

O IMPACTO DE AÇÕES DE PROMOÇÃO EM SAÚDE NA VIDA DE MULHERES E ESTUDANTES DE MEDICINA

Assis, R. M.; Moreira, L. D.; Fernandes, L. C.
E-mail: rafaella.m.assis@gmail.com

RESUMO

O projeto de extensão desenvolvido pelos alunos de medicina teve como **objetivo** promover educação em saúde para mulheres adultas e idosas, abordando temas relevantes para o público-alvo. O intuito era não apenas fornecer informações essenciais, mas também criar um espaço seguro para discussões, empoderando as participantes na tomada de decisões sobre sua saúde e bem-estar. A metodologia adotada envolveu encontros semanais às quintas-feiras no período noturno. Com a participação de cerca de 16 voluntários, divididos em dois grupos que se revezavam a cada 15 dias, o projeto ocorreu ao longo de 12 semanas, totalizando 5 horas de atividades semanais. Os temas foram cuidadosamente escolhidos e trabalhados de forma acessível, utilizando rodas de conversa, oficinas práticas e dinâmicas interativas que incentivaram a participação ativa das mulheres. Os resultados foram expressivos. As ações do projeto fortaleceram a conscientização sobre cuidados preventivos, ampliando o acesso a informações que muitas participantes não tinham anteriormente. Além disso, as mulheres adquiriram ferramentas para o autocuidado e a prevenção de doenças, gerando um impacto social significativo na comunidade. Os voluntários também se beneficiaram, desenvolvendo habilidades interpessoais e clínicas, o que contribuiu para sua formação profissional de forma holística. A experiência demonstrou que a educação em saúde pode transformar vidas e promover mudanças positivas na comunidade.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da saúde. educação em saúde. saúde da mulher.

ABSTRACT

The extension project developed by medical students aimed to promote health education for adult and elderly women, addressing topics relevant to the target audience. The aim was to not only provide essential information, but also create a safe space for discussion, empowering participants to make decisions about their health and well-being. The methodology involves weekly meetings, initially on Tuesdays and, later, on Thursdays in the evening. With the participation of around 16 volunteers, divided into two groups that took turns every 15 days, the project took place over 12 weeks, totaling 5 hours of activities per week. The themes were carefully chosen and operations were carried out in an accessible way, using conversation circles, practical workshops and interactive dynamics that encouraged the active participation of women. The results were expressive. The project's actions strengthened awareness about preventive care, expanding access to information that many participants did not previously have. Furthermore, women acquired tools for self-care and disease prevention, generating a significant social impact on the community. The volunteers also benefited, developing interpersonal and clinical skills, which contributed to their professional training in a holistic way. Experience demonstrates that health education can transform lives and promote positive changes in the community.

KEY WORDS: Health Promotion. Health Education. Women's Health.

INTRODUÇÃO

O projeto desenvolvido pelos alunos de medicina teve como levar para a população informações e novos aprendizados sobre seus direitos, saúde e formas de prevenção. Além disso, as mulheres tiveram um espaço livre para apresentarem suas ideias e dúvidas quanto à sua própria saúde e daqueles de quem elas cuidam, criando um espaço livre de preconceito que fosse capaz de gerar discussões e corroborar para a construção do conhecimento e autonomia (PNAISM, 2015; PNPS, 2002).

Ademais, o projeto ofereceu programas de educação em saúde e dinâmicas em grupo que foram capazes de expandir o acesso a informações e ajudar nos desafios diários que essa população possa enfrentar. Como também, ao garantir maior acesso de informações, o projeto visa garantir reduzir as diferenças na saúde, melhorar a qualidade de vida, empoderando mulheres em conhecimento e na sua capacidade de lidar com os problemas na perspectiva da saúde, garantindo aquilo que está proposto pelas leis de saúde pública do Brasil e cumprindo o dever como futuros profissionais da saúde (LANZIOTTI, S. et al., 2024; PNAISM, 2015; PNPS, 2002).

