



REVISTA UNIVAÇO DE MEDICINA E SAÚDE



Volume 3 - 2024 - Ipatinga-MG.

Revista Univaço de Medicina e Saúde [recurso eletrônico] /
União Educacional do Vale do Aço. v. 3, (julho. 2024). –
Ipatinga: Univaço, 2023- .

Semestral.

Site:

http://www.famevaco.br/revista_cientifica_univaco/
o/ ISSN:2965-0224

1. Medicina. 2. Saúde. I. União Educacional do Vale do Aço.

CDD 610

REVISTA UNIVAÇO DE MEDICINA E SAÚDE

A **Revista Univaço de Medicina e Saúde**, periódico científico semestral, é indexada no formato eletrônico editada pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga. A Revista tem por missão a difusão de conhecimento nos campos da ciência e inovação em saúde com base em sua originalidade, importância e interesse multidisciplinares. Tem como objetivo veicular artigos com ênfase na interface saúde, educação e sociedade.

Tem **acesso aberto e submissão contínua** de artigos científicos originais e de revisão, relatos de caso e relatos de experiência de docentes e discentes de Instituições de Ensino Superior, no âmbito da graduação e da pós-graduação. São ainda aceitos para publicação resumos simples (pesquisa original, relato de caso e relato de experiência) apresentados em eventos acadêmicos que não tenham sido publicados em outro meio de divulgação. Ressalta-se que os resumos devem ser acompanhados pelas informações completas do evento em que foram apresentados.

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga Diretor-geral

Prof. Vinícius Lana Ferreira

Coordenador Acadêmico

Rone Cesário da Silva

Coordenadora de Curso

Prof. Fábio Araújo Gomes de castro

Coordenadora de Pesquisa e Extensão

Profa. Analina Furtado Valadão

Núcleo de Publicações Científicas — Revista Univaço de Medicina e Saúde Editora-chefe

Profa. Analina Furtado Valadão

Apoio técnico: Leandro Gomes Alvarenga

ISSN eletrônico – 2965-0224

Conselho Editorial

Profa. Analina Furtado Valadão — Afya Ipatinga

Profa. Ana Carolina Vale Campos Lisboa — Afya Ipatinga

Profa. Mariana de Souza Furtado — Afya Ipatinga

Profa. Maria Emília de Oliveira — Afya Ipatinga

Prof. Leonardo Ramos Paes de Lima — Afya Ipatinga

Profa. Aline de Barros Coelho — Afya Ipatinga

Profa. Giani Martins Garcia — Afya Ipatinga

Profa. Jaqueline Melo Soares — Afya Ipatinga

Profa. Letícia Carvalho de Souza Lima — Afya Ipatinga Profa. Melissa Araújo Ulhôa Quintão — Afya Ipatinga

Profa. Marita de Novais Costa Salles Almeida — Afya Prof. Renilton Aires Lima — Afya Ipatinga

Prof. Cláudio dos Santos Dias Cola — Centro Universitário UniRedentor — Itaperuna — Rio de Janeiro

Profa. Ana Claudia Silva Lima — Uniptan — São João Del Rei — Minas Gerais

Profa. Marileia Chaves Andrade — Faculdade de Medicina de Itajubá — FMIT — Itajubá — Minas Gerais

Profa. Gabrielle Agostinho Rolim Marques — FAHESP/IESVAP — Parnaíba — Piauí

Profa. Vidiany Aparecida Queiroz Santos — Centro Universitário de Pato Branco — UNIDEP — Pato Branco — Paraná

Revisão

Profa. Dra. Analina Furtado Valadão

Periódico indexado nas bases de dados – não. Disponível em: [Revista Univaço de Medicina e Saúde](#)

Bairro Veneza I

Ipatinga — MG — CEP: 35164-251

Telefone: (31) 2109-0900

E-mail: revista.cientifica.fcmipatinga@afya.com.br

EDITORIAL

Extensão universitária como ponte entre o saber acadêmico e a transformação social

Este volume da nossa revista científica é inteiramente dedicado à divulgação das ações extensionistas desenvolvidas no âmbito da Faculdade de Medicina Afya Ipatinga, reafirmando o papel fundamental da extensão universitária como elo entre o conhecimento acadêmico e as demandas concretas da sociedade.

Em um cenário cada vez mais desafiador para a saúde pública, especialmente em contextos de desigualdade social, torna-se imprescindível que a formação médica vá além da excelência técnica e científica, incorporando uma sólida compreensão da realidade social, cultural e econômica das comunidades. É nesse sentido que a extensão universitária se apresenta não apenas como um eixo complementar, mas como uma dimensão indissociável da formação integral dos futuros profissionais de saúde.

As experiências relatadas neste volume revelam a riqueza e a diversidade das práticas extensionistas em nossa instituição. São projetos que envolvem promoção da saúde, prevenção de doenças, educação em saúde, atenção a populações vulneráveis, sustentabilidade, inclusão e cidadania. A pluralidade das ações reflete o compromisso de nossos docentes, discentes e colaboradores com a construção de uma medicina mais humana, empática e socialmente comprometida.

Mais do que ações pontuais, os projetos aqui apresentados são expressões vivas da articulação entre ensino, pesquisa e extensão. Eles produzem conhecimento a partir da escuta ativa, da observação crítica e da atuação concreta nos territórios, resignificando o papel das instituições de ensino na sociedade e fortalecendo sua função transformadora.

Ao publicar este volume especial, buscamos não apenas dar visibilidade ao que tem sido realizado, mas também inspirar novas iniciativas, fortalecer redes de colaboração e reafirmar a relevância da extensão universitária como prática acadêmica qualificada, ética e inovadora.

Agradecemos a todos os envolvidos — estudantes, professores e parceiros comunitários — que, com dedicação e sensibilidade, contribuem diariamente para a consolidação de uma formação médica voltada ao bem comum.

Boa leitura!

SUMÁRIO

SINÔNIMO DE AMAR É DOAR – RELATO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: Joseh Ilber Carreiro de Sale, Ygor Alvarenga Dias, Amanda Emiliane Ferreira Ramos, Carla Fernanda da Silva Fróis, Alice Vilas Boas Marinho, Nicolas Alvarenga Silva, Sarah Karollyne Ferreira Taxa, Giovanni Rodrigues Moraes Rocha, Michele Sousa Guimarães, Ingrid Eduarda Coelho de Sousa, Marita de Novais Costa Salles de Almeida.....	6
UM TOQUE DE AMOR PRÓPRIO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE ORIENTAÇÃO E APOIO NO ENFRENTAMENTO DO CÂNCER DE MAMA PARA UM GRUPO DE MULHERES EM IPATINGA-MG - Ana Júlia Costa Silva, Andréa Renata da Silva, Davy Rocha Arêdes, Gabriel Wanderley Gonçalves, João Vitor Temer Arruda, Lívia Fernandes Coelho, Henrique Castro de Sousa, Maria Eduarda de Bruym da Silva, Flávia Albuquerque Magalhães.....	14
PROJETO DE EXTENSÃO VACINAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO COMBATE À DESINFORMAÇÃO - Kelyene Cristony Tinti, Marcelly Silva Moreira, Samille Alves Lima Gomes, Giani Martins Garcia.....	25
EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O MANEJO DA ASMA: RELATO DE EXPERIÊNCIA - Eduardo Gonçalves Santos, Karoline Assis Torres, Layza Kerlem Campos Silva, Analina Furtado Valadão.....	33
ORIENTAÇÕES SOBRE AUTOMEDICAÇÃO NO SISTEMA PRISIONAL: relato de experiência - Lorrainnny Roriz Martins, Bruna Piovana Vieira, Raphael Dutra Porto, Analina Furtado Valadão.....	41
ENSINO DO MANEJO INICIAL DE EMERGÊNCIAS MÉDICAS PEDIÁTRICAS: PROJETO VIDA DE CRIANÇA - Paula Arthuso Carvalho, Catarina Amorim Baccarini Pires.....	47
ESTRATÉGIA DE ATENDIMENTO OFTALMOLÓGICO DESENVOLVIDA POR ALUNOS E PROFESSORES DO PROJETO DE EXTENSÃO REALIZADO EM ALDEIA INDÍGENA DE AÇUCENA-MG – RELATO DE EXPERIÊNCIA - Anna Leonor Gimenes de Melo, Camila Soares Meira, Carolina Moraes Guimarães, Elisa Cristina Ferreira, Gabriela da Silva Santos, Giulia Souza Lemos, Hêlvio Soares Rezende, Jessica Adrielle Rodrigues Santos, Karine Martins Soares, Luana Clara do Carmo Ferreira, Tatianne Fernandes Duarte, Fabiana Athayde Martins Araújo.....	55
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO “COMER PARA PODER CRESCER - Sabrina Carvalho Moraes, Grazielle Mariano Fernandes, Leonardo Ramos Paes de Lima.....	67
SOL CIENTE – INICIATIVA DE PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO DO CÂNCER DE PELE: RELATO DE EXPERIÊNCIA - Lorrainnny Roriz Martins, Lara Maria Lucarelli Margarido, Analina Furtado Valadão.....	75
CONHECENDO O TEA E PREVENINDO O BULLYING: ABORDAGEM PARA A POPULAÇÃO ESCOLAR - Débora Cristina Silva Martins, Danielle Kelle Ferreira de Carvalho, Maria Luiza Ferreira de Carvalho, Rafaela Drumond Araújo.....	83
O PAPEL DA EDUCAÇÃO E DA COMUNICAÇÃO NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE PULMÃO ENTRE ADOLESCENTES: relato de experiência - Bruna Piovana Vieira, Layza da Silva Chaves, Analina Furtado Valadão.....	90
ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM ADOLESCENTE - Ana Clara Pereira Ribeiro, Ana Laura Almeida Souza, Débora Eduarda Machado de Paula, Lucas Eduardo Vieira de Jesus, Marcela Maia Duarte, Mayara Ferreira Delfino dos Santos, Thaís Emily de Souza Nunes, Analina Furtado Valadão.....	97
EDUCAÇÃO EM SAÚDE E O CONTROLE DA HIPERTENSÃO: UMA EXPERIÊNCIA COM IDOSOS - Ana Luiza Oliveira Rodrigues, Dara Gomes Martins, Giovana Ank Alves Ovídio, Isadora Cristina Soares Silva, Isamara Folgado de Oliveira, Layza Kerlem Campos Silva, Melissa Araújo Ulhôa Quintão.....	105
ASMA NA INFÂNCIA: compreensão, manejo e estratégias para mães no cuidado diário. - Carine Rangel Nunes, Maria Julia Lopes Bertoldo, Analina Furtado Valadão.....	113

SINÔNIMO DE AMAR É DOAR – RELATO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

SYNONYM OF LOVE IS TO GIVE - REPORT OF A UNIVERSITY EXTENSION PROJECT

Joseh Ilber Carreiro de Sales¹
Ygor Alvarenga Dias²
Amanda Emiliane Ferreira Ramos³
Carla Fernanda da Silva Fróis⁴
Alice Vilas Boas Marinho⁵
Nicolas Alvarenga Silva⁶
Sarah Karollyne Ferreira Taxa⁷
Giovanni Rodrigues Moraes Rocha⁸
Michele Sousa Guimarães⁹
Ingrid Eduarda Coelho de Sousa¹⁰
Marita de Novais Costa Salles de Almeida^{11*}

RESUMO

Introdução: a doação de sangue é um ato voluntário de solidariedade que salva vidas, por isso os centros de hemoterapia dedicam-se continuamente a desenvolver novas estratégias de marketing e comunicação em saúde, na tentativa de manter os estoques de sangue adequados. **Objetivos:** informar a população acerca da necessidade de doações voluntárias regulares e da doação de repetição e orientá-los nesse assunto. **Método:** realização de visitas mensais a igrejas e outros centros religiosos, parques e feiras, durante as quais foram promovidas palestras de caráter educativo abordando a temática da doação de sangue e complementação de informações por meio das redes sociais. **Resultados:** no ano de 2024, foram feitas seis ações extensionistas cumprindo a finalidade do projeto de informar e incentivar a doação de sangue por meio de palestras e abordagens acerca da doação e da sua importância. **Conclusão:** o projeto alcançou seu objetivo e instigou discussões sobre o tema.

Palavras chaves: Doação de Sangue, Conscientização, Adultos.

ABSTRACT

Introduction: blood donation is a voluntary act of solidarity that saves lives, which is why blood transfusion centers are continually dedicated to developing new health marketing and communication strategies to maintain adequate blood stocks. **Objectives:** to inform awareness among the population about the need for regular voluntary donations and repeat donations and to guide them on this subject. **Method:** monthly visits to churches and other religious centers, parks, and fairs were carried out, during which educational lectures were held addressing the topic of blood donation and supplementary information was provided through social networks. **Results:** in 2024, six extension actions were carried out, fulfilling the project's purpose of informing and encouraging blood donation through lectures and approaches about donation and its importance. **Conclusion:** the project achieved its objective and instigated discussions on the topic.

Keywords: Blood Donation, Awareness, Adults.

Introdução

A doação de sangue é um ato voluntário de solidariedade que salva vidas e contribui para o funcionamento adequado dos sistemas de saúde em todo o mundo (Garrido *et al.*, 2021). Essa ação capaz de beneficiar pacientes em tratamento oncológico, bebês prematuros, gestantes de alto risco, pessoas com doenças hematológicas que precisam de transfusões, vítimas de traumas e

¹⁻¹⁰ Acadêmicos de Medicina - Afya Ipatinga – Minas Gerais, (1) josehilbercarreirodesales@gmail.com (2) Ygoralvarenga@outlook.com.br, (3) ramos.amandaefr@gmail.com (4) carlaffrois@gmail.com (5) alicemarinhov@hotmail.com (6) nicolasmed.919@gmail.com (7) sarahkarollyneftaxa@gmail.com (8) arquivogiovanni@yahoo.com.br (9) michelesguimaraes1@gmail.com (10) ingrieduardacs2026@hotmail.com (11*) Mestre em Ciências da Saúde, Docente Afya – Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Minas Gerais, marita.almeida@afya.com.br – Autor correspondente.

e portadores de condições graves, além de oferecer suporte a procedimentos médicos e cirúrgicos de alta complexidade (Silva *et al.*, 2021). Contudo, segundo o Ministério da Saúde (2023), apesar da sua importância, os bancos de sangue frequentemente enfrentam desafios para manter estoques adequados, principalmente em períodos de baixa adesão, como feriados e épocas de inverno.

Os centros de hemoterapia dedicam-se continuamente a desenvolver novas estratégias de marketing e comunicação em saúde, na tentativa de manter os estoques de sangue adequados, através da captação de doadores (Silva *et al.*, 2021). Apesar disso, o desafio é grande, e uma maior promoção de conscientização sobre a doação de sangue é essencial para sensibilizar a população sobre a relevância desse gesto. Doar sangue não só beneficia os receptores, mas também fortalece a empatia e o senso de cidadania, além de promover a saúde do próprio doador, que passa por uma avaliação clínica gratuita e tem a oportunidade de monitorar sua saúde.

Conceitua-se projetos de extensão universitários como uma iniciativa estruturada de caráter educativo que visa promover a interação entre a universidade e a sociedade (Santana *et al.*, 2021). No âmbito da saúde, são empregadas diversas estratégias que visam incentivar o aluno a aplicar o conhecimento adquirido, além de estabelecer um meio de comunicação com a sociedade, principalmente para disseminar assuntos ligados à promoção da saúde. Para a comunidade, a extensão oferece um espaço de participação ativa, diálogo e reflexão coletiva, possibilitando a aquisição de conhecimentos sobre o processo saúde-doença e a adoção de boas práticas em saúde (Aparecida *et al.*, 2022)

No contexto acadêmico, essa prática é de grande importância para o aprimoramento das dinâmicas de ensino entre os estudantes. Uma vez que esses são capazes de combinar o conhecimento de origem teórica juntamente com a prática de determinada atividade, fato esse que consequentemente culmina em uma maior facilidade de aprendizado. É possível evidenciar então que as ações extensionistas agregam beneficentemente tanto os seus realizadores quanto a comunidade que receberá as atividades propostas por esses (Santana *et al.*, 2021)

O projeto de extensão “ Sinônimo de amar... é doar”, teve o objetivo de informar, mobilizar e engajar a comunidade local sobre a importância da doação regular de sangue, promovendo ações educativas e campanhas de incentivo. Por meio de parcerias com hemocentros, instituições de saúde, e instituições religiosas o projeto buscou não apenas ampliar o número de doadores, mas também desmistificar preconceitos e esclarecer dúvidas, tornando o ato de doar um hábito integrado à cultura da população.

Método

O projeto extensionista foi estruturado com a realização de visitas mensais a igrejas e outros centros religiosos, durante as quais foram promovidas palestras de caráter educativo abordando a temática da doação de sangue. Complementarmente, a iniciativa utilizou a rede social Instagram como meio de divulgação, com publicações regulares que incluíram informações orientadoras, convites para doações, além da promoção de ações e eventos realizados pelos membros do projeto.

O projeto também manteve um engajamento ativo no mutirão de doação organizado pelo Hemominas, em parceria com a Afya Faculdade de Ciências Médicas. As atividades internas do grupo foram discutidas em reuniões mensais realizadas de forma remota, utilizando a plataforma Zoom, garantindo o planejamento e a execução adequada das ações propostas.

Os procedimentos adotados na experiência vivenciada obedeceram aos Critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e, portanto, não ofereceu riscos à dignidade dos participantes.

Relato da experiência

Durante o ano de 2024, foram feitas seis ações extensionistas para incentivar a doação de sangue por meio de palestras e abordagens acerca da doação e da sua importância. Tanto as palestras que foram realizadas em ambientes institucionais, como igrejas e centros religiosos, quanto idas a locais estratégicos como parques tiveram conteúdo educativo sobre a importância da doação de sangue, incluindo a desmistificação e o esclarecimento acerca de dúvidas das pessoas a respeito do assunto.

A Igreja Congregação Cristã, situada no Bairro Vila Celeste da cidade de Ipatinga foi o primeiro a receber o projeto em abril de 2024 (como figuras 1), contando com uma abordagem rápida e esclarecedora acerca da doação de sangue para aproximadamente vinte e cinco adultos.

A CEJA- Comunidade Espírita Joanna de Angeles, situada no bairro Veneza, foi visitada em seguida, em maio de 2024 (como na figura 2), contendo momentos informativos para um público total de trinta e cinco adultos. O Parque Ipanema foi o terceiro local de abordagem que teve como objetivo principal o incentivo a doação de sangue no dia 08/06/2024 e orientações sobre o evento (como na figura 3). Essa abordagem foi realizada em dois dias consecutivos e o público-alvo eram possíveis doadores das mais diferentes faixas etárias. Nesta ação, foi possível fazer a abordagem de aproximadamente cem pessoas.

Figura 1: visita a Igreja Congregação Cristã em Ipatinga-MG).



Fonte: os autores.

Figura 2: visita a CEJA – Comunidade Espírita Joanna de Angeles em Ipatinga-MG.



Fonte: os autores.

Figuras 3: Ida ao Parque Ipanema na cidade de Ipatinga – MG, para divulgar e estimular a doação de sangue.



Fonte: os autores.

A Afya Ciências Médicas, situada no bairro Veneza I, foi o quarto lugar da ação extensionista (como na figura 4). O objetivo desse dia foi auxiliar e orientar os doadores presentes na ação de doação externa promovida pelo Hemominas na faculdade Afya Ipatinga no dia 08/06/2024, em conjunto com a Prefeitura Municipal de Ipatinga. Neste dia, foi coletado aproximadamente cem bolsas de sangue. O Parque Ipanema continuou sendo um dos principais locais para a ação extensionista tendo em vista o público-alvo (como na figura 5). Dessa forma, a quinta ação foi realizada neste local e foi possível abordar cerca de noventa pessoas. Essa abordagem teve como objetivo o incentivo e esclarecimento de dúvidas acerca da doação de sangue. Por fim, em questão de ações promovidas, a Feira localizada na Avenida Livramento, no bairro Veneza, foi o sexto local de escolha (como na figura 6). Lá, com o mesmo intuito de orientações e incentivo a doação de sangue, foram abordadas cerca de sessenta pessoas.

Figuras 4: Ação Extensionista na Faculdade Afya Ciências Médicas – Ipatinga.



Fonte: os autores.

Figuras 5: ida ao Parque Ipanema em Ipatinga-MG, entrega de panfletos.



Fonte: os autores.

Figuras 6: visita a Feira localizada na Avenida Livramento – Bairro Veneza em Ipatinga – MG.



Fonte: os autores.

Foi utilizado ainda como ferramenta de informação, a rede social “Instagram” @sinonimodeamaredoar.afya (como ilustrado na figura 7), que alcançou sessenta e nove seguidores dentre os espectadores das instituições. Semanalmente era atualizado com stories informativos e interativos sobre o tema abordado, e tem registrado vinte e quatro postagens no feed ao longo do ano.

Figura 7: postagens e stories do instagram.



Fonte: os autores.

Discussão:

A doação de sangue é um ato voluntário que deve ser estimulado em adultos saudáveis para ajudar os enfermos que necessitam de transfusão de sangue. Durante a faculdade de medicina os alunos têm pouco contato com a hemoterapia e as dificuldades quando os estoques de sangue estão baixos nos bancos de sangue, por outro lado, a população geral necessita de informações corretas sobre a doação de sangue, combatendo mitos e medos sobre o ato, conforme Silva, 2021.

Portanto, um projeto de extensão em que os alunos conheçam de forma mais próxima a realidade dos bancos de sangue e os hemocomponentes, as doenças com maior necessidade de transfusão, além da divulgação sobre a doação foi uma forma de conscientizar a população e os próprios alunos na importância da doação de sangue, além de se manterem saudáveis para manter as doações regulares.

Conclusão:

O projeto de extensão "Sinônimo De Amar... É Doar" foi uma iniciativa transformadora, que não apenas permitiu iniciar vínculo entre os estudantes e a comunidade, mas também reafirmou o valor da solidariedade e do altruísmo. Ao longo de suas ações, o projeto desenvolveu atividades em diversos

contextos, como as visitas às igrejas, parque e feira, além de campanha de doação de sangue realizada em parceria com o Hemominas, a Faculdade Afya de Ciências Médicas de Ipatinga e a Prefeitura. Essas ações permitiram não apenas a conscientização sobre a importância da doação, mas também estreitaram os laços entre a comunidade acadêmica e os cidadãos da região, criando um impacto positivo na saúde pública e promovendo a construção de uma sociedade mais empática e colaborativa.

Através dessas atividades, o projeto não só cumpriu seu papel educativo e de conscientização, mas também demonstrou que o amor ao próximo se concretiza, de forma prática, na ação de doar, seja sangue, tempo ou carinho. O "Sinônimo De Amar... É Doar" é, portanto, um exemplo de como projetos de extensão podem ser catalisadores de mudança social, promovendo a solidariedade e gerando um impacto real e positivo nas comunidades envolvidas.

Referências Bibliográficas

APARECIDA M.F. *et al.* A importância do projeto de extensão e o impacto que ele tem no processo formativo dos estudantes universitários. *Revista Científica ACERTTE*, São Paulo, v. 2, n. 3, p. e2365, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/acertte.v2i3.65>. Acesso em: 28 nov. 2024

BRASIL. Ministério da Saúde. *Ministério da Saúde lança campanha para incentivar doação de sangue*. [Brasília]: Ministério da Saúde, 14 jun. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/junho/ministerio-da-saude-lanca-campanha-para-incentivar-doacao-de-sangue>. Acesso em: 18 nov 2024.

GARRIDO, N.P. *et al.* Motivators, barriers and communication channels for blood donation in relation to students at a university in Spain. *Transfusion and Apheresis Science*, v. 60, Issue 6, 103270. Disponível em: [https://www.trasci.com/article/S1473-0502\(21\)00269-X/fulltext](https://www.trasci.com/article/S1473-0502(21)00269-X/fulltext). Acesso em: 18 nov 2024.

SANTANA, M.S. *et al.* Extensão universitária como prática educativa na promoção da saúde. *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 46, n. 2, e98702, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-623698702>. Acesso em: 28 nov. 2024.

SILVA, J. R. D. *et al.* Aplicativo de apoio à doação de sangue: contribuições de especialistas sobre a funcionalidade da ferramenta. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 2, p. 493–503, fev. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Z4t6cfyYNsG4gWnpsB7cVkq/?lang=en#>. Acesso em: 18 nov 2024.

UM TOQUE DE AMOR PRÓPRIO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE ORIENTAÇÃO E APOIO NO ENFRENTAMENTO DO CÂNCER DE MAMA PARA UM GRUPO DE MULHERES EM IPATINGA-MG

A TOUCH OF SELF-LOVE: EXPERIENCE REPORT ON GUIDANCE AND SUPPORT IN FACING BREAST CANCER FOR A GROUP OF WOMEN IN IPATINGA, BRAZIL

Ana Júlia Costa Silva¹

Andréa Renata da Silva²

Davy Rocha Arêdes³

Gabriel Wanderley Gonçalves⁴

João Vitor Temer Arruda⁵

Lívia Fernandes Coelho⁶

Henrique Castro de Sousa⁷

Maria Eduarda de Bruym da Silva⁸

Flávia Albuquerque Magalhães⁹

RESUMO

Introdução: O câncer de mama é uma das neoplasias mais incidentes entre as mulheres, representando um importante desafio para a saúde pública. A detecção precoce, especialmente por meio da mamografia, aliada à conscientização sobre fatores de risco e à adoção de hábitos saudáveis, é essencial para a redução da mortalidade e a melhora do prognóstico. Diante disso, o projeto teve como objetivos promover a conscientização sobre a importância do diagnóstico precoce, orientar sobre fatores de risco e práticas preventivas, demonstrar o autoexame com auxílio de peças anatômicas (sem pretensão de substituição do exame clínico) e divulgar os serviços gratuitos oferecidos pelo Ambulatório da Afya, aproximando a comunidade dos cuidados em saúde. **Método:** A ação foi desenvolvida por estudantes do 2º período da Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga - AFYA, em parceria com o grupo “Se Toque”. O projeto incluiu uma etapa de revisão bibliográfica, elaboração de materiais educativos e realização de atividades práticas. A intervenção aconteceu no evento “Encontro de Mulheres”, em 26 de outubro de 2024, na sede da AAPI. Foram realizadas rodas de conversa, distribuição de folhetos informativos e demonstrações do autoexame com peças anatômicas. Além disso, houve divulgação nas redes sociais e meios de comunicação locais com o intuito de ampliar o alcance das informações. **Relato de experiência:** A atividade, intitulada “Um Toque de Amor Próprio”, proporcionou um momento de diálogo aberto com o público feminino, com foco na prevenção do câncer de mama. A demonstração do autoexame foi acompanhada de uma dinâmica interativa com perguntas e distribuição de brindes, o que favoreceu a participação e o interesse das mulheres presentes. A parceria com o grupo de apoio e a proposta prática e acolhedora da ação contribuíram para o fortalecimento do vínculo com a comunidade e a disseminação das informações de forma acessível. **Conclusão:** A experiência reforçou o valor das ações de educação em saúde como ferramenta para estimular a prevenção e o autocuidado. Embora não tenha sido possível mensurar diretamente o impacto sobre a procura por exames, a divulgação dos serviços do ambulatório e a receptividade do público sugerem um potencial para favorecer o acesso à rede de atenção e despertar maior interesse pelo cuidado contínuo com a saúde da mulher. **Palavras-chave:** Câncer de mama. Prevenção. Diagnóstico precoce. Saúde da mulher. Educação em saúde.

ABSTRACT

Introduction: Breast cancer is one of the most prevalent neoplasms among women and represents a significant public health challenge. Early detection—particularly through mammography—combined with awareness of risk factors and healthy lifestyle habits, is essential to reduce mortality and improve prognosis. In this context, the project aimed to raise awareness about the importance of early diagnosis, provide guidance on risk factors and preventive practices, demonstrate breast self-examination using anatomical models (without replacing clinical evaluation), and promote the free healthcare services offered by the Afya Clinic, fostering a closer relationship between the community and healthcare access. **Methods:** The initiative was carried out by second-semester medical students from the Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga – AFYA, in partnership with the “Se Toque” support group. The project involved literature review, preparation of educational materials, and the implementation of a community intervention. The action took place during the “Women’s Gathering” event on October 26, 2024, at AAPI.

^{1-8:} Acadêmicos do curso de Medicina da AFYA Ipatinga, MG, Brasil. E-mail: (1) anajuliacostasilva170101@gmail.com (2) andrearenatadasilva@gmail.com (3) Davy.aredes51@gmail.com (4) bielwg09@gmail.com (5) jvtarruda@gmail.com (6) liviafernandes110405@gmail.com (7) henriquecastro99@outlook.com (8) mariaeduardadebruym@gmail.com (9)*. Docente do curso de Medicina da AFYA Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: flavia.magalhaes@afya.com.br. *Autor correspondente.

Activities included discussion circles, distribution of informational leaflets, and demonstrations of breast self-examination using anatomical models. The project was also disseminated through social media and local media channels to broaden its reach. **Experience report:** Titled “A Touch of Self-Love,” the project created a welcoming environment for dialogue focused on breast cancer prevention. The self-examination demonstration was accompanied by an interactive activity featuring questions and prize giveaways, which encouraged participation and engagement. The partnership with the support group and the dynamic, hands-on approach of the event helped to strengthen community bonds and deliver health education in an accessible manner. **Conclusion:** The experience underscored the importance of health education initiatives in promoting prevention and self-care. Although the direct impact on preventive exam uptake could not be measured, the dissemination of information about the clinic and the positive public reception suggest the potential to foster greater awareness and access to continuous women’s health care.

Keywords: Breast cancer. Prevention. Early diagnosis. Women's health. Health education.

Introdução

O câncer de mama é uma das neoplasias mais prevalentes em mulheres em todo o mundo, representando um importante desafio de saúde pública devido às suas elevadas taxas de morbidade e mortalidade. No Brasil, essa realidade é similar, com estudos epidemiológicos destacando sua alta incidência e impacto significativo na mortalidade feminina. Silva *et al.* (2024) destacam que o câncer de mama é caracterizado por sua heterogeneidade e complexidade, influenciado por fatores de risco tanto modificáveis quanto não modificáveis. Dentre esses fatores, destacam-se a idade avançada, predisposição genética (como mutações nos genes BRCA1 e BRCA2) e fatores hormonais como determinantes importantes, enquanto o estilo de vida, incluindo dieta, consumo de álcool, atividade física e índice de massa corporal, desempenham um papel significativo na modulação do risco (Dias; Floté; Valejo, 2022).

Dessa forma, a detecção precoce do câncer de mama é fundamental para melhorar o prognóstico e aumentar as chances de cura. No Brasil, o Ministério da Saúde reforça a importância da mamografia de rastreamento, especialmente para mulheres entre 50 e 69 anos, recomendando a realização do exame a cada dois anos. Ademais, o órgão investe em campanhas educativas voltadas à conscientização sobre os sinais e sintomas da doença, além de alertar sobre a importância de procurar atendimento médico ao identificar qualquer alteração nas mamas (Brasil, 2022). Todavia, a eficácia da detecção precoce está diretamente relacionada ao acesso aos métodos de rastreamento e à conscientização das mulheres sobre a importância do autoexame das mamas e do acompanhamento médico regular. Estudos indicam que o autoexame ainda é amplamente utilizado, especialmente entre mulheres jovens, embora esteja frequentemente associado a diagnósticos em estágios mais avançados da doença, o que pode comprometer o prognóstico (Bernardes *et al.*, 2019).

Nesse sentido, a mamografia é classificada como padrão-ouro no rastreamento do câncer de mama, pois permite a identificação de lesões não palpáveis e possibilita intervenções terapêuticas

precoces (Cruz *et al.*, 2023). No entanto, a presença de alta densidade mamária pode reduzir a sensibilidade do exame, dificultando a detecção de tumores menores, o que reforça a necessidade de um entendimento mais detalhado sobre a influência da densidade mamária na carcinogênese (Lester; Kaur; Vegunta, 2022).

