

MAIS HIGIENE E MAIS QUALIDADE DE VIDA PARA UMA MELHOR SAÚDE: AS CRIANÇAS DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO

Eugénia Maria Garcia Jorge Anes¹, Ana Luís Dias²

¹ Professora Adjunta, Instituto Politécnico de Bragança, Investigadora Integrada da UICISA, e professora na Escola de Saúde IPB. Bragança, Portugal.

² Enfermeira. Hospital Cascais, Portugal.

Introdução: A higiene infantil engloba a compreensão, estudo e planeamento de medidas promotoras de saúde, como forma de prevenção das doenças infantis (González, 2009). A qualidade de vida relacionada com saúde refere-se às dimensões físicas, psicológicas, mentais, sociais e funcionais do bem-estar da criança (Monteiro, 2011). A avaliação da qualidade de vida relacionada com a saúde nas crianças pode ser fundamental na identificação de crianças em risco, com baixos níveis de bem-estar ou que apresentem determinados problemas de saúde e, imprescindível à implementação de estratégias promotoras da saúde e da qualidade de vida em crianças e adolescentes (Abreu, Marques, Martins, Fernandes & Gomes, 2016). **Objetivo:** Avaliar hábitos de higiene e qualidade de vida em crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico. **Metodologia:** estudo descritivo, transversal e analítico, com uma abordagem quantitativa. Utilizado um questionário constituído por questões de caracterização, pelo módulo de higiene do questionário GSHS (Global School-Based Student Health Survey) e pela escala de avaliação da qualidade de vida relacionada com a saúde KIDSCREEN-52©. Amostra não probabilística acidental, por conveniência, constituída por 111 crianças do 2º, 3º e 4º ano, de uma escola básica de um concelho do Nordeste Transmontano. A colheita de dados foi efetuada em 2021. Tidos em conta os pressupostos éticos da Declaração de Helsínquia e Convenção de Oviedo. **Resultados:** Foram identificadas correlações positivas e fracas entre a frequência de tomar banho, lavar as mãos depois de ir à casa de banho, lavar o cabelo e tomar banho e a qualidade de vida. Esta associação é significativa nas dimensões saúde e atividade física, tempo livre, estado de humor em geral, sobre si próprio, família e ambiente familiar e amigos, questões económicas e ambiente escolar e aprendizagem. **Conclusão:** Destacam-se assim hábitos positivos em relação à higiene e a qualidade de vida, traduzindo a uma boa relação entre as duas variáveis, verificando-se que a qualidade de vida varia no mesmo sentido que os hábitos

de higiene, ou seja, a qualidade de vida aumenta à medida que aumentam os hábitos de higiene.

Palavras-chave: Saúde; Higiene; Qualidade de vida relacionada com a saúde; Crianças.

Referências Bibliográficas:

González, F. (2009). Educación para la Salud de 0 a 6 años. In Cuadernos de Educación y Desarrollo. Vol.1, nº5 (julho 2009).

Monteiro, M. (2011). Competências para a Vida em Adolescentes: Avaliação da Qualidade de Vida Relacionada com a Saúde e da Competência Social (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Ciências Humanas e Sociais – Departamento de Psicologia, Faro, Algarve.

Abreu, M., Marques, I., Martins, M., Fernandes, T., & Gomes, P. (2016). Qualidade de Vida Relacionada com a Saúde em Crianças e Adolescentes – Estudo Bicêntrico e Comparação de Dados Europeus. *Nascer e Crescer Revista de Pediatria do Centro Hospitalar do Porto*, 3, 141-146.