifrem as pistas e liguem cada malfeitor ao seu desenho. Não o deixe atacar a Cozinha Real!



PARASITAS



CARACTERÍSTICAS

SOU O ALPINISTA QUE ADORA PULAR DE CABEÇA EM CABEÇA!"

PAREÇO UM MACARRÃO E ROUBO SUAS VITAMINAS NA COZINHA REAL."

"SOU BRANQUINHO E CAUSO COCEIRA NO BUMBUM À NOITE."

"SOU INVISÍVEL A OLHO NU E ADORO NADAR EM ÁGUAS SUJINHAS."

COMO ESSES VISITANTES ENTRAM NO CASTELO?

OS “VISITANTES FOLGADOS” (PARASITAS) SÃO ESPERTOS... ELES VIVEM PROCURANDO JEITOS DE ENTRAR NO NOSSO CASTELO!



• PELA COMIDA E ÁGUA:

Quando você come frutas ou verduras sem lavar, ou bebe água suja, é como se deixasse a porta da cozinha aberta... e eles entram escondidos!



• PELAS MÃOS SUJAS:

Se não lavar as mãos antes de comer ou depois de ir ao banheiro, você pode levar parasitas direto para dentro do castelo!



• PELOS PÉS (PELE):

Andar descalço em lugares sujos é como andar sem proteção... alguns parasitas conseguem entrar pela pele!



• COM AJUDA DE INSETOS:

Mosquitos e outros insetos podem ser como “transportadores”, levando parasitas direto para dentro do corpo com uma picada!



POR ISSO, É IMPORTANTE CUIDAR BEM DO SEU CASTELO E NÃO DEIXAR ESSES VISITANTES ENTRAREM!

SITUAÇÕES DO DIA A DIA QUE COLOCAM EM RISCO A SEGURANÇA

Para nos proteger desses visitantes folgados, temos que observar como está sendo nosso cuidado no dia a dia. Você é um dos grandes responsáveis pela segurança do seu castelo!



Junte-se a mim no exército de segurança do Castelo e vamos observar se você está cometendo alguma dessas infrações!

Infração 1:

Andar sem calçado em solos contaminados. Atenção: os vermes parecem amigáveis, mas só estão querendo te convencer a ficar mais tempo para invadir as Paredes do Castelo (sua pele) e causar uma bagunça lá dentro.



Infração 2:

Comer sem lavar bem as mãos antes das refeições.

Com as mãos sujas, você contamina o alimento com os vilões e eles entram pelo Portão do Castelo (sua boca), facilitando a ida deles à Cozinha Real.

Infração 3:

Compartilhar objetos de cabelo.

Ao usar objetos de cabelo do colega, como pentes, escovas, elásticos e presilhas, você pode estar recebendo o visitante, conhecido como “O Alpinista”, no Telhado do Castelo (seu cabelo).



Se você não comete nenhuma dessas infrações, seu Castelo está assim:



Se você comete e continuar cometendo essas infrações, seu Castelo pode ficar assim:



O QUE O NOSSO CASTELO(CORPO) SENTE QUANDO É INVADIDO?

Quando os “Visitantes Folgados” (parasitas) entram no nosso castelo, o corpo começa a dar alguns sinais de alerta, como se estivesse dizendo: “Ei! Tem algo errado por aqui!” Esses sinais são chamados de sintomas. Vamos conhecer os principais?



Dor de barriga:
É como se a Cozinha Real estivesse bagunçada!

Barriga inchada (estufada):
Parece até que tem um balão dentro da barriga.

Diarreia ou cocô diferente:
O corpo tenta expulsar os invasores rapidamente!

Coceira (principalmente no bumbum ou cabeça):
Alguns parasitas adoram causar esse incômodo!

Cansaço e fraqueza:
Os parasitas roubam a energia feita na Cozinha Real que seria sua!

Falta de apetite ou muita fome
O corpo fica confuso com a presença dos invasores.



ATENÇÃO, PEQUENO GUARDIÃO!
Nem sempre todos esses sinais aparecem juntos. Às vezes, o corpo mostra apenas um ou dois sinais. Por isso, é muito importante ficar atento e contar para um adulto se algo não estiver bem!

