

## **OFICINA SOBRE HIGIENE CORPORAL E HÁBITOS SAUDÁVEIS COM MÃES DO BAIRRO SEMINÁRIO EM CRATO-CE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

FRANCICLEIDE GEREMIAS DA COSTA SOUZA, VANESSA EMANUELA DE OLIVEIRA SILVA, JAQUELINY RODRIGUES SOARES,

A higiene corporal é um conjunto de cuidados essenciais para manutenção da saúde do corpo e prevenção de doenças. Compreende cuidados básicos como lavagem das mãos após as refeições, banho diário no mínimo três vezes ao dia, cuidados com o corpo, o não uso de roupas molhadas, higienização oral adequada, cuidados com a pele, cabelos, unhas, e manutenção de hábitos saudáveis. Assim, para alcançar um nível adequado de saúde, as pessoas precisam saber identificar e satisfazer suas necessidades básicas. Neste sentido a educação em saúde significa contribuir para que as pessoas adquiram autonomia para identificar e utilizar as formas e os meios para preservar e melhorar a sua vida. Esse trabalho tem como objetivo, relatar uma oficina realizada pelos acadêmicos de enfermagem e integrantes do Projeto de Extensão e Pesquisa de Combate aos Distúrbios Nutricionais junto à Pastoral da Criança com 11 mães do bairro Seminário na cidade Crato-Ce. Este trabalho caracteriza-se como relato de experiência de caráter descritivo, exploratório e qualitativo. A oficina baseou-se em uma gincana, onde as questões norteadoras sobre Higiene corporal e hábitos saudáveis foram: A lavagem das mãos antes das refeições é importante para prevenir doenças? Sobre o banho diário, é correto realizá-lo no mínimo três vezes ao dia? Deve-se escovar os dentes no mínimo três vezes ao dia e após as refeições? Na primeira questão 90% acertaram na segunda 100% e na terceira 80%. Nas questões em que houve dúvidas as mesmas foram esclarecidas. Por meio desse relato de experiência vivenciado junto às mães, chegamos à conclusão de que as mesmas dominavam os temas abordados. A maioria das respostas foram assertivas indicando um conhecimento prévio das mães sobre higiene corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** ENFERMAGEM, HIGIENE CORPORAL, EDUCAÇÃO E SAÚDE

**ÁREA TEMÁTICA:** ENFERMAGEM (EXTENSÃO)

**FORMA DE APRESENTAÇÃO:** RELATO DE EXPERIÊNCIA