

Junho de 2025

IV Mostra de Ensino, Pesquisa e Extensão: cultura e ciência em rede para um futuro sustentável



MEPE
MOSTRA DE ENSINO, PESQUISA, CULTURA
E EXTENSÃO | UNICEPLAC



UNICEPLAC
CENTRO UNIVERSITÁRIO

ISSN 2764-9881

SUMÁRIO

Ações integradoras na comunidade: grupos de acolhimento	3
Gestamãe: Psicoeducação para gestantes	10
Grupo terapêutico com professores em uma escola CED: ações integradoras na comunidade, grupos de acolhimento	13
Computação desplugada: uma investigação com ênfase em jogos e brincadeiras, à luz da visão de kishimoto	18
Conflito e amorosidade na experiência paterna: um grupo operativo	22
CuidarBrincante: crescer em movimento	28
Educação, cuidado e bem-estar para famílias multiespécies: uma ação integrada dos cursos de Medicina Veterinária e Pedagogia	31
Grupo de Estudos de Cadeias Alternativas da Pecuária: Sistemas de produção de suínos, caprinos e ovinos	34
Meninas com ciência: o potencial feminino nas tecnologias	41
Multiplicadores em educação sanitária	49
Territórios Saudáveis: iniciativas integradas de sustentabilidade e saúde única em comunidade de assentados	53
Grupo operativo com idosos	57
1ª Mostra de manejo de produção e tecnologia de produtos de origem animal: do campo a mesa	59
C#RPO E SAÚDE	66
Cadeias produtivas do Agronegócio no DF	70
Consuleite	73
EcoR3nergy	81
Energiatrack	85
Guardião	89
HealthCode	93
O uso de plantas repelentes como a citronela no combate à dengue	96
Plantas tóxicas para animais	102
Pure Life	105
TechSight Explorers	110
A imagiologia para enfermagem: aspectos técnicos de competência do enfermeiro no serviço de radiologia	119
Associação positiva entre diagnóstico de doenças crônicas não transmissíveis e excesso de massa corporal em mulheres	126
Bem-estar de bovinos de corte no transporte pré-abate (Projeto Integrador 4p noturno)	129
Campanha de Vacinação Antirrábica: projetos extensionistas na Promoção da Saúde Única nas Regiões Administrativas do DF	132
Ações integradoras na comunidade: grupos de acolhimento	136
Projeto Integrador de Radiologia: Outubro Rosa ação de extensão de prevenção ao câncer de mama	139

Panoramas de dados coletados por uma equipe multidisciplinar de uma iniciação científica em saúde da mulher: um estudo transversal	142
Doce Pressão: prevenção e promoção de saúde em diabetes e hipertensão	145
Metamorfose estética	148
Periodização Nutricional em Praticantes de Treinamento de Força: Implicações na composição corporal	156
Sarcopenia: relação com o declínio cognitivo e funcional em idosos	163
Psicoterapia de grupo com mulheres adictas	166
Relato de experiência: vivência no grupo de acolhimento do CAPS AD – Flor de Lótus - Santa Maria/Df	168
Grupo de Acolhimento em Lares Vulneráveis: uma análise prática e teórica de dinâmicas em grupos terapêuticos com idosos e mulheres em reabilitação	172
Relato de experiência: grupo família – CAPS AD: desafios e impactos na dinâmica familiar de pessoas adictas	174

Ações integradoras na comunidade: grupos de acolhimento

Paulo Henrique Souza Roberto¹
 Agatha Catarina Pinheiro Machado²
 Allany Pontes de Freitas Soares³
 Juliana Costa de Oliveira⁴
 Louise Lelis De Souza Silva⁵
 Yasmin Balduino Veras⁶

Introdução: O relatório descreve atividades da disciplina de Ações Integradoras na Comunidade: Grupos de Acolhimento, voltadas ao atendimento da comunidade acadêmica, com foco em acolhimento, manejo da ansiedade, redução do sofrimento e promoção da qualidade de vida. As ações foram conduzidas por um grupo operativo de cerca de 60 alunos dos 5º e 6º períodos de Psicologia do UNICEPLAC, envolvendo participantes heterogêneos entre 18 e 60 anos. As ações seguiram a proposta de grupos operativos descrita por Pichon-Rivière (2009), que enfatiza a importância dos grupos como espaços de aprendizado e transformação, proporcionando um ambiente de troca e suporte mútuo. Além disso, a estrutura dos encontros foi fundamentada na teoria dos grupos desenvolvida por Zimerman (1997), que destaca o caráter gregário do ser humano e a importância da convivência em grupo para o desenvolvimento pessoal e social. Foram realizados dois encontros: o primeiro, em 10/10/2024, utilizou a dinâmica dos envelopes com perguntas para fomentar diálogos e mapear necessidades do grupo. O segundo, em 21/11/2024, abordou o tema família por meio de uma dinâmica e psicodrama. De uma forma geral, os encontros foram planejados para oferecer um espaço terapêutico de escuta e intervenção, visando ajudar os participantes a lidar melhor com suas ansiedades, melhorar a qualidade de vida, as relações interpessoais e o senso de cooperação. Com os temas "O Eu do Futuro" e "Família", os alunos foram incentivados a refletir de forma construtiva, sem confrontos, ampliando o conhecimento e conexão com os temas. O objetivo era promover um ambiente mais receptivo, acolhedor e solidário na turma.

Metodologia: As atividades realizadas com alunos do 5º e 6º períodos buscaram acolher os estudantes e melhorar suas relações sociais, promovendo sociabilidade e suporte em rede. O objetivo era fortalecer a valorização, o pertencimento e os relacionamentos interpessoais. O projeto, baseado na teoria dos grupos operativos e nas obras de Pichon-Rivière (2009) e Zimerman (1997), foi desenvolvido em dois encontros grupais planejados para trabalhar o manejo da ansiedade, o acolhimento e a melhoria da qualidade de vida dos participantes. A seguir, estão descritas as atividades de cada atendimento:

Primeiro Encontro - Acolhimento e Introdução ao Processo Grupal: Intencionalidade da Atividade: Criar um espaço de segurança e acolhimento, onde os participantes possam se conhecer melhor e estabelecer e/ou fortalecer vínculos iniciais.

¹ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

² Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: agathapinheiromachado@gmail.com.

³ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: allanysoares09@gmail.com.

⁴ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: juliana.oliveirac24@gmail.com.

⁵ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: louiselelis56@gmail.com.

⁶ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: yayabveras@gmail.com.

Objetivo da Atividade: Facilitar a integração e a comunicação entre os participantes, preparando o grupo para as atividades futuras. **Definição do Tema:** O Eu do Futuro - Acolhimento e introdução ao grupo operativo. **Aquecimento:** O coordenador fará uma introdução e irá apresentar a atividade proposta. **Desenvolvimento:** A atividade consiste em uma dinâmica com envelopes contendo perguntas sobre "Perspectivas do Futuro", "Curiosidades Pessoais", "Empatia" e "Acolhimento". Os participantes, em um círculo de diálogo, compartilharão expectativas e respostas, promovendo interação, empatia e acolhimento mútuo. **Fechamento:** Incentivar uma reflexão coletiva sobre a importância acolhimento e os desafios esperados nos encontros seguintes.

Segundo Encontro – Acolhimento: **Intencionalidade da Atividade:** Criar um espaço seguro e acolhedor, onde os participantes possam compartilhar experiências sobre a família e suas dinâmicas, promovendo a reflexão sobre os vínculos familiares e o impacto desses relacionamentos nas suas vidas. **Objetivo da Atividade:** Estimular a reflexão sobre o papel da família no desenvolvimento pessoal de cada participante, utilizando o psicodrama como ferramenta para explorar os sentimentos e percepções sobre os membros da família e as relações familiares. **Definição do Tema:** Família e seus Papéis – Reflexão sobre as dinâmicas familiares e como elas moldam os indivíduos. **Aquecimento:** O coordenador introduziu o tema “Família” e conduziu uma dinâmica onde cada participante disse uma palavra que representasse família, registrada no quadro para discussão. Em seguida, os participantes refletiram sobre os papéis familiares e suas emoções associadas. **Desenvolvimento:** A atividade central foi uma cena de psicodrama, onde duas participantes representaram papéis familiares (mãe e filha) em um contexto específico, trocando de papéis para explorar diferentes perspectivas. Após a encenação, o grupo refletiu sobre como as dinâmicas familiares influenciam suas relações atuais, promovendo troca de experiências, empatia e compreensão no círculo de diálogo. **Fechamento:** O grupo refletiu sobre como as experiências familiares moldam suas identidades e como o acolhimento mútuo pode transformar essas dinâmicas. O encerramento foi marcado pela música “Como os Nossos Pais” de Elis Regina.

Resultados e Discussão: Os dois encontros voltados aos alunos geraram resultados positivos individuais e grupais. No primeiro, em 10/10/2024, a integração e a comunicação foram promovidas por meio da dinâmica dos envelopes com perguntas (figuras 1 e 2), criando um ambiente acolhedor que incentivou o diálogo sobre expectativas, medos e esperanças no grupo e em trajetórias pessoais.

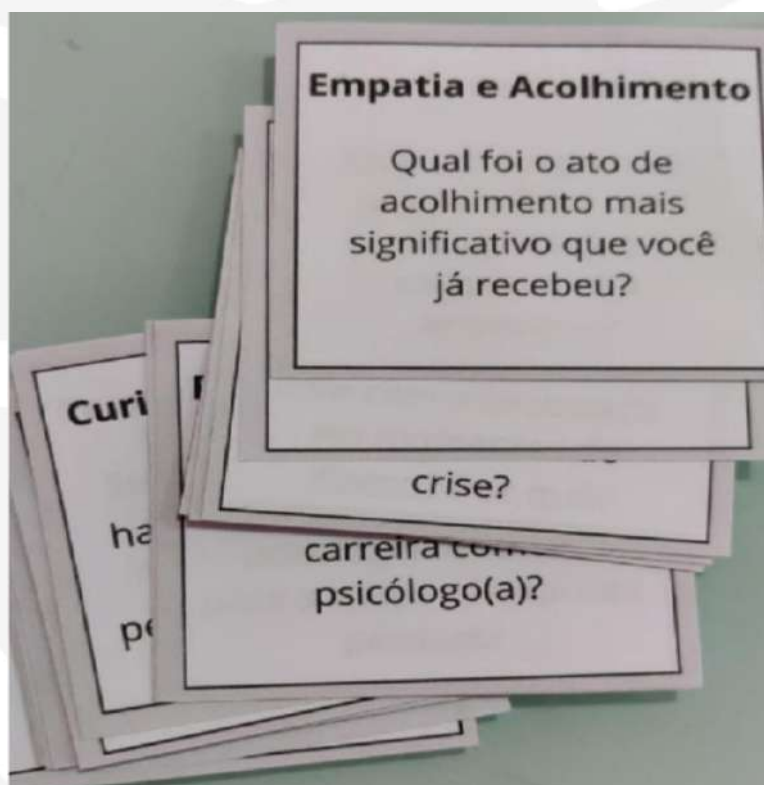


Figura 1 – Envelopes



Fonte: Os autores.

Figura 2 - Perguntas



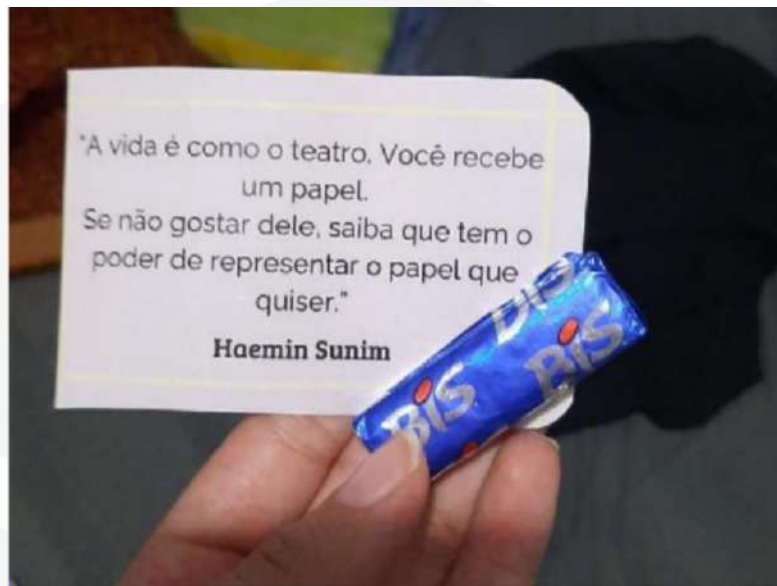
Fonte: Os autores.

Os resultados destacaram o fortalecimento dos vínculos iniciais (figura 3), facilitando a expressão de opiniões e sentimentos, além do aumento da empatia e compreensão mútua, promovido pelo diálogo e compartilhamento de perspectivas. O processo permitiu identificar necessidades emocionais e sociais do grupo, estabelecendo uma base sólida de acolhimento para futuros encontros. Ao final, foi entregue aos participantes um chocolate Bis com uma frase (figura 4) para tornar o ambiente mais amigável e acolhedor.

Figura 3 – O grupo



Figura 4 - Bis e a frase



O segundo encontro do grupo operativo, em 21/11/2024, focou no tema “Família e seus Papéis”, explorando dinâmicas familiares e seu impacto na identidade e desenvolvimento emocional. A atividade inicial, em que os participantes compartilharam uma palavra que simbolizasse "família" (figura 5), revelou sentimentos diversos, enquanto frases reflexivas (figura 6) enriqueceram a discussão sobre significados e experiências individuais.

Figura 5 - Palavras que simbolizam família

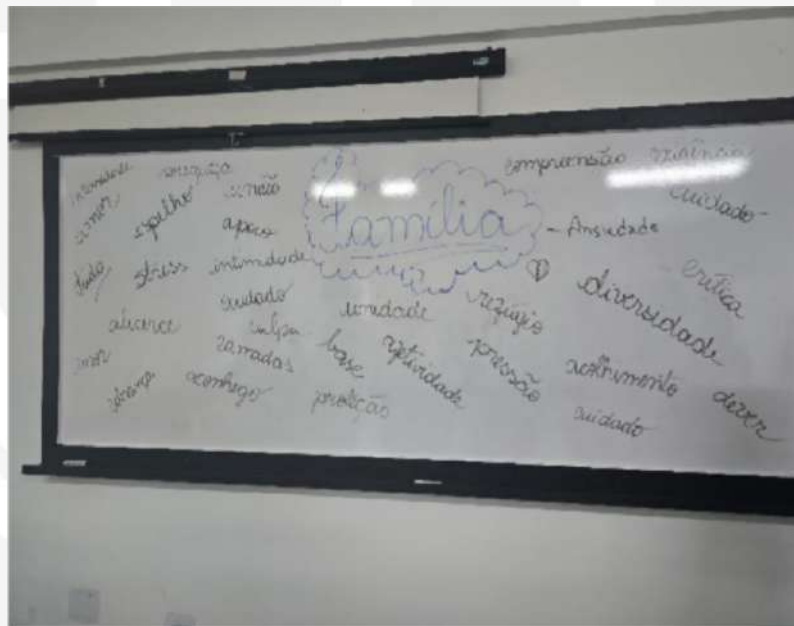


Figura 6 - Frase



Fonte: Os autores.

Durante a dinâmica central, baseada na técnica do psicodrama, duas participantes representaram papéis familiares específicos (figura 7), recriando cenas de suas vivências cotidianas. Esse exercício foi essencial para que o grupo pudesse visualizar as nuances das relações familiares, como as expectativas, conflitos e afetos que emergem nesses contextos. A troca de papéis durante a dramatização também permitiu que as participantes experimentassem a perspectiva do outro, aprofundando a empatia e a compreensão das dinâmicas familiares apresentadas.

Figura 7 - Encenação do psicodrama



Fonte: Os autores.

A reflexão coletiva após a dramatização promoveu um diálogo aberto, onde os participantes compartilharam experiências e reconheceram padrões familiares que influenciam suas relações atuais. O círculo de diálogo foi essencial para fortalecer o acolhimento, a escuta ativa e a conexão entre os membros do grupo. Ao final do encontro, a música “Como Nossos Pais”, de Elis Regina, foi utilizada como elemento de encerramento, trazendo uma mensagem reflexiva sobre a continuidade e transformação das experiências familiares ao longo das gerações. Esse momento final, carregado de emoção, consolidou o objetivo do encontro, que era não apenas promover a troca de experiências, mas também incentivar os participantes a pensar em formas de ressignificar suas relações familiares para uma vida mais equilibrada e saudável.

Considerações Finais: Os encontros do projeto “Ações Integradoras na Comunidade: Grupos de Acolhimento” atingiram seus objetivos, criando um espaço seguro e acolhedor. No primeiro encontro, a dinâmica dos envelopes fortaleceu vínculos iniciais, incentivando a integração, a comunicação aberta e a troca empática de expectativas e ansiedades sobre o futuro. No segundo encontro, o tema “Família e seus Papéis” foi abordado através do psicodrama, permitindo reflexões sobre dinâmicas familiares e seus impactos nas relações atuais. A troca de experiências promoveu empatia, autoconhecimento e o desenvolvimento de estratégias para lidar com questões emocionais, evidenciando os benefícios do grupo operativo. O projeto atingiu seus objetivos, criando um espaço terapêutico eficaz. Os participantes relataram sentir-se acolhidos, conectados e mais preparados para enfrentar ansiedades e desafios, destacando o valor dos grupos operativos na promoção da saúde mental e qualidade de vida no contexto acadêmico.

Palavras-chave: acolhimento; empatia; psicodrama.

REFERÊNCIAS

BASTOS, A. B. B. **A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon.** Psicólogo inFormação, ano 14, n. 14, jan./dez. 2010. Disponível em:





https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092010000100010. Acesso em: 26 de agosto

BECHELLI, L. P. de C., & Santos, M. A. (2005). **O terapeuta na psicoterapia de grupo**. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 13(2), 249-254. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/NXGj6QBgHMsW33ZL94Yx96v/?lang=pt>. Acesso em: 26 de agosto

GAYOTTO, ML Conceitos básicos que facilitam a compreensão do início de um grupo. Instituto Pichon-Rivière, 1992.

PICHON-RIVIÈRE, E. **O processo grupal**. São Paulo: Martins Fontes, 2005. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7197918/mod_resource/content/1/%5BPichon-Rivier%C3%A8re%5D_O%20Processo%20Grupal.pdf. Acesso em: 28 de agosto

ZIMERMAN, D. (2000). **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Porto Alegre: Artmed. Reimpressão 2010. (Capítulos 5,6, 10 e 11).



Gestamãe: Psicoeducação para gestantes

Walisson de Sousa Moraes⁷

Maiza Norberto Borges⁸

João Vitor Vital de Sousa⁹

Elizabeth Oliveira de Sousa Silva¹⁰

Paulo Henrique Souza Roberto¹¹

Introdução: A gestação é considerada uma das fases mais importantes da vida de uma mulher, segundo Saviani-Zeoti e Petean (2015), o fato de estar carregando uma vida humana e a expectativa criada em torno da cultura materna e do bebê que está por vir, geram emoções diversas a gestante, podendo ser positivas ou negativas, acarretando em mudanças psicológicas complexas tornando uma fase de vulnerabilidade para ela, complementando ainda com transformações corpóreas e socioeconômicas ocasionado pelo ciclo da gravidez. A ambivalência emocional característica da fase de gravidez é de bastante importância para a psicologia, visto que muitas emoções, angústia e a falta de adaptabilidade aos novos papéis, podem se agravar para problemas psicológicos grave (Borges et al., 2022). A metodologia de intervenções grupais pode ser uma alternativa terapêutica para o surgimento de psicopatologias durante a gravidez (Klein et al., 2008). Segundo Zimerman (1993) esses grupos visam a disseminação de informações e vivências com o objetivo de gerar conhecimentos, reflexões e troca de experiências que contribuem para tratar questões no grupo o que torna o grupo uma rede de apoio para várias demandas. A produção e integração de informações didáticas e troca de experiências entre as gestantes contribui na adesão de práticas mais saudáveis e eficazes sobre o período gestacional e a maternidade (Wechsler et al., 2016). Com isso, o projeto gestamãe tem como justificativa colaborar com a emancipação do grupo e da comunidade gerando conhecimentos e mobilização através do debate, compartilhamento de conhecimentos e experiências, com o objetivo de permitir coesão e apoio entre os membros do grupo para que juntos possam refletir e se ajudarem em suas questões individuais ou grupais relacionado ao processo gestacional, parto, pós-parto, alimentação, questões psicológicas e direitos.

Metodologia: As atividades foram realizadas na Unidade Básica de Saúde 3 do Gama Leste, no qual seis encontros presenciais foram pensados objetivando a troca de experiências e conhecimentos entre os membros do grupo, incentivando a expressão e participação ativa de todos sobre os temas e aspectos sobre o período gestacional, tornando um grupo informativo. O grupo de gestantes da UBS não é fixo, então a cada novo encontro realizamos as atividades com outras mulheres. O espaço utilizado foi na UBS 3 do Gama Leste com um grupo de gestantes já existente nas instalações com foco em alimentação, todos os encontros foram realizados pelo período matutino das 8h às 9h30 às quarta-feira. Foi utilizado um folder explicativo para exemplificar e comprimir as informações sobre os assuntos abordados ao

⁷ Graduando do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: walisson.moraes@psico.uniceplac.edu.br

⁸ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maizanorberto@gmail.com

⁹ Graduando do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: joaovital95@gmail.com.

¹⁰ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: elizabeth099@gmail.com

¹¹ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. Email: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

longo dos encontros e disponibilizado a todas as gestantes.

Resultados e Discussão: Como o grupo de gestante não é fixo não poderíamos manter o constante acompanhamento com os participantes, então surgiu a ideia do folder e da disponibilidade de informações sobre as demandas psicológicas que as gestantes normalmente se queixavam como ansiedade, medos com a gestação e receios sobre a maternidade. As informações que conseguimos sobre essas demandas foram disponibilizadas pela Renata, que é a nutricionista que nos acompanhou e que realiza o atendimento grupal com as gestantes relacionado a alimentação, as questões psicológicas são relevantes e normais segundo Saviani-Zeoti e Petean (2015) já que é um período de grandes mudanças tanto físicas quanto psicológicas. Com as informações e funcionamento do grupo que a Renata nos explicou, entramos no grupo como uma forma de complementar com conhecimentos psicoeducacionais e tirar dúvidas caso necessário. O primeiro encontro foi desempenhado como uma apresentação do grupo e na identificação de demandas e fatores de risco segundo Vincha et al (2017) o planejamento de grupos operativos com usuários de saúde visa estabelecer objetivos e metas a serem tratadas nos encontros, foi aqui que a ideia do folder ganhou forma, pois identificamos que abranger maiores conteúdos sobre a gestação e seus processos psicológicos seria de grande ajuda para um grupo baseado na trimestralidade da gestante, pois assim o folder ajudaria com o compilado das informações. Os encontros posteriores seguiram o mesmo padrão de assunto, sendo os principais: alimentação que ficava por parte da Renata, mitos e verdades sobre a gestação, saúde mental e rede de apoio, parto humanizado, violência obstétrica, baby blues, depressão pós-parto e plano de parto. Os encontros foram realizado com uma média de 3 gestantes por semana, visto que diversas não compareciam, possivelmente por causa da rotina e da própria gestação, entretanto as gestantes que compareceram participaram e interagiram durante os encontros, trocando experiências e informações, o que levou ao objetivo do grupo ser concluído, no qual as informações passadas foram bem atribuídas aos temas propostos e a disseminação de conhecimentos também foi bem recebido e apreciado pela participantes.

Considerações Finais: A experiência com as gestantes foi muito gratificante a Renata faz um trabalho com muito comprometimento e zelo, fazer parte do projeto trouxe uma troca muito boa, tivemos a oportunidade de falar um pouco e tentar levar informações que podem ser úteis para que possam lidar com diversas questões que surgem nesse período tão importante, acreditamos que essa parceria poderia ser constante e assim dar continuidade ao projeto ao longo de outros semestres. É importante salientar que as gestantes também gostaram do papel que nós fizemos e agradeceram pelo espaço livre de fala e das informações adquiridas pelo grupo.

Palavras-chave: gestação; psicoeducação; grupos operativos.

REFERÊNCIAS

AFONSO, Maria Lúcia Miranda; COUTINHO, Maria Perpétua. Educação popular e a promoção da saúde: possibilidades e desafios. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

AUTHIER, Jerry. (2012). O Modelo de Psicoeducação: Definição, raízes contemporâneas e conteúdo. Canadian Journal of Counseling and Psychotherapy, 12 (1). Disponível em rcc.ualgary.ca/article/view/60143> acesso em 02 out.2024

BASTOS, Alice. A técnica de grupos-operativos à luz de Picho-Rivière e Henri Wallon.



Psicólogo informação. Instituto Metodista de Ensino Superior. São Paulo, ano 14, n 14, p. 161-170, jan /dez. 2010. Disponível em:
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092010000100010

BORGES L.M, ABTUNES C.L.F.H, Ferreira M.S.C.G. Grupos online de gestantes: relato de uma experiência de estágio em Psicologia da Saúde. Revista Pró-UniverSUS. 2022 Jul./Dez.; 13 (2) Suplemento: 09-15. Disponível em:
<https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3402/1922>

BORGES, L. M., SOARES, M. R. Z., & RUDNICKI, T. (2018). O Trabalho em grupo no contexto da Psicologia da Saúde. In E. M. F.Seidl, M. C. O. S.Miyazaki, A. T. de A.

BRASIL. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise de Situação de Saúde. 3. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CAMPOS, W. S. C., & DOMITTI, A. C. (2007). Apoio matricial e equipe de referência: Uma metodologia para gestão do trabalho interdisciplinar em saúde. Cadernos de Saúde Pública, 23(2), 399-407. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2007000200016>

DUTRA, Wagner Honorato; CORRÊA, Rosa Maria. Grupos operativos e a promoção da saúde: prevenção e cuidados exclusivos. Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília, v. 35, n. 2, p. 515-527, abr./jun. 2015. Disponível em:
http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932015000200515&script=sci_abstract.

FERREIRA NETO, João Lúcio; KIND, Lígia. A Educação em Saúde e a Promoção da Saúde: reflexões a partir da Atenção Básica. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 20, n. 4, p. 1119-1142, dez. 2010.

GONÇALVES, M. A. & PORTUGAL, F. T. (2016). Análise histórica da psicologia social comunitária no Brasil. Gonçalves, M. A., & Portugal, F. T.. (2016). ANÁLISE HISTÓRICA DA PSICOLOGIA SOCIAL COMUNITÁRIA NO BRASIL. Psicologia & Sociedade, 28(3), 562–571. <https://doi.org/10.1590/1807-03102016v28n3p562>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. WHO/MSD/MER/2017.2. Disponível em:
<https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>

KLEIN, M. M. DE S.; GUEDES, C. R.. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 28, n. 4, p. 862–871, 2008. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pcp/a/Tk4V34rbbDSTBYD8FfygvBC/#>

LEMES, C. B., & ONDERE Neto, J. (2017). Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. Temas em Psicologia, 25(1), 17-28. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>

MELO, G. S. Grupos operativos na saúde: uma abordagem crítica. 1. ed. São Paulo: [Editora], 2013.

MENEZES, E.; AVELINO, F. O Grupo Operativo na Saúde: uma leitura crítica da realidade.

Grupo terapêutico com professores em uma escola CED: ações integradoras na comunidade, grupos de acolhimento

Sofia Lhóis Pereira Nascimento¹²
Karen Eduarda da Silva Araujo¹³
Thiago de Carvalho¹⁴
Lorena Rodrigues de Oliveira Botelho¹⁵
Eduarda Cristina Cirilo Aguiar¹⁶
Geovanna Neris de Carvalho¹⁷
Wanderson Araújo dos Santos¹⁸
Priscila de Oliveira Rodrigues Pinto¹⁹
Paulo Henrique Souza Roberto²⁰

Introdução: Objetivo: O projeto buscou agir com base na fundamentalidade de grupos, trabalhando com enfoque nos objetivos em comum dos participantes, visando a melhora nos quadros acarretados em decorrência de demandas trabalhistas. Como objetivo geral, busca-se fomentar um ambiente de acolhimento para professores e gestores em uma escola CED do Riacho Fundo II, contribuindo para a promoção do bem-estar e a melhoria das relações interpessoais. E como objetivos específicos, investigar sobre as condições de trabalho, desafios e percepções dos profissionais da escola; elaborar e efetuar intervenções que favoreçam o enfrentamento dos desafios e a melhoria do ambiente escolar; organizar espaços de escuta e troca de experiências para o fortalecimento de vínculos entre os profissionais. O projeto focou em dois grupos de docentes, abordando temas que podem ser acarretadores de estresse, ansiedade e outros problemas psicológicos que afetam o desempenho e a qualidade de vida deles. **Justificativa:** Oliveira (2020) indica que a docência expõe o professor a certas situações de estresse ocupacional e em razão dessa constante exposição, o profissional pode desenvolver doenças físicas e psicológicas. Aliado a isso, um estudo (Patini, 2023) realizado com professores indicaram que um a cada três profissionais da educação básica é acometido pela síndrome de Burnout. Conforme os dados, é imprescindível que os professores de ensino fundamental e médio sejam amparados para cuidar de sua saúde mental e refletir sobre sua prática. Foi escolhido, então, grupos terapêuticos para melhor atendê-los.

Revisão de Literatura: A psicologia é amplamente utilizada em contextos grupais com

¹² Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

¹³ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: karen.araujo@psico.uniceplac.edu.br

¹⁴ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

¹⁵ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

¹⁶ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

¹⁷ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

¹⁸ Graduando do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: waraujosantos@gmail.com

¹⁹ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²⁰ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. Email: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

fundamentos e características próprias. Segundo Zimerman (2005), os grupos podem ser classificados como operativos ou terapêuticos. O grupo operativo, proposto por Pichon-Rivière, é compreendido mais como uma ideologia, com o objetivo de promover um aprendizado vinculado a uma mudança psicológica e de atitude nos participantes. Já os terapêuticos podem ser classificados em grupos de autoajuda, que reúnem pessoas que possuem as mesmas necessidades, e em psicoterápicos, nos quais são utilizadas diferentes abordagens da psicologia.

Para um agrupamento de pessoas ser considerado um grupo, é preciso atender alguns requisitos, como: todos os integrantes estarem reunidos em torno de uma tarefa e de um objetivo em comum, o tamanho do grupo ser o suficiente para não haver prejuízo na comunicação visual, auditiva, verbal e conceitual, deve haver um enquadre e o cumprimento de combinados, entre outros requisitos. De acordo com Reis et al. (2006) a exaustão emocional é recorrente entre professores, sendo frequentemente acompanhada de cansaço mental e nervosismo, além de estar relacionada a vários fatores de risco. Alguns dos fatores geradores de estresse identificados por Neves e Silva (2006) na docência são: envolvimento emocional dos professores com os problemas dos alunos, falta de estímulo ao trabalho, falta de tempo para descanso e lazer e, principalmente, a falta de reconhecimento social. Oliveira (2020) indica que a docência expõe o professor a certas situações de estresse ocupacional e em razão disso, o profissional pode desenvolver doenças físicas e psicológicas. Em paralelo, um estudo (Patini, 2023) realizado com professores indicaram que um a cada três profissionais da educação básica é acometido pela Síndrome de Burnout. Conforme o CID-11, essa síndrome resulta de estresse específico advindo do ambiente de trabalho, que não foi bem gerenciado, sendo caracterizado pela sensação de falta de energia ou exaustão, aumento do distanciamento, sentimentos negativos ou clínicos relacionados ao trabalho, sensação de ineficácia e falta de realização. Vale salientar que o tratamento para a Síndrome de Burnout envolve psicoterapia, atividades de relaxamento, podendo até demandar o uso de medicamentos (Marques et al., 2022). A psicoterapia em grupo pode ser interessante (Bechelli; Santos, 2004), pois traz ganhos com a psicoeducação e com o grupo compartilhando a mesma condição, proporcionando apoio entre os membros.

Metodologia: Este estudo é do tipo relato de experiência e foi realizado em uma escola CED localizada no Riacho Fundo II - DF. Os autores dividiram-se em dois grupos para atender às necessidades dos profissionais. Os grupos trabalharam nos contraturno dos professores, um ficou com os que lecionam no Ensino Fundamental I e II durante o turno vespertino, e o outro grupo, aos educadores que atuam no Ensino Médio, no turno matutino. Os autores elaboraram diferentes intervenções de acordo com a demanda específica de cada grupo e realizaram dois encontros com os respectivos participantes, os quais ocorreram nos meses de outubro e novembro de 2024. **Desenvolvimento:** Com o grupo de professores do Ensino Médio, foram identificadas como demandas: O relacionamento pessoal com a profissão, a relação de escuta com os colegas de trabalho e a interação com os alunos da instituição, por meio de uma atividade não conectada a este projeto. No primeiro encontro, o coordenador recapitulou os assuntos abordados no semestre anterior e distribuiu o poema "Para além da curva na estrada" de Caeiro [19--], para uma leitura conjunta. Após isso, os participantes receberam uma folha dividida em três partes: "eu", "colegas de trabalho" e "alunos". Foi pedido para representá-las livremente. Por fim, o coordenador solicitou o feedback para possíveis reajustes no segundo encontro. No segundo encontro, levando em consideração os resultados do primeiro, foi elaborada a sessão intitulada "Diversidade geracional no mercado de trabalho". Assim, a proposta solicitava que os participantes escolhessem uma afirmativa do artigo Flach et al. (2022) e discorrerem o porquê de sua escolha. Em seguida, o coordenador conduziria a discussão com perguntas norteadoras, buscando promover reflexão sobre as diferenças

geracionais, o comportamento no ambiente laboral e o sentido que conferiam ao trabalho. Ao final, o coordenador solicitaria um feedback dos docentes para avaliar a experiência e obter insights do ponto de vista deles. Com o grupo de professores do Ensino Fundamental I e II, no primeiro encontro, o tema trabalhado foi “Habilidades sociais”, com enfoque em trabalho em equipe. Foi pedido que cada professor expressasse qual seria o significado de trabalho em equipe para ele, em seguida, sentados em círculo, os professores foram desafiados a passar um balão com os pés para o colega do lado, até que o balão percorresse todo o círculo. Por fim, os professores foram convidados a falar sua opinião sobre a dinâmica, como ela se relacionaria com o tema proposto e sobre como o trabalho em equipe ajudava na docência. A proposta da intervenção grupal, do segundo encontro, foi “comunicação”. O encontro iniciou-se entregando uma folha A4 em branco e caneta para cada professor e foi pedido para que desenhasse um animal segundo os comandos do coordenador do grupo. Quando os professores terminaram o desenho, o coordenador pediu para que todos passassem o desenho para o colega à direita até conseguissem ter o seu próprio desenho novamente, ao passo que observassem os desenhos e percebessem suas diferenças e semelhanças.

Resultados e Discussão: Como resultado da atividade do primeiro encontro dos educadores do Ensino Médio, a leitura do poema instigou os participantes a expressarem suas percepções. Esta atividade proporcionou uma valiosa oportunidade de reflexão sobre a importância da percepção no momento presente. Os participantes foram convidados a escrever sobre três temas: "eu", "meus colegas de trabalho" e "alunos". Esta dinâmica se revelou crucial para fomentar a interação entre os membros do grupo, permitindo a exposição de conteúdos sensíveis e a prática da escuta qualificada. O exercício contribuiu para o fortalecimento dos vínculos entre a equipe terapêutica e os docentes, promovendo um ambiente de apoio. Quanto aos resultados da segunda atividade deste mesmo grupo, é necessário informar que as atividades foram encerradas por interesse da escola, logo não foi possível realizá-la. Com o grupo de professores do Ensino Fundamental, a primeira sessão teve como resultado diversos relatos sobre demandas relacionadas ao estresse no ambiente de trabalho, especialmente na interação com os alunos. Eles consideraram o tema proposto altamente relevante, destacando o trabalho em equipe como um apoio essencial para lidar com as demandas escolares. Além disso, embora o tema inicial fosse o trabalho em equipe, as discussões trouxeram à tona outras questões, como o manejo da ansiedade e a identificação de fatores estressores no ambiente profissional. Na segunda sessão, eles demonstraram maior engajamento nas dinâmicas e nas discussões, provavelmente pelo estabelecimento do vínculo. A atividade da segunda sessão ilustrou que, embora as instruções fossem as mesmas para todos, cada pessoa possui uma forma única de interpretar e expressar as orientações recebidas, destacando a importância do autoconhecimento e do respeito às diferentes perspectivas. Em ambas as sessões do turno matutino, os encontros foram marcados por trocas de aprendizado, momentos de emotividade e, inicialmente, alguma resistência por parte de alguns professores. Contudo, ao longo das discussões, os participantes que demonstraram relutância passaram a se envolver de maneira mais ativa, contribuindo com suas perspectivas e vivenciando plenamente a experiência proposta.

Considerações Finais: Em relação aos objetivos, é fundamental destacar que eles foram alcançados em ambos os grupos, pois foi possível investigar as condições de trabalho, os desafios e as percepções dos profissionais da escola; elaborar e implementar intervenções que favoreceram o enfrentamento dos desafios e a melhoria do ambiente escolar; e organizar espaços de diálogo e interação que promoveram a escuta ativa e a troca de experiências. Contudo, devido à limitação de tempo e à ausência de novas informações, não foi possível avaliar de forma efetiva se houve fortalecimento das relações interpessoais no grupo de

professores do grupo vespertino. Em relação aos objetivos gerais, as intervenções buscaram fomentar um ambiente acolhedor para professores e gestores, contribuindo para o bem-estar, a melhoria das relações interpessoais e o fortalecimento dos vínculos entre os profissionais. Conforme os resultados obtidos, é imprescindível relatar que a quantidade de intervenções foi um impedidor para melhores resultados no grupo vespertino, bem como interferências sofridas pelos discentes em suas atividades pela gestão escolar neste mesmo grupo. Assim, conclui-se que os objetivos gerais foram parcialmente alcançados no grupo vespertino, enquanto foram completamente atingidos no grupo de professores do ensino fundamental I e II. Acredita-se que as intervenções realizadas possuem potencial para promover mudanças a longo prazo.

Palavras-chave:

REFERÊNCIAS

BECHELLI, L. P. C.; SANTOS, M. A. Psicoterapia de grupo: como surgiu e evoluiu. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 2, p. 242-249, Abr. 2004.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/gzJT55CqVnHyWTSwJM54sfr/?format=pdf&lang=pt>.

CAEIRO, A. **Para além da curva da estrada**. Disponível

em:<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/wk000381.pdf>. Acesso em: 19 out. 2024.

FLACH, R. O. et al. Mercado de trabalho multigeracional: um estudo sobre as especificidades e percepções das gerações. **Revista Conexão**, n. 10, p. 67-101, 2022. Acesso em: 8 nov. 2024.

G1. **Fogo na cinemateca**: galpão tinha acervo de Glauber Rocha, equipamentos antigo e documentos sobre a história do cinema no Brasil. Disponível em:

<https://g1.globo.com/sp/sao-paulo/noticia/2021/07/30/fogo-na-cinemateca-galpao-tinha-acervo-de-glauber-rocha-equipamentos-antigos-e-documentos-sobre-a-historia-do-cinema-no-brasil.ghtml>. Acesso em: 17 jul. 2021.

MARQUES, W. R. et al. Estresse e cultura organizacional: o papel do psicólogo na prevenção e tratamento da síndrome de burnout. *Conjecturas*, [S.L.], v. 22, n. 1, p. 193-207, 1 jan. 2022.

União Atlântica de Pesquisadores. <http://dx.doi.org/10.53660/conj-528-477-022>. Acesso em: 18 out. 2024.

NEVES, M. Y. R.; SILVA, E. S.. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 63-75, jun. 2006. Semestral.

OLIVEIRA, H. E. M.. **ESTRESSE OCUPACIONAL: uma revisão bibliográfica sobre o adoecimento mental na docência**. 2020. 51 f. TCC (Graduação) - Curso de Administração, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, João Pessoa- Pb, 2020.

PATINI, D.. **Síndrome de burnout atinge 1/3 dos(as) professores(as) da educação básica, revela pesquisa da Unifesp**. 2023. Disponível em:

<https://www.unifesp.br/noticias-anteriores/item/6407-sindrome-de-burnout-atinge-quase-1-3-dos-as-professores-as-da-educacao-basica-revela-pesquisa-da-unifesp>. Acesso em: 18 out.

2024.

REIS, E. J. F. B. DOS; et al.. Docência e exaustão emocional. **Educação & Sociedade**, v. 27, n. 94, p. 229–253, jan. 2006. Acesso em: 17 out. 2024.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Porto Alegre: ArtMed, 2011. E-book. ISBN 9788536311654. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536311654/>. Acesso em: 01 out. 2024.



Computação desplugada: uma investigação com ênfase em jogos e brincadeiras, à luz da visão de kishimoto

Welton Dias De Lima²¹

Cecília Silva Nicácia²²

Giovanna Da Silva Bolzan Lopes²³

Thauane Silva Cavalcante²⁴

Carlos Ângelo²⁵

Eusilea Pimenta Roquete Severiano²⁶

Introdução: A computação desplugada é uma abordagem inovadora que busca ensinar conceitos computacionais sem o uso de dispositivos eletrônicos, utilizando jogos e atividades lúdicas como ferramentas pedagógicas. No contexto educacional brasileiro, particularmente nos anos iniciais do ensino fundamental, sua aplicação enfrenta barreiras significativas, como falta de infraestrutura tecnológica e formação limitada de professores. Esses desafios são comuns em contextos escolares com recursos restritos e exigem soluções criativas para garantir sua implementação prática. A problemática central está relacionada à dificuldade de integrar metodologias inovadoras como a computação desplugada às práticas pedagógicas tradicionais. Apesar da compreensão teórica pelos professores, a adaptação prática e lúdica ao ambiente escolar é prejudicada por limitações institucionais e pela ausência de suporte adequado. Essa lacuna impede que alunos tenham acesso a uma abordagem mais dinâmica e significativa de aprendizado, restringindo seu potencial de desenvolvimento cognitivo e social. Do ponto de vista epistemológico, o projeto teve como objetivos investigar como a computação desplugada pode ser integrada ao ensino fundamental, explorar estratégias para superar desafios estruturais e analisar o impacto de atividades lúdicas no desenvolvimento das crianças. Os objetivos específicos foram: Investigar a aplicabilidade da computação desplugada nas práticas pedagógicas dos anos iniciais; Analisar o impacto das atividades lúdicas no desenvolvimento das habilidades cognitivas e sociais das crianças; Identificar os desafios e oportunidades na implementação dessa metodologia. A nossa reflexão se baseia na premissa de que a integração de atividades lúdicas, como defendido por Kishimoto, pode facilitar o ensino de conceitos complexos, promovendo um aprendizado mais significativo e participativo (Kishimoto, 2023, p. 30). Esse relato busca não apenas descrever as etapas do projeto, mas também fornecer uma análise crítica das práticas pedagógicas adotadas e das soluções encontradas para os desafios enfrentados durante o processo. O experimento foi direcionado a professores dos anos iniciais interessados em explorar novas metodologias para promover o desenvolvimento cognitivo e social das crianças. O relato buscou contribuir para a prática pedagógica, oferecendo orientações sobre a integração da computação desplugada, conforme a visão de Kishimoto. A motivação foi investigar abordagens que tornassem o

²¹ Docente do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²² Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²³ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²⁴ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²⁵ Docente do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

²⁶ Docente do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

ensino mais significativo e envolvente, utilizando a computação desplugada para incorporar a tecnologia de maneira criativa no ambiente educacional, sem a necessidade de dispositivos eletrônicos. Essa abordagem visou proporcionar um aprendizado mais dinâmico e participativo, estimulando tanto o desenvolvimento cognitivo quanto as habilidades sociais das crianças.

Metodologia: A metodologia foi estruturada com base em princípios qualitativos e descritivos, permitindo uma análise aprofundada das interações e dos impactos das atividades propostas. O experimento foi conduzido no final do primeiro semestre de 2024 em uma escola privada na Região Administrativa do Gama (RA II), no Distrito Federal, com participação de professores e turmas dos anos iniciais do ensino fundamental. **Base Epistemológica:** A pesquisa seguiu uma abordagem construtivista, fundamentada nos trabalhos de Papert (1980) e Vygotsky (1978). Papert enfatiza que o aprendizado ocorre de forma significativa quando os alunos participam de forma ativa da construção do conhecimento, enquanto Vygotsky destaca o papel das interações sociais e do ambiente cultural no desenvolvimento cognitivo. Esses fundamentos justificaram a escolha de atividades lúdicas como ferramenta para ensinar conceitos computacionais. **Estrutura da Metodologia:** O projeto foi dividido em etapas sequenciais para garantir sua implementação: **Planejamento:** Foram definidas perguntas norteadoras para guiar as atividades, como "Quais conceitos computacionais podem ser ensinados por meio de jogos?" e "Como as atividades lúdicas podem ser adaptadas ao nível cognitivo das crianças?". **Desenvolvimento do Material:** Foi criado um "tapete interativo", composto por desafios lógicos e matemáticos, para servir como principal recurso pedagógico. O material incluiu cartões de perguntas, guias práticos e materiais visuais complementares. **Testes Piloto:** As atividades foram aplicadas em pequeno grupo para ajustes baseados no feedback dos participantes. **Execução do Experimento:** Implementação completa do projeto na escola, com observação das interações entre crianças e professores. **Coleta de Dados:** Utilizou-se observação direta, registros fotográficos e questionários aplicados aos professores, documentando os desafios e os resultados alcançados. **Análise dos Resultados:** A interpretação dos dados seguiu uma abordagem qualitativa, com ênfase nos impactos cognitivos e sociais das atividades. A aprovação ética foi obtida por meio da Plataforma Brasil, garantindo o cumprimento de diretrizes éticas. . Conforme destaca Minayo, a ética na pesquisa é um compromisso com o respeito à dignidade humana e com o bem-estar dos participantes, sendo essencial para a credibilidade e a responsabilidade social dos estudos realizados (Minayo, 2002, p. 24).

Resultados e Discussão: Os resultados mostraram que a computação desplugada, mediada por atividades lúdicas, teve um impacto significativo no aprendizado das crianças e na prática pedagógica dos professores. **Contribuições Cognitivas e Sociais:** A análise revelou que as crianças desenvolveram habilidades como resolução de problemas, pensamento lógico e cooperação. O tapete interativo facilitou interações colaborativas e ajudou as crianças a compreender conceitos matemáticos por meio de atividades práticas. **Participação dos Professores:** As limitações identificadas incluem a falta de infraestrutura adequada e o tempo limitado para formação continuada dos professores. Esses fatores restringiram a abrangência do projeto, indicando a necessidade de maior suporte institucional. **Comparação com Teorias:** Os achados alinham-se às teorias de Papert e Vygotsky, confirmando que práticas lúdicas e interativas facilitam a aprendizagem de conceitos complexos. Kishimoto também ressalta a importância do brincar no desenvolvimento infantil, reforçando a pertinência da abordagem adotada.

Considerações Finais: Este relato de experiência confirma a relevância das atividades

lúdicas, conforme defendido por Kishimoto, como abordagem eficaz para o desenvolvimento cognitivo e social das crianças na educação infantil. A computação desplugada, aplicada neste estudo através de jogos interativos, alinha-se diretamente com a visão de Kishimoto ao integrar o brincar com o aprendizado, mostrando-se como um método acessível e significativo para a compreensão de conceitos complexos de forma leve e engajante. Os objetivos do estudo — explorar a aplicabilidade da computação desplugada e verificar seu impacto nas práticas pedagógicas — foram atingidos ao se observar o envolvimento e o desenvolvimento dos alunos em habilidades de resolução de problemas e colaboração. A adaptação das atividades aos níveis de conhecimento das crianças resultou em uma experiência prática que evidenciou tanto a aceitação dos métodos propostos quanto a eficácia em promover habilidades essenciais para a formação integral dos alunos. A problemática central, relacionada à integração da computação desplugada no ensino fundamental, foi respondida positivamente. Os dados indicam que, mesmo com desafios estruturais, a metodologia não apenas é viável como também proporciona um ambiente enriquecedor, fomentando o pensamento crítico e a socialização. Esses resultados validam a premissa de que a computação desplugada, ao ser aplicada com propósito e estrutura adequada, pode auxiliar na educação infantil, oferecendo benefícios significativos para o aprendizado. Entre os principais achados, destaca-se o impacto positivo na interação entre alunos e professores, e no desenvolvimento de habilidades como autoconfiança e capacidade de colaboração. Esses resultados contribuem tanto teoricamente, ao evidenciar a computação desplugada como um recurso valioso na educação infantil, quanto socialmente, pois promovem um ambiente inclusivo e colaborativo que pode ser replicado em diferentes contextos. No entanto, o estudo também apresenta limitações, sobretudo no que se refere à falta de infraestrutura e à capacitação docente para lidar com novas metodologias. Essas restrições limitam a extensão dos resultados e sugerem a necessidade de um suporte institucional mais robusto para capacitar os professores na adoção de práticas inovadoras como a computação desplugada. Com base nas observações, é essencial destacar a importância de capacitação contínua para os professores, bem como do apoio institucional. A formação de professores deve contemplar a integração de metodologias como a computação desplugada, oferecendo a eles ferramentas para explorar o potencial das atividades lúdicas em sala de aula. Para a aplicação prática, recomenda-se a criação de oficinas de formação em computação desplugada e o desenvolvimento de materiais didáticos acessíveis. Esses passos podem auxiliar escolas a implementar a metodologia de forma eficaz e adaptada às suas realidades, ampliando o impacto da computação desplugada no desenvolvimento dos alunos. Em termos de pesquisa futura, sugere-se expandir o estudo para diferentes contextos escolares e investigar como a computação desplugada pode ser aplicada em outras áreas do currículo, como ciências e língua portuguesa, avaliando seu impacto multidisciplinar. Em conclusão, o estudo reitera a relevância da computação desplugada para a educação infantil, fortalecendo o papel das atividades lúdicas no processo educativo. Essa abordagem possui um grande potencial para inovar a prática pedagógica e, a longo prazo, contribuir significativamente para a formação de crianças mais criativas, colaborativas e preparadas para os desafios do futuro.

Palavras-chave: Computação desplugada; Educação infantil; Metodologia de ensino; Atividades lúdicas.

REFERÊNCIAS

KISHIMOTO, Tizuko Morchida. **O jogo e a educação infantil**. São Paulo: Pioneira, 1996.



MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento:** pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 2002.

PAPERT, Seymour. **Mindstorms:** children, computers, and powerful ideas. New York: Basic Books, 1980.

VYGOTSKY, Lev S. **A formação social da mente:** o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1978.



Conflito e amorosidade na experiência paterna: um grupo operativo

Amanda Campos Nunes da Silva²⁷
Camilly Pereira dos Santos²⁸
Eduarda Gabrielly Rocha Spíndola²⁹
Giovanna Lissa Amaral da Silva³⁰
Isabella Silva Carvalho Magalhães³¹
Luan César de Mendonça Barbosa³²
Marcela Nogueira Araujo³³
Melissa Ferreira Costa³⁴
Rafaely Vitória Holanda Pereira³⁵
Paulo Henrique Souza Roberto³⁶

Introdução: Este trabalho analisou o desenvolvimento e as dinâmicas de um grupo terapêutico para pais, visando acolhimento emocional, troca de experiências e fortalecimento das relações familiares. A pesquisa abordou desafios parentais e as complexidades das relações familiares, com foco em dificuldades emocionais, como sobrecarga parental e ausência de apoio social. Este estudo visou, portanto, compreender como o espaço terapêutico pode servir como um ambiente seguro para a expressão de sentimentos, a troca de vivências e a busca por estratégias de comunicação mais assertivas. **Objetivo:** O objetivo geral deste trabalho foi avaliar os impactos e as contribuições dos grupos terapêuticos para o desenvolvimento emocional e a melhoria da comunicação entre as participantes. Os objetivos específicos incluíram: analisar a evolução das dinâmicas de grupo ao longo das sessões, identificar as questões mais recorrentes discutidas pelos pais, como a sobrecarga emocional e os conflitos familiares, e compreender os efeitos das atividades terapêuticas. “O psicodrama coloca o paciente em um palco, onde ele pode exteriorizar seus problemas com a ajuda de autores terapêuticos” (Moreno, 2013, p.231). Através da observação dos encontros realizados, buscou-se proporcionar uma visão abrangente sobre a importância do suporte psicológico para pais e seus desafios cotidianos. **Justificativa:** A responsabilidade de criar e educar uma criança perpassa por muitos desafios e incertezas ao longo de toda a trajetória familiar que essa relação emprega. Pressões emocionais para decidir o futuro do filho, demandas sociais

²⁷ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: amanda.camps18@gmail.com.

²⁸ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Pereiracamilly2@gmail.com.

²⁹ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: seduardagabrielly@gmail.com.

³⁰ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: giovanna.lissa200@gmail.com.

³¹ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: sudariopsicologia@gmail.com.

³² Graduando do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: luanmbarbosa01@gmail.com.

³³ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: nogueira.marcela19@gmail.com.

³⁴ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: costa.ferreira.melissa@gmail.com.

³⁵ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: rafaely.vhp@gmail.com

³⁶ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. Email: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

que envolvem as relações dos filhos para com outras pessoas e como a criança poderá fazer as suas escolhas durante o seu crescimento até a vida adulta. Questões como essas podem afetar muito o bem-estar, a saúde mental e familiar dessas pessoas e, com isso, o grupo terapêutico auxilia neste processo de desenvolvimento, mas saudável das relações familiares. Com base nas demandas apresentadas, o grupo terapêutico com pais em sofrimento é uma importante ferramenta de intervenção para potencializar e promover um espaço mais acolhedor, funcional e saudável dentro das relações familiares. E, visando a promoção de saúde dos próprios responsáveis.

Revisão de Literatura: Os grupos terapêuticos têm ganhado cada vez mais espaço no Brasil como uma estratégia eficaz para promover tanto o bem-estar psicológico quanto o social dos participantes. Segundo Levy-Moreno (1998), o trabalho em grupo oferece um ambiente único e valioso para a expressão de emoções e o fortalecimento dos vínculos interpessoais, aspectos essenciais para o processo terapêutico. Nesse cenário, o grupo atua como um reflexo da sociedade, um espaço onde os participantes conseguem reconhecer e refletir sobre padrões de relacionamento e de comportamento emocional. Esse processo, por sua vez, estimula o desenvolvimento de novas habilidades, tanto no campo social quanto no emocional. Além disso, a interação entre os membros do grupo gera um senso de pertencimento e apoio mútuo, que são elementos fundamentais para que a intervenção alcance bons resultados. Pichon-Rivière (2005) faz a sua contribuição ao entender o grupo terapêutico como uma estrutura dinâmica de análise que permita ao analista reabrir o esquema referencial que se faz relacional para interrogar o vínculo social e emocional de cada um dos seus indivíduos. Com um esquema referencial aberto, ressignificando as experiências a partir delas, promovendo mudanças na percepção e no acesso ao comportamento, bem e mal. A literatura está sempre a ressaltar que estes grupos de pequeno número de encontros, como os de curta duração, podem trazer benefícios se forem criteriosamente planejados, e conduzidos por facilitadores capacitados. Essa abordagem proporciona um equilíbrio entre estrutura e flexibilidade, atendendo às demandas dos participantes e promovendo transformações relevantes em um curto período de tempo.

Metodologia: O grupo terapêutico foi planejado para acontecer ao longo de seis encontros semanais, com duração de 120 minutos cada, e teve como principal objetivo promover o desenvolvimento emocional e a troca de experiências entre os participantes. O grupo foi composto por cinco integrantes, selecionados previamente a partir de uma lista de contatos de pais e responsáveis fornecida pelo professor orientador. Cada encontro foi estruturado em três momentos principais: acolhimento inicial, atividade temática e encerramento reflexivo, sempre acompanhado de um momento de lanche ao final. No acolhimento, buscou-se criar um ambiente acolhedor, utilizando dinâmicas rápidas para promover a integração dos participantes e incentivar o compartilhamento de suas expectativas em relação ao grupo. As atividades temáticas, como acolhimento; comunicação assertiva; cartas para o futuro; desafios parentais; teia de conexões; expectativas, foram elaboradas com cuidado, contemplando técnicas diversas como rodas de conversa, psicodrama, escrita reflexiva e exercícios vivenciais voltados para aprimorar a comunicação. Essas atividades foram desenhadas para estimular reflexões, fortalecer vínculos e proporcionar um espaço de troca genuína e enriquecedora para todos os envolvidos. **Desenvolvimento:** O trabalho teve como foco a realização de um grupo terapêutico voltado para pais e responsáveis, com o objetivo de oferecer um espaço seguro e acolhedor para discutir os desafios da parentalidade, promover o fortalecimento dos vínculos familiares e compartilhar estratégias que tornem essa jornada mais assertiva. Os encontros ocorrem na instituição Uniceplac, com um grupo composto por pais e responsáveis de alunos do Centro Educacional Agrourbano Ipê (CAUB I). Os encontros

foram conduzidos por estudantes do 6º semestre de Psicologia do Uniceplac, com papéis de oradores, observadores e coordenadores. Cada sessão começando com uma introdução breve sobre o tema, seguida de discussões em roda de conversa. As atividades práticas estimulam reflexões e vivências emocionais.

