



## Projeto de Extensão Universitária “PICS Auto Cuidado para se Viver Bem” na Universidade Estadual de Goiás, Campus Ceres: Relato de Experiência

**Shirley Kellen Ferreira<sup>1</sup> (PQ)\*; Aline Alves Amorim<sup>1</sup> (IC); Mateus Gomes Beltrão<sup>1</sup> (IC); Gislene Candido Nunes<sup>1</sup> (IC); Larissa Oliveira Souza Moreira<sup>1</sup> (IC); Liza Bianca Chimenes Martins<sup>1</sup> (IC).**

<sup>1</sup>Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres. Endereço: Rua Lucas Marcelino dos Santos Qd. 34 Lt. 3, Setor Curumim. CEP: 76300-000. Ceres – GO.

\*shirley-kellen@hotmail.com

Resumo: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos que promovem atendimento holístico ao paciente, englobando o seu completo ser biopsicossocial espiritual e energético, tendo como base a escuta acolhedora, o desenvolvimento de vínculo no binômio terapeuta-paciente e a integração do ser humano ao seu ambiente. O projeto de extensão “PISC Autocuidado para se Viver Bem” objetivou divulgar e estimular o conhecimento e a formação dos acadêmicos do Curso de Enfermagem da UEG Campus Ceres quanto as PICS, por meio do desenvolvimento das mesmas no meio acadêmico, melhorando seu autocuidado. O projeto vem proporcionando uma aproximação pessoal e profissional do acadêmico com as PICS, contribuindo para uma formação holística e humanizada, ofertando concomitantemente possibilidades de favorecer seu autocuidado enquanto acadêmico e de favorecer sua consciência social e política. Segue buscando formação de terapeutas holísticos com o intuito de promover o auto cuidado e a promoção de saúde dos pacientes e comunidade em geral, bem como promovendo saúde junto a mais e mais membros da comunidade interna do Campus. E, após esse período de execução, e frente aos anseios dos acadêmicos, pretende-se reeditar o mesmo, ampliando-se o escopo da ação e voltando-a para a assistência direta a comunidade.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares. Medicina Alternativa. Enfermagem. Saúde Coletiva. Saúde Mental.

### Introdução

Brasil (2015) alega que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos que promovem um atendimento holístico ao paciente, englobando o seu completo ser biopsicossocial espiritual e energético. As PICS tem

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





como base a escuta acolhedora, o desenvolvimento de vínculo no binômio terapeuta-paciente e a integração do ser humano em seu ambiente e sociedade. São usadas tecnologias seguras e eficazes que visam a estimular mecanismos naturais de cura, prevenção e recuperação da saúde.

Apesar de algumas práticas serem milenares, há menos de 30 anos que as mesmas vem ganhando força e visibilidade na região ocidental, atraindo olhares de profissionais, que visam um melhor atendimento aos seus paciente; da comunidade científica, que visa a elaboração de artigos científicos e pesquisas com intuito de utilizá-las cada vez mais de forma segura e eficaz; de instituições governamentais em busca de redução de gastos em tecnologias de alta complexidade e investimento na atenção básica; e da sociedade em geral, que procura técnicas menos agressivas e menos invasivas (SILVA; SALLES, 2011).

Andrade; Costa (2010) afirmam que “o campo das práticas integrativas, alternativas ou complementares em saúde no Brasil contemporâneo constitui fenômeno de crescente visibilidade”, e é nesse sentido, apoiando-se na necessidade de efetivação do princípio da integralidade no SUS e atendendo as diretrizes da Organização Mundial de Saúde (OMS) para implantação das medicinas tradicionais, alternativas e complementares nos sistemas nacionais de saúde (HABIMORAB, 2015) que, em maio de 2006, o governo brasileiro normatizou, por meio da Portaria nº 971 do Ministério da Saúde, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS) atendendo a anseios de movimentos que já ocorriam dentro do SUS (BRASIL, 2006).

Assim, com a meta de possibilitar aos alunos do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Goiás, Campus Ceres, uma aproximação pessoal e profissional com as PICS, contribuindo para uma formação profissional holística e humanizada, ofertando concomitantemente possibilidades de favorecer seu autocuidado enquanto acadêmico e de favorecer sua consciência social e política é que o projeto de extensão “PICS Autocuidado para se viver bem” foi elaborado e implementado.

