ISSN: 2358-8829

EDUCAÇÃO EM SAÚDE: HISTÓRIA EM QUADRINHOS CRIADA COM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL SOBRE OS COMPORTAMENTOS DE MOVIMENTO DAS 24 HORAS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Rodrigo da Silva Almeida [1]
Amanda Maria Gomes de Santana Ferraz [2]
Evellin Joyce Silva Araújo [3]
Daniel da Rocha Queiroz [4]

INTRODUÇÃO

A educação em saúde constitui um campo de atuação da saúde pública voltado à promoção da saúde e à produção compartilhada de conhecimentos (Brasil, 2007). Para além da transmissão de informações, caracteriza-se como um processo dialógico que favorece a autonomia, a participação social e o protagonismo dos sujeitos nas decisões relacionadas ao próprio cuidado (Fittipaldi, O'Dwyer, Henriques, 2021). Nessa perspectiva, a transmissão de conhecimentos deve contribuir para que as pessoas desenvolvam condições de realizar escolhas e práticas de autocuidado de maneira segura e consciente (Fontana et al., 2020). Trata-se de uma prática educativa e social que pode estimular a formação da consciência crítica sobre os problemas de saúde, bem como a busca por soluções e a organização para ações individuais e coletivas (Brasil, 2007).

A educação em saúde relaciona-se diretamente à literacia em saúde, uma vez que a apropriação de informações é fundamental para que os sujeitos possam utilizá-las em situações concretas do cotidiano. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2024), a *health literacy* refere-se ao conjunto de conhecimentos e competências construídos ao longo da vida, a partir das atividades diárias, das interações sociais e dos processos intergeracionais. Esse conjunto é influenciado pelas estruturas organizacionais

[1]Mestrando no Curso de Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) e Graduando no curso de Bacharelado em Ciências Sociais da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), rodrigo.salmeida@ufpe.br;
[2]Graduanda no Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), amanda.mferraz@ufpe.br;
[3]Graduanda no Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), evellin.araujo@ufpe.br;
[4]Doutor em Educação Física; Professor da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), daniel.rochaqueiroz@ufpe.br;

e pela disponibilidade de recursos, interferindo na capacidade de acessar, compreender, avaliar e aplicar informações e serviços relacionados à promoção e à manutenção da saúde e do bem-estar (OMS, 2024).

Com o propósito de orientar acerca da Atividade Física (AF), Comportamento Sedentário (CS) através do tempo de tela recreativo, e o Sono de maneira integrada, pesquisadores canadenses desenvolveram, em 2016, as "Diretrizes Canadenses de Movimento de 24 horas para crianças e adolescentes entre 5 e 17 anos" (Tremblay et al., 2016). As recomendações estabelecem que crianças e adolescentes devem realizar, no mínimo, 60 minutos/dia de AF moderada a vigorosa, limitar o tempo de tela (TT) recreativo a <2 horas horas/dia para crianças de 5 a 13 anos, recomenda-se de 9 a 11 horas de sono por dia; para jovens de 14 a 17 anos, a recomendação de 8 a 10 horas diárias (Tremblay et al., 2016).

Quando consultados, os pais manifestaram dúvidas sobre a interpretação de conceitos como atividade física leve e tempo de tela recreativo, bem como preocupações com a viabilidade de limitar o uso de telas a duas horas diárias (Faulkner et al., 2016).

Os participantes do estudo supracitado destacaram a importância de abordagens colaborativas e de materiais educativos em diferentes formatos, incluindo recursos impressos e digitais, para ampliar o acesso às informações e favorecer a compreensão das recomendações, visto que com exceção dos profissionais de educação física qualificados, o conhecimento sobre as diretrizes foi baixo (Faulkner et al., 2026)

Nessa perspectiva, a História em Quadrinhos (HQ), por articular imagens e diálogos, pode constituir um recurso didático para apresentar conteúdos de saúde de maneira acessível e favorecer sua disseminação.

Diante disso, este trabalho teve como objetivo a elaboração de um material educativo em saúde a fim de apresentar uma História em Quadrinhos sobre as diretrizes de comportamentos de movimento das 24 horas, trazendo informações acerca da Atividade Física , Tempo de Tela e Sono.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo voltado à elaboração de um material educativo em saúde, desenvolvido na forma de uma História em Quadrinhos (HQ) sobre os Comportamentos de Movimento das 24 Horas (Tremblay et al., 2016). Inicialmente, foi elaborado um *prompt* com informações referentes às recomendações de atividade física, sono e comportamento sedentário para crianças e adolescentes, utilizando as ferramentas de

Inteligência Artificial. O *Gemini* foi utilizado como ferramenta para aperfeiçoamento do prompt, contribuindo para a definição das características dos personagens, das situações apresentadas e da linguagem empregada no material. Em seguida, o *prompt* elaborado foi utilizado no *ChatGPT* para a geração das imagens da HQ. Em seguida, foi produzida a primeira versão visual da HQ, destinada a estudantes, professores, pais ou responsáveis e à comunidade escolar, contemplando personagens, situações do cotidiano e diálogos com o uso de expressões regionais de Recife, como “oxe”, “boy”, “visse”, “tá ligado” e “danosse”.