Destarte, segundo a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo, 2021), recomenda-se a prática do autoexame das mamas para que as mulheres possam se familiarizar com o próprio corpo e identificar possíveis alterações que requeiram atenção médica. Embora não substitua exames clínicos, ele é uma ferramenta importante de autoconhecimento. Além disso, a Febrasgo recomenda a mamografia anual para mulheres a partir dos 40 anos, considerando-a o método mais eficaz para o diagnóstico precoce. A instituição também enfatiza a adoção de um estilo de vida saudável, com a prática regular de atividades físicas, dieta balanceada, controle do peso corporal e a redução do consumo de álcool e tabaco como medidas para reduzir o risco de desenvolvimento da doença.

Nesse contexto, sabe-se que os métodos de detecção do câncer de mama variam de acordo com o perfil sociodemográfico das pacientes. Dourado *et al.* (2022) observaram que o autoexame é mais comum entre mulheres com menos de 50 anos, enquanto a mamografia predomina entre as mulheres entre 50 e 59 anos. A ultrassonografia, por sua vez, é mais frequentemente utilizada em mulheres jovens e está associada a diagnósticos em estágios mais iniciais, o que sugere um melhor prognóstico para esse grupo.

Por outro lado, vale ressaltar que as desigualdades no acesso aos serviços de saúde e disparidades socioeconômicas representam barreiras significativas à detecção precoce e ao tratamento adequado do câncer de mama no Brasil. Saes-Silva *et al.* (2022) apontam que mulheres em regiões menos desenvolvidas e com menor nível socioeconômico enfrentam maiores dificuldades no acesso a cuidados de saúde, resultando em maiores taxas de mortalidade e menor sobrevida.

Ademais, embora o câncer de mama seja predominantemente uma doença feminina, ele também pode ocorrer em homens, embora de forma rara. A detecção em homens geralmente ocorre em estágios mais avançados, devido à falta de conhecimento do mesmo e de rastreamento. Estudos sugerem que a susceptibilidade genética, especialmente mutações nos genes BRCA2, é um fator significativo no risco de câncer de mama masculino (Debona *et al.*, 2021).

Em relação à terapêutica, o manejo do câncer de mama envolve diversas abordagens, como cirurgia, quimioterapia, radioterapia e terapias hormonais, sendo a mamografia fundamental para a

detecção precoce (Cruz *et al.*, 2023). Além disso, a reabilitação e a melhora da qualidade de vida das sobreviventes são questões centrais da luta contra o câncer de mama (Maldonado *et al.*, 2019). O câncer de mama constitui um grave problema de saúde pública, e a análise das tendências de mortalidade por essa enfermidade aponta um aumento significativo nas taxas de óbito entre 2005 e 2019 (Silva *et al.*, 2024).

Diante desta realidade complexa, o presente projeto de extensão visa abordar, de forma integrada, a prevenção, a detecção precoce e o tratamento do câncer de mama, com especial ênfase no acolhimento e orientação de mulheres, embasadas em evidências científicas. A iniciativa é desenvolvida no âmbito da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, que, desde a inauguração de seu ambulatório em agosto de 2022, oferece aos acadêmicos de Medicina um campo prático em diversas especialidades, ao mesmo tempo em que disponibiliza atendimento médico gratuito à comunidade local.

Método

Trata-se de um relato de experiência, baseado nas atividades desenvolvidas na ação de extensão voltada à educação, prevenção e detecção precoce do câncer de mama. As atividades foram desenvolvidas no evento de encontro para mulheres promovido pelo Se Toque. O projeto contou com a participação de 15 acadêmicos de Medicina, 1 professora orientadora (Figura 1), além do suporte do grupo "Se Toque", que atua na assistência integral a pacientes oncológicos em mais de 40 cidades.

Figura 1. Acadêmicos de medicina e professora orientadora.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

As ações do projeto envolveram palestras educativas sobre câncer de mama, enfatizando fatores de risco, sinais e sintomas, além da importância da detecção precoce. Para trabalhar o tema de forma lúdica e interativa foi utilizado um quiz (Figura 2) para entender o conhecimento prévio do público do evento sobre a patologia. E, no intuito de fomentar a participação das mulheres, foram fornecidos brindes para todas que respondessem o quiz.

Figura 2. Quiz em formato de questionário.

CÂNCER DE MAMA: CONHECIMENTO E PREVENÇÃO
QUESTIONÁRIO

01 Qual o exame essencial para detecção precoce do câncer de mama?
☐ Ultrassonografia ☐ Exame de sangue ☐ Mamografia

02 Marque um dos fatores de risco para o desenvolvimento do câncer de mama:
☐ Obesidade e sedentarismo ☐ Álcool e tabagismo
☐ Histórico familiar ☐ Todas as alternativas

03 Apenas mulheres com histórico familiar de câncer de mama devem se preocupar com a prevenção
☐ Verdadeiro ☐ Falso

NOME: _____
TELEFONE: _____

Afya FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS

Fonte: autoria própria

Também foram realizadas demonstrações práticas do autoexame das mamas, com o uso de manequins fornecidos pela faculdade (Figura 3), incentivando a familiarização das mulheres com o próprio corpo.

Figura 3 . Acadêmica demonstrando o autoexame das mamas.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

Além disso, houve a divulgação dos serviços do ambulatório da faculdade que conta com consultas ginecológicas e de outras especialidades gratuitas, com o objetivo de informar a população sobre a existência desse serviço de qualidade que possibilita encaminhamentos para exames preventivos, como mamografia e ultrassonografia. Por fim, foram promovidas rodas de conversa para esclarecimento de dúvidas e compartilhamento de experiências entre pacientes e profissionais. As ações de mobilização comunitária incluíram a distribuição de materiais informativos (Figura 4) e a participação em campanhas, como o "Outubro Rosa".

Figura 4. Material informativo e de divulgação do Ambulatório da Faculdade Afya Ipatinga.



Fonte: autoria própria.

Por se tratar de um relato de experiências, questões éticas não se aplicam, mas a abordagem do público durante toda a ação foi feita com cuidado e educação.

Relato da Experiência

O projeto de extensão “Um Toque de Amor Próprio: Orientação e Apoio no Enfrentamento do Câncer de Mama para um Grupo de Mulheres em Ipatinga-MG” foi desenvolvido em parceria com o grupo de apoio “Se Toque”. A ação foi realizada durante o evento “Encontro de Mulheres”, voltado à comunidade feminina local, com foco na promoção da saúde, conscientização sobre a importância do diagnóstico precoce e valorização do autocuidado.

A intervenção foi composta por um estande educativo, no qual foram utilizados modelos anatômicos de mamas com nódulos palpáveis, cedidos pela instituição, como recurso didático para

demonstrar as técnicas do autoexame mamário (Figura 5).

Figura 5. Modelos anatômicos de mamas com nódulos palpáveis e modelo demonstrativo.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

Essa abordagem prática se mostrou eficaz para facilitar o aprendizado e estimular o diálogo entre os participantes e os estudantes. Além disso, foi desenvolvido um jogo interativo, baseado em uma roleta com perguntas sobre fatores de risco, sinais, sintomas e formas de prevenção do câncer de mama (Figura 6). Como incentivo, a cada resposta correta, as participantes recebiam brindes simbólicos.

Figura 6. Participantes engajadas na dinâmica da roleta.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

Durante a execução da atividade, observou-se que a utilização de dinâmicas lúdicas foi

essencial para atrair o público, especialmente em um contexto como o do evento. No entanto, também foram identificados alguns desafios que impactaram na condução do projeto. A mobilização inicial do público demandou esforço por parte da equipe, sendo necessário utilizar estratégias mais envolventes para aproximar as mulheres do estande e manter sua atenção garantindo que o conteúdo não perdesse sua relevância científica (Figura 7).

Figura 7. Acadêmica mobilizando o público.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

Apesar dos desafios, a atividade foi bem recebida pelas mulheres participantes, que demonstraram interesse e engajamento ao longo do evento (Figura 8). A parceria com o grupo “Se Toque” foi fundamental para estabelecer o acesso ao público-alvo facilitando a abordagem de um tema sensível e de grande impacto para a saúde da mulher. De modo geral, a experiência proporcionou aos discentes uma vivência concreta de responsabilidade social, comunicação em saúde e atuação prática na promoção do cuidado, evidenciando o valor das ações extensionistas no processo de formação médica.

Figura 8. Diversas mulheres engajaram nas atividades propostas.



Fonte: Registro fotográfico do próprio autor

O projeto "Um toque de amor próprio: orientação e apoio no enfrentamento do câncer de mama" foi realizado no dia 26 de outubro de 2024, durante o evento "Encontro de Mulheres", na cidade de Ipatinga-MG, tendo como público-alvo mulheres de diferentes faixas etárias, em sua maioria já diagnosticadas ou em tratamento oncológico. A ação destacou a importância da educação em saúde como ferramenta estratégica para a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama, conforme apontado por Bernardes *et al.* (2019), que evidenciam o papel da informação como promotora de mudanças comportamentais positivas na detecção precoce da doença.

Durante o projeto, foram enfatizados dois eixos principais: a mamografia como exame de rastreio essencial e o autoexame das mamas como ferramenta complementar de autoconhecimento corporal, de acordo com diretrizes do Ministério da Saúde (Brasil, 2022). Ainda que o autoexame não substitua exames clínicos e de imagem, seu ensino pode aumentar a percepção sobre alterações mamárias, especialmente em contextos em que o acesso aos serviços de saúde é limitado (Febrasgo, 2021).

A utilização de peças anatômicas para demonstração prática, materiais educativos acessíveis e atividades como quiz interativo e rodas de conversa contribuiu para uma abordagem lúdica e efetiva, que facilitou a adesão do público ao conteúdo. Segundo Cruz *et al.* (2023), ações educativas participativas são mais eficazes em comunidades com diferentes níveis de escolaridade, pois permitem a construção conjunta do saber.

Outro aspecto relevante foi a parceria com o grupo "Se Toque", que agregou valor por sua experiência prévia no acolhimento e apoio a mulheres com câncer de mama. Essa colaboração se alinha à proposta de cuidado integral, defendida por Assis, Santos e Migowski (2020), ao fortalecer a rede de apoio psicossocial, um fator muitas vezes negligenciado, mas essencial para a adesão ao tratamento e ao autocuidado contínuo.

Por fim, a ação reafirma a importância de campanhas como o Outubro Rosa, mas também aponta, como destacado por Saes-Silva *et al.* (2022), para a necessidade de ações contínuas de educação em saúde ao longo do ano, dada a persistência das desigualdades no acesso à mamografia e à informação.

Conclusão

O projeto "Um toque de amor próprio" demonstrou a efetividade das estratégias de educação em saúde na promoção da conscientização sobre o câncer de mama. As atividades práticas e

participativas – como palestras, rodas de conversa, dinâmicas educativas e demonstração do autoexame possibilitaram maior engajamento do público e favoreceram o entendimento sobre a importância do rastreamento e do autocuidado, conforme defendem Lester *et al.* (2022) e Maldonado *et al.* (2019), que ressaltam os benefícios de abordagens ativas e comunitárias na prevenção oncológica.

A parceria com o grupo “Se Toque” foi fundamental para o êxito da intervenção, proporcionando um ambiente acolhedor e fortalecendo os vínculos entre comunidade, pacientes e estudantes. Além disso, a divulgação dos serviços gratuitos do ambulatório da AFYA durante o evento despertou o interesse das participantes em buscar mais informações sobre seus direitos e cuidados disponíveis, ainda que não tenha sido mensurado o impacto direto na procura por exames.

A experiência também foi enriquecedora para os acadêmicos envolvidos, permitindo o desenvolvimento de competências importantes na formação médica, como comunicação empática, trabalho em equipe e responsabilidade social. De forma geral, o projeto reafirma que ações comunitárias interativas têm grande potencial para ampliar o acesso à informação, reduzir o estigma associado ao câncer de mama e contribuir para a formação de uma cultura de prevenção e autocuidado, elementos essenciais para a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida das mulheres.

Referências Bibliográficas

ASSIS, M.; SANTOS, R. O. M.; MIGOWSKI, A. Detecção precoce do câncer de mama na mídia brasileira no Outubro Rosa. **Physis: Revista de saúde coletiva**, v. 30, n. 1, p. 1-20, 2020.

BERNARDES, N. B.; SÁ, A. C. F.; FACIOLI, L. S.; FERREIRA, M. L.; SÁ, O. R.; COSTA, R. M. Câncer de mama x diagnóstico/breast cancer x diagnosis. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 13, n. 44, p. 877-885, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Detecção precoce**: Aborda as estratégias para a detecção precoce do câncer de mama: diagnóstico precoce e rastreamento [Brasília]: Ministério da Saúde, 16 set. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controlado-cancer-de-mama/acoes/deteccao-precoce> Acesso em: 19 ago. 2024.

CRUZ, I. L.; SIQUEIRA, P. F. O. M.; CANTUARIA, L. R. M. P.; CÂMARA, A. C. B.; BRANQUINHO, R. C.; LIRA, T. M. T. *et al.* Câncer de Mama em mulheres no Brasil: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento: uma revisão narrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 2, p. 7579–7589, 2023.

DEBONA, L. A.; VASCONCELOS, F. L.; PEREIRA, F. C.; LIMA, H. F. M.; MACIEL, L. R. S.; NUNES, D. S. Câncer de Mama no Homem: uma Revisão Narrativa/ Breast Cancer in Man: a Narrative Review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 23921–23942, 2021.

DIAS, C. R.; FLOTÉ, L. M.; VALEJO, F. A. M. OS PRINCIPAIS FATORES DE RISCO PARA O

DESENVOLVIMENTO DE NEOPLASIA MALIGNA DE MAMA: REVISÃO INTEGRATIVA. **Colloquium Vitae**, v. 13, n 3, p. 49-61, 2022.

DOURADO, C. A. R. O.; SANTOS, C. M. F.; SANTANA, V. M.; GOMES, T. N.; CAVALCANTE, L. T. S.; LIMA,

M. C. L. Câncer de mama e análise dos fatores relacionados aos métodos de detecção e estadiamento da doença. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, 2022.

FEBRASGO. Rastreamento e propedêutica do câncer de mama. **Protocolo FEBRASGO Ginecologia/Comissão Nacional Especializada em Imaginologia Mamária**. São Paulo. n. 89, 2021.

LESTER, S. P.; KAUR, A. S.; VEGUNTA, S. Association between lifestyle changes, mammographic breast density, and breast cancer. **The Oncologist**, v. 27, n. 7, p. 548-554, 2022.

MALDONADO, A. S.; RUIZ, A. C.; FERNÁNDEZ, D. M. D.; SIMÓN, A. E.; QUESADA, M. M.; POZA, N. M. *et al*. Efeitos de um programa de exercícios aeróbicos e de resistência de 12 semanas na força muscular e na qualidade de vida em sobreviventes de câncer de mama: Protocolo de estudo para o ensaio clínico randomizado controlado no EFICAN. **Medicina (Baltimore)**, v. 98, n. 44, 2019.

MAROUN, P. S.; GOMES, R.; SILVA, A. Representações culturais do câncer de mama: 1 uma revisão de escopo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, n. 6, p. 1-9, 2023.

SAES-SILVA, E.; VIEIRA, Y. P.; VIERO, V. S. F.; ROCHA, J. Q. S.; SAES, M. O. Tendência de desigualdades na realização de mamografia nas capitais brasileiras nos últimos dez anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 2, p. 397-404, 2022.

SILVA, G. R. P.; GUIMARÃES, R. A.; VIEIRA, V. M.; SILVA, G. O.; OLIVEIRA, F. S.; AREDES, N. D. A. Tendência da taxa de mortalidade por câncer de mama em mulheres com 20 anos ou mais no Brasil, 2005-2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, n. 3, p. 1-11, 2024.

PROJETO DE EXTENSÃO VACINAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO COMBATE À DESINFORMAÇÃO

VACCINATION EXTENSION PROJECT: EXPERIENCE REPORT ON COMBATING MISINFORMATION

Kelyene Cristony Tinti¹

Marcelly Silva Moreira²

Samille Alves Lima Gomes³

Giani Martins Garcia^{4*}

RESUMO

Introdução: a imunização constitui uma das intervenções mais eficientes na promoção da saúde coletiva, desempenhando um papel fundamental na redução da morbimortalidade associada a doenças preveníveis por vacina. Contudo, fatores como a hesitação vacinal e a propagação de desinformação comprometem as taxas de cobertura vacinal, tornando essencial a implementação de estratégias de educação em saúde para fortalecer a adesão da população aos programas de imunização. A atuação de profissionais e estudantes da área da saúde em projetos de extensão é uma ferramenta valiosa para aproximar a comunidade do conhecimento científico e combater mitos relacionados às vacinas. Ainda, a conscientização sobre a importância da vacinação contribui para a criação de um ambiente mais seguro e resiliente contra surtos de doenças evitáveis. **Objetivo:** sensibilizar a comunidade sobre a importância da vacinação, esclarecer dúvidas relacionadas à segurança e à eficácia dos imunizantes e combater a desinformação, promovendo a adesão às vacinas disponíveis no Programa Nacional de Imunizações (PNI). **Método:** foram realizadas palestras educativas em escolas, Unidades Básicas de Saúde (UBS) e eventos comunitários, além da disseminação de informações baseadas em evidências científicas por meio das redes sociais e distribuição de materiais informativos em locais estratégicos. **Relato de experiência:** ao longo do período de execução do projeto, foram promovidas diversas ações extensionistas, cumprindo o propósito de informar e incentivar a vacinação. A interação com a população permitiu esclarecer mitos, reforçar a relevância da imunização e fortalecer a confiança nos imunizantes. Observou-se um aumento no interesse dos participantes sobre o calendário vacinal e maior engajamento da comunidade na busca ativa pela imunização. Além disso, os feedbacks coletados demonstraram uma redução das preocupações infundadas em relação aos efeitos adversos das vacinas. **Conclusão:** o projeto atingiu seus objetivos, contribuindo para a ampliação do conhecimento sobre a vacinação e estimulando reflexões críticas acerca da importância da imunização na proteção coletiva e individual.

Palavras-chave: Vacinação. Ação social. Conscientização.

ABSTRACT

Introduction: immunization is one of the most effective interventions in promoting public health, playing a fundamental role in reducing morbidity and mortality associated with vaccine-preventable diseases. However, factors such as vaccine hesitancy and the spread of misinformation compromise vaccination coverage rates, making it essential to implement health education strategies to strengthen public adherence to immunization programs. The involvement of healthcare professionals and students in extension projects is a valuable tool for bridging the gap between the community and scientific knowledge while combating vaccine-related myths. Moreover, raising awareness about the importance of vaccination contributes to creating a safer and more resilient environment against outbreaks of preventable diseases. **Objective :** to raise community awareness about the importance of vaccination, clarify doubts related to the safety and efficacy of vaccines, and combat misinformation, thereby promoting adherence to the vaccines available in the National Immunization Program (PNI). **Method:** educational lectures were conducted in schools, Primary Health Units (PHUs), and community events, along with the dissemination of evidence-based information through social media and the distribution of informational materials in strategic locations. **Experience Report:** throughout the project's implementation, various extension activities were carried out, fulfilling the goal of informing and encouraging vaccination. Interaction with the population allowed for the debunking of myths, reinforcement of the importance of immunization, and strengthening of public trust in vaccines. An increase in participants' interest in the vaccination schedule and greater community engagement in actively seeking immunization was observed. Additionally, feedback collected demonstrated a reduction in unfounded concerns regarding vaccine adverse effects. **Conclusion:** the project achieved its objectives, contributing to the expansion of knowledge about vaccination and encouraging critical reflection on the importance of immunization for both individual and collective protection.

Keywords: Vaccination. Social action. Awareness.

1-3 Acadêmica do curso de medicina, Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. (1) E-mail: kelytinti@gmail.com

(2) E-mail: marcelly-moreira@hotmail.com (3) E-mail: sasalimaa@hotmail.com

4. *Docente do curso de medicinas Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: giani.garcia@afya.com.br.

*Autor correspondente.

Introdução

A vacinação é uma das estratégias mais eficazes de saúde pública para a prevenção de doenças, sendo fundamental para a redução da morbimortalidade e para a erradicação de enfermidades imunopreveníveis. O Programa Nacional de Imunizações (PNI), criado em 1973, tem desempenhado um papel essencial na oferta gratuita de vacinas à população brasileira, garantindo alta cobertura vacinal e contribuindo para a eliminação e controle de diversas doenças (Brasil, 2023).

Em contrapartida, desafios como a hesitação vacinal, a disseminação de informações falsas e as mudanças no calendário vacinal tornam imprescindíveis o fortalecimento das ações de conscientização e educação em saúde. Assim, a Sociedade Brasileira de Imunizações (SBIIm) ressalta a importância da educação continuada para combater a desinformação e aumentar a confiança na vacinação, destacando que estratégias educativas e a comunicação eficaz são essenciais para alcançar diferentes públicos (SBIIm, 2023).

Além disso, a educação em saúde compreende o processo de saúde-doença como resultado da relação causal entre fatores sociais, econômicos e culturais. Assim, enquanto processo político e pedagógico, requer a construção de um pensar crítico que permita ao indivíduo identificar os pontos importantes para a saúde e transformar sua realidade, passando a ter mais autonomia e capacidade de cuidar de si e de sua comunidade (Ferreira *et al.*, 2017).

Dessa forma, a extensão universitária configura-se como um espaço de participação ativa da comunidade, promovendo o diálogo e a reflexão coletiva. Essa interação possibilita a disseminação do conhecimento sobre o processo saúde-doença e incentiva a adoção de boas práticas em saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população e fortalecendo o compromisso social da universidade (Sá; Monici; Conceição, 2022). Assim, o presente estudo teve como objetivo, por meio do projeto de extensão universitária intitulado “vacinaÇÃO”, visitar parques públicos, escolas e unidades básicas de saúde, promovendo campanhas e palestras de conscientização sobre a importância das diferentes vacinas, esclarecimento sobre notícias falsas envolvendo a vacinação, disseminando informações baseadas em evidências científicas por meio das redes sociais e a distribuição de panfletos informativos em locais públicos durante as ações sociais.

Método

O projeto foi desenvolvido por meio de encontros realizados em espaços públicos abertos, nos quais foram promovidas abordagens dialogadas e a distribuição de folders informativos. Para o público infantil, utilizaram-se materiais ilustrativos e lúdicos como recursos educativos. Além disso, foram

organizadas palestras e rodas de conversa em escolas, direcionadas ao público infantojuvenil, bem como em Unidades Básicas de Saúde (UBS), com foco na disseminação de informações. Como parte das atividades, também foi promovido um movimento em formato de corrida ao ar livre, visando a integração e o engajamento da comunidade. Por fim, a disseminação de informações e atualizações vacinais nas redes sociais ocorreu com frequência por meio do Instagram criado pelo projeto de extensão. O projeto contou com a participação de 15 acadêmicos do curso de medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga/MG, sob a supervisão de um docente. As ações ocorrem ao longo de 2024, totalizando cinco ações presenciais.

Relato da Experiência

O projeto teve início em março de 2024, com a organização as estratégias das ações. Destacou-se o papel do Rotary Club como uma comunidade internacional que reúne líderes para enfrentar grandes desafios em nível local e global, sendo a erradicação da poliomielite uma de suas iniciativas mais longas e significativas. Ao longo de aproximadamente 35 anos, o Rotary Club e seus parceiros contribuíram para a imunização de mais de 2,5 bilhões de crianças contra a paralisia infantil em 122 países, resultando em uma redução de 99,9% no número de casos mundiais.

Diante da relevância dessa iniciativa, o projeto teve como primeiro passo a participação e parceria na “Corrida contra a Pólio”, realizada em abril de 2024 no Parque Ipanema (espaço recreativo aberto ao público), fortalecendo o compromisso com a conscientização e a promoção da vacinação (figura 1). A ação contou com uma grande mobilização, proporcionando contato direto com a população presente e interação com outros projetos locais. Durante o evento, foi possível incentivar a prática de atividade física, reforçar a importância da vacinação e da atualização do cartão vacinal, além de ampliar a divulgação do projeto por meio das redes sociais.

Figura1: Fotografias da ação ocorrida no evento realizado no Parque Ipanema (“Corrida contra a Polio”)



Fonte: os autores, 2024.

Além das atividades presenciais, o grupo manteve uma rotina de reuniões semanais para discussão e aprovação dos temas a serem abordados nas redes sociais, bem como para a elaboração e o planejamento das ações do projeto. Essas reuniões foram fundamentais para garantir a organização e a efetividade das iniciativas, assegurando que o conteúdo produzido estivesse alinhado com informações baseadas em evidências e com os objetivos propostos.

Visando esclarecer quais imunizantes passaram a ser disponibilizados pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e desmistificar informações equivocadas, foram realizadas publicações em rede social intitulada "Fato ou Fake", para proporcionar maior segurança e confiança à população (figura 2). Também foram enfatizadas as recentes atualizações no calendário vacinal, incluindo a mudança no esquema da vacina contra o HPV, a substituição progressiva da vacina oral contra a poliomielite (VOP) pela inativada (VIP), a introdução da vacina contra a dengue para crianças de 10 a 14 anos, disponível na rede pública, e a incorporação da vacina contra a bronquiolite (Abrysvo) para gestantes, que, até o momento, está disponível exclusivamente em unidades privadas.

Figura 2: Imagens retiradas do instagram @vacinacao.afyaipatinga.



Fonte: os autores, 2024.

Nos meses de maio, agosto, novembro e dezembro foram realizadas palestras, rodas de conversa e eventos com projetos parceiros e a prefeitura no Parque Ipanema, abordando o tema: “Vacina em dia: esclarecendo dúvidas e protegendo vidas”; na UBS de Belo Oriente, com o tema: “Vacina na gestação”; na UBS Veneza e na UBS Iguaçu, com o tema: “Dia D e Saúde do Homem”; e na escola IEPG (Instituto Educacional Pequenos Gigantes), abordando o tema: “Vacina: o que é e para que serve?”, respectivamente (figura 3).

Por meio das palestras e rodas de conversa, as informações foram transmitidas de forma clara e objetiva, reforçando a importância da vacinação tanto para a proteção individual quanto para a coletiva. Essas atividades permitiram um diálogo aberto com a comunidade, possibilitando a troca de conhecimentos e o esclarecimento de dúvidas sobre imunização.

Além do impacto direto na conscientização da população, o projeto também proporcionou um importante aprendizado para a equipe envolvida. O contato com profissionais da área da saúde possibilitou a construção de parcerias e o fortalecimento de laços institucionais, enriquecendo a compreensão sobre os desafios enfrentados no dia a dia das UBS, especialmente no que diz respeito à comunicação eficaz com a comunidade. Essa experiência evidenciou a necessidade de estratégias acessíveis e didáticas para ampliar a adesão às vacinas e fortalecer a confiança na ciência.

Foram estabelecidas parcerias com outros projetos, o que resultou em uma troca de experiências enriquecedora e ampliou o alcance das nossas ações. Essa colaboração permitiu o compartilhamento de estratégias e recursos, fortalecendo o impacto do projeto na disseminação de informações sobre vacinação (figura 4). Além disso, a interação com diferentes iniciativas contribuiu para uma visão mais abrangente sobre as necessidades da comunidade e possibilitou a construção de abordagens mais eficazes para a conscientização e o combate à desinformação.

Figura 3: Fotografias das palestras e rodas de conversa realizadas na Escola IEPG e UBS Veneza, Iguaçu e Belo Oriente.



Fonte: os autores, 2024.

Figura 4: Fotografias da ação “Vacina em dia: esclarecendo dúvidas e protegendo vidas” no Parque Ipanema.



Fonte: os autores, 2024.

Discussão

O PNI é considerado um dos mais abrangentes programas de vacinação em nível global, desempenhando um papel crucial na diminuição e erradicação de doenças preveníveis por vacinas no Brasil. Ao longo de várias décadas, a manutenção de coberturas vacinais que atingiram ou superaram as metas estabelecidas para a maioria dos imunobiológicos resultou em avanços consideráveis na saúde pública do país (Brasil, 2015). Em sintonia com isso, o presente projeto visou a divulgação de informações relevantes sobre as vacinas e o processo de promoção da saúde e erradicação de doenças.

É relevante frisar também que, desde 2013, o Brasil tem apresentado queda nas taxas de cobertura vacinal, especialmente no período pós-pandemia da Covid-19. Ademais, é possível observar o impacto negativo da internet, que facilita a propagação de notícias falsas e a mobilização de movimentos antivacinação (Figueiredo *et al.*, 2020). Frente a esse cenário, o projeto VacinaÇÃO identificou a necessidade de utilizar as redes sociais para desmistificar e refutar essas falsas opiniões, por meio da medicina baseada em evidências.

Além disso, é importante lembrar que um dos grupos que mais sentem o impacto da vacinação - ou da ausência dela - é o infantil. Portanto, quando a educação em saúde envolve esse público, requer

destaque e planejamento, visando promover mudanças de comportamento pela adoção de práticas

sistemáticas e participativas de profissionais de saúde (Oliveira *et al.*, 2009). Alinhado a isso, o projeto VacinAÇÃO também expressou o intuito de despertar e atrair o interesse das crianças e adolescentes, adequando os métodos de ensino para cada faixa etária, individualizando a abordagem e esclarecendo os temas para todos.

Por fim, segundo Ferreira *et al.* (2017) as atividades de extensão proporcionam novos caminhos para a mudança social por meio da interação entre instituições de ensino e a comunidade. Nesse sentido, o presente projeto empenhou-se em oferecer aos indivíduos espaços variados para discussão e divulgação de informações baseadas em evidência no campo da vacinação, contribuindo, assim, para a redução de notícias falsas e para a educação da população e dos discentes participantes.

Conclusão

O projeto de extensão VacinAÇÃO mostrou-se uma iniciativa eficaz no enfrentamento dos desafios relacionados à queda das taxas de cobertura vacinal no Brasil. Ao utilizar as redes sociais de forma estratégica, o projeto conseguiu desmistificar informações falsas e promover o entendimento correto sobre a importância da vacinação, especialmente entre crianças, adolescentes e suas famílias. Por meio de uma abordagem pedagógica adaptada para diferentes faixas etárias, o projeto não só incentivou a adesão à vacinação, mas também contribuiu para a formação de uma consciência crítica em relação aos mitos e à desinformação no ambiente digital.

Além disso, ao proporcionar espaços de discussão entre a comunidade e os profissionais de saúde, o VacinAÇÃO cumpriu seu papel de promover a saúde pública e fortalecer os laços entre as instituições de ensino e a sociedade, reafirmando a importância da educação em saúde como instrumento de transformação social e de promoção do bem-estar coletivo.

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Nacional de Imunizações (PNI): 50 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/vacinacao>. Acesso em: 28 mar. 2025.**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Coberturas vacinais no Brasil: período: 2010 - 2014** [Internet]. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2015. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/agosto/17/AACOBERTURAS-VACINAIS-NO-BRASIL---2010-2014.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2025.

FERREIRA, L. R. M. *et al.* Educação e saúde: relato de experiência do projeto de extensão universitário “Prevenção das doenças infecciosas bacterianas e ectoparasitoses”. **Revista de ciências da saúde Nova**

Esperança, v. 15, n. 2, pag. 27–30, out. 2017. Disponível em: <http://www.facene.com.br/wp-content/uploads/2010/11/Artigo-04.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2025.

FIGUEIREDO, A. *et al.* Mapping global trends in vaccine confidence and investigating barriers to vaccine uptake: a large-scale retrospective temporal modelling study. **Lancet**, v. 396, p. 989-908, 2020. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31558-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31558-0). Acesso em: 28 mar. 2025.

OLIVEIRA, C. B. *et al.* As ações de educação em saúde para crianças e adolescentes nas unidades básicas da região de Maruípe no município de Vitória. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 635-644, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csc/v14n2/a32v14n2.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2025.

SÁ, M.A.M; MONICI, S.C.B; CONCEIÇÃO, M.M. A importância do projeto de extensão e o impacto que ele tem no processo formativo dos estudantes universitários. **Revista Científica ACERTTE**, São Paulo, v. 2, n. 3, p. e2365, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/acertte.v2i3.65>. Acesso em: 28 mar. 2025.