Dentro da prática de extensão, o conhecimento adquirido em sala de aula é levado à comunidade, oferecendo um espaço para que o aprendizado teórico se torne ação concreta. Os voluntários puderam colocar em prática os conceitos de saúde pública, prevenção e promoção da saúde, integrando esse conhecimento para atender às necessidades reais da comunidade. A interação com a comunidade proporcionou uma oportunidade para desenvolver habilidades, que são essenciais para a formação de um profissional de saúde mais holístico, capaz de atuar em diversos contextos e realidades (BARBOSA, F. S., 1978, 3. MALHEIROS, R.; GUIMARÃES, R. G. M., 1998).

A combinação de responsabilidade social com ensino e pesquisa foi capaz de fortalecer o processo de aprendizagem, uma vez que as demandas da comunidade levantavam questões que alimentam a pesquisa, fomentando aos alunos a pesquisarem e buscarem o conhecimento por si só e mais uma vez o conhecimento captado logo voltavam ao ensino para a comunidade. Assim, o estudante se torna protagonista, aproximando sua formação das questões reais da sociedade e promovendo um impacto positivo, primeiro em sua formação acadêmica e, depois,

na comunidade (BARBOSA, F. S., 1978; LANZIOTTI, S. et al., 2024; SOUZA, M. C. A. DE et al, 2023;).

Dessa forma, o objetivo desse relato de experiência é fomentar nos acadêmicos de medicina e futuros profissionais da saúde a responsabilidade social e demonstrar quanto a presença nos projetos de extensão é gratificante, tanto em questões de formação acadêmica, como também na formação de profissionais e pessoas humanizadas e empáticas.

METODOLOGIA

O projeto de extensão é realizado no município de Anápolis, no Projeto ASES, com encontros semanais no período noturno, o seu público-alvo são mulheres adultas e idosas, do próprio projeto e comunidade próxima. O projeto conta com cerca de 16 voluntários do curso de medicina e cerca de 25 mulheres participantes, estes se dividem em 2 grupos que revezam a realização das ações por semana, sendo que cada grupo participa do projeto de 15 em 15 dias, o projeto tem duração de 12 semanas por semestre e duração de 5 horas por semana. O projeto tem acontecido desde o início do ano de 2024 e os temas abordados são temas de relevância para essa população como saúde da mulher, menopausa, hábitos de vida saudável, acidentes domésticos, saúde mental e outros. O cronograma foi cuidadosamente pensado abordando tais temas de acordo com o cronograma apresentado na tabela 1, os temas foram trabalhados de diferentes formas, todas de forma acessível e de fácil compreensão de forma a garantir a compreensão das participantes em geral.

Tabela 1 - Cronograma das ações realizadas no projeto Ases no primeiro semestre de 2024

Data da ação	Tema da oficina
16/04	Saúde Mental
23/04	Sustentabilidade
30/04	Saúde da mulher
07/05	Menopausa e Climatério
14/05	Pré-Natal

21/05	Autoestima
04/06	Inteligência Interpessoal
11/06	Saúde do homem
18/06	Queimaduras e feridas/acidentes domésticos
24/06	Remédios e fitoterápicos

RELATO DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS

As ações do projeto de extensão do Ases ocorreram de maneira organizada e planejada, garantindo a execução eficaz das atividades propostas. A cada semana, os voluntários se dedicaram a um tema específico, abordando assuntos de extrema relevância para o público-alvo do projeto. Cada encontro era iniciado com uma breve apresentação do tema, seguida por atividades práticas e interativas que incentivaram a participação ativa das mulheres, promovendo um ambiente de troca de experiências e aprendizado.

Os encontros ocorreram em um formato dinâmico, com rodas de conversa, oficinas práticas, dinâmicas de mitos e verdades, entre outras abordagens. Os materiais utilizados foram em grande maioria folhetos abordando os temas, materiais da própria faculdade, como peças anatômicas e glicosímetro, outros materiais foram fornecidos pelo projeto como as cadeiras e projetor e pelos próprios voluntários.