## Resultados e Discussão

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





O Projeto de Extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, de autoria da Professora Shirley Kellen Ferreira, idealizadora da ação, teve início no primeiro semestre de 2019, no mês de fevereiro, com o objetivo geral de divulgar e estimular o conhecimento e a formação dos acadêmicos do Curso de Enfermagem da UEG Campus Ceres quanto as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), por meio do desenvolvimento das mesmas no meio acadêmico, melhorando seu autocuidado.

Com este enfoque o projeto de extensão contou com a colaboração de outras duas professoras do Curso de Enfermagem: Thallita de Freiras Ramos e Rayane da Penha Eugênio de Oliveira. Os encontros ocorreram semanalmente, as quintas-feiras, das 17:00 as 19:00 horas, com uma participação em média de 30 acadêmicos do Curso de Enfermagem.

Foram realizadas ações nos seguintes formatos: rodas de conversas, grupos de estudos, debates, palestras, minicursos, cursos, participação em Simpósio, e, ainda, atendimento em algumas práticas integrativas e complementares. Cada uma das ações foram divulgadas através de redes sociais, na internet

Observou-se uma boa adesão dos discentes do Curso de Graduação em Enfermagem ao projeto. Bem como alcançou-se uma boa aceitação dos demais docentes do campus e ainda construiu-se uma rede de colaboradores externos ao projeto, que revezaram-se durante o semestre na contribuição. Nos primeiros encontros houveram discussões sobre a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), sendo abordadas muitas das 29 práticas que são ofertadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Tais momentos contaram, ainda, com a participação de um colaborador externo a ação, o terapeuta e psicólogo Kássio Kran.

Por meio destes encontros semanais realizou-se a reflexão com os participantes sobre o cuidado holístico ao indivíduo e família; sobre a abordagem de algumas das práticas integrativas e complementares e seu benefício para a saúde; sobre a estimulação dos participantes para a utilização práticas de modo consciente; e ainda, foi possível a realização de vivências de grupo utilizando, por exemplo, as



seguintes práticas: meditação, auriculoterapia, reiki, dança circular.

Vale ressaltar que em algumas ações, ocorreu a integração entre os projetos de extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, “OXUM” e “DIA D em Educação e Saúde da Mulher”, especialmente em relação as ações voltadas ao Setembro Amarelo.

Com a execução deste projeto de extensão, o campus disponibilizou um ambiente destinado ao desenvolvimento das atividades, que recebeu o nome de ETEREA - Espaço Terapêutico de Ensino, Relaxamento, Extensão e Autocuidado, onde os acadêmicos poderiam utilizá-lo, também, como ambiente de relaxamento e repouso entre os horários de aula. Porém, frente a situação de dificuldade econômico-financeira que a instituição vem enfrentando, o espaço ainda não pôde ser adequadamente equipado, constituindo-se em um entrave ao alcance de resultados mais favoráveis ainda.

Contudo, os participantes do projeto de extensão, ávidos por conhecimentos em PICS têm verbalizado, em sua grande maioria, a vontade de dar continuidade ao projeto, bem como estão se capacitando como terapeutas nas mais diferentes práticas.

## Considerações Finais

Considera-se que o objetivo do projeto fora alcançado, uma vez que os relatos de alunos sempre foram no sentido de houvesse a promoção de mais encontros, e buscando cada vez mais resolverem seus problemas utilizando as PICS. Entre elas, as principais e mais procuradas são a auriculoterapia e a meditação, por serem práticas ofertadas pelos acadêmicos no campus e de mais fácil acesso.

O projeto ainda segue buscando formação de terapeutas holísticos com o intuito de promover o auto cuidado e a promoção de saúde dos pacientes e comunidade em geral, bem como promovendo saúde junto a mais e mais membros da comunidade interna do Campus.

Após esse período de execução do projeto, e frente aos anseios da comunidade acadêmica e dos participantes do projeto, pretende-se reeditar o

REALIZAÇÃO



mesmo, ampliando-se o escopo da ação e voltando-a para a assistência direta a comunidade.

## Agradecimentos

A Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, à Professora Shirley Kellen Ferreira, idealizadora do Projeto de extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, à Professora Thallita de Freitas Ramos, idealizadora do Projeto de extensão “Oxum”, a Coordenadora do Curso de Enfermagem, Professora Rayane da Penha Eugênio de Oliveira, aos colaboradores externos: Psicólogo e Terapeuta Kassio Kran; Médica e Focalizadora de Dança Circular Dra. Carita Campos Borges, Farmacêutico e Terapeuta Fabian Arantes.