SBI. SOCIEDADE BRASILEIRA DE IMUNIZAÇÕES. **Calendários de vacinação SBIm**. São Paulo: SBIm, 2023. Disponível em: <https://sbim.org.br>. Acesso em: 28 mar. 2025.

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O MANEJO DA ASMA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HEALTH EDUCATION FOR ASTHMA MANAGEMENT: EXPERIENCE REPORT

Eduardo Gonçalves Santos¹

Karoline Assis Torres²

Layza Kerlem Campos Silva³

Analina Furtado Valadão^{4*}

RESUMO

Introdução: A asma impacta profundamente a rotina de crianças, adolescentes e suas famílias, exigindo cuidados constantes e promovendo desafios emocionais e sociais. O portador pode sofrer limitações em atividades cotidianas, afetando muito a sua vida. O apoio psicológico e comunitário, como os projetos de extensão, são fundamentais para contribuir na melhoria da qualidade de vida e promover o manejo adequado da doença. O projeto de extensão "Educação em saúde e promoção do manejo da asma" visou educar 107 adolescentes de duas escolas públicas sobre asma e seus cuidados. As atividades ocorreram em estações: apresentação anatômica, quiz educativo e demonstração do uso de espaçadores caseiros feitos de garrafas PET. A iniciativa contou com parcerias e materiais didáticos para facilitar o aprendizado. Os adolescentes se mostraram interessados e compreenderam o sistema respiratório e a fisiopatologia da asma, bem como estratégias preventivas e de manejo de crises. Atividades como o quiz educativo e a demonstração dos espaçadores promoveram um aprendizado dinâmico, reforçando a importância de medidas práticas no controle da asma. O projeto alcançou seus objetivos ao mostrar aos adolescentes como lidar com a asma, promovendo saúde e prevenção, e, além disso, afirmou o potencial de disseminar conhecimentos na comunidade.

Palavras-chave: Asma. Adolescentes. Qualidade de Vida

ABSTRACT

Asthma profoundly impacts the routines of children, adolescents, and their families, requiring constant care and posing emotional and social challenges. Individuals with asthma may face limitations in daily activities, significantly affecting their lives. Psychological and community support, such as outreach projects, is essential to improve quality of life and promote proper disease management. The extension project "Health Education and Asthma Management Promotion" aimed to educate 107 adolescents from two public schools about asthma and its care. Activities were conducted in stations, including an anatomical presentation, an educational quiz, and a demonstration of homemade spacers made from PET bottles. The initiative relied on partnerships and educational materials to facilitate learning. The adolescents showed interest and gained an understanding of the respiratory system, asthma pathophysiology, and preventive and crisis management strategies. Activities such as the educational quiz and the spacer demonstration fostered dynamic learning, emphasizing the importance of practical measures in asthma control. The project achieved its objectives by teaching adolescents how to manage asthma, promoting health and prevention, and demonstrating the potential to disseminate knowledge within the community.

Keywords: Asthma. Adolescents. Quality of Life

Introdução

Descobrir que uma criança ou adolescente tem asma muda a rotina de uma família. A asma é uma doença respiratória que precisa de atenção constante, como o uso de medicamentos, o aparecimento de uma crise e evitar situações que podem piorar a respiração (Graham *et al.*, 2019). Quando uma criança tem asma, os pais precisam estar sempre atentos para garantir que esse portador esteja bem, podendo ser exaustivo para a família. Para o portador, as atividades do dia a dia podem ser afetadas, como estudar, trabalhar, ou até mesmo brincar; já os familiares podem ficar mais ansiosos e estressados (Oliveira; Rodrigues, 2020).

1-4: Acadêmicos de Medicina. Afya Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. (1) Email: eduardogsant25@gmail.com

(2) Email: .karolineassis03@gmail.com (3) Email: (4*) Doutorado em Bioquímica pela UFMG; Professora Titular Afya Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: analina.valadao@afya.com.br. Autor correspondente

Cuidar de uma criança com asma pode ser difícil, pois, segundo uma pesquisa, as mães enfrentam mais desafios relacionados à saúde mental, como estresse e dificuldade para dormir (Johnson; Richmond, 2018). Isso acontece porque elas ficam muito preocupadas e precisam lidar com o medo de que a asma da criança possa piorar a qualquer momento. Além disso, a rotina de quem tem asma é muito individualizada. Sendo assim, um tratamento que é eficaz para uma criança asmática pode não surtir efeito em outra (Pereira; Silva, 2022).

Mesmo com todos os desafios, a qualidade de vida das famílias pode ser melhor com o apoio certo. Quando as mães recebem apoio psicológico, elas conseguem ter uma saúde mental melhor, e, conseqüentemente, lidam melhor com a situação e ajudam mais os filhos a controlarem a asma (Ferreira *et al.*, 2020).

Os projetos de extensão propiciam uma formação mais completa e contextualizada, promovendo a geração de conhecimento e gerando experiências com grupos parceiros da comunidade local. Essa aproximação busca atender às demandas específicas da comunidade de forma mais eficaz (Arantes *et al.*, 2023) e são uma forma das instituições de ensino ajudarem as famílias, promovendo eventos e atividades que ensinam tanto as crianças quanto os pais a cuidarem melhor da saúde e a entenderem melhor a doença (MEC, 2018). Com o apoio de profissionais e da sociedade, as famílias conseguem lidar melhor com a asma e viver de forma mais saudável e tranquila.

Método

Este relato de experiência resulta do projeto de extensão intitulado "Educação em saúde e promoção do manejo da asma: Estratégias para melhoria da qualidade de vida". O objetivo central do trabalho foi passar o conhecimento sobre a asma para 107 adolescentes de 13 e 14 anos, que estudam em duas escolas do interior de Minas Gerais.

A estratégia do grupo foi criar um circuito para aumentar a atenção dos adolescentes. Inicialmente, houve uma palestra rápida que explicava o caminho do ar e apresentava brevemente a fisiopatologia da asma. Em seguida, foi realizado um jogo de perguntas e respostas para reforçar o aprendizado. Também foi explicado como os alunos deveriam conduzir uma crise asmática no ambiente escolar, em alinhamento com as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre o manejo adequado de doenças respiratórias crônicas (WHO, 2021).

A preparação e a execução do projeto foram realizadas no segundo semestre de 2024, com encontros presenciais semanais para planejamento e elaboração junto à professora orientadora.

Durante esse período, foi estabelecida uma parceria com a empresa Cenibra, que cedeu o Parque Multifuncional no distrito de Perpétuo Socorro-MG para a execução da ação.

Foram construídos materiais didáticos para facilitar a compreensão, como espaçadores feitos de garrafas PET, para demonstrar uma alternativa de baixo custo e prática aos inaladores. Além disso, peças anatômicas de plástico foram utilizadas para ilustrar o caminho do ar e o impacto da asma no sistema respiratório.

A ação foi estruturada em três estações:

1. Apresentação anatômica

Uma mini palestra, usando o modelo de corte sagital da cabeça, pulmão e brônquios, para demonstrar aos ouvintes como funciona o caminho do ar, desde o momento em que entra no nariz até chegar aos pulmões. Além disso, foi mostrado como é a fisiopatologia da asma, em que há um aumento da produção de muco, obstruindo os brônquios. Quiz Educativo

2. Quiz Educativo

Para essa atividade foi realizado em quiz sobre os gatilhos e fatores ambientais associados à asma. Os alunos foram divididos em duas equipes e foi distribuída duas fichas para cada grupo, sendo uma verde e uma vermelha. Baseado nas perguntas feitas, os integrantes dos grupos discutiam se o que foi falado era um gatilho. Caso achassem que era um gatilho, levantavam o cartão verde e, se não fosse, mostravam o cartão vermelho. O grupo que acertou mais ganhou balas de brinde.

3. Espaçadores de garrafa PET

Foi explicado para os adolescentes a forma correta de usar os inaladores com a ajuda de espaçadores caseiros feitos de garrafas PET. Este tipo de espaçador foi feito pelo grupo para demonstrar uma alternativa acessível e eficaz para potencializar o uso das "bombinhas" e otimizar a inalação dos medicamentos. Os espaçadores de garrafa PET foram utilizados para mostrar como o dispositivo funciona, criando uma câmara intermediária que ajuda a diminuir o impacto do jato do medicamento diretamente nas vias aéreas e melhora a absorção dos medicamentos nos pulmões.

Relato de experiência

A ação proporcionou resultados positivos tanto nos conhecimentos adquiridos pelos adolescentes quanto na motivação em continuar com o projeto de extensão. Na primeira estação, a

apresentação anatômica facilitou o entendimento sobre o sistema respiratório (Figura 1). Os alunos demonstraram interesse em ver as peças anatômicas, que lhes permitiram visualizar o caminho do ar e compreender melhor a fisiopatologia da asma (Figura 2). A interação nessa parte ajudou no aprendizado deles, visto que estavam estudando sobre o sistema respiratório em suas escolas e então puderam relacionar o funcionamento dos órgãos com a fisiopatologia.

Figuras 1 e 2 - Apresentação Anatômica.



Fonte: Os autores (2024).

Na segunda estação, o quiz educativo (Figuras 3 e 4), gerou um ambiente de competição saudável entre os alunos, incentivando a colaboração e a discussão sobre os fatores que podem desencadear as crises asmáticas. A dinâmica permitiu que os estudantes discutissem sobre a influência de fatores como poeira, poluição e o papel do estresse, proporcionando um aprendizado mais dinâmico. Os alunos também compartilharam experiências pessoais, o que promoveu uma troca enriquecedora de conhecimentos e fortaleceu o engajamento com o tema. A atividade se mostrou eficaz para fixar conceitos importantes sobre prevenção, com muitos alunos reconhecendo a importância de se manterem vigilantes aos gatilhos da asma.

Na terceira estação, a criação e uso dos espaçadores de garrafa PET chamaram a atenção dos alunos (Figura 4 e 5), que ficaram surpresos com a possibilidade de usar um recurso tão simples para melhorar o efeito dos medicamentos. Essa alternativa prática demonstrou como medidas acessíveis podem ser adotadas no dia a dia para garantir o manejo da asma, especialmente em ambientes com menos recursos. A aplicação prática e acessível do espaçador contribuiu para que os adolescentes compreendessem a importância de seguir corretamente o tratamento. Ao final das atividades, muitos

alunos demonstraram interesse em compartilhar o que aprenderam com familiares e amigos, reforçando o impacto positivo do projeto.

Figuras 3 e 4 - Quiz Educativo.



Fonte: Os autores (2024).

Figura 5- Espaçadores de garrafa PET.



Fonte: Os autores (2024).

De maneira geral, os resultados mostraram que os adolescentes adquiriram um conhecimento substancial sobre a asma, abrangendo tanto os cuidados preventivos quanto às estratégias para o manejo adequado das crises. A resposta positiva dos alunos, juntamente com sua disposição em compartilhar o conhecimento adquirido com outras pessoas, reforça o sucesso do projeto em atingir seus objetivos de educação e conscientização.

Discussão

O projeto de extensão "Educação em Saúde para o Manejo da Asma" demonstrou-se uma iniciativa eficaz no fortalecimento da autonomia dos adolescentes no manejo da asma, além de promover uma maior compreensão sobre os fatores desencadeantes e a fisiopatologia da doença. Por meio da educação em saúde, foi possível identificar lacunas no conhecimento dos alunos sobre a doença, suas causas e tratamento, reforçando a importância de ações educativas longitudinais e singulares.

A metodologia adotada, fundamentada no compartilhamento de conhecimentos de forma lúdica e dinâmica entre futuros profissionais da saúde e a comunidade, mostrou-se eficiente para construir um ambiente de aprendizado dialógico e participativo. A ação permitiu que os participantes compartilhassem suas dúvidas e vivências, enquanto os alunos responsáveis pela ação, os quais desempenhavam papéis de facilitadores, ofereciam suporte técnico-científico, resultando em um aprendizado integral. Essa estratégia de intervenção em projetos de extensão é coerente com os princípios da educação em saúde, que busca empoderar os indivíduos a adotarem práticas que promovam a saúde e previnam complicações (Santos, 2021).

Ademais, as informações compartilhadas pelos adolescentes participantes durante a experiência fortaleceram aquilo que os estudos trazem há algum tempo, que a falta de informação e o uso inadequado de medicamentos ainda são desafios recorrentes no manejo da asma, especialmente em populações vulneráveis (Gina, 2023). Nesse sentido, a educação em saúde desempenha um papel de suma importância ao desmistificar o uso de dispositivos inalatórios, explicar a importância da adesão ao tratamento e incentivar o reconhecimento dos sinais de alarme da asma.

Apesar de alguns desafios identificados, como a adesão irregular de alguns participantes e a limitação ambiental devido ao espaço e a chuva, considera-se que o projeto foi bem-sucedido em sensibilizar os participantes sobre os cuidados necessários com a asma, ressaltando a importância da escola e da comunidade como apoio para o manejo da doença. Essas limitações ressaltam a necessidade de estratégias adicionais, como a utilização de tecnologias digitais para estimular o interesse dos adolescentes nas ações educativas.

Conclusão

O projeto "Educação em saúde e promoção do manejo da asma: Estratégias para melhoria da qualidade de vida" alcançou seus objetivos ao promover o conhecimento sobre a asma e capacitar adolescentes para lidar com a doença em seus ambientes cotidianos. A educação em saúde mostrou-se essencial para a conscientização, permitindo que os alunos compreendessem os mecanismos da

asma, os principais gatilhos e as estratégias de prevenção e controle. A resposta positiva dos participantes e o aumento de seu interesse em compartilhar o aprendizado indicam que o projeto pode gerar um impacto

contínuo, estendendo-se para além dos participantes diretos e alcançando suas famílias e comunidades. O uso de atividades interativas e de baixo custo, como o espaçador de garrafa PET, também demonstrou ser uma abordagem eficaz e inclusiva.

O sucesso dessa intervenção reforça a necessidade de ampliar e replicar ações de extensão voltadas para o público jovem, com foco na prevenção e no controle de doenças respiratórias crônicas. Iniciativas como essa, ao integrar conhecimento sobre saúde com o apoio de escolas e comunidades, contribuem para a construção de ambientes mais saudáveis e inclusivos, promovendo uma melhor qualidade de vida e um manejo mais efetivo da asma a longo prazo.

Referências Bibliográficas

ARANTES, M. K.; KOZERA, C.; BERTICELLI, D. G. D.; MENZE, H. K. Contribuições da extensão na formação de discentes dos cursos de graduação da UFPR Setor Palotina. **Revista Extensão em Foco**, Palotina, n. 30, p. 84 - 103, 2023.

FERREIRA, J. P.; SOUZA, M. P.; LIMA, R. L. Estratégias de enfrentamento e qualidade de vida em cuidadores de crianças asmáticas. **Cadernos de Psicologia da Saúde**, v. 28, n. 3, p. 119-126, 2020.

GINA. GLOBAL INITIATIVE FOR ASTHMA. **Global Strategy for Asthma Management and Prevention: 2023 Full Report**. Disponível em: https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2023/07/GINA-2023-Full-report-23_07_06-WMS.pdf. Acesso em: 9 Nov. 2024.

GRAHAM, H.; BRADSHAW, J.; MURRAY, K. The impact of childhood asthma on family dynamics and quality of life. **Journal of Pediatric Health**, v. 12, n. 3, p.245-258, 2019.

JOHNSON, T.; RICHMOND, E. The psychological impact of chronic illness on primary caregivers: a case of pediatric asthma. **Clinical Child Psychology and Psychiatry**, v. 23, n. 2, p. 119-130, 2018.

MEC. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO (Brasil). **Diretrizes para a Extensão Universitária**. Brasília: MEC, 2018. https://abmes.org.br/arquivos/legislacoes/Resol_7cne.pdf. Acesso em: 19 Nov. 2024.

OLIVEIRA, M. A.; RODRIGUES, F. R. O papel das famílias no manejo da asma infantil: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 20, n. 1, p. 71-78, 2020.

PEREIRA, L. C.; SILVA, A. M. Os desafios das famílias no cuidado de crianças com asma grave: implicações para a prática clínica. **Revista de Enfermagem em Saúde Coletiva**, v. 15, n. 2, p. 42-49, 2022.

SANTOS, P. R. **Educação em saúde e práticas pedagógicas lúdicas para adolescentes: experiências e**

metodologias aplicadas. São Paulo: Editora Atlas, 2021.

SIVINSKI, R.; BOEIRA, M. R. Educação em saúde sobre doenças crônicas: uma abordagem comunitária com jovens. **Revista de Extensão e Saúde Pública**, v. 3, n. 1, p. 45-50, 2021.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Noncommunicable diseases.** WHO, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>. Acesso em: 9 Nov. 2024.

ORIENTAÇÕES SOBRE AUTOMEDICAÇÃO NO SISTEMA PRISIONAL: relato de experiência

GUIDANCE ON SELF-MEDICATION IN THE PRISON SYSTEM: A REPORT OF EXPERIENCE

Lorrainny Roriz Martins¹

Bruna Piovana Vieira²

Raphael Dutra Porto³

Analina Furtado Valadão^{4*}

Resumo

Introdução: A automedicação é um problema crescente e preocupante, especialmente em ambientes vulneráveis, como o sistema prisional. O uso inadequado de medicamentos sem orientação médica pode resultar em complicações graves e agravar condições de saúde preexistentes. **Objetivo:** informar os internos sobre os riscos da automedicação, promovendo a reflexão e a redução dos danos à saúde. **Método e Relato da Experiência:** A ação foi realizada em abril de 2024, com a participação de 40 detentos, e consistiu em atividades educativas, incluindo dinâmicas de grupo e apresentações sobre o uso correto de medicamentos com destaque para os perigos da automedicação. A atividade foi dividida em quatro etapas: roda de conversa com perguntas iniciais para avaliar o conhecimento prévio, explicação sobre o funcionamento do sistema de saúde prisional; dinâmica sobre os efeitos negativos da automedicação dinâmica para ilustrar os riscos da automedicação, apresentação de dados sobre os problemas relacionados a essa prática; demonstração de testemunhos reais de celebridades que sofreram efeitos adversos de medicamentos e o encerramento com uma dinâmica interativa utilizando uma caixa de medicamentos vazias, para reforçar os conteúdos abordados. A resposta dos participantes foi positiva, com uma melhoria significativa na compreensão após as explicações. **Conclusão:** Este projeto reforça a importância de estratégias educativas dentro do sistema prisional e sugere que iniciativas semelhantes sejam implementadas para reduzir a automedicação entre os detentos.

Palavras-chave: automedicação, sistema prisional, educação em saúde, prevenção, saúde pública.

ABSTRACT

Introduction: Self-medication is a growing and concerning issue, especially in vulnerable environments such as the prison system. The inappropriate use of medications without medical guidance can lead to serious complications and worsen pre-existing health conditions. **Objective:** To inform inmates about the risks of self-medication, promoting reflection and reducing health-related harm. **Method and Experience Report:** The intervention was carried out in April 2024 with the participation of 40 inmates. It consisted of educational activities, including group dynamics and presentations on the proper use of medications, emphasizing the dangers of self-medication. The activity was divided into four stages: a discussion circle with initial questions to assess prior knowledge; an explanation of how the prison healthcare system works; a group dynamic to illustrate the negative effects and risks of self-medication, supported by data on the consequences of this practice; the presentation of real-life testimonies from celebrities who experienced adverse drug effects; and a final interactive activity using empty medication boxes to reinforce the content addressed. The participants responded positively, showing a significant improvement in understanding after the explanations. **Conclusion:** This project reinforces the importance of educational strategies within the prison system and suggests that similar initiatives should be implemented to reduce self-medication among inmates.

Keywords: self-medication, prison system, health education, prevention, public health.

Introdução

A automedicação é um fenômeno crescente e preocupante, caracterizado pelo uso de medicamentos sem a orientação de um profissional de saúde, muitas vezes motivado por experiências anteriores ou pela recomendação de terceiros (Silva, 2020). No Brasil, essa prática é amplamente disseminada, devido à facilidade de acesso a certos medicamentos e à autoconfiança dos pacientes em

1-3 - Acadêmicos de Medicina - Afya Ipatinga, Minas Gerais Email: (1) lorrainnyrorizm@gmail.com (2) bruna_piovana@yahoo.com.br (3) raphdporto@gmail.com (4) * Doutora. Professora Titular Afya Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. Email: analina.valadao@afya.com.br

*Autor correspondente.

lidar com sintomas comuns (Moraes *et al.*, 2017). No entanto, o uso indiscriminado de medicamentos pode ocasionar sérias consequências, como reações adversas, interações medicamentosas perigosas e resistência antimicrobiana, configurando-se como um grave problema de saúde pública (Naves *et al.*, 2010).

No contexto do sistema prisional, a situação se torna ainda mais alarmante. A limitação no acesso a cuidados médicos e a escassez de recursos tornam a automedicação uma prática comum entre os detentos, intensificando os riscos à saúde (Oliveira *et al.*, 2016). A falta de informações adequadas sobre medicamentos, especialmente psicofármacos como antidepressivos, anticonvulsivantes e benzodiazepínicos, eleva ainda mais os perigos, já que o manejo correto desses remédios requer acompanhamento profissional especializado (Lopes *et al.*, 2015). A convivência no ambiente prisional, onde o compartilhamento inadequado de medicamentos é frequente, agrava ainda mais o quadro, favorecendo interações medicamentosas perigosas e aumentando os riscos de contaminação por doenças infecciosas (Naves *et al.*, 2010).

Diante desse cenário, é essencial promover a conscientização no sistema prisional sobre os perigos da automedicação. Iniciativas educativas são fundamentais para informar os internos sobre o uso correto dos medicamentos, os riscos associados à automedicação e a importância de buscar orientação médica sempre que necessário (Santos *et al.*, 2018). Este relato de experiência descreve uma ação educativa realizada em um presídio, com o objetivo de orientar os internos sobre os riscos da automedicação, melhorar o acesso à informação sobre cuidados de saúde e reduzir comportamentos de risco.

Método

Este trabalho foi desenvolvido como parte de um projeto de extensão extracurricular, e as atividades foram realizadas de acordo com os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O público-alvo foi composto por 20 detentos do Centro de Remanejamento do Sistema Prisional (CERESP) de Ipatinga, Minas Gerais. Realizada em abril de 2024, a atividade integrou a terceira edição do projeto "Educação em Saúde para Homens em Situação de Vulnerabilidade Social", visando promover a conscientização sobre saúde e bem-estar entre os homens privados de liberdade. Sob a coordenação de uma professora, o projeto foi desenvolvido por sete estudantes de Medicina da Afya Ipatinga, com ênfase em saúde pública. A ação foi estruturada em 4 etapas distintas:

1. Roda de conversa e perguntas introdutórias: O primeiro momento foi dedicado a uma roda de conversa, acompanhada de perguntas para avaliar o nível de conhecimento dos internos sobre automedicação e seus riscos. Foram usadas questões, abordando desde a definição de automedicação até os efeitos adversos de medicamentos utilizados sem supervisão médica.
2. Dinâmica sobre os efeitos negativos da automedicação: Para esse momento foram utilizados recursos visuais, como imagens de casos reais, para ilustrar os efeitos adversos graves dessa prática. A dinâmica visou explicar de maneira clara e prática os riscos associados ao uso inadequado de medicamentos, com exemplos reais que destacaram os danos à saúde.
3. Testemunhos reais: Para enfatizar os perigos da automedicação, foram apresentados casos de celebridades que sofreram graves efeitos adversos devido ao uso indiscriminado de medicamentos, alertando os detentos sobre os riscos dessa prática comum e prejudicial à saúde.
4. Encerramento interativo: foi realizada uma dinâmica com uma caixa contendo embalagens vazias de medicamentos comumente utilizados pelos detentos de forma equivocada. Foi discutido os efeitos adversos de cada medicamento quando usado sem prescrição médica, finalizando com uma reflexão sobre os riscos da automedicação.

Relato de Experiência

A atividade teve início com uma reflexão sobre a relevância de tratar a automedicação no contexto prisional, dado que essa prática é comum entre os detentos. O Centro de Remanejamento do Sistema Prisional (CERESP) foi escolhido por ser um ambiente com uma diversidade de homens, com idades variando de 18 a 50 anos, o que nos proporcionou uma rica variedade de perspectivas.

No começo, os internos estavam mais reservados, mas à medida que as perguntas iniciais os estimulavam a pensar sobre o tema, tornaram-se mais participativos. Demonstraram boa compreensão sobre os riscos da automedicação e suas consequências, mas mostraram maior hesitação ao discutir o uso dos medicamentos usados por eles no ambiente carcerário, como o haloperidol, clonazepam e ibuprofeno. Na Figura 1 é apresentado o momento inicial da roda de conversa.

Figura 1: Roda de conversa para um quebra-gelo inicial.



Fonte: Arquivo pessoal.

A dinâmica focada nos riscos da automedicação foi um momento chave, com grande engajamento dos detentos, que se mostraram atentos e interessados ao visualizarem as imagens levadas que mostravam os possíveis efeitos adversos da automedicação e os danos graves que podem ocorrer ao fazer uso de medicamentos sem acompanhamento médico (Figuras 2a e 2b). Os depoimentos de celebridades e os casos reais tiveram um impacto significativo, pois ofereceram uma perspectiva realista sobre como a automedicação pode afetar negativamente a vida das pessoas e impactando-os ainda mais.

Figuras 2a: Imagens levadas para elucidar possíveis reações adversas da automedicação; **2b:** momento de esclarecimento.



Fonte: Arquivo pessoal.

A roda de conversa, juntamente com a dinâmica envolvendo a caixa de medicamentos e ilustrações para enfatizar os efeitos colaterais das medicações foi uma maneira eficaz de mensurar a mudança no entendimento dos internos. Ao final da atividade, observamos uma mudança perceptível nas atitudes e opiniões sobre a automedicação, com um aumento significativo na conscientização dos detentos em relação ao início da sessão. Por fim, a Figura 4 apresenta a equipe de alunos que realizaram a atividade.

Figura 4: Grupo reunido no final da



ação.

Fonte: Arquivo pessoal.

Discussão

A alta prevalência de automedicação no sistema prisional evidencia a necessidade de iniciativas educativas que promovam o uso responsável de medicamentos. Estudos apontam que a falta de conhecimento sobre os riscos contribui para a perpetuação dessa prática, principalmente entre populações vulneráveis (Moraes *et al.*, 2017). A experiência relatada demonstra que ações de extensão universitária podem ser eficazes na disseminação de informações e na promoção de mudanças comportamentais.

O ambiente prisional apresenta desafios específicos, como a escassez de profissionais de saúde, favorecendo a prática da automedicação (Silva *et al.*, 2020). Nesse contexto, estratégias educativas tornam-se essenciais para minimizar os impactos negativos dessa prática e melhorar a qualidade de vida

da população prisional (Oliveira *et al.*, 2019). Por fim, a experiência reforça a importância da extensão universitária na conscientização dos detentos, estimulando a reflexão sobre o uso consciente de medicamentos. A interação entre acadêmicos e internos tem o potencial de reduzir a automedicação e melhorar o cuidado em saúde nas unidades prisionais.

Conclusão

O projeto alcançou seu objetivo de discutir sobre os perigos da automedicação no sistema prisional. Através da educação em saúde, conseguimos informar os detentos sobre os riscos dessa prática e a importância de buscar ajuda médica sempre que necessário. Recomenda-se que iniciativas educativas como essa sejam ampliadas, com o intuito de atingir um maior número de internos e reduzir o uso de medicamentos sem orientação no sistema prisional.

Referências Bibliográficas

- LOPES, C. S.; MACIEL, E. M.; SILVA, M. J. Automedicação e uso de psicofármacos: um estudo sobre a população carcerária. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, n. 3, p. 87-94, 2015.
- MORAES, L.G.M de; BERNARDINA, L.S.D; ANDRIATO, L.C; DALVI, L.R.; LOYOLA, Y.C.S. Automedicação em acadêmicos de Medicina. **Automedicação em acadêmicos de Medicina**, Colatina, ES, Brasil, v. 16, n. 3, p. 70, out. 2017.
- NAVES, J.O.S.; CASTRO, L.L.C. de; CARVALHO, C.M.S de; MERCHÁN-HAMANN, E. Automedicação: uma abordagem qualitativa de suas motivações. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 1751-1762, 2010.
- OLIVEIRA, L. C.; FONSECA, C. O.; MENDES, M. P. A realidade da assistência à saúde no sistema prisional brasileiro. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 461-469, 2016.
- SANTOS, A.N.M.; NOGUEIRA, D.R.C; OLIVEIRA, C.R. Automedicação em participantes de uma Universidade Aberta à Terceira Idade e fatores associados. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 4, pág. 419-427, 2018.
- SILVA, R. P. Automedicação e seus efeitos adversos. **Revista de Ciências Médicas**, v. 25, n. 2, p. 112-120, 2020.

ENSINO DO MANEJO INICIAL DE EMERGÊNCIAS MÉDICAS PEDIÁTRICAS: PROJETO VIDA DE CRIANÇA

TEACHING INITIAL MANAGEMENT OF PEDIATRIC MEDICAL EMERGENCIES: CHILDREN'S LIFE PROJECT

Paula Arthuso Carvalho¹
Catarina Amorim Baccarini Pires^{2*}

RESUMO

Introdução: As emergências médicas são situações em que há perigo iminente à vida, necessitando de uma rápida assistência em saúde. A obstrução das vias aéreas superiores é definida por uma interrupção do fluxo respiratório devido a algo que oclui a passagem de ar. Já a parada cardiorrespiratória ocorre quando há uma deficiência cardíaca (o coração para de bombear sangue) associado a uma deficiência do aparelho respiratório (ocorrendo apneia/gasping). Muitas dessas emergências ocorrem em ambiente extra-hospitalar, o que leva a um pior prognóstico para as vítimas. Por isso, torna-se necessária a difusão do conhecimento sobre seus respectivos manejos, a fim de que um leigo consiga fazer o papel de um primeiro socorrista, melhorando a sobrevivência das vítimas. Tendo isso em vista, o projeto "Vida de Criança" visa ensinar acerca de manobras de desobstrução de via aérea superior e sobre Suporte Básico de Vida (SBV) para leigos. **Método:** trata-se de um relato de experiência a respeito de um projeto de extensão intitulado "Vida de Criança". O projeto tem como membros os acadêmicos de medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga e tem como público alvo principal as crianças e os adolescentes. Todo o relato foi escrito baseado nas observações e na experiência obtida com as ações realizadas. **Relato de experiência:** observou-se um grande interesse referente ao assunto por parte das crianças e dos adolescentes. Foram realizadas diversas ações durante o ano letivo de 2024. Cada ação foi dividida em partes, em que foi ensinado a teoria relacionada à temática, seguida por um momento de prática, em que os espectadores puderam realizar em manequins e modelos artificiais as manobras aprendidas. Os adolescentes se destacaram em relação à eficácia das manobras, mas o projeto se mostrou igualmente essencial para crianças menores, que aprenderam a como chamar ajuda e quais são os passos de cada manobra. **Conclusão:** A difusão do conhecimento referente aos primeiros socorros é essencial, inclusive para a faixa pediátrica que, dentro das suas limitações, consegue ajudar um indivíduo que precisa, melhorando seu prognóstico.

Palavras-chave: Ensino. Obstrução das Vias Respiratórias. Pediatria. Reanimação Cardiopulmonar.

ABSTRACT

Introduction: Medical emergencies are situations in which there is imminent danger to life, requiring rapid health care. Upper airway obstruction is defined by an interruption of the respiratory flow due to something that occludes the passage of air. Cardiorespiratory arrest occurs when there is a heart failure (the heart stops pumping blood) associated with a deficiency of the respiratory system (occurring apnea/gasping). Many of these emergencies occur in an out-of-hospital setting, which leads to a worse prognosis for victims. Therefore, it is necessary to disseminate knowledge about their respective management, so that a layman can play the role of a first responder, improving the survival of victims. In view of this, the "Child Life" project aims to teach about upper airway clearance maneuvers and about Basic Life Support (BLS) for laypeople. **Method:** this is an experience report about an extension project entitled "Child's Life". The project has as members the medical academics of Afya Faculty of Medical Sciences of Ipatinga and has as its main target audience children and adolescents. The entire report was written based on the observations and the experience obtained with the actions performed. **Experience report:** there was a great interest on the subject by children and adolescents. Several actions were carried out during the school year 2024. Each action was divided into parts, in which the theory related to the theme was taught, followed by a moment of practice, in which the spectators could perform in mannequins and artificial models the learned maneuvers. Adolescents stood out in relation to the effectiveness of the maneuvers, but the project proved equally essential for younger children, who learned how to call for help and what the steps of each maneuver are. **Conclusion:** The dissemination of knowledge regarding first aid is essential, including for the pediatric age group that, within its limitations, can help an individual who needs it, improving their prognosis.