VAMOS APRENDER COM A GENTE?

COMO SE PROTEGER E CUIDAR DA SAÚDE?

Agora que você já aprendeu o que são os parasitas e como eles conseguem entrar no nosso corpo, vamos dar um passo muito importante: aprender a nos proteger desses invasores!

Imagine que, no seu castelo, existem vários soldados e armadilhas prontos para impedir a entrada desses parasitas. Porém, para que esses soldados se mantenham fortes e as armadilhas continuem funcionando, é necessário cuidar muito bem do castelo todos os dias.



Para isso, existem várias maneiras simples e muito importantes de manter esses invasores bem longe. Com alguns hábitos no nosso dia a dia, conseguimos proteger o nosso corpo e manter a saúde em dia.

Para evitar que os parasitas entrem no nosso castelo, é importante:

- ♦ Lavar bem as mãos antes de comer e depois de usar o banheiro
- ♦ Beber apenas água limpa e filtrada
- ♦ Lavar bem frutas e verduras antes de comer
- ♦ Usar sempre calçados, principalmente na rua ou no quintal
- ♦ Evitar andar ou brincar em lugares sujos

Vamos ajudar a Ana a encontrar algumas dicas de proteção?

- LAVAR AS MÃOS
- PROTEÇÃO
- BANHO
- ÁGUA FILTRADA
- HIGIENE

A	L	A	V	A	R	A	S	M	A	O	S
G	P	R	O	T	E	C	A	O	I	B	C
U	B	A	N	H	O	S	D	F	G	H	A
A	H	I	G	I	E	N	E	R	T	Y	L
F	I	L	T	R	A	D	A	U	I	O	C
L	A	V	A	R	F	R	U	T	A	S	A
P	Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P	D
A	S	D	F	G	H	J	K	L	Z	X	O
V	B	N	M	Q	W	E	R	T	Y	U	I

- LAVAR FRUTAS
- CALÇADO

VAMOS APRENDER COM A GENTE?

Além disso, você sabia que manter bons hábitos de higiene é como ter um escudo contra os parasitas? É isso mesmo! Quando a gente cuida bem do nosso corpo todos os dias, fica muito mais difícil para esses bichinhos entrarem e fazerem mal para a gente.

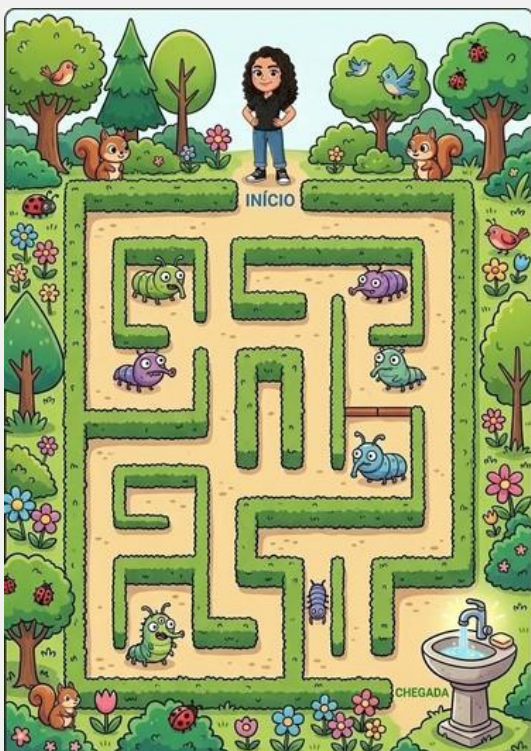


Veja alguns hábitos que fazem toda a diferença:

- Tomar banho todos os dias
- Manter as unhas limpas e cortadas
- Não colocar a mão suja na boca
- Escovar os dentes após as refeições
- Não dividir objetos pessoais, como escovas e toalhas

Esses hábitos funcionam como um escudo mágico que protege o nosso corpo. Quanto mais cuidamos da nossa higiene, mais forte esse escudo fica!

Pequenas atitudes no dia a dia podem evitar grandes problemas e ajudam você a crescer saudável e forte.



