



Simpósio de Integração Acadêmica

“A Transversalidade da Ciência, Tecnologia e Inovações para o Planeta”
SIA UFV Virtual 2021



Verificação dos processos de higienização dos alunos associado à manutenção da saúde durante seis meses pós pandemia da COVID-19

Reginaldo Marcolan Braga Dias, Departamento de Educação Física (DES), Universidade Federal de Viçosa - Campus Florestal, reginaldo.dias@ufv.br.

Guilherme de Azambuja Pussieldi, PhD, Departamento de Educação Física (DES), Universidade Federal de Viçosa - Campus Florestal, guilhermepussieldi@ufv.br

Educação Física; Ciências biológicas e da Saúde; Pesquisa.

Palavras-chave: Saúde, higienização e contaminação.

Introdução

As práticas de higiene pessoal desempenham um importante papel na prevenção de contaminações bacterianas, fúngicas e demais infecções na pele e na saúde em geral (PRADO, 2012). Recentemente, a pandemia do novo coronavírus (COVID-19) alertou a população global sobre a importância da desinfecção de objetos que tiveram contato com meio externo, assim como da higienização das mãos e de superfícies de uso coletivo, que são importantes ferramentas para conservação da saúde.

Além disso, a pandemia afetou diversos setores de trabalho da nossa sociedade, desde setores corporativos até mesmo a educação. Como Krumsvik (2020) observou que é importante que os pesquisadores educacionais investiguem diferentes aspectos das consequências educacionais da crise da COVID-19. Dessa forma, o setor educacional em geral foi afetado de maneira significativa, tanto alunos quanto professores.

Um aspecto importante a ser destacado no período de pandemia da COVID 19 é o cuidado que devemos ter com a higiene, quando não nos atentamos a esse detalhe acabamos por transformá-lo em um risco para a nossa própria saúde. Um dos danos mais comuns é a contaminação microbiológica das superfícies de mais uso nos espaços públicos, podendo causar diversas doenças infecciosas.

A possível contaminação adquirida por contato em superfícies sem higiene adequada estão cada vez mais comuns, e necessitam muita atenção por parte da saúde pública. As superfícies necessitam de limpeza adequada e permanente, para minimizar as possíveis aparições de doenças transmitidas por patógenos.

Objetivos

Verificar os hábitos de saúde diária dos alunos do ensino médio, além das práticas de higiene que os alunos utilizam neste período específico durante a pandemia da COVID-19.

Material e Métodos

O estudo foi realizado na Universidade Federal de Viçosa - Campus Florestal. Fizeram parte do estudo 99 alunos de educação física do ensino médio de ambos os sexos escolhidos aleatoriamente com idade média de 15 a 19 anos. O projeto está de acordo com o Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Viçosa, e os pais assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e os participantes menores o Termo de Assentimento. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFV - Campus Florestal, parecer nº 4.165.573 de 21 de julho de 2020, sob CAEE nº 31640820.3.0000.5153.

Foi enviado por meio de email o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido aos responsáveis e, após a assinatura e retorno foi enviado através da mídia social Whatsapp do grupo dos alunos convidando com o texto do Termo de Assentimento explicando sobre a pesquisa, sua importância e objetivos da pesquisa. Juntamente com o link do Survey que continha o Termo de Assentimento e os questionários para que os alunos assinem eletronicamente aceitando participar do projeto como voluntário. O projeto está de acordo com as Orientações para Procedimentos em Pesquisa em Ambiente Virtual (Carta Circular 01/2021) do CNS.

Para avaliar a qualidade do sono e os hábitos de higienização dos alunos foi criado um questionário que avalia a qualidade de sono percebida autorreferida. O questionário era composto por uma pergunta simples e objetiva. O uso de um questionário autodeclarado é um método confiável que reflete a qualidade do sono. Os alunos também responderam a um questionário sobre os hábitos de saúde diários, que continham várias perguntas, incluindo perguntas sobre higienização, práticas saudáveis e conhecimento sobre a COVID-19.