Keywords: Teaching. Airway Obstruction. Pediatrics. Cardiopulmonary Resuscitation.

Introdução

As emergências médicas são todas aquelas situações em que há ameaça à vida de um indivíduo ou quando ele está em sofrimento intenso, necessitando, portanto, de uma assistência médica rápida (Traldi; Brito; Cunha, 2023). Dentre todas as situações existentes, duas emergências com grande prevalência são a obstrução de vias aéreas superiores (OVAS) e a parada cardiorrespiratória (PCR).

¹ Graduanda de medicina, Afya Faculdade Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: paulaarthuso2000@gmail.com. ^{2*} Mestre em Administração em Saúde, Afya Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: catarina.pires@afya.com.br. *Autor Correspondente.

A OVAS ocorre quando há impedimento da entrada e saída de ar do sistema respiratório superior (cavidade nasal até traqueia superior), sendo ele parcial, quando ainda há passagem de ar e o indivíduo consegue falar e tossir, ou total, em que há incapacidade de trocas gasosas, de tossir e de falar, e ficam evidentes os sinais físicos de hipóxia (cianose de lábios e extremidades). Tal obstrução pode ocorrer por causas intrínsecas (como quando ocorre rebaixamento do nível de consciência e a língua obstrui a passagem de ar) ou por causas extrínsecas (como quando há aspiração de um corpo estranho ou de alimentos) (Bernoche *et al.*, 2019). Já a PCR é definida por irresponsividade associada às deficiências cardíaca (ausência de pulso central/batimento cardíaco) e respiratória (apneia/gasping) (Traldi; Brito; Cunha, 2023).

No público infantil, a OVAS é uma emergência muito comum. No Brasil, a obstrução devido a um corpo estranho é a terceira causa de acidentes culminando em morte em lactentes e crianças (Bernoche *et al.*, 2019). Por sua vez, os episódios de PCR na faixa pediátrica ocorrem principalmente devido a causas hipóxico-isquêmicas. Assim, um caso de OVAS que não é tratado rapidamente pode evoluir para uma falência cardiorrespiratória (Traldi; Brito; Cunha, 2023). Sabe-se que nos casos de PCR extra-hospitalar, as chances de sobrevivência e ausência de sequelas são menores, principalmente em bebês (American Heart Association, 2020).

Considerando tais fatos, fica evidente que o prognóstico da vítima depende da agilidade e do conhecimento daqueles que estão ao redor dela em socorrê-la, seja por meio de manobras de desobstrução para OVAS ou por meio do Suporte Básico de Vida (SBV) e acionamento imediato do Serviço Médico de Emergência (SME) para PCR (Bernoche *et al.*, 2019). Em se tratando de crianças, sabe-se que elas, na maioria das vezes, estarão cercadas por adultos ou por outras crianças (seja em casa, na escola ou brincando na rua). Assim, nota-se o quanto é fundamental a disseminação de conhecimento relativo aos primeiros socorros dessas emergências médicas na comunidade, a fim de que a vítima tenha maiores chances de vida.

Tendo isso em vista, o projeto “Vida de Criança” visa ensinar acerca de manobras de desobstrução

de via aérea superior e sobre SBV para leigos, tendo como principal público-alvo as próprias crianças (que muitas vezes têm esse ensino negligenciado por se achar que elas não têm a capacidade de aprender), mas o projeto estende-se também aos adultos que lidam diariamente com elas.

Método

O projeto “Vida de Criança” é de caráter extensionista, composto por acadêmicos graduandos de

medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga - MG. A cada ano, (atualmente, a cada semestre) cerca de 15 alunos são selecionados para integrá-lo. Em seguida, são feitos subgrupos de cerca de 5 pessoas, que são responsáveis por fazerem ações de extensão na região do Vale do Aço. Os locais e as datas são escolhidos pelos próprios membros do grupo. O público-alvo principal são as crianças e os adolescentes; assim, a escolha do local leva tal fato em consideração.

Cada ação extensionista foi dividida em dois momentos: um teórico e um prático. Durante a teoria, foi explicado aos ouvintes sobre as emergências médicas, as manobras a serem realizadas em cada caso e como acionar o SME. Para auxiliar durante esse momento, foi confeccionado pelos acadêmicos um material em formato de apresentação de slides.

Os materiais utilizados para o momento prático foram: um modelo artificial para simulação da manobra de Heimlich; duas bonecas para simular o desengasgo e a massagem cardíaca em lactente menor que 1 ano; e dois torsos (um de adulto e um de criança/adolescente) para fazer as massagens cardíacas.

Este relato foi escrito tendo como referência aquilo que foi observado durante as ações de extensão do projeto “Vida de Criança”. Os procedimentos adotados na experiência vivenciada obedeceram aos Critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e, portanto, não ofereceu riscos à dignidade dos participantes, tampouco qualquer tipo de preconceito, discriminação ou desigualdade social.

Relato da Experiência

Antes da realização dessas atividades de extensão, os alunos selecionados para o projeto tiveram a primeira tarefa de estudar a respeito da temática. As bibliografias estudadas foram materiais de caráter científico, baseadas em evidências, tanto nacionais quanto internacionais.

Durante o ano letivo de 2024, o subgrupo composto por 5 acadêmicos de medicina realizou diversas ações extensionistas. Os locais selecionados foram: uma escola, duas igrejas, um parque, uma praça e na sede de um grupo de escoteiros. Todas as atividades foram realizadas com crianças e adolescentes que frequentavam os respectivos locais e os adultos responsáveis por eles.

Em todas as ações, observou-se bastante interesse das crianças e dos adolescentes pelo assunto. O momento teórico ministrado pelos acadêmicos (Figura 1) era breve, de cerca de 20 minutos, para evitar dispersões, tendo em vista o público alvo. Mesmo no grupo de escoteiros, que integrava crianças a partir de 6 anos de idade, houve muita atenção ao que foi ensinado, principalmente pela proximidade do grupo com a temática. Junto ao ensino teórico, os acadêmicos demonstravam as técnicas

relacionadas às emergências médicas, a fim de deixar o processo de ensino mais dinâmico. Terminada a primeira etapa, era ofertado um momento para tirar dúvidas iniciais. Após, os espectadores eram convidados a praticar o que aprenderam.

Figura 1: apresentação teórica sobre emergências médicas.



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Durante o momento prático, dividiam-se os participantes em grupos para que todos pudessem treinar cada uma das manobras. Os acadêmicos também se dividiam e cada um ficava responsável por auxiliar e corrigir o passo-a-passo das situações de simulação (Figura 2). A maioria das pessoas demonstrou vontade de simular as manobras; aqueles que tiveram certa resistência no início foram convencidos pelos seus colegas a participar. Ao final, todos estavam entusiasmados e muitos queriam repetir as simulações.

Em uma comparação entre as ações, foi observado que a realização das manobras de forma correta, alcançando-se o resultado esperado (a desobstrução e a realização de massagem cardíaca de qualidade), variou de acordo com a idade e com a altura dos indivíduos e, consequentemente, com a força que cada um possuía. As crianças pequenas não tinham força o suficiente para a realização da manobra de Heimlich (Figura 3) (manobra de desobstrução de via aérea superior indicada para maiores de 1 ano), necessitando de ajuda. Já os adolescentes conseguiram realizar a manobra de forma eficaz, “desobstruindo” o modelo artificial. Em relação à manobra de desobstrução de lactentes, todos foram capazes de fazer.

Em relação ao SBV, também foi observado que os adolescentes tiveram mais facilidade em realizar compressões de qualidade do que as crianças, conseguindo chegar na profundidade adequada de compressão para cada manequim. Mesmo os menores não sendo capazes de aprofundar o necessário durante a massagem cardíaca, esse momento foi muito importante para treinar a técnica, o

posicionamento das mãos e do corpo e o ritmo adequado de ressuscitação cardiopulmonar (Figura 4).

Dessa forma, ficou notório que, mesmo para os menores, o projeto demonstrou ter grande relevância. Foi possível ensiná-los a acionar o SME, por meio do 192 (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência - SAMU) ou 193 (Corpo de Bombeiros), e a memorizar o passo-a-passo da manobra de desobstrução de vias aéreas em lactentes <1 ano, da manobra de Heimlich e da RCP. Tais conhecimentos, posteriormente, podem ser explicados para aqueles adultos do convívio deles para que eles, em caso de necessidade, façam os primeiros socorros de maneira eficaz.

Figura 2: momento prático da realização das manobras de emergência.



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Figura 3: realização da manobra de Heimlich.



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Figura 4: realização de massagem cardíaca em uma RCP.



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Além das crianças e dos adolescentes, realizou-se a abordagem dos adultos que os acompanhavam, sendo eles os pais/responsáveis e os professores. Tal feito foi muito proveitoso, pois essas pessoas estão sempre em contato com a faixa etária pediátrica e podem ser peças fundamentais no salvamento de vidas e para o prognóstico das vítimas em situações emergenciais.

Para mais, ao final de cada ação, os acadêmicos de medicina faziam um breve recordatório daquilo que foi ensinado, em formato de perguntas objetivas de forma oral, e abria-se espaço para dúvidas. Notou-se que os espectadores de cada ação foram capazes de absorver as informações dadas, tendo em vista que respondiam de forma correta os números dos serviços médicos de emergência (SAMU e Corpo de Bombeiros), sabiam identificar um cenário de engasgo a partir dos seus sinais clínicos (sinal universal do engasgo e diferenciação de obstrução parcial e total), além de reconhecerem a parada cardíaca.

Discussão

O ensino de primeiros socorros para o público infantil é algo de extrema importância, contudo desafiante. Por se tratar de um público em formação, deve-se ter uma atenção especial à forma de abordagem (tipo de material utilizado e linguagem adequada para faixa etária), para que as crianças e os adolescentes se apropriem do que lhes é ensinado. Antonelli *et al.* (2023) evidenciou que quando se coloca os alunos como protagonistas do seu processo de aprendizagem, os resultados são positivos. Dessa forma, o projeto de extensão vai ao encontro de tal metodologia, ao permitir que os espectadores

realizem as técnicas em manequins que simulam a realidade.

Segundo Terçola *et al.* (2022), foi possível verificar que os treinamentos acerca de como agir em PCR e em situações de engasgo foram bastante positivos, pois as crianças em questão aprenderam a reconhecer uma PCR e a como agir perante ela, além de terem aprendido a realizar a manobra de desengasgo e a acionar corretamente o SAMU. Araújo *et al.* (2024) também observou melhora nos conhecimentos de adolescentes no que concerne ao SBV e à obstrução de via aérea por corpo estranho após uma ação de educação em saúde no Distrito Federal. Sabe-se que as crianças e os adolescentes são capazes de influenciar diretamente os cenários emergenciais de forma positiva, seja no acionamento rápido de um SME, seja na prática das manobras em si. Para isso, basta que sejam treinados constantemente (Sousa; Carvalho; Sousa, 2019).

Em consonância a isso, Martínez-Isasi *et al.* (2023) constatou que pré-adolescentes e adolescentes entre 10 e 13 anos são capazes de aprender a gerir corretamente uma situação de OVAS desde que passem por treinamento. Também foram observadas as limitações em relação à antropometria (altura e peso, que reflete indiretamente na força) e idade (relacionando à força de compressão das massagens cardíacas), vistas durante as ações do “Vida de Criança”.

Nesse contexto, fica notória que a ideia de que crianças e adolescentes não precisam aprender sobre primeiros socorros é um mito, que precisa ser trabalhado. Ações no mundo inteiro visam tal ensinamento, o que contribui para a disseminação do conhecimento e para o prognóstico de vítimas de emergências médicas.

Conclusão

O ensino do manejo inicial das emergências médicas, incluindo as manobras de desengasgo e de reanimação cardiopulmonar, revelou-se de suma importância, proporcionando benefícios tanto à comunidade, que adquiriu conhecimentos relativos aos primeiros socorros, quanto aos acadêmicos de medicina, que puderam estudar e atualizar-se em relação aos algoritmos de obstrução de vias aéreas superiores (OVAS) e de parada cardiorrespiratória (PCR). Ademais, essa experiência possibilitou aos acadêmicos o desenvolvimento de habilidades interpessoais, uma vez que interagiram com indivíduos de diferentes faixas etárias, o que demandou o aprimoramento da comunicação e da postura ao se dirigirem a crianças.

A partir dessa vivência, tornou-se ainda mais evidente a necessidade de continuidade de ações educativas que abordam o manejo inicial dessas emergências, incluindo a capacitação da população pediátrica, que pode atuar em diversas esferas da assistência, influenciando positivamente o

prognóstico de uma vítima. Nesse contexto, as instituições de ensino desempenham um papel fundamental, uma vez que fazem parte do cotidiano das crianças e da formação integral de todos os indivíduos.

Referências Bibliográficas

AHA. AMERICAN HEART ASSOCIATION. **Destaques das diretrizes de RCP e ACE de 2020 da American Heart Association**. 2020. Disponível em: https://cpr.heart.org/-/media/cpr-files/cpr-guidelines-files/highlights/hghlghts_2020eccguidelines_portuguese.pdf. Acesso: 19 mar. 2025.

ANTONELLI, B. C. *et al.* Programas de educação em saúde em escolas para adolescentes: revisão integrativa da literatura. **Distúrb Comun**, São Paulo, v. 35, n. 1, e57887, p. 1-15, 2023. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/57887/42440>. Acesso: 20 mar. 2025.

ARAÚJO, C. F. S. *et al.* Ação de educação em saúde em ressuscitação cardiopulmonar e manobra de desengasgo para adolescentes: relato de experiência. **Revista Foco**, v.17, n.8, e5840, p.01-16, 2024. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/5840/4356>. Acesso: 20 mar. 2025.

BERNOCHE, C. *et al.* Atualização da Diretriz de Ressuscitação Cardiopulmonar e Cuidados de Emergência da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019. **Arq Bras Cardiol**, v. 113, n. 3, p. 449-663, 2019. Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br/portal/abc/portugues/2019/v11303/pdf/11303025.pdf>. Acesso: 19 mar. 2025.

MARTÍNEZ-ISASI, S. *et al.* School children brief training to save foreign body airway obstruction. **European Journal of Pediatrics**, v. 182, n. 12, p. 5483-5491, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37777603/>. Acesso: 19 mar. 2025.

SOUZA, L. M.; CARVALHO, J. D.; SOUSA, A. S. Instrução de primeiros socorros na educação básica. **Anais do Congresso Internacional de Educação e Geotecnologias**. ISSN 2674-7227. p. 329-330, 2019. Disponível em: <https://revistas.uneb.br/index.php/cintergeo/article/view/6886/4503>. Acesso: 20 mar. 2025.

TERÇOLA, A. L. *et al.* **Kids Save Lives Brasil**. In: anais eletrônicos do 40o Seminário de Extensão Universitária da Região Sul – 40o SEURS, Santa Catarina, 2022. Disponível em: <https://portaleventos.uffs.edu.br/index.php/seurs/article/view/17500/11765>. Acesso: 19 mar. 2025.

TRALDI, P. C. de.; BRITO, A. R.; CUNHA, J.B, da. **Urgências e emergências pediátricas**. (Série Pediatria Soperj) . Barueri: Manole, 2023. E-book. ISBN 9788520465196. Acesso em: 19 mar. 2025.

ESTRATÉGIA DE ATENDIMENTO OFTALMOLÓGICO DESENVOLVIDA POR ALUNOS E PROFESSORES DO PROJETO DE EXTENSÃO REALIZADO EM ALDEIA INDÍGENA DE AÇUCENA-MG – RELATO DE EXPERIÊNCIA

OPHTHALMOLOGICAL CARE STRATEGY DEVELOPED BY STUDENTS AND PROFESSORS OF THE EXTENSION PROJECT CARRIED OUT IN THE INDIGENOUS VILLAGE OF AÇUCENA-MG – EXPERIENCE REPORT

Anna Leonor Gimenes de Melo¹
Camila Soares Meira²
Carolina Moraes Guimarães³
Elisa Cristina Ferreira⁴
Gabriela da Silva Santos⁵
Giulia Souza Lemos⁶
Hélvio Soares Rezende⁷
Jessica Adrielle Rodrigues Santos⁸
Karine Martins Soares⁹
Luana Clara do Carmo Ferreira¹⁰
Tatianne Fernandes Duarte¹¹
Fabiana Athayde Martins Araújo^{12*}

RESUMO

Introdução: Este artigo é um relato de experiência que visa compartilhar os desafios e os impactos do projeto de extensão “Prevenção da Saúde Ocular no Âmbito da Saúde Coletiva”, realizado por alunos e professores da Afya - Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga. Foi desenvolvida e colocada em prática uma estratégia de atendimento oftalmológico capaz de avaliar e tratar os 88 integrantes da Aldeia Geru Tucunã Pataxó, localizada no município de Açucena, Minas Gerais. **Objetivo:** O objetivo do relato foi compartilhar os desafios, planejamentos e impactos da iniciativa na população e na aprendizagem dos alunos. **Método:** O projeto foi executado em três etapas. Na primeira, planejamento, realizou-se a definição dos objetivos, metodologias, estratégias de atuação e treinamento da equipe para a execução das ações. Na segunda etapa foi realizado o atendimento oftalmológico composto por anamnese, exames de Biomicroscopia, Fundoscopia, Tonometria e refração, além do fornecimento de medicamentos arrecadados. A terceira etapa envolveu o monitoramento e análise dos dados para avaliar o impacto da iniciativa e orientar melhorias nas ações de saúde ocular, além da entrega dos óculos prescritos para a comunidade indígena. **Relato de experiência:** Em 15 de março de 2025, ocorreu a primeira ação do projeto de extensão. Participaram de 16 alunos, 3 professoras, uma fotógrafa e uma secretária. Foram atendidos 76 indígenas, divididos em duas etapas, incluindo triagem, testes de acuidade visual, refração, teste de lentes, exame de fundo de olho e tonometria. Pacientes receberam orientações, prescrição de óculos e medicamentos. Parte lúdica e importante desta ação foi o entretenimento com atividades de colorir fornecidas às crianças enquanto aguardavam o atendimento. O retorno à Aldeia está programado para 17 de maio de 2025, quando os óculos serão entregues e haverá orientação sobre doenças oftalmológicas. **Discussão:** Os resultados do projeto demonstram a relevância de estratégias e ações que integram a universidade com comunidades vulneráveis, e a necessidade de expandir o acesso à saúde oftalmológica em regiões remotas. **Conclusão:** A articulação entre as instituições de ensino e as comunidades indígenas é crucial para superar as barreiras de acesso à saúde e promover o bem-estar das populações em situação de vulnerabilidade.

Palavras-chave: Saúde ocular. Saúde indígena. Extensão universitária. Atendimento oftalmológico.

^{1 a 10} Alunos da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga. Ipatinga- MG. Email: (1) annaleonor2000@icloud.com (2) camilameira.1@gmail.com (3) carolinamoraes.g@gmail.com (4) f.elisacris@hotmail.com (5) gabireisab@gmail.com (6) giuliasouzalemos@hotmail.com. (7) helviorezende27@gmail.com (8) jessica.adrielle123@hotmail.com (9) karine.martins-s@hotmail.com (10) luanacclaradocarmo@hotmail.com

¹¹ Formada em Medicina pela Faculdade de Medicina do Vale do Aço - Univaço. Especialista em oftalmologia pela Fundação Hilton Rocha. ^{12*} Especialista em Plástica Ocular pela Fundação Hilton Rocha em Belo Horizonte - MG. Docente de Oftalmologia da Faculdade de Ciências Médicas - Afya Ipatinga. E-mail: tatianne Duarte@yahoo.com.br Autor correspondente.

ABSTRACT

Introduction: This article is an experience report aimed at sharing the challenges and impacts of the extension project “Ocular Health Prevention in the Context of Public Health,” carried out by students and professors from Afya – Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga. An ophthalmological care strategy was developed and implemented to assess and treat the 88 members of the Geru Tucunã Pataxó Indigenous Village, located in the municipality of Açucena, Minas Gerais, Brazil.

Objective: The objective of this report is to share the challenges, planning process, and impacts of the initiative on the community and on the students’ learning. **Method:** The project was carried out in three stages. The first stage involved planning, which included defining objectives, methodologies, and strategies, as well as training the team for implementation. The second stage was the ophthalmological care itself, consisting of anamnesis, biomicroscopy, fundoscopy, tonometry, and refraction exams, in addition to providing donated medications. The third stage focused on monitoring and analyzing the data to assess the project's impact and to guide improvements in ocular health actions, as well as delivering prescribed glasses to the Indigenous community.

Experience Report: On March 15, 2025, the first field action of the extension project took place. It involved 16 students, 3 professors, a photographer, and a secretary. A total of 76 Indigenous individuals were assisted in two phases, which included screening, visual acuity tests, refraction, lens trials, fundoscopy, and tonometry. Patients received guidance, prescriptions for glasses, and medications. A playful and important part of the initiative was the entertainment activity: coloring sheets were offered to children while they waited for their appointments. The follow-up visit is scheduled for May 17, 2025, during which the glasses will be delivered, and further guidance on eye diseases will be provided. **Discussion:** The outcomes of the project highlight the importance of strategies and actions that connect universities with vulnerable communities, as well as the urgent need to expand access to ophthalmological care in remote areas. **Conclusion:** Collaboration between educational institutions and Indigenous communities is essential to overcoming healthcare access barriers and promoting the well-being of populations in situations of social vulnerability.

Keywords: Ocular health. Indigenous health. University extension. Ophthalmological care.

Introdução

Desde a promulgação da Constituição Federal (1988), os povos indígenas no Brasil passaram a ser reconhecidos e terem seus direitos garantidos constitucionalmente, incluindo a proteção de suas culturas, costumes, tradições e modos de vida. Este marco reflete na tentativa de diversas políticas públicas em promover a valorização de sua identidade e a preservação de seus direitos básicos. Prova disso, centra-se na criação da Política Nacional de Atenção à Saúde dos Povos Indígenas (PNASPI), regulamentada em 1999, que objetiva assegurar os direitos aos indígenas, de forma a cobrir as deficiências de acesso à saúde evidenciadas (Brasil, 2002).

A população indígena representa uma parcela considerável da população brasileira, mesmo diante da restrição de dados na literatura. Segundo o Sistema de Informações da Atenção à Saúde Indígena (SIASI), existe uma diversidade de etnias registradas, mas cerca de 92% desses registros refletem ainda 1% da população cadastrada. Referente à saúde indígena, dados de 2014 demonstram 1,56 atendimentos por habitantes, já em 2017 esse número era 6,32, um aumento de quase quatro vezes, sendo as faixas etárias de maior cobertura assistencial de zero a quatro anos, seguida daquela de pessoas com mais de 60 anos. Nota-se que os indicadores, embora tenham apresentado melhorias, ainda refletem dificuldade de acesso à saúde (Brasil, 2017).

Assim, as políticas voltadas para os povos indígenas têm sido estruturadas com base em princípios de equidade e universalidade, de forma a assegurar saúde e agir nas principais enfermidades

que acometem esse povo. Dentro deste contexto, torna-se relevante propor e executar estratégias capazes de levar atendimento especializado a essa população, como exemplo aqueles voltados à saúde ocular. Na literatura, dados sobre a prevalência de doenças oculares em indígenas são escassos, e variam muito de acordo com a etnia e a localização de origem (Malvezzi; Ferron; Cortêz., 2020)

Segundo avaliação realizada por Salum e Rodrigues (2016), observa-se uma prevalência elevada de casos de tracoma nas populações indígenas avaliadas, além de outros achados oculares, como comprometimento ocular leve, cegueira, pterígio, oncocercose, entre outros.

Dentre as doenças de origem infecciosa, o tracoma figura-se como a principal patologia causadora de cegueira evitável no Brasil, desencadeando danos em 1,9 milhões de pessoas, das quais 450 mil apresentam cegueira irreversível, segundo boletim epidemiológico publicado em 2022. Os relatos dessa enfermidade em indígenas datam desde o século XVIII, sendo até considerada hiperendêmica em algumas comunidades indígenas. Dados obtidos no Sistema de Informação da Atenção à Saúde Indígena (SIASI), entre os anos de 2010 e 2020, relevam 4.186 casos notificados (Brasil, 2021).

Diante desta realidade, um grupo composto por 16 alunos e três professoras da Faculdade Afya – faculdade de ciências médicas de Ipatinga, promoveu a realização do projeto de extensão “Prevenção da Saúde Ocular no Âmbito da Saúde Coletiva”. Os objetivos do relato e do projeto foram desenvolver e colocar em prática uma estratégia de atendimento oftalmológico capaz de avaliar e tratar os 88 integrantes da Aldeia Geru Tucunã Pataxó, localizada no município de Açucena, Minas Gerais, em ações realizadas por alunos e professores, antes, durante e depois das intervenções na própria Aldeia, dos dias 15 de março e 17 de maio de 2025. Este relato também se propôs a compartilhar os desafios, o planejamento e os impactos da iniciativa.

Método

O presente estudo é um relato de experiência com abordagem qualitativa e descritiva, fundamentado nas atividades desenvolvidas durante a execução do projeto de extensão "Prevenção da Saúde Ocular no Âmbito da Saúde Coletiva".

O projeto foi idealizado e está sendo executado entre os meses de fevereiro a junho de 2025 por uma equipe composta por 16 estudantes extensionistas do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas Ipatinga, sob a supervisão de três professoras da mesma Instituição de Ensino Superior (IES). As atividades do projeto foram estruturadas em três etapas principais. A primeira etapa consistiu no planejamento, momento em que foram realizadas reuniões para definição dos objetivos,

metodologias e estratégias do projeto, além do treinamento da equipe extensionista para a execução das ações. Neste momento, alunos e professoras desenvolveram algumas estratégias para a avaliação oftalmológica e tratamento das patologias encontradas na população indígena da Aldeia Gerú Tucunã Pataxó, localizada no município de Açucena – MG, público alvo da ação extensionista. Foi produzida uma campanha de arrecadação de armações de óculos e separadas aquelas em bom estado de conservação. Foram firmadas parcerias com empresas dispostas a disponibilizar as lentes e realizar a confecção dos óculos destinados aos integrantes avaliados da Aldeia que apresentassem erro refracional. Também foram consolidadas parcerias para o fornecimento medicamentos oftalmológicos que foram entregues à Unidade Básica de Saúde (UBS) da Aldeia e disponibilizados à comunidade indígena conforme prescrição dos médicos presentes na ação ou do médico responsável pela UBS local. Para a viabilizar a execução do projeto buscou-se o suporte de equipamentos disponibilizados pelas professoras orientadoras e pela IES envolvida, além dos recursos disponíveis na UBS da Aldeia. Entre os materiais utilizados para a avaliação oftalmológica dos pacientes, destacam-se a tabela de Snellen e tabela de Jaeger, utilizadas para avaliação da acuidade visual para longe e perto, respectivamente, oclusores, auto refrator portátil, caixa e armação de prova, utilizados para avaliar a necessidade de uso de óculos com grau, tonômetro portátil, para aferição da pressão intraocular, e oftalmoscópios direto e indireto, empregados no exame do fundo de olho.

Na segunda etapa, referente à execução, foram realizados atendimentos individuais na UBS local, permitindo a aplicação prática dos conhecimentos acadêmicos adquiridos, sob a supervisão das professoras orientadoras. Durante os atendimentos, os pacientes passaram por uma avaliação oftalmológica completa, sendo que todas as atividades foram devidamente registradas por meio de fotografias e prontuários impressos. Para esta ação na Aldeia, alunos e professores desenvolveram previamente um método de avaliação oftalmológica que foi executado em “estações”, através das quais os indígenas passaram, em ordem sincronizada e previamente determinada, para serem examinados. Estabeleceram também, uma ficha de identificação e exame físico, que permitiu o registro detalhado das informações clínicas colhidas. Neste dia, foram entregues à população indígena os medicamentos oftalmológicos previamente arrecadados.

A terceira e última etapa correspondeu ao monitoramento da avaliação, onde os dados coletados foram analisados a fim de mensurar o impacto da iniciativa e aprimorar futuras ações voltadas à saúde

ocular desta comunidade. Nesta etapa também está programado um retorno à Aldeia em 17 de maio de 2025 onde serão entregues os óculos confeccionados e haverá um momento de orientações à

população local sobre urgências e algumas doenças oftalmológicas.

Relato da Experiência

No dia 15 de março de 2025, ocorreu a primeira ação do projeto de extensão "Prevenção da Saúde Ocular no Âmbito da Saúde Coletiva", mobilizando vinte e uma pessoas para sua realização, incluindo 16 alunos, 3 professoras, uma fotógrafa e uma secretária. A Instituição de Ensino Superior (IES) disponibilizou dois transportes, com saída programada para às 5h da manhã, em frente à instituição, com destino à Aldeia Indígena (Figura 1).

Figura 1 - Saída da frente da IES, das vinte e uma pessoas envolvidas no Projeto.



Fonte: os autores.

O início dos atendimentos estava previsto para às 8 horas, porém, um erro de trajeto resultou em um atraso de duas horas. Ao chegarmos no local, fomos recepcionados com um café da manhã e, em seguida, nos deslocamos para conhecer os espaços disponíveis para a realização das atividades. As opções incluíam duas salas de aula da escola e a estrutura da Unidade Básica de Saúde (UBS), que acabou sendo escolhida.

A UBS contava com uma recepção ampla, utilizada para a triagem dos pacientes, aferição da acuidade visual, escolha das armações para os óculos e avaliação dos parâmetros necessários para sua confecção. Além disso, um corredor também foi aproveitado para a medida da acuidade visual, enquanto dois consultórios serviram para diferentes etapas dos exames. No primeiro consultório,

Foram realizados exames de auto refração, retinoscopia e teste de lentes com armação e caixa de prova. No segundo, foram feitos exames de fundo de olho indireto, além de orientações, prescrições e condutas médicas.

O atendimento iniciou com a identificação do paciente, incluindo anamnese, histórico médico e ectoscopia (Figura 2A e 2B).

Figura 2A e 2B - Identificação, anamnese e ectoscopia com registro dos dados.



Fonte: os autores.

Em seguida, foi realizada a avaliação da acuidade visual utilizando a Tabela de Snellen e, para pacientes acima de 40 anos ou com dificuldades para visão de perto, a Tabela de Jaeger. Nos casos suspeitos de estrabismo ou com queixas relacionadas, aplicamos os testes de Cover, Hirschberg e estudo das versões oculares. Após essa etapa, foi realizada a auto refração para aqueles com visão em um ou ambos os olhos, igual ou pior que 20/30 para longe e igual ou pior que J2 para perto (Figura 3A e 3B). Todos os pacientes que passaram por essa etapa realizaram o teste de lente, e aqueles que não necessitavam de óculos foram encaminhados para exame de fundo de olho indireto (Figura 4). Quando ao passar pelas estações de auto refração e teste de lente (Figura 5A e 5B) identificou-se a necessidade do uso de óculos, o paciente foi direcionado à “estação” dos óculos para a escolha da armação e a coleta dos dados necessários para confecção destes (Figura 3A e 3B).

Figura 3A e 3B - Aferição da acuidade visual.



Fonte: os autores.

Figura 4 - Exame de Fundo de Olho indireto



Fonte: os autores.

Figura 5A - Auto refração



Figura 5B - Teste de lente



Fonte: os autores

Figura 6A e 6B - Escolha da armação e avaliação para confecção dos óculos.



Fonte: os autores.