## Referências

ANDRADE, J. T.; COSTA, L. F. A. Medicina Complementar no SUS: práticas integrativas sob a luz da Antropologia médica. **Saúde Soc. São Paulo**. v. 19, n. 3, p. 497-508, 2010. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/sausoc/article/viewFile/29665/31537> Acesso em: 17 out. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema único de Saúde. Diário oficial da União, Brasília, n. 84, seção I p. 19, 04 maio 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS**: atitude de ampliação de acesso. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

SALLES, L. F.; SILVA, M. J. P. **Enfermagem e as práticas complementares em saúde**. São Paulo: Yendis, 2011.

## A Identificação da presença de quedas em Indivíduos participantes de um programa de extensão sobre orientação quanto ao excesso de peso

Bianca da Costa Carneiro<sup>1</sup> (IC)\*, Sthér Silva Alves<sup>1</sup> (IC), Cibelle Kayenne Martins Roberto Formiga<sup>2</sup> (PQ), Tânia Cristina Dias da Silva Hamu<sup>2</sup> (PQ)

<sup>1</sup>Discente no curso de Fisioterapia pela Universidade Estadual de Goiás, Faculdade do Esporte-ESEFFEGO, Goiânia – GO. e-mail: bncdacosta012@gmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Fisioterapia e coordenadora do Laboratório de Pesquisa em Musculoesquelética (LAPEME) da Universidade Estadual de Goiás, Faculdade do Esporte-ESEFFEGO, Goiânia – GO

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE GOIÁS, CÂMPUS GOIÂNIA ESEFFEGO. Avenida Anhanguera n° 3228 Vila Nova Goiânia/GO – CEP. 74.643-010 Telefax: 62 3522-3506 / 3522-351

Resumo: a obesidade se caracteriza como um distúrbio metabólico que afeta grande maioria da população mundial, trazendo uma série de consequências incluindo o risco de quedas. O objetivo do trabalho foi identificar a presença de quedas em adultos e idosos com sobrepeso e obesidade participantes do projeto de extensão intitulado “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas”. O projeto consiste em identificar déficits funcionais e riscos adicionais a saúde dos participantes e orientar quanto as consequências do excesso de peso. Os dados aqui apresentados envolvem um recorte transversal dos dados de 93 participantes (22 a 86 anos). Foi verificado o índice de massa corporal (IMC) e perguntado ao participante se ele já sofreu queda e quantas vezes. As informações encontradas apontam que apesar do grupo de participantes ser pequeno e não homogêneo quanto a idade, a ocorrência das quedas se sobressai no grupo de obesos quando comparado com o grupo de sobrepeso e observado em sua maioria em indivíduos idosos, fragilizados e que já sofreram quedas em seu histórico do que em indivíduos jovens e ativos. Os participantes foram orientados quanto ao risco de se manter acima do peso e da possibilidade de quedas inerentes a obesidade.

Palavras-chave: Obesidade abdominal. Risco de quedas. Idosos.

### Introdução

A obesidade por ser considerada uma doença complexa, de múltiplas etiologias e vem constituindo um problema de saúde pública. Segundo a Organização Mundial da Saúde, em 2014 mais de 600 milhões (aproximadamente 13%) de adultos no

#### REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis



mundo estavam obesos (SILVA *et al.*, 2014). No Brasil, de acordo com pesquisa do Ministério da Saúde, 82 milhões de pessoas maiores de 18 anos estão acima do peso.

Assim, esse grave distúrbio de saúde que reduz a expectativa de vida e ameaça sua qualidade, assume importante papel na variação das funções orgânicas. Constitui-se em um dos fatores de risco associados à morbimortalidade por doenças cardíacas, além de ser um fator de risco primário da morbimortalidade populacional por diversas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como o infarto do miocárdio, o acidente vascular encefálico (AVE), o câncer, o diabetes e a hipertensão arterial e associados às quedas (HO; LAM; JANUS, 2003).

No sistema locomotor um levantamento de estudo aponta que a propensão a quedas e a incapacidade funcional após essas quedas aumentam quando o IMC do indivíduo também aumenta. Essa propensão as quedas se associam com outros fatores advindos da obesidade como sedentarismo, dor, doença cardíacas, diabetes (WANNMACHER, 2016).

A obesidade indica um contexto no qual o acúmulo de gordura acarreta uma desvantagem na manutenção da estabilidade postural. Além disso esse acúmulo de gordura, especialmente na região abdominal, ocasiona um deslocamento no centro de gravidade do indivíduo, trazendo consigo uma maior dificuldade de estabilização estática e dinâmica do seu corpo em relação ao espaço e levando a uma sobrecarga na articulação do tornozelo, aumentando a possibilidade de quedas.