Resultados: Os dados foram coletados por meio de observação direta, com registros das interações e reflexões dos participantes. Aspectos como engajamento, principais desafios discutidos e impacto das dinâmicas foram avaliados. Observou-se que a variabilidade na frequência dos participantes ao longo das semanas impactou a continuidade das discussões. Apesar dessas limitações, o estudo demonstrou a relevância de espaços terapêuticos como ambientes de acolhimento e suporte emocional, que contribuem para o fortalecimento das relações familiares e o desenvolvimento de habilidades comunicacionais mais assertivas. A combinação de técnicas como psicodrama, música e atividades reflexivas revelou-se eficaz para promover insights e compartilhar experiências, evidenciando a importância de iniciativas voltadas ao bem-estar parental. Yalom (2006) discute que existem sete fatores que contribuem para o processo de aprendizado do desenvolvimento interpessoal e destaca que a coesão é um dos pontos mais importantes desse processo e, mesmo com uma variabilidade de frequência alta, as participantes interagiram muito bem desde o início dos encontros, o que facilitou e potencializou a construção de um espaço para escuta e discussão de temas que envolvem a maternidade e as relações para com os seus filhos. Os resultados deste estudo foram observados e registrados durante os encontros, com foco nas interações, desafios discutidos e no impacto das atividades realizadas. Mesmo com a oscilação na frequência das participantes, aquelas que compareceram demonstraram um envolvimento significativo. As trocas de experiências foram ricas e intensas, especialmente quando o tema era a maternidade, revelando o quanto um espaço seguro para compartilhar vivências é essencial. Embora a irregularidade na participação tenha sido um desafio, não comprometeu o dinamismo do grupo, graças à vontade e à energia das participantes em contribuir. As atividades propostas, que incluíram técnicas como psicodrama, música e reflexões, mostraram-se muito efetivas, ajudando as mães a aprofundar sua compreensão sobre o papel materno e a desenvolver habilidades como empatia, comunicação assertiva e escuta ativa.

Evidência Audiovisual:

Figura 1: Primeiro encontro do Grupo Terapêutico



Fonte: Autoria própria



O primeiro encontro do grupo terapêutico foi realizado no dia 17 de outubro, sob a coordenação e oração de uma das estudantes. Durante a sessão, todos os integrantes se apresentaram, incluindo a coordenadora e os observadores responsáveis pela intervenção. Três mães participaram do encontro e, apesar de suas diferenças de idade e experiências, conseguiram compartilhar uma ampla variedade de sentimentos, opiniões e relatos pessoais. Duas participantes trouxeram seus filhos, mas ambas expressaram a intenção de não trazê-los nas próximas sessões, reconhecendo a importância de reservar aquele momento exclusivamente para o cuidado emocional próprio.

Figura 2: Segundo encontro do Grupo Terapêutico



Fonte: Autoria própria

No segundo encontro, contamos com a presença de três pessoas, incluindo o marido de uma das participantes. A presença dele neste encontro foi importante para o desenvolvimento do grupo, principalmente, por acrescentar uma outra visão da situação em que estava sendo relatada.

Figura 3: Terceiro encontro do Grupo Terapêutico



Fonte: Autoria própria

No terceiro encontro, ao longo da dinâmica os participantes demonstraram tristeza e dificuldade de lidar com a temática, relatando frustração por ter priorizado os outros ao longo da vida. Após uma dinâmica com música conduzida pela oradora, a participante refletiu sobre a importância de valorizar o presente, mas permaneceu angustiada com problemas familiares e sem perspectivas futuras, evidenciando sensação de desânimo e desesperança.



Figura 4: Quarto encontro do grupo terapêutico



Fonte: Autoria própria

Neste dia, o encontro não ocorreu devido à ausência de confirmação das participantes. O grupo foi interrompido devido a problemas logísticos principalmente relacionados à locomoção dos participantes e à dificuldade de encontrar alguém para cuidar dos filhos no horário das reuniões. A falta de confirmação de presença e as desistências de participantes comprometeram a continuidade das sessões, o que resultou no encerramento do grupo terapêutico antes do previsto.

Considerações Finais: O presente projeto teve como objetivo avaliar a contribuição de um grupo terapêutico voltado para pais em sofrimento, proporcionando um espaço de escuta ativa e acolhimento. A partir da comparação entre os objetivos presentes e os resultados obtidos, percebe-se um resultado satisfatório mesmo diante dos desafios encontrados durante o andamento do projeto. Os encontros marcados, mesmo com um grande índice de oscilação de frequência, demonstraram a relevância de um grupo terapêutico, a fim de acolher o grupo de pais. O psicodrama, as dinâmicas e reflexões tornaram a experiência ainda mais significativa, partindo do pressuposto de que os pais demonstraram grande satisfação por estarem presentes na sala, compartilhando de suas experiências. É importante destacar que limitações como a ausência de apoio com os filhos para comparecer aos encontros e a dificuldade de locomoção impactaram profundamente para a continuidade do projeto de extensão. Os resultados obtidos com base nos encontros bem sucedidos mostram que promover um espaço de escuta acessível e estruturado pode gerar grandes impactos positivos na vida dos pais e de seus familiares, visto que as reflexões trazidas abordaram diretamente as pessoas à sua volta. Por fim, conclui-se, que os objetivos do projeto foram alcançados, mesmo com oscilações de presença. O grupo mostrou-se uma estratégia totalmente viável e significativa na vida dos integrantes presentes, sendo bem-vinda adaptações que gerem uma frequência maior, tornando o grupo ainda mais acessível.

Palavras-chave: grupo; familiares; psicodrama.

REFERÊNCIAS

MORENO, J. L. **Psicodrama**. Tradução de Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 2012.

Disponível em:

<https://books.google.com.br/books?id=bQXbreJWhPMC&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 03 de dez. 2024



MORENO, J. L. (1998). **Psicoterapia de grupo e psicodrama - introdução à teoria e prática.** Ed. Psy. PICHÓN-RIVIÉRE, E. (2005). **O processo grupal.** Ed. Martins Fontes. Disponível em:

https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5770700/mod_resource/content/1/%5BPichon-Rivi%C3%A8re%5D_O%20Processo%20Grupal.pdf Acesso em: 04 de dez. 2024.

OLIVEIRA, Rosane Goes et al. **Grupo terapêutico na atenção psicossocial: contribuições dos fatores terapêuticos para o cuidado em saúde mental.** Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 58, n. 2, p. 184-188, 2005. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/S0104-11692005000200018>. Acesso em: 3 dez. 2024.

YALOM, Irvin D.; LESZCZ, Modyn. **The Theory and Practice of Group Psychotherapy.** 5th ed. Basic Books. New York, 2006. Disponível em:

<https://archive.org/details/the-theory-and-practice-of-group-psychotherapy/page/n21/mode/2up?view=theater>. Acesso em: 3 de dez. 2024.



CuidarBrincante: crescer em movimento

Flávia Pinheiro Della Giustina³⁷

Thalita Lauanna Gonçalves da Silva Ferreira³⁸

Maria Clara Bezerra Travassos³⁹

Maria Luiza de Souza Ferreira⁴⁰

Laryssa Paiva Carvalho⁴¹

Introdução: O projeto *CuidarBrincante: Crescer em Movimento* é uma iniciativa desenvolvida pelos cursos de Pedagogia e Fisioterapia do Centro Universitário UNICEPLAC, com o objetivo de promover o desenvolvimento integral de crianças na Primeira Infância em situação de vulnerabilidade social da comunidade local. A proposta do projeto é integrar práticas pedagógicas e fisioterapêuticas, criando um ambiente lúdico e educativo que favoreça o desenvolvimento motor, psicológico e social das crianças, atendendo às suas necessidades específicas nesta fase crucial da vida. Através da realização de atividades educativas e terapêuticas, como circuitos motores, contação de histórias e outras práticas interativas, o projeto visa promover, de maneira lúdica, o desenvolvimento motor, cognitivo e psicológico das crianças, além de fortalecer os vínculos afetivos e sua rede de apoio, e com a comunidade. Com a integração das abordagens pedagógicas e fisioterapêuticas, o projeto busca criar um ambiente lúdico e educativo que favoreça o desenvolvimento motor, psicológico e social das crianças, atendendo às suas necessidades específicas nessa fase inicial de vida. Como destaca Vygotsky (2007), “o desenvolvimento das funções psíquicas superiores está intimamente ligado ao ambiente social e cultural, onde as interações desempenham um papel fundamental”. O objetivo principal do projeto é promover o desenvolvimento cognitivo, motor e psicológico das crianças, utilizando atividades lúdicas que as estimulem, como em circuitos motores e contação de histórias. Segundo Pimenta (2016), “o brincar não é apenas uma atividade de lazer, mas uma potente ferramenta de aprendizado, fundamental para o desenvolvimento infantil”. Dessa forma, o projeto também visa fortalecer os vínculos afetivos entre as crianças, sua rede de apoio, e a comunidade, criando um ambiente seguro e estimulante para o aprendizado e o bem-estar. Além das atividades educativas, o projeto também promove ações solidárias, como o “Natal Solidário”, que busca atender as crianças em situação de vulnerabilidade com a arrecadação de presentes. Em linha com a afirmação de Freire (1996), que defende que “a solidariedade e a participação social são essenciais para a construção de um mundo mais justo e humano”, o projeto visa integrar a comunidade acadêmica ao contexto social, proporcionando momentos de afeto e inclusão para as crianças atendidas. Portanto, os objetivos deste projeto são: i. promover o desenvolvimento motor e psicológico das crianças da Primeira Infância, por meio de atividades lúdicas e educativas, como circuitos motores e contação de histórias; ii. aplicar os conhecimentos da Fisioterapia para o desenvolvimento motor infantil, utilizando práticas terapêuticas adequadas ao contexto da educação infantil; iii. fortalecer os vínculos afetivos entre as crianças, educadores e a

³⁷ Docente do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: flavia.giustina@uniceplac.edu.br

³⁸ Docente do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thalita.ferreira@uniceplac.edu.br

³⁹ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: travassosmariaclara@gmail.com

⁴⁰ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: marialuiza014@gmail.com

⁴¹ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. Email: laryssacarvalho614@gmail.com

comunidade, criando um ambiente seguro e estimulante para o aprendizado e o bem-estar; e iv. integrar a universidade com a comunidade, através de ações de extensão que envolvem a participação da comunidade acadêmica em atividades solidárias, como a campanha "Natal Solidário".

Metodologia: Para alcançar os objetivos estabelecidos, o projeto foi estruturado em três principais ações de extensão. A primeira ação envolveu atividades lúdicas voltadas para o desenvolvimento cognitivo, motor e psicológico das crianças, como circuitos motores, brincadeiras de movimento e contação de histórias. As atividades foram planejadas de forma a estimular a coordenação motora, a expressão corporal e a criatividade das crianças, sempre respeitando as necessidades e o desenvolvimento individual de cada uma. A segunda ação foi a inauguração do livreiro do Centro de Práticas, que contou com a realização de um espetáculo literário voltado para as crianças da primeira infância, com elementos de teatro, música e interação, além de momentos de confraternização e lanche. Esta ação teve como objetivo promover a integração entre as crianças e a literatura, estimulando o gosto pela leitura desde cedo. Por fim, a terceira ação foi a realização do Natal Solidário, uma campanha para arrecadar presentes para as 147 crianças atendidas pelo Instituto Mãos Solidárias. Os presentes foram distribuídos durante a confraternização, proporcionando momentos de alegria e solidariedade, além de reforçar a importância do apoio comunitário.

Resultados e Discussão: O projeto Cuida Brincante: Crescer em Movimento revelou-se um exemplo significativo de como práticas interdisciplinares podem contribuir para o desenvolvimento das crianças, especialmente aquelas em situação de vulnerabilidade social. As atividades realizadas, como circuitos motores e brincadeiras de movimento, foram fundamentais para o aprimoramento das habilidades motoras e da coordenação corporal das crianças. A literatura aponta que o movimento é crucial para o desenvolvimento cognitivo e motor nas fases iniciais da vida. Segundo Goulart (2018), “a prática de atividades físicas lúdicas é um dos meios mais eficazes para estimular a motricidade e o desenvolvimento neurológico infantil”. Além disso, a contação de histórias, realizada de maneira interativa e lúdica, desempenhou um papel importante no estímulo à linguagem e à imaginação das crianças. O uso de atividades culturais e artísticas desde cedo está de acordo com as abordagens pedagógicas contemporâneas, que reconhecem a importância da arte no desenvolvimento cognitivo. Segundo Cagliari (2014), a contação de histórias e outras práticas culturais contribuem para ampliar a compreensão de mundo das crianças, além de fortalecer sua capacidade de expressão e de construção simbólica. A integração dos conhecimentos da Pedagogia e da Fisioterapia, ao aplicar intervenções lúdicas com objetivos terapêuticos, proporcionou um ambiente mais completo para o desenvolvimento infantil. Silva e Souza (2020) destacam que a colaboração entre profissionais de diferentes áreas, como Pedagogia e Fisioterapia, é uma estratégia eficaz para garantir um atendimento integral às crianças, especialmente no que diz respeito ao seu desenvolvimento motor e emocional. As ações de acolhimento e a distribuição de brindes durante o Natal Solidário reforçaram a importância do afeto e da solidariedade na promoção de um ambiente saudável para o crescimento infantil. Além disso, as atividades de extensão, como a participação da comunidade acadêmica no projeto, fortaleceram o vínculo entre a universidade e a comunidade, criando uma rede de apoio importante para as famílias atendidas. Ações como essas são essenciais para promover a inclusão social e a cidadania, como afirma Freire (1996), “somente através da participação ativa da sociedade podemos transformar realidades e proporcionar um futuro melhor para as próximas gerações”. O projeto Cuida Brincante: Crescer em Movimento também destacou a importância da interação social entre as crianças, promovendo um espaço onde elas pudessem desenvolver habilidades sociais e emocionais. As brincadeiras em grupo incentivaram a

cooperação, o respeito às diferenças e a construção de vínculos afetivos. De acordo com Vygotsky (2007), a interação social é fundamental para o aprendizado, pois é através dela que as crianças começam a desenvolver competências críticas para a vida em sociedade. Essa dimensão social não apenas enriqueceu a experiência das atividades, mas também contribuiu para o fortalecimento da autoestima e da confiança das crianças, elementos essenciais para seu bem-estar. Além disso, a avaliação contínua das práticas e dos resultados alcançados pelo projeto permitiu ajustes e melhorias nas abordagens utilizadas, garantindo que as necessidades das crianças fossem sempre atendidas de forma eficaz. A coleta de feedback dos participantes e das famílias envolvidas foi crucial para entender o impacto das atividades e para planejar futuras intervenções. Como sugere Oliveira (2019), “um projeto educacional deve ser dinâmico e adaptável, promovendo um processo de reflexão constante que possibilite a evolução das práticas pedagógicas”. Dessa forma, o Cuidar Brincante não só proporcionou um espaço de aprendizado e desenvolvimento, mas também se consolidou como um importante instrumento para promoção da educação e do cuidado integral na Primeira Infância, ao fortalecer vínculos comunitários e práticas educativas que contribuem para o bem-estar das crianças e de suas famílias.

Considerações Finais: O projeto *CuidarBrincante: Crescer em Movimento* alcançou com sucesso seus objetivos, promovendo o desenvolvimento integral das crianças e estreitando a relação entre a universidade e a comunidade. As ações lúdicas e educativas, aliadas aos conhecimentos terapêuticos da Fisioterapia, contribuíram para o bem-estar físico e emocional das crianças, e a participação da comunidade acadêmica nas atividades solidárias gerou um impacto positivo tanto na vida das crianças atendidas quanto na formação cidadã dos alunos envolvidos. O projeto demonstrou a importância da colaboração entre diferentes áreas do conhecimento, como a Pedagogia e a Fisioterapia, no desenvolvimento de práticas integradas que atendem as necessidades da Primeira Infância.

Palavras-chave: primeira infância; desenvolvimento motor; vulnerabilidade social.

REFERÊNCIAS

CAGLIARI, L. **A importância da arte no desenvolvimento infantil**. São Paulo: Editora Casa do Saber, 2014.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 30. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

GOULART, Lúcia. **O movimento e o desenvolvimento motor na primeira infância**. 2. ed. São Paulo: Editora Cortes, 2018.

OLIVEIRA, J. S. (2019). **Educação dinâmica: reflexões sobre práticas pedagógicas**. Rio de Janeiro: Editora Vozes.

PIMENTA, Selma Garrido. **Pedagogia e prática de ensino na infância**. São Paulo: Editora Vozes, 2016.

SILVA, José Carlos da; SOUZA, Andréia. **A importância da fisioterapia no desenvolvimento infantil**. Brasília: Editora UnB, 2020.

VYGOTSKY, Lev. **A formação social da mente**. São Paulo: Editora Martins Fontes, 2007.

SOUZA, R. A.; PEREIRA, M. C. A importância do brincar na primeira infância para o desenvolvimento motor e afetivo das crianças em situação de vulnerabilidade. **Revista de**



Estudos e Pesquisas em Educação Infantil, v. 29, n. 3, p. 205-214, 2021. Disponível em:
<https://www.revistaeducacaoinfantil.org>. Acesso em: 2 dez. 2024.



Educação, cuidado e bem-estar para famílias multiespécies: uma ação integrada dos cursos de Medicina Veterinária e Pedagogia

Flávia Pinheiro Della Giustina⁴²
Manuella Rodrigues de Souza Mello⁴³
Veridiane Rosa Gomes⁴⁴
Fabiana Milhomem da Silva⁴⁵
Hyago Oliveira da Costa⁴⁶
Aglai Antonieta Bento Cavalcanti Ferreira⁴⁷
Talita Alves Ribeiro⁴⁸
Angel Martins de Oliveira⁴⁹
Maria Clara Bezerra Travassos⁵⁰

Introdução: Os animais na sociedade contemporânea “são incluídos na educação de forma terapêutica e pedagógica e, também, colocados como sujeitos atuantes em uma educação humanitária”, reconhecendo-os como parte do núcleo familiar, com vínculos afetivos e responsabilidades compartilhadas (Dall'agnol, 2016). A convivência com animais influencia positivamente o comportamento das famílias, e fortalece os laços, possibilitando o enriquecimento na vida tanto dos seres humanos quanto dos animais (Andrade e Berto, 2023). Contudo, famílias multiespécies, especialmente em comunidades vulneráveis, enfrentam desafios específicos relacionados à saúde humana e animal, além de condições ambientais precárias. Esses fatores demandam uma abordagem integrada, baseada nos princípios da saúde única, que considera a interdependência entre saúde humana, animal e ambiental, destacando que para além dos benefícios, riscos que podem estar envolvidos dependendo da forma como são cuidados e do ambiente em que estão inseridos (Alexandre, 2021). No contexto de periferias urbanas, como a do Centro de Ensino Especial 02 da Ceilândia/DF, onde foi realizada esta ação comunitária integrada. O presente trabalho aborda a integração interdisciplinar entre os cursos de Medicina Veterinária e Pedagogia do UNICEPLAC na promoção da saúde, bem-estar animal e humano em famílias multiespécies, com o objetivo de integrar os conhecimentos destas áreas do conhecimento no atendimento e na educação da comunidade em situação de vulnerabilidade. Este trabalho, “articulado com a escola e a comunidade, fundamenta-se na importância de projetos pedagógicos desenvolvidos a partir da problematização da realidade” (Klein e Pátaro, 2012) e nos princípios da Educação

⁴² Docente do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: flavia.giustina@uniceplac.edu.br

⁴³ Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: manuella.mello@uniceplac.edu.br

⁴⁴ Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: veridiane.gomes@uniceplac.edu.br

⁴⁵ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiana.silva@medvet.uniceplac.edu.br

⁴⁶ Graduando do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: hyago.oliveirac@gmail.com

⁴⁷ Graduando do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: aglaibc@gmail.com

⁴⁸ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: talita.ribeiro@pedagogia.uniceplac.edu.br

⁴⁹ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: angelmoliveira03@gmail.com

⁵⁰ Graduanda do Curso de Pedagogia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: travassosmariaclara@gmail.com

Comunitária, com uma abordagem educacional comprometida com a formação para a cidadania, e em busca de estratégias para fortalecer vínculos e sensibilizar para práticas de cuidado e convivência harmoniosa.

Metodologia: O projeto foi estruturado em três fases: planejamento, implementação e avaliação para promoção das aprendizagens, tanto dos estudantes universitários quanto para os membros das famílias multiespécies, que participaram da ação comunitária, pois se considera a aprendizagem como “um processo caracterizado pela intencionalidade educativa e nível de organização com que é desenhado, concretizado e avaliado” (Nico, 2020). Na fase de planejamento, foi realizada a formação e capacitação da equipe de estudantes da medicina veterinária, pedagogos e voluntários de outros cursos, bem como a parceria com parceria com órgãos de saúde pública, a fim de planejar as atividades e oficinas no espaço da escola; na implementação, dia da ação no espaço escolar, foram montados os estandes estratégicos para vacinação, vermifugação e consultas de triagem; e de oficinas educativas e lúdicas mediadas por pedagogos, para promover o diálogo e a interação entre famílias e profissionais e voluntários no compartilhamento de experiências e práticas de cuidado; e por último, na fase de avaliação, foi aplicado um questionário no *Google Forms* para coleta registros dos registros dos atendimentos realizados e participação nas oficinas.

Resultados e Discussão: Os resultados desta ação destacaram o impacto positivo do projeto na comunidade atendida, do Centro de Ensino Especial 02 da Ceilândia. A escola realiza Atendimento Educacional Especializado para aproximadamente 750 estudantes com Necessidades Especiais e estudantes da Inclusão. Foram atendidos cerca de 40 animais, que passaram por atendimento, vacinação antirrábica e orientações de cuidados e saúde animal. Os animais também, apoiando as ações da vigilância em saúde para a redução do risco de zoonoses, como a raiva e a leishmaniose. As oficinas educativas alcançaram famílias de diferentes faixas etárias, promovendo maior conscientização sobre práticas de cuidado e saúde animal, bem como reforçaram a importância da relação humano-animal para o bem-estar geral da família, criando um ambiente de diálogo e troca de experiências lúdicas por meio de jogos e brincadeiras. Os campos do cuidado veterinário e da educação para implementar práticas preventivas e conscientizar as famílias sobre a relação intrínseca entre saúde animal e humana possibilitaram a aplicabilidade dos conhecimentos técnicos e pedagógicos ao executar o atendimento veterinário básico, e conduzir atividades educativas, bem como criar um canal de diálogo entre profissionais e a comunidade para fortalecimento dos vínculos entre saúde, educação e convivência harmoniosa.

Considerações Finais: O projeto demonstrou que a integração entre saúde, educação e comunidade é uma ferramenta poderosa para promover bem-estar em famílias multiespécies. Além do atendimento direto aos animais, o projeto promoveu a construção de uma cultura de cuidado e respeito, impactando positivamente a saúde familiar e comunitária. Recomenda-se uma maior capacitação da equipe, divulgação mais ampla e a formação de novas parcerias para ampliar o alcance e a eficácia das próximas edições do projeto.

Palavras-chave: bem-estar animal; guarda responsável; saúde pública; educação comunitária integrada.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, YS. Saúde coletiva e as famílias multiespécies nas periferias urbanas. Yasmin da Silva Alexandre. In: Baquero, Oswaldo Santos e Peçanha, Érica (organizadores), 1 ed.,

Comunidades e famílias multiespécies: aportes à saúde única em periferias. São Paulo: Amavisse, 2021.

ANDRADE, Julia Perboni; BERTO, Vinícius. Família multiespécies: como os animais de estimação afetam o bem-estar emocional. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 11, p. 292–305, 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12305>. Acesso em: 5 dez. 2024.

DALL'AGNOL, Luciana de Sant'Anna. **Humanos e não-humanos: o aprendizado de novas sensibilidades e responsabilidades em nossas relações de estimação.** 2016. Dissertação de Mestrado. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

NICO, Bravo. Educação Comunitária. **Santo Tirso. De Facto Editores**, 2020.

KLEIN, A. M.; PÁTARO, C. S. de O. A escola frente às novas demandas sociais: educação comunitária e formação para a cidadania. **Cordis: Revista Eletrônica de História Social da Cidade**, n. 1, 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/cordis/article/view/10312>. Acesso em: 5 dez. 2024.



Grupo de Estudos de Cadeias Alternativas da Pecuária: Sistemas de produção de suínos, caprinos e ovinos

Carolina Aparecida Rodrigues de Melo⁵¹
Miguel Junio Nicácio Barbosa⁵²
Marcela Aragão⁵³
Thais Keiko Takamoto⁵⁴
Thayná Andrade Ferreira⁵⁵
Naiara Vieira Gomes⁵⁶
Caio Victor Crisóstomo de Oliveira⁵⁷
Emilly Aparecida Alves Almeida⁵⁸
Maricélia Gomes Lopes⁵⁹

Introdução: A cadeia produtiva de suínos é um dos pilares da agropecuária brasileira, desempenhando um papel crucial tanto na segurança alimentar quanto no abastecimento do mercado interno e externo. O Brasil figura entre os maiores produtores e exportadores de carne suína do mundo, ocupando o 3º lugar no ranking mundial de produção e exportação, conforme o livro do MAPA (2020). Esse destaque reflete a relevância da suinocultura nacional, que tem se adaptado a mudanças significativas nos métodos de produção, com foco na implementação de práticas modernas e éticas de bem-estar animal (LOPES et al., 2018). O processo de produção envolve várias etapas, desde a reprodução, criação e engorda dos animais até o abate, processamento e comercialização da carne. A adoção de tecnologias avançadas nas granjas e os cuidados sanitários rigorosos são essenciais para garantir a qualidade do produto, que atende às exigências de mercados internacionais, com destaque para a exportação de cortes nobres. Dentre as iniciativas inovadoras, destaca-se a criação de suínos ao ar livre, um modelo pouco convencional, porém altamente sustentável, que tem ganhado destaque por melhorar a qualidade da carne e atender à crescente demanda por práticas de produção mais éticas e sustentáveis. A cadeia produtiva de caprinos também desempenha um papel relevante na agropecuária brasileira, especialmente em regiões de clima semiárido, como o Nordeste. A produção de leite, subprodutos do leite e da carne caprina é uma atividade essencial para muitas famílias rurais, funcionando como uma fonte de subsistência e renda para pequenos e médios produtores (PINTO et al., 2020). O Brasil, embora seja um dos maiores consumidores de carne de caprino da América Latina, ainda está

⁵¹ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵² Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵³ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁴ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁵ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁶ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁷ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁸ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁵⁹ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

consolidando sua presença no mercado internacional. O enorme potencial do mercado consumidor e a crescente aceitação da carne de carneiro têm impulsionado o crescimento da produção de carne caprina. O foco da produção é criar animais jovens para abate, com o objetivo de fornecer carcaças de alta qualidade a preços competitivos, ampliando a participação do Brasil nesse mercado em expansão. Já a cadeia produtiva de ovinos, com destaque para a produção de carne e lã, é uma atividade consolidada em várias regiões do Brasil, principalmente no Sul, Centro-Oeste e Nordeste. Embora a produção de carne ovina ainda seja menor que a de suínos e bovinos, o setor tem mostrado crescimento, especialmente em nichos de mercado que demandam produtos de alta qualidade (SILVA et al., 2019). A criação de ovinos para a produção de lã, por sua vez, é mais representativa em regiões de temperaturas mais baixas e em propriedades que buscam práticas sustentáveis. A diversificação da produção e a adoção de técnicas de manejo mais eficientes têm favorecido o aumento da competitividade dessa cadeia no mercado nacional e internacional. Essas três cadeias produtivas estão interligadas por diversos fatores, como o uso de tecnologias de manejo, a promoção da saúde animal e as práticas de bem-estar. O Brasil, com sua vasta extensão territorial e diversidade climática, apresenta um enorme potencial para expandir e diversificar as produções de suínos, caprinos e ovinos. O desenvolvimento dessas cadeias tem o poder de gerar empregos, aumentar a renda rural e contribuir para a segurança alimentar. Em muitos casos, essas atividades desempenham um papel crucial na inclusão social de pequenos produtores, especialmente em regiões com menos acesso a recursos econômicos.

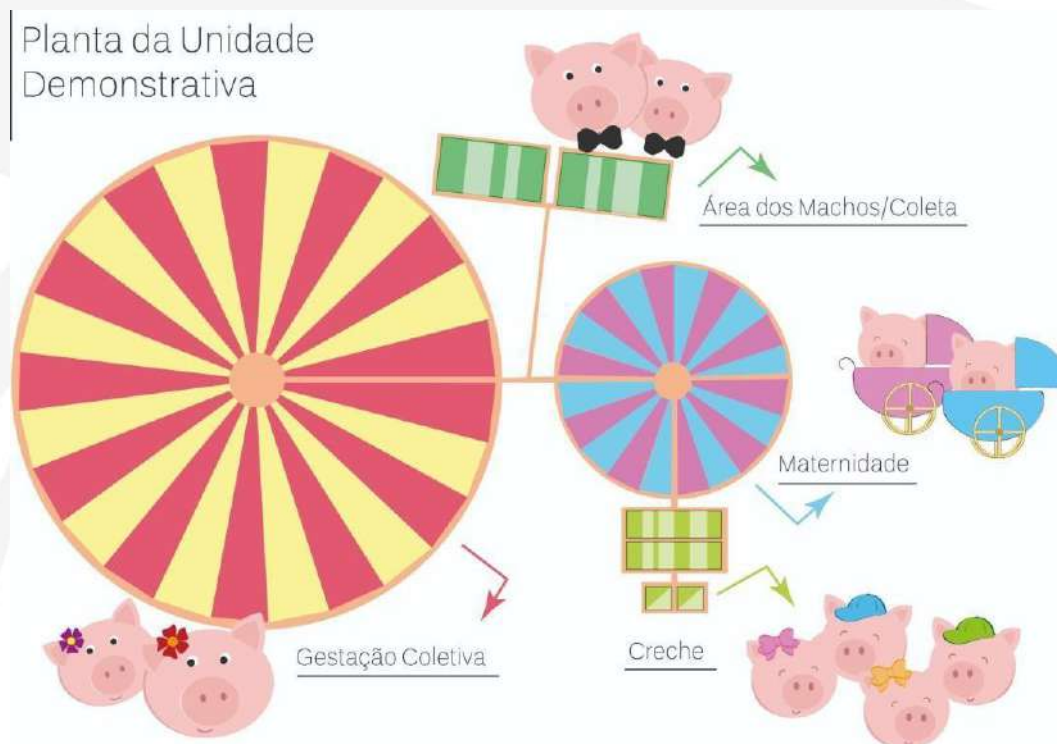
Metodologia: O desenvolvimento deste trabalho foi fundamentado em um conjunto de atividades técnicas, incluindo palestras especializadas e visitas de campo, com o intuito de promover um aprofundamento no conhecimento sobre a suinocultura e, subsequente, na cadeia produtiva de caprinos e ovinos. No dia 13 de agosto, iniciamos o semestre com uma palestra ministrada pela Dra. Karina Martins, que abordou os conceitos fundamentais da suinocultura. A Dra. Karina apresentou os principais aspectos relacionados ao manejo, alimentação e sanidade dos suínos, oferecendo uma base teórica consistente para os alunos. Sua abordagem, clara e objetiva, proporcionou uma compreensão aprofundada da importância de cada etapa do processo produtivo, estabelecendo um alicerce essencial para o desenvolvimento do conhecimento dos alunos na área. No dia 20 de agosto, realizamos uma visita técnica à FAL-UNB, onde tivemos a oportunidade de participar de uma palestra ministrada pela Dra. Luci Murata, que abordou o sistema de criação de suínos ao ar livre. Durante a atividade, a Dra. Luci apresentou um modelo extensivo de criação, destacando as vantagens e desafios do sistema de produção ao ar livre. O rebanho, composto por 15 fêmeas híbridas e dois machos puros, com uso das raças Berkshire, Duroc, Moura e Pietran, tem acesso ao pasto, à luz solar e a uma dieta balanceada, ocupando uma área de 4,5 hectares, sendo 3,5 destinados a piquetes. Esse modelo de manejo contribui para a redução do estresse dos suínos, melhorando a qualidade da carne. Além disso, alia sustentabilidade, bem-estar animal e eficiência produtiva, diversificando as práticas da suinocultura brasileira (Alves, 2016). A visita às instalações proporcionou uma experiência prática que complementou os conceitos discutidos durante a palestra, enriquecendo significativamente a experiência dos alunos e permitindo a aplicação dos conceitos abordados. Para encerrar o primeiro bimestre do 2º semestre de 2024, no dia 17 de setembro, tivemos uma palestra ministrada pela Dra. Fabrícia Fernandes, que destacou a importância da atuação do médico veterinário em todas as etapas da cadeia produtiva, desde a granja até o frigorífico. A Dra. Fabrícia concentrou-se especialmente no papel do médico veterinário no frigorífico, abordando temas cruciais como bem-estar animal, segurança alimentar e controle de qualidade. A palestra foi essencial para consolidar o conhecimento adquirido ao longo do bimestre, reforçando a relevância da profissão no contexto da suinocultura. Além de oferecer aos alunos uma visão abrangente das

diversas áreas de atuação do médico veterinário. Com o início do segundo bimestre, iniciamos a exploração das cadeias produtivas de caprinos e ovinos. No dia 22 de outubro, realizamos a primeira palestra “Quer produzir cordeiro? Pergunte-me como!” com o Dr. Rafael Rosseto, professor e técnico do SENAR-DF, que abordou os aspectos gerais do manejo e das estruturas básicas necessárias para a criação de ovinos, com foco na produção de carne. Sua apresentação foi extremamente enriquecedora, oferecendo uma visão abrangente sobre o tema e sobre o crescente mercado consumidor de carne de cordeiro no Brasil. Em seguida, no dia 5 de novembro, realizamos uma visita técnica ao Sítio Vila das Cabras, localizado na região do Lago Oeste, onde o Dr. Rafael Rosseto conduziu novamente uma palestra, detalhando o manejo adotado na propriedade para a criação de cabras leiteiras. Essa visita teve um caráter especial, pois disponibilizamos vagas para alunos de outras instituições, proporcionando-lhes a oportunidade de conhecer a faculdade e o grupo de estudos. Para encerrar o segundo bimestre do 2º semestre de 2024, participamos, no dia 22 de novembro, de uma palestra sobre a produção de ruminantes, promovida em parceria com o grupo de estudos NECAPEC da Uniceplac e o NEPPRAC da UNB. Este evento foi uma excelente oportunidade para a troca de conhecimentos e experiências entre os alunos. Essas atividades foram cuidadosamente planejadas para proporcionar uma formação sólida e prática, integrando teoria e vivência de campo, e contribuindo para a capacitação de profissionais nas áreas de suinocultura, caprinocultura e ovinocultura.

Resultados e Discussão: A análise dos dados obtidos durante as atividades deste trabalho revela a importância da integração entre teoria e prática na formação dos alunos, especialmente nas áreas de suinocultura, caprinocultura e ovinocultura. A participação em palestras e visitas técnicas permitiu aos alunos observar de perto as diferentes abordagens utilizadas pelos profissionais da área, o que contribuiu para uma compreensão mais aprofundada dos desafios e oportunidades presentes no campo. A interação com especialistas, como a Dra. Karina Martins, Dra. Luci Murata e Dr. Rafael Rosseto, forneceu uma visão clara sobre as práticas recomendadas para o manejo animal, a importância do bem-estar dos animais e as implicações de diferentes sistemas de produção. No caso da suinocultura, a visita técnica à FAL-UNB e a palestra sobre a criação de suínos ao ar livre permitiram uma análise mais detalhada dos benefícios e desafios associados ao modelo extensivo, além de apresentar um modelo de criação diferente do convencional e sustentável. O modelo de manejo apresentado pela Dra. Luci Murata, foi um exemplo de como a produção pode ser sustentável e ainda assim eficiente, ao reduzir o estresse dos animais, reduzir problemas com parasitas e melhorar a qualidade da carne. Esses dados revelam que a adoção de sistemas de produção ao ar livre pode ser uma alternativa viável para diversificar as práticas na suinocultura brasileira, promovendo não apenas a sustentabilidade, mas também o atendimento a uma demanda crescente por produtos mais saudáveis e eticamente produzidos. Quanto à caprinocultura e ovinocultura, a palestra e visita técnica com o Dr. Rafael Rosseto proporcionaram insights valiosos sobre o manejo de ovinos e cabras, apresentando de forma simples e explicativa o mercado crescente de carne de cordeiro no Brasil. A visita ao Sítio Vila das Cabras indicou que o manejo adequado, incluindo o fornecimento de uma dieta balanceada, manter os machos distantes das fêmeas lactantes, é essencial para a produção de leite de qualidade, garantindo um queijo de cabra saboroso. Além disso, o crescente interesse pelo consumo de carne de cordeiro e produtos derivados do leite de cabra no Brasil foi um dado relevante, demonstrando o potencial de expansão da caprinocultura como um segmento estratégico para a agricultura familiar e a agropecuária nacional. A troca de experiências proporcionada pelo evento promovido pelo NECAPEC da Uniceplac e o NEPPRAC da UNB foi outra oportunidade para analisar as tendências e inovações no campo da produção de ruminantes. A discussão de práticas inovadoras e a troca de informações entre os participantes destacaram a

importância da capacitação contínua para os profissionais da área. A abordagem integrada entre diferentes grupos de estudos e instituições evidenciou a necessidade de uma colaboração mais estreita para enfrentar os desafios da produção animal no Brasil, como a segurança alimentar, o controle de qualidade e a sustentabilidade das práticas agropecuárias. Assim, os dados obtidos não apenas enriqueceram a formação dos alunos, mas também reforçaram a importância de práticas bem estruturadas e inovadoras no avanço da suinocultura, caprinocultura e ovinocultura no país.

Planta demonstrativa da criação de suínos ao ar livre



Fonte: Arte Luis Henrique/DEX

Considerações Finais: O principal propósito deste artigo foi fomentar um conhecimento aprofundado das cadeias produtivas de suínos, caprinos e ovinos, concentrando-se nas práticas de gestão, inovação tecnológica e sustentabilidade. As ações executadas, que englobam as palestras especializadas e visitas técnicas, proporcionaram aos participantes um entendimento teórico e prático das dinâmicas desses segmentos. Os resultados alcançados confirmaram que as atividades alcançaram os objetivos estabelecidos, oferecendo uma perspectiva completa e minuciosa das várias fases envolvidas na fabricação e venda desses produtos. Ao confrontar os objetivos com os resultados obtidos, nota-se que a união entre teoria e prática foi eficiente, garantindo um aprendizado relevante. Por exemplo, a visita técnica à FAL-UNB ofereceu uma experiência prática na criação de suínos ao ar livre, em sintonia com as tendências mais contemporâneas e sustentáveis da suinocultura. Ademais, a apresentação acerca da criação de caprinos e ovinos destacou os obstáculos que esses criadores enfrentam, especialmente em áreas semiáridas, e as possibilidades proporcionadas pela diversificação das cadeias de produção. A participação em eventos de troca de experiências, como a conferência sobre a produção de ruminantes, também foi importante para expandir o entendimento sobre as conexões entre as diversas cadeias produtivas e as inovações existentes no ramo.

A avaliação dos dados coletados e dos debates realizados confirma que as estratégias de gestão empregadas nas três cadeias produtivas de suínos, caprinos e ovinos estão se

atualizando, atendendo cada vez mais às demandas dos mercados globais e às necessidades por maior sustentabilidade e bem-estar animal. Contudo, mesmo com a expansão contínua dessas cadeias, o estudo indicou que ainda há obstáculos a serem vencidos, principalmente em relação ao aumento da presença do Brasil no mercado global de carne caprina e ovina. Em relação à suinocultura, o Brasil mantém sua posição de liderança mundial, o que enfatiza a importância de continuar a investir em tecnologias inovadoras, como a criação de suínos ao ar livre.

Finalmente, este estudo auxiliou na formação de futuros médicos veterinários que vão trabalhar nas áreas de suinocultura, caprinocultura e ovinocultura, ao oferecer uma avaliação crítica dos desafios e das possibilidades de expansão dessas cadeias produtivas. A sintonia entre as metas do grupo de pesquisa e os resultados alcançados destaca a relevância de prosseguir com a exploração dessas cadeias, focando na implementação de práticas sustentáveis e na melhoria contínua das tecnologias de gestão. Assim, o artigo atinge seu objetivo de estabelecer um alicerce concreto para futuras discussões e práticas acadêmicas sobre a criação de animais no Brasil, evidenciando sua relevância para a segurança alimentar e o crescimento econômico do país.

Palavras-chave: suinocultura; caprinocultura; ovinocultura; sustentabilidade; bem-estar animal; inovação tecnológica e mercado internacional.







REFERÊNCIAS

LOPES, A. S. et al. Cadeia produtiva de suínos: desafios e oportunidades para o Brasil. *Revista Brasileira de Zootecnia*, v. 47, n. 5, p. 1-10, 2018.

PINTO, F. A. et al. Aspectos da produção caprina e ovinocultura no Brasil: potencial e desafios. *Journal of Animal Science*, v. 99, n. 3, p. 500-510, 2020.

SILVA, R. M. et al. Cadeia produtiva de ovinos no Brasil: análise econômica e perspectivas de mercado. *Revista de Economia Agrícola*, v. 57, n. 4, p. 75-84, 2019.

SEBRAE. Saiba mais sobre a produção de ovinos. Disponível em: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/saiba-mais-sobre-a-producao-de-caprinos-e-ovinos,b918c4ec9b805810VgnVCM100000d701210aRCRD>. Acesso em: 04 dez. 2024.

SENAR. Coleção SENAR - 265: Ovinocultura: criação e manejo de ovinos de corte, 2019. Disponível em: <https://www.senar.org.br>. Acesso em: 03 dez. 2024.

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA. Suinocultura, uma saúde e um bem-estar. 2020. Disponível em: https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/producao-animal/arquivos/suinocultura_umasaude_umbemestar.pdf. Acesso em: 03 dez. 2024.

ALVES, Guilherme. Projeto demonstra alternativa sustentável para criação de suínos. Disponível em: <https://dex.unb.br/noticias/172-extensao-em-pauta/473-projeto-demonstra-alternativa-sustentavel-para-a-criacao-de-suinos-2>. Acesso em: 03 dez. 2024.



Meninas com ciência: o potencial feminino nas tecnologias

Catarina S. M. Costa⁶⁰

Jorge A. dos Santos⁶¹

Sara I. S. Costa⁶²

Victor G. M. Rocha⁶³

Rômulo R. Santan⁶⁴

Sebastião I. C. Portela⁶⁵

Washington F. de S. Ribeiro⁶⁶

Yasmin C. B. Reis⁶⁷

Introdução: Dados mais recentes do Censo Demográfico (BRASIL, 2022) indicam que o Brasil tem uma população residente de 203.080.756. Deste total, 104.548.325 (51,5%) são mulheres e 98.532.431 (48,5%) são homens. Apesar de serem o maior contingente da população, a representatividade feminina em cargos de decisão ainda é considerada baixo, principalmente em ocupações que envolvem formação em Ciência, Matemática, Engenharia e Computação. Apesar das políticas públicas de incentivo para reverter esse quadro (BRASIL, 2024), dados mundiais apresentados pela UNESCO (2022) indicam que somente por volta de 30% dos cientistas são mulheres. A situação brasileira só é um pouco melhor em função da docência no ensino superior que apresenta grande quantidade de professoras. No Brasil, a porcentagem de mulheres pesquisadoras orbita em 40%, entretanto, na área de Engenharias, Ciência Exatas, Matemática e Computação esse número tem uma redução significativa. Esse quadro tem raízes culturais profundas e segundo Casagrande & Lima e Souza(2016) apresenta influência familiar, de professores/as e de estereótipos de gênero, que passam a assumir papel relevante nas escolhas das profissões por parte das mulheres. Nesse contexto, o Centro Universitário Uniceplac levanta a bandeira na defesa da participação mais equitativa das mulheres nas STEM - abreviatura inglesa de Ciência, Tecnologia, Engenharia e Matemática - reunindo esforços para proporcionar as meninas dos cursos de Tecnologias - ADS, Engenharia de Software e Sistemas de Informação atividades de Iniciação Científica que incentivem a permanência e melhor preparação para enfrentar o seletor mercado de trabalho. Em 2024 um grupo formado por oito estudantes dos cursos de Tecnologia (seis meninas e dois meninos) atuaram em duas frentes, a saber: levantamento de dados sobre as condições femininas nos cursos de TI do Uniceplac e no desenvolvimento de um sistema para auxiliar na contagem da população de mosquito Aedes Aegypti através de visão computacional. A última frente prevê o armazenamento, transmissão de dados e apresentação

⁶⁰ Graduanda do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: catarinadsmc@gmail.com

⁶¹ Graduando do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: jorge.alberto@uniceplac.edu.br

⁶² Graduanda do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: sarahiascarasouza@gmail.com

⁶³ Graduando do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: victormorocha@outlook.com

⁶⁴ Graduando do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.r.santana@outlook.com.br

⁶⁵ Docente do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: sebastiao.portela@uniceplac.edu.br

⁶⁶ Docente do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: washington.ribeiro@uniceplac.edu.br

⁶⁷ Graduanda do Curso de Sistemas de Informação, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: yasminchristinaw@gmail.com

Parte 1 - O nosso grupo e o monitoramento da presença feminina nos cursos de TI do Uniceplac: O grupo se formou em 2024 com a apresentação de uma proposta de Iniciação Científica para o Núcleo de Extensão do Uniceplac cujo foco era agregar estudantes do sexo feminino dos cursos de TI em torno de atividades investigativas e tecnológica. O projeto iniciou com seis integrantes meninas e dois meninos. Finalizou o ano com três mulheres e manteve a quantidade de participantes do sexo marculino que desempenharam papel de apoio nas ações e formação específica nos conhecimentos cruciais para o desenvolvimento das diversas etapas do projeto. No período de vigência, as reuniões presenciais ocorreram uma vez por semana para avaliação, acompanhamento e definição de tarefas online. Foram utilizadas a metodologia de desenvolvimento Scrum (SCRUM, 2024) e o Trello (ATLASSIAN, 2024) como uma plataforma online para organizar, gerenciar e permitir o compartilhamento das ações. A figura 1 ilustra a organização das tarefas do grupo no Trello.

[illegible]

Nessa parte do projeto o objetivo principal foi acompanhar a presença feminina nos cursos de TI do Uniceplac para levantar dados que possam ser transformados em propostas concretas para ampliar as oportunidades e garantir a permanência das meninas na área de tecnologia. Os processos de monitoramento foram realizados por meio de formulários do Google forms aplicados em dois momentos, um no segundo semestre de 2024 e outro no primeiro semestre de 2025. Os dados do primeiro foram desconsiderados, pois a quantidade de feedbacks foram insignificantes em função do formato aberto das questões, mas serviram para teste e ajuste das perguntas para o segundo questionário. O questionário de 2025, por sua vez, envolveu 20 questões divididas em 5 categorias: fatores que influenciam a escolha da área de TI; rede de apoio; desempenho acadêmico; convivências na TI enquanto mulher e oportunidades no mercado de trabalho. Foi aplicado no início do semestre de 2025 com 73 respondentes sendo 68% do curso de ADS, 26% de Engenharia de Software e 6 do curso de Sistemas de Informação.

Parte 2- O *Aedes aegypti* e a necessidade de controle populacional do mosquito: O mosquito *Aedes aegypti*, popularmente conhecido como mosquito da Dengue, teve sua origem no Egito e se espalhou pelo mundo, especialmente nas regiões tropicais e subtropicais. Ele é um inseto pequeno, medindo cerca de 1 cm, com coloração preta ou marrom escuro, dois pares de asas translúcidas e três pares de patas. Sua principal característica são as faixas brancas que ornamentam seu corpo. Este mosquito é amplamente reconhecido por ser o principal vetor de doenças como Dengue, Zika e Chikungunya. A alta infestação desse mosquito e o aumento dos casos de infecção no Brasil geraram a necessidade de monitoramento e prevenção para proteger a população das doenças que ele transmite (Instituto Oswaldo Cruz-Fiocruz, 2018). Houve um alarmante crescimento de casos de dengue no Brasil no ano de 2024 no período de janeiro a outubro em relação ao ano passado, chegando a uma marca de 6,5 milhões de casos prováveis, como apontado pelo Painel de Monitoramento das Arboviroses do Ministério da Saúde, dessa forma ultrapassando em 400% os números registrados no mesmo período do ano anterior. Decorrente dessa situação o governo vem conscientizando e mobilizando a comunidade em relação a prevenção a propagação da população do mosquito *Aedes aegypti* instruindo-a sobre ações que podem ajudar na sua contenção. Porém, além disso, também foram desenvolvidas maneiras de monitoramento e controle. Existe atualmente uma armadilha chamada "Adultrap", desenvolvida pela empresa Berdon, que tem como finalidade capturar o mosquito *Aedes aegypti* para auxiliar na detecção e no monitoramento da população do mosquito numa determinada região. Instalou-se no interior dessa armadilha um ESP32, que consiste num microcontrolador com conectividade Wi-Fi e Bluetooth, amplamente utilizado em projetos de Internet das Coisas (IoT). Assim, uma câmera integrada ao dispositivo captura as imagens do mosquito preso num anteparo no interior da armadilha e envia via Wi-Fi para uma nuvem. Através da inteligência artificial (visão computacional) a imagem é trabalhada para identificar quais mosquitos são da espécie desejada na contagem. Na figura 2, observa-se o aparato final montado e pronto para ser testado.

Figura 2 - Aparato montado e pronto para teste

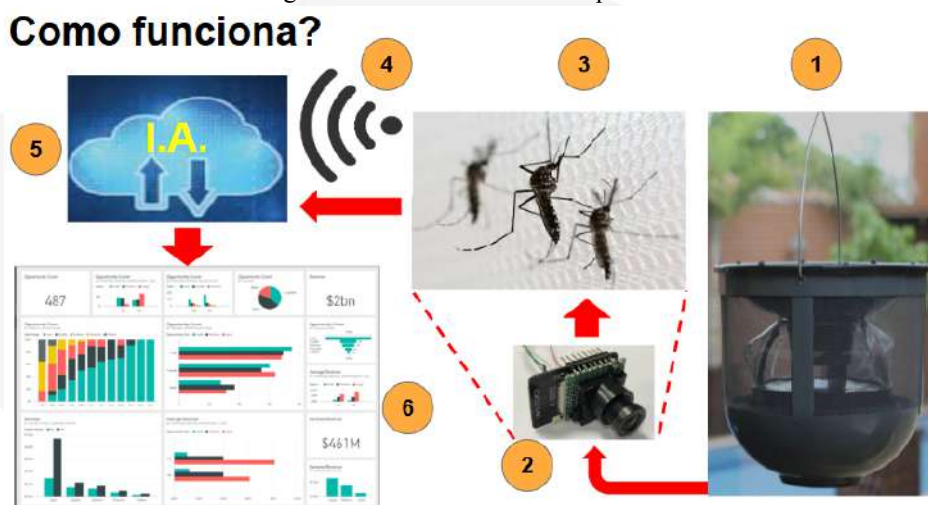


Fonte: arquivo dos autores



Na figura 3, apresenta-se um diagrama do funcionamento do dispositivo

Figura 3 - Como funciona o dispositivo



Fonte: arquivo dos autores

A sequência representada na figura 3 pode ser interpretada como:

- 1- O mosquito é capturado na Adultrap;
- 2-3-Uma imagem do mosquito é gerada pela Cam;
- 4- A imagem é enviada pelo Esp 32 para a nuvem via Wi-Fi;
- 5- A imagem é processada pela IA;
- 6- Um dashboard é gerado para acesso das autoridades sanitárias responsáveis.

Resultados: Serão apresentados os resultados obtidos nas duas partes desenvolvidas: o questionário para as meninas e o desenvolvimento do trabalho com a IA. A análise do questionário aplicados às meninas dos cursos de TI no 1º semestre de 2025, revelou os achados de cada categoria:

Categoria 1: Fatores que influenciaram na escolha da área de TI.

Observou-se que conseguir uma oportunidade no mercado de trabalho foi a resposta mais recorrente, indicando que as mulheres estão atentas às oportunidades do setor e encorajadas a concorrer a uma vaga e aproveitar a tendência de crescimento da TI no mundo. Isso pode ser reforçado pela segunda resposta mais frequente “interesse em tecnologia e nos sistemas computacionais”. O uso das tecnologias da informação vem passando por transformações, tanto do ponto de vista da disponibilidades de aplicativos para todos os tipos de tarefas que facilitam as atividades humanas, como na ampliação do acesso proporcionado pelos celulares. As mulheres estão conectadas com essas transformações e isso pode impactar no aumento do interesse nos processos de funcionamento dos sistemas. Nas respostas observou-se ainda que as meninas se inspiram em familiares que já atuam na área de TI e que foram incentivadas por trabalhos de “gênero e de desenvolvimento tecnológico” realizados na escola básica. O incentivo de familiares parece contraditório num primeiro olhar, contudo, percebe-se que a sociedade está mais aberta e decidida a apoiar as decisões formativas pessoais, independente da relação culturalmente reinante que determinadas profissões devem ser exercidas por homens ou por mulheres. Essa desconstrução cultural tem forte influência dos trabalhos desenvolvidos na educação básica, como indicado pelas respondentes.

Categoria 2: Rede de apoio.

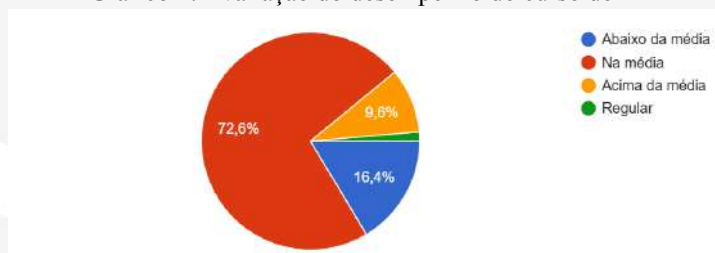
Numa escala de 1 a 5, 74% das respondentes indicaram ter grande apoio dos familiares na escolha por fazer um curso de TI e somente 4,1% apontaram falta de apoio. Com relação a

impressão social sobre uma mulher fazer um curso de TI, 45,8% das respondentes indicaram que a impressão sempre foi muito positiva contra 26,4% medianamente positiva. Esses resultados apontam que apesar dos avanços, no cômputo popular geral, há preconceito com relação à presença feminina na TI, uma vez que foi construído ao longo do tempo que essa área é potencialmente dos homens que apresentam mais habilidades em cálculo e raciocínio lógico. Há necessidade de mais ações para mudar essas concepções.

Categoria 3: Desempenho acadêmico

Na categoria vivência acadêmicas 9,6% indicam que estão acima da média com relação ao desempenho no curso, 72,4% indica que estão na média com relação e 16,4% abaixo da média, como pode ser observado no gráfico 1.

Gráfico 1: Avaliação do desempenho do curso de TI



Fonte: Arquivo dos próprios autores

Esses dados revelam que a grande maioria das meninas tem desempenho acadêmico dentro da média, fato que coloca em xeque as visões de que as meninas não apresentam habilidades para a área. Entretanto, observa-se que por volta de uma em cada seis meninas apresentam dificuldades principalmente ligadas a programação, desenvolvimento de códigos, administração do tempo para conciliar o curso com outras tarefas dos afazeres feminino. Então, é necessário criar grupos de apoio para as mulheres no ambiente acadêmico, inclusive para aumentar a participação em projetos extras de extensão e iniciação científica, uma vez que somente 26% indicaram participação em atividades dessa natureza contra 72,6% que indicaram que não tiveram oportunidade. O estímulo à presença feminina na TI, passa por estudar como colocar em prática as sugestões que foram dadas para melhorar o desempenho: mais aulas práticas do que teórica, aproximação do currículo com o mercado de trabalho, ter mulheres no corpo docente do curso e melhorar a relação aluno computador.

Categoria 4: Convivências na TI enquanto mulher.

Contatou-se que a convivência na TI enquanto mulher apresenta-se como uma categoria que exige amplo debate na instituição, pois apesar de quase 80% nunca ter presenciado discriminação no curso pelo fato de ser mulher, constatou-se que 21,9% já enfrentou problemas em função do gênero. Foi apontado que colegas de sala desacreditam em falas e opiniões das meninas assim como nas lideranças das mesmas nos trabalhos. Não menos grave, constatou-se que 9,7% delas já sofreram assédio no Uniceplac através de atitudes invasivas da privacidade por colegas de classe, assédio verbal e olhares maliciosos. Apesar de incidir num número reduzido de meninas, essas atitudes devem cessar e o respeito prevalecer, o que pode ser realizado com campanhas internas abordando o assunto. As sugestões identificadas: criar cartazes abordando o tema na instituição, oferecer palestras e rodas de conversa sobre gênero e respeito, criar canais de denúncia seguros, incentivar professoras e monitoras mulheres.

