



“SAÚDE” PREVENÇÃO PARA UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA

Autor(es): Amanda Cristina Jesus Lopes, Nayara Torres Ferreira, Caroline Suelen Rodarte

Objetivo: Este trabalho visa conscientizar os discentes da Escola Estadual Irmã Beata, localizada em Montes Claros-MG, sobre a importância da prevenção como alternativa para uma boa qualidade de vida. Mediante isso, capacitaremos os alunos com medidas práticas de prevenção, proteção e recuperação da saúde ao alcance de todos. **Metodologia:** Será realizada a distribuição de panfletos educativos; participação de uma acadêmica do curso de medicina para proferir palestras a respeito da importância da prevenção e de uma alimentação saudável, bem como da prática de atividades físicas, visando o contexto e o ambiente social em que esses alunos estão inseridos. **Resultados:** Os discentes compreenderam que para se ter uma boa qualidade de vida é necessário primeiramente cuidar da saúde, uma vez que ela desencadeia a possibilidade do nosso corpo realizar diversas atividades. **Conclusão:** Diante da pertinência de se trabalhar a saúde em sala de aula como o direito de toda sociedade, pensamos em contribuir através deste trabalho com prevenção em vez de meios curativos.