O objetivo desse estudo foi identificar a presença de quedas em adultos e idosos com sobrepeso e obesidade participantes do projeto de extensão “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas”. O projeto consiste em identificar déficits funcionais dos participantes e orientar quanto as consequências e riscos adicionais do excesso de peso.

## Material e Métodos

Trata-se de um estudo transversal de dados de participantes do Projeto de Extensão intitulado “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas” envolvendo um total de 93 participantes de ambos os sexos, com idades entre 22 e 86 anos de idade.

### REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis



Os participantes foram submetidos a uma avaliação física para mensurar sua massa corporal e estatura (através da balança e estadiômetro, respectivamente) para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e submetidos a responder pergunta se sofreu alguma queda e a quantidade de quedas.

A averiguação de quedas foi baseada em uma coleta de informações, através de um questionário no qual os participantes responderam as seguintes averiguações: idade, sexo, se houve quedas nos últimos 6 meses e a quantidade de quedas. Em seguida, os participantes foram informados dos seus resultados e receberam esclarecimentos sobre os mesmos. Receberam ainda orientações sobre como o excesso de massa corporal pode influenciar nas suas atividades funcionais e nas atividades de vida diária dos mesmos, e quanto as consequências de se manter acima do peso e do risco de quedas inerentes a obesidade.

## Resultados e Discussão

No grupo de 93 participantes da ação de extensão intitulada “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas”, um total de 58 eram do sexo feminino e 35 do masculino com idade entre 22 a 86 anos de idade. Dividiu-se o quantitativo de participantes em dois grupos, sobrepeso aqueles cujo IMC estava entre 25 e 29,9 (kg/m<sup>2</sup>) e o grupo obeso, em que o IMC variasse de 30 até igual ou maior que 40 (kg/m<sup>2</sup>). O grupo sobrepeso totalizou com 36 indivíduos, sendo 20 mulheres e 16 homens, enquanto no grupo obeso houve 57 sujeitos, sendo 38 mulheres e 19 homens. Na tabela 1 estão apresentadas as características da amostra quanto sua média, desvio padrão e seu coeficiente de significância.

**Tabela 1** – Caracterização da amostra

	Média (desvio padrão)		p*
	Sobrepeso	Obeso	
Idade (anos)	58.36 (± 14.26)	53.09 (± 13.43)	0.07
Peso (kg)	71.97 (± 8.32)	90.32 (± 15.49)	<0.001
Altura (m)	1.61 (± 0.08)	1.60 (± 0.09)	0.425
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	27.48 (± 1.47)	35.20 (± 4.76)	<0.001

Fonte: autoras. Legenda: Kg: quilograma, m: metros, kg/m<sup>2</sup>: quilograma por metros ao quadrado, \* teste *T de student* para amostras independentes.

### REALIZAÇÃO

Em relação às quedas sofridas nos últimos seis meses, os dados coletados apontam que 20 (21,5%) dos voluntários relatam ter sofrido alguma queda, e a separação da ocorrência ou não da queda conforme os grupos, sobrepeso e obeso, estão descritos na Tabela 2.

**Tabela 2** – Caracterização das Quedas

	Caidor		Não Caidor		<i>p</i> **
	<i>Frequência</i> ( <i>n</i> )	<i>Porcentagem</i> (%)	<i>Frequência</i> ( <i>n</i> )	<i>Porcentagem</i> (%)	
Sobrepeso	8	22.9	27	77.1	0.87
Obeso	12	21.4	44	78.6	

Fonte: pesquisadoras. \*\* teste *Mann-Whitney*.

O objetivo central do estudo foi averiguar se a influência da obesidade abdominal propicia quedas em indivíduos com sobrepeso e obesos. Para tanto a amostra foi dividido em dois grupos, sobrepeso e obesidade, com o relato se houve quedas ou não. Observou – se que a ocorrência das quedas aconteceu nos indivíduos com a idade mais próxima da classificação de idosos do que aconteceu com indivíduos classificados como jovens adultos.

Os dados encontrados coincidem com os achados de Neri, Joia, Kawano (2016), isso pode ser justificado pelo fato de que apesar do estudo conter uma amostra pequena e não homogênea, assemelhasse com o fato de que a ocorrência das quedas se sobressai no grupo de obesos quando comparado com o grupo de sobrepeso e observado em sua maioria em indivíduos idosos, fragilizados e que já sofreram quedas em seu histórico do que em indivíduos jovens e ativos.