Ao chegar na estação de fundo de olho, finalizou-se o processo de avaliação e cada paciente recebeu orientação e/ou tratamento necessário à sua condição que variaram entre prescrição de óculos, prescrição de medicamentos, solicitação de exames ou de procedimentos e solicitação de novo atendimento oftalmológico agendado.

Após o exame de fundo de olho, a tonometria foi aplicada apenas nos casos em que a escavação da papila óptica era igual ou superior a 0,6, ou quando a diferença entre os olhos era igual ou superior a 0,2.

Dos 88 integrantes da Aldeia, 76 foram avaliados neste dia 15 de março de 2025. O atendimento da população foi dividido em duas etapas. No período da manhã, em aproximadamente duas horas e trinta minutos, foram atendidos cerca de 60% dos pacientes, seguido de uma pausa de uma hora para o almoço. No período da tarde, o restante da população (40%) foi atendida.

Como estratégia para entreter as crianças durante a espera para a consulta, disponibilizamos desenhos impressos e tintas para colorir, fornecidos pelas professoras (Figura 7A e 7B). Os atendimentos foram concluídos às 16 horas e trinta minutos, e a equipe levou cerca de três horas para retornar.

Uma segunda visita à Aldeia está programada para 17 de maio de 2025. Nesta ocasião serão entregues os óculos prescritos no dia 15 de março e será realizado um momento de interação e integração entre alunos, professores e população indígena para que eles possam fazer orientações e tirar dúvidas quanto às doenças oftalmológicas mais prevalentes e às urgências oftalmológicas mais prováveis para esta população.

Figura 7A e 7B - Crianças coloriram enquanto aguardavam atendimento.



Fonte: os autores.

Discussão

A estratégia de preparo prévio e a divisão do atendimento em "estações" foi crucial para garantir que todos os 76 integrantes da Aldeia fossem eficientemente avaliados em um único dia. Modelos de mutirões oftalmológicos organizados por estações têm sido eficazes em comunidades remotas, como demonstrado em diversas iniciativas de saúde. A utilização de estações facilita a triagem, a realização de exames e a entrega de tratamentos de forma organizada, permitindo que um grande número de pacientes seja atendido em tempo reduzido. Essa abordagem também tem sido amplamente adotada em programas de saúde para populações indígenas, onde a logística e o número de profissionais de saúde podem ser limitados (Germano *et al.*, 2017).

A realização de mutirões oftalmológicos em comunidades indígenas tem se mostrado particularmente relevante, já que essas populações frequentemente enfrentam barreiras significativas no acesso a cuidados especializados. Estudos, como o de Almeida e colaboradores (2020), indicam que a prevalência de doenças oculares em populações indígenas é consideravelmente alta, com dificuldades de acesso à saúde oftalmológica devido à localização remota dessas comunidades. A estruturação do atendimento por etapas, com exames de triagem e diagnóstico, tem sido uma estratégia importante para melhorar a cobertura de cuidados oftalmológicos nessas áreas, como observado em mutirões em outras regiões do Brasil (Brasil, 2021). Além disso, a integração entre a Instituição de Ensino Superior (IES), professores, alunos e a comunidade tem um papel fundamental no sucesso do projeto. Estudos apontam que a participação de alunos em projetos de extensão, como o

descrito neste caso, não só fortalece os vínculos com a comunidade, mas também contribui para uma formação acadêmica mais prática e voltada para as necessidades da população (Germano *et al.*, 2017). A oportunidade de aplicar conhecimentos em um contexto real proporciona aos alunos uma experiência enriquecedora, ao mesmo tempo que promove o aprendizado contínuo para os professores e oferece cuidados de saúde de qualidade para a comunidade.

O acompanhamento contínuo, como a entrega de óculos e as orientações sobre doenças oftalmológicas, é uma estratégia fundamental para garantir a eficácia do atendimento. O acompanhamento a longo prazo é essencial, como apontado em pesquisas sobre a prevalência de condições oftalmológicas em populações indígenas, que destacam a importância de garantir não apenas o diagnóstico, mas também o seguimento dos pacientes para prevenir complicações (Brasil, 2021).

Conclusão

O acesso à saúde ainda é um grande desafio para as comunidades indígenas, especialmente quando se trata de atendimento especializado. Muitas vezes, a distância, a falta de infraestrutura e a escassez de profissionais fazem com que diagnósticos sejam negligenciados e tratamentos nunca cheguem. Diante disso, ações como a realizada neste projeto se tornam mais do que necessárias, elas são um gesto de respeito, de escuta e de cuidado com quem, historicamente, tem seus direitos negligenciados.

A experiência na Aldeia Geru Tucunã Pataxó mostrou, na prática, que com organização, compromisso e sensibilidade, é possível oferecer assistência de qualidade em um curto espaço de tempo. O preparo prévio dos alunos, aliado à divisão dos atendimentos em estações, permitiu que todos fossem examinados em um único dia, garantindo que ninguém ficasse sem o devido cuidado. Essa experiência reafirmou o quanto a união entre conhecimento técnico e acolhimento humano faz toda a diferença.

Além disso, nada seria possível sem o apoio das parcerias que viabilizaram desde os exames até a doação de óculos e medicamentos. Cada contribuição ajudou a transformar um dia de atendimento em uma verdadeira ação de impacto, que continuará refletindo na vida da comunidade muito além do que foi possível presenciar.

Portanto, iniciativas como essa representam um avanço na promoção da equidade em saúde, reforçando o compromisso social e a importância da extensão universitária na transformação da realidade de comunidades vulneráveis. O aprendizado adquirido pelos alunos, a troca de experiências

com os indígenas e os benefícios diretos gerados para a comunidade evidenciam que projetos como este devem ser incentivados e replicados, contribuindo para a construção de um sistema de saúde mais acessível e inclusivo.

Agradecimentos:

Agradecemos à Secretaria de Saúde Indígena (SESAI), na pessoa de Myrtô Sucupira, por viabilizarem a realização do Projeto, e às empresas parceiras, que fizeram arrecadação de armações de óculos, doações de lentes e prestação de serviços para confecção dos óculos, e doações de medicamentos oftalmológicos. São elas:

- * Ótica Eldorado - @otica_eldorado
- * Óticas Maria José LTDA - @oticasmariajose
- * Ótica Mayer - @oticasmayer_valedoaco
- * Essilor - @essilor
- * Rotary Club de Acesita - @rotaryclubacesita
- * Ofta Farma - @oftavisionhealth
- * Gbio Farmacêutica - @gbiofarmaceutica
- * Laboratório Cristália - @laboratoriocristalia

Referências Bibliográficas

ALMEIDA, A. C.; SILVA, R. D.; LIMA, D. O. Frequência das alterações oculares na população indígena da cidade de Avaí, no Estado de São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira Oftalmologista**, v. 76, n. 5, p. 227-231, 2017.

BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF:

Presidência da República,. Disponível em:

https://normas.leg.br/?urn=urn:lex:br:federal:constituicao:1988-10-05;1988#/con1988_07.05.2020/art_231_.asp. Acesso em: 28 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde Indígena**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2002. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_saude_indigena.pdf. Acesso em: 25 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde indígena: análise da situação** - SasiSUS, 2017. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_indigena_analise_situacao_sasisus.pdf. Acesso em: 28 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Situação epidemiológica das zoonoses e doenças de transmissão vetorial em áreas indígenas**, 2021. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/boletim_epidemiologico/situacao_epidemiologica_zoonozes_doencas_transmissao_vetorial_areas_indigenas.pdf. Acesso em: 30 mar. 2025.

GERMANO, R. A. S. *et al.* Frequency of ocular conditions in native Brazilians from Avaí City, São Paulo State. **Revista Brasileira De Oftalmologia**, v. 76, n. 5, p. 227–231, 2017.

MALVEZZI, C.; FERRON, M. M.; CORTÊZ, G. Panorama dos recursos humanos da saúde em terras indígenas da Amazônia Legal. **Mundo da Saúde**, v. 44, n. 3, p. 1590-1460, 2020.

SALUM, T. G. B.; RODRIGUES, M. L. V. **Saúde ocular dos povos indígenas do Brasil**. Medicina - Ribeirão Preto, online, v. 49, n. 3, p. 265-272, 2016.

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO “COMER PARA PODER CRESCER”

HEALTHY EATING IN CHILDHOOD: AN EXPERIENCE REPORT FROM THE "EAT TO GROW" PROJECT

Sabrina Carvalho Moraes¹
Graziele Mariano Fernandes²
Leonardo Ramos Paes de Lima^{3*}

RESUMO

Introdução: A infância é um período crucial para a formação de comportamentos que influenciam a saúde ao longo da vida. Nesse sentido, observa-se a importância de incentivar e criar hábitos alimentares saudáveis precocemente. **Objetivo:** O presente projeto extensionista teve como objetivo promover a educação alimentar e nutricional por meio de atividades lúdicas e educativas. **Método:** O projeto "Comer para Poder Crescer" foi realizado em uma escola pública de Ipatinga-MG, com alunos de idades entre 8 e 9 anos, onde através de jogos e brincadeiras abordou-se como a alimentação pode ser saborosa e rica em nutrientes, podendo promover a saúde das crianças e de seus familiares. **Relato de experiência:** o projeto abordou temas como escolhas alimentares conscientes, sustentabilidade e higiene, utilizando práticas como bingo de alimentos saudáveis, plantio de feijões e degustação de frutas. Durante seis encontros, as crianças participaram de atividades que estimularam sua atuação ativa, como a montagem de pratos equilibrados e o aprendizado sobre os impactos do consumo de açúcar. **Conclusão:** Os resultados mostraram grande envolvimento das crianças, que relataram problemas relacionados à alimentação inadequada, como pré-diabetes e baixa autoestima. Com o desenvolvimento do projeto, pode-se perceber que as intervenções educativas no ambiente escolar são eficazes para sensibilizar as crianças e fomentar práticas alimentares e hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Educação nutricional. Sustentabilidade. Hábitos saudáveis. Promoção da saúde. Intervenções escolares.

ABSTRACT

Introduction: Childhood is a crucial period for shaping behaviors that influence health throughout life. In this regard, the importance of encouraging and establishing healthy eating habits early on is evident. **Objective:** This extension project aimed to promote food and nutritional education through playful and educational activities. **Method:** The "Eat to Grow" project was carried out in a public school in Ipatinga-MG with students aged 8 and 9 years. Through games and playful activities, the project addressed how food can be both tasty and rich in nutrients, promoting the health of children and their families. **Experience Report:** The project covered topics such as conscious food choices, sustainability, and hygiene, using practices such as healthy food bingo, bean planting, and fruit tasting. Over six sessions, children engaged in activities that encouraged their active participation, such as assembling balanced meals and learning about the impacts of sugar consumption. **Conclusion:** The results showed great engagement from the children, who reported issues related to inadequate nutrition, such as prediabetes and low self-esteem. With the development of the project, it became evident that educational interventions in the school environment are effective in raising awareness among children and fostering healthy eating practices and habits.

Keywords: Nutritional education. Sustainability. Health promotion. Healthy habits. School interventions.

Introdução

A educação alimentar e nutricional (EAN) é um instrumento essencial na promoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, período crucial para a formação de comportamentos que influenciam a saúde ao longo da vida. A Organização Mundial da Saúde destacou a relevância da EAN em currículos escolares como estratégia para prevenir a obesidade infantil e outras doenças crônicas associadas, promovendo a conscientização sobre o impacto do consumo de alimentos ultraprocessados e do excesso de açúcar na saúde infantil. Intervenções educativas nesse contexto têm demonstrado aumentar o consumo de alimentos *in natura*, como frutas e vegetais, contribuindo para a construção de uma base alimentar mais equilibrada e sustentável (WHO, 2017).

¹⁻². Discente, Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, MG, Brasil. (1) sabrinacarvalhomoraes@hotmail.com, (2) grazielemarianofernanandes@gmail.com (3) ³Docente, Afya Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. leonardo.paes@afya.com.br

No Brasil, o programa "Crescer Saudável" integra esforços nacionais e globais para prevenir a obesidade infantil, envolvendo ações como a regulação da publicidade de alimentos ultraprocessados e a promoção de ambientes escolares seguros. As escolas são ambientes privilegiados para essas iniciativas, alcançando grande número de crianças e fomentando o aprendizado de hábitos saudáveis em uma fase formativa da vida (Maldonato *et al.*, 2021). A prática da EAN vai além da simples transmissão de informações, promovendo um aprendizado crítico e reflexivo que capacita as crianças a fazerem escolhas conscientes sobre sua alimentação, engajando também suas famílias e comunidades (De Castro; De Lima; Belfort, 2023).

Essas estratégias foram aplicadas no projeto de extensão "Comer para Poder Crescer", desenvolvido na Escola Municipal Márcio Andrade Guerra, no município de Ipatinga, Minas Gerais. Com atividades lúdicas e práticas, o projeto buscou fomentar a conscientização sobre alimentação saudável, higiene e sustentabilidade entre crianças de 8 a 9 anos, abordando aspectos fundamentais da educação nutricional e promovendo mudanças positivas na relação das crianças com os alimentos.

Método

O projeto foi desenvolvido por meio de atividades educativas voltadas para crianças do quarto ano do ensino fundamental, realizadas em ambiente escolar durante encontros presenciais mensais. As intervenções foram planejadas com base em metodologias ativas, incentivando a participação dos alunos e a construção do conhecimento de forma interativa.

As ações foram organizadas em seis etapas principais:

1. Pratinho Saudável – Utilização de materiais visuais para ensinar a composição de uma refeição equilibrada, com o envolvimento ativo das crianças na montagem dos pratos ilustrativos.
2. Plantio de Feijão – Experiência prática em que os alunos plantaram feijões em algodão para acompanhar o crescimento das sementes e compreender o ciclo alimentar.
3. Malefícios do excesso de açúcar – Apresentação didática demonstrando a quantidade de açúcar em alimentos industrializados e seus impactos na saúde infantil.
4. Salada de frutas - Dinâmica de degustação às cegas para estimular a aceitação de novos sabores, seguida da preparação e consumo de salada de frutas.
5. Bingo de alimentos saudáveis – Jogo educativo para reforçar o aprendizado sobre os benefícios de uma alimentação equilibrada.
6. Higienização das mãos – Atividade prática para ensinar a técnica correta de lavagem das mãos e o uso adequado do álcool em gel.

As atividades foram planejadas e executadas pelos acadêmicos envolvidos no projeto, que atuaram diretamente na condução das recreações e na participação das crianças, promovendo um aprendizado significativo por meio da interação e experimentação.

Os procedimentos adotados nas atividades descritas respeitaram integralmente os Critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos, conforme estabelecido pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Assim, todas as atividades foram conduzidas no intuito de minimizar qualquer risco à dignidade dos participantes. Além disso, garantiu-se que ao participarem, as crianças não sofreriam nenhum tipo de preconceito, discriminação ou desigualdade social, assegurando um ambiente seguro e inclusivo para o desenvolvimento das atividades propostas.

Relato de experiência

O projeto "Comer para Poder Crescer" foi desenvolvido com o objetivo de promover a educação alimentar e a conscientização sobre hábitos saudáveis entre as crianças. As atividades ocorreram de abril a novembro de 2024, com intervenções práticas e educativas realizadas na escola, envolvendo alunos da educação infantil. O projeto abordou temas como a composição de uma alimentação balanceada, os malefícios do excesso de açúcar, a importância da higiene e o ciclo do alimento, utilizando uma abordagem lúdica para garantir maior participação e aprendizado.

A primeira atividade foi a dinâmica do "Pratinho saudável", onde as crianças aprenderam sobre a composição de uma refeição balanceada por meio de materiais visuais. A interação das crianças foi ativa, e muitas expressaram interesse em incluir mais frutas e vegetais em suas refeições. Essa atividade, além de ensinar sobre nutrição, estimulou o desenvolvimento da consciência alimentar desde cedo (figura 1).

Em seguida, a atividade "Plantio de feijão" proporcionou uma experiência prática, onde as crianças plantaram feijões em algodão, aprendendo sobre o ciclo do alimento e sua relação com a alimentação diária, como pode ser visto na figura 2. Essa atividade despertou nas crianças o interesse pela natureza e ajudou a estabelecer uma conexão mais profunda entre o que consumimos e a origem dos alimentos, promovendo um aprendizado sustentável.

A palestra sobre os "Malefícios do excesso do açúcar" foi um dos momentos mais impactantes. Com demonstrações visuais da quantidade de açúcar presente em alimentos comuns, como biscoitos, bombons e refrigerantes, as crianças ficaram surpresas ao ver a quantidade de açúcar em produtos que consomem regularmente. Este momento gerou uma reflexão importante, especialmente quando algumas crianças compartilharam experiências pessoais relacionadas ao consumo excessivo de açúcar,

como pré-diabetes e baixa autoestima. Esse diálogo abriu espaço para conscientizar as crianças sobre os riscos do consumo excessivo de açúcar, como obesidade, diabetes e problemas emocionais, além de reforçar a importância de uma alimentação equilibrada (figura 3).

Figura 1 – Atividade pratinho saudável.



Fonte: Autores.

Figura 2 - Atividade plantio de feijões.



Fonte: Autores.

A palestra sobre os "Malefícios do excesso do açúcar" foi um dos momentos mais impactantes. Com demonstrações visuais da quantidade de açúcar presente em alimentos comuns, como biscoitos, bombons e refrigerantes, as crianças ficaram surpresas ao ver a quantidade de açúcar em produtos que consomem regularmente. Este momento gerou uma reflexão importante, especialmente quando algumas crianças compartilharam experiências pessoais relacionadas ao consumo excessivo de açúcar, como pré-diabetes e baixa autoestima. Esse diálogo abriu espaço para conscientizar as crianças sobre os riscos do consumo excessivo de açúcar, como obesidade, diabetes e problemas emocionais, além de reforçar a importância de uma alimentação equilibrada (figura 3).

Figura 3 - Atividade malefícios do consumo excessivo de açúcar.



Fonte: Autores.

A "Salada de Frutas" foi uma atividade de degustação às cegas, na qual as crianças puderam explorar novos sabores e expandir seu paladar, além de reforçar a ideia de uma alimentação variada. A distribuição de salada de frutas logo após a degustação visou reforçar a diversidade alimentar e incentivou as crianças a experimentarem novos alimentos. A figura 4 mostra os alunos que participaram desta atividades, alguns ainda saboreando a salada de frutas.

Figura 4 - Atividade salada de frutas.



Fonte: Autores.

O "Bingo de Alimentos Saudáveis" foi uma ação que utilizou o formato de um jogo para ensinar as crianças sobre os benefícios dos alimentos saudáveis. As perguntas interativas mantiveram o interesse das crianças, tornando o aprendizado mais divertido e eficaz. A adesão a essa atividade foi alta, e as crianças se mostraram bastante entusiasmadas em aprender sobre os alimentos que fazem bem à saúde (figura 5).

A última atividade realizada foi a "Lavagem das mãos", onde as crianças aprenderam as técnicas corretas de lavagem das mãos e o uso do álcool em gel, como mostrado na figura 6. Além de promover a higiene, essa atividade pode ter um impacto direto na prevenção de doenças, ensinando hábitos importantes para o bem-estar das crianças.

Figura 5 - Atividade bingo de alimentos saudáveis.



Fonte: os autores

Figura 6 - Atividade lavagem das mãos.



Fonte: os autores

Discussão

As ações desenvolvidas para sensibilizar as crianças sobre a alimentação saudável mostraram-se eficazes na modificação de atitudes e na compreensão de hábitos alimentares. O uso de jogos interativos e atividades dinâmicas que envolvem os alunos fomenta a reflexão sobre escolhas alimentares saudáveis, ao mesmo tempo em que torna o processo de aprendizagem mais envolvente e estimulante (Teixeira, 2020). As práticas que incluíram a montagem de um prato saudável e o jogo de Bingo de alimentos saudáveis contribuíram para esse aprendizado, incentivando as crianças a refletirem sobre a importância de manter uma alimentação equilibrada.

A experiência de degustação de salada de frutas também se revelou eficaz no aumento da aceitação de novos sabores. A exposição ao gosto e à textura das opções alimentares tem um impacto direto na disposição das crianças a experimentarem novos itens. A vivência sensorial, como o toque dos ingredientes, influencia positivamente o desejo de consumir uma variedade maior de itens,

principalmente frutas e vegetais (Marques *et al.*, 2019).

Outro aspecto importante abordado foi a conscientização sobre o consumo excessivo de açúcar. A implementação de atividades educativas sobre os malefícios dessa substância pode ser uma ferramenta eficaz para alertar sobre os perigos do consumo excessivo. Limone, Messina e Toto (2022) enfatizam que dinâmicas que ilustram as quantidades de açúcar presentes em itens populares, como refrigerantes e doces, são fundamentais para incentivar a reflexão sobre escolhas alimentares mais equilibradas e conscientes. Durante a atividade, os alunos ficaram surpresos ao descobrir a quantidade de açúcar nos produtos consumidos regularmente, o que gerou uma discussão significativa sobre os impactos desse ingrediente na saúde.

O plantio de feijões também desempenhou um papel importante, pois ajudou-as na compreensão da origem dos alimentos e sua relação com uma refeição saudável. Ações práticas como essa são eficazes para promover a educação sobre a importância de uma dieta rica em alimentos frescos e naturais. O cultivo de alimentos, especialmente nas fases iniciais da educação, pode incentivar as crianças a adotarem hábitos alimentares mais saudáveis e a valorizarem a natureza como fonte de alimentos nutritivos (Moreira *et al.*, 2023).

Além disso, procedimentos de higiene, como o ensino das técnicas corretas de lavagem das mãos, são indispensáveis para promover hábitos de saúde e prevenção de doenças. O ensino de hábitos de higiene em escolas indicam que as crianças que aprendem práticas de higiene desde cedo têm menor risco de doenças transmitidas por alimentos (Ismail *et al.*, 2024).

Por fim, a participação ativa das crianças nas atividades foi essencial para o sucesso do aprendizado. O comprometimento das crianças em atividades educativas indica que a motivação e o interesse são fatores-chave para a efetividade de intervenções nutricionais, pois promove um aprendizado mais significativo e aplicável à vida cotidiana (Alves *et al.*, 2020).

Esses resultados demonstram que o uso de atividades práticas e educativas, aliadas ao envolvimento das crianças, pode ser uma estratégia eficaz para promover a educação nutricional e estimular mudanças nos hábitos alimentares, além de ensinar sobre a importância da higiene e da prevenção de doenças.

Conclusão

O projeto "Comer para Poder Crescer" alcançou seus objetivos de forma eficiente, promovendo educação alimentar e conscientização sobre hábitos saudáveis para crianças. As atividades, caracterizadas pela abordagem lúdica e educativa, demonstraram impacto positivo tanto no

conhecimento quanto no comportamento dos participantes. A receptividade da comunidade escolar reforçou a relevância de projetos de extensão que conectam a universidade à comunidade.

Referências Bibliográficas

ALVES, H. G. C., *et al.* Promoção de hábitos alimentares saudáveis para crianças da educação infantil. **Revista Ciência em Extensão**, v.16, p.432-442, 2020.

DE CASTRO, M. A. V.; DE LIMA, G. C.; BELFORT, G. P. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v. 1, n. 1, p. 1-15, 2023.

ISMAIL, S. R. *et al.* The effects of school-based hygiene intervention programme: systematic review and meta-analysis. **PLOS ONE**, v.19, n.10, p.e0308390, 2024

LIMONE, P.; MESSINA, G.; TOTO, G. A. Serious games and eating behaviors: A systematic review of the last 5 years (2018–2022). **Frontiers in Nutrition**, v.9, n.978793, p.01-13, 2022.

MALDONATO, L., *et al.* Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cadernos de Saúde Pública**, v.37, suppl 1, 2021.

MARQUES, C., *et al.* Impacto da prova cega na aceitação de frutas e produtos hortícolas por crianças em idade escolar. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v.19, p.12-18, 2019.

MOREIRA, J. de M. A., *et al.* Promoting adequate and healthy food in early childhood education: a systematic review. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v.23, n.e20220238, p.1-17, 2023.

TEIXEIRA, É. C. A. **Jogos educativos na promoção da saúde de crianças com sobrepeso e/ou obesidade: estudo metodológico**. 2020. 89 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico ou Profissional) – Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, 2020. Disponível em: <https://siduece.uece.br/siduece/trabalhoAcademicoPublico.jsf?id=97540>. Acesso em: 31 mar. 2025.

WHO. World Health Organization. **Report of the Commission on Ending Childhood Obesity: implementation plan: executive summary**, 2017.

SOL CIENTE – INICIATIVA DE PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO DO CÂNCER DE PELE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

SOL CIENTE – AN INITIATIVE FOR SKIN CANCER PREVENTION AND DIAGNOSIS: AN EXPERIENCE REPORT

Lorrainny Roriz Martins¹

Lara Maria Lucarelli Margarido²

Analina Furtado Valadão^{3*}

RESUMO

Introdução: O câncer de pele é uma das neoplasias mais incidentes no Brasil, sendo amplamente associado à exposição solar excessiva e desprotegida. A ausência de informação adequada sobre formas de prevenção e detecção precoce agrava o quadro, principalmente entre adolescentes e idosos. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada no projeto de extensão “Sol Ciente”, voltado à conscientização da população sobre os riscos da radiação solar e à importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de pele. **Método:** O projeto foi desenvolvido entre 22 e 28 de maio de 2024, em uma escola pública e em uma associação de aposentados. As ações educativas, voltadas a adolescentes e idosos, foram conduzidas por acadêmicos de Medicina e profissionais da saúde. As atividades incluíram palestras interativas, dinâmicas educativas e uso de maquetes didáticas, abordando estratégias de foto proteção, sinais clínicos sugestivos de lesões malignas e a necessidade do acompanhamento dermatológico regular. **Relato:** Antes das atividades, observou-se conhecimento limitado sobre o câncer de pele, especialmente entre os adolescentes. Após a intervenção, os participantes demonstraram maior compreensão sobre fatores de risco e reconheceram a importância da proteção solar. Entre os idosos, foi evidenciada uma preocupação com lesões cutâneas pré-existentes, reforçando a relevância do acompanhamento especializado. **Conclusão:** A experiência com o projeto “Sol Ciente” destacou a eficácia das metodologias ativas na educação em saúde, contribuindo significativamente para a promoção da prevenção do câncer de pele. O envolvimento dos acadêmicos em ações de extensão mostrou-se fundamental para a aproximação entre universidade e comunidade. Recomenda-se a ampliação e continuidade do projeto, visando ampliar seu impacto e consolidar a cultura da foto proteção.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Câncer de Pele. Prevenção. Extensão Universitária.

ABSTRACT

Introduction: Skin cancer is one of the most prevalent neoplasms in Brazil and is widely associated with excessive and unprotected sun exposure. The lack of adequate information about prevention methods and early detection worsens the situation, especially among adolescents and the elderly. **Objective:** To report the experience of the extension project “Sol Ciente”, aimed at raising public awareness about the risks of solar radiation and the importance of skin cancer prevention and early diagnosis. **Method:** The project was carried out from May 22 to 28, 2024, in a public school and a retirees’ association. Educational activities targeting adolescents and older adults were conducted by medical students and health professionals. The actions included interactive lectures, educational dynamics, and the use of didactic models, addressing strategies for photoprotection, clinical signs suggestive of malignant lesions, and the need for regular dermatological follow-up. **Report:** Prior to the activities, limited knowledge about skin cancer was observed, especially among adolescents. After the intervention, participants demonstrated a better understanding of risk factors and recognized the importance of sun protection. Among the elderly, concern about pre-existing skin lesions was evident, reinforcing the need for specialized follow-up. **Conclusion:** The experience with the “Sol Ciente” project highlighted the effectiveness of active methodologies in health education, significantly contributing to skin cancer prevention. The involvement of students in extension activities proved fundamental to strengthening ties between the university and the community. The expansion and continuity of the project are recommended in order to increase its impact and promote a culture of photoprotection.

Keywords: Health Education. Skin Cancer. Prevention. University Extension.

1..Acadêmica da Afya Ipatinga-MG; E-mail: larialucarelli21@gmail.com; 2.Acadêmica da Afya Ipatinga-MG; E-mail: lorrainnyrorizm@gmail.com;

3* Docente da Afya Ipatinga-MG; E-mail: analina.valadao@afya.com.br -Autor correspondente.

Introdução

O câncer de pele é o tipo mais comum de neoplasia no Brasil, sendo amplamente associado à exposição prolongada e desprotegida à radiação ultravioleta (Brasil, 2022). A prevenção primária, baseada no uso de medidas fotoprotetoras, é essencial para reduzir a incidência da doença, enquanto a detecção precoce possibilita um melhor prognóstico e reduz a mortalidade (Duarte *et al.*, 2024). No entanto, estudos indicam que o conhecimento da população sobre esses aspectos ainda é insuficiente, especialmente entre adolescentes e idosos, grupos que apresentam padrões distintos de exposição solar e adesão às práticas de proteção (Machado *et al.*, 2021).

Na abordagem do tema câncer de pele de maneira abrangente, é fundamental tratar não apenas das estratégias de prevenção, mas também da detecção precoce, que é crucial para aumentar as chances de um tratamento bem-sucedido (Garrido; Santos, 2019)

A identificação precoce dos melanomas possibilita o tratamento de lesões mais superficiais com um prognóstico mais favorável, além de resultar em cicatrizes menores e com um resultado estético aprimorado (Souza; Ferreira., 2020). Nesse contexto, a disseminação de estratégias de educação em saúde desempenha um papel essencial, ajudando a população a reconhecer sinais precoces da doença e a adotar comportamentos preventivos (Duarte *et al.*, 2024).

A necessidade de medidas educativas se torna mais evidente ao percebermos a existência de concepções errôneas sobre os métodos preventivos para o câncer de pele. Por exemplo, muitas pessoas acreditam que uma única aplicação de protetor solar é suficiente ou que todos os raios solares são prejudiciais e devem ser evitados completamente (Machado *et al.*, 2021).

De fato, a exposição prolongada à luz solar sem as medidas protetivas adequadas é um dos principais fatores de risco para o câncer de pele, por isso devem ser utilizados protetores solares com FPS acima de 15, com reaplicação no mínimo a cada 3-4 horas e de preferência uso de roupas ou chapéus para maior proteção (Dahabra *et al.*, 2021).

Acerca disso, os raios solares podem ser classificados em três tipos de acordo com a quantidade de energia que possuem: UVA, UVB e UVC. Embora os raios UVA e UVB estejam mais associados ao câncer de pele, os fótons UVB, também, desempenham uma importante função na ativação da vitamina D, essencial para a absorção de cálcio no intestino. A falta de vitamina D pode predispor a condições como raquitismo e osteoporose (Ruscalleda, 2023).

Além disso, os sinais de alerta para o câncer de pele não devem passar despercebidos, características como assimetria de manchas, bordas irregulares, mudança na coloração, diâmetro maior que 6 milímetros e evolução de mancha preexistentes devem ser identificadas para que a

pessoa procure um profissional da saúde o mais rápido possível (Brasil, 2022).

Por isso, para que a população possa se beneficiar do sol da forma correta é necessário que esses conhecimentos cheguem até eles, por meio de ações na comunidade como se propôs o projeto.

Dessa forma, este relato de experiência objetiva descrever as atividades desenvolvidas, os impactos observados e a relevância da educação em saúde na prevenção do câncer de pele, bem como esclarecer para a população leiga a importância de se atentar às medidas preventivas contra o desenvolvimento do câncer de pele e os principais sinais de alerta.

Método

Trata-se de um projeto de extensão curricular realizado como atividade da disciplina de Práticas Interdisciplinares de Extensão e Pesquisa e Ensino III, respeitando os critérios éticos estabelecidos pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O público-alvo incluiu adolescentes e idosos, com as ações realizadas em uma escola pública e em uma associação de aposentados na cidade de Ipatinga, durante o período de 22 a 28 de março de 2024. O grupo de acadêmicos contou com 18 participantes, divididos em subgrupos para otimizar a realização das atividades. A iniciativa buscou integrar abordagens educativas interativas para facilitar a compreensão e estimular a adoção de comportamentos fotoprotetores. Além disso, destacou-se a importância da vitamina D para a saúde, equilibrando a necessidade de exposição solar com estratégias seguras de produção dessa vitamina.