Posteriormente, foram realizadas correções e especificações das recomendações apresentadas no material, incluindo a diferenciação entre o tempo de tela destinado a atividades recreativas e aquele utilizado para fins educacionais. Também foram realizados ajustes gramaticais, abrangendo acentuação, concordância, ortografia e clareza dos diálogos. Posteriormente, foram aprimoradas a qualidade visual e a finalização da HQ.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A utilização da HQ sobre os Comportamentos de Movimento das 24 Horas especialmente no contexto escolar não deve limitar-se à transmissão de recomendações “biológicas” sobre atividade física, sono e comportamento sedentário.

Quando o debate sobre saúde na Educação Física se concentra exclusivamente na aptidão física, sob uma perspectiva individual e biológica, outros aspectos são negligenciados, especialmente aqueles relacionados às dimensões sociais e culturais. Desta forma, a disciplina pode se afastar da função formativa e reflexiva da escola, reduzindo-se a um fazer predominantemente prático (Oliveira et al., 2017).

A promoção da literacia em saúde no ambiente escolar contribui para a melhoria da saúde e da aprendizagem da comunidade escolar, além de favorecer a equidade em saúde (Okan, Paakkari e Dadaczynski, 2020). Para isso, é fundamental utilizar uma linguagem simples e acessível, pois ela participa diretamente da construção de sentidos sobre as informações em saúde (Peres, Rodrigues e Silva, 2021).

Nesse contexto, as Histórias em Quadrinhos constituem recursos educativos capazes de articular linguagem verbal e visual, facilitando a compreensão de conteúdos. Almeida et al. (2025) identificaram que uma HQ ampliou o conhecimento de adolescentes sobre métodos contraceptivos. Na Educação Física escolar, Trevisan, González e Borges (2020) observaram que esse recurso favoreceu a aprendizagem sobre diferentes práticas

ISSN: 2358-8829

corporais, especialmente quando acompanhado de debates. Além disso, as HQs podem ser utilizadas tanto para ensinar quanto para possibilitar que estudantes e professores expressem experiências relacionadas às práticas corporais (Júnior, 2025). Assim, a HQ sobre os Comportamentos de Movimento das 24 Horas pode favorecer a comunicação acessível e a reflexão sobre atividade física, sono e tempo de tela.



Figura 1. História em Quadrinhos desenvolvida através do *Gemini* e *Chat GPT*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A elaboração da História em Quadrinhos mostrou-se uma estratégia pertinente para apresentar, de forma acessível e atrativa, informações sobre os Comportamentos de Movimento das 24 Horas, contemplando a atividade física, o tempo de tela e o sono. A articulação entre imagens, diálogos e linguagem próxima do cotidiano dos estudantes pode favorecer a compreensão dos conteúdos e contribuir para o desenvolvimento da

literacia em saúde. Além disso, a HQ contempla a competência geral 8 da Base Nacional Comum Curricular, cujo objetivo é conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional. Este material educativo em saúde se mostra adequado e oportuno em distintos contextos.

Palavras-chave: Educação em Saúde; História em Quadrinhos; Sono; Atividade Física; Tempo de Tela.

AGRADECIMENTOS

Programa de Bolsas de Pós-Graduação da Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia do Estado de Pernambuco (IBPG-2694-4.09/25).

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Thayse Gomes de et al. Intervenção educacional com história em quadrinhos sobre contraceptivos para adolescentes: estudo quase experimental. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 30, e11092025, 2025.

BRASIL. Fundação Nacional de Saúde. *Diretrizes de educação em saúde visando à promoção da saúde: documento base: documento I*. Brasília, DF: Funasa, 2007.

DE ALMEIDA JÚNIOR, Admir Soares. História em quadrinhos e educação física escolar: essa relação "dá jogo"? *9ª Arte, São Paulo*, v. 12, p. e218675, 2023.

FAULKNER, Guy et al. Canadian 24-hour movement guidelines for children and youth: exploring the perceptions of stakeholders regarding their acceptability, barriers to uptake, and dissemination. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, v. 41, n. 6, p. S303-S310, 2016.

FITTIPALDI, Ana Lúcia de Moura; O'DWYER, Gisele; HENRIQUES, Patrícia. Educação em saúde na atenção primária: as abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu,* v. 25, p. 1-16, 2021.

FONTANA, Rosane Teresinha et al. Reflexões sobre a educação em saúde como um processo emancipatório. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 3, p. 5196-5203, 2020.

HEALTH literacy. *World Health Organization*, 2024. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/health-literacy. Acesso em: 29 out. 2026.

OKAN, Okan; PAAKKARI, Leena; DADACZYNSKI, Kevin. *Literacia em saúde nas escolas*. Finlândia; Alemanha: Schools for Health in Europe, n. 6, 2020.

OLIVEIRA, João Paulo et al. A constituição dos saberes escolares da saúde no contexto da prática pedagógica em Educação Física escolar. *Motricidade*, v. 13, p. 97-112, 2017.

PERES, Frederico et al. *Literacia em saúde*. Rio de Janeiro: SciELO; Editora Fiocruz, 2021.

TREVISAN, Kamila Isabel; GONZÁLEZ, Fernando Jaime; BORGES, Robson Machado. Histórias em quadrinhos como recurso metodológico: uma possibilidade nas aulas de Educação Física. *Movimento*, v. 26, e26090, 2020.

TREMBLAY, Mark S. et al. Canadian 24-hour movement guidelines for children and youth: an integration of physical activity, sedentary behaviour, and sleep. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, v. 41, n. 6, supl. 3, p. S311-S327, 2016.