



LOUSA INTERATIVA NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE RELACIONADA AOS HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEIS

Fernanda Rodrigues Fernandes¹; Guilherme Andrade Cardoso¹; Karine Gonçalves Valadares¹; Kátya Rafaela Rodrigues Borges¹; Mariane Cardoso Ferreira¹; Rayssa Cristina Rodrigues Mendes¹; Ana Monique Gomes Brito².

1-Estudantes do curso de Enfermagem da Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna – FASI.

2-Professora do curso de Enfermagem da Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna – FASI.

Objetivos: relatar a experiência da utilização do recurso pedagógico lousa interativa em Educação em Saúde, relacionada aos hábitos de vida saudáveis. **Materiais e Métodos:** trata-se de um relato de experiência sobre Educação em Saúde realizada na cidade de Montes Claros–MG. Desenvolveu-se um instrumento educativo e informativo denominado Lousa Interativa, contendo os motivos e as barreiras enfrentadas pela população para a execução de hábitos de vida saudáveis. Foi aplicada uma dinâmica com os pacientes presentes sobre as dificuldades de realizar atividades físicas a partir do desenvolvimento de um quadro com problemas e soluções. Logo após, foi realizado um momento de reflexão para o desenvolvimento de novos hábitos de vida saudáveis. **Resultados:** o momento proporcionou uma reflexão positiva. Observou-se o interesse dos participantes em modificar os hábitos de vida no cotidiano, devido à preocupação com a crescente incidência de doenças que estão ligadas a um estilo de vida ruim. Portanto, o público foi sensibilizado com a Educação em Saúde aplicada. **Conclusão:** o instrumento utilizado apresentou-se adequado, pois desenvolveu a conscientização dos participantes sobre os hábitos de vida saudáveis de forma dinâmica, integrativa e objetiva.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Hábitos de vida saudáveis. Doenças Crônicas Não Transmissíveis.