As ações foram divididas em seis momentos principais:

1. Perguntas iniciais: O primeiro momento foi dedicado à aplicação de perguntas estratégicas, com respostas de "sim" (A) ou "não" (B), visando avaliar de forma dinâmica o conhecimento prévio dos participantes sobre o câncer de pele, ao mesmo tempo em que se promovia uma interação inicial e o engajamento do público.
2. Sistema tegumentar e radiação ultravioleta: Em seguida, foi realizada uma explanação detalhada sobre a estrutura da pele e os principais efeitos da exposição solar. Utilizando banners, slides ilustrativos e modelos anatômicos, as camadas da pele foram apresentadas, explicando como a radiação ultravioleta penetra nela e enriquecendo a discussão com recursos visuais esclarecedores.
3. Demonstração dos danos solares: Para evidenciar os impactos cumulativos da radiação ultravioleta na pele, foram utilizadas lâmpadas UV e imagens de fácil compreensão, tornando a apresentação mais acessível e facilitando o entendimento dos participantes.
4. Fotoproteção: Foi feita uma apresentação explicativa sobre as formas corretas de proteção contra os danos causados pela radiação UV, abordando o uso adequado de protetores solares,

vestimentas apropriadas e a adoção de hábitos saudáveis para minimizar os riscos à saúde.

5. Depoimento: Exibiu-se um vídeo com o relato de um paciente diagnosticado com câncer de pele, que compartilhou sua experiência pessoal desde o diagnóstico até o tratamento e a recuperação, com o intuito de reforçar ainda mais a importância da prevenção.

6. Avaliação interativa: Para finalizar, foi realizado um quiz dinâmico, com perguntas de múltipla escolha sobre os tópicos abordados durante a atividade. A ação incentivou a participação ativa dos alunos e idosos, com premiações simbólicas, como a distribuição de balas e amostras de protetor solar, reforçando o aprendizado e o engajamento dos participantes.

Relato de experiência

A execução do projeto “Sol Ciente” proporcionou uma experiência rica em aprendizado, interação e troca de saberes entre os acadêmicos de medicina e os diversos públicos atendidos. A iniciativa teve como foco principal a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de pele, utilizando abordagens educativas para conscientizar adolescentes e idosos sobre os riscos da exposição solar desprotegida.

Durante as ações, os estudantes atuaram como agentes multiplicadores de informação em dois cenários distintos: uma escola de ensino fundamental e uma associação de aposentados. Essa diversidade de contextos possibilitou a aplicação de estratégias pedagógicas adaptadas ao perfil de cada grupo, reforçando o compromisso social da formação médica com a promoção da saúde.

Na Associação de Aposentados, os participantes demonstraram grande atenção e interesse pelas atividades, especialmente devido ao histórico de exposição solar prolongada ao longo da vida. A ação foi conduzida com o apoio de banners informativos elaborados pelos acadêmicos, que serviram como suporte visual para a explanação dos principais tópicos relacionados ao câncer de pele (Figura 1).

Além disso, foi realizada uma atividade interativa com perguntas previamente elaboradas pelo grupo, abordando os principais tópicos relacionados ao câncer de pele. As questões foram formuladas em formato de múltipla escolha, com alternativas de A a D. Cada participante recebeu uma placa confeccionada em papel, identificada com as letras correspondentes, que utilizavam para sinalizar a resposta que consideravam correta. Essa dinâmica teve como objetivo avaliar, de forma lúdica e participativa, o conhecimento prévio do público sobre o tema, ao mesmo tempo em que promovia um momento inicial de engajamento e aproximação com os participantes (Figura 2).

Figura 1: Banner informativo sobre o câncer de pele feito pelos alunos



Fonte: Elaborado pelos autores.

Figura 2: Momento interativo na dinâmica de perguntas e respostas sobre o câncer de pele.

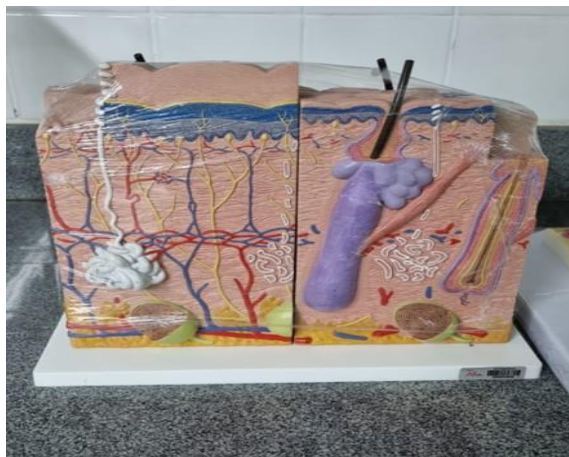


Fonte: Arquivo pessoal.

No ambiente escolar, os adolescentes inicialmente apresentaram maior dificuldade em compreender os conceitos abordados, mas demonstraram curiosidade e disposição para aprender. A discussão foi centrada na influência dos hábitos adquiridos na juventude sobre a saúde da pele no futuro, com ênfase no uso diário de protetor solar. À medida que a atividade se desenrolava, a participação se tornou mais engajada. A dinâmica educativa e o uso de recursos visuais, como maquetes do sistema tegumentar, tornaram o processo de aprendizagem mais dinâmico, favorecendo

a assimilação do conteúdo (Figura 3).

Figura 3: Maquete ilustrativa do sistema tegumentar.



Fonte: Arquivo pessoal

Ao final da atividade, foi realizada uma dinâmica interativa com os alunos, por meio de um jogo de perguntas e respostas de múltipla escolha, abordando os principais tópicos relacionados ao câncer de pele. As questões foram elaboradas com base nas dúvidas mais recorrentes previamente identificadas, considerando a faixa etária dos participantes, a fim de tornar o conteúdo mais acessível e relevante para o público-alvo.

As alternativas eram organizadas de A a D, e cada estudante recebeu uma placa de papel com essas letras, que utilizavam para sinalizar a resposta que acreditava ser correta. Essa metodologia permitiu, de forma lúdica e participativa, avaliar o conhecimento prévio dos alunos, ao mesmo tempo em que reforçava os conteúdos trabalhados durante a ação, promovendo a fixação do aprendizado de maneira leve e engajadora (Figura 4).

Figura 4: Momento interativo com perguntas e respostas sobre câncer de pele,



Fonte: Arquivo pessoal.

Como forma de incentivo, os alunos que obtiveram maior pontuação, com base no número de acertos, foram premiados com brindes simbólicos, como balas e amostras gratuitas de protetor solar, estimulando a participação ativa e reforçando a importância da proteção da pele no dia a dia.

Figura 5: Premiação final dos alunos engajados na atividade.



Fonte: Arquivo pessoal.

Discussão

A combinação de metodologias interativas, como maquetes didáticas, simulações e relatos de casos reais, ampliou o impacto da ação educativa, tornando o conhecimento mais acessível e significativo. Além disso, contribuiu para o desenvolvimento de habilidades comunicativas, empatia e senso crítico dos acadêmicos, ao mesmo tempo em que promovia um espaço de escuta e diálogo com a comunidade. O retorno positivo dos participantes e o envolvimento crescente ao longo das atividades evidenciaram a importância de projetos de extensão como o “Sol Ciente”. Essa experiência reforça a relevância da educação em saúde como ferramenta eficaz na prevenção de doenças, em especial o câncer de pele, e destaca como a utilização de estratégias pedagógicas inovadoras pode transformar o processo de ensino-aprendizagem na graduação em medicina.

Duarte *et al.* (2024), destacam que a experiência prática e a produção de conhecimento ampliam as competências dos estudantes e contribuem para a conscientização do público-alvo. Nesse projeto, ao trabalharmos com participantes idosos e adolescentes foi possível observar distintas percepções sobre o câncer de pele, reforçando a necessidade de abordagens específicas para cada público.

Segundo Machado *et al.* (2021), adolescentes precisam de métodos interativos para assimilação eficaz, enquanto idosos valorizam informações detalhadas e práticas. Além disso, desafios como restrições logísticas limitaram o alcance, evidenciando a necessidade de ampliar recursos. Tais achados corroboram a importância da extensão universitária na promoção da saúde coletiva (Ruscalleda, 2023). A experiência também demonstrou que ações interativas favorecem o engajamento dos participantes e facilitam a adoção de hábitos fotoprotetores, reforçando a relevância de projetos educativos contínuos.

Conclusão

A participação ativa do público permitiu alcançar o objetivo de conscientização sobre os riscos e benefícios da exposição solar. A apresentação foi bem-sucedida, despertando interesse tanto entre idosos quanto jovens, que interagiram com perguntas e relatos. Para ampliar o impacto, sugerimos realizar mais eventos em outras instituições, criar materiais educativos sobre prevenção e tratamento do câncer de pele, divulgar informações em mídias digitais e promover exames dermatológicos gratuitos em parcerias com profissionais de saúde.

Referências Bibliográficas

- BRASIL, Ministério da Saúde. Saúde de A a Z: **Câncer de pele**, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/cancer-de-pele> . Acesso em: 25 mar. 2025.
- DAHABRA, L.; BROADBERRY, G.; GRESLEY, A.; NAJLAH, M.; KHODER, M. Sunscreens Containing Cyclodextrin Inclusion Complexes for Enhanced Efficiency: A Strategy for Skin Cancer Prevention. **Molecules**, v. 26, n. 6, 2021. DOI: 10.3390/molecules26061698.
- DUARTE, P. D.; RODRIGUES, F. M. O.; BOLSANELLO, G. C.; BARBOSA, G. G. Câncer de pele: a importância de seu diagnóstico, tratamento e prevenção. **Revista Ibero - Americana de Humanidades**, v.10, n.6, 2024. DOI:10.51891/rease.v10i6.14352
- GARRIDO, R.; SANTOS, J. **Câncer de pele: Prevenção e diagnóstico precoce**. São Paulo: Editora Médica, 2019.
- MACHADO, C. K.; HADDAD, A.; SANTOS, I. D. A. O.; FERREIRA, L. M. “Projeto Pele Alerta”: prevenção e detecção precoce do câncer de pele direcionado a profissionais de beleza. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, v. 36, n. 2, p 236-241, 2021. DOI: 10.5935/2177-1235.2021RBCP0074
- RUSCALLEDA, R. M. I. VITAMINA D - aspectos fisiológicos, nutricionais, imunológicos, genéticos: ações em doenças autoimunes, tumorais, infecciosas, funções musculoesqueléticas e cognitivas. **Rev Med (São Paulo)**, São Paulo, v. 102, n. 3, 2023. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v102i3e-210547>.
- SOUZA, A.C; PEREIRA, R. **Melanoma cutâneo: Diagnóstico precoce e tratamento**. RJ: Ed. Saúde, 2020.

CONHECENDO O TEA E PREVENINDO O BULLYING: ABORDAGEM PARA A POPULAÇÃO ESCOLAR

RAISING AWARENESS OF AUTISM SPECTRUM DISORDER AND PREVENTING BULLYING: A STRATEGY FOR THE SCHOOL COMMUNITY

Débora Cristina Silva Martins¹

Danielle Kelle Ferreira de Carvalho²

Maria Luiza Ferreira de Carvalho³

Rafaela Drumond Araújo^{4*}

RESUMO

Introdução: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que compromete as habilidades sociocomunicativas e os padrões comportamentais. Crianças com TEA, sobretudo em idade escolar, são frequentemente expostas a situações de estigmatização, preconceito e bullying, reflexo da desinformação e da ausência de políticas de inclusão eficazes. Nesse contexto, torna-se essencial a promoção de ações educativas que abordem o TEA e o bullying, com vistas à inclusão e ao acolhimento de indivíduos dentro do espectro autista no ambiente escolar. **Método:** Foram desenvolvidas ações educativas por meio de palestras, dinâmicas lúdicas e distribuição de materiais informativos, realizadas em instituições de ensino públicas e privadas, bem como em espaço público. **Relato de Experiência:** As intervenções alcançaram aproximadamente 1000 pessoas, entre estudantes, familiares, professores e demais membros da comunidade escolar. As atividades contribuíram para o esclarecimento sobre o TEA, fomentando atitudes inclusivas e estratégias de enfrentamento ao bullying. **Conclusão:** As ações educativas podem auxiliar a promover o conhecimento sobre o Transtorno do Espectro Autista, permitindo a construção de um ambiente escolar mais acolhedor e favorecendo a redução do preconceito e da violência simbólica.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Estudantes; Bullying; Educação em Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition that affects social-communication skills and behavioral patterns. Children with ASD, especially those of school age, are often exposed to situations of stigmatization, prejudice, and bullying—reflections of misinformation and the lack of effective inclusion policies. In this context, it becomes essential to promote educational actions that address both ASD and bullying, aiming to foster inclusion and support for individuals on the autism spectrum within the school environment. **Method:** Educational activities were carried out through lectures, playful dynamics, and the distribution of informational materials, conducted in both public and private educational institutions, as well as in public spaces. **Experience Report:** The interventions reached approximately one thousand people, including students, families, teachers, and other members of the school community. The activities contributed to raising awareness about ASD, encouraging inclusive attitudes and strategies to confront bullying. **Conclusion:** The educational actions can be effective in promoting knowledge about Autism Spectrum Disorder and in building a more welcoming school environment, helping to reduce prejudice and symbolic violence.

Keywords: Autism Spectrum Disorder; Students; Bullying; Health Education.

Introdução

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por prejuízos persistentes na comunicação e na interação social, associados a padrões restritivos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades, podendo também envolver alterações na coordenação motora e sensorial, cujas manifestações clínicas variam em intensidade e são classificadas de acordo com o nível de suporte necessário para as atividades da vida diária (Bakke, 2022; APA, 2023).

¹⁻³ Acadêmicos do curso de Medicina da AFYA Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: (1) deboracristinasm@gmail.com. (2) E-mail: carvalho.daniele07@gmail.com. (3) E-mail: mariaizacarvalho@yahoo.com.br.

^{4*} Docente do curso de Medicina da AFYA Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: rafaeladaraujo@gmail.com. Autor correspondente.

Dessa forma, é importante que a sociedade, em especial nas escolas, adote uma postura pautada na compreensão, empatia e acolhimento e que as instituições de ensino possam promover o desenvolvimento global da criança, abrangendo desde habilidades sociais até competências acadêmicas (Balbino *et al.*, 2021).

A compreensão do TEA abrange não apenas os aspectos médicos e clínicos, mas também as dimensões éticas, sociais e educacionais. A dificuldade de interação social, característica comum entre indivíduos dentro do espectro, frequentemente os expõe a situações de estigmatização e preconceito. No ambiente escolar, esses desafios tornam-se ainda mais evidentes, refletindo-se em barreiras à inclusão e no maior risco de exposição à discriminação e à violência, incluindo o bullying. Este último se configura como uma prática intencional, sistemática e repetitiva de agressão verbal, física e/ou psicológica, geralmente perpetrada entre pares, e que acarreta importantes prejuízos emocionais, sociais e acadêmicos às vítimas (Falcão *et al.*, 2021).

Também no contexto escolar, é fundamental identificar as características de estudantes com transtorno do espectro, pois podem apresentar dificuldades relacionadas à aprendizagem, atenção, hiperatividade e interação social. Dessa forma, é importante que junto da política de inclusão, que possibilita a matrícula de crianças com TEA em escolas regulares, é necessário oferecer atividades alternativas com diferentes metodologias de ensino, adaptadas às necessidades específicas de cada um (Duarte *et al.*, 2023).

Considerando este contexto, de ambientes inclusivos nas instituições de ensino, em contraste com uma visão estigmatizada das crianças com diagnóstico de TEA, que podem apresentar comportamentos muito diversos em relação aos seus pares, torna-se relevante o desenvolvimento de projetos educativos que contribuam para a disseminação de informações corretas sobre o Transtorno do Espectro Autista, com o intuito de promover um ambiente escolar mais inclusivo, empático e com menos preconceito. Nesse contexto, este trabalho teve como objetivos principais junto à população escolar: esclarecer os aspectos clínicos e comportamentais relacionados ao TEA, educar sobre o bullying, suas formas de manifestação, prevenção e manejo e estimular, por meio de ações educativas e debates, estratégias de inclusão de estudantes com TEA.

Método

Trata-se de um relato de experiência baseado em um projeto de extensão desenvolvido por discentes de um curso da área da saúde, com ênfase em ações de educação em saúde voltadas à conscientização sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA) e à prevenção do bullying no contexto

escolar. Ao todo, foram realizadas 6 ações sociais, sendo uma no Parque Ipanema (Ipatinga - MG) e as outras 5 em escolas do município, todas ocorreram no ano de 2023. Participaram das atividades oito discentes e uma docente da Afya Faculdade de Ciências Médicas - Ipatinga.

Inicialmente, foram elaborados materiais educativos com linguagem acessível e fundamentação científica, incluindo palestras com o apoio de apresentações em PowerPoint, dinâmicas, cartazes ilustrativos, camisas temáticas e panfletos informativos. O conteúdo abordou aspectos essenciais do TEA, estratégias de inclusão no ambiente escolar e formas de identificação, prevenção e enfrentamento do bullying.

As ações foram implementadas em instituições de ensino públicas e privadas na região do Vale do Aço, interior do estado de Minas Gerais. Participaram das atividades alunos da educação infantil e do ensino fundamental, bem como professores e demais funcionários das escolas, pais e responsáveis. Nas escolas, as apresentações foram fragmentadas em momentos teóricos com a palestra, e momentos interativos com as perguntas, escuta ativa e práticas lúdicas realizadas por meio de tinta para representar a hipersensibilização tátil e a individualidade.

Foi também realizada uma atividade ao ar livre no parque municipal do município de Ipatinga, ampliando o alcance das intervenções para além do ambiente escolar. Durante a intervenção em espaço público, a atividade lúdica com a pintura das mãos despertou grande interesse da população, favorecendo a adesão ao projeto. Simultaneamente, foram promovidas rodas de conversa com os responsáveis, com o intuito de ampliar o conhecimento sobre o TEA, desconstruir estigmas e incentivar práticas inclusivas.

Os procedimentos adotados na experiência vivenciada obedeceram aos Critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e, portanto, não ofereceram riscos à dignidade dos participantes.

Relato da Experiência

As ações foram realizadas em instituições escolares e em uma atividade pública, totalizando aproximadamente 1000 pessoas impactadas diretamente, entre estudantes da educação infantil e do ensino fundamental, professores, pais, responsáveis e demais membros da comunidade. A metodologia empregada possibilitou a transmissão do conteúdo de maneira acessível e interativa, por meio de recursos visuais apresentados em plataformas virtuais, o que contribuiu para o engajamento dos participantes.

A abordagem do tema bullying foi conduzida de maneira reflexiva, por meio de perguntas direcionadas durante as palestras como, por exemplo: “O TEA é uma doença?”, “todo autista é igual?”,

“o autismo é contagioso?”, “usar muito o celular causa autismo?”, “vacina causa autismo?”. Após os questionamentos, era discutido a respeito das características do espectro e exemplos de situações vividas por crianças com TEA, além de responder adequadamente as perguntas e desmistificar o autismo. Houve ênfase nos danos causados às vítimas, bem como na necessidade de acolhimento tanto para quem sofre quanto para quem pratica atos de agressão, incentivando a construção de um ambiente escolar mais seguro, inclusivo e pautado no respeito à diversidade.

A experiência revelou que o engajamento da comunidade escolar — composta por alunos, professores, pais e funcionários — pode ter contribuído para a construção de um ambiente mais empático, informado e respeitoso. Durante o momento das perguntas, foi notória a superficialidade do conhecimento da maioria das pessoas sobre o Transtorno do Espectro Autista, revelando a carência de informações básicas sobre o tema que é cada vez mais presente no convívio social. A receptividade aparentou ser expressiva, com relatos informais de professores e familiares que ressaltaram a relevância de uma abordagem clara e acolhedora durante as atividades. Diversos participantes relataram surpresa ao tomar conhecimento de características comuns do espectro, as quais, até então, não eram reconhecidas ou eram possivelmente interpretadas de maneira equivocada no contexto escolar.

Figura 1: Integrante do grupo durante a palestra.



Fonte: Acervo pessoal.

Um dos aspectos mais relevantes observados foi o interesse espontâneo dos discentes em compartilhar experiências pessoais relacionadas à convivência com colegas e familiares com Transtorno do Espectro Autista (TEA), evidenciando uma postura de abertura ao diálogo e maior compreensão quanto às especificidades individuais, tais como a hipersensibilidade a ruídos, a

necessidade de realizar movimentos repetitivos, a dificuldade de estabelecer contato ocular e a sensibilidade ao toque. Os questionamentos provocativos apresentados ao longo da palestra pareceram estimular a empatia e o senso coletivo entre os estudantes, possibilitando que se colocassem no lugar do outro.

Além disso, a atuação em espaço público ampliou o alcance do projeto e proporcionou uma interação espontânea com a comunidade, reforçando o papel social da educação em saúde. A pintura das mãos com tinta atraiu a atenção de crianças e adultos, facilitando a abordagem do tema com o público geral e proporcionando um momento de conscientização leve, porém significativo. permitiram não apenas a transmissão de conhecimento, mas também a reflexão crítica sobre atitudes cotidianas que afetam diretamente a vivência escolar de crianças com TEA.

Figura 2:: Integrantes reunidos em ação no Parque Ipanema.



Fonte: Acervo pessoal.

Figura 3: Panfletos de conscientização sobre o TEA.



Fonte: Acervo pessoal.

Discussão

As ações educativas e participativas desse projeto puderam auxiliar na promoção da conscientização sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA), o que pode contribuir com a redução do preconceito e das práticas de bullying. Conforme apontado por Oliveira e Schmidt (2023), o bullying direto, caracterizado por manifestações físicas, revela um cenário de agressões e intimidações sofridas por estudantes com TEA, praticadas tanto por colegas quanto por professores, em razão da maior vulnerabilidade desse grupo. De maneira semelhante, o estudo de Falcão *et al.* (2021) evidencia que estudantes com TEA estão mais propensos a se envolver em situações de bullying, especialmente na condição de vítimas.

As ações do projeto foram desenvolvidas com foco na escuta ativa, no engajamento da comunidade e na valorização da diversidade, promovendo a inclusão de pessoas com TEA no contexto escolar, o que tem contribuído para a desconstrução de estigmas e da desinformação ainda presentes na sociedade sobre o transtorno. No artigo de Zwaigenbaum *et al.* (2019), são discutidas características comuns associadas ao espectro, como prejuízos no contato visual, resposta ao nome e atenção compartilhada; redução do interesse social; comportamentos sensoriais incomuns (como atitudes ritualísticas e movimentos motores repetitivos ou atípicos); fixação em objetos; dificuldades na comunicação não verbal; e temperamentos difíceis, com destaque para a irritabilidade, intolerância a intrusões, propensão à angústia e à manifestação de afeto negativo. Ao término das palestras, foram propostas atividades práticas com as crianças, incluindo uma dinâmica de sensibilização tátil utilizando tinta guache. A ação teve como objetivo representar, de forma simbólica, alguns dos desafios sensoriais que podem ser vivenciados por pessoas dentro do espectro autista, além de promover reflexões sobre a singularidade de cada indivíduo.

Além disso, a hipersensibilidade a ruídos configura-se como um aspecto relevante a ser considerado no ambiente escolar, uma vez que pode interferir na permanência do estudante com TEA em sala de aula, além de dificultar sua integração e participação nas atividades cotidianas. Entre as características frequentemente observadas em indivíduos com TEA, destaca-se a reação intensa e, por vezes, desproporcional a estímulos sonoros, a qual pode se manifestar sob a forma de hiperacusia, misofonia, fonofobia, entre outras sensibilidades auditivas (Balbino *et al.*, 2021).

Ao evidenciar a urgência de ações contínuas de formação cidadã sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA), reforça-se a importância das intervenções educativas como ferramentas de transformação social. Destaca-se, ainda, a necessidade de que os profissionais da educação compreendam o papel fundamental do mediador escolar como sujeito ativo no processo de inclusão

da criança com TEA, sendo este capaz de promover a convivência respeitosa e a valorização da diversidade no ambiente escolar (Balbino *et al.* 2021; Falcão *et al.*, 2021).

Conclusão

A experiência relatada reafirma a importância da implementação contínua e ampliada de projetos sociais voltados à educação em saúde, especialmente no que diz respeito à conscientização sobre o Transtorno do Espectro Autista no ambiente escolar. Tais iniciativas podem ser úteis na promoção de práticas inclusivas, no combate ao preconceito e na redução do bullying, contribuindo para a construção de um espaço educacional mais acolhedor e respeitoso. Destaca-se como limitação a ausência de instrumentos avaliativos sistematizados, o que indica a necessidade de futuros estudos que mensuram objetivamente os efeitos dessas intervenções. Ainda assim, a ação procurou seu papel formativo e transformador, reforçando o valor da educação como ferramenta de inclusão social.

Referências bibliográficas

APS. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR**. 5. ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BAKKE, K. A. Autismo ou autismos? **Tidsskr Nor Laegeforen**, v. 142, n.5, 2022.

BALBINO, E. M. *et al.* O Aluno com Transtorno do Espectro Autista e o mediador escolar: um olhar inclusivo. **Diversitas Journal**, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 1593–1605, 2021.

BATISTA, C. K. S. *et al.* The influence of auditory hypersensitivity on individuals diagnosed with Autism Spectrum Disorder. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 13, n. 4, p. e6513445572, 2024.

DUARTE, E. M. da S. *et al.* Inclusão da criança com Transtorno de Espectro Autista (TEA) na escola. **Revista Internacional de Estudos Científicos**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 166–184, 2023.

FALCÃO, C. S. N.; STELKO-PEREIRA, A. C.; ALVES, D. L. G.. Envolvimento de alunos com TEA em situações de bullying de acordo com múltiplos informantes. **Educação e Pesquisa**, v. 47, 2021.

OLIVEIRA, A. F. T. de M.; SCHMIDT, C. Bullying e Transtorno do Espectro Autista (TEA): o que nos revelam as autobiografias?. **Educação e Pesquisa**, v. 49, p. e251469, 2023.

SALGADO, N. D. M. *et al.* Autism Spectrum Disorder in Children: A Systematic Review of the Increasing Incidence and Diagnosis. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 13, p. e512111335748, 2022.

ZWAIGENBAUM, L.; BRIAN, J. A.; Ip, A. Early detection for autism spectrum disorder in young children. *Paediatrics & Child Health*, v. 24, n. 7, p. 424-432, 2019.

O PAPEL DA EDUCAÇÃO E DA COMUNICAÇÃO NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE PULMÃO ENTRE ADOLESCENTES: relato de experiência

THE ROLE OF EDUCATION AND COMMUNICATION IN THE PREVENTION OF LUNG CANCER AMONG ADOLESCENTS: an experience report

Bruna Piovana Vieira¹

Layza da Silva Chaves²

Analina Furtado Valadão^{3*}

RESUMO

Introdução: O câncer de pulmão é uma das neoplasias malignas mais prevalentes e letais, tendo o tabagismo como principal fator etiológico. A iniciação precoce ao consumo de tabaco é um fator de risco relevante, especialmente entre adolescentes, tornando essencial a implementação de estratégias de conscientização. **Objetivo:** promover a educação em saúde sobre o câncer de pulmão e os malefícios do tabagismo entre estudantes do nono ano e ensino médio da Escola Estadual Maurílio Albanese Novaes, em Ipatinga-MG. **Relato da Experiência:** As atividades foram desenvolvidas no dia 6 de maio de 2024 e contaram com 17 participantes, organizados em subgrupos para maior interação. A ação ocorreu em seis momentos: perguntas iniciais para avaliar o conhecimento prévio, explicação anatômica e fisiológica do sistema respiratório, dinâmica com miçangas para demonstrar os componentes tóxicos do cigarro, exposição de informações epidemiológicas, apresentação de um depoimento real de paciente com câncer de pulmão e finalização com um jogo interativo para reforçar os conteúdos abordados. Os alunos demonstraram grande interesse, especialmente na relação entre o cigarro eletrônico e os danos à saúde. Houve uma melhora significativa no desempenho deles após a atividade, evidenciada pelo aumento da quantidade de respostas corretas no quiz final. O projeto reforça a importância da abordagem interdisciplinar na educação em saúde e do envolvimento da comunidade escolar na prevenção do tabagismo. **Conclusão:** Conclui-se que ações educativas como essa são fundamentais para a conscientização de adolescentes, contribuindo para a redução do consumo de tabaco e, conseqüentemente, da incidência de câncer de pulmão. Recomenda-se a ampliação desse tipo de iniciativa para alcançar um público maior e fortalecer as práticas preventivas.

Palavras-chave: câncer de pulmão, tabagismo, prevenção, educação em saúde, adolescentes.

ABSTRACT

Introduction: Lung cancer is one of the most prevalent and lethal malignant neoplasms, with smoking being its main etiological factor. Early initiation of tobacco use is a significant risk factor, especially among adolescents, making the implementation of awareness strategies essential. **Objective:** To promote health education on lung cancer and the harms of smoking among ninth-grade and high school students at *Escola Estadual Maurílio Albanese Novaes*, in Ipatinga, Minas Gerais, Brazil. **Experience Report:** The activities took place on May 6, 2024, involving 17 participants who were organized into subgroups to enhance interaction. The initiative was structured into six phases: initial questions to assess prior knowledge, anatomical and physiological explanation of the respiratory system, a hands-on activity using beads to demonstrate the toxic components of cigarettes, presentation of epidemiological data, sharing of a real-life testimony from a lung cancer patient, and a final interactive quiz to reinforce the content covered. The students showed great interest, particularly in understanding the link between electronic cigarettes and health risks. There was a significant improvement in their performance after the activity, evidenced by the increased number of correct answers in the final quiz. The project highlights the importance of an interdisciplinary approach to health education and the engagement of the school community in tobacco use prevention. **Conclusion:** It is concluded that educational actions like this are fundamental for raising awareness among adolescents, contributing to the reduction of tobacco consumption and, consequently, to the incidence of lung cancer. It is recommended that this type of initiative be expanded to reach a broader audience and strengthen preventive practices. **Keywords:** lung cancer, smoking, prevention, health education, adolescents.

1. Acadêmica da Afya Ipatinga-MG; E-mail: bruna_piovana@yahoo.com.br; 2. Acadêmica da Afya Ipatinga-MG; E-mail: Layzachaves7@gmail.com ; 3. Docente da Afya Ipatinga-MG; E-mail: analina.valadao@afya.com.br;

3. Docente do curso de Medicina da AFYA Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: analina.valadao@afya.com.br. *Autor correspondente.

Introdução

O câncer de pulmão é uma neoplasia caracterizada pelo crescimento descontrolado de células anormais nos tecidos pulmonares, comprometendo a função respiratória normal. É o tumor maligno mais prevalente globalmente, com um aumento anual de 2% em sua incidência. Em aproximadamente 90% dos casos, essa patologia está associada ao consumo de produtos derivados do tabaco, tornando-se uma das principais causas de mortes evitáveis, uma vez que 85% das ocorrências estão diretamente relacionadas ao tabagismo (Bray *et al.*, 2018). A iniciação precoce ao tabaco, frequentemente influenciada pelo convívio com fumantes, é um fator de risco relevante, especialmente entre adolescentes (Cunha *et al.*, 2020).

Diante desse cenário, o câncer de pulmão configura-se como um grave problema de saúde pública, sendo uma das principais causas de morbidade e mortalidade por neoplasias (Oliveira *et al.*, 2019). O tabagismo, principal fator etiológico da doença, resulta da exposição a mais de 4.000 substâncias tóxicas presentes no cigarro, que induzem dependência química e alterações neurobiológicas associadas à sensação de prazer e satisfação (WHO, 2022).

Fatores como idade, estilo de vida, tipo histológico e estágio da doença influenciam diretamente no prognóstico do câncer de pulmão. No entanto, o diagnóstico muitas vezes ocorre em estágios avançados, reduzindo significativamente as opções terapêuticas e a sobrevida dos pacientes (Cataneo, 2008).