Ajude Letícia a fugir dos parasitas e a encontrar um lugar para que ela consiga lavar as mãos!



VAMOS APRENDER COM A GENTE?



Mesmo tomando todos esses cuidados, às vezes pode acontecer de algum parasita conseguir entrar no nosso corpo. Isso faz parte, e não precisa ficar com medo! O mais importante é saber que existem tratamentos seguros e eficazes para cuidar disso e ajudar o nosso corpo a voltar a ficar forte e saudável.



Quando percebemos que algo não está bem, como dor de barriga, coceira ou outros sinais diferentes, é importante agir com atenção e responsabilidade. Assim, conseguimos resolver o problema mais rápido e evitar que ele piore.



Se isso acontecer:

- ♦ Conte para um adulto responsável, como seus pais ou alguém de confiança, para que ele possa te ajudar
- ♦ Procure um médico, que é o profissional preparado para entender o que está acontecendo e orientar o que deve ser feito
- ♦ Tome os remédios indicados corretamente, respeitando os horários e a quantidade certa
- ♦ Continue mantendo os hábitos de higiene, para ajudar na recuperação e evitar novas infecções

Mas atenção: nunca tome remédios por conta própria, combinado? Usar medicamentos sem orientação pode não resolver o problema e até fazer mal.

Seguindo direitinho o tratamento e cuidando bem do seu corpo, logo você estará melhor de novo, com muita energia para brincar, aprender e se divertir com saúde!



VAMOS APRENDER COM A GENTE?

RESUMINDO O QUE APRENDEMOS POR AQUI!

Agora me conta: você lembra quem são os “visitantes folgados” que tentam invadir o nosso castelo? Isso mesmo, os parasitas! Eles são bem espertinhos e adoram lugares quentinhos e com comida, como o nosso corpo.



Mas você já sabe identificar quando algo não vai bem, não é? Dor de barriga, coceira ou cansaço podem ser sinais de que **precisamos ficar atentos. Então, sempre que perceber algo diferente, que tal contar para um adulto?**

E você, está cuidando bem do seu castelo? Vamos testar! Você lava as mãos antes de comer? Bebe água filtrada? Lava bem as frutas? Usa calçado quando sai de casa? Muito bem! Esses hábitos são como **superpoderes que deixam seu escudo de proteção cada vez mais forte. Quanto mais você pratica, mais difícil fica para os invasores entrarem!**



Você está pronto para ser um grande guardião do seu corpo?



Agora, **um combinado importante: se algum parasita conseguir passar pelas defesas, nada de medo, combinado? O que você deve fazer? Isso mesmo! Avisar um adulto, ir ao médico e seguir direitinho o tratamento. **Assim, rapidinho seu castelo volta a ficar forte e saudável!****

Promoção da Saúde: Utilização de métodos educativos na conscientização do uso de telas e prejuízos à saúde mental de crianças na terceira infância.



1. INTRODUÇÃO

A presença de métodos para promoção de saúde têm sido cada vez mais evidentes , porém a utilização de métodos educativos na conscientização do uso de telas é uma pauta que precisa de mais atenção principalmente nos dias atuais, tanto pela importância da educação fornecidas às crianças, quanto aos prejuízos à saúde mental das crianças na terceira infância .No contexto da terceira infância , que se baseia especialmente em crianças entre 6 a 12 anos , estão em uma fase de bastante importância ao desenvolvimento da saúde mental e emocional , pois estão em transição importante , no âmbito das relações interpessoais e psicológicas. Durante esses anos, a criança começa a consolidar sua identidade, suas habilidades sociais e a capacidade de lidar com as emoções, fatores que influenciam diretamente sua saúde mental ao longo da vida adulta (SILVA et al., 2021).

