

ROTEIRO DO FACILITADOR
Corpo, Emoções e Cuidado – Vamos
Cuidar de Nós e dos Outros!
6 a 8 anos
Setembro do 2026 | Belo Horizonte

OBJETIVOS GERAIS

- Estimular, de forma lúdica, o cuidado com o corpo e com as emoções.
- Abordar 4 temáticas prioritárias do PSE: saúde mental, sexualidade, cultura da paz, alimentação e prevenção da violência.
- Identificar situações de vulnerabilidade e garantir um espaço protetivo.

Formato da Oficina

Faixa etária: 6 a 8 anos | Duração: 1:40 a 2:00 horas

Local: Escola pública municipal e creches conveniadas, pactuada com o PSE

Facilitadores: 1 ou mais profissionais da saúde e profissional da educação

A oficina deve ser realizada em 1 ou mais turmas dentro da faixa etária em cada escola

Objetivo da Oficina

Oferecer uma experiência lúdica e acolhedora para que as crianças reflitam, de forma leve, sobre:

- Seus sentimentos
- Os cuidados com o próprio corpo
- A importância da alimentação saudável
- A proteção contra qualquer tipo de violência

Cronograma Prévio: Saúde e Educação

Antes da realização da oficina, é desejável **a realização de uma reunião de planejamento entre a equipe da saúde e a gestão escolar**. Nessa reunião, deve-se:

1. **Apresentar os objetivos e estrutura da oficina.**
2. **Validar o cronograma junto à escola**, através da planilha, garantindo a disponibilidade dos espaços e da equipe escolar no dia da oficina.

3. **A escola deve designar o profissional da educação que acompanhará a atividade com os alunos.**

A oficina só deverá ocorrer após essa etapa estar finalizada e o cronograma validado.

Papel dos Facilitadores

O facilitador da saúde deve:

- Conduzir a atividade com acolhimento, escuta ativa e respeito
- Estimular a participação sem forçar respostas
- Reforçar mensagens de proteção, empatia e autocuidado
- Registrar corretamente a ação no SIGRAH por temática-

Importante: Em caso de relato de violência, consultar as orientações no [GUIA DE ATENDIMENTO CRIANÇAS E ADOLESCENTES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIAS: ACOMPANHAMENTO PELA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE EM BELO HORIZONTE](#).

1. Escute sem julgar, com calma
2. **Não prometa segredo** à criança
3. Informe que ela será protegida
4. Comunique a gestão escolar e equipe da unidade de saúde
5. Siga o protocolo institucional de notificação obrigatória

Profissional da Educação (Acompanhante da Oficina):

- Observar atentamente as reações das crianças durante todas as atividades.
- **Preencher a ficha de reações das crianças**
- Caso alguma criança demonstre sofrimento ou necessidade de apoio:
 - Acolher com empatia e cuidado.
 - Levar a criança para um local mais reservado e tranquilo para escuta, se necessário.

Ficha de Monitoramento – Oficina PSE

Escola: _____

Turma: _____

Data: ____ / ____ / ____

Facilitadores (Saúde e Educação): _____

Nome da Criança	CPF	1. Boas-vindas “O que é cuidar?”	2. Jogo das Emoções e do Corpo	3. História Interativa	4. Jogo do SIM e NÃO	5. Desenho Coletivo	T eve interesse em participar?

Sugestões para Preenchimento

Use símbolos como:

- ✓ Participou ativamente
- ✗ Apresentou resistência

- ! Reação emocional relevante observada (chorou, ficou retraída, etc.)

Encerramento da Oficina – Avaliação e Devolutiva Intersectorial

Ao término da oficina:

- **Educação e Saúde devem se reunir** brevemente para:
 - Compartilhar percepções sobre a atividade.
 - Avaliar as reações e necessidades observadas entre os alunos.
 - Identificar encaminhamentos ou novas ações necessárias.
- **Os profissionais devem preencher no final da oficina o formulário de avaliação da oficina (Forms de Satisfação).**
 - **Forms do profissional da Educação:** <https://forms.gle/kXVvp5iQXnaKoysj6>
 - **Forms do profissional da Saúde:** <https://forms.gle/jjwWT6hmzuyL2sH68>

Materiais Necessários

- Cartões com emoções (alegria, tristeza, raiva, medo, calma...)
- Cartões com partes do corpo (olhos, coração, barriga, órgãos íntimos...)
- Placas “SIM” (verde) e “NÃO” (vermelha)
- Papel A4
- Giz de cera, canetinhas, lápis de cor (crianças podem trazer)
- Roteiro impresso da oficina

Checklist do Facilitador

- A planilha de cronograma com a escola foi preenchida previamente para a escola?
- A escola validou?
- Os materiais da oficina foram providenciados?

Oficina (1h e 40 minutos a 2 horas)

A oficina é estruturada em 5 dinâmicas conforme descrito abaixo:

1. Boas-vindas – “O que é cuidar? ” (15 min)

- Formar uma roda com as crianças
- Iniciar com perguntas:
 - Quem cuida de você?
 - Como você cuida dos amigos?
 - Como a gente cuida do nosso corpo?