Os beneficiados com essas ações foram principalmente as mulheres atendidas, que, em muitos casos, não tinham acesso fácil a informações sobre saúde. O projeto não só educou essa população sobre temas cruciais, mas também lhes forneceu ferramentas para o autocuidado e a prevenção de doenças, como hipertensão, diabetes, obesidade e outras. Além disso, os voluntários, ao vivenciarem a realidade da comunidade, ampliaram sua visão sobre a prática médica, desenvolvendo habilidades interpessoais e empatia.

A educação em saúde desempenhou um papel central nesse projeto, pois empoderou as participantes ao oferecer conhecimento acessível e aplicável, de forma clara e prática. As mulheres se tornaram mais conscientes de suas condições de saúde e passaram a tomar decisões mais informadas sobre cuidados preventivos, nutrição, e hábitos de vida saudáveis. Isso tem

gerado um impacto social significativo na comunidade, fortalecendo o senso de autocuidado e aumentando a capacidade das participantes de agir proativamente em relação à sua saúde e daqueles de quem estão perto.

O impacto social foi expressivo: além da conscientização das participantes, houve um efeito multiplicador, já que muitas delas compartilharam o que aprenderam com familiares e amigos. O projeto também reforçou a importância da prevenção e dos cuidados contínuos. Dessa forma, a comunidade de Anápolis foi diretamente beneficiada por um projeto que uniu educação, cuidado e responsabilidade social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de extensão em Anápolis alcançou seu objetivo de promover educação em saúde para mulheres adultas e idosas, abordando temas relevantes. A troca de saberes entre os voluntários e a comunidade foi um ponto positivo, pois fortaleceu a conscientização sobre cuidados preventivos e empoderou as participantes para tomarem decisões mais informadas em relação à sua saúde. Além disso, a experiência ofereceu aos voluntários uma integração entre teoria e prática, desenvolvendo habilidades clínicas, de comunicação e empatia. O projeto também demonstrou forte alinhamento com as Políticas Públicas de Saúde, reforçando diretrizes do SUS, como a promoção da saúde e o fortalecimento da saúde da mulher e do idoso.

No entanto, alguns desafios foram observados. A rotatividade dos voluntários a cada 15 dias dificultou a continuidade das atividades e o acompanhamento mais próximo das participantes. Além disso, a limitação de recursos, a distância do local e muitas vezes a falta de apoio dos responsáveis do projeto restringiu a realização de atividades mais dinâmicas e práticas, impactando o potencial das ações educativas. Para futuros trabalhos, recomenda-se buscar formas de melhorar a continuidade entre os grupos de voluntários, implementar métodos mais eficazes de monitoramento e avaliação do impacto das ações, além de buscar parcerias que possam ampliar os recursos disponíveis e buscar um acordo de interesse comum com os responsáveis pelo projeto. Essas melhorias poderão aumentar o alcance do projeto e fortalecer ainda mais seu impacto na comunidade.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, F. S. Educação Médica em Programas de Extensão. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 2, n. 1, p. 9–16, jan. 1978.

LANZIOTTI, S. et al. [Differences between men and women in the prevalence of frailty and associated factors among older adults: evidence from ELSI-Brazil]. *PubMed*, v. 40, n. 3, p. e00144923–e00144923, 1 jan. 2024

MALHEIROS, R.; GUIMARÃES, R. G. M. Extensão Universitária e Formação Médica: Uma Análise da Experiência dos Bolsistas no Programa “Escola Cidadã”. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 22, n. 2-3, p. 67–76, dez. 1998.

Política Nacional de Atenção Integral à Saúde das Mulheres. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-mulher/pnaism>>.

Política Nacional de Promoção da Saúde. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf>.

SOUZA, M. C. A. DE et al. Contribuições de um projeto de extensão à formação médica: percepções de estudantes de graduação em medicina de uma universidade particular: Dados preliminares. *Revista Fluminense de Extensão Universitária*, v. 13, n. 1, p. 06-10, 30 jun. 2023.