Nesse sentido, a promoção da saúde mental e emocional nas escolas, por meio de programas e intervenções, torna-se essencial para proporcionar um ambiente favorável ao desenvolvimento psicossocial das crianças. As instituições educacionais desempenham um papel crucial nesse processo, não apenas transmitindo conhecimentos acadêmicos, mas também oferecendo suporte para o fortalecimento da autoestima, das habilidades de enfrentamento de estressores e da capacidade de lidar com situações de conflito (ALMEIDA et al., 2020). A inclusão de programas que promovam a saúde mental nas escolas é uma estratégia eficaz para prevenir transtornos emocionais futuros, como depressão e ansiedade, que têm se mostrado prevalentes entre crianças dessa faixa etária (MOURA; COSTA, 2019). No contexto da escola como meio de educação para as relações psicossociais , Também é importante considerar que neste estágio é o aparecimento da capacidade da criança de interiorizar as ações, ou seja, ela começa a realizar operações mentalmente e não mais apenas através de ações físicas típicas da inteligência sensório-motora. A capacidade de concentração quando a criança se engaja numa atividade individual, e a cooperação nos trabalhos em grupos conseguindo colaborar com o outro já são identificados. Ainda no que se refere às relações sociais, a criança já se engaja no jogo coletivo, e influenciada pela motivação de ganhar, começa a compreender a importância das regras para garantir a igualdade de condições (Piaget; 1947-2005).

Diante desse cenário, torna-se essencial promover hábitos saudáveis desde a infância, incentivando a redução do tempo de exposição às telas e a prática de atividades físicas, brincadeiras e interações sociais. Nesse contexto, essas práticas são fundamentais para o desenvolvimento integral da criança e para a construção de comportamentos saudáveis ao longo da vida. Ao refletir sobre as brincadeiras infantis mais antigas e as brincadeiras infantis atuais é possível perceber grande modificação ao longo do tempo. Alguns anos atrás, as brincadeiras das crianças costumavam acontecer de modo presencial, no qual as crianças interagiam mais diretamente umas com as outras, com diversos jogos e brincadeiras infantis, comumente ao ar livre. Com o passar do tempo e as modificações sociais, boa parte dessas brincadeiras foram substituídas pelo uso dos dispositivos móveis eletrônicos, sobretudo os celulares, e suas inúmeras funções e possibilidades. Com o uso dos celulares, muitas crianças passaram a focar principalmente em atividades virtuais, especialmente para lazer, como jogar e assistir vídeos, por exemplo, em detrimento das interações não virtuais (ARRUDA;2024).

2. OBJETIVOS

Objetivo Geral:

Despertar, de forma lúdica, acessível e educativa, a consciência de crianças de 9 a 11 anos sobre a influência do uso excessivo de telas em suas emoções e comportamentos, incentivando escolhas e hábitos mais equilibrados, para uma vida saudável e feliz fora do mundo digital.

Objetivos Específicos:

Ajudar crianças a usar o celular, o tablet e o videogame sem exagerar, cuidando do bem-estar emocional, da qualidade do humor e da saúde do coração, estabelecendo limites saudáveis, para viver muitas aventuras também fora das telas;

Explicar, de maneira simples e interativa, como o uso excessivo de telas pode impactar aspectos importantes da saúde mental, tais como o sono, a atenção, o humor e a regulação das emoções, favorecendo a compreensão desses efeitos no cotidiano de crianças de 9 a 11 anos;

Ensinar que brincar no celular é muito legal e divertido, mas que também é importante dar pausas e diversificar as atividades ao longo do dia, realizando brincadeiras ao ar livre, para cuidar bem da mente;

Incentivar brincadeiras e atividades fora do ambiente digital, como correr, desenhar, ler, explorar o ambiente, brincar com os amigos, interagir com a natureza e aproveitar o mundo de verdade; contribuindo para o desenvolvimento emocional infantil;

Mostrar que para cuidar da mente também é necessário descansar adequadamente; expressar sentimentos; dialogar com familiares, professores e amigos; e cultivar momentos de lazer longe das telas.



3. METODOLOGIA

O presente projeto consiste na elaboração de um E-book educativo, desenvolvido por estudantes do 3º semestre do curso de Medicina da Faculdade Estácio FMJ, com o objetivo de abordar os riscos do uso excessivo de telas na saúde mental de crianças de 9 a 11 anos. Trata-se de um projeto de intervenção educativa, baseado em evidências científicas, que busca explicar de forma clara e lúdica como o uso prolongado de dispositivos eletrônicos pode influenciar emoções, comportamento, qualidade do sono, atenção e bem-estar psicológico infantil.