A disseminação do conhecimento acerca do câncer de pulmão é essencial para modificar o atual panorama da doença. A abordagem interdisciplinar é crucial para uma atuação mais eficaz, especialmente na prevenção primária. Estratégias voltadas ao público adolescente tornam-se relevantes, visto que essa faixa etária é particularmente suscetível a influências externas (Rempel, 2023). Dessa forma, intervenções educativas podem promover mudanças comportamentais, incentivando escolhas mais saudáveis e estimulando a adoção de hábitos preventivos, além de enfatizar o papel fundamental da educação em saúde na conscientização sobre prevenção, diagnóstico precoce e adesão ao tratamento adequado (Santana *et al.*, 2021). Nesse contexto o objetivo desta ação é disseminar o conhecimento sobre o câncer de pulmão entre adolescentes, promovendo uma abordagem interdisciplinar que enfoque a prevenção primária, bem como estimular mudanças comportamentais, incentivar escolhas mais saudáveis e a adoção de hábitos preventivos, além de destacar a importância da educação em saúde para a conscientização sobre a prevenção, o diagnóstico precoce e a adesão ao tratamento adequado.

Método:

Trata-se de um projeto de extensão curricular realizada como atividade da disciplina de Práticas Interdisciplinares de Extensão e Pesquisa e Ensino III e respeitou os critérios éticos estabelecidos pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O público alvo foram estudantes do nono ano do ensino médio, de 14 a 19 anos, da Escola Estadual Maurílio Albanese Novaes, situada na cidade de Ipatinga-MG. As ações foram realizadas em maio de 2024. O grupo de acadêmicos contou com 17 participantes que se dividiram em 3 subgrupos a fim de realizar todas as dinâmicas de forma a alcançar mais alunos. As ações contaram com 6 momentos:

1. Perguntas “quebra-gelo”: realização de perguntas, a fim de compreender o nível de conhecimento que os alunos tinham sobre o tema e gerar um momento de descontração inicial, selecionamos 10 perguntas referentes ao câncer de pulmão e seus fatores de risco, principalmente o tabagismo.
2. Sistema respiratório e o trajeto do ar: em seguida, com o apoio de peças anatômicas, explicamos de forma breve a anatomia e a fisiologia do sistema respiratório, com foco para o caminho do ar. Aproveitamos para destacar os malefícios do cigarro para os pulmões e seus efeitos negativos na hematose.
3. Miçangas: como um complemento à descrição do caminho do ar, usamos miçangas coloridas, de diversos formatos e cores, simbolizando substâncias nocivas presentes no cigarro. Uma garrafa pet foi usada para representar os pulmões, enquanto isso eram colocadas miçangas dizendo o produto químico que ela representava. Salienta-se que são produtos químicos encontrados em cigarros.
4. Informações adicionais: através de um slide oferecemos informações sobre epidemiologia do câncer de pulmão, seus fatores de risco, destacando também o cigarro eletrônico, e conversamos com os alunos sobre os efeitos do uso de tabaco para a saúde, vida social e convívio familiar.
5. Depoimento: selecionamos um vídeo de um depoimento de uma pessoa com câncer de pulmão em tratamento paliativo, a qual fez uso de cigarro durante anos, a fim de mostrar aos alunos a gravidade do problema em questão.
6. Finalizações: Por fim, realizamos um Kahoot com 10 perguntas sobre todos os assuntos que abordamos. Os alunos se reuniram em grupos e responderam as questões. Todos os participantes presentes ganharam bombons ao final da ação.

Relato de experiência

A princípio, refletimos com o grupo sobre o tema o público alvo. Decidimos trabalhar com o público adolescente como forma de promover conscientização a eles como forma de prevenção ao uso de tabaco e, conseqüentemente, do risco de câncer de pulmão. A Escola Estadual Maurílio Albanese Novaes foi contactada pelo fato de contar com diversas turmas na idade de 14 a 19 anos, dessa forma, cada grupo de acadêmicos trabalhou com aproximadamente 40 adolescentes, totalizando cerca de 120 alunos.

No primeiro momento pode-se perceber que os alunos estavam mais tímidos, mas após as perguntas de “quebra-gelo” se tornaram muito participativos e receptivos. Eles responderam corretamente cerca de 70% dessas perguntas iniciais, tiveram mais dificuldades naquelas que se referiam ao câncer de pulmão e facilidade nas perguntas sobre o tabagismo (Figura 1).

Figura 1: Uma das turmas abordadas durante o momento de interação.



Fonte: Arquivo pessoal

A dinâmica sobre o caminho do ar e a das miçangas chamaram muito a atenção dos Alunos (Figura 2). Eles se mostraram interessados na fisiologia do sistema respiratório e fizeram perguntas sobre o prejuízo do cigarro para a hematopoese (Figura 3). Ao descrever algumas das várias substâncias tóxicas presentes no tabaco, a partir da colocação das miçangas no litro pet, conseguimos trazer para uma forma física e mais perceptível informações sobre a quantidade de substâncias nocivas presentes no cigarro e como o pulmão fica prejudicado pelo hábito de fumar.

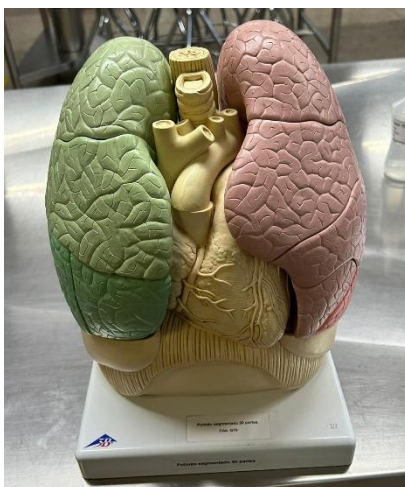
Figura 2: Explicação sobre o caminho do ar.



Fonte: Arquivo pessoal.

Fonte: Arquivo pessoal.

Figura 3: Peça anatômica ilustrativa usada para a explicação do caminho do ar



Fonte: Arquivo pessoal.

A conversa proporcionada pelas informações que trouxemos nos slides nos ajudaram a perceber as lacunas que os alunos obtinham sobre o assunto. Citamos os fatores de risco para o câncer de pulmão, listamos alguns tipos de cigarro e descrevemos os sinais e sintomas do câncer de pulmão, bem como suas repercussões para a vida do indivíduo afetado (Figura 4). Os alunos ficaram interessados sobre o cigarro eletrônico, o qual é muito usado por adolescentes, e também ficaram impressionados com o depoimento do paciente portador de câncer de pulmão. Através do Kahoot final conseguimos perceber a evolução das respostas dos alunos após nosso trabalho. Os alunos e professores se mostraram satisfeitos com o projeto.

Fonte: Explicação sobre os fatores de risco para câncer de pulmão.



Fonte: Arquivo pessoal.

Discussão

Porto (2018) destaca o papel da escola na conscientização sobre os malefícios do tabagismo, reforçando a importância da prevenção. Nesse contexto, o projeto de extensão busca apoiar as instituições escolares, reduzindo o tabagismo entre os jovens e, consequentemente, a incidência de câncer de pulmão.

Os alunos demonstraram maior preocupação com os danos causados aos fumantes passivos, especialmente familiares. Siqueira *et al.* (2019) ressaltam que o envolvimento da família é essencial para a cessação do hábito, oferecendo suporte emocional e incentivando mudanças comportamentais.

O projeto de extensão se mostrou eficaz ao utilizar atividades interativas, como peças anatômicas

e dinâmicas, aprofundando o entendimento sobre os riscos do tabaco. A abordagem multidisciplinar, envolvendo professores, estudantes da área da saúde e a comunidade escolar, fortaleceu as ações preventivas.

Conclusão

O projeto, dentro de suas limitações, alcançou o objetivo esperado, levando jovens à reflexão sobre os prejuízos do tabaco e a respeito do câncer de pulmão. Recomenda-se a expansão de práticas educativas voltadas ao tema, a fim de alcançar mais alunos de mais escolas, e, assim, dirimir o uso de tabaco pelos jovens.

Referências Bibliográficas

BRAY, F. *et al.* Estatísticas globais de câncer 2018: GLOBOCAN estima incidência e mortalidade em todo o mundo para 36 cânceres em 185 países. **CA: Uma revista de câncer para clínicos**, v. 68, n. 6, p. 394–424, 2018.

CATANEO, A. J. M. *et al.* Câncer de pulmão: histologia, estágio, tratamento e sobrevida. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, v. 34, n. 8, 2008.

CUNHA, S. B. *et al.* Fatores associados ao uso atual de tabaco entre adolescentes e jovens escolares. **Jornal de Pediatria**, v. 96, n. 4, 2020.

OLIVEIRA, G. DOS S.; OLIVEIRA, A. L.; SILVA, G. A. E. Tendência de mortalidade por câncer de pulmão em diferentes contextos urbanos do Brasil, 2000-2015. **Epidemiologia e serviços de saúde: revista do Sistema Único de Saúde do Brasil**, v. 28, n. 3, 2019. PORTARIA GM 502.2023.pdf (saude.gov.br).

PORTO, D.R.M. *et al.* Prevenção do tabagismo e o papel das escolas: um estudo de caso. **Brazilian Journal of Development**, 2018. REMPEL, M. R. S. Padrões de atividade oscilatória em um modelo detalhado do córtex pré-frontal. 2023. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

SANTANA, R. R. *et al.* **Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. Educação e realidade**, v. 46, n. 2, 2021.

SIQUEIRA, L.D.; FRACOLLI, L.A.; MAEDA, S.T. Influência do contexto social na manutenção do tabagismo em gestantes. **Rev. Bras. Enferm**, 2019.

WHO. International Classification of Diseases 11th Revision. **The global standard for diagnostic health information**, 2022.

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E DE CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM ADOLESCENTES

STRATEGIES FOR THE PREVENTION AND CONTROL OF SYSTEMIC ARTERIAL HYPERTENSION IN TEENAGERS

Ana Clara Pereira Ribeiro ¹

Ana Laura Almeida Souza ²

Débora Eduarda Machado de Paula ³

Lucas Eduardo Vieira de Jesus ⁴

Marcela Maia Duarte ⁵

Mayara Ferreira Delfino dos Santos ⁶

Thaís Emily de Souza Nunes ⁷

Analina Furtado Valadão ⁸

RESUMO

Introdução: a hipertensão arterial sistêmica é uma doença crônica multifatorial que atinge adultos e adolescentes, ela é definida pela elevação persistente da pressão arterial, sendo a pressão arterial sistólica maior ou igual a 140mmHg e/ou a pressão diastólica maior ou igual a 90mmHg. **Objetivo:** orientar os adolescentes sobre os hábitos de vida no desenvolvimento, no controle e na prevenção da hipertensão arterial. **Método:** este trabalho descreve uma ação prática de extensão realizada no parque multifuncional da CENIBRA, localizado no município de Perpétuo Socorro – MG. As atividades dinâmicas foram feitas em estações educativas que explicavam sobre os fatores de risco mais relevantes e modificáveis para o desenvolvimento da hipertensão arterial e também foi feita a aferição da pressão arterial dos 107 participantes para demonstrar a importância do acompanhamento médico no diagnóstico dessa doença. **Conclusão:** as dinâmicas tiveram uma boa adesão e foi feita a orientação de forma proveitosa com foco na prevenção da hipertensão arterial.

Palavras-chave: Hipertensão Arterial. Prevenção. Adolescentes. Extensão.

ABSTRACT

Introduction: systemic arterial hypertension is a multifactorial chronic disease that affects adults and adolescents. It is defined by persistent elevation in blood pressure, with systolic blood pressure greater than or equal to 140mmHg and/or diastolic pressure greater than or equal to 90mmHg. **Objective:** to guide adolescents about lifestyle habits in the development, control and prevention of high blood pressure. **Method:** this work describes a practical extension action carried out in the CENIBRA multifunctional park, located in the municipality of Perpétuo Socorro – MG. The dynamic activities were carried out in educational stations that explained the most relevant and modifiable risk factors for the development of high blood pressure and the blood pressure of the 107 participants was also measured to demonstrate the importance of medical monitoring in the diagnosis of this disease. **Conclusion:** the dynamics were well adhered to and the guidance was provided in a useful manner with a focus on preventing high blood pressure.

Keywords: Arterial Hypertension. Prevention. Teenagers. Extension

Introdução

A curricularização da extensão possui um papel fundamental na formação cidadã dos estudantes, a partir do incentivo à atuação na sociedade, de forma que as intervenções impactem positivamente a comunidade. Prevista pela Resolução CNE/CES 7/2018, essa estratégia estabelece que 10% da carga horária dos cursos superiores seja destinada a atividades extensionistas, promovendo a integração entre

1-7: Acadêmicos de Medicina. Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. (1) Email: anaclara16pereiraribeiro@gmail.com (2) Email: sousa.ana.laura2001@gmail.com (3) debora_machado@outlook.com.br (4) Email: lucaseduardovieiradejesus@gmail.com (5) Email: mmduarte2003@gmail.com (6) Email: mayarafdsantos12@gmail.com (7) Email: thaisemily.nunes@gmail.com (8) Doutora. Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. Email: analina.valadão@afya.com.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6976-0206> - Autor correspondente.

os saberes acadêmicos e populares (Brasil, 2018). Por meio dessas atividades, os alunos aplicam conhecimentos teóricos na prática, desenvolvem competências e contribuem significativamente para a sociedade.

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica e multifatorial, caracterizada pela elevação persistente da pressão arterial (PA), com valores sistólicos iguais ou superiores a 140 mmHg e/ou diastólicos iguais ou superiores a 90 mmHg (Barroso *et al.*, 2021). No Brasil, aproximadamente 26,3% da população adulta é diagnosticada com HAS (Brasil, 2022), e a prevalência entre adolescentes de 10 a 19 anos é de 14,3% (Santos, 2019). Esse cenário evidencia uma alarmante prevalência da doença, consolidando-se como um problema de saúde pública crescente.

Diversos fatores de risco influenciam a incidência da HAS, os quais podem ser classificados como modificáveis e não modificáveis. Os fatores de risco modificáveis incluem hábitos de vida inadequados, obesidade, uso de certos medicamentos, apneia obstrutiva do sono e condições socioeconômicas. Já os não modificáveis abrangem idade, sexo, etnia, histórico familiar e predisposição genética (Norris, 2021). Além disso, essa patologia está associada a complicações graves, constituídas pelas lesões aos órgãos alvo, como coração, rins, cérebro e olhos. Dessa forma, a HAS representa o principal fator de risco para eventos cardiovasculares, como insuficiência cardíaca e infarto agudo do miocárdio (Jatene *et al.*, 2022), sendo que, na adolescência, tem o potencial de ocasionar o envelhecimento vascular precoce (Neves, 2022).

O diagnóstico da HAS é feito com base em duas aferições precisas da pressão em momentos distintos, podendo ser complementado por técnicas como a monitorização ambulatorial (MAPA) e residencial (MRPA) da pressão arterial, que proporcionam uma avaliação mais detalhada e contextualizada do paciente (Feitosa *et al.*, 2023). O tratamento combina estratégias farmacológicas, com a utilização de fármacos anti-hipertensivos, e não farmacológicas. As mudanças no estilo de vida, como uma alimentação rica em frutas, vegetais e potássio, com baixo teor de sódio, aliadas à prática regular de exercícios físicos, controle do peso, cessação do tabagismo, redução do consumo de álcool e controle do estresse, constituem a base do manejo não medicamentoso e da prevenção primária dessa doença (Barroso *et al.*, 2021).

No âmbito da hipertensão arterial, as ações extensionistas são essenciais para disseminar informações sobre prevenção e controle da doença. Essas iniciativas estimulam a adoção de hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, controle do peso e prática de exercícios físicos, fortalecendo a prevenção e o controle da doença, o que contribui para o manejo adequado da HAS e para a redução das complicações graves dessa patologia (Lorena; Oliveira; Sobral Neto, 2015). Assim, a curricularização

da extensão não apenas complementa a formação acadêmica, mas também amplia o impacto social das universidades, aproximando a ciência e a comunidade.

Método

O projeto foi realizado pelos alunos do 3º período de medicina da AFYA Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, dentro da disciplina de Práticas Interdisciplinares de Ensino, Pesquisa e Extensão (PIEPE), com o intuito de orientar sobre as estratégias de prevenção e de controle da hipertensão arterial sistêmica.

O projeto foi realizado no Instituto CENIBRA em Perpétuo Socorro - MG, distrito de Belo Oriente-MG. A ação teve como público-alvo os adolescentes da faixa etária de 13 e 14 anos de duas escolas públicas do município de Belo Oriente.

Durante a realização do projeto, não houve discriminação na seleção dos indivíduos nem a exposição a riscos aos participantes. Os acadêmicos abordaram as pessoas no local e ofertaram orientações a respeito da hipertensão arterial, com foco na prevenção, enfatizando que a participação dos usuários era facultativa, respeitando a individualidade do público-alvo.

A empresa Celulose Nipo-Brasileira S.A (CENIBRA) localizada na cidade de Belo Oriente-MG cedeu aos acadêmicos o espaço do parque para a realização das ações de extensão.

Relato de Experiência

Foram realizadas três diferentes ações complementares que ocorreram no mesmo dia. A primeira estação foi uma brincadeira de “passa ou repassa” acerca dos conhecimentos prévios do público sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), por meio de perguntas gerais sobre a HAS, as quais os alunos sentiram dificuldades em responder, mas ficaram curiosos com o tema e queriam participar inúmeras vezes.

Na segunda estação foram abordados os fatores de risco para desenvolver HAS, através de um varal com fotos representativas de cada item e, também foi demonstrado por meio de uma batata, um exemplo lúdico de como o NaCl (sal de cozinha) em excesso promove o deslocamento de água para dentro do vaso sanguíneo através do mecanismo de osmose, o que causou espanto e despertou o interesse das crianças.

Por último foi realizada a aferição da pressão arterial dos alunos que tiveram interesse, junto com uma breve orientação para o público sobre a importância de frequentar a Unidade Básica de Saúde local para realizar o controle regular da pressão arterial e pontuar os sinais de alarme que devem ser

identificados para que haja um diagnóstico precoce. Nessa estação várias crianças contaram experiências de parentes que tem hipertensão e demonstraram curiosidade pela aferição.

Resultados

O projeto de extensão “Estratégias de Prevenção e Controle da Hipertensão Arterial Sistêmica em Adolescentes”, desenvolvido em outubro de 2024, foi realizado com base na proposta da tríade universitária, que tem como princípio a indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão, estabelecido como dever às universidades, devendo perpassar a formação promovida e ofertada pelas instituições, conforme descrito no artigo 207 da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988). Tal atividade alcançou seu principal objetivo de orientar o público-alvo sobre essa condição, seus fatores de risco, a importância do acompanhamento médico para o diagnóstico precoce e a necessidade de adotar hábitos de vida mais saudáveis, como a prática regular de atividades físicas e uma alimentação equilibrada. A ação foi realizada no dia 28 de outubro, no parque multifuncional da Cenibra, contando com a participação de 107 adolescentes com idades entre 13 e 14 anos, acompanhados por professoras. Os participantes eram alunos da Escola Municipal Francisco Gonçalves Britto e da Escola Municipal Antônio Firmino.

Os adolescentes demonstraram grande envolvimento durante o projeto, manifestando curiosidade e interesse pelo tema. A primeira estação, que tinha como objetivo inicial testar o conhecimento prévio dos participantes sobre hipertensão, foi a que mais despertou interesse. Durante essa etapa, notou-se que muitos desconheciam a doença e seus fatores de risco, enquanto outros relataram ter familiares com a condição.

Figura 1 – Primeira estação



Fonte: autores (2024).

Na segunda estação, o foco foi a discussão sobre os fatores de risco da hipertensão arterial. Foi apresentada uma atividade lúdica e interativa para explicar de forma didática como a ingestão excessiva de sódio contribui para a elevação dos níveis de pressão arterial.

Figura 2 – Segunda estação



Fonte: autores (2024).

Na terceira e última estação, foi realizada a aferição da pressão arterial, apenas os alunos que desejaram aferir a pressão participaram dessa etapa, preservando as questões éticas. Um dos adolescentes apresentou níveis pressóricos acima dos valores considerados normais, e, diante disso, foi explicado que o diagnóstico não é baseado em uma única medição isolada, mas sim em duas aferições realizadas em momentos diferentes pelo médico. Os responsáveis pela aferição registraram os valores medidos e explicaram os resultados aos participantes, destacando a importância do monitoramento regular da pressão e da visita à Unidade Básica de Saúde para o diagnóstico precoce.

Figura 3 – Terceira estação



Fonte: autores (2024).

Nesse contexto, observa-se de maneira prática como as ações educativas e de aprendizagem em saúde são conduzidas por meio de um processo de construção colaborativa de conhecimentos. Tais ações visam promover a apropriação e a compreensão dos temas de saúde pela população, facilitando o entendimento e a conscientização sobre os assuntos abordados. Por fim, ressalta-se a relevância da extensão universitária no processo de formação acadêmica, pessoal e profissional, haja vista que pode exercer e efetivar o compromisso com a qualidade de vida da população, com ações socioeducativas, além contribuir para o aprimoramento da prática médica dos estudantes (Rodrigues, 2013).

Discussão

Como visto anteriormente, a hipertensão arterial sistêmica é um dos principais fatores de risco para problemas cardíacos, como a insuficiência cardíaca e infarto agudo do miocárdio (Jatene *et al.*, 2022). Nesse caso, evidencia-se a importância das ações extensionistas para levar conhecimento à população a fim de amenizar as consequências de hábitos não saudáveis para as complicações cardiovasculares.

Um estudo feito em adolescentes mostrou ainda uma associação entre a elevação da pressão arterial e complicações endoteliais, evidenciando o impacto da HAS em diferentes sistemas (Hussid *et al.*, 2021). Assim, evidencia-se que os projetos de extensão universitária fazem parte das funções sociais das instituições de ensino e possuem como objetivo tanto viabilizar o acesso à informação por parte da sociedade, quanto promover o desenvolvimento dos mesmos e fomentar projetos. Tendo isso em vista, constata-se a importância da extensão para fortalecer, articular e promover o conhecimento científico de acordo com as demandas e carência da comunidade, interagindo e transformando a realidade social (Eufrásio, 2020).

Conclusão

O presente relato destaca a relevância do projeto de extensão "Estratégias de Prevenção e Controle da Hipertensão Arterial Sistêmica em Adolescentes" como uma iniciativa significativa no contexto acadêmico, pois vai além das atividades tradicionais ao integrar ensino, pesquisa e extensão. Realizado por alunos do 3º período de Medicina da AFYA-Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, o projeto proporcionou um ambiente de aprendizado dinâmico e estimulante, abordando de forma interativa e envolvente a HAS e seus fatores de risco.

É fundamental ressaltar que a transmissão de conteúdos sobre saúde representa um desafio considerável. Através de estratégias educativas, como a brincadeira de "passa ou repassa" e a aferição da pressão arterial, foi possível tornar os conteúdos mais atrativos e despertar a curiosidade dos

adolescentes. Essa abordagem colaborativa enriqueceu o processo de aprendizagem, permitindo que os participantes absorvessem informações essenciais sobre a HAS e reconhecessem a importância do monitoramento da pressão arterial e da adoção de hábitos saudáveis.

As atividades realizadas também ressaltaram a importância de intervenções comunitárias na promoção da saúde, alinhando-se aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS (3) e o ODS (4), que visam promover saúde e educação inclusiva. Assim, a iniciativa não apenas beneficiou os adolescentes, mas também consolidou o vínculo entre a comunidade e os serviços de saúde, promovendo um cuidado mais consciente e participativo por parte da população.

Referências Bibliográficas

BARROSO, W. K. S.; RODRIGUES, C. I. S.; BARTOLOTTO, L. A.; GOMES, M. A. M.; BRANDÃO, A. A.; FEITOSA, A. D. M., *et al.* Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial - 2020. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 116, n. 3, p. 516-658, 2021.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**: promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm. Acesso em 25. nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução CNE/CES nº 7, de 18 de dezembro de 2018**. Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira e regimenta o disposto na Meta 12.7 da Lei nº 13.005/2014, que aprova o Plano Nacional de Educação - PNE 2014-2024 e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, 2018. Disponível em: https://normativasconselhos.mec.gov.br/normativa/view/CNE_RES_CNECESN72018.pdf. Acesso em: 19 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Relatório aponta que número de adultos com hipertensão aumentou 3,7% em 15 anos no Brasil**, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/maio/relatorio-aponta-que-numero-de-adultos-com-hipertensao-aumentou-3-7-em-15-anos-no-brasil>. Acesso em: 16 Ago. 2024. EAN-2017-0435.

FEITOSA, A. D. M.; BARROSO, W. K. S.; MION JUNIOR, D.; NOBRE, F.; GOMES, M. A. M.; JARDIM, P. C. B.V., *et al.* Diretrizes Brasileiras de Medidas de Pressão Arterial Dentro e Fora do Consultório – 2023. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 121, n. 4, p. 1-48, 2024.

EUFRÁSIO, L. S., OLIVEIRA, J. A., SILVA, T. A. A., MAGALHÃES, A. G. Estratégia De Telemonitoramento Para Extensão Universitária. **Revista Extensão e Sociedade**, v. 12, n. 1, 2020.

HUSSID, M. F.; CEPEDA, F. X.; JORDÃO, C. P.; LOPES-VICENTE, R. R. P.; VIRMONTES, L.; KATAYAMA, K. Y. *et al.* Obesidade Visceral e Hipertensão Sistólica como Substratos da Disfunção Endotelial em Adolescentes Obesos. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 116, n. 4, 2021.

JATENE, I. B.; FERREIRA, J. F. M.; DRAGER, L. F.; FRANKEN, M.; MORETTI, M. A. **Tratado de cardiologia –**

SOCESP. 5.ed. São Paulo: Manole, 2022. 1848p.

LORENA, S. B.; OLIVEIRA, B. Y. S.; SOBRAL NETO, J. P. Projeto de Extensão "Hipervida: Cuidando do Seu Coração": Relato de Experiência Interdisciplinar. **Revista Extensão em Foco**, v.11, n.11, p. 95-110, 2015.

NEVES, M. F. Hipertensão na Adolescência, uma Relação Direta com Obesidade e Resistência à Insulina. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 118, n. 4, p. 727-728, 2022.

NORRIS, T. L. **Porth – Fisiopatologia**. 10. ed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2021. 1776p.

RODRIGUES, A. L. L.; AMARAL, C. L. N. C.; PRATA, M. S.; BATALHA, T. B. S.; NETO, I. D. F. P. **Contribuições da extensão universitária na sociedade**. Caderno de Graduação-Ciências Humanas e Sociais-UNIT-SERGIPE, v. 1, n. 2, p. 141-148, 2013.

SANTOS, J. C. S. **Prevalência de hipertensão em crianças e adolescentes escolares do Brasil: um estudo de revisão**. 2019. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Departamento de Educação Física, Universidade Federal Rural de Pernambuco, Recife, 2019.

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E O CONTROLE DA HIPERTENSÃO: UMA EXPERIÊNCIA COM IDOSOS

HEALTH EDUCATION AND HYPERTENSION CONTROL: AN EXPERIENCE WITH THE ELDERLY

Ana Luiza Oliveira Rodrigues¹Dara Gomes Martins²Giovana Ank Alves Ovídio³Isadora Cristina Soares Silva⁴Isamara Folgado de Oliveira⁵Layza Kerlem Campos Silva⁶Melissa Araújo Ulhôa Quintão^{7*}

RESUMO

Introdução: a hipertensão arterial sistêmica (HAS) é um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares e uma das doenças crônicas mais prevalentes em todo o mundo. O envelhecimento populacional e os hábitos de vida inadequados observados no Brasil agravam este cenário, tornando fundamental a aplicação de estratégias de educação em saúde para prevenção e controle da HAS. Este artigo é um relato de experiência de um projeto de extensão universitário voltado para idosos hipertensos, que teve por objetivo elucidar sobre hábitos de vida saudáveis, fatores de risco para hipertensão e doenças cardiovasculares, além de conscientizar parte da população quanto à adesão ao tratamento, etapa essencial para o controle da doença. **Método:** O projeto foi realizado em três locais diferentes, uma casa de repouso, um centro comunitário e uma quadra pública. As atividades realizadas foram lúdicas e educativas, para garantir melhor engajamento e participação dos idosos, e foram confeccionadas pelo próprio grupo, variando entre jogo da memória, dinâmicas com imagens e panfletos, além de pequenos momentos de fala sobre o tema. **Relato de experiência:** Durante a realização das ações, pode ser observado um alto nível de interesse e de participação entre os idosos. Observou-se, também, um bom entendimento do assunto, à medida que se mostraram capazes de desenvolver as práticas propostas, o que revelou a boa qualidade das palestras e dos materiais desenvolvidos. **Conclusão:** essa iniciativa evidenciou que a educação em saúde, quando aplicada de forma acessível e interativa, é uma ferramenta essencial para o controle da HAS na população idosa. Demonstrou, ainda, que projetos de extensão universitária desempenham um papel fundamental na promoção da saúde e podem contribuir significativamente para a conscientização e melhoria da qualidade de vida desse público.

Palavras chaves: Hipertensão. Idosos. Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Systemic arterial hypertension (SAH) is one of the main risk factors for cardiovascular diseases and one of the most prevalent chronic conditions worldwide. Population aging and unhealthy lifestyle habits observed in Brazil exacerbate this scenario, making the implementation of health education strategies essential for the prevention and control of SAH. This article is an experience report on a university extension project aimed at hypertensive elderly individuals. Its objective was to provide guidance on healthy lifestyle habits, risk factors for hypertension and cardiovascular diseases, and to raise awareness among part of the population about treatment adherence, a crucial step in disease control. **Method:** The project was carried out in three different locations: a nursing home, a community center, and a public sports court. The activities conducted were both educational and engaging, ensuring greater participation and involvement of older adults. The materials were designed by the project team and included memory games, interactive activities with images, informational pamphlets, and brief discussions on the topic. **Experience Report:** Throughout the activities, a high level of interest and engagement among the older adults was observed. Additionally, there was a good understanding of the subject, as participants demonstrated the ability to apply the proposed practices, which highlighted the quality of the lectures and materials developed. **Conclusion:** This initiative demonstrated that health education, when applied in an accessible and interactive manner, is an essential tool for controlling SAH in the elderly population. Furthermore, it underscored the fundamental role of university extension projects in health promotion and their significant contribution to raising awareness and improving the quality of life of this population.

Keywords: Hypertension, Aged, Health

¹⁻⁶: Acadêmicos do curso de Medicina da Faculdade Afya Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: (1) analuiza.oliveira.rodrigues@gmail.com (2) E-mail: dadara2501@hotmail.com (3) E-mail: gio.ank0303@gmail.com mariaizacarvalho@yahoo.com.br. (4) E-mail: silva.isadora@alunos.afya.com.br (5) Email: isamarafolgado@gmail.com (6) E-mail: layzakerlemcampos@gmail.com (7)* Doutora em Ciências Docente do curso de Medicina da AFYA Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. E-mail: melissa.quintao@afya.com.br

Introdução

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma das doenças crônicas não transmissíveis mais prevalentes no mundo, sendo reconhecida como uma das principais causas de mortalidade e morbidade global. Considerada uma condição multifatorial, a hipertensão é influenciada por fatores genéticos, ambientais e sociais, caracterizando-se pela elevação persistente da pressão arterial (PA), com valores iguais ou superiores a 140 mmHg para a pressão sistólica (PAS) ou 90 mmHg para a pressão diastólica (PAD) (Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2020). Sua alta prevalência e o impacto na qualidade de vida tornam essa doença um dos maiores desafios de saúde pública, especialmente em países em desenvolvimento como o Brasil (Pereira *et al.*, 2022).

Diversos fatores contribuem para o surgimento dessa condição, incluindo predisposição genética, envelhecimento, sexo, etnia, obesidade, consumo excessivo de sódio, sedentarismo, ingestão excessiva de álcool e fatores socioeconômicos (Freire *et al.*, 2021). E, apesar muitas vezes assintomática, essa doença pode levar a complicações graves em órgãos-alvo, como o coração, cérebro e rins, resultando em doenças como insuficiência cardíaca, acidente vascular encefálico (AVE), doença renal crônica e morte prematura (Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2020).