Categoria 5: Oportunidades no mercado de trabalho

Apesar dos recorrentes relatos de não ter observados distinção de gênero no mercado de trabalho, com mais de 65% indicando que são bem acolhidas nos ambientes profissionais, há relatos de 33,3% das respondentes indicando que suas recomendações técnicas foram vistas

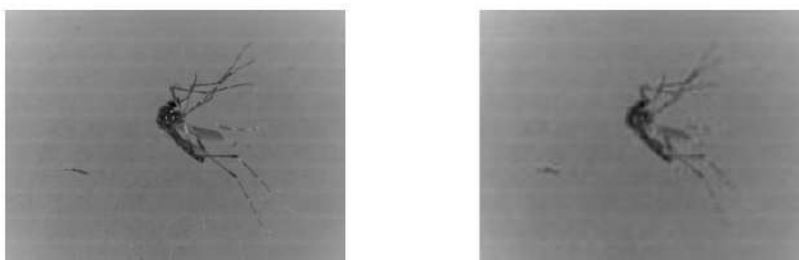
com ressalvas, que as contratações levam em consideração a beleza e que há diferenças salarial entre os homens e mulheres. Como é uma área dominada por homens, as respondentes acreditam que a presença feminina tende a reverter essas situações. Finalizando a apresentação e análise da primeira fase, infere-se que a situação das mulheres no mundo acadêmico e no mercado de trabalho tem melhorado, fruto das investidas governamentais e da sociedade plural na compreensão das especificidades e necessidades femininas. Mais especificamente na área de TI, o interesse feminino tem aumentado, fato que exige ações voltadas a esse público, como foi apontado. No segundo semestre de 2025 um novo questionário será aplicado e os dados serão confrontados para novas inferências. No desenvolvimento do sistema de monitoramento da população de *Aedes Aegypti*, por sua vez, evidenciou-se que os testes do protótipo de contagem de mosquito utilizando a Inteligência Artificial evidenciaram dificuldades técnicas na obtenção de imagens de qualidade adequadas para a análise. Durante o desenvolvimento do algoritmo, dois desafios foram enfrentados: o alto consumo de memória e a limitação do poder computacional. O conjunto de imagens utilizado possuía altíssima resolução, essencial para distinguir espécies de mosquitos. No entanto, esse fator levou ao estouro de memória da GPU, tornando inviável o treinamento do modelo. Como apontado por Goodfellow e Yoshua Bengio em *Deep Learning (2016)*, modelos de aprendizado profundo são altamente dependentes da capacidade computacional, especialmente ao lidar com imagens de alta definição. Diversas técnicas foram testadas para mitigar esse problema, como a conversão das imagens para escala de cinza e a redução do batch size. Contudo, nenhuma dessas estratégias foi suficiente, levando à necessidade de aplicar redimensionamento das imagens. Após testes, chegamos à resolução de 128x128 na qual a GPU conseguia suportar. A figura 2 mostra a utilização da GPU em função da qualidade da imagem.

Figura 2. Utilização da GPU em função da qualidade da imagem



Entretanto, essa solução gerou uma limitação: a perda de detalhes essenciais para a classificação das espécies. Conforme demonstrado por François Chollet em *Deep Learning com Python (2021)*, a redução excessiva da resolução pode comprometer drasticamente a extração de características visuais, tornando a diferenciação entre espécies impossível mesmo para modelos avançados de inteligência artificial. A figura 3 ilustra a perda da qualidade da imagem após o tratamento computacional.

Figura 3. Imagem intacta (a esquerda) e uma imagem redimensionada (direita).



Diante dessas dificuldades, a abordagem alternativa será a identificação acústica, uma técnica de menor exigência computacional. Estudos anteriores demonstram que o padrão de batimento das asas do *Aedes aegypti* tem frequências predominantes de 484 Hz (57%), 442 Hz (37%) e entre 507-1200 Hz (6%) (NUNES, 2020; SILVA, 2023). Essa solução será implementada em uma fase posterior por meio de sensores sonoros, explorando a robustez da classificação baseada em áudio, conforme discutido por Dan Stowell em *Computational bioacoustics with deep learning: a review and roadmap* (2022).

Considerações Finais: As atividades desenvolvidas no projeto cumpriram dupla função, pois compriu com o objetivo de entender, integrar e valorizar a presença feminina nas tecnologias e desenvolver e testar em bancada um dispositivo com potencial de impacto social relevante. No primeiro caso, iniciamos com cinco estudantes do sexo feminino e finalizamos com três, fato que representa 60% de efetividade. Com a participação de auxiliares do sexo masculino, foi possível compartilhar ideias, discutir a questão do respeito, trocas de experiências e aprendizados coletivos. Nessa integração foi evidente a relevância do papel gerencial das estudantes meninas no desenvolvimento e acompanhamento do projeto. Foi notório também a facilidade com que elas organizam as ideias textualmente e oralmente com habilidades comunicativas superiores aos meninos. Como recomendação, a instituição pode abrir mais oportunidades de participação das meninas nos projetos de extensão e iniciação científica na área de TI, programas de estágios direcionados às meninas e trabalhos para escuta sensível para atender as demandas específicas das mulheres nas tecnologias. No que diz respeito ao desenvolvimento do protótipo da armadilha automatizada com IA, foi relevante o aprendizado proporcionado, tanto no que diz respeito à utilização de sistemas como o ESP 32 como a visão computacional associada a IA. Esses conhecimentos poderão ser utilizados na continuidade do trabalho com foco na identificação acústica, uma vez que a ideia é viável, tem baixo custo de construção e implementação, é escalável, reduz os custos do processo de monitoramento da população de mosquito e contribui no controle de uma doença que tem causado mortes e danos à população.

Palavras-chave: representatividade feminina; STEM (Ciência, Tecnologia, Engenharia e Matemática); iniciação científica; estereótipos de gênero.

REFERÊNCIAS

ATLASSIAN. **Sua super ferramenta de produtividade.** Disponível em: <https://trello.com/pt-BR/tour>. Acesso em: 12 de maio de 2024.

LIMA Jr, P. R. M.; REZENDE, F.; OSTERMANN, F. Diferenças de Gênero nas Preferências Disciplinares e Profissionais de Estudantes de nível médio: relações com a educação em ciências. **Ensaio: Pesquisa em Educação em Ciências**, v. 13, 2011.

IBGE. **Síntese de Indicadores Sociais – uma análise das condições de vida da população brasileira.** Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/indicadoresminimos/sinteseindicsoais2010/SIS_2010.pdf. Acesso em: 17/04/2022.

BRASIL. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico 2022.** Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/>. Acesso em 31 de janeiro de 2024.



BRASIL, **Meninas nas Ciências Exatas, Engenharias e Computação**. Disponível em: <https://www.gov.br/cnpq/pt-br/cnpq-mcti-mmulheres-n-31-2023-meninas-nas-ciencias-exatas-engenharias-e-computacao.pdf/view>. Acesso em: 31 de março de 2024.

CASAGRANDE, LINDAMIR SALETE; LIMA E SOUZA, ÂNGELA MARIA FREIRE DE. Para além do gênero: mulheres e homens em engenharias e licenciaturas. **Rev. Estud. Fem.** 24(3).Sep-Dec 2016.

INSTITUTO OSWALDO CRUZ. **Conheça o comportamento do mosquito Aedes aegypti**. Disponível em: <http://www.fiocruz.br/ioc/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?infoid=571&sid=32>>. Acesso em: 6 de Junho de 2024.

INSTITUTO OSWALDO CRUZ. **Origem do mosquito Aedes aegypti**. Disponível em: <http://www.fiocruz.br/ioc/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?infoid=571&sid=32>>. Acesso em: 1 de Maio.2024.

MANCINI, Mônica. **Internet das Coisas: História, Conceitos, Aplicações e Desafios**. Disponível em: <https://pmisp.org.br/documents/acervo-arquivos/241-internet-das-coisas-historia-conceitos-aplicacoes-e-desafios/file>>. Acesso em: 25 de Abril de 2024.

SCRUM. **The Home of Scrum**. Disponível em: www.scrum.org. Acesso em: 12 de maio de 2024.

UNESCO. **Mapeamento de iniciativas de estímulo de meninas e jovens à área de STEM no Brasil**. Brasília-DF: UNESCO Office in Brasilia , 2022. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380903>. Acesso em: 31 de março de 2023.



Multiplicadores em educação sanitária

Lorena Ferreira Silva⁶⁸

Margareti Medeiros⁶⁹

Alana Vitória Farias de Souza; Ana Carolina Almeida de Souza; Andressa Franco Silva; Danilo da Silva Grangeiro; Hyago Oliveira de Costa; João Victor Pereira de Lima; Júlia da Silva Monteiro; Kaio Lucas de Sousa Freitas; Kelly Cristina de Souza Oliveira; Maria Clara Alves Leal; Maricelia Gomes Lopes; Matheus de Miranda; Rebeca Evangelista da Silva; Raylene do Nascimento Santos; Yasmin Gonçalves Fonseca⁷⁰

Introdução: A educação sanitária em defesa agropecuária envolve o processo de disseminação, construção e apropriação de conhecimentos, por parte dos participantes das diversas etapas das cadeias produtivas. Essas encontram-se associadas às atividades agropecuárias e a população em geral, relacionados com a saúde animal, sanidade vegetal e qualidade dos produtos, subprodutos e insumos agropecuários (BRASIL, 2008). Em projetos de extensão, os alunos são os multiplicadores do conhecimento para os produtores e estudantes de escolas rurais. Estabelecer uma relação igualitária no processo educativo com produtores rurais, estudantes, professores e demais membros da sociedade é uma forma dos profissionais da área de defesa agropecuária construir uma prática que objetive o crescimento e desenvolvimento pessoal e comunitário, que colabore para a formação humana integral de todos os envolvidos (PINTO e NICHELE, 2021). Essas ações de educação em saúde direcionadas à vigilância sanitária colaboram com a promoção da saúde, considerando que as políticas de promoção da saúde levem a condições favoráveis aos indivíduos e de suas comunidades no pressuposto ético de defesa da vida e do desenvolvimento humano (BRASIL, 2002). Com base na educação sanitária e com o intuito de adquirir competência para prática da área da inspeção agropecuária, torna-se necessário o conhecimento aprofundado e sob orientação de profissionais atuantes na área, que foi concebido através do projeto de extensão Multiplicadores em educação sanitária aos alunos de medicina veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (UNICEPLAC) em parceria com a Secretaria de Estado da Agricultura, Abastecimento e Desenvolvimento Rural (SEAGRI) do Distrito Federal.

Metodologia: O UNICEPLAC mantém uma parceria com a SEAGRI com o objetivo de promover ações de Educação Sanitária. Para tanto, o curso de medicina veterinária da instituição mantém um grupo de alunos e professores envolvidos no projeto que realiza ações na comunidade e escolas da região levando conhecimento e educação sanitária em suas diversas abrangências. Tem-se como público-alvo principal das atividades os alunos do UNICEPLAC e alunos de ensino infantil, básico e fundamental, de escolas do Distrito Federal, tanto públicas quanto particular, com o propósito de disseminação do conteúdo. As atividades eram estabelecidas de acordo com as demandas da cooperação. Como forma de adquirir conhecimentos sobre a temática do projeto, os alunos participaram de palestras, eventos e minicursos, listados a seguir: - Participação de feiras agropecuárias, auxiliando os veterinários da SEAGRI. Foram realizadas atividades como vistoria dos animais e das respectivas documentações: Guia de Trânsito Animal (GTA) e da vacinação dos animais, a

⁶⁸ Docente do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: lorena.silva@uniceplac.edu.br

⁶⁹ Docente do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: margareti.medeiros@uniceplac.edu.br

⁷⁰ Graduandos do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

realização de testes de Brucelose e Tuberculose, entre outros. - Palestra sobre Biossegurança em suínos, com a participação de representantes da SEAGRI e de alunos da medicina veterinária do UNICEPLAC. - Realização de um curso de extensão, para os alunos, de três dias, que contou com palestras ministradas por médicos veterinários da SEAGRI sobre Brasil livre de aftosa; Programa de vigilância na zona livre de peste suína clássica; Vacinação de brucelose; Saúde das abelhas; Influenza aviária; Sanidade de Animais Aquáticos; e Avaliação macroscópica de aves ou de peixes (a depender do discente). Ao final do evento foram realizadas oficinas para executar atividades temáticas sobre doenças específicas de notificação obrigatória, ressaltando a importância do cadastro das propriedades e do GTA, com o objetivo de realizar outros eventos. - Ação na feira AgroBrasília 2024, sobre influenza aviária, com a produção de um teatro sobre influenza aviária abordando a temática de prevenção e controle da doença. Durante o teatro houve interação com perguntas e distribuição de brindes e folders explicativos sobre a doença, sendo aplicado um questionário lúdico para os alunos. - Ação em uma escola pública e de ensino médio sobre Síndrome respiratório e nervosa em aves para 50 alunos de 16 anos de idade. Inicialmente foi realizada com recursos visuais e uma linguagem acessível uma palestra que abordou principalmente a doença de *Newcastle* e a Influenza Aviária, suas causas, sintomas, formas de prevenção e impacto na saúde animal e na avicultura. Ao final, foi promovida uma dinâmica interativa, com um jogo de perguntas relacionadas ao conteúdo de maneira lúdica e participativa. - Três ações em uma escola rural e pública do Gama com as seguintes temáticas e público-alvo: Influenza aviária para 38 alunos de 4 a 6 anos de idade; Síndrome vesicular em bovinos e suínos para 34 alunos de 10 a 11 anos; e Síndrome nervosa em animais a campo para 60 alunos de 7 a 9 anos de idade. No primeiro grupo, a atividade foi iniciada com uma música infantil que abordava os cuidados com a gripe aviária, e após foi apresentado o conteúdo por meio de imagens e um questionário simples sobre aves, cadastro e GTA, incentivando as crianças a participarem ativamente. A apresentação foi concretizada com uma atividade para colorir relacionada ao tema. No segundo grupo, executou-se uma atividade interativa e educativa com slides e um vídeo interativo abordando a febre aftosa e seus impactos na saúde animal, humana e na segurança alimentar. Posteriormente realizou-se um jogo de tabuleiro interativo, com quatro equipes contendo um "peão" usando máscaras temáticas (suíno, bovino, caprino e ovino), no qual foram realizadas perguntas sobre o conteúdo para melhor fixação dos alunos. No último grupo, realizou-se uma apresentação de lúdica e ilustrativa sobre os principais sinais e doenças que animais à campo apresentam correlacionados com a síndrome nervosa, com ênfase na raiva animal, e na importância do cadastro dos animais e do GTA. Após, foi feito um *quiz*, onde os alunos interagiam respondendo às perguntas realizadas, e para fixar desenhos para colorir sobre o tema. - Ações sobre peste suína clássica em uma escola rural particular no Gama. A primeira, que ocorreu em duas etapas contou com a presença de 25 alunos de 6 a 9 anos de idade. Inicialmente, realizou-se uma apresentação do tema com slides e um teatro com fantasias que abordavam os sinais clínicos, as causas e as formas de transmissão da doença, de forma simples e descontraída. Em seguida, realizou-se cinco atividades: jogo dos erros e acertos (as crianças marcavam nas imagens quais itens poderiam estar presentes no ambiente de vivência dos suínos); amarelinha (elas deveriam pular os alimentos que suínos poderiam comer); pintura (para colorir representações dos sinais clínicos); um curral com balões simbolizando animais e objetos (elas deveriam apontar objetos a serem removidos da área dos animais); e um campo do médico veterinário (para cada atividade finalizada corretamente as crianças recebiam um GTA para ter a permissão de troca de atividade). - Ação, sobre peste suína clássica, realizada com 96 alunos de 6 a 11 anos. Iniciou-se com slides e uma encenação teatral com um fazendeiro e duas médicas veterinárias, e a narrativa girava nos porcos doentes do fazendeiro e nas medidas necessárias com a propriedade. Em seguida, realizou-se um jogo na quadra da escola com perguntas

relacionadas ao tema, e as crianças, divididas em cinco grupos, tinham a oportunidade de escolher e responder as perguntas, por meio da competição saudável e da troca de conhecimentos entre os grupos.

Resultados e Discussão: Foram geradas diversas atividades extensionistas em diferentes áreas e temáticas da sanidade animal, que incluíram a abordagem de várias espécies, como aves, suínos, bovinos, equinos, abelhas e peixes. Como parte das atividades, ocorreram palestras e atividades presenciais em escolas e eventos rurais, e todas as atividades eram propostas e acompanhadas por um agente da SEAGRI, e várias vezes incluíam estudantes externos, que enriquecia as atividades por gerar diferentes visões. Além do que foram desenvolvidos materiais educacionais que poderão ser utilizadas futuramente, como jogos e apresentações, teatros, caça-palavras, desenhos, entre outros. Foram utilizados diversos métodos de ensino, como por exemplo músicas e teatros, que não apenas atraía a atenção das crianças, mas também estabeleciam um clima divertido e interativo, e uma conexão com o tema. A integração de elementos visuais e dinâmicas práticas provaram ser eficaz no aprendizado dessa faixa etária, reforçando conceitos de saúde única e de educação sanitária. Aparentemente, as dinâmicas de aprendizagem ativas foram recebidas com entusiasmo e interesse das crianças, que participaram de variadas atividades, que apresentavam não só sobre as doenças dos animais, mas também abordavam a importância do GTA e do cadastro das propriedades rurais. Durante as dinâmicas realizadas para os estudantes externos com uma ampla faixa etária (entre 4 a 16 anos de idade), grande parte dos alunos conseguiam responder corretamente às perguntas, evidenciando que os conceitos apresentados foram assimilados, e mesmo os que não haviam respondido corretamente eram corrigidos, elucidando melhor o conteúdo. O resultado gerado e pelo *feedback* recebido das escolas e dos alunos do UNICEPLAC, acredita-se que conseguimos não apenas informar sobre temas relevantes e a importância da medicina veterinária, mas também despertar uma consciência crítica acerca da saúde animal e dos cuidados sanitários necessários. Com isso, a compreensão e a assimilação do tema foram claramente demonstradas, confirmando que o objetivo de transmitir conhecimento de forma lúdica e educativa foi alcançado, tanto para os alunos das escolas quanto para os alunos do projeto de extensão. Por fim, a parceria entre instituições de ensino e órgãos de governo é fundamental para o esclarecimento da população sobre a educação sanitária, proporcionando educação, mobilização comunitária e uma resposta eficaz a crises de saúde pública.

Considerações Finais: O presente projeto proporcionou aos alunos participantes a vivência em diversas áreas da medicina veterinária, principalmente na agropecuária, além de propiciar que eles atuassem como multiplicadores de educação sanitária. O projeto atingiu o fim esperado, pois além de levar conhecimento teórico e prático aos alunos, teve efeitos positivos a comunidade externa e aos estudantes da UNICEPLAC. O surgimento desse projeto e a sua consolidação representam a materialização do conceito de trabalho acadêmico como princípio educativo na formação de profissionais humanos, coincidindo a prática profissional e educativa com a comunidade externa.

Palavras-chave: defesa agropecuária; extensão; medicina veterinária.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Instrução normativa nº 28, de 15 de maio de 2008.** Institui o Programa Nacional de Educação Sanitária em Defesa Agropecuária. Diário Oficial da União de 16/05/2008, Seção 1, p.1. 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.

PINTO, E.S.; NICHELE, A.G. **Educação Sanitária em Defesa Agropecuária: Entrelaçamentos com a Educação Profissional e Tecnológica e a Educação Popular em Saúde**. Trabalho & Educação. v. 30, n. 2, p.69-80. 2021.



Territórios Saudáveis: iniciativas integradas de sustentabilidade e saúde única em comunidade de assentados

Manuella Rodrigues de Souza Mello⁷¹

Túlio César Neves⁷²

Ana Carolina Rezende Penha⁷³

Rian Lucas Santos Marques⁷⁴

Ana Beatriz Flor⁷⁵

Aglai Antonieta Bento Cavalcanti Ferreira⁷⁶

Introdução: A relação entre os seres humanos e os animais presentes no ambiente remonta aos primórdios da civilização, inicialmente voltada à subsistência, e posteriormente marcada pelo desenvolvimento de vínculos afetivos. Atualmente, essa correlação nunca esteve tão fortalecida, especialmente no Brasil, onde a média é de 1,72 cães e 2,01 gatos por família (Mura, 2021). Nesse contexto, comunidades e assentamentos rurais apresentam um cenário singular de desafios. A convivência próxima entre humanos, animais domésticos e silvestres, associada a limitações estruturais, como o saneamento básico precário e o acesso restrito a serviços veterinários, intensifica os riscos de zoonoses e outros agravos à saúde pública. Para enfrentar esses desafios, é fundamental a implementação de ações integradas e sustentáveis capazes de mitigar riscos que afetam o bem-estar, a segurança e a saúde nos âmbitos humano, animal, vegetal e ambiental, conforme propõe a abordagem da Saúde Única (Alves Filho; Ribeiro, 2014; Baquero; Peçanha, 2021). Dessa forma, o presente trabalho relata uma ação comunitária realizada na sede da Associação de Pequenos Produtores do Assentamento 10 de Junho, criado em 2014 no âmbito do Programa de Assentamento de Trabalhadores Rurais (PRAT), localizado na região de Ponte Alta, no Distrito Federal. Com uma área aproximada de 159 hectares, o assentamento tem como foco o desenvolvimento agrícola sustentável e o fortalecimento das comunidades assentadas. A iniciativa teve como objetivos identificar as principais necessidades da comunidade local, com o intuito de subsidiar futuras intervenções, além de promover palestras, oficinas e rodas de conversa voltadas ao bem-estar animal, à abordagem da saúde única e à geração de renda por meio da produção animal. Esta ação, a primeira realizada pelo UNICEPLAC na localidade, caracteriza-se como uma iniciativa pioneira, reforçando o compromisso da instituição com a promoção da saúde e da cidadania em territórios vulneráveis do Distrito Federal. O relato a seguir apresenta as atividades desenvolvidas e discute seus impactos no fortalecimento da saúde comunitária, no vínculo entre pessoas e animais e na difusão de práticas sustentáveis.

Metodologia: A ação comunitária no Assentamento 10 de Junho foi planejada e executada por estudantes e docentes dos cursos de Medicina Veterinária, unindo as propostas executadas

⁷¹ Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: manuella.mello@uniceplac.edu.br

⁷² Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: tulio.neves@uniceplac.edu.br

⁷³ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: anacarolinarpenna@gmail.com

⁷⁴ Graduando do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: rianlucassantosmarques@gmail.com

⁷⁵ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: anabeatrizflor14@gmail.com

⁷⁶ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: aglaibc@gmail.com

em projetos integradores nos eixos de produção sustentável e saúde única. A programação contou com três estações: a) Palestras e Rodas de Conversa: conduzidas por docentes e alunos, abordaram temas como saúde única, prevenção de doenças, bem-estar animal e geração de renda com base na produção animal, com intuito de criar espaços para a troca de experiências, esclarecimento de dúvidas e levantamento de necessidades da comunidade, com o suporte interdisciplinar de uma docente do curso de Direito; b) oficinas educativas direcionadas a crianças e adultos com a distribuição de materiais educativos e atividades lúdicas, para promover a conscientização sobre higiene, meio ambiente, zoonoses, nutrição e castração; c) um posto veterinário, com oferta de vacinação antirrábica, triagem clínica de animais com suspeita de leishmaniose, orientação sobre guarda responsável e manejo populacional de cães e gatos. Os atendimentos foram registrados em fichas padronizadas de controle com dados dos tutores, animais atendidos e vacinas aplicadas. A avaliação da ação foi qualitativa, com base em depoimentos espontâneos, observações dos facilitadores e registros em formulários.

Resultados e Discussão: A ação comunitária atendeu cerca de 15 famílias, principalmente mulheres e crianças, mobilizadas pelas lideranças comunitárias. As palestras destacaram temas relevantes para a realidade local, como a saúde ambiental e seu impacto nas doenças humanas e animais e estratégias para geração de renda na produção animal, promovendo reflexões sobre formas de diversificar a renda das famílias, utilizando recursos locais de forma sustentável. Foi perceptível interesse da comunidade por soluções práticas e sustentáveis, como o uso do galinheiro móvel, uma estrutura que requer baixo investimento, é de fácil manejo e pode oferecer retorno financeiro significativo por meio da produção de ovos e carne. Durante as rodas de conversa, as mulheres relataram impactos socioambientais vivenciados em 2024, como queimadas causadas pelo uso inadequado do fogo. O tema foi integrado à discussão sobre práticas sustentáveis, demonstrando a importância do saber local. A escuta dessas vivências fortaleceu os vínculos entre os extensionistas e os participantes, consolidando o papel da extensão universitária como mediadora de saberes e promotora de soluções participativas e integradas às necessidades reais da comunidade. As oficinas abordaram temas como higiene, cuidados básicos, prevenção de zoonoses, importância da castração por meio de atividades voltadas para crianças e adultos com quebra-cabeças, desenhos de colorir, jogo da memória e o jogo “Mito ou Fato” com conhecimentos populares em relação ao bem-estar e saúde única. O posto veterinário resultou no atendimento de aproximadamente 60 animais, com destaque para vacinação antirrábica, triagem clínica de cães com suspeita de leishmaniose e orientações técnicas aos tutores. Equipes volantes também realizaram atendimentos em residências próximas ao local do evento, onde foi observada uma elevada quantidade de filhotes de cães e gatos com acesso irrestrito a áreas de vegetação. Essa situação configura um cenário de risco não apenas para a saúde dos próprios animais e dos tutores, mas também para a fauna silvestre e o equilíbrio ecológico local. A presença de animais errantes e o aumento da densidade populacional de cães e gatos em situação de abandono ou feralidade⁷ favorecem a proliferação de zoonoses e ameaçam a conservação da biodiversidade (Galetti; Sazima, 2006). Para mitigar esses riscos, torna-se evidente a necessidade de ações intersetoriais contínuas para garantir que práticas preventivas, como a castração, vacinação e a guarda responsável dos animais. Além disso, outros autores já evidenciaram a importância de projetos sustentáveis para o desenvolvimento humano em populações vulneráveis (Alves Filho; Ribeiro, 2014; Baquero; Peçanha, 2021). A participação da comunidade foi expressiva, especialmente nas oficinas com crianças e nas rodas de

⁷ “Um animal é classificado como feral quando se trata de um animal doméstico que vive em um habitat selvagem, sem alimentos ou abrigo fornecidos por humanos, e que mostra certa resistência ao contato com pessoas” (GALETTI; SAZIMA, 2006).

conversa com produtores e tutores, o que favoreceu a troca de saberes e a construção de vínculos. O envolvimento dos estudantes foi fundamental para o sucesso da atividade, promovendo aprendizado prático, empatia e senso de responsabilidade social. As diferentes frentes de atuação — educativa, clínica e de diálogo — evidenciaram a potência da abordagem interdisciplinar e comunitária. A Figura 1 ilustra os principais momentos do evento, incluindo os atendimentos aos animais, o espaço de rodas de conversa e as atividades educativas com a comunidade local.

Figura 1. Momentos de interação e aprendizado no evento, com roda de conversa, atividades de educação e atendimento aos animais, envolvendo a comunidade e estudantes do UNICEPLAC.



Fonte: Autoria própria (2024).

Considerações Finais: A ação comunitária no Assentamento 10 de Junho cumpriu seu propósito ao promover educação em saúde, bem-estar animal e práticas sustentáveis, com a participação ativa da população local. A partir dos resultados obtidos, recomenda-se a continuidade de iniciativas com ênfase em controle populacional e sanitário de cães e gatos, guarda responsável e educação ambiental. A vulnerabilidade identificada no território revela um campo fértil para atuação de diferentes áreas do conhecimento — como ciências agrárias, da saúde e humanas — por meio de projetos colaborativos e intersetoriais capazes de gerar impactos positivos, fortalecer vínculos, atender às demandas locais e promover soluções sustentáveis. A experiência reforça a relevância das ações extensionistas com enfoque em Saúde Única, especialmente em contextos rurais e vulneráveis, além de demonstrar o potencial de replicabilidade e contribuição significativa para o desenvolvimento humano e a promoção da saúde integral.

Palavras-chave: Saúde Única; Bem-estar animal; Zoonoses; Extensão universitária; Comunidades rurais.

REFERÊNCIAS

ALVES FILHO, José Prado; RIBEIRO, Helena. Saúde ambiental no campo: o caso dos projetos de desenvolvimento sustentável em assentamentos rurais do Estado de São Paulo. **Saúde e Sociedade**, v. 23, p. 448-466, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/sNsCfBSw3hgy3Xdn5QbNDsS/>. Acesso em 03 dez. 2024.

BAQUERO, Oswaldo Santos; PEÇANHA, Érica. **Comunidades e famílias multiespécies: aportes à Saúde Única em Periferias**. (Coleção Democracia, Artes e Saberes Plurais). Universidade de São Paulo. Instituto de Estudos Avançados, 2022. Disponível em: www.livrosabertos.abcd.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/853. Acesso em 8 dez. 2024.

DISTRITO FEDERAL. **Decreto nº 35.326, de 14 de abril de 2014**. Institui o Projeto de Assentamento Distrital 10 de junho, no âmbito do Programa de Assentamento de Trabalhadores Rurais – PRAT, no imóvel Ponte Alta, e dá outras providências. Disponível em: https://www.sinj.df.gov.br/sinj/Norma/76619/Decreto_35326_14_04_2014.html#:~:text=DECRETO%20N%C2%BA%2035.326%2C%20DE%2014,Alta%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAs. Acesso 03 dez. 2024.

GALETTI, Mauro; SAZIMA, Ivan. Impacto de cães ferais em um fragmento urbano de Floresta Atlântica no sudeste do Brasil. **Natureza & conservação**, v. 4, n. 1, p. 58-63, 2006. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Ivan-Sazima/publication/285742299_Impacto_de_caes_ferais_em_um_fragmento_urbano_de_Floresta_Atlantica_no_sudeste_do_Brasil/links/5738afe308aea45ee83eb2ef/Impacto-de-caes-ferais-em-um-fragmento-urbano-de-Floresta-Atlantica-no-sudeste-do-Brasil.pdf. Acesso em 03 dez. 2024.

MURA, Gabriela. **Tendências do mercado Pet Vet para os próximos anos**. COMAC - Comissão de Animais de Companhia. Saúde Animal. SINDAN. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/camaras-setoriais-tematicas/documentos/camara-s-setoriais/animais-e-estimacao/2022/34a-ro-27-07-2022/tendencias-do-mercado-pet-vet-para-os-proximos-anos.pdf>. Acesso 03 dez. 2024.



Grupo operativo com idosos

Bruna Fernandes Silva⁷⁷

Ester Maciel França⁷⁸

Ludmila Gusmão da Cunha⁷⁹

Paulo Henrique Souza Roberto⁸⁰

Introdução: A velhice é um processo natural e inevitável do ser humano, caracterizado por um conjunto de mudanças nas dimensões físicas, mentais e sociais. A aceitação do envelhecimento pode trazer limitações significativas em relação às atividades previamente realizadas com facilidade, o que, muitas vezes, gera angústia e incertezas. Ao analisar o processo de envelhecimento de forma abrangente, no contexto das comunidades próximas ao Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (UNICEPLAC), foi realizado um grupo operativo na própria instituição como estratégia para promover a saúde mental dos idosos da comunidade. Esse grupo tinha como objetivo proporcionar um espaço de interação entre indivíduos da mesma faixa etária e contexto de vida, permitindo o compartilhamento de experiências e o enfrentamento conjunto dos desafios decorrentes do envelhecimento, contribuindo assim para a manutenção da saúde mental e a qualidade de vida nessa nova etapa.

Metodologia: A metodologia utilizada neste projeto foi a participativa, baseada em dinâmica de grupos e discussões orientadas, tendo, neste grupo operativo como público alvo pessoas idosas, com o objetivo de trabalhar os aspectos que permeiam o processo de envelhecimento. Foram realizados no total 7 encontros, os quais ocorreram uma vez por semana, todas as sextas-feiras pela manhã, no Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (UNICEPLAC), tendo início no dia 11/10 e finalização no dia 06/12. Cada sessão teve uma duração de uma hora e meia, e seguiu uma estrutura flexível para atender as necessidades identificadas durante todo o processo. Em cada reunião foram planejadas atividades que estimulam a reflexão e a interação do grupo através de discussões, temáticas exploradas e dinâmicas feitas durante os encontros grupais, a partir das necessidades, interesses e demandas apresentadas pelos participantes do grupo.

Resultados e Discussão: A partir dos encontros feitos pôde ser observado uma mudança no comportamento das participantes que estiveram presentes em pelo menos dois encontros, sendo essa mudança relacionada à abertura que elas passaram a ter para compartilhar sobre si com o grupo. Essa abertura gera um impacto na saúde mental das participantes, considerando que o ato de compartilhar sentimentos e experiências resulta em identificação entre elas, promovendo o bem-estar. Esse bem-estar pode ser percebido pelas falas das participantes, que manifestaram felicidade por estar dentro do grupo e que se sentiam acolhidas e validadas ao estar presente. Durante todos os encontros as participantes entraram nas discussões dos temas escolhidos para aquele dia, fazendo com que as coordenadoras não tivessem problemas em relação a participação delas, a dificuldade encontrada pelo grupo foi o grupo operativo ficar

⁷⁷ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: bruna.silva@psico.uniceplac.edu.br

⁷⁸ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ester.franca@psico.uniceplac.edu.br

⁷⁹ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ludmila.cunha@psico.uniceplac.edu.br

⁸⁰ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br



com um fluxo de participantes instável, tendo encontros com uma ou duas participantes e outros com quatro a seis participantes. Esse fluxo instável de participantes atrapalhou o funcionamento do grupo operativo em si, pois tiveram encontros em que a dinâmica do grupo não ocorreu por conta da quantidade de participantes presentes no dia, fazendo com que a troca de experiências entre elas não acontecesse. De modo geral, o grupo operativo apresentou impactos positivos nas participantes, mas poderia ter sido melhor se todas elas tivessem sido presentes desde o início dos encontros planejados.

Considerações Finais: Podemos concluir que, durante os encontros realizados nos períodos citados, foram percebidos muitos aspectos através da troca de experiências entre os participantes, como: identificação dos temas, relacionados com suas vivências; troca de informações relevantes para promoção de bem-estar físico e emocional pelas próprias integrantes; vínculos formados desde dos primeiros encontros tanto com as coordenadoras do projeto quanto entre as participantes; e as temáticas exploradas durante todo o processo dos encontros foram cruciais para trabalhar temas reflexivos sobre suas vidas familiares, perdas, autoconceito e papéis sociais exercidos durante a vida, que influenciaram suas vidas atualmente. A partir das necessidades percebidas durante o processo de socialização do grupo, as coordenadoras puderam promover debates reflexivos sobre os temas que as próprias participantes trouxeram em suas experiências pessoais, e trabalhar em cima dessas temáticas, o que promoveu impactos positivos de aprendizagem e motivação em todos os envolvidos neste grupo operativo.

Palavras-chave: participantes; encontros; saúde mental.

REFERÊNCIAS

VINCHA, Kellem; SANTOS, Amanda; MANCUSO, Ana Maria. Planejamento de grupos operativos no cuidado de usuários de serviço de saúde: integrando experiências. **Saúde Debate**: Rio de Janeiro, v. 41, n. 114, p. 949-962. Jul-Set, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/KfrjTLhjmjVMjxdpSBxjTVd/>. Acesso em: 02 de outubro de 2024



1ª Mostra de manejo de produção e tecnologia de produtos de origem animal: do campo a mesa

Stefania Marcia de Oliveira Souza⁸¹
Fabiana Fonseca do Carmo Machado⁸²

Introdução: A produção competitiva é baseada em três elementos fundamentais: a genética, a nutrição e o manejo. Cada um deles carrega sua importância em toda cadeia de cultivo, tratamento e criação dos animais de produção. Destaca-se aqui a nutrição como um ponto crucial para o sucesso de um negócio, afinal, o equilíbrio e bem estar do animal refletem na qualidade do produto e por ser um dos fatores de maior representatividade na composição final dos custos de produção (ABIA, 2022). Dessa forma, um bom acompanhamento nutricional começa com a formulação adequada da ração que vai alimentar os animais e da dieta a ser ingerida e a adoção de ferramentas que auxiliam na previsibilidade e planejamento da estratégia nutricional são essenciais. A consequência de uma dieta balanceada é o aumento da produtividade dos animais, da eficiência alimentar, da redução de custos e um cuidado a mais na adoção de práticas mais sustentáveis na produção, uma vez que é ela a responsável por garantir que os animais tenham energia para se manterem saudáveis e fabricarem aquilo que é necessário. Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA) estão associadas ao consumo de alimentos e água contaminados por microrganismos patogênicos, sendo alguns desses grupos utilizados como indicadores dos cuidados higiênico-sanitários e empregados nos produtos de origem animal (POA) (Timm CD, Conceição RCS, Coelho FJO, Roos T.B.; Tejada TS, Quevedo PS, et al, 2007). A salmonelose é uma DTA de ocorrência frequente em todo o mundo. O agente causador é *Salmonella* spp., gênero bacteriano amplamente distribuído pela natureza e utiliza como reservatório o trato gastrointestinal do ser humano e dos animais. A existência de portadores assintomáticos e a persistência de *Salmonella* em alimentos e utensílios contribuem para que este microrganismo assuma relevante importância em saúde pública (Germano PML, 2003). *Salmonella* frequentemente é isolada de produtos de origem animal, como produtos de frango e produtos lácteos, além de se manter viável por longos períodos nesses alimentos. Outro gênero bacteriano relacionado à DTA é *Campylobacter* spp. Esta bactéria utiliza as aves, que são portadoras assintomáticas, como seu principal reservatório. Os frangos de corte são importantes disseminadores da doença, por poder ocorrer contaminação da carne e de seus produtos derivados durante o abate e manipulação. Assim, a promoção de informação quanto ao manejo correto de produção e as tecnologias voltadas para o acompanhamento da sanidade e qualidade dos produtos de origem animal se faz necessário do ponto de vista acadêmico e profissional. O evento tem como objetivo geral promover a interação e a troca de conhecimentos entre o público alvo, pequenos produtores rurais do Gama e entorno e comunidade acadêmica, com alunos de diferentes cursos, como Nutrição, e colaboradores da instituição, com a exposição de produtos de origem animal produzidos a partir do leite (queijos, iogurte, requeijão), carne de bovinos, suínos e aves, além de alimentos que usam em sua produção ovos; pescados e o mel.

Metodologia: O evento foi realizado no ambiente espaço convivência do aluno no dia 13 de novembro de 2024 com a exposição dos alimentos e de Banners explicativos, referente ao

⁸¹ Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

⁸² Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail:

manejo de produção e a tecnologia de análise microbiológica dos alimentos. A produção foi realizada por alunos do 8º e 9º período do curso de medicina veterinária das disciplinas de tecnologia e Inspeção de carne, pescados, ovos e produtos apícolas e Tecnologia e inspeção de leite e derivados. Os alimentos produzidos foram analisados em relação a qualidade microbiológica no laboratório de microbiologia do UNICEPLAC. Também fez parte do evento a exposição da cadeia produtiva de cada produto e a produção animal, com ênfase no manejo alimentar e sanitário para cada espécie, com produção de banner por alunos do 3º período da disciplina de Projeto Integrador.

Resultados e Discussão: O intuito foi estimular a produção de forma artesanal por produtores regionais, visando a qualidade final do produto e agregar valor as produções de pequenos produtores possibilitando a comercialização e assim melhorando a qualidade de vidas agricultores familiares. Além de apresentar ao público o que há de mais inovador e relevante no setor agropecuário para pequenos e médios produtores rurais, os participantes tiveram a oportunidade de explorar conteúdos variados e se atualizar sobre as mais recentes tecnologias do ramo, valorizando a produção sustentável. E, a expectativa é que este evento se torne tradição na instituição. Os resultados demonstraram que há possibilidade de produção de POA de forma artesanal e que estes apresentem qualidade sensorial e microbiológica adequada. Também foi verificado a capacidade de organização por parte dos discentes participantes. Destaca-se que alguns alunos apresentaram dificuldade de desenvoltura e apresentação, mas a maioria produziu o que foi orientado em relação aos produtos alimentícios com características organolépticas adequadas e em relação ao material apresentado ao público, os banners.

Considerações Finais: O principal propósito do evento foi fomentar um conhecimento aprofundado do manejo de produção nas cadeias produtivas, e produtos produzidos a partir do leite (queijos, iogurte, requeijão), carne de bovinos, suínos e aves, além de alimentos que usam em sua produção ovos; pescados e o mel, concentrando-se nas práticas de gestão, inovação tecnológica e sustentabilidade. As ações executadas, proporcionaram aos participantes um entendimento teórico e prático das dinâmicas desses segmentos. A participação em eventos de troca de experiências, como a conferência sobre a produção de ruminantes, também foi importante para expandir o entendimento sobre as conexões entre as diversas cadeias produtivas e as inovações existentes no ramo.

Palavras-chave: inovação tecnológica; análise microbiológica; nutrição animal; extensão rural.

REFERÊNCIAS

ABIA. Associação Brasileira da Indústria de Alimentos. Números do Setor – Faturamento. Associação Brasileira das Indústrias de Alimentação, 2018. Disponível em: Acesso em: 17/08/2022.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PROTEÍNA ANIMAL (ABPA). Relatório Anual ABPA 2021. Disponível em: http://abpa-br.org/wp-content/uploads/2021/04/ABPA_Relatorio_Anual_2021_web.pdf. Acesso em: 17/08/22
Arantes, Alisson R., & Deslandes, M. S. (2017). A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. Sinapse Múltipla, 6(2), 179-183.

Germano PML, Germano MIS. Agentes bacterianos de toxinfecções. In: Germano PML, Germano MIS. Higiene e Vigilância Sanitária de Alimentos. 2nd ed. São Paulo: Varela; 2003.

p. 215-275.

Moraes DCM, Andrade MA, Rezende CSM, Barnabél ACS, Jaymel VS, Nunes IA et al. Sources of infection and antimicrobial susceptibility profile of *Salmonella* sp. isolated in broiler production flow. *Animal Pathology*. 2014;81(3):195-201.

Shinohara NKS, Barros VB, Jimenez SMC, Machado ECL, Dutra RAF, Lima JLF. *Salmonella* spp., importante agente patogênico veiculado em alimentos. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2008;13(5):1675-1683.

Timm CD, Conceição RCS, Coelho FJO, Roos T.B.; Tejada TS, Quevedo PS, et al. Avaliação microbiológica de doce de leite pastoso. *Revista do Instituto Adolfo Lutz*. 2007;66(3):275-277.







C#RPO E SAÚDE

Davi Silva Ramos⁸³

Pedro Henrique Balbino Oliveira Dos Santos⁸⁴

Arthur Proença Vaz De Souza⁸⁵

Ana Laura Moreira Da Silva⁸⁶

João Pedro De Siqueira Jardim⁸⁷

Rômulo Ribeiro Valadares⁸⁸

Introdução: O objetivo principal do Projeto C#rpo e Saúde é de fornecer uma base de conhecimento sólida e abrangente para iniciantes no mundo do fitness. O programa é cuidadosamente elaborado para atender indivíduos que desejam adotar um estilo de vida saudável, com foco em diversos objetivos, como perda de peso, aumento de massa muscular ou simplesmente manutenção de um físico equilibrado. Além de esclarecer dúvidas frequentes e fornecer informações práticas, o programa visa promover o condicionamento físico consciente e seguro. O objetivo é garantir que os participantes não só atinjam os seus objetivos de forma eficaz, mas também o façam de forma sustentável e saudável. A C#rpo e Saúde possui uma abordagem personalizada e pensada para atender às necessidades e objetivos individuais de cada pessoa, fornecendo suporte contínuo e adaptado ao progresso de cada pessoa. O programa não só ensina técnicas e estratégias de treinamento, mas também enfatiza a importância de uma alimentação balanceada, do descanso adequado e do equilíbrio mental, promovendo uma visão holística da saúde. Ao integrar práticas baseadas em evidências científicas e conselhos práticos, a C#rpo e Saúde esforça-se por criar uma comunidade de indivíduos bem informados, capacitando-os a tomar as decisões certas para a sua jornada de fitness. **Justificativa:** O mercado fitness tem apresentado um crescimento significativo nos últimos anos, impulsionado por uma crescente conscientização sobre a importância da saúde e do bem-estar. Nesse contexto, a justificativa do projeto C#rpo e Saúde se evidencia na necessidade de uma orientação adequada para a prática de atividades físicas, que respeite as individualidades e limitações de cada pessoa. A importância de uma orientação adequada é ressaltada por pesquisas que mostram que a personalização das rotinas de exercícios e planos alimentares é crucial para o sucesso a longo prazo e para a prevenção de problemas de saúde (Bamman et al., 2018). De acordo com o site NegóciosSC, o mercado fitness registrou um crescimento médio de cerca de 35% em 2022, com as academias aumentando sua base de clientes em 27,7% e a venda de suplementos alimentares alcançando um incremento de 35,4%. Esses números refletem um interesse crescente da população em adotar um estilo de vida mais saudável. Contudo, o aumento no número de pessoas que buscam ingressar nesse estilo de vida nem sempre é acompanhado por um conhecimento adequado sobre práticas de exercícios, nutrição e saúde em geral. Estudos apontam que a falta

⁸³ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: davi.ramos@esoftware.uniceplac.edu.br

⁸⁴ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: pedro.santos@esoftware.uniceplac.edu.br

⁸⁵ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: arthur.souza@esoftware.uniceplac.edu.br

⁸⁶ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: joao.jardim@esoftware.uniceplac.edu.br

⁸⁷ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ana.silva@esoftware.uniceplac.edu.br

⁸⁸ Docente do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

de orientação adequada pode resultar em práticas inadequadas, levando a frustrações e até mesmo a lesões. Além disso, a vasta quantidade de informações disponíveis na internet pode gerar confusão, visto que nem sempre são baseadas em evidências científicas. Dessa forma, o projeto se posiciona como uma ferramenta essencial para aqueles que estão começando ou que desejam aprimorar seus conhecimentos e práticas dentro do universo fitness.

Metodologia: A metodologia adotada pelo projeto “C#rpo e Saúde” será através das seguintes aplicações: Figma para o desenvolvimento do protótipo, que nada mais é que um aplicativo usado para ajudar equipes de design e desenvolvimento novos projetos em equipe em um arquivo compartilhado somente. As linguagens HTML e CSS para construção do site, onde cada uma das linguagens tem suas especificações para marcação e estilização do site.

A IDE Visual Studio Code para realização dos códigos do site Notícias, divulgações e atualizações de possíveis meios para se iniciar uma vida saudável, com os mais diversos objetivos, sendo entre elas emagrecer, criar maior massa muscular ou até mesmo manter um físico estético e saudável com base em estudos e artigos científicos. Tendo em vista disso, o projeto visa proporcionar a maior segurança e confiança dos consumidores com uma base de conhecimento sólida sobre saúde e bem-estar. **Desenvolvimento:** O mercado fitness teve um grande aumento e expansão nos últimos anos, o aumento e variedade em suplementos, profissionais mais capacitados, e um enorme número de novas academias em todo mundo. Esse grande crescimento é devido principalmente pelas redes sociais e os influenciadores que estão fazendo um ótimo trabalho promovendo esse meio que tem tamanha importância no nosso dia a dia. Os influenciadores têm desempenhado um papel crucial na promoção de estilos de vida saudáveis. Segundo um estudo da Nielsen, "70% dos jovens afirmam que as redes sociais são uma fonte de inspiração para sua saúde e bem-estar" (Nielsen, 2018). No entanto, essa influência pode levar a comportamentos inadequados, especialmente entre iniciantes, que muitas vezes tentam replicar rotinas de treino e dietas de figuras públicas sem a orientação adequada. Porém existem também os contras de algo em grande crescimento, que é a falta de orientação de profissionais, principalmente para iniciantes onde deviam buscar evitar qualquer tipo de lesão ou acidentes graves dentro do esporte. O projeto do C#rpo e Saúde foi criado como forma de resposta para aqueles que buscam informações precisas e buscam estar em constante melhora no exercício que está praticando, principalmente os iniciantes que são os que mais necessitam desse tipo de treinamento e auxílio. Muitos querem ter resultados ótimos e de evolução rápida, porém nosso projeto foi pensando justamente ao contrário desse pensamento pois queremos a evolução mas prezamos pela paciência, pois não é apenas o físico que será trabalhado mas também o mental e emocional dos participantes. Uma das principais forças do projeto C#rpo e Saúde com certeza é informar aos leitores com base em artigos científicos, os benefícios de implementar as atividades físicas na sua rotina, como também o modo como elas podem introduzir dentro de seus hábitos o exercício físico. O C#rpo e Saúde terá seu trabalho baseado em evidências científicas, sempre garantindo o bem estar dos alunos participantes. Pois na internet hoje em dia existem diversas informações desatualizadas levando iniciantes ao erro logo no início do caminho. Benefícios físicos da atividade física: Em primeiro lugar, é fundamental discutir o impacto positivo da atividade física na vida das pessoas que a adotam como aliada. Isso é essencial para o entendimento do projeto, que visa promover bons hábitos. De acordo com um artigo publicado pelo Brasil Escola, escrito pela Mestre em Biodiversidade Vegetal, Vanessa Sardinha dos Santos, a inclusão da atividade física pode gerar os seguintes benefícios: Fortalecimento do sistema cardiovascular: Exercícios como corrida, natação e ciclismo melhoram a circulação sanguínea e fortalecem o coração, reduzindo o risco de doenças cardíacas. Controle de peso: A prática regular de atividades físicas ajuda a queimar calorias, prevenindo o ganho excessivo de peso e ajudando no controle da obesidade. Melhoria da saúde mental: Exercícios liberam endorfinas,

substâncias químicas no cérebro que promovem sensação de bem-estar e aliviam o estresse, ansiedade e depressão. Fortalecimento muscular e ósseo: Atividades como levantamento de peso e caminhada ajudam a aumentar a densidade óssea e fortalecer os músculos, prevenindo lesões e doenças como a osteoporose. Aumento da resistência e energia: Exercícios regulares melhoram a eficiência dos pulmões e do sistema circulatório, proporcionando mais energia e resistência para as atividades diárias. Melhora do sono: A prática regular de atividades físicas ajuda a regular os ciclos de sono, promovendo noites de sono mais profundas e reparadoras. Aumento da longevidade: Manter-se ativo fisicamente está associado à diminuição do risco de morte prematura e ao aumento da expectativa de vida. Regulação dos níveis de glicose: Exercícios ajudam a controlar os níveis de açúcar no sangue, reduzindo o risco de diabetes tipo 2. Saúde cognitiva: Atividades físicas estimulam o cérebro, melhorando a memória, o foco e a capacidade de aprendizado. Fortalecimento do sistema imunológico: Praticar exercícios moderados regularmente ajuda a aumentar a eficiência do sistema imunológico, tornando o corpo mais resistente a infecções.

Resultados e Discussão: O C#rpo e Saúde foi criado com a intenção de facilitar o caminho para uma vida mais saudável e equilibrada. Através de dicas práticas, orientações claras e uma abordagem baseada em evidências, nosso projeto busca ser um ponto de apoio para quem está começando a jornada no mundo fitness. Oferecemos ferramentas simples, como a calculadora de IMC, e informações valiosas sobre os benefícios de cuidar do corpo e da mente. Nosso desejo é que cada pessoa encontre aqui a motivação e os recursos necessários para adotar hábitos que transformam seu dia a dia de forma positiva e sustentável. O projeto C#rpo e Saúde alcançou os objetivos inicialmente propostos, como o desenvolvimento de um site funcional que disponibiliza informações científicas e acessíveis sobre saúde e bem-estar. A ferramenta tem se mostrado relevante ao público-alvo, especialmente iniciantes no universo fitness, fornecendo orientações práticas, calculadora de IMC e dicas de implementação de atividades físicas.

Além disso, a receptividade dos usuários foi positiva durante os testes iniciais. O feedback apontou a interface intuitiva e a clareza das informações como pontos fortes. O uso de evidências científicas e artigos atualizados destacou o compromisso do projeto com a credibilidade e a seriedade das informações.

Considerações Finais: O projeto C#rpo e Saúde representa um passo significativo em direção à promoção de hábitos saudáveis e ao bem-estar da comunidade. Ao longo de sua implementação, conseguimos não apenas atingir os objetivos propostos, mas também criar um ambiente acolhedor e informativo para aqueles que buscam melhorar sua qualidade de vida.

Principais Contribuições: Acesso à Informação: O site se tornou uma fonte confiável de informações sobre saúde e fitness, utilizando evidências científicas para apoiar as orientações oferecidas.

Ferramentas Práticas: A inclusão de ferramentas como a calculadora de IMC facilita o entendimento e a monitorização do estado de saúde dos usuários, incentivando a prática de hábitos saudáveis.

Feedback Positivo: A recepção calorosa dos usuários durante os testes iniciais valida a eficácia do projeto. A interface intuitiva e a clareza das informações foram amplamente elogiadas, o que reforça a importância de um design centrado no usuário.

Caminho a Seguir: Embora o projeto tenha alcançado resultados positivos, é fundamental continuar a evolução do C#rpo e Saúde. Algumas direções futuras incluem:

Atualização Contínua: Manter o conteúdo atualizado com as últimas pesquisas e tendências em saúde e fitness.

Expansão de Recursos: Desenvolver novas ferramentas e funcionalidades que atendam às necessidades emergentes dos usuários.

Engajamento da Comunidade: Promover interações mais ativas entre os usuários, como fóruns de discussão e grupos de apoio, para fomentar um senso de comunidade.

Palavras-chave: saúde; bem-estar; fitness.

REFERÊNCIAS

NEGÓCIOS SC. Mercado fitness: como as academias podem crescer no Brasil. Disponível em: <https://www.negociossc.com.br/blog/mercado-fitness-como-as-academias-podem-crescer-no-brasil/>. Acesso em: 15 fev. 2024.

OJA, P.; TITZE, S.; KOKKO, S.; et al. Health benefits of different sport disciplines for adults: systematic review of observational and intervention studies with meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, v. 51, n. 10, p. 731-738, 2017. Disponível em: <https://bjsm.bmj.com/content/49/7/434>. Acesso em: 22 Jul. 2024.

BAMMAN, M. M.; ROBERTS, B. M.; ADAMS, G. R. Molecular regulation of exercise-induced muscle fiber hypertrophy. *Cold Spring Harbor Perspectives in Medicine*, v. 8, n. 6, 2018. Disponível em: <https://perspectivesinmedicine.cshlp.org/content/8/6/a029751.full>. Acesso em: 10 Ago. 2024.

SANTOS, V. S. A importância da atividade física na promoção da saúde. *Brasil Escola*. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/importancia-das-atividades-fisicas.htm>. Acesso em: 05 Ago. 2024.

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE SANTA CATARINA (TJSC). 8 benefícios mentais das atividades físicas. Disponível em: https://www.tjsc.jus.br/web/servidor/dicas-de-saude/-/asset_publisher/0rjJEBzj2Oes/content/8-beneficios-mentais-das-atividades-fisicas. Acesso em: 18 Set. 2024.

MARJAN FARMA. Esportes complementares. Recuperado de: <https://marjan.com.br/blog/esportes-complementares/>. Acesso em: 05 Nov. 2024.

AGÊNCIA BRASIL. Pesquisa revela que 52% dos brasileiros não fazem atividades físicas. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2023-06/pesquisa-revela-que-52-dos-brasileiros-nao-fazem-atividades-fisicas>. Acesso em: 12 Nov. 2024.

VEJA. Por que as mulheres estão desistindo de se exercitar. Disponível em: [https://veja.abril.com.br/saude/por-que-as-mulheres-estao-desistindo-de-se-exercitar/#:~:Todas%20apontam%20algum%20tipo%20de,sentirem%20suficientemente%20atletas%20\(42%25\)](https://veja.abril.com.br/saude/por-que-as-mulheres-estao-desistindo-de-se-exercitar/#:~:Todas%20apontam%20algum%20tipo%20de,sentirem%20suficientemente%20atletas%20(42%25)). Acesso em: 17 Nov. 2024.



Cadeias produtivas do Agronegócio no DF

Fabiana Fonseca do Carmo Machado⁸⁹

Ana Clara Alves Santos; Áyssa Terras Travassos Melo; Beatriz Costa Leal Beatriz Gomes; Gonçalves Bbeatriz Matos Da Silva Aquino; Brenda Évelin Souza De Almeida; Bruna Martinho Tozatti; Dayanne Rabelo Da Silva; Débora Clara Lopes Evangelista; Diêgo Xavier Araujo; Eduardo Alessander Pereira Barbosa; Ellen Alves Fleuri Santos; Fernanda Da Silva Gonçalves; Gabriel Barauna Fernandes Lampera; Gabriela Ferreira Renolde; Geovana Florêncio Da Fé; Geovana Pereira Liandro; Giovana Fonteles Rios; Giovana Pereira Monteiro; Giovanna Assis Mendes; Giovanna Do Nascimento Batista; Giovanna Rodrigues; Medrado Isadora Gomes Siqueira; João Emanuel Gean Da Silva; Juliana Da Silva Pimentel; Lotti Kathleem Carrano Da Costa; Ketlen Beatriz Dos Santos Alves; Laura Soares Rodrigues De Queiroz; Maria Eduarda Gonçalves Pires; Maria Luiza De Jesus Dias; Maria Raphaela Nunes Gomes; Pedro Lucas Dos Santos Ramalho; Raimunda Maria Moreira Santos; Sarah Ribeiro De Souza; Stephany Santos De Araújo; Talles Yuri Rodrigues Sateles; Tayssa Mel Tavares Dos Santos; Thaissa Vitoria Martins Felix; Vitor Torres Lira⁹⁰

Introdução: O mundo contemporâneo colocou o sistema familiar de produção dentro de um contexto sócio-econômico próprio e delicado, haja vista, que sua importância ganha força quando se questiona o futuro das pessoas que subsistem do campo, a problemática do êxodo rural e, conseqüentemente, a tensão social decorrente da desigualdade social no campo e nas cidades. Se por um lado, a agropecuária familiar tem um papel social inquestionável, por outro, sua sobrevivência é incerta. O grande número de unidades de produção rural diverge em termos de tamanho, capital e tecnologia, tornando as prioridades individuais diferentes. No caso das propriedades de menor porte, o problema é acentuado, dada a diversidade de sistemas e estratégias produtivas que determinam objetivos difusos, por consequência, a força do setor é diluída em grupamentos locais. As propriedades rurais podem ser divididas em familiares e patronais, de acordo com as formas de organização do trabalho e alocação dos fatores de produção, o que não é diferente para a produção da pecuária leiteira. Em função da formação agrária nacional, as propriedades patronais apresentam melhor acesso aos fatores de produção, propriedades maiores e, maior acesso a canais de crédito e facilidade na inserção em mercados, o que geralmente resulta em maior volume produzido. Já a agricultura familiar se encontra socialmente desfavorecida (Oliveira et al., 2019), o que faz com que sejam necessárias ações específicas de apoio a este grupo. De acordo com dados expressos pelo Censo Agrícola de 2017 (IBGE, 2017), 77% dos estabelecimentos agrícolas do país, são classificados como de agricultura familiar. Os mesmos são responsáveis pela produção da maioria dos alimentos presentes nas rotinas e mesas dos brasileiros. Além disso, a agricultura familiar também contribui na diminuição do êxodo rural. A exploração de culturas que possibilitem a complementação de renda das comunidades rurais é um caminho para maior inclusão social. A cadeia produtiva refere-se a um enfoque sistêmico e se define como o conjunto de componentes interativos, tais como: sistemas produtivos agropecuários e agroflorestais, fornecedores de serviços e insumos, indústrias de processamento e transformação, distribuição e comercialização, além dos consumidores finais do produto e subprodutos da cadeia (Castro et al., 1995). Como exemplo, o agronegócio do leite ocupa

⁸⁹ Docente do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Fabiana.carmo@uniceplac.edu.br.