Temas trabalhados: saúde mental, vínculo, empatia.

2. Jogo das Emoções e do Corpo (20 min)

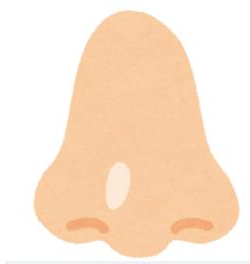
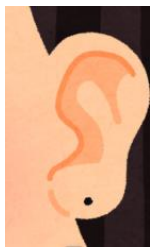
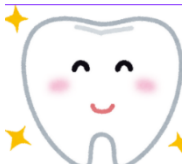
- Distribuir os cards da emoção de um lado e do outro, as partes do corpo
- Cada criança deverá pegar 1 cartão de **emoção** + 1 cartão da **parte do corpo**
- Peça para elas falarem algo sobre o que tiraram
- Ajude com perguntas:
 - "Você tirou 'alegre' e 'olhos'. O que te deixa alegre de ver?"
 - "Você tirou 'medo' e 'barriga'. Quando você sente isso, com quem conversa?"

Ficha de Emoções (para sorteio ou roda)

- Cartões destacáveis com expressões faciais e nomes de emoções. Exemplo:
- 😊 Alegria
- 😞 Tristeza
- 😡 Raiva
- 😱 Medo
- 😌 Calma

Ficha das Partes do Corpo (para combinar com emoções)

- Cartões com desenhos e palavras:
- **Outras Partes do Corpo – Sugestões para ampliar as fichas**

Emoji	Parte do Corpo	Observações Pedagógicas
	Nariz	Pode explorar respiração, cheiros agradáveis e sensações
	Ouvidos	Trabalha escuta ativa e atenção
	Mãos	Usado para cuidar, brincar e também para impor limites
	Pés	Falar sobre deslocamento, brincadeiras e autonomia
	Dentes	Importante para abordar higiene bucal e alimentação

	Barriga: colocar um x na barriga	Associada a emoções (frio na barriga), fome, bem-estar
	Braços	Relaciona-se com força, proteção, abraço
	Corpo inteiro	Permite discutir o cuidado integral e a autoproteção
	Língua	Relacionada à fala, gosto, comunicação respeitosa
	Cabeça	
	Olhos	

	Coração	
	Boca	
	Pernas	

Temas: saúde emocional, respeito ao corpo, autoproteção.

História Interativa – “O corpo fala” (15 min)

- Contar história com cartaz ou gestos
- Sugestão de enredo:
Uma criança sente um carinho estranho, fala com alguém de confiança e depois participa de um piquenique com frutas e amigos que cuidam dela.

🌟 História: “O Coração da Lili”

Lili era uma menina que adorava brincar de esconde-esconde, comer o lanche da escola e inventar músicas com os amigos.

Ela dizia que seu coração era “cor de arco-íris”, porque ele ficava feliz com coisas pequenas: um abraço, uma piada boba, uma flor no caminho da escola.

Mas um dia, Lili ficou diferente. Seu coração parecia meio nublado. Ela não quis brincar, nem cantar, e ficou caladinha no cantinho da sala.

A professora percebeu e perguntou:

— “Lili, seu coração hoje não está colorido, né?”

Lili abaixou a cabeça e fez que não.

A professora então disse:

— “Tudo bem se você quiser me contar depois, só nós duas. Às vezes, guardar tudo dentro da gente cansa o coração.”

Na hora do recreio, Lili respirou fundo e foi até a professora. Contou que algo tinha acontecido com ela — algo que não soube explicar direito, mas que a deixou confusa e desconfortável.

A professora escutou com carinho e disse:

Você fez muito bem em me contar. A gente vai cuidar disso junto, tá?”

Depois disso, Lili foi ficando mais leve. Com o tempo, voltou a sorrir. Até desenhou um coração bem grande com lápis de cor, com todas as cores do arco-íris.

Pergunta ao final:

“Quando vocês ficam tristes ou confusos, com quem gostam de conversar?”

(Estimular nomes de confiança: família, professoras, profissionais da unidade, etc.)

Para acessar o vídeo da história, [clique aqui](#).

Este vídeo foi criado pela enfermeira Tatiana Diniz, do Centro de Saúde Serra Verde.

Temas: proteção, limites, confiança.

4. Jogo do SIM e NÃO (10 min)

- Dê a cada criança uma placa verde (SIM) e uma vermelha (NÃO)
- Leia frases e peça que levantem a placa correta (**se realizar em sala com crianças menores pode pedir para levantar a mão somente quando acharem que a frase está correta**).

