



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO REGIÃO OSASCO
NÚCLEO PEDAGÓGICO

Circular n.º 164/2019 – NPE

Osasco, 23 de abril de 2019.

Srs. (as) Supervisores (as) de Ensino,
Srs. (as) Gestores (as),
Prezados (as) Coordenadores (as),

Assunto: Intenção de Adesão – SBC Vai à Escola - Dia do Coração 2019.

A Sra. Dirigente de Ensino, no uso de suas atribuições legais informa que, está aberta a inscrição para a ação “Dia do Coração 2019” uma parceria da Secretaria da Educação com a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC). A ação contará com a presença de representantes do SBC, e sua inscrição deve ser realizada no formulário presente nesta circular.

<https://docs.google.com/forms/d/1F7zI6MH8o4nSWc71irrXjvx1qlW-WB8HRwF97h6G8wE/edit?usp=sharing>

- Capacitação dos representantes das Unidades Escolares (05 profissionais da educação e 05 alunos gremistas de preferência Ensino Médio): Dia 12 de agosto.
- Ação nas Unidades Escolares: Dia 25 de setembro.

A maior causa de morte no Brasil é a morte por doenças cardiovasculares (DCV). De acordo com a OMS, nas últimas décadas, das 50 milhões de mortes, as DCV foram responsáveis por 30%, ou seja, 17 milhões de mortes. Estima-se que até 2040 haverá um aumento de até 250% desses eventos no país. Apesar das doenças do coração manifestarem-se, em sua grande maioria, na vida adulta, é na infância que o processo de aterosclerose tem seu início.

O projeto SBC Vai à Escola tem como objetivo atuar na promoção da saúde e na prevenção de doenças cardiovasculares, por meio da conscientização dos alunos da rede pública de ensino de 06 a 18 anos. Um dos aspectos mais importantes é que a abordagem com as crianças e adolescentes seja interprofissional, envolvendo professores, psicólogos, médicos, nutricionistas, educadores físicos e outros, para o acolhimento, assistência e acompanhamento desses indivíduos; assim como intersetorial, porque precisa do envolvimento da sociedade, escola, governo e profissionais da área da saúde na Prevenção Cardiovascular e Promoção da Saúde. Todas as ações são construídas com a participação da comunidade escolar facilitando a aprendizagem sobre a importância da prevenção dos fatores de risco para doenças cardiovasculares: sedentarismo, obesidade, tabagismo/ outras drogas, dislipidemia, hipertensão arterial, diabetes e estresse; e promoção dos fatores protetores: alimentação saudável e atividade física regular.

Na rede pública estadual, o projeto já foi realizado em uma escola da capital e uma no Interior, e em 2019 o plano de ação é que 200 escolas, de 20 Diretorias de Ensino participem. No dia 25 de setembro, todas as escolas farão o “Dia do Coração” simultaneamente. As etapas do projeto estão resumidas abaixo.



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO REGIÃO OSASCO
NÚCLEO PEDAGÓGICO

DIA DE FORMAÇÃO

O dia de formação acontece com, no mínimo, 1 mês antes do Dia do Coração. Com os monitores já definidos é realizada uma formação com duração de 4 horas (12 de agosto). A formação ocorre em três etapas: - Exposições interativas: nesta etapa são ministradas palestras breves por uma equipe multiprofissional. São abordados 7 fatores de risco modificáveis para as doenças cardiovasculares (obesidade, sedentarismo, estresse, dislipidemia, diabetes, hipertensão arterial, tabagismo/outras drogas), fatores protetores (atividade física regular e alimentação saudável) e saúde integrada. - Oficinas: Após as palestras os monitores são divididos em 5 grupos para oficinas de construção de propostas de metodologia para atingir o objetivo das salas temáticas, suas aplicações e materiais que serão utilizados no Dia do Coração. O material é viabilizado pela própria escola utilizando os recursos já disponíveis no local. - Plenária de aprovação: as propostas são apresentadas e votadas pelo grupo para aplicação no Dia do Coração. Todos os profissionais que participam do dia de formação recebem o certificado de monitor do Programa SBC Vai à Escola e tornam-se aptos a implementar o Programa em suas respectivas escolas. Para a avaliação dessa etapa são aplicados questionários pré e pós sobre o conteúdo apresentado.

DIA DO CORAÇÃO

O Dia do Coração é o evento que marca de fato o início do programa junto aos estudantes. A abertura oficial do Dia do Coração é realizada pela diretora da escola no anfiteatro/quadra da escola. Após a abertura, os alunos que participarão do evento são divididos em 5 grandes grupos que irão circular pelas oficinas construídas pelos monitores. Essa divisão é feita por cores para facilitar a identificação dos grupos e rotação das salas.

SALAS TEMÁTICAS

Cada sala tem um objetivo específico e a metodologia aplicada será definida pelos monitores no dia da formação:

- Sala de nutrição: Tem como objetivo abordar o tema de alimentação saudável e consciente, com base no Guia Alimentar da População Brasileira (Ministério da Saúde), trazendo a importância do consumo de alimentos in natura e orientação sobre consumo de sal, açúcar e gorduras. Além disso, é importante dialogar sobre hábitos alimentares, comensalidade e compartilhar experiências. Nessa sala deve ser servido um lanche para que os alunos não permaneçam em jejum durante o período da atividade.

- Sala de atividade física: Tem como objetivo apresentar os benefícios da atividade física para a saúde do coração e sua importância como fator protetor para as doenças cardiovasculares. A importância de ser ativo fisicamente evitando o sedentarismo são abordagens mandatórias nessa oficina.



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO REGIÃO OSASCO
NÚCLEO PEDAGÓGICO

• Sala de relaxamento: Tem objetivo de esclarecer sobre o estresse e suas consequências na saúde do coração e apresentar os benefícios de atividades de relaxamento para o bem-estar dos indivíduos.

• Sala de multimídia/estudo: O objetivo dessa sala é utilizar dos recursos audiovisuais de maneira interativa para tratar dos fatores de risco e fatores protetores para as doenças cardiovasculares. Esse momento é utilizado para aplicação do questionário para levantamento de dados.

• Sala de teatro: Por meio de ações lúdicas essa sala tem como objetivo estimular a criança a ser multiplicadora do projeto, assim como sensibilizá-la a vivenciar e recriar ações do cotidiano desses indivíduos dando a oportunidade do entendimento por meio de experiências.

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO CARDIOVASCULAR CONTINUADA

O programa de educação continuada tem como objetivo aprofundar e dar continuidade às ações do dia do coração. A sociedade segue um calendário temático em referência aos fatores de risco. Esse calendário é uma oportunidade de a escola aplicar ações que promovam a prevenção da saúde para o coração. A equipe técnica da SBC orienta e fornece materiais de apoio para pautar ações a serem realizadas pelos monitores, com essa temática, nas escolas.

1. Dia Mundial da Atividade Física
2. Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial
3. Dia Mundial SEM Tabaco
4. Dia Nacional de Controle do Colesterol
5. Dia Mundial do Coração
6. Dia Mundial do Diabetes

Conto com o amplo apoio das Unidade Escolares. Quaisquer dúvidas favor entrar em contato com o Núcleo Pedagógico, PCNP Natália Sciani - Ciências.

Atenciosamente,

Irene Machado Pantelidakis
RG 17.594.614
Dirigente Regional de Ensino

Elza Sampaio
RG 8.497.507-6
Diretora do Núcleo Pedagógico