⁹⁰ Discentes do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Fabiana.carmo@uniceplac.edu.br.

posição de destaque na economia, estando entre os sete produtos mais importantes da agropecuária brasileira, desempenhando um papel relevante no suprimento de alimentos para a população (EMBRAPA, 2020). A indústria de laticínios manteve o segundo maior faturamento da indústria de alimentos no Brasil, ficando apenas atrás do setor de derivados da carne (ABIA, 2019). Assim, interligando esse público do agronegócio a uma extensão universitária nas diversas áreas do conhecimento, é capaz de promover benefícios mútuos para a comunidade local e para as universidades. Essas ações são revestidas de grande importância social porque atuam diretamente na assistência a grupos sociais mais carentes (Deslandes & Arantes, 2017). Desta forma, é possível que os estudantes construam um formato próprio de atuação e adquiram um conjunto de experiências que ajudará na sua atuação profissional, sendo o objetivo desta disciplina.

Metodologia: O projeto foi subdividido em 4 fases: Fase 1: Atividade Grupo: Diagnóstico dos produtores em relação ao sistema produtivo e comercialização dos produtos (nutrição, doenças, manejo sanitário, melhoramento genético – raças): Tópicos: - Avaliação de insumos agropecuários; - Análise de alimentos para nutrição animal; - Suporte técnico-científico das raças e melhoramento genético; - Ações focadas em controle de doenças e pragas agrícolas; - Manejo sanitário; Fase 2: Construir o Plano de ação - Cronograma de atividades - Ações e, - Metodologia; Fase 3: Aplicação das propostas com ações empreendedoras; Fase 4: Ações legais avaliação dos resultados. Atribuições do Médico Veterinário. A turma foi dividida em grupos e cada grupo realizou visitas nas propriedades selecionadas e após cada fase eram discutidos os assuntos abordados em sala de aula.

Resultados e Discussão: Foram criados materiais para apresentação de cada etapa junto a aos produtores rurais. Ainda, foi produzido um banner e apresentado em uma ação na Feira do carro de boi, em Santa Maria – DF. A parceria entre a UNICEPLAC e os produtores rurais locais para viabilizar ações de extensão que tem como alvo a atenção à agricultura familiar possibilitou benefícios mútuos para os alunos e para as populações rurais envolvidas. As ações do projeto atingiram o objetivo de auxiliar os produtores rurais a melhorar a produção agrícola e produzir de forma mais econômica. Essas alterações irão gerar a médio prazo impactos positivos na renda familiar dos produtores. Além disso, foi possível a vinculação de estudantes ao campo, deste modo, o projeto promoveu a inserção dos alunos no enfrentamento dos problemas da sociedade rural e integrando a formação acadêmica na busca de solução para os problemas enfrentados pelos produtores. Os alunos também produziram ao final do PI banner para demonstração de práticas sustentáveis a serem aplicadas nas propriedades rurais, para ser apresentado no evento “De portas abertas”. Os estudantes foram incentivados a pesquisar soluções factíveis para as questões encontradas, promovendo a extensão de espaços democráticos de debate.

Considerações Finais: O objetivo proposto pela disciplina foi cumprido, com ótimo rendimento dos integrantes da turma, menção média de 10,00 pontos. Conclui-se ainda a importância da integração entre os alunos e a comunidade na formação de multiplicadores quanto ao tema de extrema relevância quanto a missão social e formativa.

Palavras-chave: extensão; produção rural; pecuária familiar.

REFERÊNCIAS

ABIA. Associação Brasileira da Indústria de Alimentos. Números do Setor – Faturamento. Associação Brasileira das Indústrias de Alimentação, 2018. Disponível em: Acesso em:



17/08/2022

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PROTEÍNA ANIMAL (ABPA). Relatório Anual ABPA 2021. Disponível em: http://abpa-br.org/wp-content/uploads/2021/04/ABPA_Relatorio_Anual_2021_web.pdf. Acesso em: 17/08/22

Arantes, Álisson R., & Deslandes, M. S. (2017). A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. Sinapse Múltipla, 6(2), 179-183. <http://periodicos.pucminas.br/index.php/sinapsemultipla/article/view/16489>

EMBRAPA GADO DE LEITE. Cadeia Produtiva do leite no Brasil: produção primária, 2020. Disponível em: . Acesso em: 10/08/2022

IBGE. Banco de dados da Pecuária 2019.

JONES, Thomas Carlyle; HUNT, Ronald Duncan; KING, Norval William. Patologia veterinária. 6.ed. São Paulo: Manole, 2000. 1415p

MAXIE, M.G. Jubb, Kennedy and Palmer's Pathology of Domestic Animals. 5ª ed., Saunders Elsevier: Philadelphia, 3 volumes, 2008.

MCGAVIN M.D.; ZACHARY, J.F. Bases da Patologia em Veterinária, 4ª ed., Elsevier Editora, 2009



Consuleite

Fabiana Fonseca do Carmo Machado⁹¹

Polyana Moreira e Silva Coelho⁹²

Natália Cristina Pirineus Costa⁹³

Mirelly Eduarda Andrade Carvalho⁹⁴

Alice Garcia Ferreira⁹⁵

João Lucas de Oliveira Silva⁹⁶

Diego Xavier Araujo⁹⁷

Ysis Linda de Oliveira⁹⁸

Rebeca Torres Dutra⁹⁹

Ricardo Silva dos Santos¹⁰⁰

Jeter Stellito Loureiro Filho¹⁰¹

Introdução: De todas as cadeias produtivas da agropecuária brasileira, a produção leiteira foi a que mais se transformou nos últimos anos, levando em consideração as adaptações tecnológicas, técnicas de manejo, questões relacionadas a sanidade animal e principalmente com relação aos métodos de assepsia e limpeza na ordenha. Tal fato está atrelado a maior valorização do produto, onde passou-se a atribuir valor aos produtos com melhor qualidade e higiene (GOMES, 2001). Segundo estudo realizado pelo IBGE (2019), pela pesquisa pecuária municipal, o Brasil produz valores acima dos 35 bilhões de litros de leite, cujo a maior concentração de produtores está na região Sul e Sudeste. Contudo, mesmo havendo grandes produtores, a produção leiteira no Brasil está relacionada a produção familiar, em menor escala, para consumo próprio ou venda informal. E, de acordo com Ruas (2010) um dos grandes desafios nesta atividade é a sobrevivência dos produtores neste cenário competitivo, e dependente da gestão da propriedade. Para Zoccal (2018), o planejamento da atividade leiteira é um instrumento essencial na busca da eficiência e indispensável para alcançar o desenvolvimento sustentável. Segundo Canziani (2001), estudos apontam que pequenas propriedades melhor administradas apresentam melhores resultados econômicos, cujo isso significa que a maior adoção das funções administrativas de planejamento, organização,

⁹¹ Docente do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiana.carmo@uniceplac.edu.br.

⁹² Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: polyana.moreira6@gmail.com.

⁹³ Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁴ Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁵ Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁶ Graduando do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁷ Graduando do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁸ Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

⁹⁹ Graduanda do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹⁰⁰ Graduando do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹⁰¹ Graduando do Curso de medicina veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

manejo, sanidade e higiene animal, se obtém resultados mais significativos sob efeitos de qualidade de produto e consequentemente agregando maior valor ao mesmo. A prestação de serviço de orientação para pequenos produtores rurais tem fator determinante para que se melhore a produção, adaptando a situação do empreendimento e extraindo o máximo potencial da estrutura comercial, no caso a propriedade rural. Contudo, grande parte dos pequenos produtores utilizam-se de conhecimento empírico para desenvolver suas atividades em sua propriedade, porém é notório as vantagens da introdução de conhecimento técnico nestas localidades, a partir de consultorias/instruções (CANZIANI, 2001). Como principal diretriz, este projeto objetiva contribuir de forma positiva para o melhoramento geral na produção leiteira de pequenos produtores rurais da região de Brasília e entorno que não possuem renda suficiente para manter um plano de consultoria particular e assim não tem acesso à novas alternativas rentáveis de sanidade ou qualidade para seu rebanho, visando a produtividade do mesmo. O ConsuLeite busca prestar um apoio de consultoria inclusiva com a interação entre docente/discente/proprietário, troca de conhecimentos, e melhoria e prevenção dos processos de produção leiteira: apresentar novas alternativas/tecnologias positivas e rentáveis para melhorar a qualidade do produto gerado nas pequenas propriedades, aplicar os métodos de escrituração zootécnica nas propriedades e salientar sua importância, atuar de forma a proporcionar um maior bem-estar aos animais de produção e visar a sanidade dos animais residentes nas propriedades.

Metodologia: A metodologia de avaliação da propriedade e critérios utilizados são baseados/adaptados do Plano de Qualificação de Fornecedores de Leite instituído pelo Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (BRASIL, 2019); fez-se o uso de questionário categorizando a propriedade em relação ao atendimento ou não dos tópicos, para que assim fosse realizado a avaliação macro da estrutura. Assim, após aplicação do questionário, é possível identificar e avaliar as fragilidades da propriedade para elaborar um plano de ação, com um calendário planejado de aplicação visando êxito no desempenho produtivo e organizacional. A elaboração do questionário envolveu pesquisa exploratória sobre os diversos aspectos a fim de se conhecer o universo de respostas da população participante e compreendeu as seguintes etapas: (1) formulação de um conjunto preliminar de perguntas e respostas baseadas na bibliografia disponível e no conhecimento acerca do tema; (2) realização de entrevistas com produtores para entendimento dos processos de escrituração Zootécnica; (3) validação do questionário por especialista. Gil (2008) recomenda proceder com entrevistas individuais ou coletivas antes da construção definitiva das alternativas, pois este método proporciona a elucidação de um número razoável de alternativas. O Plano de Qualificação de Fornecedores de Leite lista os principais pontos que devem ser avaliados dentro da propriedade, são eles: gestão da propriedade; gestão de insumos; manejo sanitário; manejo alimentar e armazenamento de alimentos; qualidade da água; higiene pessoal e saúde dos colaboradores; controle integrado de pragas; capacitação dos colaboradores; manejo de ordenha e pós-ordenha; refrigeração e estocagem do leite; manejo de resíduos e tratamento de dejetos; uso racional e estocagem de produtos químicos e medicamentos veterinários; manutenção preventiva e calibragem de equipamentos; adoção de práticas de manejo racional e bem-estar animal. A partir da aplicação do questionário e avaliação das maiores deficiências no sistema produtivo da propriedade, foram instituídas estratégias para corrigir e prevenir, cada etapa de produção, elaborando um cronograma de novas aplicações do mesmo questionário, assim tendo uma perspectiva da real evolução ou não do empreendimento.

Resultados e Discussão: Durante a visita ao sítio avaliado, foram observadas diversas situações que impactam diretamente a produção e o bem-estar animal. O sítio, de pequeno porte, contava com cerca de 60 litros de produção de leite diárias, e o principal objetivo do

produtor era aumentar a qualidade reprodutiva do rebanho. Contudo, problemas relacionados principalmente à nutrição e manejo comprometeram os resultados esperados. Situação Nutricional e Proposta de Melhoria: Ao avaliar o rebanho no período anterior à seca, constatou-se que os animais apresentavam um escore corporal (ECC) adequado, variando entre 2,5- 3 (figura 1). Embora essa condição ainda fosse viável, tornou-se evidente que, com a qualidade da silagem apresentada como principal fonte alimentar, os animais não conseguiriam manter o peso nem sustentar a produção durante o período da seca.

Figura 1: Animal apresentando costelas levemente visíveis, com uma camada fina de gordura cobrindo os ossos. As vértebras são perceptíveis, mas não proeminentes, e a musculatura está definida, embora não totalmente preenchida.



Fonte: Arquivo pessoal

A baixa qualidade da silagem foi identificada como o principal fator para essa situação, sendo observada tanto nos aspectos visuais da matéria, que apresentaram formação de bolores (figura 2), quanto na seletividade alimentar dos animais, que rejeitavam a silagem. Segundo Nascimento et al. (2015), um bom desempenho dos animais é um indicativo claro da qualidade da forragem oferecida, enquanto um desempenho insatisfatório pode refletir uma queda na qualidade do alimento fornecido.

Figura 2



Fonte: Arquivo pessoal

Devido às limitações financeiras do proprietário, a substituição da silagem por uma de maior qualidade não era viável. Como alternativa, foi sugerida a aquisição de ração para suplementar a dieta dos animais, com o objetivo de manter um estado nutricional adequado, suprir as deficiências e melhorar as condições reprodutivas e produtivas do rebanho. No entanto, apesar da recomendação, a suplementação foi limitada aos animais em lactação e foi fornecida em quantidade insuficiente para atender às necessidades fisiológicas e produtivas, especialmente durante o período de seca. Como consequência, o ECC dos animais caiu para uma média de 1,5 (em uma escala de 1 a 5) (figura 3), refletindo uma condição de extrema magreza e criticamente baixa.

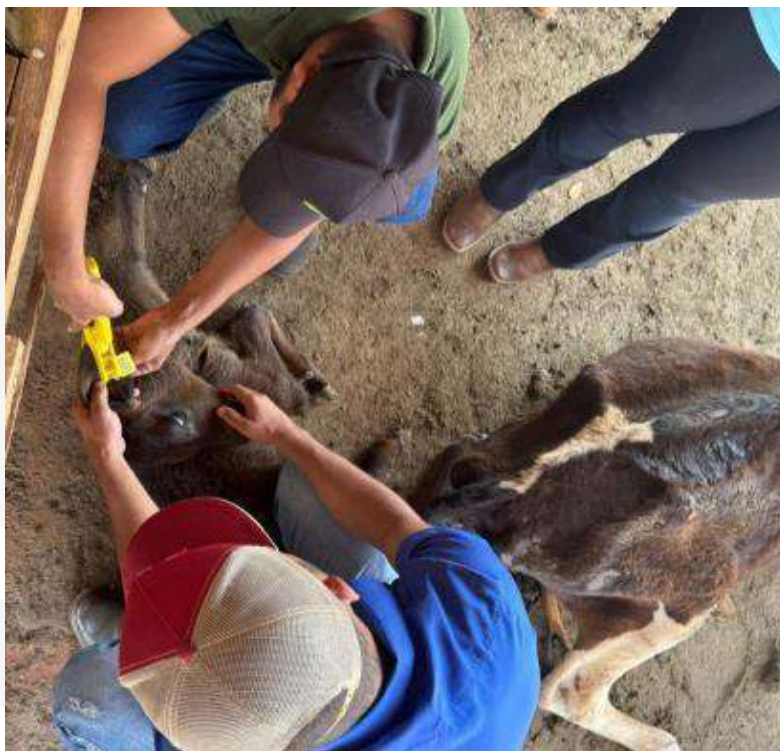
Figura 3: Animal com escore corporal 1 (escala de 1 a 5), apresentando costelas e vértebras aparentes, com pele esticada sobre os ossos e sem camada de gordura



Fonte: arquivo pessoal

É importante ressaltar que, na escala de 1 a 5, um ECC de 1 indica animais extremamente magros, com ausência de reservas de gordura corporal, enquanto um ECC de 5 representa obesidade. Segundo Edmonson et al. (1989), animais com ECC abaixo de 2 estão em estado crítico, com baixa eficiência produtiva, maior risco de doenças e comprometimento reprodutivo. Identificação e Manejo do Rebanho: Visando facilitar o manejo reprodutivo e sanitário, bem como o monitoramento de índices produtivos, foi realizada a brincagem e identificação dos animais (figura 4). Essa medida é essencial para organizar registros zootécnicos e otimizar intervenções necessárias no manejo de forma individualizada assim como foi feita na tabela 1 onde os animais foram separados por grupos e cada um identificado com seu número e nome.

Figura 4: brincagem e identificação de bezerro



Fonte: arquivo pessoal

Tabela 1: Numeração e nome dos animais separados por seus respectivos grupos produtivos

BEZERRAS		VACAS		VACAS SOLTEIRAS	
Número	Nome	Número	Nome	Número	Nome
100	Sasha	48*	Jersinha	82	Boneca
99	Pequena	3736*	Estrela	81	Faísca
98	Neguinha	93	Coração	80	Acreúna
97	Fumaça	92	Vitória	79	Nevada
96	Maiada	91	Baixinha	78	Germana
95	Setinha	90	Morinha	77	Sindi
94*	-	89	Gabriela	76	Castanha
		88	Xoxa	75	Chocolate
		87	Mancha	74	Smilinguida
		86	Colatina	73	Cafézin
		85	Peruca	72	Baianinha
		84	Espanha	71	Limousine
		83	Nelorada		

Limpeza e Organização da Propriedade: Foram identificados objetos metálicos perfurocortantes espalhados pelo pasto, os quais representavam um risco significativo à segurança dos animais. Realizou-se a remoção desses materiais, reduzindo o risco de ferimentos e garantindo maior segurança ao rebanho. Adicionalmente, foi realizada a limpeza e organização da farmácia da propriedade. Os medicamentos foram separados e identificados de acordo com suas classes farmacológicas, com o objetivo de evitar erros na aplicação de medicamentos e possíveis acidentes. Essa medida também facilita o controle do estoque dos insumos veterinários, uma vez que foi implementado um sistema de PEPS (Primeiro que entra, primeiro que sai), ou que permite a utilização dos medicamentos mais próximos das datas de vencimento. Os medicamentos encontrados vazios ou vencidos foram descartados mediante autorização do produtor.

Figura 5: Limpeza e organização da farmácia



Fonte: Arquivo pessoal

No entorno do laboratório de produção de queijos, foi observada a presença de esterco acumulado, o que representa um potencial risco de contaminação microbiológica e compromete a qualidade higiênico-sanitária do produto final. A remoção desse resíduo foi sugerida como medida imediata para adequar a área às boas práticas de fabricação (BPF) e foi acatada pelo proprietário. Organização e limpeza de alguns ambientes do rancho: Foi verificado que a farmácia estava exposta de maneira inadequada, o que poderia comprometer tanto a segurança dos produtos quanto a organização do ambiente. Sugerimos a adoção de uma estrutura de alvenaria ou madeirite (ou outra estrutura preferencial do responsável), que possibilitasse o fechamento adequado do espaço. Além disso, a mistura de produtos na farmácia precisava ser revista, adotando-se um padrão de organização conforme as diretrizes estabelecidas pelo ConsuLeite, para garantir a adequada separação e armazenamento dos itens, e para que a organização fosse realmente colocada em prática, a equipe fez a primeira organização separando e identificando todos os produtos, medicações e entre outros, para que adiante fosse mantida tal organização.



Ademais, foi identificado que alguns bebedouros estavam vazando e com acúmulo de sujeira, o que poderia comprometer a qualidade da água fornecida aos animais. A equipe ConsuLeite realizou uma limpeza inicial nos bebedouros, para que se padronizasse os procedimentos de manutenção, solicitamos os reparos necessários para corrigir os vazamentos e assim, os bebedouros pudessem ser reativados novamente. Em relação à limpeza do bezerreiro, também foi fundamental que o ConsuLeite promovesse uma limpeza inicial completa e estabelecesse um processo de limpeza regular e padronizado, como foi feito, garantindo um ambiente mais higiênico e saudável para os animais. Contudo, o rancho uirapuru apresentou ter feito um excelente trabalho na criação de um curral funcional e limpo, um ambiente essencial para o bem-estar dos animais e para a eficiência das operações. Um curral bem estruturado e higiênico traz inúmeros benefícios, como a redução de riscos de doenças, maior conforto para os animais e, conseqüentemente, influenciando na qualidade do leite e na produtividade. Além disso, segundo o documento 439 da embrapa pg.62, é fundamental que o local de ordenha e os equipamentos estejam limpos. Manter o curral nessas condições reflete diretamente em uma produção mais saudável e eficiente, gerando resultados positivos tanto para os animais quanto para a propriedade como um todo.

Participação do ConsuLeite na Expoabra 2024: A equipe ConsuLeite foi convidada pela organização da Exposição Agropecuária de Brasília para ministrar um minicurso com a temática: Ferramentas para a produção leiteira no dia 05/09/2024. Foram abordados pontos como: como surgiu e a atuação do projeto, nutrição, manejo sanitário, entre outros. Foi um momento bastante proveitoso de muito conhecimento e aprendizado.

Considerações Finais: A orientação técnica se faz necessária para as propriedades rurais, visto que em muitas delas o acesso a conhecimento aplicado a produção é limitado e não há colaboradores capacitados para atender as atuais demandas de um serviço qualificado e de resultado. Assim, um plano de consultoria supre a demanda do produtor, indicando caminhos mais seguros a seguir, assim como propõe alternativas viáveis para intensificar a produção e minimizar custos, cujo este é um dos principais gargalos produtivos atuais. Sabe-se que o planejamento produtivo não encontra seu êxito de forma imediata, porém cada ação instituída dentro da propriedade é uma chance a mais de sucesso, visto isso, as seguintes avaliações de andamento e implementação de etapas devem ser seguidas de forma continua, para que se possa corrigir pouco a pouco cada equívoco encontrado na produção e prevenção de novas falhas. O projeto ConsuLeite até o momento proporcionou uma interação entre comunidade e os acadêmicos, atribuindo um ganho profissional antes mesmo de sua formação, estimulando a busca pelo conhecimento, para que assim pudesse atender as demandas da propriedade contemplada com a iniciativa. Partindo do ponto da multidisciplinaridade promovidas pelos pilares da pesquisa, ensino e extensão, o ganho em vivência prática para os discentes tem papel fundamental na formação profissional.

Palavras-chave: gestão agropecuária; extensão rural; produção.

REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA AGRICULTURA PECUÁRIA E ABASTECIMENTO. **Plano de Qualificação de Fornecedores de Leite**. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/producao-animal/plano-de-qualificacao-de-fornecedores-de-leite>. Acesso em: 04 jun. 2021.

CANZIANI, José Roberto Fernandes. **ASSESSORIA ADMINISTRATIVA A PRODUTORES RURAIS NO BRASIL**. 2001. 236 f. Tese (Doutorado) - Curso de

Agronomia, Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz”, Universidade de São Paulo, Piracicaba, 2001.

EDMONSON, AJ; LEAN, IJ; TECELÃO, LD; FARVER, T.; WEBSTER, G. **Um gráfico de pontuação da condição corporal para vacas leiteiras da raça Holstein**. *Journal of Dairy Science*, v. 72, n. 1, p. 68-78, 1989.

IBGE. **Pesquisa da Pecuária Municipal - 2019**. 2019. Disponível em: <https://sidra.ibge.gov.br/pesquisa/ppm/quadros/brasil/2019>. Acesso em: 05 ago. 2020.
GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. Editora Atlas. 6ª ed. São Paulo. 2008.

GOMES, Sebastião Teixeira. EVOLUÇÃO RECENTE E PERSPECTIVA DA PRODUÇÃO DE LEITE NO BRASIL. **Universidade Federal de Viçosa**, Viçosa, v. 1, n. 1, p.6-17, 30 jul. 2001.

NASCIMENTO, A. A. et al. **Impacto da qualidade da forragem na performance e saúde do animal**. **Diamantina**: UFVJM, 2015.

RUAS, J.R.M.; Guimarães, A.S.; Carvalho, B.C.; Queiroz, D.S.; Silva, E.A. Produção de leite em ambiente de agricultura familiar: contribuição da pesquisa para sua sustentabilidade. Belo Horizonte: **Informe Agropecuário**. v.1 – n.256, 2010.

VELHO, João Pedro *et al.* Composição bromatológica de silagens de milho produzidas com diferentes densidades de compactação. **Revista Brasileira de Zootecnia**, [S. L.], v. 36, n. 5, p. 1532-1538, out. 2007.

ZOCCAL, R. Indicadores da produção mundial de leite. p. 18-20. IN: **Anuário leiteiro 2018**. Brasília: EMBRAPA. 116p. 2018. Disponível em: Acesso em: 05 mai. 2021.



EcoR3nergy

Amália das Chagas Bueno¹⁰²

Gabriel da Costa Vieira¹⁰³

Gabriel Ribeiro Couto¹⁰⁴

Kaio Guilherme Moraes Pires da Cruz¹⁰⁵

Nicolas Fernandes Santiago¹⁰⁶

Rômulo Ribeiro Valadares¹⁰⁷

Introdução: A EcoR3nergy atua no mercado de energias renováveis por instituições com soluções sustentáveis uma variedade de produtos relacionados à energia verde, como solar, hidroelétricas, biomassa e biogás excluindo a nuclear e geotérmica devido a riscos maiores de acidentes. Preocupada com a segurança ambiental e dos seus parceiros de negócios, a empresa concentra seus esforços nos setores comercial, residencial, industrial, agrário e da saúde para os quais a procura por soluções sustentáveis continua demonstrando crescimento. Energia Sustentável: Promover o uso de fontes de energia renováveis e menos poluentes como energia solar, eólica, hidrelétrica e biomassa. A utilização dessas fontes é crucial para a redução das emissões de gases de efeito estufa, que contribuem para as mudanças climáticas. O uso de energias renováveis também diminui a dependência de combustíveis fósseis, que são finitos e têm impactos ambientais significativos. Além disso, o desenvolvimento de tecnologias mais eficientes para geração, armazenamento e distribuição de energia limpa é essencial para maximizar os benefícios dessas fontes sustentáveis. Acesso Universal à Energia: Garantir que todas as pessoas tenham acesso a serviços energéticos de forma confiável e segura. O objetivo é acabar com a desigualdade, assegurando que comunidades rurais e urbanas, em países desenvolvidos e em desenvolvimento, tenham acesso à energia que promova a saúde, a educação e o desenvolvimento econômico. Aumentar a Cooperação Internacional: Fortalecer a cooperação internacional para facilitar o acesso a pesquisa, tecnologias e investimentos em infraestrutura energética sustentável e limpa. Ampliação da Infraestrutura e Melhoria da Tecnologia: Investir na ampliação e modernização da infraestrutura energética para garantir a prestação de serviços de energia modernos, sustentáveis e acessíveis para todos. É essencial que as tecnologias existentes sejam continuamente melhoradas para aumentar sua eficiência, reduzir custos e minimizar impactos ambientais. A justificativa para a criação deste projeto de sustentabilidade energética é fundamentada na necessidade urgente de enfrentar os desafios ambientais e energéticos que o mundo enfrenta atualmente. À medida que a população global cresce e as economias se expandem, a demanda por energia também aumenta, pressionando os recursos naturais e exacerbando problemas ambientais como as emissões de gases de efeito estufa e a degradação ambiental. O projeto visa contribuir diretamente para o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 7 (ODS 7), que preconiza o acesso a energia acessível, confiável, sustentável e moderna para todos. A energia limpa e renovável é essencial para

¹⁰² Docente do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.ribeiro@uniceplac.edu.br

¹⁰³ Graduanda do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: amalia.bueno@esoftware.uniceplac.edu.br

¹⁰⁴ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: gabriel.vieira@esoftware.uniceplac.edu.br

¹⁰⁵ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: kaio.cruz@esoftware.uniceplac.edu.br

¹⁰⁶ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: nicolas.santiago@esoftware.uniceplac.edu.br

¹⁰⁷ Docente do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

mitigar os impactos das mudanças climáticas e para garantir um futuro sustentável para as próximas gerações. Nossa proposta se diferencia ao combinar tecnologias de gestão inteligente de energia com a integração de fontes renováveis, como solar e eólica, em edificações empresariais e comerciais. Isso não só reduz a dependência de fontes de energia não renováveis, mas também promove a eficiência energética e a economia de recursos. Ao otimizar o uso de energia por meio de elementos inteligentes, como sistemas de monitoramento em tempo real e automação, o projeto não apenas reduz o consumo energético, mas também diminui os custos operacionais das empresas, tornando a sustentabilidade uma opção economicamente viável. Além disso, ao incorporar os princípios dos três R's – reciclar, reutilizar e reaproveitar – o projeto promove uma abordagem holística de sustentabilidade, que vai além da simples produção de energia limpa. Isso inclui a reutilização de materiais em sistemas de energia, a reciclagem de componentes e a maximização do aproveitamento dos recursos disponíveis, minimizando o desperdício. Em um contexto global onde as empresas e organizações estão cada vez mais conscientes de sua responsabilidade ambiental, este projeto oferece uma solução prática e eficaz para contribuir com a transição energética global. Ele não apenas atende à demanda por energia sustentável, mas também impulsiona as práticas empresariais responsáveis, promovendo um impacto positivo no meio ambiente e na sociedade como um todo. Assim, ao melhorar a sustentabilidade energética, nosso projeto contribui para a preservação dos ecossistemas, promove a equidade social ao garantir acesso a energia limpa, e posiciona as empresas participantes como líderes em inovação e responsabilidade ambiental, fortalecendo o movimento global em direção a um futuro mais sustentável. Este documento apresenta o modelo de formatação a ser utilizado no resumo expandido. O trabalho deve apresentar Introdução, Metodologia, Resultados, Considerações finais, Palavras-Chave e Referências. Ele deve conter entre 1000 e 1500 palavras; tipo de fonte Times New Roman, tamanho 12, espaçamento simples, alinhamento do texto justificado, com exceção das referências que são alinhadas à esquerda. Na Introdução, você deve expor o tema principal do trabalho, de forma clara e sucinta, com a justificativa do problema e objetivos: geral e específicos.

Metodologia: A metodologia deste projeto visa descrever o tipo de pesquisa realizada para analisar os serviços de renovação de energia prestados por uma empresa a outras companhias. O objetivo é compreender os processos envolvidos, a eficácia dos serviços e a satisfação dos clientes. Para isso, utilizaremos a abordagem metodológica tradicional, complementada por práticas do Scrum para garantir agilidade e flexibilidade na coleta e análise dos dados. A pesquisa será de natureza descritiva e exploratória, utilizando uma abordagem qualitativa e quantitativa para captar a complexidade dos serviços oferecidos e a percepção dos clientes. Instrumentos e Fontes de Coleta de Dados: Entrevistas Semiestruturadas: Serão realizadas entrevistas com gestores e colaboradores da empresa, visando obter informações sobre os procedimentos de renovação de energia, desafios enfrentados e estratégias adotadas. Questionários: Um questionário será aplicado a clientes que utilizaram os serviços da empresa, com perguntas abertas e fechadas para avaliar a satisfação, a percepção de custo-benefício e a efetividade dos serviços relacionados. Análise Documental: Serão analisados documentos internos da empresa, como relatórios de desempenho, propostas de serviço e feedback de clientes, para entender melhor a abordagem da empresa em relação à renovação de energia. Grupos Focais: Serão realizados grupos focais com clientes e stakeholders da empresa. Esses encontros permitirão uma discussão aprofundada sobre as experiências e expectativas em relação aos serviços de renovação de energia, proporcionando uma visão mais rica e diversificada sobre as percepções e necessidades dos usuários.



Metodologia Scrum: Para incorporar a metodologia Scrum, o projeto será dividido em ciclos curtos, chamados de Sprints, que facilitarão a coleta de dados, análise e ajustes contínuos ao longo do processo.

Planejamento da Sprint: No início de cada Sprint, será realizado um planejamento onde a equipe definirá quais atividades serão realizadas, como a seleção de participantes para entrevistas ou a elaboração de questionários. **Execução da Sprint:** Cada Sprint terá uma duração de duas a quatro semanas, durante as quais as atividades de coleta de dados serão realizadas. Isso incluirá a aplicação de entrevistas, questionários e grupos focais. **Reuniões Diárias:** Serão realizadas reuniões diárias (Daily Scrum) para discutir o progresso, desafios e ajustes necessários nas atividades. Essas reuniões manterão a equipe alinhada e permitirão rápidas adaptações. **Revisão da Sprint:** Ao final de cada Sprint, uma reunião de revisão será conduzida para avaliar os resultados obtidos. A equipe discutirá o que funcionou, o que pode ser melhorado e quais próximos passos devem ser seguidos. **Retrospectiva da Sprint:** Após a revisão, uma retrospectiva permitirá que a equipe reflita sobre o processo e faça ajustes para as próximas Sprints, promovendo uma iteração contínua de aprendizado e melhoria.

Procedimentos para Coleta de Dados: **Seleção dos Participantes:** Os participantes para as entrevistas e grupos focais serão escolhidos com base em sua função e experiência na empresa, garantindo diversidade de perspectivas. **Aplicação das Entrevistas:** As entrevistas serão agendadas e conduzidas presencialmente ou por videoconferência. As conversas serão gravadas, com o consentimento dos participantes, para garantir a precisão na análise. **Distribuição dos Questionários:** O questionário será enviado por email, utilizando uma plataforma online que permita a coleta e análise de dados. Será fornecido um prazo de duas semanas para o retorno das respostas. **Análise Documental:** A análise dos documentos será realizada paralelamente à coleta de dados, buscando informações relevantes que complementem os dados das entrevistas, questionários e grupos focais.

Resultados e Discussão: Os resultados obtidos por meio da pesquisa com clientes e stakeholders demonstraram um alto nível de satisfação em relação aos serviços de renovação de energia oferecidos pela EcoR3nergy. Entre os principais destaques, a energia solar e a biomassa foram apontadas como as soluções mais procuradas, devido à sua eficiência e viabilidade em diferentes setores, como o industrial e o agrário. A análise dos questionários revelou que 87% dos clientes perceberam uma redução significativa nos custos operacionais após a adoção de soluções energéticas renováveis, e 76% destacaram que os sistemas de monitoramento inteligente foram fundamentais para otimizar o uso de energia. Isso reforça a importância de integrar tecnologias modernas à infraestrutura de energia, promovendo eficiência e sustentabilidade. Nos grupos focais, os participantes apontaram a necessidade de expandir o acesso às tecnologias renováveis para comunidades rurais, destacando a relevância do projeto no cumprimento do ODS 7. Além disso, as discussões destacaram a eficácia da metodologia Scrum na gestão do projeto, permitindo ajustes rápidos e melhorias contínuas nos serviços oferecidos. A análise documental complementou essas percepções ao indicar que a empresa conseguiu reduzir em 35% o tempo médio para a implementação de projetos personalizados, o que se traduz em maior agilidade no atendimento às demandas dos clientes. No entanto, foi identificada a necessidade de ampliar a capacitação técnica da equipe para atender a demandas específicas, como a de setores altamente regulados, como o da saúde. Por fim, a comparação entre os resultados qualitativos e quantitativos evidencia a eficácia do modelo adotado pela EcoR3nergy, que não apenas oferece soluções personalizadas, mas também promove um impacto ambiental positivo. Contudo, os dados também sugerem oportunidades de melhoria, como maior investimento em pesquisa e desenvolvimento para reduzir os custos iniciais das soluções oferecidas.

Considerações Finais: Com base nos resultados apresentados, conclui-se que a EcoR3nergy desempenha um papel fundamental na promoção de soluções energéticas sustentáveis, atendendo às necessidades de diversos setores e contribuindo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 7). O uso de energias renováveis não apenas reduz os impactos ambientais, mas também fortalece a competitividade e a resiliência de empresas em um mercado cada vez mais preocupado com a sustentabilidade. A pesquisa também destacou a importância de estratégias integradas que combinam inovação tecnológica, gestão inteligente de energia e cooperação com stakeholders. Apesar dos desafios encontrados, como custos iniciais elevados e limitações tecnológicas, as oportunidades para expansão e melhoria contínua são promissoras. Portanto, recomenda-se que a EcoR3nergy continue investindo em tecnologias de armazenamento, ampliação da infraestrutura e parcerias estratégicas para fomentar o acesso à energia renovável em comunidades e mercados ainda não atendidos. Ao alinhar suas operações aos princípios da economia circular e ao engajamento dos clientes, a empresa reforça sua posição como líder no setor de energia limpa e impulsiona a transição global para um futuro mais sustentável.

Palavras-chave: energia; sustentabilidade; renovação.

REFERÊNCIAS

- ASMELASH, Elisa et al. Role of IRENA for global transition to 100% renewable energy. Accelerating the transition to a 100% renewable energy era, p. 51-71, 2020.
- SMIL, Vaclav. *Energy Transitions: Global and National Perspectives*. Santa Barbara: Praeger, 2017.
- MACKAY, David J. C. *Sustainable Energy – Without the Hot Air*. Cambridge: UIT, 2009.
- FOX-PENNER, Peter. *Power after Carbon*. Cambridge: Harvard University Press, 2020.
- LOVINS, Amory B. *Reinventing Fire: Bold Business Solutions for the New Energy Era*. White River Junction: Chelsea Green Publishing, 2011.
- GRUBB, Michael. *Planetary Economics: Energy, Climate Change and the Three Domains of Sustainable Development*. Londres: Routledge, 2014.
- JACOBSON, Mark Z. et al. 100% Clean and Renewable Wind, Water, and Sunlight All-Sector Energy Roadmaps for 139 Countries of the World. *Renewable Energy*, v. 74, p. 475-487, 2020.
- KIRCHHERR, Julian; REIKE, Denise; HEKKERT, Marko. Conceptualizing Resources, Conservation and Recycling. *[S.l.]*, v. 2017, p. 221-232, 2017. Disponível em: <https://doi.org/link>. Acesso em: 6 set. 2024.
- Deloitte (2020). Renewable Energy: Incentives and Market Growth. Disponível em: Deloitte.com
- IBERDROLA. *Sustentabilidade*. Disponível em: <https://www.iberdrola.com/sustentabilidade>. Acesso em: 8 out. 2024.
- UNITED NATIONS. *The Sustainable Development Goals Report*. Nova Iorque: ONU, 2023.

Energiatrack

Rômulo Ribeiro Valadares¹⁰⁸
Alexandre Rodrigues Ramos¹⁰⁹
Icaro Kaic Bernardes Rocha¹¹⁰
Karla Léa Nascimento Querrer¹¹¹
Morgana Mota Trindade¹¹²
Raycca Mell Dos Santos¹¹³
Wallyson Freitas Alves¹¹⁴

Introdução: A busca por alternativas energéticas que prezam minimizar a pegada ecológica é uma prioridade para muitos indivíduos e empresas. A energia solar, uma fonte renovável e limpa, surge como uma resposta prática e sustentável para atender a essa demanda. Ao captar a luz do sol e convertê-la em eletricidade, os painéis solares oferecem uma maneira de reduzir a dependência de fontes de energia não-renováveis, diminuindo significativamente as emissões de gases de efeito estufa e outros poluentes. Além dos benefícios ambientais, a energia solar pode proporcionar uma redução notável nos custos de eletricidade. A abordagem da instalação de sistemas de energia solar pode impactar positivamente as despesas com energia, oferecendo análises sobre o potencial de economia a longo prazo. A utilização de ferramentas analíticas, como calculadoras de custo e comparações de eficiência, ilustra a viabilidade econômica da energia solar. Nosso objetivo é criar um site sobre painéis solares e mostrar como isso influencia nos custos e benefícios, além de explicar por que seria uma boa ideia instalá-los em nossas casas. Atualmente, muitas pessoas estão cada vez mais preocupadas com o meio ambiente e buscam maneiras de reduzir sua pegada ecológica. Um site que incentive a instalação de painéis solares promove o uso de energia limpa, renovável e sustentável. Além disso, a energia solar pode reduzir drasticamente os custos de eletricidade em uma casa. O site pode oferecer ferramentas, como calculadoras e comparações, que mostrem o potencial de economia ao adotar essa tecnologia, atraindo consumidores interessados em reduzir suas despesas. A energia solar não só contribui para a preservação ambiental, mas também oferece uma solução financeira vantajosa, permitindo a redução dos custos de eletricidade a longo prazo. Ao disponibilizar ferramentas como calculadoras de economia e comparações, o site educará e incentivará os consumidores a tomar decisões informadas. Assim, a plataforma contribuirá para o avanço de uma sociedade mais consciente, sustentável e economicamente eficiente, oferecendo benefícios tanto para o indivíduo quanto para o meio ambiente. Além disso, a energia solar promove a independência energética, permitindo que os consumidores gerem sua própria eletricidade e reduzam a dependência de

¹⁰⁸ Docente do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

¹⁰⁹ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹¹⁰ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹¹¹ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹¹² Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹¹³ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

¹¹⁴ Graduando do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC.

fontes não renováveis. Com a crescente adoção de tecnologias solares, como painéis fotovoltaicos e sistemas de armazenamento de energia, os usuários não apenas economizam nas contas, mas também se tornam protagonistas na luta contra as mudanças climáticas. A plataforma pode ainda incentivar a comunidade a se unir em projetos coletivos, potencializando o impacto positivo da energia solar e promovendo uma cultura de colaboração em prol de um futuro mais verde e sustentável.

Metodologia: Toda sexta-feira do ano de 2024, a partir do segundo semestre, nossa equipe se reúne para estabelecer os próximos passos e discutir eventuais ajustes no plano. Essas reuniões oferecem uma oportunidade para todos compartilharem ideias e preocupações, seja editando um rascunho, avaliando o progresso da semana ou debatendo como avançar para a próxima fase de desenvolvimento. A comunicação aberta e o planejamento colaborativo são fundamentais para garantir que todos estejam alinhados e que o projeto continue a avançar. Ferramentas que suportam nosso trabalho: Para que todos os membros da equipe possam trabalhar de maneira eficiente e acompanhar o que está acontecendo no projeto, as ferramentas que utilizamos se tornaram essenciais em nosso cotidiano: Utilizamos o Google Docs para registrar tudo o que ocorre no projeto. Isso inclui atas de reuniões, agendas, decisões importantes e planos futuros. A grande vantagem é que todos podem acessar e atualizar os documentos em tempo real, garantindo que as informações estejam sempre atualizadas e sincronizadas. O Trello é nosso aliado na organização de tarefas. Criamos um cartão para cada atividade e a categorizamos como “Em andamento”, “Em desenvolvimento”, “Em revisão” e “Concluído”. Isso nos ajuda a entender o que cada um está fazendo e quais são as próximas etapas. É gratificante observar o progresso do projeto! Para construir nosso software, criamos um protótipo que demonstra como ele funcionará. O Figma permite que as equipes visualizem e testem a aparência de um produto antes de começarmos a desenvolvê-lo. Isso nos ajuda a coletar feedback e realizar ajustes, garantindo que o design seja atraente, eficaz e fácil de usar. Quando chega o momento de transformar um modelo em realidade, nossos desenvolvedores utilizam o VSCode. Essa é nossa principal ferramenta para escrever código de aplicativo, especialmente HTML, CSS e JavaScript. Esses códigos formam a base do software e asseguram que tudo funcione conforme esperado. O VSCode nos proporciona mais criatividade e facilita a edição e visualização. Linguagens que dão vida às aplicações: HTML e CSS: Essas linguagens são fundamentais para tudo o que fazemos no front-end. O HTML define a estrutura de uma página, enquanto o CSS adiciona estilo e estética, tornando-a agradável e fácil de navegar. JavaScript: Essa linguagem torna nosso aplicativo interativo. Usamos JavaScript para implementar funcionalidades como respostas a cliques dos usuários, animações e validação de formulários. É o motor por trás de tudo que torna nossos computadores úteis e eficientes.

Resultados e Discussão: Este projeto vai além da simples informação sobre as vantagens da energia solar; ele se propõe a empoderar os consumidores com ferramentas práticas que facilitam a transição para uma fonte de energia mais sustentável. Ao disponibilizar um recurso educativo acessível e interativo, buscamos não apenas esclarecer dúvidas, mas também motivar e capacitar os usuários a adotarem soluções energéticas que beneficiem tanto suas finanças pessoais quanto o meio ambiente. Através de uma plataforma intuitiva, os consumidores poderão explorar os diversos aspectos da energia solar, desde seu funcionamento até as opções de instalação. As ferramentas interativas, como calculadoras de economia e comparadores de eficiência, permitirão que cada usuário personalize sua experiência, entendendo melhor como a energia solar pode se encaixar em suas necessidades específicas. Isso não só facilita a tomada de decisão, mas também promove um senso de autonomia e responsabilidade em relação ao consumo energético. Além disso, ao oferecer

informações claras e acessíveis sobre os benefícios ambientais da energia solar, esperamos inspirar uma mudança de mentalidade em relação à sustentabilidade. Acreditamos que, ao educar os consumidores sobre a importância da energia limpa e renovável, podemos fomentar uma cultura de consciência ambiental que transcende as escolhas individuais e se torna um movimento coletivo em prol do bem-estar do planeta.

Considerações Finais: Diante das análises e discussões expostas neste trabalho, torna-se evidente que a implementação de sistemas de energia solar contribui significativamente para a redução da pegada ecológica e oferece benefícios econômicos substanciais. A criação de uma plataforma online que eduque e incentive a adoção da energia solar tem o potencial de ser um catalisador poderoso para mudanças positivas, promovendo a sustentabilidade e a independência energética. Ao fornecer ferramentas interativas e informações detalhadas sobre os benefícios ambientais e econômicos da energia solar, espera-se capacitar os consumidores a tomar decisões informadas e responsáveis. A disseminação do conhecimento sobre tecnologias renováveis e sustentáveis é crucial para enfrentar os desafios ambientais globais e promover um futuro mais sustentável. Portanto, este projeto não se propõe apenas a informar, mas também a transformar a maneira como as pessoas enxergam e utilizam a energia em suas vidas diárias. Por meio da conscientização e do incentivo ao uso de fontes limpas e renováveis, podemos avançar juntos em direção a um mundo mais sustentável e economicamente equilibrado.

Palavras-chave:

REFERÊNCIAS

LEMON. Energia solar: descubra como reduzir sua conta de luz. Disponível em: <https://energialemon.com.br/midia-br>. Acesso em: 15 set. 2024.

LA SOLAR. Energia solar no Brasil: invista e economize. Disponível em: <https://lasolar.com.br/>. Acesso em: 11 set. 2024.

SUN KING SOLAR. Residential Solar Solutions. Disponível em: <https://www.sunkingsolarusa.com/blank-12>. Acesso em: 14 set. 2024.

FTHENAKIS, V. et al. Analyzing solar energy integration in smart grids with a focus on demand response, energy management, and grid stability. ResearchGate, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/377952692_Analyzing_Solar_Energy_Integration_in_Smart_Grids_with_a_Focus_on_Demand_Response_Energy_Management_and_Grid_Stability. Acesso em: 15 set. 2024.

LUQUE, A.; HEGEDUS, S. Solar cell efficiency tables – version 41. Progress in Photovoltaics, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/284773861_Solar_Cell_efficiency_tables_version_41_Progress_in_Photovoltaics. Acesso em: 11 set. 2024.

LIFE-CYCLE assessment of a photovoltaic panel: assessment of energy intensity of production and environmental impacts. ResearchGate, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/357229586_Life-cycle_assessment_of_a_photovoltaic_panel_Assessment_of_energy_intensity_of_production

_and_environmental_impacts. Acesso em: 11 set. 2024.

UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro. Estudo sobre sistemas fotovoltaicos: eficiência energética e impactos ambientais. 2021. Disponível em: <https://monografias.poli.ufrj.br/monografias/monopoli10016363.pdf>. Acesso em: 10 set. 2024.

SOLAR ENERGY ENGINEERING: processes and systems. Academia.edu. Disponível em: https://www.academia.edu/32533754/Solar_Energy_Engineering_Processes_and_Systems_Second_Edition. Acesso em: 11 set. 2024.



Guardião

Gabriel de Almeida¹¹⁵

Rocha Ian Gabriel dos Santos Marques¹¹⁶

João Lucas Guimarães Borba Soares¹¹⁷

Laylla Cristynne Figueiredo de Lima¹¹⁸

Maria Fernanda Dias de Barros¹¹⁹

Rômulo Ribeiro Valadares¹²⁰

Introdução: O intuito da plataforma é proporcionar um ambiente seguro e confidencial para a denúncia de atividades ilegais, abusivas e antiéticas dentro do ramo trabalhista. Ao oferecer proteção garantida para os denunciadores, buscamos superar o medo de retaliações e a falta de confiança nos mecanismos tradicionais de denúncia. Com uma análise rigorosa e comunicação transparente sobre o progresso das denúncias, nosso objetivo é elevar o volume de denúncias de casos de corrupção, abuso e outras práticas antiéticas. Além disso, promovemos uma cultura de transparência e responsabilidade no ambiente de trabalho, criando um espaço onde práticas antiéticas são menos toleradas e mais rapidamente abordadas. Com a implementação buscamos alcançar uma redução significativa e um combate eficaz aos crimes e práticas antiéticas no ambiente de trabalho. **Justificativa:** A ideia por trás do desenvolvimento do Guardião surge de uma experiência real que destacou a necessidade urgente de uma plataforma dedicada à denúncia de práticas antiéticas e abusivas. Durante uma tentativa de denúncia anônima, a pessoa se deparou com a solicitação inesperada de fornecer seu nome, o que não apenas gerou insegurança, mas também a impediu de proceder com a denúncia. Este episódio evidenciou uma lacuna crítica nos mecanismos de denúncia existentes: a falta de verdadeira confidencialidade e a barreira que isso representa para a exposição de práticas injustas e criminosas. Em 2022, a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) revelou que quase 1,9 milhão de crianças e adolescentes no Brasil estavam envolvidos em trabalho infantil, representando 4,9% dos jovens entre 5 e 17 anos no país. Esta realidade alarmante expõe muitas crianças a ambientes de trabalho perigosos e inseguros, comprometendo seu desenvolvimento e perpetuando um ciclo intergeracional de pobreza. Em paralelo, a Agência Brasil reportou que, em 2023, o Brasil resgatou 3.151 trabalhadores em condições análogas à escravidão, o maior número desde 2009. Esses trabalhadores frequentemente enfrentam abusos físicos e psicológicos, além de condições de trabalho degradantes, resultando em graves violações dos direitos humanos e traumas psicológicos duradouros. Esses dados sublinham a necessidade urgente de uma plataforma que permita a denúncia segura e anônima de práticas antiéticas e abusivas. O Guardião foi concebido para preencher essa lacuna, oferecendo um espaço onde denúncias podem ser feitas sem o medo de represálias ou de comprometer a identidade dos denunciadores. Nosso site visa

¹¹⁵ Graduando do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: gabriel.rocha@esoftware.uniceplac.edu.br

¹¹⁶ Graduando do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ian.marques@esoftware.uniceplac.edu.br

¹¹⁷ Graduando do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: joao.soares@esoftware.uniceplac.edu.br

¹¹⁸ Graduando do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: laylla.lima@esoftware.uniceplac.edu.br

¹¹⁹ Graduando do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maria.barros@esoftware.uniceplac.edu.br

¹²⁰ Docente do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

trazer à tona casos que, de outra forma, permaneceriam ocultos, promovendo a conscientização e a ação contra práticas inaceitáveis. Ao destacar e documentar essas violências, o Guardião se compromete a proteger os direitos humanos e a contribuir para a construção de um ambiente mais justo e seguro para todos. Assim, a experiência de tentativa de denúncia anônima, combinada com dados alarmantes sobre trabalho infantil e condições análogas à escravidão, fundamenta a importância e a urgência do trabalho do Guardião. Nossa missão é garantir que todos possam denunciar abusos e injustiças de forma segura, sem comprometer sua segurança ou anonimato.

Metodologia: Para o desenvolvimento do site foram utilizados os seguintes materiais, métodos e procedimentos: Pesquisa descritiva através de artigos e matérias jornalísticas. Trello: usado para a organização da gestão do projeto e acompanhamento do desenvolvimento do mesmo; Figma: utilizado para a prototipação de telas do site; Photoshop: usado para a criação da logo; Pesquisa sobre a legislação trabalhista. Levantamento e validação dos requisitos do projeto. Criação das telas de rotótipo do site.

Resultados e Discussão: O Guardião apresentou-se como uma solução inovadora e relevante para combater práticas antiéticas e abusivas no ambiente de trabalho, especialmente em contextos marcados por violações graves como o trabalho infantil e o trabalho análogo à escravidão. Ao oferecer uma plataforma segura e anônima para denúncias, o projeto reforça a importância da proteção aos direitos humanos e do fortalecimento de uma cultura de ética e transparência. Através de um processo bem estruturado, que incluiu desde a concepção do protótipo até o levantamento de requisitos e uso de tecnologias como Figma e Trello, a equipe demonstrou um compromisso significativo com a qualidade e a funcionalidade do produto. Além disso, o trabalho enfatizou a importância da conscientização e do suporte às vítimas, com propostas como atendimento psicológico especializado e materiais educativos. Por fim, o Guardião não apenas cumpre sua missão de promover justiça e responsabilidade, mas também se destaca como um exemplo de como a tecnologia pode ser utilizada de forma ética e socialmente transformadora. Este projeto marca um passo importante na luta contra as desigualdades e abusos, contribuindo para a construção de um ambiente de trabalho mais justo e humano.

Considerações Finais: O Guardião demonstrou ser uma iniciativa essencial e inovadora para enfrentar práticas antiéticas e abusivas no ambiente de trabalho, como o trabalho infantil e condições análogas à escravidão. Ao fornecer um espaço seguro e anônimo para denúncias, o Guardião busca fortalecer os direitos humanos e fomentar uma cultura de ética e transparência nas organizações.

Palavras-chave: denúncia anônima; práticas antiéticas; direitos humanos; ambiente de trabalho; trabalho infantil; condições análogas à escravidão; ética organizacional; transformação social; tecnologia e justiça e conscientização trabalhista.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA BRASIL. Brasil resgatou 31 mil trabalhadores escravizados em 2023. Brasília, 1 jan.2024.Disponívelem:<https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2024-01/brasil-resgatou-31-mil-trabalhadores-escravizados-em-2023>. Acesso em: 30 ago. 2024.

AGÊNCIA SENADO. Senado analisa medidas de combate ao trabalho escravo. Brasília, 29 jan. 2024. Disponível em:

<https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/01/29/senado-analisa-medidas-de-combate-ao-trabalho-escravo>. Acesso em: 30 ago. 2024.

BRASIL. Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940. Código Penal. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848.htm. Acesso em: 15 set. 2024.

BRASIL. Lei nº 10.803, de 11 de dezembro de 2003. Altera o art. 149 do Decreto-Lei no 2.848, de 7 de dezembro de 1940 - Código Penal. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.803.htm. Acesso em: 15 set. 2024.

CONECTAS. Trabalho forçado: relatório OIT. São Paulo, 2024. Disponível em: <http://conectas.org/noticias/trabalho-forcado-relatorio-oit/>. Acesso em: 8 set. 2024.

CONTEÚDO JURÍDICO. Trabalho análogo à escravidão: qualificação jurídica. 2024. Disponível em: <https://conteudojuridico.com.br/consulta/Artigos%20/63731/trabalho-anlogo-escravido-qua>. Acesso em: 8 set. 2024.

IBGE. G1. Quase 5% das crianças e adolescentes do país estão em situação de trabalho infantil, aponta São Paulo, 20 dez. 2023. Disponível em: <https://g1.globo.com/google/amp/trabalho-e-carreira/noticia/2023/12/20/quase-5percent-das-criancas-e-adolescentes-do-pais-estao-em-situacao-de-trabalho-infantil-aponta-ibge.ghtml>. Acesso em: 30 ago. 2024. IBGE.

PNAD Contínua: pesquisa nacional por amostra de domicílios. 2024. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/17270-pnad-continua.html?edicao=18390>. Acesso em: 15 set. 2024.

JUSBRASIL. Artigo 149 do Decreto-Lei nº 2.848 de 07 de dezembro de 1940. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10621211/artigo-149-do-decreto-lei-n-2848-de-07-de>. Acesso em: 8 set. 2024.

JUSBRASIL. Trabalho análogo à escravidão: como a lei brasileira define o tema. 2024. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/trabalho-analogo-a-escravidao-como-a-lei-brasileira-de>. Acesso em: 8 set. 2024.

JUSBRASIL. Causas da escravidão contemporânea e a responsabilidade do Estado. 2024. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/causas-da-escravidao-contemporanea-e-a-responsabilid>. Acesso em: 8 set. 2024.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO (Brasil). Áreas de atuação da inspeção do trabalho. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/areas-de-atua>. Acesso em: 8 set. 2024.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO (Brasil). Manuais e publicações da inspeção do 2024. Disponível em:

<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/manuais-e-pu>. Acesso em: 8 set. 2024.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO (Brasil). 593 trabalhadores são resgatados em condições análogas à escravidão na maior operação da história do Brasil. ago. 2024.

Disponível em:

<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/Agosto/593-trabalhadores-sao-resgatados-em-condicoes-analogas-a-escravidao-na-maior-operacao-da-historia-do-brasil>. Acesso em: 15 set. 2024. forçado.