Inicialmente, será realizada uma revisão de literatura em bases científicas, como SciELO, PubMed e Google Acadêmico, além de documentos de organizações de saúde, com a finalidade de reunir informações atualizadas sobre os impactos do tempo excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo, emocional e social. Serão considerados aspectos como alterações no sono, ansiedade, irritabilidade, dificuldades de concentração, redução da interação social e possíveis prejuízos no desempenho escolar, bem como recomendações sobre tempo de tela adequado para essa faixa etária.

Baseando-se nesses dados, desenvolveremos um E-book interativo, com aproximadamente 10 páginas, voltado ao público infantil, utilizando linguagem simples e adequada à idade. O material incluirá ilustrações, textos curtos, exemplos do cotidiano, perguntas reflexivas e sugestões de hábitos saudáveis, incentivando o uso equilibrado de celulares, tablets e videogames, além da valorização de atividades fora das telas, como leitura, brincadeiras, interação social e momentos de descanso.

O conteúdo será organizado de forma progressiva, iniciando pela apresentação do tema, seguido pelos possíveis impactos do uso excessivo de telas e, por fim, orientações que estimulem escolhas mais equilibradas, contribuindo para a promoção da saúde mental e para o desenvolvimento saudável das crianças.





Atividades educativas que podem ser implementadas:

ATIVIDADE: **REDE DE APOIO**

Escreva o nome de três pessoas com quem você pode conversar quando estiver triste ou com dificuldade:

1. _____

2. _____

3. _____



O QUE FAÇO QUANDO ESTOU TRISTE?

Marque:

Choro

Converso

Fico quieto

Agora pense:

O que posso fazer para me sentir melhor?



MINHA CAIXA DE CALMA

Desenhe ou escreva coisas que te acalma:

Desenho :





ATIVIDADE:

PARE E PENSE

MINHA ROTINA E
MEU BEM-ESTAR

OBSERVE

Rotina A

Muito tempo em
telas Dorme tarde
Fica cansado e
irritado

Rotina B

Tempo equilibrado
Brinca e se movimenta
Dorme bem e se sente melhor



PENSE

Qual rotina faz melhor para o corpo e a mente? () Rotina A
() Rotina B

REFLITA

Usar telas é legal,
mas em excesso pode fazer mal.

Pode causar:

- Cansaço
- Sono ruim
- Mau humor



MINHA ESCOLHA

Hoje eu posso:

- () Usar menos telas () Fazer pausas
- () Brincar mais
- () Dormir melhor



ATIVIDADE: **A TELINHA DO BEM OU DO MAL**

Instruções: Leia as situações abaixo e escolha se cada uma é “bem” ou “mal” para sua saúde mental.

1) Ficar no celular por horas seguidas sem parar para descansar. () Bem
() Mal



2) Jogar um jogo divertido no computador por 30 minutos. () Bem
() Mal



3) Conversar com amigos online enquanto joga. () Bem
() Mal

4) Assistir TV antes de dormir e ficar com dificuldades para dormir. () Bem
() Mal

Pergunta: Como você pode mudar a sua rotina para ter mais momentos “bem” e menos momentos “mal” na sua saúde mental?

—



Referências

- AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. Media and Young Minds. *Pediatrics*, v. 138, n. 5, 2016.
- CARSON, V. et al. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. *The Lancet Child & Adolescent Health*, v. 1, n. 1, p. 29–38, 2017.
- DE ALENCAR FIGUEIREDO, Iolanda Gonçalves et al. Influência das tecnologias na adolescência: uma revisão integrativa. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, v. 2, n. 1, p. 135-151, 2018.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: OMS, 2019.
- PINCOWSCA, Cybele. Consequências psíquicas, éticas e educacionais do uso precoce e desregulado de tecnologias digitais na infância e adolescência. *Revista Missioneira*, p. 229- 239, 2024.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: WHO, 2019.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Ana Alice Jardim de; BERNARDES, Lucas Honorio da Silva; OLIVEIRA, Camila Stefanie Fonseca de; SOUZA, Biaca Moreira de; JOFFILY, Diogo. **Jogo digital educativo sobre leishmaniose: estratégia lúdica para prevenção e conscientização**. Revista Sinapse Múltipla, Betim, v. 14, n. 2, p. 59–60, ago./dez. 2025.