O Link com os respectivos questionários foi enviado aos alunos. Para coleta de dados foi utilizada a plataforma de formulários do Google Forms. O Google Forms é uma ferramenta que permite a coleta de dados por meio de uma pesquisa personalizada, tipo Survey. As informações são coletadas e conectadas automaticamente a uma planilha a partir da qual ser importado para programas de análise. Os dados foram tabulados em apenas uma tabela e foi feita a análise descritiva utilizando o programa Excel®

Resultados e Discussão

No presente estudo foi achado que, mesmo 58,6% dos alunos entrevistados afirmarem que tem uma qualidade de sono boa a muito boa, 84,8% dormem menos do que 8 horas por dia, sendo contrário às recomendações da American Academy of Sleep Medicine [AASM] (2016). Adolescentes de 13 a 18 anos de idade devem dormir de 8 a 10 horas por 24 horas regularmente para promover uma saúde ideal (PARUTHI, 2016). Outro ponto a ser levantado é a quantidade significativa de alunos que não praticam nenhum exercício físico, segundo estudo realizado por Paulo Renzo (2020) houve uma redução na prática de atividade física dos adolescentes durante o período da pandemia da COVID-19. O que pode ser explicado, pela facilidade de instalar jogos, ver vídeos, e ter redes sociais no smartphone, contribuiu para que o adolescente deixe de manter-se ativo fora da aula de Educação Física (RENZO,2020).

Além disso, podemos dizer que a grande maioria dos discentes que responderam ao questionário tem uma ótima prática de higienização das mãos neste período de pandemia da COVID-19. Isso vai de acordo com os achados de Noádia Priscila, et al (2021), confirmando que os jovens estão buscando cada vez mais informações sobre higiene pessoal para mitigar a contaminação do coronavírus durante o período de distanciamento social decorrente da pandemia, sobretudo no início desse período. Já que, a lavagem das mãos não apenas para retirar a sujeira, mas também para evitar doenças infecciosas com transmissões favorecidas pelo ambiente no qual vivemos (MARIA, TANIA et al, 2021), é de extrema importância para a prevenção do contágio.

Nesta pesquisa, 45 participantes demonstraram conhecer pouco ou nada sobre a COVID-19, pode ser que, essas pessoas estão procuraram poucas informações sobre o coronavírus, pois a grande maioria dos entrevistados não fazem parte do grupo de risco. Como já dissia MOSSOI et al (2020), o desconhecimento e o medo gerado pela COVID-19 fizeram com que o grupo mais vulnerável e as pessoas buscassem excessivamente informações sobre essa patologia, como uma forma de aliviar a tensão diante a pandemia. Isso é refletido quando ocorre a contaminação por essa doença, pois cerca de 26,3% dos entrevistados não sabem para quem procurar ajuda.

Conclusões

A pesquisa aqui exposta atendeu aos objetivos propostos, possibilitando uma análise que verificasse os hábitos de saúde diária dos alunos do ensino médio, além das práticas de higiene que os alunos utilizam neste período específico durante a pandemia da COVID-19. Foi possível observar que poucos alunos conseguem dormir igual ou mais de 8 horas por dia, porém a maioria tem uma boa qualidade de sono por dia e a maioria dos entrevistados praticam algum tipo de exercício físico que ajuda na qualidade do sono. As práticas diárias de higienização com as mãos dos alunos é frequente e adequada para a eliminação de vírus, fungos ou bactérias. Porém até o presente estudo 41,4% dos alunos entrevistados demonstraram ter pouco conhecimento sobre o novo coronavírus, o qual é uma preocupação já que pode transmitir a COVID-19 para pessoas de alto risco sem saber. Também se faz necessário a realização de novos estudos acerca desta temática, principalmente após a volta às aulas presenciais dos alunos, visando verificar se as práticas de higiene se mantêm, se nesse período de isolamento físico os estudantes procuraram mais informações sobre a COVID-19 e como está a saúde mental dos alunos.

Bibliografia

- CORDEIRO, V.B.; LIMA, C. B. Higienização das mãos como ferramenta de prevenção e controle de infecção hospitalar. *Temas em Saúde*. v. 16, n. 2, p. 425-444, 2016.
- KRUMSVIK, RUNE JOHAN. Home schooling, remote teaching and digital Bildung in societal crisis. *Nordic Jou Digi Liter*. v. 15, n. 02, p. 71-85, 2020.
- PARUTHI, SHALINI *et al*. Recommended Amount of Sleep for Pediatric Populations: A Consensus Statement of the American Academy of Sleep Medicine. *Journal of clinical sleep med*. v. 12, n. 6, p. 785 - 786, 2016.
- RENZO, P.G.J.; CORREIA, M.S. Pandemia da COVID-19 e práticas de atividades físicas por estudantes do 9º ano do Ensino Fundamental. *Mat, Sch Cont, and Teac*. v. 3, n. 2, p. 49-60, 2020.

Apoio Financeiro



Agradecimentos