OIT – ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Normas internacionais sobre trabalho Genebra, 2024. Disponível em:

<https://www.ilo.org/pt-pt/resource/normas-internacionais-sobre-trabalho-forcado>. Acesso em: 8 set. 2024.

OIT – ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Relatório VII: inclusão de condições de trabalho seguras e saudáveis no trabalho decente. Genebra, 2024. Disponível em:

<https://www.ilo.org/publications/relatorio-vii-inclusao-de-condicoes-de-trabalho-seguras-e-saudaveis-no-0>. Acesso em: 15 set. 2024.

POLITIZE!. Trabalho análogo à escravidão: causas, consequências e combate. 2024.

Disponível em: <https://www.politize.com.br/trabalho-analogo-a-escravidao/>. Acesso em: 8 set. 2024. Brasil.

REVISTA FÓRUM. Entenda como o enfrentamento do trabalho análogo à escravidão ocorre no 6 mar. 2023. Disponível em:

<https://revistaforum.com.br/brasil/2023/3/6/entenda-como-enfrentamento-do-trabalho-anal>. Acesso em: 8 set. 2024.

HealthCode

Aleff Daniel Ribeiro de Oliveira Paz¹²¹

Caio Gabriel Teixeira e Silva¹²²

Guilherme Kalil Pereira Nascimento¹²³

Henri dos Reis Sá dos Santos¹²⁴

Luís Paulo Mendes Barbosa¹²⁵

Rômulo Ribeiro Valadares¹²⁶

Introdução: Nossa intenção é oferecer um suporte contínuo e integral, levando em consideração as particularidades e limitações de cada indivíduo. Para idosos, isso pode envolver programas que fortalecem a mobilidade, a saúde óssea e a cognição, enquanto para pessoas obesas, o foco deve ser em perda de peso de forma saudável, sem nenhum tipo de medicamentos que estão sendo utilizados por grande parte das pessoas que querem resultados rápidos, visamos pela saúde da pessoa não necessariamente pela estética em si. O projeto busca propagar uma maneira de motivar pessoas obesas e idosas, a iniciarem a prática de atividades físicas e conseguirem manter a iniciativa como algo comum de suas rotinas, sendo capazes de enfrentar seus medos e inseguranças. Criamos um cronograma personalizado para cada um de nossos clientes, pois sabemos que cada indivíduo é único, devendo ter suas particularidades respeitadas. Independente do objetivo final, estamos aqui para ajudar de forma cuidadosa e criteriosa, utilizando a tecnologia mais avançada ao nosso alcance para facilitar essa jornada.

Metodologia: Para a realização deste projeto, foram utilizadas ferramentas, recursos, métodos de pesquisa e comunicação como: Metodologia Scrum Master: gerencia e aprimora um projeto de forma eficiente e colaborativa, ajudando a equipe a entregar produtos de valor de maneira iterativa. Ferramentas de IA: recursos que auxiliam nas informações, fornece a criação de imagens e também em recomendações e sugestões capazes de tirar as dúvidas da equipe através da utilização de inteligência artificial. Trello: plataforma que gerencia e organiza as tarefas de um projeto, servindo para o planejamento de atividades e para acompanhar o progresso de cada integrante do projeto. Figma: ferramenta de design que cria protótipos e layouts de forma colaborativa e interativa. WhatsApp: para comunicação e interação entre a equipe, permitindo os usuários a trocarem mensagens de texto, áudios, fotos e vídeos de forma rápida e eficiente.

Resultados e Discussão: O projeto será guiado por uma metodologia estruturada, focando no acompanhamento contínuo dos pacientes de forma eficiente e humanizada. Esperamos que todos consigam uma constância mesmo após o acompanhamento, incentivando a atividade

¹²¹ Graduando(a) do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: aleff.daniel2021@gmail.com

¹²² Graduando(a) do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: caiogabriel.ts@gmail.com

¹²³ Graduando(a) do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: guilhermekpn@gmail.com

¹²⁴ Graduando(a) do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: henri.santos@esofware.uniceplac.edu.br

¹²⁵ Graduando(a) do Curso de Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: luis.barbosa@esofware.uniceplac.edu.br

¹²⁶ Docente do Curso Engenharia de Software, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

física e boa alimentação como um hábito e não uma etapa para um objetivo. Durante todo o processo e também no pós, reforçamos e ajustamos os planos de exercícios e alimentação. Todos os pacientes serão acompanhados por nutricionistas e educadores físicos. O processo de atividades será feito de forma gradual, respeitando a capacidade física e individual de cada um, adaptando os exercícios para pacientes com problemas físicos, como no joelho, por exemplo, onde adaptamos exercícios que não exijam tanta mobilidade. O projeto também busca facilitar a comunicação diretamente em nosso site com consultas sem burocracia, fornecendo um layout limpo e de fácil compreensão, com dicas, receitas e um espaço dedicado ao armazenamento de fotos que podem ser adicionadas ao longo do processo, facilitando para o paciente a noção da própria evolução. O site funcionará como uma rede social simples, para que o paciente consiga atualizar suas informações como peso, altura, objetivos, exercícios realizados e o andamento da alimentação com facilidade. Com um perfil pessoal e privado, possuindo apenas informações relevantes referentes ao acompanhamento e um programa de pontos para metas alcançadas, buscamos incentivar que todos atualizem os dados como parte do processo e não uma obrigação. Podem ser utilizados recursos ilustrativos, como figuras e tabelas, acompanhados de análise, indicando sua relevância, vantagens e possíveis limitações.

Considerações Finais: O projeto HealthCode foi desenvolvido com o objetivo de oferecer um ambiente digital simples, eficiente e acessível, especialmente voltado para idosos e pessoas com obesidade. Com um layout intuitivo e de fácil navegação, a plataforma permite que os usuários encontrem rapidamente informações valiosas, como dicas, recomendações e orientações para o início de atividades físicas adaptadas às suas necessidades. Além disso, a plataforma oferece recursos que permitem o acompanhamento contínuo do progresso dos usuários, permitindo que eles registrem suas atividades, monitorem seu desempenho e atualizem suas informações conforme avançam nas propostas de exercícios e cuidados com a saúde. Através desse acompanhamento personalizado, a HealthCode promove um ambiente de suporte constante, incentivando a adoção de hábitos saudáveis e a melhoria da qualidade de vida, com foco na segurança e no bem-estar dos pacientes ao longo do processo.

Palavras-chave: acompanhamento; acessibilidade; saúde.

REFERÊNCIAS

SOBREPESO. O melhor tipo de exercício físico para pessoas obesas. Disponível em: <<https://www.sobrepeso.com.br/o-melhor-tipo-de-exercicio-fisico-para-pessoas-obesas/?i=3952611828126709761>>. Acesso em: 17 set. 2024.

ABESO. Idosos obesos têm mais riscos de quedas. Disponível em: <<https://abeso.org.br/idosos-obesos-tem-mais-riscos-de-quedas/>>. Acesso em: 17 set. 2024.

SABIN. O que é a obesidade e como se prevenir. Disponível em: <<https://blog.sabin.com.br/saude/o-que-e-a-obesidade-e-como-se-prevenir/#indice-2>>. Acesso em: 17 set. 2024.

UOL VIVABEM. Idoso com obesidade tem mais risco de problemas locomotivos, diz estudo. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2021/08/27/idoso-com-obesidade-tem-mais-risco-de-problemas-locomotivos-diz-estudo.htm>>. Acesso em: 17 set. 2024.



G1 GLOBO. Na melhor idade: idosos relatam benefícios da prática de exercícios físicos: "não pretendo parar". Disponível em:
<<https://g1.globo.com/sp/sorocaba-jundiai/noticia/2024/02/25/na-melhor-idade-idosos-relata-m-beneficios-da-pratica-de-exercicios-fisicos-nao-pretendo-parar.ghml>>. Acesso em: 17 set. 2024.

PORTAL AL. No Dia Nacional de Combate ao Sedentarismo, autoridades alertam para necessidade da atividade física. Disponível em:
<<https://portal.al.go.leg.br/noticias/130391/no-dia-nacional-de-combate-ao-sedentarismo-autoridades-alertam-para-necessidade-da-atividade-fisica#:~:text=Conforme%20dados%20do%20Instituto%20Brasileiro,ainda%20mais%20alarmante%3A%2084%25>>. Acesso em: 17 set. 2024.

AGÊNCIA BRASIL. Pesquisa revela que 52% dos brasileiros não fazem atividades físicas. Disponível em:
<<https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2023-06/pesquisa-revela-que-52-dos-brasileiros-nao-fazem-atividades-fisicas>>. Acesso em: 17 set. 2024.



O uso de plantas repelentes como a citronela no combate à dengue

Maria Amélia Albergaria Estrela¹²⁷
Regina Vitória dos Santos Marques¹²⁸
Alessandra Costa Silva¹²⁹

Introdução: A dengue, transmitida pelo mosquito *Aedes aegypti*, é um grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo, com incidência crescente nas últimas décadas. De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), só em 2024 foram notificados mais de 12 milhões de casos suspeitos nas Américas, com um aumento expressivo em relação aos anos anteriores (OMS, 2024). No Brasil, o Distrito Federal registrou 317.976 casos suspeitos no mesmo período, com alta concentração na região sul, composta por Gama e Santa Maria (Brasil, 2024). Embora o controle químico com inseticidas seja uma prática comum, ele pode causar desequilíbrios ambientais e impactos na saúde humana. Alternativas sustentáveis, como o uso de repelentes naturais, têm ganhado atenção. O óleo essencial de citronela (*Cymbopogon nardus*), rico em compostos como geraniol e citronelal, é reconhecido por sua ação repelente sem exterminar os insetos, preservando o equilíbrio ambiental (Oliveira *et al.*, 2015; Milleo *et al.*, 2019). Este projeto buscou produzir e divulgar difusores de citronela como uma alternativa sustentável e educativa para combater o mosquito e reduzir a incidência de dengue na cidade do Gama-DF.

Metodologia: O projeto foi desenvolvido por estudantes do curso de Farmácia, com foco em práticas integradoras. As mudas de citronela foram obtidas por meio de doações de produtores locais e do projeto Farmácia Viva. O processo foi dividido em etapas: 1. **Pesquisa Bibliográfica:** Foram consultadas fontes confiáveis, como publicações científicas e documentos oficiais, para garantir a qualidade das informações sobre a citronela e sua aplicação; 2. **Produção de Materiais Educativos:** Foram elaborados folhetos explicativos e banners, com linguagem acessível para a população local. Elementos gráficos destacados foram utilizados para facilitar a compreensão, destacando instruções para a produção e uso do difusor; 3. **Produção do Difusor:** O óleo essencial foi extraído das folhas de citronela utilizando um método simples: maceração das folhas em etanol 96% por 7 dias, seguido de filtração e armazenamento em frascos de vidro escuro. O uso do difusor foi orientado para horários de maior atividade do mosquito, como o final da tarde (Brasil, 2019); 4. **Distribuição e Educação:** Os difusores foram distribuídos durante uma ação educativa em uma igreja na região do Gama-DF, selecionada com base em dados epidemiológicos fornecidos pela Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente.

Resultados e Discussão: Durante o projeto, foram distribuídos 20 difusores e 20 mudas de citronela. Palestras educativas e materiais informativos alcançaram uma população vulnerável com acesso limitado a informações sobre controle de vetores. A aceitação da comunidade foi positiva, com participantes mostrando interesse em replicar os difusores em casa, considerando o baixo custo, simplicidade e eficácia percebida (Figuras 1 a 4). Estudos como os de Carneiro (2015) reforçam a eficácia do óleo essencial de citronela, que demonstrou repelência de até 90,52% contra mosquitos. Além disso, pesquisas apontam que plantas do

¹²⁷ Docente do Curso Farmácia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maria.estrela@uniceplac.edu.br.

¹²⁸ Graduanda do Curso de Farmácia EaD e do Curso de Nutrição, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: regina.marques@farm.uniceplac.edu.br.

¹²⁹ Graduanda do Curso de Farmácia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: alessandra.silva@farm.uniceplac.edu.br.



gênero *Cymbopogon*, amplamente cultivadas em regiões tropicais, possuem propriedades repelentes devido a seus compostos voláteis (Milleo *et al.*, 2019; Toledo e Bauab, 2020). As ações realizadas também buscaram enfatizar a importância da eliminação de criadouros e do uso de métodos complementares de controle. O projeto mostrou-se eficaz não apenas na disseminação de conhecimentos, mas também na conscientização sobre o papel da comunidade na prevenção da dengue.

Figura 1 – Materiais utilizados na apresentação.



Fonte: Dos autores, 2024.

Figura 2 – Folheto Educativo (frente).

VOCÊ CONHECE O CAPIM CITRONELA?

O capim citronela é uma planta com folhas longas e finas que pode atingir até 1 metro de altura, semelhante ao capim cidreira, mas pode ser facilmente reconhecida por seu aroma forte e fresco, lembrando produtos de limpeza. Ao apertar suas folhas, exala um cheiro próximo ao de eucalipto-limão. Seu odor afasta mosquitos, especialmente o *Aedes aegypti*, transmissor de doenças como dengue, zika e chikungunya.

Por isso, o capim citronela pode ser utilizado em difusores naturais, aproveitando suas propriedades repelentes para proteger o ambiente de insetos.

Atenção!

Mantenha o difusor fora do alcance de crianças e animais de estimação.

Em caso de ingestão accidental, procure ajuda médica imediatamente.

Em caso de contato com os olhos lave com água em abundância.

Guarde o difusor em local fresco, longe de fontes de calor e chamas, para evitar acidentes devido à presença de álcool.

Proteja da luz e umidade para preservar suas propriedades.



DIFUSOR DE CAPIM CITRONELA

Referências

BRASIL, Secretaria de Saúde do Distrito Federal. **Difusor de Capim Citronela**. Núcleo de Farmácia Viva. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/177964/Folder-Capim-Citronela-v5.pdf> acesso em: 25 set. 2024

 **UNICEPLAC**
Farmácia EaD
 [farmaciahibrido_uniceplac](#)

Fonte: Dos autores, 2024.

Figura 3 – Folheto Educativo (verso).

MODO DE PREPARO DO DIFUSOR DE CAPIM CITRONELA

- Colher folhas frescas de capim citronela com aspecto saudável, sem sinais amarelados, preferencialmente antes das 9 horas.
- Cortar em pedaços pequenos, com cerca de 2 cm.
- Depositar o máximo de folhas possível em um recipiente de vidro, preferencialmente escuro. Caso o vidro seja incolor, envolva-lo com papel alumínio.
- Adicionar álcool 96% ou 93,8° INMP em quantidade suficiente para cobrir todas as folhas.
- Manter em infusão por 7 dias, em ambiente protegido da luz e umidade, sem abrir o recipiente, agitando-o diariamente.
- Filtrar o extrato, após o período de infusão.
- Transferir o extrato líquido para um recipiente de vidro ou plástico escuro, com boca estreita.
- Inserir no recipiente ao menos três palitos de madeira de Pinus, com cerca de 20 cm cada, e aguardar aproximadamente 15 minutos para que absorvam o líquido.
- Inverter os palitos para que ocorra a difusão do aroma.
- Repetir o procedimento de inverter os palitos sempre que perceber a diminuição do aroma.



O MELHOR HORÁRIO PARA USAR O DIFUSOR É NO FINAL DA TARDE, ENTRE ÀS 17H E 18H, QUANDO O MOSQUITO AEDES AEGYPT APARECE COM MAIS FREQUÊNCIA.

Fonte: Dos autores, 2024.



Figura 4 – Entrega dos materiais e palestra feita pelos estudantes do curso de Farmácia.



Fonte: Dos autores, 2024.

Considerações Finais: O uso de plantas repelentes como a citronela apresenta-se como uma estratégia viável, sustentável e de fácil replicação para o controle do *Aedes aegypti*. Ao integrar práticas educativas e métodos naturais, o projeto contribuiu para a redução do risco de transmissão de dengue e reforçou a importância de ações comunitárias para a saúde pública. Iniciativas similares podem ser expandidas para outras localidades, ampliando seu impacto na prevenção de arboviroses.

Palavras-chave: citronela; prevenção à dengue; repelentes naturais.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Conselho Nacional de Secretários de Saúde - Conass. Secretaria de Saúde. **Farmácia viva ensina a fazer difusor contra *Aedes aegypti***. 2019. Disponível em: <https://www.conass.org.br/farmacia-viva-ensina-a-fazer-difusor-contr-aedes-aegypti/#:~:text=PREPARO%20%E2%80%93%20Para%20fazer%20o%20difusor,ou%20pardo%E2%80%9D%2C%20ensina%20Neto>. Acesso em: 23 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância Epidemiológica. **Diretrizes Nacionais para a Prevenção e Controle de Epidemias de Dengue: Série A. Normas e Manuais Técnicos**. 160 p. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_nacionais_prevencao_controle_dengue.pdf. Acesso em: 21 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. **Informe semanal nº 18 - Arboviroses Urbanas - SE 41 | 14 de outubro de 2024**. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/arboviroses/informe-semanal/informe-semanal-se-41-2024.pdf/view>. Acesso em: 24 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Subsecretaria de Vigilância à Saúde. Secretaria de Saúde do Distrito Federal. **Boletim Epidemiológico. Monitoramento dos casos de dengue até a Semana Epidemiológica 41 de 2024 no Distrito Federal.** Brasília: Ministério da Saúde, Ano 19, nº 41, outubro de 2024. Disponível em:

https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/0/41_BOLETIM_SEMANAL_DENGUE_SE_41+DF+2024.pdf/8cd8b8d3-8216-9dca-cd51-85c854ff54a6?t=1729251062242. Acesso em: 24 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/dengue>. Acesso em: 24 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/aedes-aegypti>. Acesso em: 24 out. 2024.

MARTINS, Bianca Stipp *et al.* **Análise química e efeito repelente de óleos essenciais.**

Instituto Federal Catarinense. Araquari/SC. 2016. Disponível em:

<https://quimica.memoria.araquari.ifc.edu.br/wp-content/uploads/sites/20/2018/12/TRABALHO-FINAL-AN%C3%81LISE-QU%C3%8DMICA-E-EFEITO-REPELENTE-DE-%C3%93LEOS-ESSENCIAIS.pdf>. Acesso em: 24 out. 2024.

OLIVEIRA, Elisama de *et al.* **Caracterização físico-química e potencial repelente de óleo essencial de citronela (*Cymbopogon nardus* (L.) Rendle) e de botões florais de cravo-da-índia (*Syzygium aromaticum* (L.) Merr & Perry).** Instituto Federal Catarinense.

Araquari/SC. 2015. Disponível em:

<https://quimica.memoria.araquari.ifc.edu.br/wp-content/uploads/sites/20/2018/12/TRABALHO-FINAL->

[CARACTERIZA%C3%87%C3%83O-F%C3%8DSICO-QU%C3%8DMICA-E-POTENCIA L-REPELENTE-DE-%C3%93LEO-ESSENCIAL-DE-CITRONELA-E-DE-BOT%C3%94ES -FLORAIS-DE-CRAVO-DA-%C3%8DNDIA.pdf](#). Acesso em: 24 out. 2024.

OMS, Organização Mundial da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Dengue, dados estatísticos.** 2024. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/dengue>. Acesso em: 14 de nov. 2024.

OMS, Organização Mundial da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Relatório de Situação nº 42 - Situação Epidemiológica da Dengue na Região das Américas - Semana Epidemiológica 42, 2024.** Disponível em:

<https://www.paho.org/en/documents/situation-report-no-42-dengue-epidemiological-situation-region-americas-epidemiological>. Acesso em: 14 de nov. 2024.

PEREIRA, Kristen Pavarine *et al.* **Repelente Natural: Composto de Plantas Brasileiras.**

Escola Estadual Américo René Gianetti (EEARG). XXV Ciência Viva - Uberlândia/MG, 16 a 20 de novembro de 2020. Disponível em:

https://dicaufu.com.br/dica_sys/pdf/1612640850.pdf. Acesso em: 21 set. 2024.

SANTOS, William Ivecio *et al.* **Desenvolvimento de Produtos Naturais com Potencial Repelente para a Prevenção à Dengue.** Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e

da Saúde, n. 2, p. 136–145, 2023. DOI: 10.17921/1415-6938.2023v27n2p136-145. Disponível

em: <https://ensaioseciencia.pgsscogna.com.br/ensaioeciencia/article/view/10377>. Acesso em: 14 nov. 2024.

TOLEDO, Luciani Gaspar de; BAUAB, Taís Maria. **Cymbopogon nardus (L.) Rendle (citronela): prospecção químicabiológica do óleo essencial com destaque no estudo de biofilme e controle da candidíase vulvovaginal**. Universidade Estadual Paulista "JÚLIO DE MESQUITA FILHO" Faculdade de Ciências Farmacêuticas. Araraquara-SP. 2020. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/e3f93b48-1091-4a20-88a3-4d1f0c1ab069/content>. Acesso em: 24 out. 2024.



Plantas tóxicas para animais

Fabiana Fonseca do Carmo Machado¹³⁰

Amanda De Carvalho Dias; André Luis Silva Borges; Andressa Dias Lima
Beatriz Silva De Oliveira Ferreira Daniel Rocha Rodrigues Emily Sousa Dos Anjos Gabriel
Da Rocha Soares; Giulia Giacomini Paludo; Guilherme Henrique Pereira Gomes; João
Henrique Nogueira De Queiroz E Sousa; Júlia Iris Pereira Ruiz; Júlia Linhares Muniz
Marques; Júlia Orsini Rodrigues Costa; Ketlen Sousa Santos; Larissa Soares Miranda; Lidia
Maria Viana Borges De Almeida Ferreira; Maria Eduarda Brandão Borges; Maria Emanuela
Gomes Martins; Maria Vitória De Lima Souza; Mariana Gomes Carvalho; Mariana Sousa
Silva Araújo; Naiara Vieira Gomes; Nicholas Santos Tavares Da Câmara; Pabliny De Lima
Barbosa; Ramon Gomes Dias Xavier; Thayanne Rubne Alves Rizzon; Thaynara Alves
Fernandes¹³¹

Introdução: As plantas tóxicas possuem substâncias que alteram a fisiologia do organismo em vista de sua incompatibilidade vital, levando às reações biológicas diversas, sendo que o grau de toxicidade depende da dosagem, via de administração, tipo de agente tóxico, tempo de exposição e suscetibilidade do indivíduo (ALBUQUERQUE, 1980; SIMÕES et al., 2003).

Plantas ornamentais são aquelas cultivadas por sua beleza, sendo bastante utilizadas na arquitetura de interiores e no paisagismo de espaços externos (BARROSO, 2007). As classes químicas mais importantes de compostos tóxicos existentes nas plantas são os alcalóides, glicosídeos, lecitinas e ácidos orgânicos. Há também os minerais absorvidos do solo e acumulados na planta, como o selênio, bário, nitratos e oxalatos (CHEEKE, 1998). Para fins práticos, em Medicina veterinária, podemos classificar as plantas de acordo com sua ação patológica, em função do quadro clínico-patológico que promovem (TOKARNIA et al., 2000). O principal interesse em plantas tóxicas está relacionado com o potencial de causar intoxicações em seres humanos ou em animais (SCHENKEL et al., 2002; SIMÕES et al., 2002). O envenenamento causado por plantas tóxicas ornamentais é um problema na Medicina Veterinária, afetando pequenos e grandes animais, ocorrendo em todas as épocas do ano e em toda a extensão do território Brasileiro (MELO, 2000). A extensão universitária nas diversas áreas do conhecimento é capaz de promover benefícios mútuos para a comunidade local e para as universidades. Essas ações são revestidas de grande importância social porque atuam diretamente na assistência a grupos sociais mais carentes (Deslandes & Arantes, 2017). Assim, é possível que os estudantes construam um formato próprio de atuação e adquiram um conjunto de experiências que ajudará na sua atuação profissional.

Metodologia: O projeto foi subdividido em 2 fases: Fase 1: Atividade Grupo: Levantamento e Identificação, coleta e construção de exsicata de plantas tóxicas em uma propriedade rural: Bovinos/ Caprinos/ ovinos ou equinos; Fase 2: Atividade Grupo: Levantamento e Identificação, coleta e construção de exsicata de plantas tóxicas em áreas urbanas; A turma foi dividida em grupos e cada grupo realizou visitas nas propriedades selecionadas e após cada fase eram apresentadas e discutidos os assuntos abordados em sala de aula. Itens da apresentação: Nome da propriedade e local; Dados da propriedade: sistema de produção, área de pastagem; quais forrageiras; animais quantidade e raça; Casos de intoxicação? Sintomas relatados? Fotos

¹³⁰ Docente do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiana.carmo@uniceplac.edu.br

¹³¹ Discentes do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiana.carmo@uniceplac.edu.br

da planta tóxica no habitat natural. Informações sobre as plantas levantadas: nome científico e comum; altura da planta; características da parte aérea; princípio ativo tóxico; efeito toxicológico; áreas de ocorrência; sintomas a causar no animal e outras.

Resultados e Discussão: Foram produzidas exsiccatas das plantas coletadas e apresentadas na SAGROVET. Este trabalho propiciou um conhecimento que pode ser essencial para uma assistência médica que ultrapasse medidas de tratamento sintomático e defina um diagnóstico preciso. A eliminação de plantas tóxicas não é uma forma viável de prevenção, pois muitas delas têm aproveitamento econômico. Deve-se impedir o acesso a essas por animais, evitando cultivá-las em locais que os animais costumam frequentar, como canteiros, muros e próximos aos seus locais de descanso. Assim, os alunos podem repassar essas informações construídas aos tutores e proprietários.

Considerações Finais: O objetivo proposto pela disciplina foi cumprido, com ótimo rendimento dos integrantes da turma, menção média de 10,00 pontos. Conclui-se ainda a importância da integração entre os alunos e a comunidade na formação de multiplicadores quanto ao tema de extrema relevância quanto a missão social e formativa. O projeto integrador proporcionou uma interação entre comunidade e os acadêmicos, atribuindo um ganho de conhecimentos e práticos antes mesmos da formação discente, estimulando a busca pelo conhecimento, para que assim também atendesse as demandas e limitações quanto aos conhecimentos dos temas abordados, das entidades parceiras contempladas com a iniciativa. Partindo do ponto da multidisciplinaridade promovidas pelos pilares da pesquisa, ensino e extensão, o ganho em vivência prática para os discentes tem papel fundamental na formação profissional.

Palavras-chave: extensão; intoxicação; pequenos animais.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, U.P.; HANAZAKI, N. As pesquisas etnodirigidas na descoberta de novos fármacos de interesse médico e farmacêutico: fragilidade

Arantes, Álisson R., & Deslandes, M. S. (2017). A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. Sinapse Múltipla, 6(2), 179-183.

<http://periodicos.pucminas.br/index.php/sinapsemultipla/article/view/16489>

BARROSO, C.M. et al. Considerações sobre a propagação e o uso ornamental de plantas raras ou ameaçadas de extinção no rio grande do sul. Revista Brasileira de Agroecologia, v.2, n.1, p.426-429, 2007.

CHEEKE, P.R. Natural toxicants in feeds, Forages, and Poisonous Plants. Danville: Interstate Publishers, 1998. 479p

JONES, Thomas Carlyle; HUNT, Ronald Duncan; KING, Norval William. Patologia veterinária. 6.ed. São Paulo: Manole, 2000. 1415p

MAXIE, M.G. Jubb, Kennedy and Palmer's Pathology of Domestic Animals. 5ª ed., Saunders Elsevier: Philadelphia, 3 volumes, 2008.



MCGAVIN M.D.; ZACHARY, J.F. Bases da Patologia em Veterinária, 4ª ed., Elsevier Editora, 2009

MELO, M.M. Plantas ornamentais tóxicas. Minas Gerais: Escola Veterinária

SIMÕES, C.M.; SCHENKEL, E.P.; GOSMANN, G.; MELLO, J.C.P.; MENTZ, L.A.; PETRVICK, P.R. Farmacognosia: da planta ao medicamento. Porto Alegre/Florianópolis: UFRGS/UFSC, 2003.

TOKARNIA, C.H. et al. Plantas tóxicas do Brasil. Rio de Janeiro: Helianthus, 2000, 320 p.



Pure Life

Rômulo Ribeiro Valadares¹³²

Christian Souza Martins¹³³

Diego Figueira de Souza¹³⁴

Filipi Alexandre Diniz de Almeida¹³⁵

Resumo: O projeto "Pure Life" desenvolve um aplicativo inovador de saúde holística que integra apoio mental, emocional e físico. Baseado em pesquisas científicas, o app oferece terapias virtuais, programas de mindfulness, planos de exercícios e recursos educacionais personalizados. O objetivo é promover bem-estar abrangente, auxiliando usuários a gerenciarem estresse, melhorarem a saúde física e desenvolverem resiliência. A solução technology busca tornar o suporte à saúde acessível e adaptado às necessidades individuais. Desenvolvido por estudantes de Engenharia de Software, o Pure Life representa uma abordagem moderna e integrada para cuidados com a saúde.

Introdução: Na era contemporânea, marcada por ritmos de vida cada vez mais acelerados, desafios complexos e crescentes demandas pessoais e profissionais, o conceito de saúde e bem-estar transcende a mera ausência de doenças. Vivemos um momento singular onde a compreensão holística do ser humano se torna não apenas desejável, mas essencial para a promoção de uma existência verdadeiramente plena e equilibrada. O projeto Pure Life emerge neste contexto como uma resposta inovadora e abrangente aos desafios de saúde do século XXI. Mais do que um simples aplicativo, representa uma revolução conceitual na forma como percebemos, abordamos e gerenciamos nossa saúde física, mental, emocional e social. Inspirado pelas mais recentes pesquisas científicas e pelos movimentos contemporâneos de bem-estar integral, o Pure Life busca preencher uma lacuna crucial no atual ecossistema de cuidados com a saúde. As estatísticas globais são alarmantes e reforçam a necessidade de abordagens mais integradas. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 71% das mortes em todo o mundo são causadas por doenças crônicas não transmissíveis, muitas das quais poderiam ser prevenidas através de mudanças no estilo de vida. Além disso, aproximadamente 1 bilhão de pessoas sofrem com transtornos mentais, evidenciando uma crise global de saúde mental que demanda soluções inovadoras e abrangentes. O Pure Life não se limita a ser mais um aplicativo de saúde. Ele representa uma filosofia de vida, uma abordagem verdadeiramente revolucionária que reconhece a interconexão profunda entre diferentes dimensões do ser humano. Inspirado por teorias contemporâneas como o modelo PERMA de Martin Seligman, a medicina P4 (preditiva, preventiva, personalizada e participativa) e as práticas integrativas de saúde, o aplicativo propõe uma jornada de autocuidado e desenvolvimento pessoal. A filosofia central do Pure Life baseia-se na compreensão de que saúde não é um estado estático, mas um processo dinâmico e multidimensional. Cada indivíduo é visto como um sistema complexo, onde aspectos físicos, mentais, emocionais e sociais se entrelaçam continuamente. Nesta perspectiva, cuidar da saúde significa muito mais do que tratar sintomas ou prevenir doenças; significa cultivar um

¹³² Docente do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

¹³³ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: christian.souza@esofware.uniceplac.edu.br

¹³⁴ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: diego540souza@gmail.com

¹³⁵ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: filipi.almeida@esofware.uniceplac.edu.br



estado de harmonia e bem-estar integral. O aplicativo foi concebido para ser um companheiro verdadeiramente personalizado nesta jornada de desenvolvimento pessoal. Utilizando tecnologias avançadas e uma abordagem cientificamente fundamentada, o Pure Life oferece uma série de recursos que vão além dos tradicionais aplicativos de saúde. Desde terapias virtuais e programas de mindfulness até planos de exercícios personalizados e recursos educacionais, cada funcionalidade foi cuidadosamente projetada para atender às necessidades únicas de cada usuário. Mais do que uma ferramenta tecnológica, o Pure Life é um movimento. É um convite à transformação, um chamado para que cada indivíduo assuma o protagonismo de sua própria jornada de saúde e bem-estar. Em um mundo cada vez mais fragmentado e estressante, o aplicativo surge como um farol de esperança, demonstrando que é possível cultivar uma vida equilibrada, significativa e repleta de vitalidade. Ao longo deste documento, exploraremos em detalhes a concepção, metodologia, desenvolvimento e potenciais impactos do Pure Life. Convidamos você a mergulhar nesta visão revolucionária de saúde, onde cada aspecto da nossa existência é valorizado, integrado e cultivado com cuidado, ciência e compaixão.

Material e Métodos: Tipo de Pesquisa: a pesquisa caracterizou-se como exploratória e descritiva, com abordagem qualitativa. O método exploratório foi essencial para: Identificar as múltiplas dimensões do conceito de saúde e bem-estar; Delinear as funcionalidades do aplicativo "Pure Life" O método descritivo permitiu: Detalhar e sistematizar as informações obtidas; Elaborar um protótipo inicial alinhado com as necessidades identificadas Fontes de Dados; As fontes de dados foram predominantemente secundárias, obtidas através de: Pesquisas na internet, Motor de busca Google, Artigos acadêmicos, Relatórios de organizações de saúde, Instrumentos de Coleta de Dados, Pesquisa Bibliográfica Online, Ferramenta principal: Google; **Objetivo:** Identificar estudos, teorias e modelos para fundamentar o desenvolvimento do aplicativo, Protótipo de Baixa Fidelidade, Plataforma: Miro (ferramenta colaborativa de wireframing), Finalidade: Criar layout básico e visualizar preliminarmente as funcionalidades do aplicativo, Procedimentos para Coleta de Dados, Revisão de Literatura Online, Palavras-chave: saúde, bem-estar, práticas integrativas, desenvolvimento de aplicativos de saúde, Mapeamento do estado da arte, Identificação de lacunas a serem preenchidas pelo aplicativo, Análise de Conteúdo; Método: Análise qualitativa. **Objetivo:** Extrair conceitos e práticas para incorporação no aplicativo; Definição de funcionalidades essenciais; Desenvolvimento do Protótipo; Ferramenta: Miro: Representação visual das principais telas e funcionalidades; Facilitação da identificação de melhorias; Revisão e Ajustes; Revisão interna pela equipe de pesquisa; Processo iterativo de refinamento; Alinhamento com objetivos do estudo Análise de Dados; Método: Análise qualitativa. Foco: Identificação de padrões, tendências e relações entre aspectos da saúde e bem-estar. Técnica: Análise de conteúdo. Objetivo: Embasar a criação do protótipo com uma abordagem holística Limitações Metodológicas. Reconhecidas limitações: Uso exclusivo de fontes secundárias. Protótipo de baixa fidelidade Recomendações para estudos futuros: Realização de pesquisas de campo dentro da faculdade. Condução de entrevistas e questionários Obtenção de dados primários para complementar e validar os achados Considerações Finais da Metodologia. A metodologia proporcionou: Base sólida para desenvolvimento inicial do aplicativo, Compreensão abrangente das necessidades do público-alvo, Estabelecimento de fundamentos para futuras etapas de desenvolvimento e validação. A abordagem metodológica integrou pesquisa bibliográfica e prototipagem, permitindo uma investigação sistemática e fundamentada sobre saúde e bem-estar, com vistas ao desenvolvimento do aplicativo "Pure Life".



Resultados e Discussão: Resultados: Caracterização das Práticas de Cuidado Corporal: O estudo identificou que práticas como exercícios regulares, alimentação balanceada e descanso adequado são fundamentais para a saúde física. Os dados sugerem que hábitos saudáveis estão diretamente relacionados à prevenção de doenças e ao aumento da vitalidade física. Gerenciamento do Estresse: Foram analisadas estratégias eficazes para o gerenciamento do estresse, destacando a importância de cultivar a resiliência e manter uma mente ativa. Métodos como meditação e técnicas de mindfulness mostraram-se eficazes na redução do estresse e na promoção da saúde mental. Expressão Emocional e Relacionamentos: A pesquisa revelou que a expressão saudável de sentimentos e a construção de relacionamentos significativos são cruciais para o bem-estar emocional. A interação social foi identificada como um fator importante para a qualidade de vida, reforçando a necessidade de redes de apoio. Importância da Interação Social: Foi verificada a relevância da participação ativa na comunidade para o bem-estar coletivo. O estudo sugere que o engajamento social não apenas melhora a saúde individual, mas também fortalece o tecido social. Aplicação Prática dos Princípios Holísticos: Os resultados indicam que a adoção de um estilo de vida que integre aspectos físicos, mentais, emocionais e sociais pode levar a uma vida mais equilibrada e satisfatória. O projeto "Pure Life" propõe intervenções que considerem essas múltiplas dimensões da saúde. **Discussão:** A discussão dos resultados enfatiza a necessidade de uma abordagem holística na promoção da saúde. A pesquisa destaca que as doenças crônicas não transmissíveis representam uma grande parte das mortes globais, muitas das quais poderiam ser prevenidas por mudanças no estilo de vida. Isso reforça a urgência em implementar intervenções integrativas que abordem não apenas os fatores biológicos, mas também os sociais e emocionais. Além disso, as evidências coletadas sustentam a ideia de que abordagens holísticas podem melhorar significativamente a qualidade de vida, conforme demonstrado por estudos contemporâneos. A crescente busca por terapias complementares reflete uma mudança no paradigma da saúde, onde os indivíduos buscam alternativas mais abrangentes. Por fim, o projeto "PURE LIFE" não apenas contribui para a literatura existente sobre saúde e bem-estar, mas também oferece um modelo prático para o desenvolvimento de aplicativos que promovam interações saudáveis entre indivíduos e profissionais autônomos, alinhando-se com as demandas atuais por soluções mais integrativas na área da saúde.

Considerações Finais: O projeto "Pure Life" sintetiza a importância de uma abordagem holística para a saúde e bem-estar, destacando o desenvolvimento de um aplicativo que visa facilitar a comunicação entre clientes e profissionais autônomos. A pesquisa demonstrou que a integração de múltiplas dimensões da saúde — física, mental, emocional e social — é essencial para promover um bem-estar equilibrado e sustentável. Os resultados revelaram que práticas saudáveis, como atividade física regular, alimentação balanceada e manejo do estresse, são fundamentais para prevenir doenças e melhorar a qualidade de vida. Além disso, a expressão emocional adequada e o fortalecimento de relacionamentos significativos foram identificados como fatores cruciais para o bem-estar psicológico. A necessidade de interação social e apoio comunitário também se destacou como um elemento vital para a saúde coletiva. O aplicativo "Pure Life" foi concebido com base nesses princípios, buscando não apenas facilitar o contato entre clientes e profissionais autônomos, mas também promover uma rede de suporte que valorize as interações sociais. Os resultados obtidos confirmam que intervenções integrativas podem transformar a promoção da saúde, alinhando-se com as tendências contemporâneas que buscam soluções mais abrangentes e personalizadas. Em suma, o projeto "Pure Life" não apenas contribui para o avanço do conhecimento na área de saúde holística, mas também oferece um modelo prático que pode ser aplicado em diversos contextos. A proposta reafirma a importância de abordagens integrativas na promoção da saúde, ressaltando que um estilo de vida equilibrado é fundamental para enfrentar os desafios

contemporâneos.

Palavras-chave: saúde integral; doenças crônicas; autocuidado; inovação.

REFERÊNCIAS

BUETTNER, D. As zonas azuis: 9 lições para viver mais dos povos mais longevos. Rio de Janeiro: Alta Books, 2016.

DIENER, E.; SELIGMAN, M. E. Very happy people. *Psychological science*, v. 13, n. 1, p. 81-84, 2002.

EISENBERG, D. M. et al. Establishing an integrative medicine program within an academic health center: essential considerations. *Academic Medicine*, v. 91, n. 9, p. 1223-1230, 2016.

FREDRICKSON, B. L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, v. 56, n. 3, p. 218, 2001.

HOOD, L. et al. Systems biology and new technologies enable predictive and preventative medicine. *Science*, v. 306, n. 5696, p. 640-643, 2004.

HUBER, M. et al. How should we define health?. *BMJ*, v. 343, 2011.

KABAT-ZINN, J. Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future. *Clinical psychology: Science and practice*, v. 10, n. 2, p. 144-156, 2003.

KOENIG, H. G. Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN psychiatry*, v. 2012, 2012.

LOMAS, T. Positive social psychology: A multilevel inquiry into sociocultural well-being initiatives. *Psychology, Public Policy, and Law*, v. 21, n. 3, p. 338, 2015.

MARMOT, M.; WILKINSON, R. (Ed.). *Social determinants of health*. Oxford: Oxford University Press, 2006.

PLOMIN, R. et al. Top 10 replicated findings from behavioral genetics. *Perspectives on psychological science*, v. 11, n. 1, p. 3-23, 2016.

RYFF, C. D.; SINGER, B. H. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, v. 9, n. 1, p. 13-39, 2008.

SELIGMAN, M. E. *Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

WEIL, A. *Felicidade espontânea*. Rio de Janeiro: Sextante, 2011.

WILKINSON, R. G.; PICKETT, K. E. *The spirit level: Why more equal societies almost always do better*. London: Allen Lane, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Relatório Mundial sobre Doenças Não Transmissíveis*. Genebra: OMS, 2023. Disponível em:



<https://www.who.int/publications/m/item/world-report-on-noncommunicable-diseases>. Acesso em: 12 set. 2024.

SILVA, Maria Clara et al. Impacto das Intervenções Holísticas na Qualidade de Vida: Uma Revisão Sistemática. *Journal of Positive Psychology*, v. 15, n. 4, p. 245- 260,

2022. Disponível em:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2022.2051234>. Acesso em: 12 set. 2024.

NATIONAL HEALTH INTERVIEW SURVEY. Relatório Anual de Terapias Complementares. Washington, D.C.: Centers for Disease Control and Prevention, 2023. Disponível em: https://www.cdc.gov/nchs/nhis/therapies_complementares_2023.pdf. Acesso em: 12 set. 2024.



TechSight Explorers

Rômulo Ribeiro Valadares¹³⁶

Khaled Ahmed Rodrigues Marques Valdivino¹³⁷

Daniel Umberto Timóteo Damazio¹³⁸

Kauan Davi Oliveira de Sá¹³⁹

João Guilherme Barroso Sales¹⁴⁰

Vinícius Vieira Bispo¹⁴¹

Vinicius de Araújo¹⁴²

Introdução: O objetivo deste projeto é criar um site que auxilie brasileiros interessados em iniciar sua carreira em Tecnologia da Informação (TI). A proposta é oferecer um ambiente acessível e acolhedor, onde seja possível aprender as bases das tecnologias mais utilizadas no mercado, com conteúdo de alta qualidade e totalmente em português. O público-alvo inclui desde estudantes do ensino médio e universitários até profissionais de outras áreas que desejam migrar para o setor de TI. O compromisso é fornecer uma experiência de aprendizado rica e diversificada, que atenda às necessidades de cada usuário. O site disponibilizará uma ampla variedade de recursos, como tutoriais detalhados, vídeos explicativos, artigos e exercícios práticos. Será dada ênfase especial às linguagens de programação Java e Python, amplamente utilizadas no mercado e que proporcionam uma base sólida para o desenvolvimento de diversas aplicações. Será adotada uma metodologia de ensino intuitiva e prática, organizando os conteúdos em trilhas de aprendizado que facilitam a progressão do nível iniciante ao avançado. O objetivo final é garantir que, independentemente do nível atual do usuário, ele tenha uma jornada de aprendizado contínua e eficaz.

Metodologia: 1) Levantamento de Requisitos: Objetivo – Definir as funcionalidades principais do site de aprendizado, como exibição dos conteúdos. Ferramentas: Reuniões com a equipe de desenvolvimento e uso do Trello para o gerenciamento de projetos para organizar as tarefas. Documentação: Criação da documentação enquanto o projeto é desenvolvido. Comentários no código fonte especialmente em partes mais complexas, manual do usuário que vai descrever como o usuário pode encontrar e acessar o conteúdo de aprendizado no site. 2) Escolha das Tecnologias: Backend – Utilização do Spring Boot devido à sua robustez, facilidade de integração com outras tecnologias. Frontend – Para o desenvolvimento da interface do usuário, utilizando HTML e CSS, garantindo uma apresentação visual limpa e responsiva. 3) Desenvolvimento: Design – Utilização do Figma para a criação do design do site. Ferramenta de Desenvolvimento – IntelliJ IDEA versão da comunidade, com o framework Spring. 4) Testes: Testes de Usabilidade – Realização de teste com usuários reais

¹³⁶ Docente do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

¹³⁷ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: khaled.valdivino@ads.uniceplac.edu.br

¹³⁸ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: daniel.damazio@ads.uniceplac.edu.br

¹³⁹ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: kauan.sa@ads.uniceplac.edu.br

¹⁴⁰ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: joao.sales@ads.uniceplac.edu.br

¹⁴¹ Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: vinibispo.contato@gmail.com

¹⁴² Graduando do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: araujoleandroriosvinicius@gmail.com



para avaliar a facilidade de uso e identificar possíveis melhorias na interface. 5) Entrega: Revisão da Documentação – Certificar que a documentação está completa e revisada, incluindo guia de como utilizar o site e comentários no código. Planejamento de Manutenção – Garantir que o projeto está funcionando adequadamente mesmo após a entrega final.

Resultados e Discussão: Alcançamos o objetivo inicial de desenvolver uma plataforma acessível a todos, independentemente de classe social ou conhecimento prévio, promovendo o acesso ao conteúdo de forma democrática. Ao longo do projeto, foram realizadas algumas alterações no escopo inicial, todas direcionadas a garantir o sucesso no desenvolvimento do sistema. Dessa forma, entregamos uma plataforma gratuita e com alto grau de relevância. Concluímos que o projeto possui um grande potencial para continuidade no futuro, dado seu impacto significativo não apenas para os membros da equipe, mas também para todos aqueles interessados em adquirir o conhecimento que ele proporciona, além disso, o projeto desempenha um papel importante na construção de uma sociedade mais igualitária, ao oferecer acesso inclusivo a diferentes classes sociais. Com essa abordagem, a plataforma tem o potencial de alcançar públicos diversos, ampliando oportunidades e fortalecendo o aprendizado coletivo.

Considerações Finais: O desenvolvimento da plataforma de aprendizado foi bem-sucedido, com foco na acessibilidade e usabilidade. A metodologia adotada, que incluiu o levantamento de requisitos, escolha cuidadosa das tecnologias e realização de testes de usabilidade, garantiu a criação de uma plataforma eficiente e fácil de usar. O projeto cumpriu seu objetivo de oferecer acesso gratuito ao conhecimento, promovendo a inclusão social e proporcionando oportunidades de aprendizado para diferentes públicos. As modificações feitas ao longo do processo ajudaram a garantir um produto final de alta relevância e impacto. A plataforma tem grande potencial de continuidade e expansão, com a capacidade de alcançar mais pessoas e contribuir para a construção de uma sociedade mais igualitária. Em resumo, o projeto foi um sucesso e tem um impacto positivo tanto para os usuários quanto para a equipe envolvida, com perspectivas promissoras para o futuro.

Palavras-chave: estudos; linguagens de programação; tecnologias.

REFERÊNCIAS

BRASIL terá déficit de 530 mil profissionais de tecnologia até 2025, mostra estudo do Google. *G1 Trabalho e Carreira*, 31 maio 2023. Disponível em: <https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2023/05/31/brasil-tera-deficitde-530-mil-profissionais-de-tecnologia-ate-2025-mostra-estudo-dogoogle.ghtml>. Acesso em: 27 nov. 2024.

BRASIL enfrenta apagão de profissionais de TI. *Correio Braziliense Economia*, 24 ago. 2024. Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/economia/2024/08/6927263-brasilenfrenta-apagao-de-profissionais-de-ti.html>. Acesso em: 27 nov. 2024.

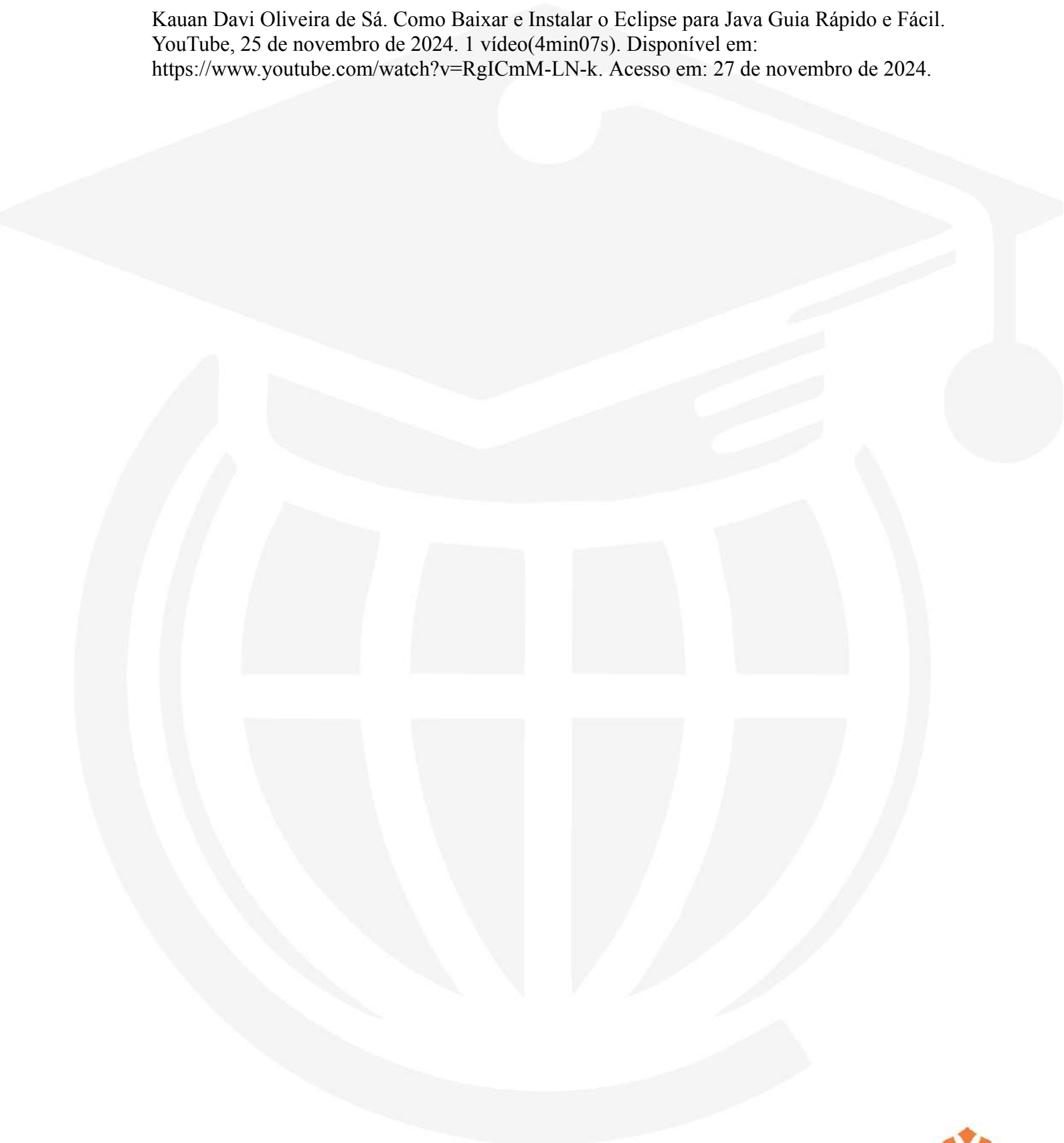
BRASSCOM: setor tecnológico movimenta R\$ 707,7 bilhões e registra crescimento em 2023. *Inforchannel*. Disponível em: <https://www.inforchannel.com.br>. Acesso em: 27 nov. 2024.

GEEKSFORGEES. Disponível em: <https://www.geeksforgeeks.org/>. Acesso em: 27 nov. 2024.



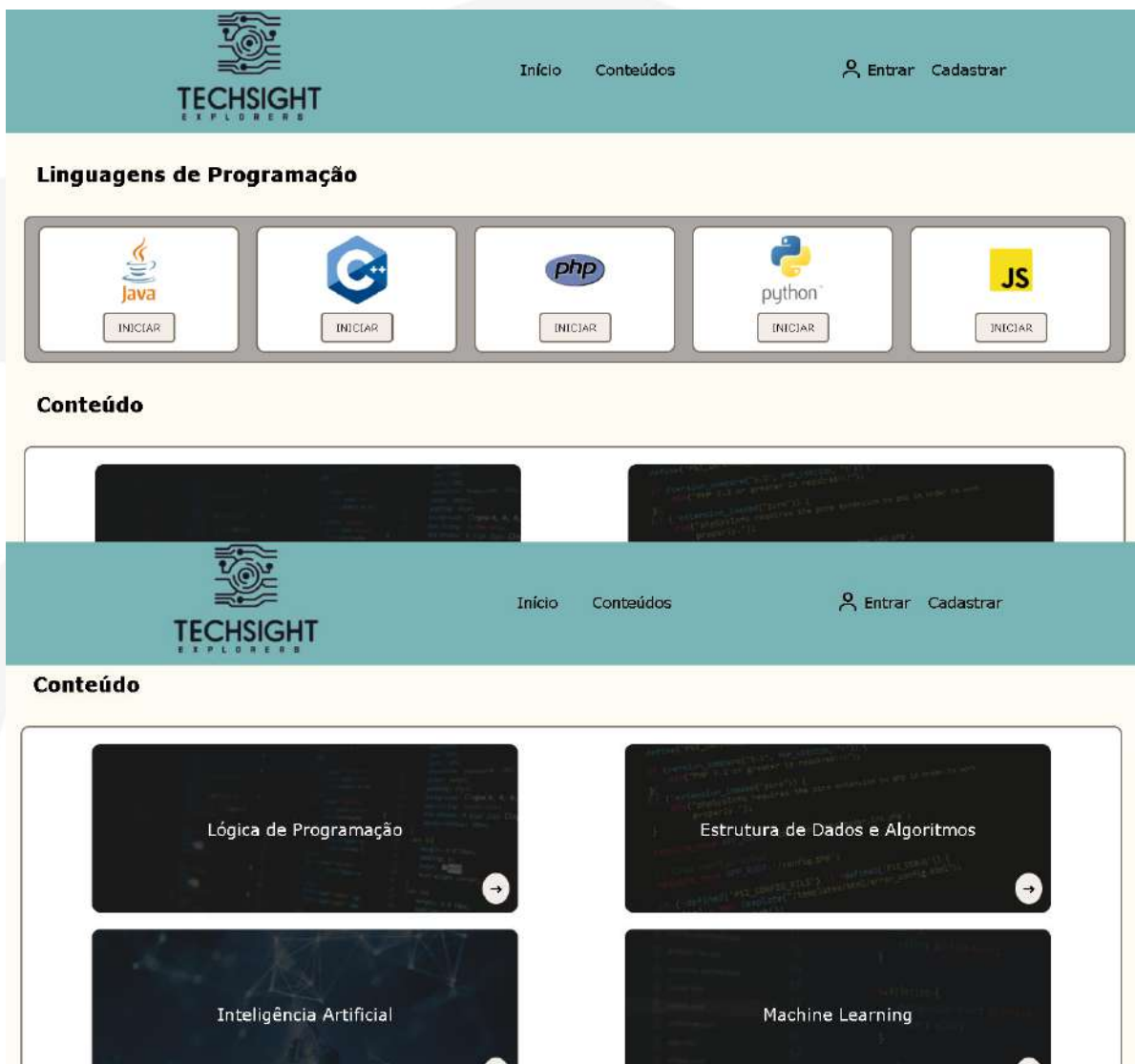
W3SCHOOLS. Disponível em: <https://www.w3schools.com/>. Acesso em: 27 nov. 2024.