ALVES, Hildeni Govêia Cardoso et al. Promoção de hábitos alimentares saudáveis para crianças da educação infantil. **Revista Ciência em Extensão**, v. 16, p. 432-442, 2020. Acesso em: 10 mar. 2026

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. **Media and Young Minds**. *Pediatrics*, v. 138, n. 5, 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Sistema de Informações de Agravos de Notificação (SINAN): banco de dados**. Disponível em: <https://tabnet.datasus.gov.br/cgi/deftohtm.exe?sinannet/cnv/chikunce.def>. Acesso em: 20 mar. 26

BRASIL. Ministério da Saúde do Brasil. **Programa Nacional de Imunizações (PNI)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual de Controle e Vigilância da Leishmaniose Visceral**. 1ª Edição. Brasília, 2014.

CARSON, V. et al. **Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth**. *The Lancet Child & Adolescent Health*, v. 1, n. 1, p. 29–38, 2017.

DAMASSINI, Leticia; BRUCH-BERTANI, Juliana Paula. Food consumption and nutritional condition of schoolchildren: integrative review. **Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 30, 2023. Acesso em: 10 mar. 2026.

DE ALENCAR FIGUEIREDO, Iolanda Gonçalves et al. **Influência das tecnologias na adolescência: uma revisão integrativa**. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, v. 2, n. 1, p. 135-151, 2018.

LEMOS, Istefhany da Fonseca et al. Nutrição saudável: o papel do nutricionista e a importância dos programas de alimentação escolar para crianças e adolescentes. **RevistaFT – Ciências da Saúde**, 2023. Acesso em: 11 mar. 2026.

LOPES, Sara Janai Corado et al. A importância da educação alimentar e nutricional na infância para prevenção de doenças crônicas não transmissíveis: uma revisão de literatura. **RevistaFT**, 2024. Acesso em: 11 mar. 2026

MATOS, Flávio Plautz de. **O lúdico como ferramenta didática de ensino para a prevenção da leishmaniose visceral no município de Uruguaiana**. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências da Natureza) – Universidade Federal do Pampa, Uruguaiana, RS, Brasil, [s.d.]. Disponível em:

<https://repositorio.unipampa.edu.br/server/api/core/bitstreams/4323b1d0-98a9-4c70-8354-fe7c5ecee966/content>

MEDEIROS, Eduardo Alexandrino . **Desafios no controle da epidemia de dengue no Brasil**. Acta Paul Enferm [online]. 2024, vol. 37, [citado em 2026-03-20], eEDT012. Disponível em: <<https://acta-ape.org/en/article/challenges-in-controlling-the-dengue-epidemic-in-brazil/>>. ISSN 1982-0194.. Acesso em 20 mar. 26.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Imunização: vacinas e prevenção de doenças**. Genebra: OMS, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Guidelines on physical activity, sedentarybehaviour and sleep for children under 5 yearsof age**. Genebra: OMS, 2019.

PINCOWSCA, Cybele. **Consequências psíquicas, éticas e educacionais do uso precoce e desregulado de tecnologias digitais na infância e adolescência**. Revista Missioneira, p. 229- 239, 2024.

SANCHEZ, Alzineide Gomes da Cruz et al. The importance of nutritional education for the development of the child in the preschool phase. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 12, 2023. Acesso em: 10 mar. 2026

TEIXEIRA, G. A.; DANTAS, D. N. A.; CARVALHO, G. A. F. L.; SILVA, A. N. S.; LIRA, A. L. B. C.; ENDERS, B. C. **Análise do conceito síndrome congênita pelo vírus Zika**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 25, n. 2, p. 567–574, 2020. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2020.v25n2/567-574/>. Acesso em: 20 mar. 2026.

UNICEF. **Vacinas: proteção para toda a vida**. Nova York: UNICEF, 2022.