✓ Frases corretas (SIM – Placa Verde):

- **Podemos comer verduras e legumes todos os dias.**
- **Beber água faz bem para o nosso corpo.**
- **Brincar com os amigos é importante para a saúde.**

- Se estou triste, posso pedir ajuda.
- Meu corpo é meu, ninguém pode me tocar sem permissão.
- Dormir bem ajuda a crescer com saúde.
- Se eu observar algo errado, posso contar para um adulto de confiança.
- Respeitar os amigos é muito importante.
- Lavar as mãos antes de comer evita doenças.
- É bom cuidar dos nossos sentimentos e falar sobre eles.

✗ Frases incorretas (NÃO – Placa Vermelha):

- É legal bater quando fico com raiva.
- Se um adulto pedir segredo sobre meu corpo, devo guardar.
- Não preciso tomar banho todos os dias.
- Meninos são mais importantes que meninas.
- Só os adultos podem tomar decisões sobre meu corpo.
- Se alguém me machucar, é melhor ficar quieto.
- Quando estou triste, devo guardar tudo para mim.
- Brigar é a melhor forma de resolver problemas.
- Comer só salgadinho e doce faz bem para a saúde.
- Se um colega está chorando, devemos rir dele.

Placas simples para as crianças levantarem:

- Frente verde: “SIM”
- Verso vermelho: “NÃO”

Pode usar papelão, EVA ou cartolina para maior durabilidade.

Temas: cultura da paz, sexualidade, alimentação, segurança.

5. Desenho Coletivo – “Como eu cuido?” (20 min)

- Peça para as crianças fazerem o seu desenho.
 - Ela, com o seu cuidador, comendo algo saudável
 - Caso o facilitador achar mais interessante, pode pedir às crianças para fazerem um desenho livre da oficina.

No final as crianças devem levar o seu desenho para frente dos coleguinhas, falarem a respeito do seu desenho e depois devem colar no mural.

OBS: Ao final da oficina, tirar uma foto das crianças em frente ao mural.

Temas: expressão emocional, saúde, empatia

Encerramento

Reforce as mensagens:

“Vocês têm o direito de se sentir bem, protegidos e felizes.”

Checklist final do Facilitador

- O tempo de cada etapa foi suficiente?
- Os sentimentos das crianças foram validados?
- A oficina foi finalizada com escuta e acolhimento?
- Os facilitadores da saúde e da educação responderam o FORMS de avaliação da oficina?
- A atividade foi registrada corretamente no SIGRAH?

Lançamento no SIGRAH

Após a realização, a oficina deve ser **registrada 4 vezes, contemplando as seguintes temáticas:**

LOGO NO INÍCIO DO LANÇAMENTO NÃO ESQUECER DE MARCAR SAÚDE e atentar para LANÇAMENTOS DENTRO DOS 7 DIAS DA AÇÃO

Tema abordado na oficina	Procedimento	Atividade e realizada	Público alvo	Temas	Observações

Saúde Mental	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 6 a 8 anos	Saúde Coletiva Saúde mental	Somente 1 profissional deve lançar as ações. -O profissional que entrar com o CNES é somente o informante da ação, no item observação deve colocar as observações necessárias, de quem participou da ação, etc. -Não colocar o número de participantes, esse campo será preenchido automaticamente quando lançados os participantes por CPF -As ações devem ser lançadas com o CPF de no mínimo 10 crianças que participaram da oficina. -Atentar para inconsistências do CNS. Caso o CNS da criança esteja inconsistente, retirar o registro dessa criança para não glosar a ação. -Deve selecionar nos temas todas as ações que foram abordadas, sendo necessário somente um lançamento.
Saúde Sexual e Reprodutiva	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 6 a 8 anos	Saúde Coletiva saúde sexual e reprodutiva	
Cultura da Paz e Prevenção da Violência	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 6 a 8 anos	-Atv. Coletiva prevenção da violência e promoção da cultura da Paz + -Atividade Cidadania e direitos humanos MARCAR AMBAS	
Alimentação Saudável	Atividade Educativa/Orientação em grupo na Atenção Primária	Educação em saúde	Crianças de 5 a 8 anos	Atv. Coletiva Alimentação Saudável	

--	--	--	--	--	--

[Passo a passo para o lançamento adequado](#)

ORIENTAÇÕES GERAIS À EQUIPE

- **Após a oficina**, reunir-se com equipe técnica para:
 - ✓ Compartilhar percepções
 - ✓ Avaliar crianças que demandam acompanhamento
 - ✓ Verificar necessidade de retorno à escola com novas oficinas ou ações individuais
- **Em caso de relato sensível**,
 - Acionar imediatamente o [Guia institucional](#):
 - ✓ Evitar a revitimização
 - ✓ Registrar em prontuário ou ficha individual
 - ✓ Encaminhar para escuta qualificada e proteção

Os profissionais devem preencher o formulário de avaliação da oficina (Forms de Satisfação).

- **Forms do profissional da Educação:** <https://forms.gle/kXVvp5iQXnaKoysj6>
- **Forms do profissional da Saúde:** <https://forms.gle/jjwWT6hmzuyL2sH68>

É muito importante que respondam a avaliação para que possamos aprimorar as ações futuras. Contamos com a colaboração de todos! 🌹