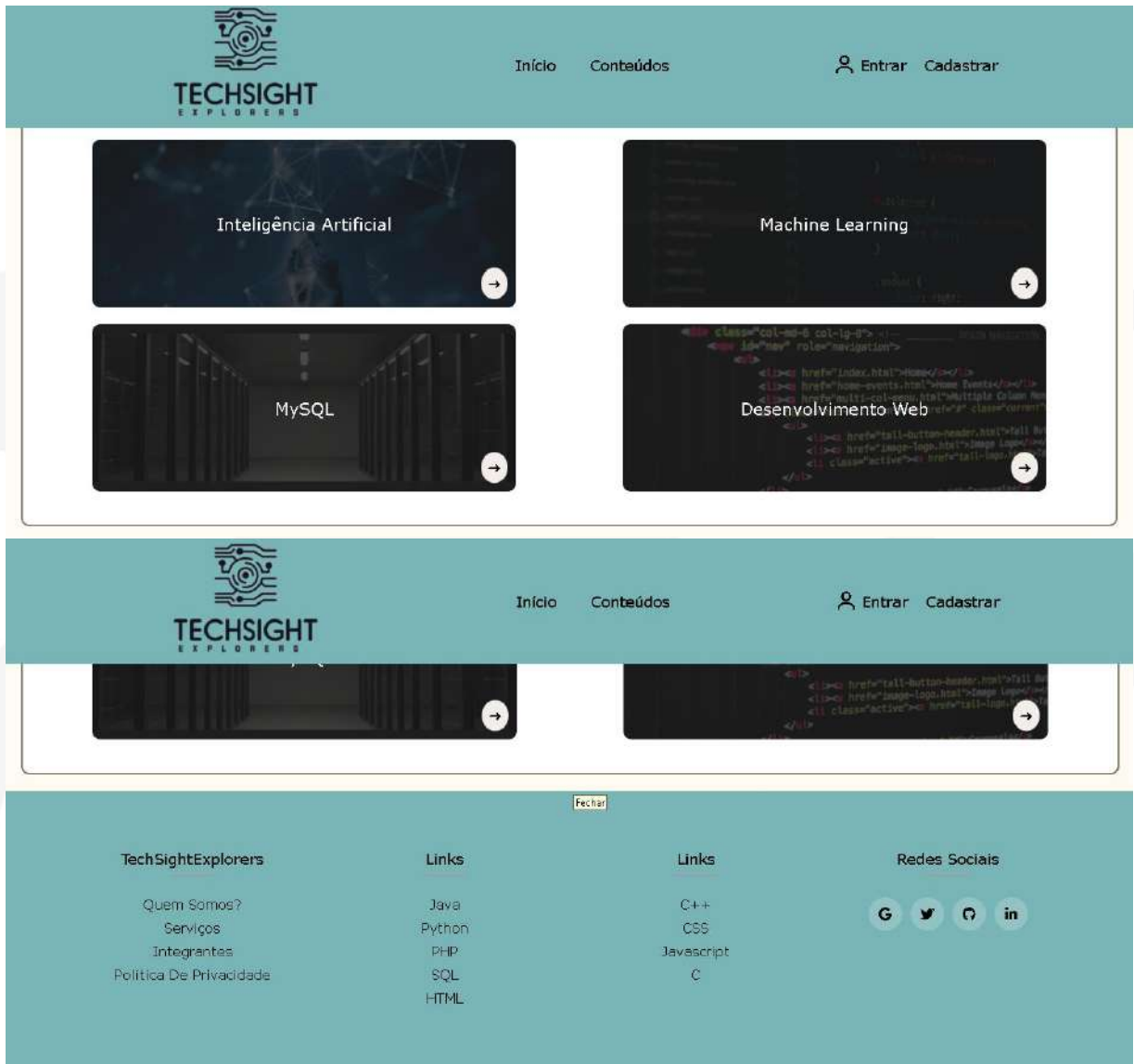
Kauan Davi Oliveira de Sá. Como Baixar e Instalar o Eclipse para Java Guia Rápido e Fácil. YouTube, 25 de novembro de 2024. 1 vídeo(4min07s). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=RgICmM-LN-k>. Acesso em: 27 de novembro de 2024.



Imagens do Protótipo

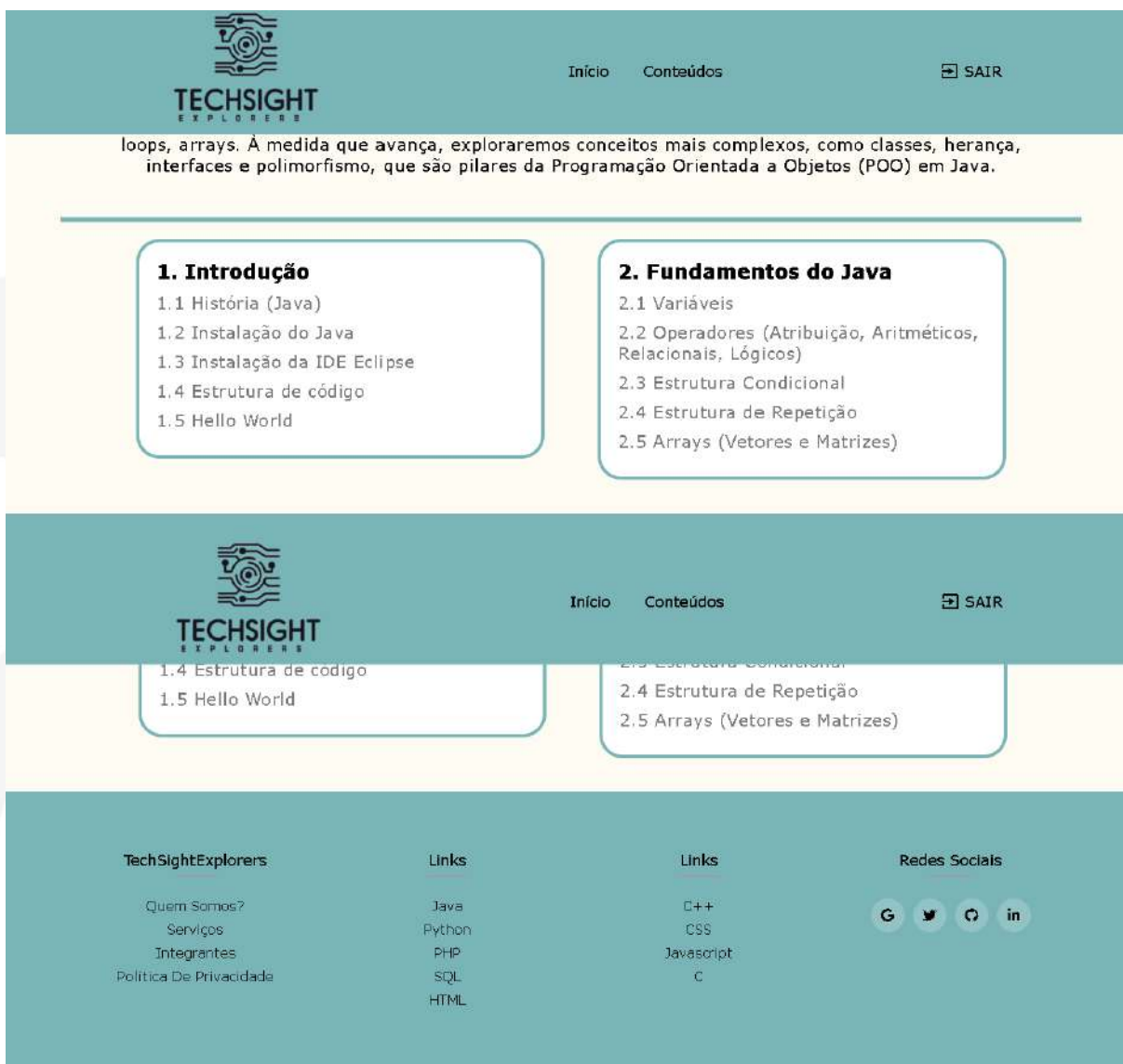
Tela Inicial





Menu





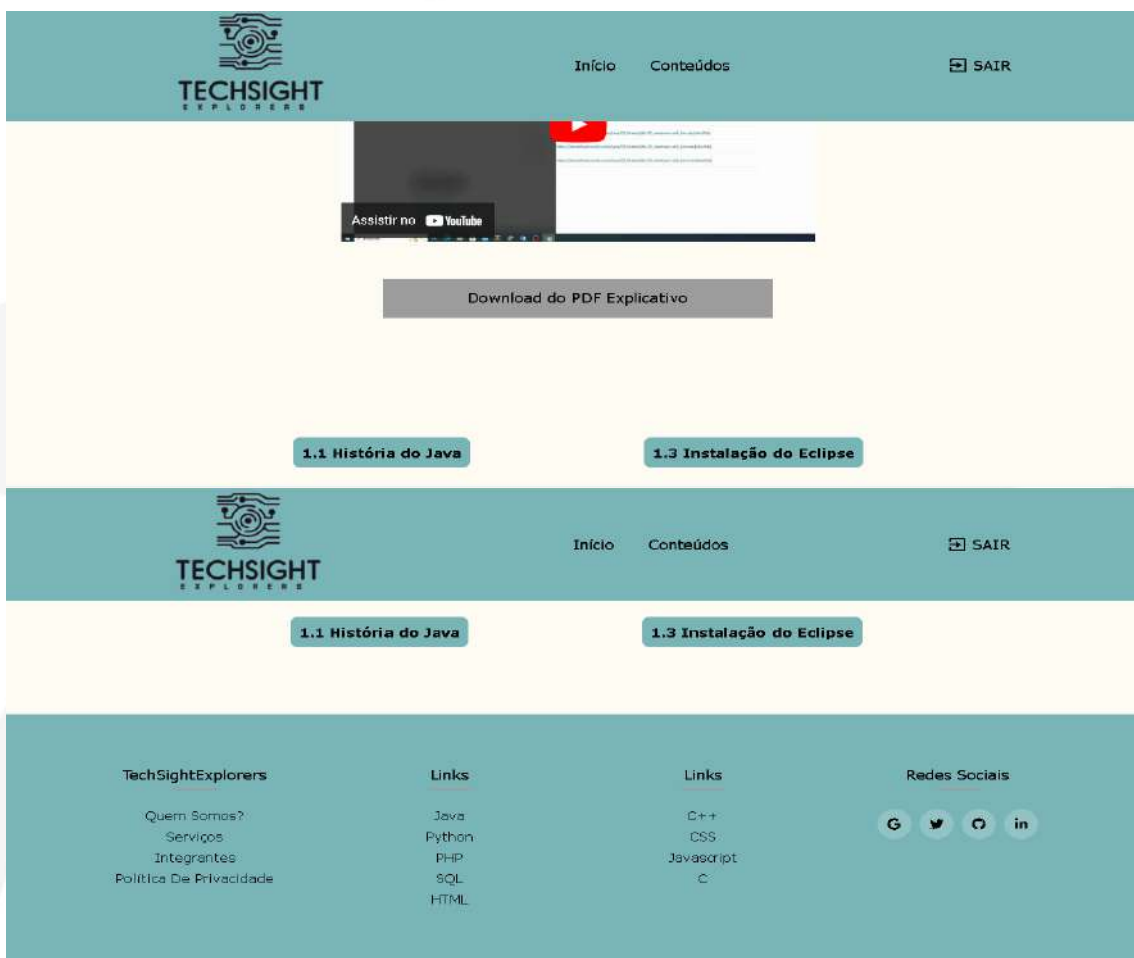
The screenshot shows the TechSight Explorers website. The header includes the TechSight Explorers logo, navigation links for 'Início' and 'Conteúdos', and a 'SAIR' button. The main content area is divided into two columns. The left column, titled '1. Introdução', lists topics: 1.1 História (Java), 1.2 Instalação do Java, 1.3 Instalação da IDE Eclipse, 1.4 Estrutura de código, and 1.5 Hello World. The right column, titled '2. Fundamentos do Java', lists topics: 2.1 Variáveis, 2.2 Operadores (Atribuição, Aritméticos, Relacionais, Lógicos), 2.3 Estrutura Condicional, 2.4 Estrutura de Repetição, and 2.5 Arrays (Vetores e Matrizes). The footer section contains four categories: 'TechSightExplorers' (Quem Somos?, Serviços, Integrantes, Política De Privacidade), 'Links' (Java, Python, PHP, SQL, HTML), 'Links' (C++, CSS, Javascript, C), and 'Redes Sociais' (Google+, Twitter, Facebook, LinkedIn).

Conteúdo



The screenshot shows a webpage titled 'Download de JDK em Java'. The header is identical to the previous screenshot. The main content area features a large heading 'Download de JDK em Java'. Below the heading, there is a video player with a thumbnail showing a person at a computer. The video title is 'Como instalar o Java e Configurar a Variável JA...'. A 'Contar link' button is visible next to the video title.





Quem somos



Integrantes



TECHSIGHT
EXPLORERS

[Início](#) [Conteúdos](#) [Entrar](#) [Cadastrar](#)



Vinícius Bispo
[🔗](#) [📷](#) [in](#)



Daniel Umberto
[🔗](#) [📷](#) [in](#)



Khaled Ahmed
[🔗](#) [📷](#) [in](#)



Kauan Davi
[🔗](#) [📷](#) [in](#)

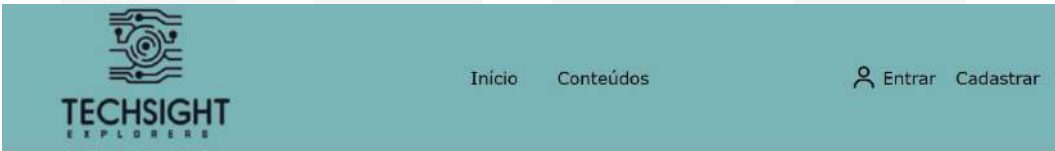


João Guilherme
[🔗](#) [📷](#) [in](#)



Vinícius de Araújo
[🔗](#) [📷](#) [in](#)

Login



TECHSIGHT
EXPLORERS

[Início](#) [Conteúdos](#) [Entrar](#) [Cadastrar](#)

Login

E-mail

Senha

[Esqueceu a senha?](#)

[Entrar](#)

Não possui cadastro? [Cadastrar-se](#)



Cadastro



Início Conteúdos  Entrar Cadastrar

Criar Conta

Nome do Usuário

E-mail

Senha

Confirmar senha

Inscriver-se



A imaginologia para enfermagem: aspectos técnicos de competência do enfermeiro no serviço de radiologia

Luciano Freitas Sales¹⁴³
Vera Lúcia Teodoro dos Santos Souza¹⁴⁴
Maria do Socorro de Lima Silva¹⁴⁵
Evertton Aurélio Dias Campos¹⁴⁶
Cleiton Lucas Lima Rodrigues da Silva¹⁴⁷
Isamara Monteiro¹⁴⁸
Crislene Souza de Moraes¹⁴⁹
Beatriz da Silveira Sousa¹⁵⁰
Kamila Santana de Azara¹⁵¹

Introdução: A imaginologia corresponde uma ciência que emprega imagens médicas como auxílio diagnóstico de muitas patologias. O enfermeiro no contexto da radiologia faz parte da equipe multidisciplinar em saúde, com papel fundamental na realização dos procedimentos radiológicos. Logo, torna-se imprescindível que o enfermeiro se aproprie de conhecimentos relacionados aos procedimentos radiológicos de modo geral, sendo necessário a saber sobre as tecnologias de aquisição de imagens e funcionamento das mesmas, processos patológicos, anatomia, radioproteção, meios de contrastes, protocolos dos exames e do instrumental usados para os mesmos. Assim, o objetivo geral foi apresentar conhecimentos da radiologia aos futuros enfermeiros que são essenciais para a atuação dos mesmos no processo de trabalho em radiologia.

Metodologia: O projeto foi desenvolvido em 3 etapas: Na primeira etapa foi aplicado um questionário aos acadêmicos do curso de enfermagem dos 5º e 6º semestres de enfermagem, composto por perguntas objetivas e discursiva com objetivo de avaliar os conhecimentos dos acadêmicos a respeito do processo de trabalho da enfermagem nos Centros de Diagnósticos por Imagem. Ainda na primeira etapa ocorrerão encontros para tratamento problemas relacionados ao processo de trabalho da enfermagem com adoção de metodologias ativas, como PBL e problematização. Na segunda etapa foram desenvolvidas práticas laboratoriais como simulação realística, análise de imagens radiológicas para estudo da anatomia e patologia por meio dos recursos do Bioatlas. Nesta etapa também foram realizadas visitas

¹⁴³ Docente do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: luciano.sales@uniceplac.edu.br.

¹⁴⁴ Docente do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: vera.souza@uniceplac.edu.br.

¹⁴⁵ Docente do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maria.silva@uniceplac.edu.br.

¹⁴⁶ Docente do Curso de Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: evertton.campos@uniceplac.edu.br.

¹⁴⁷ Graduando do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: cleitonlucas@gmail.com.

¹⁴⁸ Graduanda do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: isamonteirouniceplac@gmail.com.

¹⁴⁹ Graduanda do Curso Superior em Radiologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: crislenesousa071@gmail.com.

¹⁵⁰ Graduanda do Curso de Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: beatriz.sousa@enf.uniceplac.edu.br.

¹⁵¹ Graduanda do Curso de Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: kamila_azara@hotmail.com.



técnicas em setores radiológicos para a vivência da realidade do serviço. Na terceira e última etapa os acadêmicos foram orientados a produzirem artigos científicos relacionados a temática: O processo de trabalho da Enfermagem no contexto profissional da Radiologia. Nesta etapa ocorreram mentorias e orientações para ajudar os acadêmicos no processo de produção científica. Os acadêmicos que aceitaram o convite para participar como colaboradores no projeto foram: Os acadêmicos que aceitaram o convite para participar como colaboradores no projeto foram Cleiton Lucas Lima Rodrigues da Silva, Isamara Monteiro e Crislene Souza de Moraes, do curso de Radiologia; e Beatriz da Silveira Sousa e Kamila Santana de Azara, do curso de Enfermagem. Além disso, as acadêmicas do curso de Enfermagem Vitória Oliveira Vaz, Brena Lorrayne Oliveira Camelo, Agda Vitória Silva Hermínio, Mariana Marques de Assunção, Giovanna Monica Galdino e Márcia França de Oliveira também participaram ativamente, demonstrando compromisso e concluindo com excelência as atividades propostas pelo projeto.

Resultados e Discussão: Com relação as etapas 1 e 2 foram realizados os tutorias relacionados aos seguintes casos: Sonda Nasoentérica; Infecções respiratórias; Dor abdominal e Dor pélvica. Todos os casos englobaram uma visão holística do processo de doença a partir da perspectiva da enfermagem versus radiologia. Foram realizadas simulações realísticas relacionadas aos casos que fortaleceram os fechamentos dos problemas, conforme ilustrações 1 e 2 a seguir:

Ilustração 1: Simulação Realística



Fonte: Projeto (2024).

Ilustração 2: Simulação Realística



Fonte: Projeto (2024).

No dia 21 de abril de 2024, foi realizada uma visita técnica ao Hospital Regional de Samambaia, proporcionando aos acadêmicos a oportunidade de vivenciar a rotina hospitalar em diferentes setores, como o Setor Radiológico, Centro Cirúrgico, Unidade de Terapia Intensiva (UTI) e Enfermarias, conforme ilustrações 3 e 4 da página seguinte.

Ilustração 3: Visita Técnica HRSAM



Fonte: Projeto (2024).

Ilustração 4: Visita Técnica HRSAM



Fonte: Projeto (2024).

No dia 11 de setembro de 2024, foi realizada uma visita técnica à clínica Provida, localizada no município de Novo Gama, Goiás. Durante a atividade, as acadêmicas tiveram a oportunidade de vivenciar na prática a rotina de exames mamográficos, aprofundando seus conhecimentos na área de saúde da mulher, conforme ilustrado nas ilustrações 5 e 6 a seguir:

Ilustração 5: Visita Técnica Provida



Fonte: Projeto (2024).

Ilustração 6: Visita Técnica Provida



Fonte: Projeto (2024).

No dia 3 de outubro de 2024, foi realizada uma visita técnica ao Centro Radiológico do Gama - CRG. Durante a atividade, os acadêmicos tiveram a oportunidade de aprender, na prática, sobre a empregabilidade dos meios de contraste e as atribuições técnicas do enfermeiro nos exames radiológicos contrastados, conforme ilustrado nas figuras 7 e 8 da página seguinte:

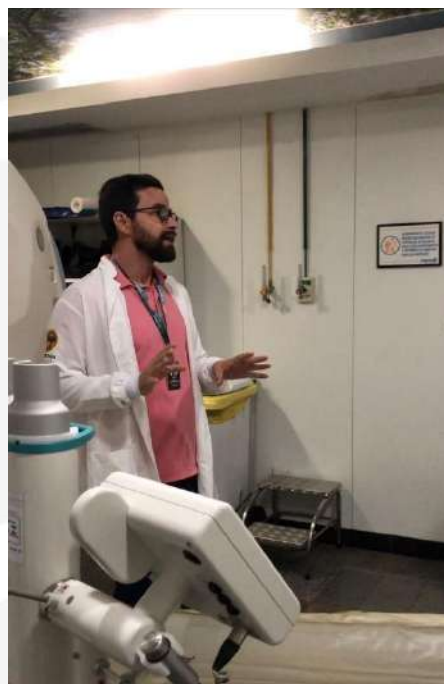


Ilustração 7: Visita Técnica CRG



Fonte: Projeto (2024).

Ilustração 8: Visita Técnica CRG



Fonte: Projeto (2024).

Na área de produção científica, foram submetidos e aprovados seis resumos científicos na Jornada Acadêmica de Radiologia do UNICEPLAC, abordando temas relevantes da área. São eles: A relevância da enfermagem nos serviços de radiologia – Crislene de Souza de Moraes; Análise da aplicação de contraste em pacientes dialíticos – Vitória Oliveira Vaz e Brena Lorryne Oliveira Camelo; Dor pélvica crônica: abordagens multidisciplinares no diagnóstico e tratamento – Kamila Santana de Azara; A implementação de um programa de monitoramento contínuo dos protocolos de segurança pela equipe de enfermagem e o impacto nos desfechos clínicos em pacientes que realizam tomografia computadorizada – Brena Lorryne Oliveira Camelo; Fibrose sistêmica nefrogênica com relação ao uso de contraste intravenoso – Cleiton Lucas Lima Rodrigues da Silva e Walkenia Souto Afonso Soares; Atuação do enfermeiro frente às reações adversas do contraste iodado – Giovanna Monica Galdino e Márcia França de Oliveira. Ainda no campo da produção científica o trabalho “Nefropatia induzida por contraste em pacientes oncológicos” foi apresentado como pôster durante I Congresso Nacional de Radiologia da ABTER/ABCR, nos dias 08 e 09 de novembro de 2024, na cidade de São Paulo, tendo como autores: Márcia França de Oliveira; Cleiton Lucas Lima Rodrigues da Silva; Vitória Oliveira Vaz e Maria do Socorro de Lima Silva, conforme ilustrações 9 e 10 da página seguinte:

Ilustração 9: Trabalho I CNR



Fonte: Projeto (2024)

Ilustração 10: Trabalho I CNR



Fonte: Projeto (2024)

Ainda relacionados as visitas, nos dias 19 e 26 de setembro, bem como nos dias 3, 17, 24 e 31 de outubro de 2024, foram realizadas visitas técnicas à clínica Biocárdios, uma referência em exames de angiotomografia cardíaca e medicina nuclear. Essas visitas foram fundamentais para ampliar o entendimento sobre as atribuições da enfermagem nesse campo, conforme ilustrado nas figuras 10 e 11.

Ilustração 10: Visita Técnica Biocárdios



Fonte: Projeto (2024).

Ilustração 11: Visita Técnica Biocárdios



Fonte: Projeto (2024).



No âmbito dos Centros de Diagnósticos por Imagens, no que se refere ao processo de trabalho, a enfermagem contribui com os profissionais das técnicas radiológicas na realização dos exames radiológicos. Para Silva et al., (2020), a atuação da Enfermagem na Unidade de Diagnóstico por Imagem é de fundamental importância ao considerarmos os avanços tecnológicos alcançados nessa área do conhecimento, sobretudo os que levam a uma diversidade de procedimentos radiográficos especializados, tendo em vista uma assistência integral qualificada e humanizada, exigindo-se, necessariamente, treinamento e aprimoramento constante dos componentes da equipe, visando o desempenho eficiente das atividades peculiares. Dentre medidas, o que compete ao enfermeiro, a preparação dos pacientes por meio de anamnese, a escolha do acesso bem como a administração do contraste e o monitoramento do paciente após do exame, são grande importância para o sucesso dos exames. Ressalta-se que no processo de trabalho em serviço diagnóstico por imagem, é de competência e responsabilidade do enfermeiro a coordenação do processo de cuidar e por meio do processo de enfermagem, enquanto instrumento metodológico fará da avaliação clínica, utilizando-se das etapas propostas, conforme Resolução Cofen nº 358/2009 e assim poderá permitir as condições para a assistência segura e livre de danos para o paciente que será submetido ao exame com a utilização de meios de contraste (COFEN, 2009). Para além das competências relacionadas dos exames contrastados, destaca-se a atribuição profissional do enfermeiro em outros setores hospitalares, como UTI's, Centro Cirúrgicos, Enfermarias, Clínicas e outros, nos quais o enfermeiro desempenha papel importante no processo do cuidar de pacientes sob sua responsabilidade que são submetidos a exames radiológicos.

Considerações Finais: O presente projeto destacou a relevância da imagiologia no contexto da enfermagem, com ênfase nos aspectos técnicos e nas competências necessárias para o enfermeiro que atua em serviços de radiologia. A integração do profissional de enfermagem nesse ambiente vai além do cuidado ao paciente, abrangendo também a execução de práticas seguras, a aplicação de protocolos técnicos, o manejo de contrastes e a mitigação de riscos associados aos exames de imagem. A complexidade dos serviços de radiologia exige do enfermeiro um conhecimento especializado, aliado a habilidades práticas e à capacidade de trabalhar de forma multidisciplinar. O domínio dessas competências é essencial para garantir a qualidade e a segurança do atendimento, contribuindo para melhores desfechos clínicos e para a satisfação do paciente. Assim, reforça-se a importância de investir em capacitação contínua, educação permanente e integração da equipe multiprofissional. Isso permitirá ao enfermeiro aprimorar suas práticas e acompanhar as inovações tecnológicas que impactam diretamente a área de imagiologia, consolidando seu papel como peça fundamental nos serviços de radiologia.

Palavras-chave: imagiologia; competência; enfermagem.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986. Dispõe sobre a regulamentação do exercício da Enfermagem e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 jun. 1986. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/17498.htm>. Acesso em 15 Nov 2023.

Decreto Nº. 94.406, de 08 de junho de 1987. Regulamenta a Lei Nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre o exercício da enfermagem, e dá outras providências.

Conselho Federal de Enfermagem, Brasília, DF, 21 set. 2009. Disponível em:

[http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/D94406 .htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/D94406.htm). Acesso em 15 Nov



2023.

CAMARGO, R. Administração de meios de contrastes - rotinas e técnicas para a realização de exames. [Digite o Local da Editora]: Editora Saraiva, 2015. E-book. ISBN 9788536530895. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536530895/>. Acesso em: 15 nov. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. Parecer CFM nº 17/2019. Indicação e prescrição de exames com uso de contraste. Disponível em: https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/pareceres/BR/2019/17_2019.pdf. Acesso em: 23 nov. 2023.

SILVA, F. A. F. et Al. Atuação do enfermeiro em centro de diagnóstico por imagem: uma abrangência multidisciplinar. Temas em Saúde. V. 20. João Pessoa, 2020. Disponível em: <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2020/12/20611.pdf>. Acesso em: 23 nov 2023.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução Cofen nº 358/2009. Dispõe sobre a Sistematização da Assistência de Enfermagem e a implementação do Processo de Enfermagem em ambientes, públicos ou privados, em que ocorre o cuidado profissional de Enfermagem, e dá outras providências. Disponível em http://www.cofen.gov.br/resoluocofen-3582009_4384.html. Acesso em: 15 Nov 2023.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução COFEN 564/2017. Aprova o novo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem. Disponível em: http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-5642017_59145.html. Acesso em 15 Nov 2023.



Associação positiva entre diagnóstico de doenças crônicas não transmissíveis e excesso de massa corporal em mulheres

Arilson Fernandes Mendonça de Sousa¹⁵²
André Luiz Moreno De Oliveira Da Silva¹⁵³
Daniel Tavares de Andrade¹⁵⁴
Luis Eduardo Ramos Cabral¹⁵⁵

Introdução: O aumento da expectativa de vida, comportamento sedentário, inatividade física, excesso de peso têm contribuído na elevação do número de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) no Brasil, as DCNTs são responsáveis por 72% das mortes, as principais DCNTs são: obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares, alguns tipos câncer (ex. cólon); e diabetes do tipo 2 (SCHMIDT, 2011; DUNCAN *et al.*, 2012). Ademais, o excesso de MASSA CORPORAL tem sido considerado um dos maiores fatores de risco para o desenvolvimento de DCNTs (MALTA *et al.*, 2014). A obesidade é uma doença caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, atinge 17% dos brasileiros e cerca de 51% da população está com excesso de massa corporal no País. Assim, a obesidade compromete a saúde e reduz o bem-estar da população (MOYER, 2012). Verificar a composição corporal pode trazer informações importantes para se decidir sobre as melhores intervenções para a prevenção e tratamento da obesidade. Apesar da medida da massa corporal e o índice de Massa Corporal (IMC), serem considerados bastante conhecidos e utilizados amplamente não trazem informações acerca da composição corporal, ademais, podem ser imprecisos quando utilizados isoladamente. Neste sentido, outras medidas devem ser utilizadas para melhor classificar o estado nutricional e o nível de obesidade da população em geral (HEYMSFIELD, 1997; SALOMONS, 2008). Segundo Cômodo et al. (2009), a bioimpedância é uma estratégia, não dolorosa, não-invasiva, rápida, segura e simples, para analisar estimativa do percentual de gordura (%G). Todavia, algumas medidas devem ser tomadas para não comprometer o resultado das análises, como por exemplo: evitar comer ou beber por 4 horas antes do teste, não fazer exercícios físico nas 24 horas anteriores, beber 2 a 4 copos de água 2 horas antes do exame, não fazer uso de nenhum medicamento diurético nos últimos 7 dias que antecedem o teste; ter certeza de não haver retenção de líquido devido ao ciclo menstrual, urinar 30 minutos antes do teste (LUKASKI, 1986; SALOMONS, 2008). **Objetivos:** Verificar a prevalência de DCNT e composição corporal de mulheres iniciantes em um programa de exercícios físicos realizados em um campus universitário “Campus Saudável”.

Método: Trata-se de estudo descritivo transversal aprovado por comitê de ética com número de protocolo: 03903418.3.0000.5058. A amostra por conveniência foi composta por 85 mulheres sedentárias com idade de $49 \pm 10,8$ anos. As participantes eram convidadas ao laboratório de avaliação física, e ao chegar lá, foi utilizada uma entrevista estruturada com as questões previamente elaboradas. Os questionários aplicados são simples, não-invasivos, válidos. Para a realização da pesquisa, as participantes responderam questões sobre nível de

¹⁵² Docente do Curso de Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: arilson.sousa@uniceplac.edu.br

¹⁵³ Graduando do Curso de Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: andre.oliveira@efisica.uniceplac.edu.br

¹⁵⁴ Docente do Curso de Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: daniel.andrade@uniceplac.edu.br

¹⁵⁵ Graduando do Curso de Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: luis.cabral@efisica.uniceplac.edu.br



atividade física (IPAQ, versão curta) e saúde que incluíam a utilização de medicamentos e presença de doenças. Em seguida, foi verificada a estatura com estadiômetro (Welmy ® W200). Para a determinação da massa corporal e do percentual de gordura (%G) foi utilizada balança de bioimpedância (Inbody ® 770). Ainda, foi calculado o Índice de massa corporal (IMC). Os dados são apresentados em média e desvio padrão. Após verificação da normalidade foi utilizado a correlação de Pearson (r).

Resultados: No presente estudo 51,8% das participantes estavam com excesso de peso, e demonstraram %G ($37,8 \pm 8$), e IMC ($27,9 \pm 5,5$) elevados, ainda todas foram classificadas como insuficientemente ativas. Ainda, 41,2% referiram possuir hipertensão, e 8,2% hipertensão e diabetes. Houve correlação entre a presença de DCNT e %G ($r=0,41$; $p=0,00$), IMC ($r= 0,36$; $p=0,00$) e idade ($r= 0,22$; $p=0,04$). **Considerações Finais:** No presente estudo, foi verificado uma alta prevalência de DCNT e excesso de peso e inatividade física, sendo assim, mudanças no estilo de vida da amostra deste estudo podem favorecer a saúde e composição corporal das participantes, por exemplo, através da prática regular de atividade física. Neste sentido, intervenções em atividade física tem demonstrado efeitos positivos no controle do sobrepeso e obesidade e na diminuição de diversos fatores de risco para o desenvolvimento de DCNTs (SOUSA e NOGUEIRA, 2011).

Palavras-chave: composição corporal; atividade física; doenças crônicas.

REFERÊNCIAS

- CÔMODO, A. R. O et al. **Utilização da bioimpedância para avaliação da massa corpórea**. São Paulo: Associação Médica Brasileira. Acesso em: 07 dez. 2024. , 2009
- HEYMSFIELD, S.B.; WANG, Z.; BAUMGARTNER, R. N.; ROSS, R. Human body composition: Advances in models and methods. **Annu Rev Nutr**, v.17, n.1, p.58-58, 1997.
- DE SOUSA, Arilson Fernandes Mendonça; NOGUEIRA, Júlia Aparecida Devidé. Intervenções em Atividade Física e seus impactos nos fatores de risco e nas doenças crônicas não transmissíveis em adultos no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 16, n. 3, p. 255-260, 2011.
- LUKASKI, H.C. Validity of the tetrapolar bioelectrical impedance method to assess human body composition. **Journal of Applied Physiology**, v.60, p.1327-32, 1986.
- MALTA, Deborah Carvalho et al. Mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis no Brasil e suas regiões, 2000 a 2011. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 23, p. 599-608, 2014.
- MIGOWSKI, Arn; DA COSTA, Gustavo Tavares Lameiro. Análise temporal da prevalência da obesidade e do sobrepeso no Brasil entre 2006 e 2023: evidências a partir dos dados do Vigitel. **OnScience**, v. 2, n. 1, p. e00104-e00104, 2024.
- MOYER, V. A. Screening for and management of obesity in adults: U.S. preventive services task force recommendation statement. **Ann Intern Med**. v.157, n.5, p.1-32, 2012.
- SALOMONS, ELINE. **UTILIZAÇÃO DAS MEDIDAS DE IMPEDÂNCIA BIOELÉTRICA PARA A ESTIMATIVA DA MASSA MUSCULAR EM MULHERES IDOSAS**. 2008. Tese de Doutorado. Universidade Federal do Paraná.

Bem-estar de bovinos de corte no transporte pré-abate (Projeto Integrador 4p noturno)

Eleonora D'Avila Erbesdobler¹⁵⁶

Vinícius Pereira de Abreu¹⁵⁷

Gabriel Alvez da Cruz¹⁵⁸

Laiza Daniele da Silva de Sousa¹⁵⁹

Ricardo Pablo Silva Albuquerque¹⁶⁰

Mirelly Eduarda Andrade Carvalho¹⁶¹

Pedro Ribeiro da Silva¹⁶²

Introdução: O mercado cárneo nacional tem desempenhado um papel de fundamental importância na economia do país. É uma fonte de alimento de alto valor nutritivo e gera grande número de empregos nos diferentes setores do mercado, desde a criação do gado até as exportações do produto pronto para o consumo. Além disso, o Brasil apresenta vantagens quando se trata de criação de gado, tanto pelo seu tamanho territorial quanto pelo clima variado, que é propício para a criação de variadas raças bovinas, além de ter grande destaque na produção de carne bovina, capaz de abastecer o mercado interno e externo (GHIZZO, 2018). O bem-estar animal e o abate humanitário de bovinos são assuntos muito discutidos nas diferentes vertentes comercial, social e acadêmico, apresentando fundamental importância para uma boa performance da cadeia produtiva da carne em geral e para a qualidade do produto (Souza, Ribeiro, 2021). É uma preocupação crescente na produção de bovinos de corte, especialmente durante o transporte pré-abate, etapa crítica que pode impactar diretamente a qualidade da carne, a produtividade e a percepção social da cadeia produtiva (Grandin, 2010). Há interesse da sociedade, principalmente da União Europeia, em adquirir alimentos ditos seguros, que tenham certificação de qualidade e com produção sustentável, que assim podem ter o um valor agregado na carne bovina (Assis et al., 2011).

O transporte é uma das fases mais estressantes para os bovinos, exigindo práticas cuidadosas para minimizar o sofrimento animal e reduzir perdas econômicas (Grandin, 2010). Fatores como o manejo no embarque, a densidade no transporte, a duração da viagem e as condições climáticas desempenham papel fundamental na manutenção do bem-estar dos animais. A adoção de boas práticas no transporte pré-abate é essencial para evitar lesões, estresse térmico e queda no rendimento da carcaça, além de atender às exigências de consumidores mais conscientes (Silva, Oliveira, 2021).

Além do caráter ético, os maus tratos sofridos pelos animais causam hematomas nas carcaças,

¹⁵⁶ Docente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: eleonora.erbesdobler@uniceplac.edu.br

¹⁵⁷ Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: vinicius.pereiradeabreu@gmail.com

¹⁵⁸ Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: gabriel17alvezcruz@gmail.com

¹⁵⁹ Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: laizadani46@gmail.com

¹⁶⁰ Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ricardopsavet7@gmail.com

¹⁶¹ Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: mirelly.carvalho@medvet.uniceplac.edu.br

¹⁶² Discente do Curso Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: pedroribeiro654@gmail.com

os quais geram prejuízos econômicos, à medida que precisam ser removidos na linha de abate depreciando os cortes atingidos, podendo em muitas vezes, acarretarem prejuízos também nos couros dos animais, sendo este um subproduto de alto valor na cadeia produtiva a serem arcados por produtores, transportadores ou indústria frigorífica. As lesões podem ser causadas no pré-embarque, embarque, transporte ou no jejum pré-abate, entretanto, por meio de uma metodologia baseada em escala de cores, identificaram ser a maioria das lesões nas carcaças ocasionadas nas últimas 24 horas antes do abate (De Andrade et al., 2008).

O objetivo do projeto integrador foi a avaliação do bem-estar animal nas etapas do transporte para o abate de bovinos de corte em uma propriedade no DF.

Metodologia: AÇÕES DESENVOLVIDAS/LOCAL: A fazenda localizada em Luziânia-GO, a 32 km de Santa Maria - DF trabalha com recria e engorda de gado de corte. Foram realizados registros fotográficos por parte de um integrante do grupo e pelo proprietário em um momento de transporte de animais com destino ao frigorífico. Através desses registros e da entrevista com o proprietário, o grupo realizou uma avaliação quanto ao bem-estar animal nas etapas do transporte para o abate. **COLETA DE DADOS:** -Foram coletados dados através de fotos e vídeos de todo o manejo pré-abate, utilizados para a elaboração comparativa entre o embasamento técnico científico e a realidade ocorrida na fazenda. Além disso, o proprietário relatou com algumas informações, da distância da fazenda até o abatedouro, horário médio do transporte que é realizado e a qualidade da gaiola do transporte (limpeza, condição da carroceria, piso etc.).

Resultados e Discussão: Manejo dos animais pré-embarque: O manejo pré-abate está diretamente relacionado ao BEA (bem-estar animal) e à qualidade da carne, sendo de extrema importância avaliar os pontos críticos responsáveis pela diminuição do BEA principalmente durante o embarque e desembarque (Mendes et al., 2017). Segundo Gregory (1994), o manejo pré-abate realizado de forma inadequada compromete o BEA, podendo causar arranhões, lesões, fraturas, contusões, desidratação, exaustão metabólica, estresse de temperatura e, em casos mais severos, a morte. Além disso, o embarque, transporte e desembarque, se realizado erroneamente, acarretará efeitos significativos e negativos na qualidade de carcaça, ocasionando carnes DFD ou PSE (Fernandez et al., 1992; Gregory, 1994; Roça e Serrano, 1996). Portanto, deve-se evitar o uso de varas de ferrão e bastões de choque elétrico de forma desnecessária, optando sempre por bandeiras, gesticulações e a fala, conduzindo os animais com calma. Estrutura do curral, tronco e embarcador da fazenda: As condições do curral na propriedade também têm impacto direto no BEA, pois torna-se necessário que no curral de manejo e embarque os corredores sejam bem dimensionados e de preferência circulares, sem a presença de ângulos fechados que impossibilitam e dificultam a visão dos bovinos durante o destino ao embarque, bem como corredores estreitos e muito longos (Silva, 2021). As paredes laterais do tronco e do embarcador devem ser fechadas para que os animais não se distraiam com o movimento das pessoas ou outros animais do lado externo e, também, para diminuir a projeção de sombras no piso do embarcador, que podem fazer com que os animais hesitem em avançar (Paranhos da Costa et al., 2008) e o piso da rampa deve ser emborrachado ou conter depressões que evitem a queda dos animais. Horário do transporte e distância do frigorífico: O horário e a distância são pontos a serem considerados no momento do transporte, sendo preferível sempre realizar o transporte nos momentos mais frescos do dia. Barbosa Filho e Silva (2004) relatam a importância de se atentar a diversos fatores, dentre os quais se destacam, a densidade de carga no caminhão (kg/m^2) ou espaço linear por animal, a duração da viagem da fazenda ao abatedouro, o tempo de jejum alimentar e água, as condições climáticas da viagem (umidade relativa do ar, velocidade do vento, temperatura, entre outros), condições adversas na rodovia (solavancos e trepidações) e manutenção dos veículos

(Tseimazides, 2006). Além disso, o monitoramento constante da condição dos bovinos ao longo do trajeto é essencial, permitindo a identificação precoce de quaisquer problemas de saúde ou bem-estar. Condições da gaiola do caminhão: Para melhorar a ventilação durante o transporte e evitar o estresse térmico dos animais, os compartimentos de carga devem possuir aberturas laterais, frontais e no teto, que permitam a entrada e saída de ar. Contudo, esta ventilação só ocorre quando o veículo está em movimento, sendo o responsável por eliminar o excesso de calor, a umidade e os gases gerados (dióxido de carbono e amônia) pelos animais, que causam irritação das mucosas e do trato respiratório. A gaiola deve estar limpa, sem pregos ou pontas de parafusos, sem buracos no piso e sem tábuas quebradas. O piso deve ser emborrachado dispondo de uma estrutura antiderrapante ou conter uma grade de ferro no piso, acomodando os cascos dos animais. Além disso, as porteiras devem abrir e fechar sem dificuldades. Os lotes de embarque devem ser subdivididos em grupos menos, proporcionais à capacidade de carga de cada um dos comportamentos da gaiola (ACRIMAT). Bertolini et al. (2012) avaliaram o BEA e a taxa de hematomas de bovinos transportados em diferentes distâncias e modelos de carroceria e evidenciaram que os animais transportados em carroceria do tipo truck, independente da distância da viagem, apresentaram menor número de quedas, escorregões, vocalizações e batidas contra objetos fixos, quando comparado aos animais transportados em carroceria do tipo baixa e double deck. Estrutura do curral de descanso do frigorífico: Assim como na fazenda, o desembarque deve seguir os mesmos critérios em embarcadouro, tronco e piso. Em estudo realizado por Ferreira et al. (2010) o embarcadouro foi a instalação que mais contribuiu para o aumento de hematomas e contusões nas carcaças dos animais (85%), construída sem orientação técnica, com declividade superior a 25 graus, apresentando extensão extremamente curta e por muitas vezes com piso totalmente desfavorável, não prevenindo quedas ou deslizamentos. De acordo com Paranhos da Costa (1998), em grande parte dos frigoríficos brasileiros há um alto nível de contusões e hematomas nas carcaças, alcançando até 45% delas. O curral de espera deve comportar o tamanho do lote de animais a serem desembarcados, devem estar limpos e em perfeitas condições de uso, com bebedouros limpos, água de beber de qualidade, com caminhos e corredores limpos e sem obstruções (BRASIL, 2013).

Considerações Finais: O bem-estar animal dos bovinos de corte está intrinsecamente associado à qualidade final da carne, sendo responsabilidade de todos os agentes envolvidos na criação, embarque, transporte e desembarque assegurar esse bem-estar. Animais submetidos a condições de estresse sofrem alterações metabólicas que podem comprometer a qualidade da carne, resultando em categorias inferiores, como DFD (carne seca, dura e escura). O transporte, em particular, constitui a fase do manejo pré-abate que mais frequentemente ocasiona problemas nas carcaças, elevando a incidência de hematomas e lesões. Para garantir o bem-estar animal e prevenir lesões, é imprescindível considerar uma série de aspectos do manejo pré-abate, que incluem desde a seleção criteriosa dos animais adequados para o transporte até os cuidados meticulosos durante o embarque, transporte e desembarque. A implementação de boas práticas no transporte de bovinos é crucial para a mitigação de riscos que possam comprometer o bem-estar dos animais e resultar em perdas, tanto quantitativas quanto qualitativas, na carne produzida

Palavras-chave: bem-estar animal; abate humanitário; qualidade carcaça.

REFERÊNCIAS

ASSIS, D.R.; REZENDE-LAGO, N.C.M.; MARCHI, P.G.F.; D'AMATO, C.C. Perdas diretas ocasionadas por abscessos e hematomas em carcaças de bovinos. **Rev Port Cienc Vet**,

v.110, p. 47-51, 2011.

BERTOLINI, W. ET AL. Bem-Estar e Taxa de Hematomas de Bovinos Transportados em Diferentes Distâncias e Modelos de Carroceria no Estado do Mato Grosso – Brasil. **Revista Brasileira de Saúde e Produção Animal**, v. 13, n. 2, 2012.

DE ANDRADE, E.N; SILVA, R.A.M.S; ROÇA, R.O; SILVA, L.A.C; GONÇALVES, H.C. E PINHEIRO, R.S.B. Ocorrência de lesões em carcaças de bovinos de corte no pantanal em função do transporte. **Ciência Rural**, v.38, p.1991-1996, 2008.

FERNANDEZ, X.; MAGARD, M.; TORNBERG, E. The Variations in Pig Muscle Glycolitic Potential During Lairage — An in Vivo Study. **Meat Science**, v. 32, p.81-91, 1992.

GRANDIN, T. **Improving animal welfare: a practical approach**. Wallingford: CAB International, 2010.

GHIZZO, R. S. **Avaliação da ocorrência de contusões e fraturas provenientes do manejo pré-abate em carcaças bovinas de um abatedouro frigorífico da região sul de Santa Catarina**. 2018. 53f. Monografia (Graduação em Medicina Veterinária) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão.

MENDES, A. D. D. et al.. Análise do Manejo Pré-Abate de Bovinos de Corte em Quatro Propriedades Rurais. In: Anais do 9º Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão - Siepe Universidade Federal do Pampa, Santana do Livramento, 2017.

PARANHOS DA COSTA, M. J. R.; SPIRONELLI, A. L. G.; QUINTILIANO, M. H. **Boas Práticas De Manejo - Embarque**. Jaboticabal: FUNEP, 2008, 35 p.

SOUZA, S. C; RIBEIRO, L. F. Aplicação do Bem-Estar Animal e Abate Humanitário de Bovinos para a garantia da Qualidade da Carne. **GETEC**, v.10, n.28, p.1-24, 2021.

TSEIMAZIDES, S.P. **Efeito das Condições de Transporte Rodoviário sobre a Incidência de Hematomas e Variações de Ph em Carcaças Bovinas**. Dissertação (Mestrado Em Zootecnia) - Faculdade De Ciências Agrárias E Veterinárias, Universidade Estadual Paulista Júlio De Mesquita Filho, Campus De Jaboticabal, 2006.



Campanha de Vacinação Antirrábica: projetos extensionistas na Promoção da Saúde Única nas Regiões Administrativas do DF

Manuella Rodrigues de Souza Mello¹⁶³
Íris Patrícia Pereira Nascimento¹⁶⁴
Andressa Franco Silva¹⁶⁵
Kaio Lucas de Sousa Freitas¹⁶⁶
Fabiana Milhomem da Silva¹⁶⁷
Erik Jordan Marques de Oliveira¹⁶⁸
Maria Clara Alves Leal¹⁶⁹
Higor Ferreira Da Silva¹⁷⁰
Adriana Peres Feitosa Lima¹⁷¹

Introdução: A raiva é responsável por mais de 59.000 mortes anuais no mundo, com a maioria dos casos ocorrendo em regiões onde o controle e a vacinação animal ainda são insuficientes. É uma doença infecciosa caracterizada como uma encefalite de evolução fatal, causada pelo vírus *Lyssavirus*, da família *Rhabdoviridae*. A transmissão do vírus para humanos ocorre, predominantemente, através da mordedura ou lambedura de um animal infectado. A doença possui um contexto epidemiológico complexo. No ciclo urbano, cães e gatos são importantes fontes de infecção de casos humanos em países endêmicos (OMS, 2020; Brasil, 2024). Os morcegos também desempenham um papel importante na propagação do vírus e são considerados reservatórios naturais do vírus da raiva, sendo importantes transmissores para herbívoros, e ocasionalmente, humanos (Pacheco *et al.*, 2005). A vacinação de animais domésticos, a disponibilização de soro antirrábico humano e a realização de bloqueios de foco, são fundamentais para controlar a disseminação da raiva e tem se mostrado uma estratégia eficaz na redução de casos de raiva humana e animal, contribuindo para a eliminação da doença em várias regiões do mundo (Brasil, 2024). Entre 2010 e 2024, foram registrados 48 casos de raiva humana no Brasil, sendo um deles, em 2022, no Distrito Federal, demonstrando a necessidade do fortalecimento das ações de vigilância e prevenção. Pensando nos desafios enfrentados nas comunidades das Regiões Administrativas (RA) periféricas do DF, em especial a atendida pelo UNICEPLAC, foram desenvolvidas estratégias com parcerias locais com órgãos públicos para engajamento e capacitação discente para apoiar as ações de vigilância de zoonoses no Gama e outras regiões administrativas do

¹⁶³ Docente do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: manuella.mello@uniceplac.edu.br

¹⁶⁴ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: irispatricia510@gmail.com

¹⁶⁵ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: andressa.silva@uniceplac.edu.br

¹⁶⁶ Graduando do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: kaiolucasvet@gmail.com

¹⁶⁷ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiana.silva@medvet.uniceplac.edu.br

¹⁶⁸ Graduando do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: erik.oliveira@medvet.uniceplac.edu.br

¹⁶⁹ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maria.aeal@medvet.uniceplac.edu.br

¹⁷⁰ Graduanda do Curso de Medicina Veterinária, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: higor.silva@medvet.uniceplac.edu.br

¹⁷¹ Graduando do Curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: nperes914@gmail.com

DF, em especial, na vacinação antirrábica de cães e gatos. O presente trabalho relata as experiências extensionistas durante a campanha de vacinação antirrábica de cães e gatos, em parceria com a DIVAL, envolvendo estudantes do curso de Medicina Veterinária nas Regiões Administrativas do Gama, Santa Maria e Recanto das Emas, no Distrito Federal.

Metodologia: As ações extensionistas foram realizadas em parceria com a Gerência de Vigilância de Zoonoses (GVAZ/DIVAL/SES-DF) e os Núcleos Regionais de Vigilância Ambiental em Saúde (NUVAL), seguindo o calendário estabelecido para a campanha de vacinação antirrábica no DF. As atividades de planejamento e preparação para a campanha foram integradas ao plano de ensino dos projetos integradores do eixo Saúde Única, proporcionando aos estudantes uma experiência prática e alinhada aos objetivos pedagógicos. Na fase de preparação, os estudantes receberam treinamentos teóricos e práticos, abordando aspectos técnicos da raiva, vacinação e manejo animal. A comunicação com os estudantes foi centralizada no grupo de WhatsApp, com o intuito de facilitar a disseminação de informações e orientações. Para garantir a organização e eficiência na alocação dos extensionistas, foi realizado um processo seletivo por meio de formulários Google, priorizando a composição de equipes conforme as necessidades apontadas pelos NUVAL. Os estudantes foram distribuídos entre as RA do Gama, Santa Maria, Recanto das Emas e Água Quente, formando equipes integradas com agentes de vigilância ambiental em saúde (AVAS) e estudantes. Além disso, houve a colaboração de nove professores do curso, garantindo a formação de uma rede de apoio para a efetividade das ações de vigilância e acompanhamento dos estudantes durante a campanha. As etapas de avaliação dos resultados também fizeram parte do processo educacional, promovendo reflexões críticas sobre o impacto das ações realizadas.

Resultados e Discussão: De acordo com o Portal de Informações e Transparência da Saúde do DF (2024), a campanha de vacinação antirrábica atingiu mais de 80 mil animais em todo o DF, destes 82,32% caninos e 17,68% felinos. Foram vacinados em postos com com apoio das equipes do Saúde Única um total de 9369 cães e gatos, sendo 5984 animais na RA Gama, 1546 em Santa Maria, 1664 no Recanto das Emas e 175 em Água Quente (Figura 1). A campanha aconteceu nos dias 14 (etapa rural), 21 e 28 de setembro (etapa urbana). Na região do Gama foram imunizados 7479 animais, 87,3% caninos (6529) e 12,7% felinos (950).

Figura 1. Total de animais imunizados durante a campanha de vacinação de cães e gatos com apoio de equipes do Saúde Única UNICEPLAC, por Região Administrativa.

Fonte: DIVAL/SES-DF.

Gráfico 1. Total de animais imunizados durante a campanha de vacinação com apoio de equipes do Saúde Única UNICEPLAC na RA Gama, por espécie e sexo.



A campanha aconteceu nos dias 14 (etapa rural), 21 e 28 de setembro (etapa urbana), de 8h às 17h. Na região do Gama foram imunizados 7479 animais, 87,3% caninos (6529) e 12,7% felinos (950). No dia 14, extensionistas, voluntários e de projetos integradores colaboraram nos postos distribuídos em toda a região da Ponte Alta Sul, no trecho da DF-290/DF-180 e da Ponte Alta Norte (PAN). Os postos fixos da etapa rural atingiram 1755 animais, destes 652 foram imunizados em postos da PAN. Essa região possui crescente urbanização e com intensa formação de condomínios, contribuindo com a alta densidade populacional de animais. Na região da Ponte Alta Sul observou-se a necessidade de reforçar as equipes volantes. Em um destes, além do apoio de uma equipe saúde única, houve a colaboração de um servidor da EMATER-DF na vacinação volante, contribuindo com a cobertura na área e demonstrando o potencial de parcerias intersetoriais. Na zona urbana, o primeiro sábado de campanha cobriu Setor Leste, Central e Norte do Gama, abrangendo instituições como escolas, mercados e agropecuárias locais, a participação em um evento para pets no Estádio Valmir Campelo Bezerrão e no Instituto Social Nação Guerreira. No dia 28 de setembro, foram cobertas áreas do Setor Sul, Oeste e Central, incluindo a e na Administração Regional. A PAN teve pontos fixos em todos os dias de campanha, devido ao fluxo intenso. Na fase de preparação para a campanha, além do treinamento teórico on-line, o treinamento prático, que aconteceu no dia 6 de setembro no Abrigo Flora e Fauna, equipes da GVAZ capacitaram novos AVAS e estudantes para atuar na vacinação, com apoio de voluntários do abrigo, totalizando 197 animais (131 cadelas e 66 cães), garantindo a cobertura vacinal e o bem-estar animal. A ação bem sucedida e parceria com ONG de proteção animal reforça a importância da integração de diferentes atores para o sucesso das ações de prevenção e conscientização comunitária. Além disso, foi oportunizado um treinamento teórico-prático no laboratório de anatomia animal do UNICEPLAC, ministrado pelo Diretor de Zoonoses da Secretaria de Saúde de Luziânia, Goiás.

Considerações Finais: A campanha de vacinação antirrábica de setembro de 2024 vacinou um número significativo de animais nas zonas rural e urbana, mas destacou a necessidade de maior divulgação, especialmente em áreas rurais com menor adesão. Estratégias como redes sociais, rádio local e parcerias comunitárias podem ampliar o alcance e a eficácia. A ação integrou ensino e extensão, fortalecendo a formação cidadã de mais de 100 estudantes do UNICEPLAC em mais de 50 postos de vacinação e demonstrou o compromisso da vigilância ambiental do DF em promover saúde pública por meio de iniciativas colaborativas e interdisciplinares.

Palavras-chave: bem-estar animal; vacinação; saúde pública; educação comunitária integrada.

REFERÊNCIAS

BAQUERO, Oswaldo Santos; PEÇANHA, Érica. **Comunidades e famílias multiespécies: aportes à Saúde Única em Periferias**. (Coleção Democracia, Artes e Saberes Plurais). Universidade de São Paulo. Instituto de Estudos Avançados, 2022. DOI: <https://doi.org/10.11606/9786588152218> Disponível em: www.livrosabertos.abcd.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/853. Acesso em 8 dez. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Raiva de A a Z. Disponível em <https://www.gov.br/saude/ptbr/assuntos/saude-de-a-a-z/r/raiva/raiva-animal>. Acesso em 06 dez. 2024.



INFOSAÚDE-DF. Portal de Informações e Transparência da Saúde do DF. Sala de Situação. Campanha Anual de Vacinação Antirrábica para cães e gatos 2024. Disponível em: <https://info.saude.df.gov.br/sala-de-situacao/campanha-anual-de-vacinacao-antirrabica-para-caes-e-gatos/>. Acesso em 06 dez. 2024.

PACHECO, Susi M. et al. Morcegos urbanos: status do conhecimento e plano de ação para a conservação no Brasil. **Chiroptera neotropical**, v. 16, n. 1, p. 629-647, 2010.

SUBSECRETARIA DE VIGILÂNCIA À SAÚDE. Informativo Epidemiológico. Perfil Epidemiológico da Raiva no Distrito Federal. 2023. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/0/Boletim+epidemiologico+Raiva+Distrito+Federal+2023.pdf/f3b4a590-69f8-324c-be4c-4b73144ff66b?t=1720110846238>. Acesso em 06 dez. 2024.

Agradecimentos: Agradecemos aos extensionistas e professores do curso de Medicina Veterinária do UNICEPLAC pelo comprometimento e dedicação nas ações realizadas. Nosso reconhecimento vai também aos servidores da Diretoria de Vigilância Ambiental (DIVAL), Gerência de Vigilância de Zoonoses (GVAZ) e Núcleos Regionais de Vigilância Ambiental em Saúde (NUVAL) do Gama, Recanto das Emas e Santa Maria, pela parceria e apoio essencial às ações.