VERDICK, Elizabeth. **Germes Não São Para Compartilhar**. Minneapolis: Free Spirit Publishing, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guidelines on physical activity, sedentarybehaviour and sleep for children under 5 yearsof age**. Geneva: WHO, 2019.

SOBRE OS ORGANIZADORES

Djailson Ricardo Malheiro

Pós-doutor e doutor em Geografia – ênfase em Geoemoções – pela Universidade Federal do Ceará – UFC. Coordenador da Universidade Aberta do Brasil – Polo UAB Beata Maria de Araújo e interlocutor do Programa Vidas Preservadas do Ministério Público do Estado do Ceará, ambos, através da Secretaria Municipal de Educação de Juazeiro do Norte. Docente, coordenador de Monitorias e do Laboratório de Tanatologia da Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte – Estácio IDOMED. Psicanalista. E-mail: djailsonricardo@gmail.com

Dailon de Araújo Alves

Enfermeiro graduado pela Universidade Regional do Cariri - URCA. Mestre em Enfermagem pela URCA. Especialista em Saúde da Família pela Faculdade Integrada de Patos (FIP). Especialista em Estomaterapia pela URCA. Professor do Curso de Graduação em Enfermagem e Medicina da Faculdade de Medicina Estácio Juazeiro do Norte - Estácio FMJ. Enfermeiro Assistencial do Ambulatório de Estomaterapia da URCA. Tem experiência na área de Enfermagem, com ênfase em Enfermagem em Saúde da Família e Estomaterapia. Revisor de periódicos nacionais e internacionais. Líder da Liga Acadêmica de Enfermagem em Estomaterapia (LAEST). Orientador do Programa de Bolsas de Iniciação Científica do Instituto de Educação Médica - IDOMED, campus de Juazeiro do Norte - CE. Membro do Colegiado do Curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade Estácio - FMJ. E-mail: dailon.araujo12@gmail.com

Camila Bezerra Nobre

Possui graduação em Ciências Biológicas pela Universidade Regional do Cariri (2008), mestrado em Bioquímica pela Universidade Federal do Ceará (2012) e doutorado em Biotecnologia pela Rede Nordeste de Biotecnologia (2016). Atualmente é professora substituta no curso de Medicina da Universidade Regional do Cariri (URCA) e professora no curso de Medicina da FACULDADE DE MEDICINA ESTÁCIO FMJ DE JUAZEIRO DO NORTE. Leciona as seguintes disciplinas: Bioquímica, Biologia Celular, Biologia Molecular, Genética, Fisiologia, Patologia e Seminários Integrados. Tem experiência na área de Bioquímica, com ênfase em Estrutura e Função de Proteínas, atuando principalmente nos seguintes temas: lectin, x-ray diffraction, bsa, glucose-specific binding e crystallization.

Fernando Gomes Figueredo

Graduado em Biomedicina pelo Centro Universitário Doutor Leão Sampaio (2012). Mestre em Bioprospeção Molecular pela Universidade Regional do Cariri (2014) e doutorado em Desenvolvimento e Inovação Tecnológica de Medicamentos pela Universidade Federal do Ceará (2022). É professor Titular III da Faculdade Estácio-FMJ, onde desenvolve projetos de pesquisa na área da microbiologia e na avaliação da bioatividade de produtos naturais. Tem experiência na área de Educação, atuando principalmente nos seguintes temas: Interpretação de Exames Laboratórias, Imunologia Médica, Microbiologia Médica e Parasitologia Médica.

Monalisa Ribeiro Silva

Doutora em Farmacologia pela UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ - UFC (2016); Mestre em Farmacologia pela Universidade Federal do Ceará - UFC (2009); Graduação em Ciências Biológicas com habilitações em Licenciatura e Bacharel pela UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI - URCA (2007); Tem atuação profissional em docência na área de Morfologia e experiência em pesquisa científica na área de Neurofarmacologia e Farmacognosia. E-mail: monalisa.silva@estacio.br