Nos idosos, a prevalência da hipertensão é ainda maior devido às alterações fisiológicas associadas ao envelhecimento, como a perda de elasticidade arterial, disfunções renais e alterações hormonais. Esse processo natural é agravado pela coexistência de outras condições crônicas e pelo impacto cumulativo de hábitos de vida não saudáveis ao longo dos anos (Brauer, 2019). Além disso, o envelhecimento da população brasileira, vinculado à urbanização e a mudanças nos padrões de vida, como sedentarismo e alimentação inadequada, tem levado ao aumento da incidência da hipertensão e suas consequências. Nesse contexto, o controle da pressão arterial se torna ainda mais crucial para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas. No entanto, a implementação de mudanças no estilo de vida entre os idosos é um desafio considerável, exigindo ações contínuas de conscientização e programas de saúde direcionados a esse público (Pereira *et al.*, 2022).

Dessa forma, a prevenção da hipertensão arterial adquire um papel central na saúde pública. A literatura evidencia que estratégias voltadas à promoção da saúde e à modificação de comportamentos de risco são essenciais não apenas para prevenir o desenvolvimento da hipertensão, mas também para melhorar seu controle entre indivíduos já diagnosticados. Nesse sentido, a educação em saúde surge como uma ferramenta indispensável. Por meio dela, é possível sensibilizar os idosos sobre os riscos associados à hipertensão, promover mudanças comportamentais e aumentar a adesão às terapias prescritas (Pereira *et al.*, 2022).

Este projeto de extensão teve como objetivo promover a educação em saúde entre os idosos, focando na conscientização sobre a hipertensão arterial, nas estratégias de prevenção e controle da doença, e na adesão ao tratamento, visando melhorar a qualidade de vida dos idosos e reduzir as complicações decorrentes da hipertensão.

Método

Esse projeto de extensão teve como público alvo idosos com hipertensão arterial sistêmica em três locais na cidade de Ipatinga, sendo as 5 ações divididas da seguinte maneira: duas em uma casa de repouso, duas em um centro comunitário no bairro Veneza 1 e uma em uma academia comunitária no bairro Bethânia. No primeiro espaço, cada atividade teve duração de 2 horas; no segundo, cada uma foi de 50 minutos; e no terceiro, ocorreu por 1 hora e 30 minutos.

Após a decisão dos lugares, foi feito contato com os representantes dessas instituições para apresentar nossa proposta de atividades juntamente com o objetivo da ação e agendar os melhores dias e horários para a execução.

Para realizar as ações, foram confeccionados alguns materiais didáticos:

1. Jogo da memória com imagens ilustrando hábitos que aumentam e diminuem a pressão arterial, como sal em excesso e atividade física regular;
2. Imagens para colorir de alimentos bons e ruins para a saúde;
3. Quadro de EVA verde (bom) e vermelho (ruim) e fotos de alimentos bons e ruins para hipertensos, para colar no quadro;
4. Panfletos ilustrados com dicas e informações sobre a hipertensão.

Por fim, foram elaboradas perguntas sobre o tema a serem feitas durante um jogo de batata quente, as quais foram importante forma de avaliar o aprendizado dos idosos, verificando acertos e esclarecendo dúvidas. Ainda, foi produzido um adesivo escrito “Viva livre da hipertensão”, que era dado a quem acertasse a pergunta.

Relato de Experiência:

O projeto executado permitiu aos alunos envolvidos realizarem ações na cidade de Ipatinga, alcançando ao todo, aproximadamente, 90 idosos presentes nos 3 locais visitados.

Na casa de repouso, o grupo realizou duas ações, na primeira ação, houve uma breve explicação sobre a HAS utilizando um coração anatômico de plástico, seguido de um jogo de batata quente com perguntas sobre o assunto para os idosos. Em seguida, foram distribuídos desenhos para colorir,

contendo o símbolo de certo ou errado, conforme a ação descrita no desenho e enquanto os participantes coloriam, foram reforçados os hábitos que devem fazer parte da vida deles e aqueles que devem ser evitados. Veja os registros na figura 1 (esquerda) e 2 (direita).

Figuras 1 e 2 - Equipe dando informações e a ação na casa de repouso com Imagens para colorir de alimentos bons e ruins para a saúde.



Fonte: os autores.

Na segunda visita ao local, a dinâmica consistiu em um quadro com a parte verde, representando o lado certo, e a parte vermelha, representando o lado errado, os idosos foram incentivados a colocarem os alimentos impressos em papel na parte correta ou errada do quadro, de acordo com seu benefício ou malefício à saúde (figura 3). Por fim, brincaram com jogo da memória, que continha hábitos bons e ruins, para ajudar a fixar os conhecimentos adquiridos.

Figura 3 - Idosa segurando uma peça anatômica emborrachada do coração.



Fonte: os autores.

Na Legião da Boa Vontade, foram realizadas duas ações com dois grupos de idosos, as atividades foram divididas entre os grupos (figura 4). Nesse local, as visitas começaram com uma breve explicação sobre o assunto, seguida do jogo de batata quente e, para finalizar, o jogo da memória.

Figura 4 - Equipe e participantes na Legião da Boa Vontade.



Fonte: os autores.

Por fim, na quadra pública do Bethânia, a UBS local fornece uma profissional de Educação Física (figura 5) que realiza exercícios com os idosos em alguns dias da semana. Então, foi feita uma parceria com essa instituição para que fosse feita uma intervenção em um desses dias, para alertar sobre a hipertensão. Dessa forma, os participantes engajaram na batata quente e, após o jogo, foram entregues um folheto com algumas dicas e informações sobre essa doença.

Figura 5 - UBS com uma profissional de Educação Física que realiza exercícios com os idosos.



Fonte: os autores.

Portanto, ao final das atividades, ficou evidente que os idosos estavam mais conscientes sobre os riscos da hipertensão e motivados a fazer escolhas mais saudáveis. Esses momentos de conscientização, aliados ao entusiasmo demonstrado durante os jogos e atividades, comprovam que a educação em saúde pode ser realizada de forma atrativa e significativa.

Discussão

A realização deste projeto de extensão, voltado para a educação em saúde sobre hipertensão arterial sistêmica (HAS) entre idosos, demonstrou a importância de abordagens interativas e lúdicas para promover a conscientização e adesão ao tratamento dessa condição. A partir das intervenções realizadas em diferentes contextos comunitários, como a casa de repouso, a Legião da Boa Vontade e a academia comunitária no bairro Bethânia, foi possível observar o impacto positivo da educação em saúde na modificação de comportamentos e na ampliação do conhecimento dos participantes sobre a doença.

Os resultados obtidos corroboram com a literatura, que destaca a importância da educação em saúde como estratégia essencial para o controle da hipertensão, especialmente entre a população idosa. Estudos apontam que intervenções educativas, quando aplicadas de maneira acessível e interativa, favorecem a retenção do conhecimento e estimulam mudanças de hábitos, como a adoção de uma alimentação equilibrada, a prática de atividade física e o acompanhamento médico regular (Freire *et al.*, 2021). Além disso, essas atividades reforçam a autonomia dos idosos no manejo da própria saúde, reduzindo a dependência de terceiros e promovendo o autocuidado.

As atividades desenvolvidas, como o jogo da batata quente, os desenhos para colorir e o jogo da memória, mostraram-se eficazes na transmissão do conhecimento, tornando o aprendizado mais dinâmico e atrativo. Essa abordagem interativa é fundamental, uma vez que estratégias tradicionais, como palestras expositivas, podem não ser tão efetivas na retenção de informações entre idosos. O envolvimento ativo dos participantes durante as atividades demonstra que métodos pedagógicos participativos são mais eficazes na conscientização sobre doenças crônicas, favorecendo a adesão a comportamentos preventivos e ao tratamento prescrito (Pereira *et al.*, 2022).

Outro ponto relevante observado foi o impacto das ações em locais distintos, permitindo alcançar diferentes grupos de idosos e adaptar a abordagem conforme a realidade de cada ambiente. Na casa de repouso, onde os idosos já possuíam um acompanhamento regular de saúde, as atividades reforçaram os conhecimentos previamente adquiridos e estimularam a interação social. Na Legião da Boa Vontade, onde os idosos possuem um perfil mais independente, a iniciativa serviu para reforçar informações

sobre a importância do controle da pressão arterial, enquanto na academia comunitária, a parceria com a profissional de Educação Física contribuiu para associar a prática de exercícios físicos ao manejo da hipertensão.

Apesar dos avanços observados, alguns desafios também foram identificados durante a execução do projeto. A adesão de alguns idosos às atividades educativas variou conforme seu nível de interesse e compreensão prévia sobre o tema. Além disso, a dificuldade de alguns participantes em modificar hábitos arraigados ao longo da vida reforça a necessidade de ações contínuas e reforço constante das informações transmitidas. A literatura enfatiza que mudanças comportamentais em saúde requerem tempo e repetição de estímulos para que sejam consolidadas (Brauer, 2019).

Conclusão

O projeto de extensão “Educação em Saúde: Idosos e Hipertensão” teve como objetivo promover o conhecimento sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) entre a população idosa, valorizando estratégias educativas que incentivassem o protagonismo e a participação ativa desses indivíduos no processo saúde-doença. As ações desenvolvidas abordaram, de forma lúdica e interativa, temas relevantes como prevenção, adesão ao tratamento, mudanças de hábitos e práticas de autocuidado. A experiência evidenciou a importância de considerar as particularidades do envelhecimento e de fortalecer a autonomia dos idosos no cuidado com sua própria saúde.

Embora não tenha sido realizado um pós-teste ou acompanhamento posterior com os idosos ou seus familiares, ao final das atividades foram aplicadas perguntas e oferecidas orientações, com o intuito de garantir a compreensão das informações transmitidas. Também foram distribuídos folhetos informativos abordando a importância da adesão ao tratamento não medicamentoso (como alimentação saudável e prática de atividade física), em conjunto com o tratamento medicamentoso e o acompanhamento regular dos níveis pressóricos.

Para maximizar os benefícios dessas intervenções, recomenda-se a continuidade de programas educativos regulares e a ampliação do alcance dessas iniciativas, especialmente em comunidades vulneráveis. É fundamental garantir que um número crescente de idosos tenha acesso a informações essenciais para a manutenção da saúde e da qualidade de vida. Além disso, destaca-se a importância de fatores como a presença de uma rede de apoio familiar, uma relação médico-paciente de confiança e o engajamento consciente dos idosos no tratamento medicamentoso e não medicamentoso da HAS.

Referências Bibliográficas

BRAUER, V. **Metade dos idosos hipertensos que fazem tratamento não apresenta controle de pressão arterial.** SciELO em Perspectiva | Press Releases, 2019. Disponível em: <https://pressreleases.scielo.org/blog/2019/05/02/metade-dosidosos-hipertensos-que-fazem-tratamento-nao-apresenta-controle-de-pressaoarterial/>.

FREIRE, R.S. *et al.* Impacto de programas de promoção da saúde no controle de fatores de risco cardiovascular. **Arq. Bras. Cardiol.**, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/J6n8mLGJFGFMt9TgyTtT8Fc/>.

PEREIRA, J.L. *et al.* **Overview of Cardiovascular Disease Risk Factors in Adults in São Paulo, Brazil: Prevalence and Associated Factors in 2008 and 2015.** International Journal of Cardiovascular Sciences, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ijcs/a/fJ3RtXF7f9Y6qWmvyqtWwnC/>.

SBC. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). **Prevenção e controle da hipertensão arterial.** 2020. Disponível em: <https://www.portal.cardiol.br/sbcdiretrizes/>

ASMA NA INFÂNCIA: compreensão, manejo e estratégias para mães no cuidado diário

CHILDHOOD ASTHMA: Understanding, Management, and Strategies for Mothers in Daily Care

Carine Rangel Nunes¹
Maria Julia Lopes Bertoldo¹
Analina Furtado Valadão²

RESUMO

Introdução: A asma é a doença respiratória crônica mais prevalente na infância, afetando significativamente a qualidade de vida das crianças e exigindo preparo dos cuidadores para seu manejo diário. **Objetivo:** Relatar a experiência de um projeto de extensão voltado à educação em saúde sobre asma infantil, com foco em mães e crianças atendidas pela UBS Iguaçu. **Método:** A ação foi desenvolvida por acadêmicos de medicina e incluiu palestras interativas com uso de peças anatômicas, dinâmicas de "mito ou verdade", teatro educativo sobre crises asmáticas, confecção de espaçadores com garrafas PET, oficinas práticas e uma gincana temática. As atividades foram pensadas para estimular o aprendizado lúdico, promover o reconhecimento de sintomas e incentivar a adesão ao tratamento. **Relato de Experiência:** O projeto foi desenvolvido por estudantes de medicina da Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, com o objetivo de promover conhecimento, acolhimento e empoderamento de mães de crianças asmáticas. A ação educativa contou com apoio da UBS do Iguaçu e do Programa Respirar, envolvendo atividades lúdicas, orientações práticas e interação direta com as famílias. Durante o evento, foram realizadas apresentações didáticas sobre a fisiopatologia da asma, teatro educativo, a atividade "Mito ou Verdade", confecção de espaçadores com garrafas PET e uma gincana respiratória para as crianças. A participação ativa das mães e o entusiasmo das crianças demonstraram o impacto positivo da iniciativa. O projeto promoveu vínculos, escuta ativa e conscientização sobre o manejo da asma, fortalecendo o papel da educação em saúde. Para os estudantes, foi uma experiência transformadora e formativa; para as famílias, um momento de aprendizado e acolhimento. **Conclusão:** O projeto teve excelente receptividade e possibilitou uma troca significativa entre profissionais, mães e crianças. A abordagem participativa contribuiu para o fortalecimento do vínculo com a atenção primária e incentivou o autocuidado e a prevenção de crises asmáticas.

Palavras-chave: Asma infantil. Educação em saúde. Autocuidado. Prevenção. Estratégias educativas.

ABSTRACT

Introduction: Asthma is the most prevalent chronic respiratory disease in childhood, significantly affecting children's quality of life and requiring caregivers to be well-prepared for its daily management. **Objective:** To report the experience of an extension project focused on health education about childhood asthma, targeting mothers and children assisted by the Iguaçu Primary Health Unit (UBS Iguaçu). **Method:** The initiative was developed by medical students and included interactive lectures using anatomical models, "myth or truth" activities, educational theater on asthma attacks, the creation of inhalation spacers using PET bottles, practical workshops, and a themed game. These activities were designed to stimulate playful learning, promote symptom recognition, and encourage treatment adherence. **Experience Report:** The project was developed by medical students from the Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, aiming to promote knowledge, support, and empowerment of mothers of asthmatic children. The educational activity was carried out with the support of UBS Iguaçu and the Respirar Program, involving playful activities, practical guidance, and direct interaction with families. During the event, there were didactic presentations on asthma pathophysiology, an educational play, the "Myth or Truth" activity, the making of PET bottle spacers, and a breathing-themed game for children. The active participation of mothers and the children's enthusiasm demonstrated the positive impact of the initiative. The project fostered bonds, active listening, and awareness regarding asthma management, reinforcing the role of health education. For students, it was a transformative and educational experience; for families, a moment of learning and meaningful support. **Conclusion:** The project was very well received and enabled meaningful exchanges between professionals, mothers, and children. The participatory approach contributed to strengthening the bond with primary care and encouraged self-care and the prevention of asthma crises.

Keywords: Childhood asthma; Health education; Self-care; Prevention; Educational strategies.

¹ Acadêmica de Medicina. Afya Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. Email: carinerangelnunes@gmail.com

¹ Acadêmica de Medicina. Afya Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. Email: mariajulialopesbertoldo@gmail.com

² Doutora. Professora Titular Afya Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. Email: analina.valadao@afya.com.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6976-0206>

Autor correspondente: Analina Furtado Valadão. Email: analina.valadao@afya.com.br

Introdução

A asma é uma doença inflamatória crônica das vias aéreas que se manifesta em indivíduos predispostos geneticamente, apresentando-se através de uma hiper-responsividade local de caráter reversível, seja de maneira espontânea ou com tratamento. É a doença crônica mais comum na infância com manifestações clínicas com episódios recorrentes de sibilância, dispneia, aperto no peito e tosse, particularmente à noite e pela manhã ao despertar (Bezerra *et al.*, 2024; Ministério da Saúde, 2025). Fatores genéticos, ambientais, socioeconômicos e emocionais influenciam o desencadeamento das crises. A exposição a alérgenos, poluentes e fumaça de cigarro agrava a condição, sendo essencial a participação familiar na identificação de gatilhos, reduzindo o risco de desenvolvimento da doença (Pizzichini, 2020; Schramm Neto, 2022).

O processo fisiopatológico envolve ativação do sistema imune com inflamação eosinofílica das vias aéreas, fazendo com que haja lesão e perda da integridade da superfície do epitélio, hiperplasia de células caliciformes, deposição de colágeno intersticial e proteoglicanos pelos miofibroblastos com espessamento e lesões irreversíveis na parede respiratória, além do acometimento do sistema nervoso autônomo (Schramm Neto, 2022).

Ademais, cabe destacar que o tratamento inclui medidas não medicamentosas e medicamentosas. As não medicamentosas estão relacionadas a educação em saúde e controle ambiental, principalmente devido a forte relação do desencadeamento da asma com atopias. Além disso, quanto ao tratamento medicamentoso é válido destacar a terapia farmacológica, nessa adota-se a utilização de broncodilatadores, como o salbutamol, fenoterol e terbutalina, para diminuir o efeito da broncoconstrição e facilitar a troca gasosa (Nunes; Ribeiro; Nunes, 2022).

Método

O projeto foi realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) do Veneza I, local estratégico por ser referência no atendimento primário e acessível às mães da comunidade. A UBS ofereceu um ambiente adequado para rodas de conversa, orientações práticas e esclarecimento de dúvidas.

A iniciativa foi voltada para mães (ou responsáveis) de crianças diagnosticadas com asma, que frequentam a UBS. O público-alvo foi escolhido em função da necessidade de promover autonomia no cuidado diário, reduzindo internações e complicações decorrentes do manejo inadequado da doença. Estimou-se a participação de aproximadamente 30 mães, o que permitiu uma abordagem educativa mais personalizada e efetiva.

O projeto não exigiu aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), pois se tratou de uma ação educativa sem coleta de dados sensíveis. No entanto, todas as atividades foram conduzidas com respeito à privacidade das participantes. Nenhuma imagem ou informação pessoal foi divulgada sem consentimento.

O projeto contou com a parceria do Programa Respirar, que ofereceu apoio técnico por meio de profissionais especializados, disponibilizando orientações e suporte na elaboração do conteúdo. Todas as atividades práticas e educativas, contudo, foram conduzidas exclusivamente pelos membros do projeto. A UBS forneceu o espaço físico necessário para a realização das ações, enquanto a Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga – Afya contribuiu com peças anatômicas e materiais didáticos, apoiando o ensino sobre o uso adequado dos espaçadores, conforme orientações previamente estabelecidas pelas enfermeiras e demais profissionais da UBS envolvida.

Para informar sobre os mecanismos fisiopatológico da asma infantil e fornecer estratégias eficazes para que mães possam identificar, manejar e minimizar os sintomas, promovendo uma melhor qualidade de vida para seus filhos, foi realizada uma demonstração prática com o auxílio de peças anatômicas e materiais didáticos, a fim de facilitar a compreensão dos conceitos abordados. Foram utilizadas três peças do laboratório da faculdade para ilustrar o caminho do ar, as trocas gasosas e sua importância para o funcionamento do organismo como um todo.

Além disso, foi realizada uma exposição com banner explicativo abordando a fisiopatologia da asma, as regiões acometidas e seus principais fatores desencadeantes. Na sequência, foi encenado um teatro representando uma situação de crise asmática em uma criança, com a mãe demonstrando o manejo adequado durante o episódio. Em seguida, ocorreu uma atividade interativa fundamentada na dinâmica "Mito ou Verdade" com distribuição de brindes às participantes que respondessem corretamente, incentivando a participação ativa e a disseminação de conhecimentos comprovados cientificamente sobre a asma.

Também foi promovida a decoração de espaçadores com garrafa PET, realizada pelas crianças, enquanto as mães receberam orientações sobre seu uso adequado, reforçando uma abordagem prática e acessível. Após essa atividade, conduziu-se uma roda de conversa com o grupo, promovendo troca de experiências e esclarecimento de dúvidas. O encontro foi encerrado com uma síntese dos principais pontos abordados e o reforço das orientações práticas fornecidas. No que se refere ao momento dedicado às crianças, foi realizada uma gincana e efetuada a entrega de brindes. A metodologia adotada foi dinâmica e participativa, envolvendo mães e

crianças com o uso de materiais visuais, modelos anatômicos e práticas guiadas. Durante os encontros, os temas foram trabalhados de forma interativa, conforme descrito a seguir:

- **O que é asma?** Foi realizada uma explicação sobre a doença inflamatória crônica das vias aéreas, com ênfase na importância do acompanhamento médico. A apresentação ocorreu com o auxílio de banner e peças anatômicas do pulmão, seguida da dinâmica "Mito ou Verdade" para desmistificar informações comuns sobre a doença.
- **Fatores desencadeantes:** Foram discutidos os aspectos genéticos e ambientais que contribuem para o desenvolvimento e agravamento da asma, utilizando as mesmas dinâmicas, promovendo o debate e a troca de experiências.
- **Sinais e sintomas:** Foram identificados sinais como tosse, chiado no peito, falta de ar e seus impactos no cotidiano da criança, com simulação de uma crise asmática e reforço do conteúdo com materiais visuais e interativos.
- **O papel da respiração:** Foi explicada a forma como a asma compromete a oxigenação e como exercícios respiratórios simples podem auxiliar no controle da condição. As mães e crianças participaram de uma atividade prática para melhor compreensão do funcionamento da respiração.
- **Diagnóstico precoce:** Foram oferecidas orientações sobre como diferenciar a asma de resfriados frequentes e quando buscar atendimento médico, com apoio de banner e troca de experiências em grupo.
- **Impacto na vida escolar e social:** Foi abordado como a condição pode afetar o desempenho escolar e a interação social, além de apresentar estratégias práticas para minimizar esses impactos, discutidas em grupo.
- **Fatores emocionais e crises de ansiedade:** Foi promovida uma reflexão sobre a relação entre emoções e crises asmáticas, com dicas práticas de controle emocional e estímulo ao compartilhamento de experiências.
- **Opções de tratamento:** Foram explicadas as opções de medicamentos disponíveis no SUS, terapias não medicamentosas e a importância da adesão ao tratamento, bem como as possíveis complicações da asma não tratada, com espaço para dúvidas e esclarecimentos.
- **Uso correto dos dispositivos inalatórios:** Foi realizada uma demonstração prática do uso adequado da bombinha, do espaçador e das orientações essenciais de cuidado.
- **Estratégias para evitar crises:** Foram identificados os gatilhos ambientais e comportamentais e apresentadas medidas preventivas que podem ser adotadas no dia a dia, com

participação ativa das mães em relatos de situações vivenciadas.

As crianças também desempenharam um papel ativo nas atividades, promovendo um aprendizado lúdico e significativo. Entre as ações realizadas, destacam-se:

- **Decoração de espaçadores com garrafa PET:** As crianças foram orientadas a decorar seus próprios espaçadores, em uma atividade prática e educativa sobre o uso correto dos dispositivos inalatórios.
- **Jogos lúdicos:** Foram realizadas dinâmicas e brincadeiras relacionadas à temática da asma, com o intuito de facilitar a compreensão das informações e promover o cuidado com a saúde de forma divertida, conforme explicitado no Anexo 3.

Ademais, foram ofertados bombons, algodão doce e pipoca às crianças, como forma de agradecimento pela participação e de incentivo ao engajamento nas atividades.

Este projeto esteve em consonância com os seguintes Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS):

- **ODS 3 – Saúde e Bem-Estar:** A iniciativa promoveu educação em saúde e prevenção de crises asmáticas, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida das crianças e para a redução das internações hospitalares, com o uso de recursos como banners, peças anatômicas e espaçadores para facilitar a compreensão e a prática dos cuidados.
- **ODS 4 – Educação de Qualidade:** O projeto disponibilizou informações acessíveis e práticas sobre a asma, capacitando mães e responsáveis para oferecer um cuidado mais eficiente no cotidiano. A adoção de metodologias lúdicas, como teatro e dinâmicas interativas, favoreceu o aprendizado e a fixação do conteúdo.

Relato de experiência

O projeto “Asma na infância: compreensão, manejo e estratégias para mães no cuidado diário” surgiu da necessidade percebida pelos estudantes de medicina em abordar, de maneira prática e educativa, uma das doenças respiratórias crônicas mais prevalentes na infância. Sabíamos que, apesar de comum, a asma ainda é cercada por dúvidas, inseguranças e condutas equivocadas, tanto por parte dos cuidadores quanto, muitas vezes, dos próprios profissionais de saúde. A partir disso, nasceu o desejo de construir uma ação que promovesse não apenas conhecimento, mas acolhimento, escuta e empoderamento das famílias.

O planejamento foi minucioso. Discutimos conteúdos científicos, preparamos materiais, buscamos parcerias com patrocinadores locais e contamos com o apoio da Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga, da UBS do Iguaçu e do Programa Respirar. A proposta era realizar

uma ação educativa e interativa com mães e crianças asmáticas da comunidade, promovendo momentos de orientação prática e lúdica sobre o manejo da doença.

No dia da ação, fomos surpreendidas por uma recepção calorosa das famílias. Logo na chegada, pipoca, algodão doce foram distribuídos para criar um ambiente mais leve e acolhedor, conforme demonstrado na Figura 01. As crianças chegavam curiosas e as mães, muitas vezes tímidas, se mostraram abertas e dispostas a aprender. Começamos com uma apresentação clara e didática sobre a fisiopatologia da asma, utilizando peças anatômicas e banners explicativos para facilitar a visualização, as peças anatômicas são elucidadas na Figura 02 e o banner na 03. O objetivo era que todas compreendessem como funciona o sistema respiratório e o que acontece durante uma crise. Em seguida, encenamos um teatro educativo, no qual uma mãe socorre seu filho durante uma crise asmática. A dramatização emocionou os presentes e despertou comentários como: “Já passei por isso e não sabia o que fazer.” Foi nesse momento que percebemos que estávamos, de fato, fazendo a diferença.

Figura 01: Distribuição de pipoca e algodão doce.



Fonte: os autores(2025).

Figura 02: Peças anatômicas e brindes



Fonte: os autores (2025).

Figura 3: Banner utilizado para explicar a fisiopatologia da asma.

ASMA NA INFÂNCIA

COMPREENSÃO, MANEJO E ESTRATÉGIAS PARA MÃES NO CUIDADO DIÁRIO

Problemática

- Afeta a qualidade de vida das crianças.
- É um grande desafio para mães e responsáveis no dia a dia.

O que é a asma?

Asma é uma doença crônica dos pulmões que causa inflamação e estreitamento das vias aéreas, dificultando a passagem do ar.

O que a causa?

Principalmente desencadeada por alérgenos (poeira, ácaros, pólen), infecções respiratórias, fumaça ou estresse. Grande fator genético.

Como se manifesta?

- Sibilos – chiado;
- Falta de ar;
- Sensação de aperto no peito.

Tratamento com medidas preventivas

- Evitar ambientes que predisponham seu filho a manifestar asma;
- Muito importante conhecer a quais fatores a criança é alérgica!

Terapia Farmacológica

- Utilizar broncodilatadores, como o salbutamol, fenoterol e terbutalina, para diminuir o efeito da broncoconstrição e facilitar a troca gasosa.

Afya FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS

ASMA NA INFÂNCIA

Fonte: os autores (2025).

A atividade “Mito ou Verdade” foi conduzida com leveza e descontração. Utilizando plaquinhas, as mães participavam ativamente, levantando dúvidas e compartilhando experiências pessoais. Essa interação trouxe mais confiança ao grupo, que começou a se soltar e se envolver ainda mais nas próximas etapas. Logo após, partimos para a confecção dos espaçadores com garrafa PET. Além de ensinar como montar e utilizar o dispositivo, conforme a Figura 04 e 05, promovemos um momento de criatividade e conexão entre mães e filhos, que decoraram seus espaçadores com tintas, glitter e adesivos, momento demonstrado na Figura 06. Foi lindo ver as crianças sorrindo, orgulhosas de suas criações, e entenderem que cuidar da saúde também pode ser divertido.

Figura 04: Momento de explicação sobre a confecção dos espaçadores de garrafa PET.



Fonte: os autores (2025).

Figura 05: Crianças demonstrando como se utiliza o espaçador inalatório de garrafa PET.



Fonte: os autores (2025).

Figura 06: Decoração dos espaçadores de garrafa PET pelas crianças.



Fonte: os autores (2025).

Enquanto isso, outras crianças participavam da gincana respiratória, com perguntas simples e lúdicas sobre a asma, observado na Figura 07. As equipes vibravam com as respostas corretas, e os “Guardiões do Ar” receberam certificados simbólicos como forma de incentivo. O aprendizado acontecia de forma espontânea, reforçando os conteúdos discutidos de maneira acessível e divertida. Ao final da ação, muitas mães se emocionaram ao relatar suas dificuldades e agradeceram a iniciativa. Sentiram-se ouvidas, compreendidas e, acima de tudo, mais preparadas para lidar com a doença no dia a dia.

Figura 07: Crianças e responsáveis participando ativamente da dinâmica.



Fonte: os autores (2025).

O impacto da ação foi visível. Criamos vínculos, despertamos confiança e promovemos transformação. Para nós, enquanto estudantes, foi uma experiência de crescimento humano, acadêmico e profissional. Pudemos exercitar a escuta ativa, a empatia e a prática clínica baseada em educação e prevenção. Para as famílias, oferecemos conhecimento, ferramentas e, sobretudo, acolhimento. Encerrar esse projeto foi como fechar um ciclo de aprendizado coletivo. Mostrou que a medicina vai muito além da técnica: ela está no olhar atento, na escuta sensível e no compromisso com o bem-estar do outro. E é nesse caminho que queremos continuar.

Conclusão

O projeto “Asma na infância: compreensão, manejo e estratégias para mães no cuidado diário” evidenciou o impacto positivo da educação em saúde associada à escuta ativa e ao acolhimento. Por meio de atividades lúdicas e educativas, promoveu o empoderamento materno, o fortalecimento de vínculos e o cuidado compartilhado entre famílias e profissionais de saúde, tornando o conhecimento acessível e humanizado.

Os resultados mostraram que essas estratégias contribuíram para a autonomia das mães no manejo das crises asmáticas, prevenindo complicações e melhorando a qualidade de vida das crianças. Além disso, a experiência proporcionou aos estudantes de medicina um aprendizado significativo sobre práticas de cuidado mais éticas, sensíveis e centradas na realidade das famílias atendidas.

Referências Bibliográficas

- BEZERRA, C. M. F. M. C. *et al.* Manejo da asma na pediatria: epidemiologia, diagnóstico e tratamento. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 7, n. 5, p. 01–20, set./out. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Classificação da gravidade de asma. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/asma/gravidade>. Acesso em: 8 mar. 2025.
- NUNES, D. R.; RIBEIRO, B. M.; NUNES, M. R. Crianças acometidas pela asma: a percepção das crianças sobre sua doença e a composição da sua rede social. *Revista Perquirere*, Patos de Minas, v. 19, n. 1, p. 152–162, 2022.
- PIZZICHINI, M.M.M; CARVALHO-PINTO, R. M.; CANÇADO, J.E.D.; Rubin, A.S; CERCINETO, A.; CARDOSO, A.P. *et al.* Recomendações para o manejo da asma da Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, v. 46, n. 1, e20190307, 2020.
- SCHRAMM NETO, F. A. R.; FARIA, C. D. de; OLIVEIRA, L. de O. e; BARBOSA, C. E. S.; ROSA, B. S. G.;

OLIVEIRA, G. B.; CASTRO, P. C.; ANDRADE, V. C. F. de; CARDOSO, I. R. M.; COSTA, S. F. da. Asthma and its pathophysiological aspects: integrative literature review. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 14, p. e186111436267, 2022.