Ações integradoras na comunidade: grupos de acolhimento

Maria Vitória Leite Da Silva¹⁷²

Fabíola Ruthyelen Gramacho Andrade¹⁷³

Ana Clara Aguilera Santos¹⁷⁴

Pricilla Thaissa Brito Cruz¹⁷⁵

Emmanuelle Christine Barbosa Nepomuceno¹⁷⁶

Paulo Henrique Souza Roberto¹⁷⁷

Introdução: Objetivo: O trabalho parte do princípio de que homens adultos frequentemente enfrentam dificuldades em expressar emoções e compartilhar suas vulnerabilidades, muitas vezes devido às normas sociais e culturais que reforçam estereótipos de gênero. Essas limitações podem impactar suas relações interpessoais, saúde mental e o bem-estar geral. O desafio é criar espaços seguros e acolhedores onde esses indivíduos possam refletir sobre suas experiências, desenvolver habilidades emocionais e sociais, e superar suas barreiras emocionais. O trabalho visa promover autoconhecimento, expressão de sentimentos e fortalecimento de relações interpessoais entre homens adultos por meio de grupos terapêuticos. Justificativa: A importância dessa pesquisa está fundamentada em oferecer suporte emocional e espaços de acolhimento para homens adultos, grupo no qual frequentemente enfrenta barreiras culturais e sociais para lidar com questões emocionais, e a teoria proposta por D. Yalom demonstra que a terapia em grupo é uma ferramenta eficaz para promover mudanças emocionais e comportamentais, pois utiliza as interações entre os participantes como agentes de transformação, além disso, o projeto se justifica pela necessidade de criar comunidades de apoio que ajudem esses indivíduos a enfrentar desafios cotidianos, como as pressões sociais, familiares e seus relacionamentos, dentro de um ambiente seguro e acolhedor.

Referencial Teórico: Revisão de Literatura: Yalom (2006) em sua obra clássica “Terapia de Grupo: Teoria e Prática”, é muito reconhecida por seu trabalho na psicoterapia de grupo, sua abordagem destaca as capacidades terapêuticas das interações grupais e explora como os relacionamentos dentro de um grupo podem promover mudanças emocionais e comportamentais nas pessoas, ele fala que a terapia em grupo é um processo terapêutico que usa a interação entre os participantes como um “agente de mudança”, pois ele acredita que o grupo é um “lugar” onde os indivíduos podem explorar seus padrões comportamentais, confrontar seus problemas e consequentemente desenvolver novas habilidades, afirma também que o espaço da terapia em grupo deve gerar um ambiente que os participantes possam compartilhar suas experiências de forma segura e acolhedora, assim, os indivíduos podem se ver no outro, permitindo o surgimento da autoconsciência e um crescimento. Para Yalom (2006), os principais objetivos da terapia em grupo são: proporcionar suporte

¹⁷² Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: vitoriamaria070903@gmail.com

¹⁷³ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fabiolagramacho@gmail.com

¹⁷⁴ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: ana.santos@psico.uniceplac.edu.br

¹⁷⁵ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: pricilla.brito.cruz@gmail.com

¹⁷⁶ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: emmanuelnunu@gmail.com

¹⁷⁷ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

emocional(fornecendo um ambiente seguro e acolhedor), desenvolver habilidades sociais(o ambiente permite que os participantes pratiquem novas formas de interação e comunicação), promover o autoconhecimento(por meio da observação das interações, as pessoas podem identificar padrões disfuncionais de comportamento e refletir sobre suas atitudes) e explorar o impacto do comportamento interpessoal(dentro do grupo, as pessoas recebem feedback imediato sobre como os seus comportamentos afetam outros). Com base na obra de Yalom, percebemos que a terapia em grupo é uma abordagem muito eficaz para homens adultos, especialmente em contextos onde a troca de experiências e o suporte mútuo são necessários, os homens em muitos casos podem encontrar dificuldades em expressar emoções e compartilhar vulnerabilidades devido às normas sociais e a cultura, com os grupos terapêuticos eles podem quebrar barreiras como as dificuldades em se expressar, pressões sociais e familiares, questões sobre o trabalho, relacionamentos e saúde mental. Yalom (2006) reforça que quando compartilhadas em um ambiente seguro e acolhedor entre homens, eles podem desenvolver uma maior autocompreensão, criando mudanças no comportamento. Ademais, reforça que a terapia em grupo é uma modalidade muito importante para o crescimento emocional e psicológico dos indivíduos, para os homens adultos essa modalidade oferece uma forma para superar as barreiras emocionais e criar uma comunidade de apoio que facilita os seus desenvolvimentos pessoais e o bem-estar.

Metodologia e Desenvolvimento: Metodologia: O grupo utilizou a metodologia baseada em grupos terapêuticos, fundamentada nos conceitos de Yalom (2006), que destacam as capacidades terapêuticas das interações grupais, essa abordagem teve como objetivo criar um ambiente acolhedor e seguro, que favorecesse a troca de experiências, a expressão de sentimentos e o fortalecimento das relações interpessoais, promovendo habilidades emocionais e sociais entre os participantes. Participaram do projeto um total de 10 homens adultos residentes na Casa Santo André, com idades variadas. Os encontros foram organizados em cinco encontros semanais, sempre aos sábados pela manhã. As atividades foram divididas em três etapas: Aquecimento – breve introdução do tema e estímulo à interação inicial; Desenvolvimento – com dinâmicas, rodas de conversa, atividades práticas e reflexões guiadas; Fechamento – momento de feedback individual e coletivo, com espaço para partilhas e considerações finais. Os integrantes do grupo foram incentivados a participar ativamente de todas as etapas, respeitando o ritmo e o limite de cada um. Instrumentos como músicas, jogos e perguntas temáticas também foram usados para tornar os encontros mais interativos e significativos. **Desenvolvimento:** O desenvolvimento foi estruturado em cinco encontros realizados na Casa Santo André, aos sábados pela manhã, com temas específicos e objetivos terapêuticos voltados ao público alvo, composto por homens adultos. Cada encontro seguiu uma estrutura fixa, dividida em três etapas; o aquecimento, que introduzia o tema e promovia uma interação inicial; o desenvolvimento, com dinâmicas, discussões sobre a temática e atividades práticas, como por exemplo, rodas de conversa, reflexões sobre suas vivências e o compartilhamento de memórias; e o fechamento, em que os participantes davam feedbacks sobre a experiência e compartilhavam reflexões finais. Instrumentos como músicas, jogos e perguntas em grupo foram utilizados para enriquecer as atividades.

Resultados: Descrição dos Resultados: Ao longo dos cinco encontros realizados na Casa Santo André, com a participação de dez homens adultos, foi possível observar mudanças significativas no comportamento e nas interações dos integrantes do grupo. Inicialmente, havia certa resistência à proposta terapêutica: os participantes se mostravam reservados, pouco engajados e presos a subgrupos que já estavam estabelecidos dentro da instituição. Esse distanciamento gerava dificuldade na troca de experiências e na construção de um ambiente colaborativo. Com o decorrer dos encontros, no entanto, percebeu-se uma mudança gradual.

As dinâmicas propostas e os espaços de fala estimularam a expressão emocional e a escuta ativa. Participantes que inicialmente se mostravam retraídos começaram a compartilhar suas vivências, opiniões e sentimentos. Essa abertura contribuiu para o fortalecimento dos vínculos e para a criação de um ambiente mais acolhedor e seguro. Entre os principais resultados observados, destacam-se:

A ampliação da capacidade de escuta e empatia entre os membros do grupo, que passaram a validar e acolher as falas uns dos outros; O desenvolvimento do autoconhecimento, por meio da identificação de padrões emocionais e comportamentais relatados nas rodas de conversa;

A criação de um senso de pertencimento e coletividade, que se evidenciou no comprometimento com as atividades e no respeito mútuo durante os encontros.

Além disso, relatos espontâneos demonstraram que os encontros contribuíram positivamente para o bem-estar emocional dos participantes, proporcionando momentos de reflexão, leveza, e conexão afetiva. Muitos afirmaram sentir-se mais à vontade para expressar sentimentos que antes eram reprimidos, evidenciando o impacto da intervenção na quebra de barreiras emocionais e sociais. De forma geral, os resultados indicam que a proposta baseada na terapia em grupo, fundamentada na abordagem de Yalom, foi eficaz em promover mudanças significativas no grupo, favorecendo a saúde mental, o fortalecimento das relações interpessoais e o crescimento pessoal dos participantes.

Palavras-chave: grupos terapêuticos; expressão emocional; barreiras culturais; bem-estar masculino.

REFERÊNCIAS

Yalom, Irvin D. – "Terapia de Grupo: Teoria e Prática" (2006)

Evidência Audiovisual



Projeto Integrador de Radiologia: Outubro Rosa ação de extensão de prevenção ao câncer de mama

Thalita Lauanna Gonçalves da Silva Ferreira¹⁷⁸

Jeferson Ribeiro Martins¹⁷⁹

André Luís Muniz gangas¹⁸⁰

Introdução: O câncer de mama é uma das principais causas de morte entre mulheres em todo o mundo, com estimativas apontando para mais de 2 milhões de novos casos anuais, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022). No Brasil, o câncer de mama é o mais prevalente entre as mulheres, representando cerca de 29% de todos os casos de câncer, com uma taxa de mortalidade alarmante (INCA, 2020). A detecção precoce e a conscientização sobre os fatores de risco são fundamentais para a redução da mortalidade associada a essa doença. A mamografia, por exemplo, é a principal ferramenta de diagnóstico precoce, sendo amplamente recomendada para mulheres a partir dos 40 anos (Sociedade Brasileira de Mastologia, 2021). Neste contexto, o Projeto Integrador do Curso de Radiologia teve como objetivo promover a conscientização sobre o câncer de mama, enfatizando a importância da prevenção e do diagnóstico precoce. O projeto foi estruturado em atividades educativas e práticas, com seminários entre alunos e uma ação comunitária na Universidade Uniceplac, visando disseminar informações sobre prevenção, diagnóstico e tratamento do câncer de mama.

Metodologia: O projeto foi desenvolvido em duas etapas principais: seminários acadêmicos e ação de conscientização na Uniceplac. A metodologia adotada procurou integrar a teoria à prática, proporcionando uma experiência de aprendizagem significativa para os alunos do curso de Radiologia e promovendo a conscientização da comunidade acadêmica sobre o câncer de mama. Divisão de Grupos e Planejamento da Ação: Para garantir uma organização eficaz, os alunos foram divididos em grupos, com cada grupo responsável por uma parte específica do planejamento e execução da ação. A professora orientadora atuou como facilitadora, fornecendo diretrizes sobre os aspectos teóricos e práticos do câncer de mama, o papel da radiologia na detecção precoce e as melhores práticas de promoção da saúde. Cada grupo ficou encarregado de uma tarefa específica, como a organização de jogos educativos, elaboração de materiais informativos, planejamento de dinâmicas interativas e a distribuição de brindes. Os alunos tiveram a liberdade de criar e adaptar as atividades, sempre com o foco de engajar a comunidade acadêmica de maneira lúdica e educativa, de forma que a informação fosse acessível e atraente. Seminários Acadêmicos: O projeto também envolveu a realização de seminários pelos alunos, com discussões teóricas sobre o câncer de mama, os fatores de risco, a importância da mamografia e as técnicas radiológicas utilizadas para o diagnóstico precoce da doença. Durante esses seminários, os alunos aprofundaram seus conhecimentos sobre a relação entre a radiologia e a saúde da mulher, abordando também os avanços nas tecnologias de imagem para detecção do câncer de mama. Ação de extensão na Uniceplac: A última fase do projeto consistiu em uma ação de conscientização voltada para a

¹⁷⁸ Docente do Curso Biomedicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thalita.ferreira@uniceplac.edu.br

¹⁷⁹ Graduando do Curso Biomedicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: jefersonrm2604@gmail.com

¹⁸⁰ Graduando do Curso Biomedicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: grupogcar24@gmail.com

comunidade acadêmica da Universidade Uniceplac. Durante o evento, os alunos colocaram em prática todo o planejamento desenvolvido na primeira fase, organizando uma série de atividades interativas com o objetivo de disseminar informações sobre a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama. O evento incluiu: Palestras Educativas: Com foco na prevenção do câncer de mama, a importância do autoexame e da mamografia como ferramentas de diagnóstico precoce. Jogos Educativos: Foram organizados jogos interativos, como quizzes e rodadas de perguntas, com temas sobre saúde da mulher, fatores de risco e prevenção do câncer de mama. Esses jogos ajudaram a consolidar o conhecimento de forma lúdica e engajante. Dinâmicas de Grupo: Ações como rodas de conversa e dinâmicas sobre a importância do cuidado com a saúde e a busca por exames preventivos. Distribuição de Brindes e Algodão Doce: Para tornar a ação ainda mais atrativa e envolvente, os participantes receberam brindes educativos, como panfletos informativos, e puderam desfrutar de algodão doce, proporcionando um ambiente mais descontraído e acolhedor. Essas ações lúdicas também serviram para atrair mais participantes para o evento, incentivando a interação e a adesão à causa. O evento foi realizado com o apoio da equipe de professores e alunos do curso de Radiologia e teve grande participação da comunidade acadêmica, incluindo estudantes e professores. O uso de brindes e o clima descontraído criado pela distribuição de algodão doce contribuíram para que o evento fosse mais receptivo, aumentando a adesão e o engajamento dos participantes. Essa abordagem garantiu que as informações sobre o câncer de mama fossem não apenas informativas, mas também acessíveis e memoráveis para todos os participantes, promovendo a conscientização de forma eficaz.

Resultados e Discussão: Durante os seminários acadêmicos, foi possível observar uma integração efetiva dos alunos, que discutiram o papel da radiologia no diagnóstico precoce da doença e as diferentes técnicas de imagem utilizadas. A participação ativa dos estudantes, tanto na organização quanto na execução do evento, contribuiu para a disseminação de informações atualizadas e relevantes, baseadas nas melhores práticas de prevenção e diagnóstico. A ação de extensão uma boa adesão por parte da comunidade acadêmica, especialmente nas dinâmicas e jogos interativos, que facilitaram a assimilação das informações. A utilização de recursos educativos lúdicos, como quiz e rodas de conversa, foi uma estratégia eficaz para promover a conscientização de forma dinâmica e envolvente. Os participantes também receberam materiais informativos sobre o câncer de mama, o que permitiu uma continuidade na disseminação do conhecimento após o evento. Este projeto demonstrou a importância da educação e conscientização no combate ao câncer de mama, destacando o papel crucial da radiologia na detecção precoce e no aumento das chances de cura. Ações como essa contribuem para a redução das taxas de mortalidade e para a melhoria da qualidade de vida das mulheres, incentivando-as a adotar hábitos de vida saudáveis e a buscar o diagnóstico precoce.

Considerações Finais: O projeto Câncer de Mama: Prevenção e Conscientização foi eficaz ao promover a integração entre teoria e prática, envolvendo os alunos do curso de Radiologia em atividades que aproximaram o conteúdo acadêmico da realidade da comunidade. As ações realizadas contribuíram significativamente para aumentar a conscientização sobre o câncer de mama, reforçando a importância do diagnóstico precoce e da promoção de hábitos saudáveis. A continuidade de projetos semelhantes, com foco na educação em saúde, é fundamental para consolidar a luta contra o câncer de mama, incentivando a prevenção e a detecção precoce da doença.

Palavras-chave: câncer de mama; conscientização; prevenção; radiologia; mamografia.



REFERÊNCIAS

INCA - Instituto Nacional de Câncer. *Estimativa 2020: Incidência de Câncer no Brasil*. Rio de Janeiro: INCA, 2020.

OMS - Organização Mundial da Saúde. *Global Cancer Statistics 2022*. Geneva: WHO, 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MASTOLOGIA. *Guia de Rastreamento do Câncer de Mama*. São Paulo: SBM, 2021.



Panoramas de dados coletados por uma equipe multidisciplinar de uma iniciação científica em saúde da mulher: um estudo transversal

Mariana Cecchi Salata¹⁸¹

Thaís Gontijo Ribeiro¹⁸²

Amannda Gabrielle da Cruz Silva¹⁸³

Gabryel Silva Leite¹⁸⁴

Cíntia Figueiredo Cordova da Costa¹⁸⁵

Eipril Gabryella dos Santos Lima¹⁸⁶

Gabriela Portela Roriz¹⁸⁷

Nayla Cristina Nunes Vieira¹⁸⁸

Introdução: A atenção Básica de Saúde (ABS) se configura como a principal porta de entrada para as redes de atenção à saúde, sendo as Unidades Básicas de Saúde (UBS) o local prioritário de atuação das equipes de atenção básica, oferecendo acessibilidade, vínculo com a comunidade, continuidade do cuidado, integralidade da atenção, responsabilização, humanização e participação social da comunidade visando promoção e proteção de saúde e manutenção da saúde individual e coletiva (Teixeira, 2014; Soares, 2018). Para tanto, a promoção de saúde, tendo em vista a Política Nacional de Promoção à Saúde desenvolvida pelo Ministério da Saúde (2010), deve ser considerada para a prevenção de condições de saúde evitáveis, principalmente no que tange aos fatores determinantes e/ou condicionantes de doenças e agravos à saúde, além de atuar também em promover qualidade de vida a população. Sendo assim, a ABS é um lugar ideal para práticas e ações de promoção de saúde, tanto no que tange em sua atuação frente aos fatores de risco quanto em educação em saúde, equidade, participação social, ampliando o cuidado e a efetividade de suas ações (Aveiro et al., 2011; Arantes; Shimizu; Merchán-Hamann, 2016; Soares, 2018). A saúde da mulher envolve o cuidado integral das mulheres em todas as fases da vida (Brasil, 2004), esse cuidado deve englobar um conjunto de ações voltadas para a prevenção, promoção, tratamento e recuperação da saúde, assegurando acesso justo e de qualidade aos serviços de saúde. É essencial atender às necessidades específicas das mulheres, respeitando suas diversidades e promovendo a equidade em saúde (Ezzo et al., 2015). Portanto, o presente estudo em como objetivo verificar e descrever a funcionalidade de mulheres que realizam segmento em uma UBS, visando promover prevenção e promoção de saúde.

¹⁸¹ Docente do Curso de Medicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: mariana.salata@uniceplac.edu.br

¹⁸² Docente do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thaïs.ribeiro@uniceplac.edu.br

¹⁸³ Egressa do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: amanndagabrielle43@gmail.com.

¹⁸⁴ Graduando do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: gabryelsilvaleite@gmail.com

¹⁸⁵ Egressa do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: cordovacinthiafisio@gmail.com

¹⁸⁶ Graduanda do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: eiprilk7@gmail.com

¹⁸⁷ Graduanda do Curso de Medicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: gabrielaroriz316@gmail.com

¹⁸⁸ Graduanda do Curso de Medicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: nayla060303@gmail.com

Metodologia: Trata-se de um estudo transversal e descritivo realizado em uma UBS do Distrito Federal, no período de Agosto de 2023 à Setembro de 2024. Foram incluídas mulheres entre 18 e 45 anos, que concordaram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídas mulheres acima de 45 anos que se recusaram a participar da pesquisa. Foi desenvolvido um questionário de avaliação com dados sociodemográficos, antecedentes ginecológicos e obstétricos, além de questionários para verificar nível de função sexual (*Female Sexual Function Index 6-item* - FSFI-6), nível de desconforto em assoalho pélvico (*Pelvic Floor Distress Inventory* – PFDI-20), nível de atividade física (*International Physical Activity Questionnaire* -IPAQ) e nível de autoestima (*Rosemberg Self-Esteem Scale* – RSS), ambos questionários traduzidos e validados para a população Brasileira. Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação de Ensino e Ciências da Saúde -FEPECS (CAAE: 70329223.0.000.553).

Resultados: A amostra é composta por 100 mulheres, onde 40% são gestantes com idade média de 26,5 anos (DP: 7,16) e média de 26 semanas de idade gestacional (DP: 9,96) e 60% são puérperas com idade média de 29,5 anos (DP: 7,02) e média de 138 (DP: 117,7) dias de pós parto. No que tange ao nível de atividade física das gestantes, a média descrita em MET por minutos por semana foi de 1287,8 MET.min.wk. (DP: 2655,2), onde apenas 30% (12 gestantes) obtiveram no mínimo 150 minutos de atividade física por semana. Em relação as puérperas a média a média descrita em MET por minutos por semana foi de 1025,3 MET.min.wk. (DP: 1867,4), onde apenas 11,66% (7 puérperas) obtiveram no mínimo 150 minutos de atividade física por semana. No que tange a autoestima das gestantes foi encontrado uma média de nível de 27,9 (DP: 5,26), classificada como moderada, visto que a pontuação máxima da escala é 40. Em relação as puérperas, obtivemos o valor de 31,20 (DP: 4,87), demonstrando uma boa autoestima. Quanto ao nível de função sexual das gestantes a média dos resultados encontrados no FSFI-6 foi de 19,60 (DP: 5,71), indicando um resultado de moderada a alta função sexual. Em relação as puérperas, a função sexual atingiu uma média de 21 (DP: 4,89) indicando também um resultado de moderada a alta. No que tange ao nível de sintomas de disfunções do assoalho pélvico (DAP) em gestantes, foi perceptível que todas as gestantes relataram algum nível de sintoma de DAP, com média de 76,7 (DP: 43,4). Tratando-se dos domínios avaliados do PFDI-20, as queixas miccionais foram as mais frequentes, com média no domínio de 38,89 (DP: 26,2); seguida das queixas evacuatórias, com média de 7,29 (DP: 8,2). Embora tenham sido relatadas queixas de DAP, pode-se perceber que o desconforto gerado não foi expressivo pelas gestantes, uma vez que o escore de cada domínio varia de 0 a 100 pontos. Em relação as puérperas, obteve-se uma média no escore total de 38,5 (DP: 49,4), sendo as queixas miccionais as mais frequentes, média de 35,8 (DP: 49,4), seguida das evacuatórias, média de 12, 3 (DP: 15,5), e de prolapso, média de 11,8 (DP: 17,9), indicando um desconforto leve.

Considerações Finais: Os achados deste estudo evidenciam que gestantes e puérperas apresentam algum nível de DAP, entretanto, observando os valores totais foi possível verificar que o desconforto foi relativamente baixo, sendo as disfunções miccionais com maior escore nos dois grupos. Além de evidenciar que gestantes e puérperas com segmento na ABS em sua maioria são sedentárias e apresentam um bom nível de função sexual e autoestima.

Palavras-chave: atenção básica de saúde; mulheres; distúrbios do assoalho pélvico.

REFERÊNCIAS

ARANTES, L.J.; SHIMIZU, H.E.; MERCHÁN-HAMANN, E. Contribuições e desafios da Estratégia Saúde da Família na Atenção Primária à Saúde no Brasil: revisão da literatura. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 21, n. 5, p. 1499-1510, maio, 2016.

AVEIRO, M. C.; ACIOLE, G. G.; DRIUSSO, P.; OISHI, J. Perspectivas da participação do fisioterapeuta no Programa Saúde da Família na atenção à saúde do idoso. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 1467-1478, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Princípios e Diretrizes**. Série C. Projetos, Programas e Relatórios. Brasília, 2004.

EZZO, J.; MANHEIMER, E.; MCNEELY, M.L.; HOWELL, D.M.; WEISS, R.; JOHANSSON, K.I.; BAO, T.; BILY, L.; TUPPO, C.M.; WILLIAMS, A.F.; KARADIBAK, D. Manual lymphatic drainage for lymphedema following breast cancer treatment. Cochrane Database of Systematic Reviews. **Cochrane Database Syst Rev**. 21;(5):CD003475, mai. 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Measuring health and disability**: manual for WHO Disability Assessment Schedule (WHODAS 2.0). Genebra: World Health Organization, 2010, 153 p.

SOARES, C. P. **Políticas Públicas e a Atenção Básica do SUS: uma avaliação de impacto do PMAQ-AB**. 2018. 287 f. Dissertação (Mestrado em Políticas Públicas) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2018.

TEIXEIRA, M. B.; CASANOVA, A.; OLIVEIRA, C. C. M. de; ENSGTROM, E. M.; BODSTEIN, R. C. A. Avaliação das práticas de promoção da saúde: um olhar das equipes participantes do Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica. **Saúde em Debate**, v. 38, n. especial, p. 52–68, outubro, 2014.



Doce Pressão: prevenção e promoção de saúde em diabetes e hipertensão

Thalita Lauanna Gonçalves da Silva Ferreira¹⁸⁹

Introdução: A prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como a hipertensão e o diabetes mellitus, tem se intensificado nas últimas décadas, representando uma das principais causas de morbidade e mortalidade em todo o mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2021), essas condições de saúde são responsáveis por aproximadamente 71% de todas as mortes a nível global, sendo que a hipertensão afeta cerca de 1,13 bilhão de pessoas e o diabetes, aproximadamente 537 milhões de adultos em todo o mundo (International Diabetes Federation, 2022). No Brasil, um estudo do Ministério da Saúde (2019) aponta que mais de 50% da população adulta é diagnosticada com hipertensão, e a prevalência de diabetes tipo 2 continua a crescer, afetando milhões de brasileiros, especialmente nas camadas socioeconômicas mais vulneráveis. Essas doenças crônicas são comumente relacionadas a fatores de risco modificáveis, como sedentarismo, dieta inadequada, tabagismo e consumo excessivo de álcool. A promoção de hábitos saudáveis e a prevenção precoce se destacam como medidas eficazes na redução da incidência e controle dessas condições. Nesse contexto, a educação em saúde se torna essencial para capacitar a população a adotar comportamentos preventivos e a realizar monitoramento regular da pressão arterial e glicemia, ferramentas fundamentais para o diagnóstico precoce (Silva et al., 2020). O projeto Doce Pressão surgiu como uma resposta à necessidade urgente de promover a saúde e prevenir doenças crônicas, com foco especial em diabetes e hipertensão. O objetivo principal deste projeto foi sensibilizar e capacitar a comunidade para a adoção de práticas de autocuidado, com ênfase na aferição de pressão arterial e monitoramento de glicemia, além de promover a educação sobre a importância da prevenção dessas doenças. A escolha dessas temáticas se justifica pela alta prevalência das doenças cardiovasculares e metabólicas no Brasil e pela necessidade de ações de prevenção que envolvam tanto o conhecimento técnico quanto o engajamento da comunidade. As atividades do projeto foram estruturadas em quatro etapas principais: (1) aulas teóricas sobre a anatomia e fisiologia cardíaca, com ênfase na pressão arterial e controle glicêmico, (2) seminários e dinâmicas sobre prevenção e políticas públicas, (3) aulas práticas sobre aferição de pressão e glicose, e (4) ação final de extensão voltada para o atendimento comunitário, com a aferição de pressão arterial e orientação sobre prevenção. A implementação dessas ações visou promover uma abordagem abrangente, que incluiu tanto a educação teórica quanto a prática, além de envolver a comunidade de forma ativa nas ações de prevenção (Cruz et al., 2019). Os objetivos gerais do projeto foram: Promover a conscientização sobre diabetes e hipertensão, com ênfase na prevenção e controle. Orientar a comunidade sobre a importância do autocuidado e do monitoramento de saúde regular. Os objetivos específicos incluíram: Realizar atividades educativas para aumentar o conhecimento sobre as condições de saúde. Fornecer ferramentas práticas para a medição de pressão arterial e glicose. Engajar a comunidade em ações de saúde públicas e privadas, com destaque para políticas públicas de prevenção.

Metodologia: O desenvolvimento do projeto Doce Pressão foi organizado em quatro etapas principais: Aulas Teóricas sobre Anatomia e Fisiologia Cardíaca A primeira etapa consistiu em sessões educativas para os participantes, abordando o funcionamento do coração, o

¹⁸⁹

Docente do Curso Biomedicina, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thalita.ferreira@uniceplac.edu.br

controle da pressão arterial e os mecanismos de controle da glicose no corpo humano. O objetivo foi fornecer o conhecimento básico sobre o sistema cardiovascular e o metabolismo de glicose, preparando os participantes para as etapas práticas do projeto. Seminários e Dinâmicas de Discussão Na segunda etapa, seminários foram realizados com foco em prevenção, tratamento e políticas públicas sobre diabetes e hipertensão. Foram discutidas as causas, os fatores de risco e as formas de prevenção dessas doenças, além de incluir atividades dinâmicas para engajar os participantes. Os seminários também abordaram as políticas públicas relacionadas ao tema, dando maior contexto sobre as ações governamentais para o controle dessas condições. Aulas Práticas sobre Aferição de Pressão Arterial e Glicose A terceira etapa foi dedicada ao treinamento prático. Os participantes aprenderam como medir a pressão arterial e glicose de forma correta. O objetivo era fornecer habilidades essenciais para o monitoramento pessoal da saúde, promovendo a autonomia dos participantes para que eles possam, no futuro, monitorar sua pressão e glicemia regularmente. Ação Final de Extensão: Atendimento à Comunidade A quarta e última etapa foi uma ação de extensão realizada no Shopping do Gama, com a participação ativa da comunidade. Durante o evento, foram expostos banners informativos, distribuídos folders educativos e brindes relacionados à saúde. Também foram realizadas medições gratuitas de pressão arterial e orientação sobre o monitoramento de glicose e pressão arterial, com profissionais e estagiários disponíveis para tirar dúvidas da população.

Resultados e Discussão: O projeto Doce Pressão, que visa a prevenção e promoção de saúde em relação ao diabetes e à hipertensão, obteve resultados significativos nas diferentes etapas realizadas. A análise desses resultados é fundamental para avaliar o impacto das ações propostas, a receptividade da comunidade e a eficácia das estratégias adotadas. A implementação do projeto Doce Pressão gerou impactos positivos na comunidade. Durante as atividades, observou-se um grande interesse por parte dos participantes, que demonstraram vontade de aprender sobre a prevenção e o controle das doenças crônicas. As aulas teóricas sobre a fisiologia cardíaca e controle glicêmico proporcionaram um entendimento significativo sobre os processos internos do corpo humano, o que aumentou a conscientização sobre a importância da saúde cardiovascular. Nos seminários e dinâmicas, a discussão de políticas públicas e medidas preventivas levou à reflexão sobre a realidade local e como a população pode ser mais ativa no controle dessas doenças. A etapa prática de aferição de pressão arterial e glicose foi crucial, pois os participantes puderam aplicar o que aprenderam, além de se sentir mais seguros ao realizar os exames em casa. A ação final de extensão, realizada no Shopping do Gama, foi um ponto alto do projeto. Durante o evento, mais de 150 pessoas foram atendidas. Essa ação teve uma grande adesão da comunidade, especialmente devido à facilidade de acesso ao local e ao atendimento gratuito. Além disso, a distribuição de materiais educativos, como folders e banners, contribuiu significativamente para a disseminação de informações importantes sobre a prevenção e controle do diabetes e hipertensão. O uso de brindes educativos também gerou interesse e facilitou a disseminação das mensagens-chave sobre saúde.

Considerações Finais: Os objetivos gerais e específicos do projeto foram amplamente atingidos. A comunidade demonstrou grande receptividade e engajamento nas etapas, principalmente nas ações de sensibilização e treinamento. A aferição de pressão e glicose teve grande aceitação, reforçando a importância da realização desses exames de forma regular. Entretanto, algumas limitações foram identificadas, como a falta de continuidade no acompanhamento de saúde dos participantes, que pode ser um desafio para a efetividade da prevenção a longo prazo. Uma possível melhoria para futuras edições do projeto seria o

acompanhamento contínuo dos participantes, talvez por meio de parcerias com unidades de saúde locais.

Palavras-chave: diabetes; hipertensão; prevenção de doenças crônicas.

REFERÊNCIAS

CRUZ, R. M. et al. Educação em saúde: estratégias para a promoção da saúde e prevenção de doenças. *Revista Brasileira de Saúde Pública*, v. 53, p. 1-10, 2019.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION (IDF). *IDF Diabetes Atlas*, 10ª ed. Bruxelas: IDF, 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019.

SILVA, T. L. et al. O impacto das estratégias educacionais na prevenção de doenças crônicas. *Jornal Brasileiro de Cardiologia*, v. 75, n. 2, p. 123-130, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Noncommunicable Diseases Country Profiles 2021*. Geneva: WHO, 2021.



Metamorfose estética

Clara Eduarda Oliveira Rosa¹⁹⁰

Danielle Vitória Nunes Moraes¹⁹¹

Lucas Ferreira Almeida de Carvalho¹⁹²

Luis Filipe Epifânio da Silva¹⁹³

Tattiane Cruz dos Santos¹⁹⁴

Rômulo Ribeiro Valadares¹⁹⁵

Resumo: A clínica Metamorfose Estética surge com uma proposta inovadora, focada na promoção do bem-estar físico e mental por meio de tratamentos estéticos personalizados e integrativos. A abordagem envolve uma avaliação psicológica para garantir que os procedimentos sejam adequados e causem o menor impacto físico e emocional. Alinhado com o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, o projeto busca promover saúde, autocuidado e transformação, priorizando a autoestima e a qualidade de vida dos clientes.

Introdução: A busca pelo bem-estar e saúde tem se tornado uma prioridade crescente entre as pessoas, impulsionando o crescimento da indústria da estética e beleza. A Metamorfose Estética se destaca por oferecer mais do que tratamentos convencionais, propondo uma transformação completa que abrange o corpo e a mente. A clínica combina tratamentos estéticos com suporte psicológico, buscando não apenas melhorar a aparência, mas também promover a saúde emocional dos seus clientes. **Objetivo:** No contexto atual, a procura do bem-estar e da saúde tornou-se uma prioridade crescente entre as pessoas, independentemente do sexo ou idade. O apreço pelo autocuidado, combinado com um profundo desejo de transformação pessoal, impulsionam o crescimento da indústria da estética e da beleza. Neste cenário surge a Metamorfose Estética, uma clínica que vai além dos tratamentos convencionais, pois propõe uma transformação da vida, oferecendo uma experiência completa, onde todos os indivíduos podem alcançar sua melhor versão sem discriminação. A Clínica de Estética Metamorfose visa proporcionar uma experiência completa e personalizada, atendendo às necessidades estéticas e emocionais dos clientes. Nossa missão é oferecer tratamentos de alta qualidade que promovam a autoestima e o bem-estar psicológico, sempre em conformidade com normas de segurança rigorosas. **Aspectos Principais: Promoção da Autoestima e Bem-Estar Psicológico:** Oferecemos tratamentos que melhoram a autoestima e a confiança, refletindo positivamente na autoimagem dos clientes. Nossos serviços são projetados para realçar a beleza individual e promover a autoaceitação. Exemplo: Programas personalizados para cuidados com a pele, visando melhorar a saúde e a aparência, reduzindo sinais de envelhecimento e problemas de acne. **Segurança e Conformidade com Normas:** Garantimos a segurança dos clientes através do cumprimento das regulamentações e uso de produtos e equipamentos aprovados. Mantemos um ambiente seguro com rigorosos

¹⁹⁰ Graduanda do Curso de Inteligência de dados e Marketing, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: rosaclara596555@gmail.com

¹⁹¹ Graduanda do Curso de Inteligência de dados e Marketing, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: daninunesmoraes@gmail.com

¹⁹² Graduando do Curso de Inteligência de dados e Marketing, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos UNICEPLAC. E-mail: lucas.allmeida@gmail.com

¹⁹³ Graduando do Curso de Inteligência de dados e Marketing, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Luisfelipeeipifanio342@gmail.com

¹⁹⁴ Graduanda do Curso de Inteligência de dados e Marketing, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Tattyhes@hotmail.com

¹⁹⁵ Docente do Curso de Engenharia de Software do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: romulo.valadares@uniceplac.edu.br

procedimentos de higiene. Exemplo: Protocolos de esterilização e desinfecção rigorosos, treinamento contínuo dos profissionais para assegurar práticas de segurança. **Abordagem Personalizada e Inclusiva:** Oferecemos serviços adaptados às necessidades específicas de cada cliente, independentemente de idade, gênero, tipo de pele ou condição física, promovendo um ambiente inclusivo. Exemplo: Tratamentos anti-envelhecimento para clientes mais velhos e cuidados específicos para pele jovem e acneica, com consultorias personalizadas. **Excelência no Atendimento ao Cliente:** Proporcionamos um atendimento excepcional, caracterizado por empatia, profissionalismo e dedicação, criando uma experiência acolhedora e satisfatória para todos os clientes. Exemplo: Sistema de feedback para melhorias contínuas e treinamento dos profissionais para um atendimento personalizado e respeitoso. **Justificativa:** A ideia da metamorfose é transformar o cliente de dentro para fora, oferecendo tratamentos que ajudem na saúde mental e no bem estar físico, pois os procedimentos não impactam apenas o exterior, e sim o mental também. Deste modo, nossos procedimentos serão realizados perante uma avaliação psicológica para compreender o que o cliente deseja; Por meio desta coleta de dados, será analisado e criado um protocolo de serviços que garantem que os procedimentos escolhidos sejam os mais adequados, com o menor impacto físico e psicológico possível. Com essa abordagem, nossa clínica oferece além da transformação exterior, oferece um auto cuidado completo, onde o mental é tratado como parte essencial do processo de metamorfose do cliente. **Revisão de Literatura:** O presente projeto está fundamentado no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, que trata de Saúde e Bem-Estar. O foco do projeto é oferecer aos seus clientes uma experiência de saúde, autocuidado e transformação, promovendo bem-estar físico e emocional através dos cuidados estéticos. A missão da clínica é proporcionar aos clientes uma experiência de beleza inclusiva, permitindo que se sintam valorizados, belos e radiantes, como uma metáfora da transformação de uma borboleta a partir dessa abordagem. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) (2014), o conceito de bem-estar está diretamente relacionado à saúde integral, que envolve aspectos físicos, mentais e sociais. Nesse contexto, o autocuidado, a autoestima e a autoimagem desempenham papéis cruciais para a manutenção de um estado saudável, tanto do corpo quanto da mente. Segundo Cury (2017), “a autoestima é um estado de espírito, um oásis que deve ser procurado no território da emoção”. A partir dessa perspectiva, a autoestima torna-se um elemento fundamental que precisa ser constantemente trabalhado e cuidado para garantir a qualidade de vida e o bem-estar emocional dos indivíduos. A literatura sobre estética e bem-estar também aponta a relação direta entre a satisfação com a própria imagem e os níveis de saúde emocional. Segundo Costa e Silva (2019), clínicas de estética que adotam uma abordagem inclusiva e integrativa, focando tanto na beleza quanto na saúde, promovem resultados que vão além da aparência física, contribuindo para uma percepção mais positiva de si mesmo. Ao adotar esse modelo, visa preencher uma lacuna no mercado identificada por meio de pesquisa qualitativa, que revelou uma escassez de clínicas que oferecem esses dois elementos em um só lugar. A estratégia de marketing digital da clínica, que inclui a criação de uma landing page e um dashboard de clientes, busca não apenas melhorar a comunicação com os clientes, mas também oferecer um atendimento mais personalizado e eficaz. Segundo Kotler (2010), o marketing digital permite uma interação mais próxima e direta com o público-alvo, criando conexões duradouras e um relacionamento contínuo. O uso de um dashboard de clientes, por exemplo, otimiza a experiência de atendimento, oferecendo um gerenciamento mais eficiente das interações, além de possibilitar o acompanhamento das preferências e necessidades de cada cliente. Adicionalmente, o projeto conta com uma equipe de marketing especializada que será responsável por planejar e executar campanhas de divulgação voltadas para aumentar a visibilidade da clínica e atrair novos clientes. Essa equipe também terá a responsabilidade de promover a importância do autocuidado, reforçando a conexão entre saúde e beleza, que são

os pilares fundamentais. Portanto, se alinha diretamente com os princípios da ODS 3 ao promover saúde e bem-estar de maneira inclusiva e integrada, utilizando a estética como uma ferramenta para melhorar a autoestima, a saúde mental e a qualidade de vida de seus clientes.

Metodologia: Iremos utilizar como método, a Coleta de Dados, através de fontes primárias, com dados coletados por intermédio de entrevistas e questionários virtuais para detalhar e alcançar o nosso público-alvo (clientes, funcionários, gestores). E utilizando as fontes secundárias, que seria pesquisa bibliográfica sobre tendências no setor de estética, estudos de caso de outras clínicas, e revisões de literatura relevante. O desenvolvimento de estratégias de mercado, a implementação de novos serviços, e a análise da satisfação dos clientes. Utilizaremos ferramentas e técnicas de análise, com os seguintes materiais, métodos e procedimentos: Notion. figma para prototipagem. framer para montagem do site. Google ADS para o Marketing. agendor para controle de Leads (clientes finais), usado como CRM. Power BI para elaborar relatórios.

Resultados e Discussão: Desenvolvimento do Projeto: Planejamento de Serviços: A Metamorfose Estética busca constantemente desenvolver e aprimorar seus serviços para atender de forma integral às necessidades físicas e emocionais dos pacientes. O terapeuta participa de todas as etapas do processo, desde a triagem até o pós-operatório, destacando-se como um diferencial competitivo. Esses serviços inovadores permitem que os pacientes alcancem seus objetivos estéticos, ao mesmo tempo em que recebem suporte psicológico para lidar com a ansiedade, expectativas e desafios que surgem antes e depois dos procedimentos. Para o aprimoramento dos serviços, é adotada uma abordagem baseada na coleta contínua de dados e feedback dos pacientes. Questionários de satisfação, análises comportamentais e sessões de retorno serão utilizados para identificar novas oportunidades de desenvolvimento e melhorias. Além disso, com base nessas informações, novos pacotes de terapias complementares, como mindfulness e meditação, poderão ser oferecidos, adaptando-se às diferentes fases dos tratamentos estéticos. Todo esse processo de inovação será apoiado pela adoção de tecnologias digitais de monitoramento, permitindo que os pacientes acompanhem sua evolução física e emocional de forma integrada. Plano de Marketing: Com base nos dados obtidos por meio de pesquisas de mercado, o plano de marketing da Metamorfose focará na atração de um público-alvo que valoriza tanto o cuidado estético quanto o bem-estar mental. As campanhas publicitárias serão amplamente segmentadas por meio de plataformas digitais, como redes sociais e Google Ads, com o objetivo de reforçar o principal diferencial da clínica: o cuidado integral da saúde mental e estética. A divulgação de conteúdos relevantes, como depoimentos de pacientes, vídeos explicativos com os profissionais da clínica e apresentações detalhadas dos tratamentos oferecidos, será essencial para atrair novos clientes e aumentar a confiança dos atuais. Essas ações serão veiculadas em redes sociais e sites especializados, sempre utilizando uma linguagem que enfatize a humanização e a confiança no tratamento. Além disso, serão estabelecidas parcerias com influenciadores digitais e realizados eventos presenciais, como workshops sobre saúde mental e estética. O objetivo desses eventos é criar uma conexão mais profunda com o público-alvo, ao mesmo tempo em que fortalecem o posicionamento do centro de estética no mercado: Para aumentar a fidelização, serão implementados programas de indicação e pacotes de serviços especiais, oferecendo benefícios exclusivos para clientes já familiarizados com os serviços da clínica. Gestão da Qualidade: Para garantir a qualidade dos serviços oferecidos, serão implementadas estratégias rigorosas de gestão da qualidade, incluindo a formação contínua de toda a equipe. O aprimoramento técnico será prioritário no desenvolvimento dos profissionais, que participarão regularmente de workshops, palestras e cursos especializados tanto na área estética quanto na psicologia aplicada ao bem-estar dos pacientes. Além disso, serão estabelecidos protocolos de atendimento e acompanhamento, com monitoramentos e

auditorias internas e externas realizadas periodicamente para garantir o cumprimento dos padrões de qualidade definidos. A gestão da qualidade também incluirá a análise de métricas, como índices de satisfação dos clientes e o número de retornos, permitindo que ajustes sejam feitos sempre que necessário. Esse compromisso visa manter a integridade e a excelência no atendimento físico e mental oferecido pela nossa clínica.

Conclusão: A conclusão do presente trabalho reforça a proposta central da Metamorfose, que é transformar o cliente de dentro para fora, por meio de uma abordagem integrada que alia saúde mental e bem-estar físico. Acreditamos que a verdadeira transformação ocorre quando há equilíbrio entre mente e corpo, e, para isso, cada procedimento oferecido é precedido por uma avaliação psicológica minuciosa. Esse processo permite identificar as necessidades específicas de cada indivíduo, garantindo que os tratamentos sejam personalizados e alinhados às suas expectativas e objetivos. Ao considerar a saúde mental como um pilar fundamental do autocuidado, a Metamorfose se destaca por oferecer uma experiência completa, que transcende a estética superficial e promove um profundo senso de autoconhecimento e autoestima. Assim, reafirmamos nosso compromisso em proporcionar uma jornada de transformação que valoriza o ser humano em sua totalidade, respeitando sua singularidade e promovendo um cuidado genuíno com o bem-estar integral. Esse modelo holístico não apenas redefine o conceito de autocuidado, mas também reforça a importância de abordar a transformação como um processo contínuo, que envolve corpo, mente e espírito.

Colaborações ou parcerias: Colaboração do Curso de inteligência de dados e marketing.

Agradecimentos: Agradecemos ao professor Rômulo pela orientação prestada em todas as etapas do projeto, desde o início até a finalização, contribuindo de forma significativa para o desenvolvimento do Trabalho.

Resultado da auto-avaliação do projeto (breve relato): A autoavaliação do projeto revelou resultados satisfatórios, com os objetivos de integrar saúde mental e estética plenamente alcançados. Foram registrados vários relatos positivos sobre a melhoria da autoestima e do bem-estar. As estratégias de marketing digital mostraram-se eficazes na atração de novos clientes e na fidelização dos existentes, enquanto os protocolos de segurança e qualidade foram rigorosamente mantidos.



Metamorfose
Estética

Home Procedimentos Sobre Nós Contato Avaliação Personalizada Agendar Consulta

REALCE SUA BELEZA NATURAL

Sua jornada de transformação começa aqui.

Sua transformação começa aqui. Nos contate agora e conheça o nosso método que integra corpo e mente para uma verdadeira metamorfose.

AGENDAR AGORA

UNICEPLAC
CENTRO UNIVERSITÁRIO



Nossas Unidades



Avaliação Personalizada

Qual procedimento voce deseja fazer:

Selecione o procedimento ▼

Nome:

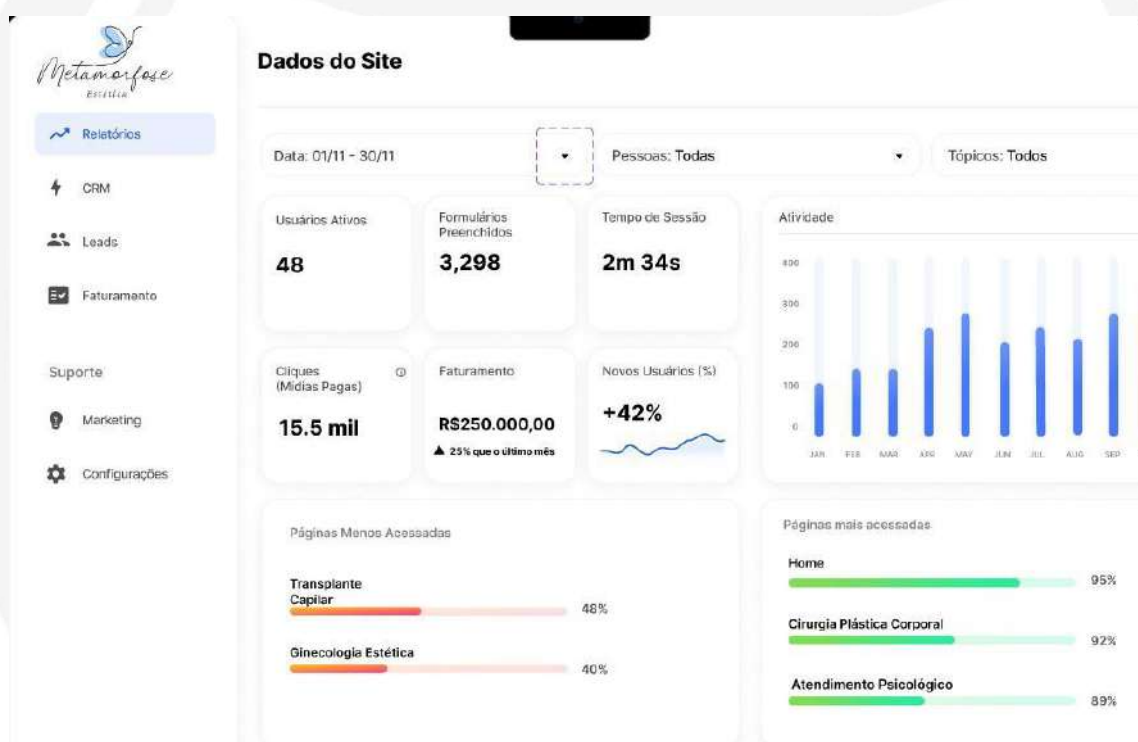




Metamorfose

Estética

Obrigado por compartilhar suas respostas. Nosso compromisso é cuidar de você de forma integral, sempre respeitando sua individualidade. Estamos aqui para conversar mais sobre suas expectativas e objetivos.



Palavras-chave: autocuidado; atendimento personalizado; autoaceitação; normas de higiene; ambiente inclusivo; atendimento excepcional; profissionalismo; experiência acolhedora; saúde mental; psicologia.

REFERÊNCIAS

COSTA, A. M.; SILVA, J. C.. **Estética e Saúde: A Importância da Imagem Pessoal para o Bem-Estar Emocional**. 2. ed. São Paulo: Editora Saúde, 2019.



CURY, A. **O Código da Inteligência e a Excelência Emocional**. Rio de Janeiro: Thomas Nelson Brasil, 2017.

KOTLER, P. **Marketing para o Século XXI**: Como Criar, Conquistar e Dominar Mercados. São Paulo: Pearson, 2010.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório Mundial de Saúde**: Bem-Estar e Saúde Integral. Genebra: OMS, 2014.



Periodização Nutricional em Praticantes de Treinamento de Força: Implicações na composição corporal

Regina Vitória dos Santos Marques¹⁹⁶

Raíssa Figueirôa de Matos¹⁹⁷

Thaynara de Lima¹⁹⁸

Rafael Reis Olher¹⁹⁹

Introdução: Parte dos praticantes de atividade física sabem a importância de uma intervenção dietética para alcançar os objetivos pessoais, visando a melhora da estética corporal e saúde como vitalidade positiva. Mas por muitas vezes não procuram um profissional nutricionista para ajustar a dieta de acordo com o tipo de treino feito. Apenas 36,4% dos praticantes de musculação buscam orientação nutricional, porém o uso de suplementos alimentares é mais comum, cerca de 45,5% fazem uso. Essa pesquisa mostrou também que 72,7% apresentaram consumo energético superior a 3000 kcal por dia e a média da ingestão de macronutrientes apontou para uma dieta desbalanceada, pobre em carboidratos e rica em gorduras e proteínas (Oliveira et al., 2009; Kerssick et al., 2018). Os hábitos alimentares influenciam na qualidade de vida, no desempenho e no resultado obtido nos treinos tanto de resistência quanto de força, em razão disso um acompanhamento nutricional é essencial para potencializar esses resultados (Abreu et al., 2021). A periodização nutricional é uma forma de fazer com que isso aconteça, pois é possível criar estratégias personalizadas de acordo com o tipo de atividade, bem como diferentes volumes e intensidades (Jeukendrup, 2017). Os praticantes de musculação desejam modificar suas características físicas e estruturais, por exemplo reduzir gordura corporal e/ou ganhar massa magra, e para isso fazem manipulações na ingestão de energia, porém devem ser estrategicamente integradas a um plano alimentar para minimizar possíveis reduções na qualidade do treinamento e problemas agudos e crônicos associados ao desenvolvimento da deficiência de energia relativa na prática do esporte (Stellingwerff, Morton, Burke, 2019). Ainda Jeukendrup (2017), apresenta como periodização nutricional intervenções no plano alimentar especializadas e individualizadas de acordo com o tipo de treino que o atleta esteja realizando naquele momento, com foco na melhora das adaptações e do desempenho a longo prazo, de maneira que o plano alimentar seja atualizado quando houver mudanças no treino e nos objetivos. Portanto, nutrição e exercício bem alinhados trazem resultados desejados (STELLINGWERFF, MORTON, BURKE, 2019). A interação entre nutrição e exercício, ou seja, a manipulação da ingestão nutricional, promove adaptações ao treinamento. Em seu estudo, Jeukendrup (2017) trouxe estratégias como o ajuste a disponibilidade de carboidratos, treinamento com alta e baixa disponibilidade de carboidratos, modulação intestinal e suplementação todos com o foco na integração da nutrição periodizada aos métodos de treinamento. Esses métodos devem ser usados de acordo com os objetivos específicos do indivíduo e não há métodos que atendam a todas as necessidades. Portanto, a aplicação prática adequada está na combinação ideal de diferentes métodos de periodização nutricional. A aplicação da periodização nutricional já é

¹⁹⁶ Graduanda do Curso de Nutrição, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: reginav619@gmail.com.

¹⁹⁷ Graduanda do Curso de Nutrição, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: raissafigma2003@gmail.com.

¹⁹⁸ Graduanda do Curso de Nutrição, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thay.lima10@outlook.com.

¹⁹⁹ Docente do Curso de Nutrição, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: rafael.olher@uniceplac.edu.br.



bem documentada em esportes de *Endurance* (Rothschild, Kilding e Plews, 2020) como a corrida (Burke et al., 2019; Tiller et al., 2019) e o ciclismo (Brooke e Cosio-Lima, 2022; Wei et al., 2023) e até mesmo outras modalidades como dança (Ambegaonkar e Brown, 2021) e futebol (OLIVEIRA et al., 2017). Entretanto, ainda existe um hiato na literatura no que se refere a nutrição periodizada e sua interação com o treinamento de força (Mota, Nuckols e Smith-Ryan, 2019), uma vez que existem diferentes tipos de estímulos (força pura, potência e resistência de força) (Kraemer e Fleck, 2009) e intensidades que podem depender de diferentes aportes nutricionais. A nutrição periodizada aparece como uma importante aliada para otimizar os resultados advindos da prática esportiva ou da prática regular de exercício físico (ex. Treinamento de força ou treinamento aeróbio), sejam esses resultados de desempenho esportivo propriamente dito (valências físicas como força e/ou resistência física) ou estéticos (emagrecimento e/ou hipertrofia muscular). Uma vez que, se o trabalho entre o nutricionista e o profissional de Educação Física for alinhado e o programa de treinamento estiver de acordo com as estratégias nutricionais é possível que esses resultados sejam alcançados com maior êxito. Nesse sentido, o presente trabalho teve como objetivo, comparar os efeitos de uma periodização dietética individualizada e ajustada de acordo com o volume, intensidade e tipo de treinamento de força praticado, sendo ajustada de acordo com a necessidade energética do praticante (emagrecimento ou hipertrofia muscular), com uma dieta não ajustada com o tipo de treino, baseada apenas no gasto energético total do praticante. A hipótese é que a dieta periodizada irá promover melhores resultados de composição corporal em comparação ao modelo de dieta não periodizado.

Metodologia: A metodologia aplicada na realização do presente foi analisada pelo Comitê de Ética de Pesquisas em seres humanos do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (Uniceplac) CAAE: 65749122.3.0000.5058, Parecer n. 5.833.934 (2022). Foi realizado um estudo transversal onde foram recrutados 50 voluntários de ambos os sexos praticantes de treinamento de força (musculação) a pelo menos seis meses ininterruptos. Para fins de caracterização da amostra foram feitas avaliações antropométricas: massa corporal (kg), estatura (m), Índice Massa Corporal – IMC [$\text{kg} \cdot (\text{m}^2)^{-1}$] e avaliação de bioimpedância. A amostra foi recrutada por conveniência por meio de informativos digitais divulgados em redes e mídias sociais, que será formada por adultos jovens praticamente de treinamento de força. Após o recrutamento, foram elegíveis para a participação do estudo 29 pessoas sendo 16 homens e 13 mulheres. Os participantes foram divididos aleatoriamente por meio de sorteio em quatro grupos sendo o Grupo Hipertrofia (GH) ($n=8$), idade $22,7 \pm 3,7$ anos e estatura $1,67 \pm 0,1$ metros, grupo emagrecimento (GE) ($n=7$), idade $29,9 \pm 7,9$ anos e $1,75 \pm 0,1$ metros, e o grupo controle (GC) sendo que o GC foi dividido em dois subgrupos sendo GC-emagrecimento ($n=7$), idade $25,5 \pm 1,9$ anos e $1,56 \pm 0,05$ metros e GC-hipertrofia ($n=7$), $22,3 \pm 2,9$ anos e $1,67 \pm 0,14$ metros.

Após receberem informações pertinentes sobre o projeto e quanto a eventuais riscos e benefícios da participação no estudo, os voluntários que concordaram em participar do estudo assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido e foram submetidos a uma detalhada anamnese, onde foi investigado seu histórico esportivo, médico e nutricional. O presente projeto obedeceu às exigências da Resolução 466/12 e 710/22 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil (Brasil, 2012; 2022). Os voluntários foram orientados a se manterem hidratados e bem alimentados, assim como a se apresentarem para os testes com vestimenta adequada (shorts e camiseta leves) para a avaliação física. Os avaliados foram orientados a não realizarem esforço físico, não ingerirem bebidas alcoólicas ou estimulantes à base de cafeína ou taurina nas 48 horas antecedentes aos experimentos e manter uma dieta normal, e última refeição a pelo menos 3 horas antecedentes aos testes. Critérios de inclusão no estudo:

1) Ter idade entre 18 e 45 anos;



- 2) Ser praticante de treinamento de força ininterrupto a pelo menos seis meses;
- 3) Estar treinando com objetivo específico de emagrecimento ou ganho de massa muscular.

Crítérios de exclusão do estudo:

- 1) Fazer uso de medicação que possa interferir nas respostas de força;
- 2) Apresentar doença(s)/disfunções no histórico de saúde ou outro problema que possa comprometer a integridade física e a execução da pesquisa;
- 3) Apresentar problemas ortopédicos que limite a participação em testes de esforço físico;
- 4) Fazer ou ter feito uso de Esteroides Anabolizantes Androgênicos;
- 5) Fazer uso de medicamentos para perda de peso.