Geane Priscilla Santos Ribeiro

Mestra em Biblioteconomia pela Universidade Federal do Cariri (UFCA). Graduada em Letras Língua Portuguesa e suas Literaturas pela Universidade Regional do Cariri (URCA) e em Letras/Libras. Especialista em Atendimento Educacional Especializado (AEE). Atua como

Professora do curso de Medicina da Faculdade de Medicina Estácio (FMJ). É Assessora de Projetos e Programas da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Regional do Cariri (URCA). Coordena o Projeto de Extensão IntegraLibras da Faculdade de Medicina Estácio (FMJ), com atuação nas áreas de ensino, pesquisa e extensão. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Discurso, Currículo e Educação (DISCE/CNPq). Possui experiência docente e em pesquisa na área de Literatura e Sociedade. Áreas de interesse: Estudos Literários e Sociedade; Literatura Brasileira; Inclusão e Educação.

SOBRE OS AUTORES

Acadêmicos de Medicina da Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte - Estácio FMJ - IDOMED

Ana Clara de Lucena Bezerra	Lais Rodrigues Carvalho de Santana
Ana Clara Nobrega Arrais de Freitas	Lara Emilly Leite Santos
Ana Clarize Tavares dos Santos	Leticia Maria Xavier Gondim
Ana Lis Gomes Sales Cruz Olegario	Leticia Rhanna Pessoa Albuquerque
Arthur Gabriel Manguera de Sousa Quirino	Leticia Santos Manguera
Beatriz da Silva Leite	Lorena Alencar e Lima
Beatriz Regina Esmeraldo Firmino	Ludmilla Alves de Lacerda
Bianca Justo Gomes	Luiz Pereira Tavares Filho
Caio Leimig Telles Parente	Maisa Lohane Correia Sales
Camila da Cruz Souza Sampaio	Marcelo Richard Brito Silva
Deborah Tavares Saraiva	Marcia Rejane Rodrigues Da Silva
Ellen Kailanne Siqueira Santos Feitosa	Maria Barbara Nicodemos Moreira
Eloisa Borges Lima	Maria Beatriz Freire Tavares
Enzo Ranier Saretta Barbosa	Maria Clara Nunes Pereira
Eugenia Augusta Lucena Neri Silva	Maria Eduarda Nascimento Ferreira de Barros
Evily Jhenef de Souza	Maria Eduarda Rodrigues Baltazar
Francisco Edilson Batista de Andrade Filho	Marina Kesya Brandao Macedo
Francisco Iago Magalhaes Macedo Machado	Mateus Cardoso Coutinho
Gabriel Vinicius Teixeira Nogueira	Matheus Almeida Fernandes
Gabriela Vilanova Soares	Mayra Cardoso Mariano
Geraldo Antonio do Nascimento Filho	Maysa Kelly Leite de Lavor
Giovanna Mariah Azevedo Pereira	Melina Leite Almeida
Gisela Duarte de Moraes	Paulo Camilo Rosendo Santos
Giselle Guimarães Oliveira	Paulo Eduardo Ribeiro Medeiros Cruz
Igor Targino Borsatto	Pedro Vinicius Barbosa Brito
Igor Vinicius Alves de Matos	Rafael Coimbra Fernandes
Isabela Maia Carneiro Amin Sardenberg	Rebeca Pereira de Moura
Joao Pedro Gomes Saraiva Arrais	Samantha Rodrigues Miguel
Joao Pedro Sampaio Melo	Samuel Almeida Monte Batista
José Manoel de Oliveira Neto	Samuel Francesco Linhares Tavares
Jose Willamy Grangeiro Nunes Filho	Sarah Naitala Pinheiro Barbo
Karoline Almeida Carvalho	
Laila Marilia de Carvalho Modesto	
Sebastiao Kauan Sobral Viana	Thiago Henrique Euzebio de Souza
Semirah de Oliveira Lins	Vitor Ramada Tavares Decio
Sophya Pinheiro Silva	Vitoria Grecia Santana Xavier de Oliveira
Thayssa Oliveira Rodrigues	Yasmim Luna Novais
Thiago Feitosa Costa Medeiros	Yasmin Alves Almeida Xavier

APOIO/PARCERIA:





ISBN 978-655376554-2



9 786553 765542