Procedimentos Experimentais: Na primeira sessão foram coletadas as medidas de massa corporal e estatura (Balança de bioimpedância InBody/Estadiômetro de parede Sanny), dados de composição corporal (Inbody 720, Coreia do Sul) e anamnese. Todas as avaliações foram realizadas no mesmo período do dia habitual de treino de cada voluntário para que não haja interferência de diferentes ciclos circadianos (Pavlović et al., 2018; Drust et al., 2005). Após a realização dos testes iniciais os participantes passaram por avaliação nutricional individualizada e de acordo com o seu nível de treinamento e foram acompanhados durante o período de 16 semanas, os participantes tiveram seu plano alimentar ajustado sempre que houver alteração no programa de treinamento (ex. aumento de volume de treino). **Composição Corporal e estatura:** Para a realização da composição corporal foi utilizado o método de Bioimpedância elétrica, para a realização da avaliação (InBody 720, InBody Co. LTD, Coreia do Sul), foi recomendado que os voluntários compareçam ao laboratório de nutrição do Uniceplac em jejum de pelo menos 3h, mantendo sua hidratação habitual (prévio às 3h), urinar antes da realização do protocolo, não utilizar cremes corporais ou objetos ou adereços de metal (*piercing*, brincos, correntes e afins) e estar com roupas leves (shorts e camiseta ou top para mulheres). Para a estatura foi medida por meio de um estadiômetro de parede (Sanny, Brasil) com precisão de 1mm, a medida foi realizada com o participante em posição ortostática com os pés unidos e calcanhares encostados na parede. **Controle Nutricional:** Todos os participantes contaram com uma avaliação e prescrição dietética individualizada realizada pelas autoras do estudo e supervisionadas por professores (devidamente registrados no Conselho Regional de Nutrição) do curso de nutrição no Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (Uniceplac). Para isso foi realizado um recordatório alimentar de 24h dos participantes e com base nessas informações e com as informações advindas da avaliação de composição corporal por bioimpedância e anamnese foi determinada a Energia Adequada proposta por Mota, Nuckols e Smith-Ryan (2019). Para os participantes do GE o protocolo adotado foi o mínimo de disponibilidade energética em 30 kcal por kg de massa magra, 4 a 5g de carboidratos e 1,2 a 1,8g de proteínas por kg de peso respectivamente, para o grupo hipertrofia será adotado 6 a 7g de carboidratos e 1,2 a 1,8g de proteínas por kg de peso respectivamente. **Nutrição Periodizada:** Os participantes dos grupos emagrecimento e hipertrofia terão acompanhamento individualizado e específico de acordo com o objetivo do participante, volume e intensidade do treinamento, sendo devidamente ajustadas a cada alteração de nível ou intensidade de treinamento. Os participantes serão orientados a informar a equipe a cada ajuste do programa de treinamento habitual. **Grupo Controle:** O grupo controle será composto por praticantes de treinamento de força que não faça qualquer tipo de controle nutricional. **Avaliação de Composição Corporal por Bioimpedância:** Para a realização da bioimpedância (InBody 720, InBody Co. LTD, Coreia do Sul), será recomendado que os voluntários compareçam ao laboratório de nutrição do Uniceplac em jejum de pelo menos 3h, mantendo sua hidratação habitual (prévio às 3h), deverão urinar antes da realização do protocolo, não utilizar cremes corporais, não utilizar objetos ou adereços de metal (*piercing*, brincos, correntes e afins) e estar com roupas leves (shorts e camiseta ou top para mulheres).

Análise Estatística: A normalidade e homogeneidade das variâncias dentro dos dados serão avaliadas com os testes de Shapiro-Wilk e Levene, respectivamente. Todos os dados foram expressos em média e desvio padrão ($\pm$). One-way ANOVA de medidas repetidas foi usada para comparações entre e dentro dos grupos com post-hoc de Dunn. O poder estatístico ($1-\beta$) foi calculado a priori para todos os procedimentos considerando alfa de 5% e pequeno efeito ($f = 0,3$). Um alfa de 5% foi usado para determinar significância estatística. Todos os procedimentos foram realizados pelo *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS 20.0) (IBM, EUA).

Resultados e Discussão: Com relação a composição corporal houve diferença significativa apenas no grupo hipertrofia no aumento de massa magra ($p = 0,003$), as demais variáveis não apresentaram mudanças significativas ao longo das 16 semanas de acompanhamento, entretanto para ambos os grupos que realizaram o acompanhamento nutricional apresentaram uma ligeira tendência de melhora no percentual de gordura para os grupos que fizeram o acompanhamento periodizado (Grupo Hipertrofia e Grupo Emagrecimento) e apenas o grupo hipertrofia apresentou tendência de aumento de massa magra após as 16 semanas de acompanhamento nutricional periodizado. Foi revelada diferença estatística apenas na comparação de peso entre os grupos, para os momentos pré e pós, mas, isso não foi um fator determinante que pudesse ser afetado pelos efeitos da intervenção dietética. Essas informações estão apresentadas nas Tabelas 1 e 2.

Tabela 1 – Dados de composição corporal e metabolismo basal do grupo Hipertrofia.

	Hipertrofia (n=8)		Controle (n=7)	
	Pré	Pós	Pré	Pós
Peso (Kg)	68,4 $\pm$ 13,9*	67,2 $\pm$ 13,3*	61,78 $\pm$ 6,6	62,75 $\pm$ 7,6
IMC (cm)	24,2 $\pm$ 2,8	23,8 $\pm$ 2,6	22,3 $\pm$ 2,3	22,6 $\pm$ 1,9
Massa Magra (Kg)	44 $\pm$ 11,2	47,6 $\pm$ 11,1**	44,9 $\pm$ 9	44,4 $\pm$ 10,2
%G	27,5 $\pm$ 8,5	25,7 $\pm$ 8,8	23,1 $\pm$ 8,4	25,5 $\pm$ 8,61
TMB (Kcal)	1435 $\pm$ 247,5	1450 $\pm$ 255,8	1403 $\pm$ 206,5	1389 $\pm$ 234,3

IMC: Índice de Massa Corporal; %G: Percentual de Gordura; TMB: Taxa Metabólica Basal; * Diferença estatística em relação ao grupo controle; ** Diferença estatística em relação ao momento pré.

Tabela 2 – Dados de composição corporal e metabolismo basal do grupo Emagrecimento.

	Emagrecimento (n=7)		Controle (n=7)	
	Pré	Pós	Pré	Pós
Peso (Kg)	82 $\pm$ 11,3*	81,5 $\pm$ 10,8*	61,4 $\pm$ 9,6	61,7 $\pm$ 11,1
IMC (cm)	26,9 $\pm$ 3,2	26,9 $\pm$ 3,3	23,1 $\pm$ 4,6	25,2 $\pm$
Massa Magra (Kg)	62,55 $\pm$ 6,5	63,46 $\pm$ 7	37,2 $\pm$ 5,5	37,7 $\pm$ 5
%G	18,6 $\pm$ 4,6	17,5 $\pm$ 4,8	32,8 $\pm$ 5,9	33,9 $\pm$ 4,1
TMB (Kcal)	1805 $\pm$ 150,1	1821 $\pm$ 154,9	1181 $\pm$ 156,6	1260 $\pm$ 95,6

IMC: Índice de Massa Corporal; %G: Percentual de Gordura; TMB: Taxa Metabólica Basal; * Diferença estatística em relação ao grupo controle.

O objetivo do presente estudo foi comparar diferentes estratégias nutricionais para praticantes de treinamento de força e avaliar variáveis de composição corporal (hipertrofia e Emagrecimento), para isso os participantes foram acompanhados ao longo de 16 semanas. A nutrição desempenha um papel central no sucesso de qualquer programa de treinamento, especialmente quando o objetivo é melhorar a composição corporal. Quando combinada ao treinamento de força, ela promove benefícios significativos, como o aumento da massa magra, a perda de gordura e a otimização do desempenho metabólico. Essa interação não apenas aprimora os resultados estéticos, mas também proporciona ganhos substanciais na saúde geral e na prevenção de doenças crônicas. O ganho de massa magra exige uma abordagem sinérgica entre treinamento e nutrição. Estudos indicam que a ingestão adequada de proteínas,

distribuída ao longo do dia e estrategicamente no período pós-treino, potencializa a síntese proteica muscular. Esse efeito é crucial para a recuperação e para o aumento da massa muscular, proporcionando maior força e resistência ao longo do tempo. Além disso, o consumo combinado de proteínas e carboidratos pode acelerar a reposição de glicogênio e minimizar os danos musculares induzidos pelo treinamento intenso, favorecendo uma recuperação mais eficiente (Kerksick et al., 2017). Quando o objetivo é a perda de peso, a nutrição adequada em conjunto com o treinamento de força garante a preservação da massa magra, um fator essencial para manter a taxa metabólica basal (TMB). Durante uma restrição calórica, o risco de perda de massa magra pode comprometer os resultados a longo prazo. No entanto, dietas com aporte proteico elevado, aliadas ao exercício resistido, têm demonstrado ser eficazes na preservação desse tecido e na maximização da queima de gordura (Stiegler e Cunliffe, 2006). Essa abordagem sustenta um metabolismo ativo, favorecendo não apenas o emagrecimento, mas também a sua manutenção. A melhoria da composição corporal, caracterizada pelo aumento da massa muscular e redução da gordura corporal, reflete diretamente na saúde metabólica. O treinamento resistido estimula adaptações como maior sensibilidade à insulina e redução de marcadores inflamatórios, fatores que contribuem para a prevenção de condições como a síndrome metabólica e o diabetes tipo 2 (Bea et al., 2017). Além disso, indivíduos que mantêm uma composição corporal saudável apresentam menor risco de desenvolver doenças cardiovasculares e outras condições associadas à obesidade (Frączek, Grzelak e Klimek, 2019; João, et al., 2021). A colaboração interdisciplinar entre nutricionistas e profissionais de educação física é fundamental para alcançar esses resultados de forma segura e eficaz. O nutricionista ajusta a ingestão calórica e o consumo de macronutrientes com base nos objetivos e nas demandas energéticas do indivíduo, enquanto o profissional de educação física elabora treinos personalizados que otimizam as respostas ao programa de intervenção. Essa parceria garante que o planejamento seja holístico, considerando tanto a recuperação muscular quanto o suporte nutricional para o desempenho (Conlin et al., 2021). Desse modo, a integração entre nutrição e treinamento de força é indispensável para quem busca não apenas resultados estéticos, mas também uma saúde robusta e sustentável. Estratégias individualizadas e fundamentadas em evidências científicas são a chave para transformar a composição corporal, melhorar a qualidade de vida e reduzir o risco de doenças crônicas. Essa sinergia entre alimentação e exercício deve ser vista como um pilar essencial para o bem-estar físico e metabólico. Apesar de os resultados demonstrarem tendências de melhoria na composição corporal nos grupos submetidos à periodização nutricional, algumas limitações devem ser consideradas. Uma delas está relacionada ao rigor do controle nutricional, especialmente no grupo controle. Por não haver supervisão ou ajustes dietéticos direcionados para esses participantes, não foi possível garantir a manutenção de hábitos alimentares consistentes ao longo do estudo. Essa ausência de controle pode ter influenciado os resultados, reduzindo a capacidade de comparar diretamente os efeitos entre os grupos. Outra limitação refere-se à adesão dos participantes às intervenções propostas. Embora orientações detalhadas tenham sido fornecidas, a dependência de autorrelatos e o monitoramento limitado da dieta podem ter permitido desvios na aplicação prática das estratégias nutricionais. Essas variações individuais, seja na quantidade ou na qualidade da ingestão alimentar, podem ter comprometido a homogeneidade dos dados dentro de cada grupo e, conseqüentemente, os resultados finais. Por fim, é importante reconhecer que a avaliação de bioimpedância, embora amplamente utilizada, está sujeita a variações relacionadas ao estado de hidratação e à preparação dos participantes. A padronização dos protocolos buscou mitigar esses fatores, mas possíveis inconsistências não podem ser descartadas.



Considerações Finais: Os achados deste estudo reforçam o papel essencial da integração entre nutrição e treinamento de força na otimização da composição corporal. Ainda que a hipótese inicial — de que a periodização nutricional promoveria resultados estatisticamente superiores — não tenha sido confirmada com significância robusta em todas as variáveis, observou-se uma tendência positiva em grupos submetidos a estratégias nutricionais individualizadas. Conclui-se, portanto, que a periodização nutricional é uma ferramenta promissora, mas que demanda maior rigor metodológico, controle da adesão e tempo de acompanhamento ampliado para que seus efeitos possam ser mensurados com mais precisão. Recomenda-se a continuidade das investigações com delineamentos mais robustos e amostras ampliadas, privilegiando o trabalho interdisciplinar entre nutricionistas e profissionais de educação física, a fim de potencializar os efeitos sinérgicos entre alimentação e exercício na busca por saúde, desempenho e estética sustentáveis.

Palavras-chave: desempenho; nutrição esportiva; esportes; musculação; hipertrofia; emagrecimento.

REFERÊNCIAS

ABREU, Vitória Gomes et al. A importância da alimentação na hipertrofia. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e431101422041-e431101422041, 2021.

AMBEGAONKAR, Jatin P.; BROWN, Ann F. Nutrition periodization in dancers. **Dance Medicine, An Issue of Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America**, v. 32, n. 1, p. 65-73, 2020.

BEA, Jennifer W. et al. Resistance training effects on metabolic function among youth: a systematic review. **Pediatric exercise science**, v. 29, n. 3, p. 297-315, 2017.

BRASIL, Conselho Nacional de Saúde. Resolução no. 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, 2012 [citado 2014 Mar 11]. Disponível em:
http://www.conselho.saude.gov.br/web_comissoes/conep/index.html Acesso em 04 jan. 2014.
http://www.conselho.saude.gov.br/web_comissoes/conep/index.html

BROOKE, Namrita Kumar; COSIO-LIMA, Ludmila. Nutrition in Cycling. **Physical Medicine and Rehabilitation Clinics**, v. 33, n. 1, p. 159-172, 2022.

BURKE, Louise M. et al. International association of athletics federations consensus statement 2019: nutrition for athletics. **International journal of sport nutrition and exercise metabolism**, v. 29, n. 2, p. 73-84, 2019.

CONLIN, Laurin Alexandra et al. Flexible vs. rigid dieting in resistance-trained individuals seeking to optimize their physiques: A randomized controlled trial. **Journal of the International Society of Sports Nutrition**, v. 18, n. 1, p. 52, 2021.

DRUST, B. W. J., ATKINSON, G., EDWARDS, B., REILLY, T. Circadian rhythms in sports performance an update. **Chronobiol Int**, v.22, n.1, pg. 21-44, 2005.

FRĄCZEK, Barbara; GRZELAK, Andrzej; KLIMEK, Andrzej Tadeusz. Analysis of daily energy expenditure of elite athletes in relation to their sport, the measurement method and energy requirement norms. **Journal of Human Kinetics**, v. 70, n. 1, p. 81-92, 2019.



JEUKENDRUP, Asker E. Periodized nutrition for athletes. **Sports medicine**, v. 47, n. 1, p. 51-63, 2017.

JOÃO, Gustavo A. et al. Acute behavior of oxygen consumption, lactate concentrations, and energy expenditure during resistance training: Comparisons among three intensities. **Frontiers in Sports and Active Living**, v. 3, p. 797604, 2021.

KERKSICK, Chad M. et al. ISSN exercise & sports nutrition review update: research & recommendations. **Journal of the International Society of Sports Nutrition**, v. 15, n. 1, p. 38, 2018.

KRAEMER, W. J. FLECK, S. J. **Otimizando o Treinamento de Força**: Programas de Periodização Não-Linear. São Paulo, Manole, 2009.

MOTA, Jacob A.; NUCKOLS, Greg; SMITH-RYAN, Abbie E. Nutritional periodization: Applications for the Strength athlete. **Strength & Conditioning Journal**, v. 41, n. 5, p. 69-78, 2019.

OLIVEIRA, Ana Flávia et al. Avaliação Nutricional De Praticantes De Musculação Com Objetivo De Hipertrofia Muscular Do Município De Cascavel–Paraná. In: **Colloquium Vitae**. ISSN: 1984-6436. 2009. p. 44-52.

PAVLOVIĆ, Ljubomir et al. Diurnal variations in physical performance: Are there morning-to-evening differences in elite male handball players?. **Journal of Human Kinetics**, v. 63, n. 1, p. 117-126, 2018.

ROTHSCHILD, Jeffrey A.; KILDING, Andrew E.; PLEWS, Daniel J. Prevalence and determinants of fasted training in endurance athletes: a survey analysis. **International journal of sport nutrition and exercise metabolism**, v. 30, n. 5, p. 345-356, 2020.

STELLINGWERFF, Trent; MORTON, James P.; BURKE, Louise M. A framework for periodized nutrition for athletics. **International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism**, v. 29, n. 2, p. 141-151, 2019.

STIEGLER, Petra; CUNLIFFE, Adam. The role of diet and exercise for the maintenance of fat-free mass and resting metabolic rate during weight loss. **Sports medicine**, v. 36, p. 239-262, 2006.

TILLER, Nicholas B. et al. International Society of Sports Nutrition Position Stand: Nutritional considerations for single-stage ultra-marathon training and racing. **Journal of the International Society of Sports Nutrition**, v. 16, p. 1-23, 2019.

WEI, Ryan J. et al. Nutritional strategies for endurance cyclists—periodized nutrition, ketogenic diets, and other considerations. **Current Sports Medicine Reports**, v. 22, n. 7, p. 248-254, 2023.



Sarcopenia: relação com o declínio cognitivo e funcional em idosos

Thalita Lauanna Gonçalves da Silva Ferreira²⁰⁰

Marcus Vinícius Ribeiro Ferreira²⁰¹

Lilia Raquel Magalhães Alves²⁰²

Introdução: O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente, e com ele surgem diversos desafios relacionados à saúde dos idosos. A sarcopenia, caracterizada pela perda progressiva de massa muscular, tem sido amplamente associada a problemas de saúde, incluindo comprometimento cognitivo e declínio funcional. De acordo com Brandão e Almeida (2020), a sarcopenia é um fator de risco para o comprometimento das funções físicas e cognitivas em idosos, sendo um dos principais determinantes da qualidade de vida nessa faixa etária. Estudos anteriores mostram que a perda de massa muscular não afeta apenas a força física, mas também está ligada à cognição e à funcionalidade dos indivíduos mais velhos. A relação entre sarcopenia e declínio cognitivo tem sido bem documentada na literatura. Santos e Silva (2019) destacam que a sarcopenia pode ser um preditor importante do declínio funcional em idosos, afetando suas habilidades de realizar atividades diárias de forma independente. Martins et al. (2018) corroboram essa ideia ao demonstrar que a sarcopenia não apenas reduz a força física, mas também pode levar a problemas de memória e concentração, aspectos cruciais da cognição. Este projeto teve como objetivo principal determinar a associação entre a força muscular e a sarcopenia com o comprometimento cognitivo e o declínio funcional em idosos atendidos no Centro de Práticas do Centro Universitário UNICEPLAC. A relevância deste estudo reside na possibilidade de identificar precocemente esses fatores, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e tratamento, melhorando a qualidade de vida dos idosos. Os objetivos específicos foram: (i) avaliar a força muscular dos idosos atendidos, (ii) verificar a presença de sarcopenia e seu grau, (iii) analisar o comprometimento cognitivo e (iv) investigar o impacto do declínio funcional nessas variáveis.

Metodologia: O trabalho foi conduzido por meio de um estudo prospectivo com amostra não-probabilística, composta por idosos atendidos no Centro de Práticas do Centro Universitário UNICEPLAC. A coleta de dados foi realizada utilizando instrumentos validados na literatura, como questionários de avaliação funcional e escalas de teste cognitivo (ALVES, 2021). A formação de um grupo de pesquisa, o GEPSI (Grupo de Pesquisa de Sarcopenia em Idosos), envolveu docentes e discentes dos cursos de Fisioterapia e Enfermagem, que se reuniram semanalmente para discussões sobre a literatura relacionada ao tema e para o planejamento das coletas nos pacientes. Os dados foram coletados durante visitas semanais aos participantes, seguidas da análise estatística para determinar a associação entre as variáveis estudadas.

Resultados e Discussão: Os dados obtidos revelaram correlações significativas entre a sarcopenia e o comprometimento cognitivo, bem como entre a perda de massa muscular e o declínio funcional nos idosos avaliados. Durante o processo de avaliação, observou-se que os

²⁰⁰ Docente do Curso Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: thalita.ferreira@uniceplac.edu.br

²⁰¹ Docente do Curso Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: marcus.ferreira@uniceplac.edu.br

²⁰² Graduanda do Curso Fisioterapia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: fisio6329@gmail.com

idosos com sarcopenia apresentaram um maior grau de comprometimento cognitivo e funcional, corroborando os resultados de estudos prévios. Brandão e Almeida (2020) observam que a sarcopenia está diretamente relacionada ao declínio das funções físicas e cognitivas, sugerindo que a perda de massa muscular possa ser um marcador precoce de comprometimento cognitivo. Santos e Silva (2019) afirmam que a relação entre sarcopenia e declínio funcional é particularmente preocupante, pois a perda de força muscular pode comprometer a mobilidade e a capacidade de realizar atividades cotidianas de forma independente. O impacto do estudo foi significativo para a comunidade acadêmica, com a apresentação dos resultados em importantes eventos. Primeiramente, o trabalho inicial foi apresentado no Fórum Internacional Sábias Vivências, um evento de destaque no campo da gerontologia, onde o estudo "Avaliação da Relação entre a Sarcopenia e o Comprometimento Cognitivo e Declínio Funcional em Idosos" foi bem recebido e gerou discussões construtivas sobre os cuidados com idosos e as intervenções necessárias para minimizar o impacto da sarcopenia. Além disso, o estudo originou três apresentações na **Jornada de Fisioterapia do Centro Universitário UNICEPLAC**, evento importante para os cursos de Fisioterapia. Essas apresentações contribuíram para o aprofundamento do conhecimento sobre as condições físicas e cognitivas dos idosos, além de gerar debates enriquecedores sobre a importância de uma abordagem multidisciplinar no cuidado a essa população. Do mesmo modo, dois artigos relacionados ao tema estão em fase de submissão para publicação em revistas científicas especializadas. Os estudos são: (1) "Prevalência da síndrome da fragilidade associada ao nível de independência funcional em idosos da clínica escola de Fisioterapia" e (2) "Relação entre Sarcopenia e Risco de queda em idosos atendidos em uma Instituição Privada." Ambos os artigos estão aguardando a apresentação para submissão na revista A Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, o que demonstra a continuidade da pesquisa e o crescente interesse acadêmico por esse campo de estudo.

Considerações Finais: Os resultados obtidos neste estudo confirmaram a hipótese de que a sarcopenia está intimamente relacionada ao comprometimento cognitivo e ao declínio funcional em idosos. A partir da comparação entre os objetivos propostos e os resultados alcançados, é possível concluir que a perda de massa muscular não é apenas um fator físico, mas também afeta diretamente a capacidade cognitiva e funcional dos idosos. Este estudo reforça a importância de intervenções precoces para a manutenção da força muscular e da funcionalidade em idosos, o que pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida e a redução de complicações associadas ao envelhecimento (SANTOS; SILVA, 2019; ALVES, 2021).

Palavras-chave: sarcopenia; comprometimento cognitivo; declínio funcional.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, F. R.; ALMEIDA, T. M. *A relação entre sarcopenia e declínio cognitivo em idosos*. 2. ed. São Paulo: Editora Saúde, 2020.

SANTOS, A. P.; SILVA, C. D. *Impacto da força muscular no funcionalismo de idosos*. Revista Brasileira de Fisioterapia, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 123-132, jul./set. 2019.

MARTINS, L. R. et al. *Sarcopenia e seus efeitos no envelhecimento: uma análise das condições físicas e cognitivas em idosos*. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE GERIATRIA, 10., 2018, Rio de Janeiro. Anais... Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Geriatria, 2018. p. 45-49.



ALVES, J. M. *Métodos de avaliação funcional em idosos*. 1. ed. Porto Alegre: Editora Fisioterapia, 2021.



Psicoterapia de grupo com mulheres adictas

Samuel Pinheiro Leite²⁰³

Soraya Modesto Feitosa de Sousa²⁰⁴

Paulo Henrique Souza Roberto²⁰⁵

Introdução: Neste projeto integrador da disciplina de Ações Integradoras na Comunidade: Grupos de Acolhimento, 2 graduandos em Psicologia, do 8º semestre, decidiram realizá-lo em uma casa de recuperação feminina para dependentes químicos, localizada na cidade de Valparaíso - GO. Esta é uma residência autônoma voltada para o segmento cristão-católico que recebe mulheres adictas em álcool e outras drogas e em situação de rua. O projeto tinha como objetivo criar um grupo terapêutico com as internas dessa instituição, concluído com oito sessões, atendendo as demandas do grupo, como: relação e pensamentos sobre as drogas (lícitas ou ilícitas) e adicção, sofrimento, relação entre internas, maternidade, luto, relacionamento familiar, amoroso, de amizade, feminilidade, abuso, religião, automedicação e suicídio.

Metodologia: Foi estabelecido que ambos os graduandos seriam coordenadores do grupo terapêutico, conduzindo a terapia através das temáticas, dinâmicas e perguntas direcionadas aos membros do grupo. Porém, a cada sessão 1 deles seria o observador fazendo anotações durante a terapia sobre as falas e comportamentos observados. O grupo terapêutico era composto inicialmente por cerca de 11 internas, variando de tamanho e integrantes, pois a casa recebe novos residentes com frequência. Ao finalizar, o grupo estava composto por 8 internas, sendo

7 delas pertencentes à formação original. Se iniciou em 27/09, das 8:30h às 10h, quinzenalmente, com possibilidade de ajustes ao longo do processo. Entre os meses de Setembro e Novembro, totalizaram-se 8 encontros, sendo finalizado no dia 29/11. Devido à alta rotatividade do grupo, foi decidido não estabelecer temáticas fixas para cada encontro, sendo eles adotáveis conforme as demandas surgissem. O espaço coletivo proporciona segurança de expressão, reflexão e construção compartilhada, incentivando o autoconhecimento, a criação de vínculos e a resolução de conflitos. Nesse sentido, o papel dos coordenadores é fundamental, visto que devem conduzir as discussões e oferecer intervenções que favorecessem o desenvolvimento emocional e relacional das participantes, respeitando o tempo de cada uma, suas singularidades e particularidades. Regras foram estipuladas para o funcionamento do grupo, como: livre associação de idéias – os membros do grupo são livres para falar tudo que quiserem, da maneira que quiserem, respeitando umas às outras e evitando interrupções; regra da abstinência – os membros se abstém de comentar com outras pessoas acerca dos assuntos discutidos; regra do amor à verdade – visando autenticidade e franqueza com as questões e com os demais participantes.

Resultados: Segundo Zimerman (1993), os papéis assumidos pelos membros do grupo resultam da integração entre expectativas, necessidades e crenças irracionais, que, ao se combinarem, formam uma fantasia inconsciente comum a todos os integrantes. Um indicador de uma boa evolução grupal é quando os papéis deixam de ser fixos e estereotipados e

²⁰³ Graduando do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: samuel.leite@psico.uniceplac.edu.br

²⁰⁴ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: soraya.sousa@psico.uniceplac.edu.br

²⁰⁵ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br



adquirem uma plasticidade intercambiável. À medida que os papéis forem sendo reconhecidos, assumidos e modificados, os indivíduos vão adquirindo um senso de sua própria identidade, assim como uma diferenciação com a dos demais (Zimerman, 1993). Ao longo das sessões, pôde-se observar que as internas conseguiam discutir as temáticas e perguntas com facilidade, os conflitos eram frequentes, ocorrendo em quase todos os encontros, dos quais eram manejados, não os silenciando mas permitindo que fossem resolvidos dentro do grupo, na presença dos coordenadores. Uma característica marcante do grupo era a formação de alianças (Zimerman, 1993), subgrupos compostos por membros com mais afinidades ou características semelhantes como fatores raciais e de idade. Os coordenadores buscaram trabalhar as resistências do grupo, incentivando o grupo a se perceber como um conjunto integrado, em vez de indivíduos isolados, a compreender as regras estabelecidas, respeitando as falas e participando das discussões. Com o passar do tempo, os coordenadores passaram a ter mais facilidade de manejar o grupo baseando-se na temática da sessão, fazendo as falas circular, participação ativa, direcionando questões a membros específicos ou a uma aliança dentro do grupo. Diante de confissões, reclamações, desabafos e angústias de uma das integrantes, essas questões eram jogadas para o grupo em forma de perguntas, para que, cada uma pudesse expressar suas opiniões e percepções. Quando o apoio verbal não era suficiente perante as questões e expressadas com o choro, por exemplo, o grupo mobilizou-se a consolar umas às outras, seja com abraços, identificação e ou palavras de afeto e/ou encorajamento. Houve uma notável mudança no olhar de cuidado e atenção, com uma redução nos julgamentos e nas falas desrespeitosas. Esse progresso contribuiu para a criação de um ambiente mais acolhedor e propício para a convivência harmônica entre elas. Ao final dos encontros, as participantes revisitaram e compartilharam suas percepções sobre a experiência na psicoterapia em grupo. Destacaram a importância de aprender a lidar umas com as outras de maneira respeitosa, promovendo um espaço de compreensão mútua.

Considerações Finais: Para concluir, percebe-se a importância da psicoterapia grupal para pessoas adictas. Esse tipo de terapia proporciona compreensão, identificação e criação de vínculos entre os membros e terapeutas. Além disso, estabelece um ambiente propício para a fala e escuta, oferece suporte de uma nova rede de apoio e atende às demandas terapêuticas do grupo. A atividade proporcionou uma experiência positiva para todas as participantes, incluindo os coordenadores, que adquiriram novos aprendizados, oportunidades, diretrizes e um amadurecimento tanto profissional quanto pessoal. A equipe de gestão da instituição manifestou profunda gratidão pela presença, participação e assiduidade dos estudantes, acreditando que foi possível semear o companheirismo e empatia entre as internas.

Palavras chaves: psicoterapia; grupos; mulheres adictas.

REFERÊNCIAS

AQUINO, Nayara Cristiny Gonçalves e SEI, Máira Bonafê. **Fatores terapêuticos em grupos abertos: um estudo qualitativo.** PePsi, *Vínculo* [online]. 2020, vol.17, n.1, pp.97-118. ISSN 1806-2490. Disponível em: <https://doi.org/10.32467/issn.199821492v17n1p97-118>.

ZIMERMAN, David Epelbaum. **Fundamentos Básicos das Grupoterapias.** Porto Alegre: Artes Médicas Sul LDTA, 1993. P. 55 - 166.



Relato de experiência: vivência no grupo de acolhimento do CAPS AD – Flor de Lótus - Santa Maria/Df

Paulo Henrique Souza Roberto²⁰⁶

Pâmella Gregório de Araujo²⁰⁷

Maria Eduarda Conceição Gois dos Santos²⁰⁸

Introdução: Este trabalho foi desenvolvido na instituição de assistência a saúde mental CAPS AD – Flor de Lótus, localizada em Santa Maria – DF, com o objetivo de analisar e relatar a experiência da integração das alunas nos grupos terapêuticos com pessoas em tratamento para dependência de substâncias. Trata-se de uma pesquisa qualitativa e bibliográfica, que busca compreender os efeitos e os processos terapêuticos envolvidos no tratamento dos pacientes atendidos na unidade. Foram realizados seis encontros na modalidade de grupos terapêuticos, nos quais os participantes foram acompanhados e observados, e as dinâmicas de grupo foram analisadas com base nas teorias de grupo, com o intuito de identificar e compreender os fenômenos psicológicos e sociais que se manifestaram durante as sessões. A teoria dos grupos, como proposta por Bion (1961) e Pichon-Rivière (2005), sugere que as interações sociais e a convivência em grupo são fundamentais para o desenvolvimento pessoal. Essas dinâmicas podem ser vistas como recursos terapêuticos para enfrentar dificuldades psíquicas, favorecendo a reflexão e o apoio mútuo. No CAPS AD de Santa Maria – DF, os seis encontros ocorreram com temáticas variadas, e o objetivo foi observar na prática os conteúdos ministrados em sala de aula e contribuir para a saúde, a redução de danos, a reabilitação e a melhoria da qualidade de vida dos participantes. O grupo "Conexão", composto por 18 pessoas com idades que variam entre 18 e 60 anos, é heterogêneo e formado por indivíduos em processo de abstinência de substâncias como drogas e álcool. A coordenação do grupo foi realizada por duas profissionais capacitadas, com o apoio das discentes, criando um ambiente de apoio e colaboração entre os participantes. As coordenadoras desenvolveram planos terapêuticos focados em temas como a tristeza, a redução de danos e o fortalecimento do protagonismo dos participantes. As atividades realizadas incluíram práticas como meditação e reflexão sobre as "Mensagens da Vida", que visam contribuir para o processo de recuperação dos participantes. O grupo "Conexão" tem como principal objetivo ajudar os participantes a se reconectarem com a realidade, livre do uso de substâncias químicas, e proporcionar um espaço de apoio durante o processo de recuperação. Como uma parte importante do cuidado na atenção secundária, o grupo visa proporcionar um ambiente terapêutico acolhedor, onde os participantes possam reiniciar suas vidas, sem a dependência de drogas ou álcool, e assim, resgatar sua autonomia e bem-estar.

Metodologia: As abordagens relacionadas a teoria dos grupos desenvolvida por Pichon-Rivière (2005), se fizeram presentes em nosso trabalho com os pacientes. Essas metodologias foram fundamentais para o processo terapêutico e para o desenvolvimento das dinâmicas de grupo, permitindo-nos compreender mais profundamente as complexidades convívio grupal.

Durante os encontros, foram feitas aplicações de técnicas como arteterapia e meditação, que

²⁰⁶ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

²⁰⁷ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: pamella.araujo@psico.uniceplac.edu.br

²⁰⁸ Graduanda do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: maria.gois@psico.uniceplac.edu.br

favorecem a expressão emocional, essas técnicas podem ser usadas na modalidade dos “grupos operativos”, onde os participantes simbolizam através da arte emoções como raiva, tristeza e medo (PICHON RIVIÈRE, 2005). Foi utilizado como método a escuta ativa e a mediação de conflitos. A escuta ativa, segundo (ROGERS CARL, 2009) é uma forma de escuta empática que envolve aceitação incondicional do outro, sem julgamentos. Essa atitude faz com que a pessoa se sinta verdadeiramente compreendida. No contexto do grupo, essa prática foi essencial para criar vínculos de confiança entre os participantes, especialmente por se tratar de um ambiente marcado por vulnerabilidade emocional. Como mediadoras, nossa função era estar atentas aos conflitos que surgiam no grupo, especialmente considerando o contexto de dependência e as experiências traumáticas dos participantes. A teoria de Pichon-Rivière (2005) reforça que o mediador deve atuar para facilitar a comunicação e garantir um ambiente seguro, em que os participantes possam se expressar sem medo de julgamento. Ao longo da experiência, percebemos que nossa atitude empática favoreceu um espaço de acolhimento, cujo foi fundamental para que todos se sentissem ouvidos e respeitados. Para Pichon-Rivière (2005), embora não utilize o termo “empatia” diretamente, o coordenador do grupo deve adotar uma postura compreensiva e receptiva, capaz de acolher tanto os conteúdos explícitos quanto os implícitos das falas dos participantes. Essa escuta sensível possibilita a elaboração das ansiedades grupais e fortalece os vínculos, criando um ambiente seguro para o desenvolvimento emocional e relacional do grupo. Através das atividades propostas, como a arte terapia e as reflexões emocionais, os participantes foram incentivados a tomar decisões sobre suas próprias vidas e a se tornar mais autossuficientes em seu caminho de recuperação.

Durante sete encontros no CAPS AD – Flor de Lótus, foram desenvolvidas atividades terapêuticas voltadas à expressão e manejo das emoções. O grupo iniciou com dinâmicas de apresentação e escuta ativa para promover integração. Em seguida, sentimentos como raiva, alegria, medo e nojo foram explorados por meio de arte terapia, partilhas, meditação e exercícios lúdicos. As atividades estimularam o autoconhecimento, a autorregulação emocional e a construção de vínculos entre os participantes.

Resultados e Discussão: As pessoas que se encontram em condição de dependência precisam de atenção voltada para as tensões, negações e revoltas que podem surgir. Nesse sentido, utilizamos os pressupostos da autora Carmem Andaló (2005), que teoriza sobre a dinâmica de grupos, tensões e conflitos, além de estratégias para gerenciar essas tensões e conflitos, e seu impacto no desempenho. O mediador de grupo deve agir com empatia e saber ouvir as pessoas. Ele também precisa cuidar das dinâmicas do grupo. O coordenador tem três funções principais: facilitar as conversas, mediar conflitos e orientar o grupo. Ele deve ajudar a criar um ambiente seguro e acolhedor. Quando surgem tensões ou conflitos, é responsabilidade dele intervir de forma neutra (ANDALÓ, 2005). Na pesquisa de Menezes e Pegoraro (2019), as principais dificuldades que o mediador pode encontrar nessa modalidade grupal incluem a imposição de regras. Algumas pessoas nessa condição têm dificuldade em seguir as normas estabelecidas para a ordem grupal, o que pode levar à evasão após poucos dias de tratamento. O relato de uma das coordenadoras do grupo do CAPS AD de Santa Maria foi justamente esse: muitas vezes, os participantes se sentem coagidos, revoltados e contrariados, e alguns deles não retornam para completar o ciclo do tratamento proposto. Outra dificuldade encontrada nos grupos com esse público é a delicadeza dos conteúdos pessoais dos participantes. Alguns possuem problemas muito sensíveis para tratar em terapia grupal; o conteúdo muitas vezes é denso e difícil de manejar em um contexto coletivo (MENEZES; PEGARO, 2019). Essa teoria é confirmada pelas coordenadoras do CAPS AD, que, ao serem questionadas sobre qual intervenção era utilizada nesses casos, relataram que direcionam os participantes para a psicoterapia individual. No entanto, essa opção ainda é limitada, pois a

instituição conta apenas com dois psicólogos, e apenas um deles realiza a psicoterapia individual. Ainda sobre as semelhanças nos problemas encontrados, destaca-se a condução grupal por profissionais que não possuem formação em psicologia (MENEZES; PEGORARO, 2019). As coordenadoras do Grupo Conexão têm formação em enfermagem, o que não deslegitima sua competência, mas para realizar um plano terapêutico adequado, é necessário ter fundamentos metodológicos coerentes. As demandas que emergem nos grupos, conforme destacado por Menezes e Pegoraro (2019), incluem preocupações familiares, medo de não conseguir viver sem substâncias, preconceitos sociais e um sentimento de aprisionamento em relação aos transtornos mentais. Esse fenômeno foi claramente observado durante a visita das discentes, onde os participantes expressavam queixas relacionadas a suas relações familiares e problemas de violência doméstica. A sensação predominante entre eles era de estarem presos a uma realidade da qual se sentiam incapazes de escapar, como se fossem destinados a essa condição. Essa perspectiva revela não apenas o impacto das dificuldades emocionais e sociais, mas também a falta de recursos e apoio para transformar suas situações. Apesar das dificuldades encontradas, as coordenadoras se empenham em elaborar um plano terapêutico para todos os encontros, com atividades variadas e temas que identificam como pertinentes para trabalhar com o grupo. E, mesmo diante de tantos desafios, foi possível observar o interesse e o envolvimento dos participantes, que ao final das sessões expressaram sentimentos de gratidão, alegria e satisfação. **Proposta de Intervenção:** Propõe-se a implementação de um fluxo prioritário de atendimento psicoterapêutico na Clínica Escola do CIEPSI para os usuários do CAPS-AD encaminhados por meio do projeto de extensão, incluindo também seus familiares. A intervenção visa garantir acesso facilitado a psicoterapia, com foco não apenas no tratamento de questões relacionadas ao uso de álcool e outras drogas, mas também no acolhimento e manejo das demandas individuais de cada sujeito. Para viabilizar essa proposta, sugere-se a presença fixa de uma discente no CAPS e outra no CIEPSI, em dias pré-estabelecidos da semana, de forma a assegurar a continuidade e a articulação dos atendimentos entre os serviços. Esta medida busca fortalecer a rede de cuidado e promover uma escuta qualificada, centrada na singularidade dos usuários e de seus contextos familiares. Para assegurar a efetividade da proposta, recomenda-se a definição de critérios claros de prioridade no momento da triagem, a fim de evitar a sobrecarga da clínica escola e garantir que os casos mais urgentes recebam atenção adequada. Além disso, é fundamental incluir um mecanismo de avaliação periódica da intervenção, por meio de supervisões clínicas e coleta de feedback dos usuários, permitindo ajustes contínuos no processo. Por fim, a criação de protocolos de comunicação entre o CAPS e o CIEPSI é essencial para garantir a fluidez dos encaminhamentos e evitar ruídos ou perdas de informação no fluxo entre os serviços.

Considerações Finais: Ao longo do período de participação das discentes no CAPS AD de Santa Maria, a percepção sobre a instituição e seus serviços foi significativamente transformada. Inicialmente, havia a expectativa de que a coordenação dos grupos terapêuticos fosse exclusiva dos psicólogos, dado o seu treinamento específico. No entanto, a prática revelou que, para a eficácia do atendimento, é imprescindível a atuação de uma equipe multidisciplinar. Enfermeiros, assistentes sociais e outros profissionais, com suas formações e competências diversas, desempenham papéis essenciais no processo terapêutico. Tal experiência evidenciou a necessidade de uma colaboração integrada entre diferentes áreas da saúde, a fim de proporcionar um cuidado eficaz no contexto do CAPS. Durante a vivência, foi possível perceber que a dependência de substâncias configura um fenômeno complexo, que transcende as questões fisiológicas, envolvendo também aspectos emocionais e sociais significativos. Ao trabalhar com grupos compostos por indivíduos em processo de abstinência de álcool e drogas, as discentes testemunharam as tensões e resistências que emergem

naturalmente em um contexto terapêutico, especialmente quando os participantes enfrentam sofrimento e traumas relacionados a dependência e a família. Entretanto, as discentes também se depararam com desafios importantes, como a resistência de alguns participantes em aderir as regras estabelecidas para o grupo, o que em determinadas situações, comprometeu o andamento do tratamento. Observou-se que, em alguns momentos, as coordenadoras do grupo foram prejudicadas pela falta de recurso da própria instituição, como a superlotação nas salas, o que pode ter limitado uma intervenção mais específica. Além disso, a escassez de profissionais qualificados para o atendimento individualizado dos participantes representou um obstáculo relevante para a abordagem das questões pessoais e emocionais mais complexas de cada indivíduo. Apesar dessas dificuldades, o CAPS AD de Santa Maria se revelou uma instituição essencial dentro da rede de apoio à saúde mental, desempenhando um papel crucial na prevenção de danos mais graves à saúde física e emocional dos pacientes e suas famílias. As atividades terapêuticas realizadas, como arte terapia, meditação e discussões sobre temas emocionais, demonstraram ser eficazes para engajar os participantes e proporcionar um ambiente colaborativo e terapêutico que favoreceu o crescimento e o desenvolvimento pessoal. Essa vivência foi uma oportunidade para que as discentes pudessem aplicar na prática as teorias discutidas em sala de aula, especialmente aquelas relacionadas ao funcionamento dos grupos terapêuticos. O contato direto com os pacientes e com a equipe de profissionais permitiu uma compreensão mais aprofundada da dinâmica grupal, do papel do mediador e da importância de técnicas como a escuta ativa e a mediação de conflitos no contexto terapêutico. Além disso, a experiência desafiou as discentes a refletirem sobre o estigma relacionado aos serviços de saúde mental e sobre a importância de promover a inclusão social dos pacientes, facilitando sua reintegração na sociedade. Contudo, a vivência evidenciou que, para promover uma saúde mental mais inclusiva e eficaz, é necessário um trabalho colaborativo e humanizado, que considere tanto as necessidades individuais quanto coletivas dos pacientes. A experiência reforçou a importância da construção de vínculos terapêuticos baseados na empatia, na escuta e no respeito, elementos fundamentais para o sucesso no tratamento e para a promoção de uma sociedade mais acolhedora e menos estigmatizante.

Palavras-chave: acolhimento; saúde mental; grupos operativos.

REFERÊNCIAS

ANDALO, Carmen. **Mediação de grupos**. São Paulo: Editora Ágora, 2006.

BION, Wilfred. **Experiências em grupos e outros trabalhos**. Londres: Tavistock Publications, 1961.

MENEZES, Giovanna Paula; PEGORARO, Renata Fabiana. **Panorama das atividades grupais desenvolvidas em centros de atenção psicossocial (2006–2016)**. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2019, 39: e189050.

RIVIÈRE, Pichon. **O processo grupal**. Rio de Janeiro: Editora Martins Fontes, 2005.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se pessoa: um olhar sobre a psicoterapia sob a perspectiva humanista**. Tradução de Maria da Graça Machado. São Paulo: Martins Fontes, 2009.



Grupo de Acolhimento em Lares Vulneráveis: uma análise prática e teórica de dinâmicas em grupos terapêuticos com idosos e mulheres em reabilitação

Giovanna Brigato Mesquita Nunes²⁰⁹
 Joel Jonatan Ferreira da Silva²¹⁰
 Kaio Vinícius Guedes da Silva²¹¹
 Larissa da Silva Costa²¹²
 Manuela Schweickardt Costa²¹³
 Marisa Fonseca de Jesus²¹⁴
 Tainá Regia Silva Rodrigues²¹⁵
 Paulo Henrique Souza Roberto²¹⁶

Introdução: Este trabalho apresenta reflexões e aprendizados decorrentes de vivências realizadas em dois espaços de acolhimento: o Vital Lar – uma instituição de longa permanência para idosos, localizada no Gama (DF), e a Associação Mãe do Novo Homem, situada em Valparaíso (GO), que acolhe mulheres em processo de recuperação da dependência química. As visitas fizeram parte das atividades práticas da disciplina “Grupos: Teorias e Técnicas” e tiveram como foco a observação e análise de dinâmicas em grupos terapêuticos. Com base em autores como Amarante (2007), que destaca os grupos como espaços de transformação e subjetivação, e Pichon-Rivière (1998), que propõe os grupos operativos como instrumentos de aprendizagem e troca, este estudo buscou compreender como a convivência e o compartilhamento em grupo podem fortalecer emocionalmente os indivíduos em contextos de vulnerabilidade. **Objetivo:** Investigar, por meio da análise de dinâmicas grupais, de que maneira as interações em grupo podem contribuir para o desenvolvimento emocional, social e psicológico das pessoas acolhidas nas instituições visitadas.

Metodologia: O estudo foi conduzido por meio de visitas técnicas e intervenções breves nas duas instituições mencionadas. As estratégias utilizadas incluíram: Observação participante: acompanhamento atento das relações interpessoais e do ambiente institucional; Entrevistas informais: diálogos espontâneos com os participantes, que permitiram captar suas histórias, sentimentos e percepções; Dinâmicas grupais: atividades como rodas de conversa e brincadeiras, pensadas para estimular vínculos e favorecer a expressão emocional. Toda a proposta foi guiada por uma perspectiva sensível às singularidades dos sujeitos, valorizando o acolhimento e o espaço da escuta.

²⁰⁹ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: giovannabmn@gmail.com

²¹⁰ Graduando do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: joel.jonatan12@gmail.com

²¹¹ Graduando do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: Kaiogds159@gmail.com

²¹² Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: larissacost30@gmail.com

²¹³ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: manu.estrela@outlook.com

²¹⁴ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: marisafonsecadejesus@hotmail.com

²¹⁵ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: taina.06rodrigues@gmail.com

²¹⁶ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

Resultados e Discussão: Vital Lar: Lar de Idosos: A convivência com os idosos revelou o quanto a escuta ativa e o espaço de fala são fundamentais para o bem-estar emocional. A roda de conversa promovida durante o segundo encontro mostrou-se especialmente potente: muitos idosos relataram memórias, afetos e experiências que, muitas vezes, permanecem silenciadas no dia a dia institucional. Casos como o da Dona Margarida, que enfrenta os desafios do Alzheimer, demonstraram que mesmo diante de limitações cognitivas, a ludicidade e o afeto ainda conseguem promover alegria e conexão. Já Seu Joaquim, que apresenta sinais de depressão, encontrou no grupo um espaço seguro para falar de medos e mágoas, revelando o potencial transformador da escuta empática. As observações feitas confirmam o que autores como Bleger (1984) apontam: o grupo não apenas acolhe, mas também possibilita a reorganização emocional e simbólica dos participantes. Associação Mãe do Novo Homem: A visita à instituição de reabilitação feminina foi marcada por relatos profundos e emocionantes. As participantes, inicialmente reservadas, foram aos poucos se abrindo e compartilhando suas histórias de luta, superação e dor. A troca entre elas e o grupo visitante construiu um ambiente de apoio, respeito e acolhimento mútuo. Assuntos como relações familiares, fé, recaídas e expectativas futuras emergiram com força, evidenciando que o grupo, quando bem conduzido, pode ser um espaço terapêutico de grande valor. A experiência vivida ali reforça a importância de práticas que respeitem o tempo e a singularidade de cada sujeito.

Considerações Finais: As intervenções realizadas demonstraram de forma clara o impacto positivo que as dinâmicas em grupo podem ter sobre pessoas em situação de vulnerabilidade. Seja entre os idosos, seja entre as mulheres em reabilitação, os encontros possibilitaram não só momentos de escuta e expressão, mas também de construção de sentidos. A vivência prática revelou que o grupo pode ser um espaço potente para a elaboração de vivências difíceis, fortalecimento da autoestima e ressignificação de histórias de vida. Mais do que uma técnica, trata-se de um modo ético, sensível e comprometido de cuidar do outro. O estudo destaca, ainda, a importância da formação teórica aliada à prática humanizada, mostrando que o psicólogo, ao atuar com ética e empatia, pode contribuir de forma significativa para processos de transformação subjetiva e social.

Palavras-chave: grupos terapêuticos; acolhimento institucional; idosos e mulheres.

REFERÊNCIAS

MARANTE, Paulo. Saúde mental e assistência psicossocial no Brasil: a revolução do SUS. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

FREUD, Sigmund. Psicologia das massas e análise do eu. Rio de Janeiro: Imago, 1998.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Saúde Mental: Atenção psicossocial no SUS. Brasília, 2015. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_saude_mental.pdf. Acesso em: 30 nov. 2024.

NERY, Maria da Penha; GANDOLFO CONCEIÇÃO, Maria Inês. Intervenções grupais: o psicodrama e seus métodos. 1. ed. São Paulo: Ágora, 2012.

SILVEIRA, José. Psicoterapia de grupo: a teoria e a prática da intervenção psicanalítica em grupos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2009.

YALLON, A. Técnicas de terapia de grupo: princípios e métodos. São Paulo: Loyola, 2012.



Relato de experiência: grupo família – CAPS AD: desafios e impactos na dinâmica familiar de pessoas adictas

Anna Clara Macedo Madeira Soares²¹⁷

Mateus Reis Cintra²¹⁸

Paulo Henrique Souza Roberto²¹⁹

Introdução: O objetivo do projeto foi acompanhar e descrever as atividades propostas pelo Centro de Atenção Psicossocial para tratamento de Álcool e outras Drogas – CAPS AD II, uma instituição especializada em saúde mental, voltada para indivíduos que enfrentam condições severas e duradouras resultantes do consumo de álcool e outras substâncias. O CAPS AD II possui caráter aberto e comunitário, acolhendo pessoas com demandas espontâneas ou encaminhadas por outro dispositivo da Rede de Saúde ou da Rede Intersetorial (Assistência Social, Educação, Judicial). O público-alvo são pessoas maiores de 16 anos, que apresentam sofrimento psíquico decorrente do uso nocivo e dependência de álcool e outras drogas. Foram estipulados diversos encontros operativos e presenciais com os diferentes públicos atendidos, com atividades destinadas e personalizadas de acordo com as demandas dos grupos que recebem atendimento.

Metodologia: A proposta de um grupo operativo se baseia na ideia de que a interação e a troca de vivências entre os usuários são essenciais para a construção de um espaço seguro, onde possam expressar suas dificuldades e buscar soluções coletivas. As atividades foram conduzidas pelas orientadoras e condutoras da terapia em grupo, do grupo família, e estruturadas com base em princípios da terapia comunitária integrativa e técnicas que favorecem a comunicação, o desenvolvimento da empatia e a autorreflexão. Entre as técnicas utilizadas, destacam-se: rodas de conversa, mindfulness e a escuta ativa.

Resultados e Discussão: A atuação dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) no apoio às famílias de usuários de álcool e outras drogas é de extrema importância para a promoção da saúde mental e a reintegração social desses indivíduos. A implementação de grupos operativos no CAPS deve considerar as singularidades de cada usuário e o contexto familiar, visando um cuidado mais inclusivo e personalizado. Os profissionais de saúde são incentivados a atuar como facilitadores, criando um ambiente acolhedor e propício para a discussão e a reflexão. Essa abordagem permite que os participantes valorizem a experiência de compartilhar suas histórias e sentimentos, contribuindo significativamente para a redução do estigma associado ao uso de substâncias e para a construção de uma rede de apoio sólida e eficaz. A troca de experiências entre os participantes dos grupos operativos é um aspecto fundamental, pois permite que os usuários se sintam menos isolados em suas lutas. Essa interação promove um senso de pertencimento e compreensão mútua, fortalecendo os laços sociais e emocionais. Além disso, a abordagem dos CAPS visa não apenas o tratamento individual, mas também o fortalecimento do núcleo familiar, reconhecendo a importância do apoio familiar no processo de recuperação. Os grupos operativos também oferecem um espaço seguro para a expressão de emoções e a discussão de estratégias de enfrentamento, o

²¹⁷ Graduanda do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: anna.soares@psico.uniceplac.edu.br

²¹⁸ Graduando do Curso Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: mateus.cintra@psico.uniceplac.edu.br

²¹⁹ Docente do Curso de Psicologia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC. E-mail: paulo.roberto@uniceplac.edu.br

que é essencial para o desenvolvimento de habilidades de resiliência e autocuidado. A abordagem multidisciplinar dos CAPS, que inclui psicólogos, assistentes sociais, terapeutas ocupacionais e outros profissionais, garante um atendimento integral e humanizado. Para garantir a continuidade e a eficácia do projeto, é essencial implementar um sistema de avaliação contínua, utilizando questionários de satisfação, entrevistas individuais e grupos focais para monitorar o progresso dos participantes e identificar áreas de melhoria. Além disso, programas de capacitação contínua para os profissionais envolvidos são cruciais para manter as melhores práticas e técnicas terapêuticas atualizadas. Estabelecer parcerias com outras instituições e organizações comunitárias pode ampliar o alcance do projeto e fornecer um suporte mais abrangente aos participantes. Realizar estudos longitudinais, incluindo abordagens qualitativas e quantitativas, é fundamental para avaliar os impactos a longo prazo dos grupos operativos na dinâmica familiar e na reintegração social dos usuários. A utilização de tecnologias digitais, como plataformas online e aplicativos móveis, pode facilitar a comunicação e o acompanhamento dos participantes, especialmente em situações em que o acesso presencial é limitado. Os profissionais de saúde devem atuar como facilitadores, criando um ambiente acolhedor que promova a discussão e a reflexão, permitindo que os participantes compartilhem suas histórias e sentimentos, reduzindo o estigma associado ao uso de substâncias e construindo uma rede de apoio sólida e eficaz. Em resumo, a atuação dos CAPS no apoio às famílias de usuários de álcool e outras drogas é crucial para a promoção da saúde mental e a reintegração social. A implementação de grupos operativos, considerando as singularidades de cada usuário e o contexto familiar, promove um cuidado mais inclusivo e eficaz, contribuindo para o bem-estar e a qualidade de vida dos usuários e suas famílias.

Considerações Finais: As atividades realizadas no CAPS AD II evidenciaram o potencial transformador dos grupos operativos tanto para os usuários quanto para suas famílias. Pôde-se perceber que, através das atividades propostas pelas condutoras das terapias, foi fornecido um espaço seguro para a expressão genuína de cada participante, onde eles se acolhiam e também se ajudavam, fornecendo relatos de suas vivências e experiências de vida. Desse modo, foi possível verificar a eficácia do grupo na socialização e amparo psicológico das famílias.

Palavras-chave: álcool; drogas; dependência; família.

REFERÊNCIAS

ZIMERMAN, D. E. Fundamentos Básicos das Grupoterapias. [s.l.] Artmed, 1 janeiro, 2000.

VINCHA, K. R. R.; SANTOS, A. DE F.; CERVATO-MANCUSO, A. M.

Planejamento de grupos operativos no cuidado de usuários de serviços de saúde: integrando experiências. *Saúde em Debate*, v. 41, n. 114, p. 949–962, 2017.

CASSOL, P. B. et al. Tratamento em um grupo operativo em saúde: percepção dos usuários de álcool e outras drogas. *Revista gaúcha de enfermagem*, v. 33, n. 1, p. 132–138, 2012.

SOARES, S. M.; FERRAZ, A. F. Grupos operativos de aprendizagem nos serviços de saúde: sistematização de fundamentos e metodologias. *Escola Anna Nery*, v. 11, n. 1, p. 52– 57, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Diretrizes para o tratamento de transtornos relacionados ao uso de substâncias. Genebra: OMS, 2021.





BRASIL. Ministério da Saúde. Política do Ministério da Saúde para a Atenção Integral a Usuários de Álcool e Outras Drogas. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