### Considerações Finais

A ação de extensão intitulada “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas” apresenta como objetivo identificar déficits funcionais dos participantes e informar quanto as consequências funcionais do excesso de peso orientando sobre como o excesso de massa corporal pode influenciar nas suas atividades funcionais e nas atividades de vida diária dos mesmos. Foi possível

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis


 Universidade  
Estadual de Goiás



observar um número maior de ocorrência de quedas no grupo obeso, em relação ao sobrepeso. A ocorrência de quedas em idosos obesos pode reduzir ainda mais a funcionalidade e a qualidade de vida dessa população.

## Agradecimentos

Agradeço a Professora Tânia Cristina Dias da Silva Hamu por ser minha orientadora e permitir a oportunidade de participar de ações de extensão e de pesquisa. Agradeço ao LAPEME e sua equipe, e aos outros pesquisadores pelo auxílio durante a coleta. Agradeço ao Programa Pesquisa para o SUS (PPSUS- FAPEG - DECIT) pelo financiamento da Ação.

## Referências

- SILVA P.R.B; SOUZA M.R; SILVA E.M; SILVA S.A. Nutritional status and life quality in patients undergoing bariatric surgery. **Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva**. 2014;27 (1): 35-8. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-6720201400S100009>
- LOPES A.L; RIBEIRO G.S. **Antropometria aplicada à saúde e ao desempenho esportivo**: uma abordagem a partir da metodologia ISAK – 1.ed. – Rio de Janeiro; Rubio, 2014. p.32-39;49;60-62;75-82;85-108.
- HUE O, SIMONEAU M, MARCOTTE J, BERRIGAN, F, DORÉ J, MARCEAU P, et al. **Body weight is a strong predictor of postural stability**. *Gait Posture* 2007;26(1):32-8.
- KU PX, ABU OSMAN NA, YUSOF A, WAN ABAS WA. **Biomechanical evaluation of the relationship between postural control and body mass index**. *J Biomech* 2012;45(9):1638-42.
- HO S.Y; LAM T.H; JANUS E.D. **Waist to stature ratio is more strongly associated with cardiovascular risk factors than other simple anthropometric indices**. *ANN EPIDEMIOL* 2003;13 (10):683-91.
- NERI SGR, JOIA LC, KAWANO MM. **A obesidade abdominal pode aumentar o risco de quedas em mulheres idosas**. *Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano - Higia* 2016; 1 (1): 60-72.

### REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis



## PROJETO OXUM

**Brenda Tífany N. de Souza\* (IC) [brenda-tns@hotmail.com](mailto:brenda-tns@hotmail.com), Cheila M. Franco (IC); Laura Vieira Melo (IC), Thaylla Cardoso Avelar (IC); Verônica S. Alvarenga (IC); Thallita De Freitas Ramos (PQ).**

Universidade Estadual de Goiás- Campus Ceres

O projeto de extensão “OXUM” é realizado na Universidade Estadual de Goiás-Campus Ceres e Unidades de Saúde de Ceres e conta com a participação de um grupo composto por 30 discentes do curso de graduação em Enfermagem, sob coordenação e orientação de sua idealizadora docente Enf<sup>a</sup>. Thallita De Freitas Ramos. O projeto tem como objetivo a realização de atividades, objetivando a qualificação dos seus integrantes e capacita-los a prestar uma atenção eficaz à gestantes e puérperas, a fim sanar suas dúvidas e promover o bem estar da mesma focando especialmente na integração social, no lazer, na higiene pessoal, e no resgate da sua auto estima entre outros aspectos. Durante o projeto percebemos que as metas propostas estão sendo executadas pois a cada encontro que temos, e por meio de relatos constamos que tais objetivos estão sendo alcançados com sucesso. Dessa forma, é importante a participação da Enfermagem em projetos que visam a melhor qualidade de vida da população.

*Palavras-chave: Gestantes; Acadêmicos; Bem Estar; Auto estima; integração Social.*

### Introdução

O projeto “OXUM” como é conhecido é uma atividade realizada nas unidades de saúde da cidade de Ceres, um município localizado na mesorregião do centro goiano e conta com a participação de 30 discentes do curso de graduação em Enfermagem, sob coordenação e orientação de sua idealizadora.

O mesmo surgiu com o objetivo de promover uma interação e sanar dúvidas das gestantes e puérperas do município, através de encontros, dinâmicas e conversas

REALIZAÇÃO



informais, a fim de levar conhecimento, sobre seus direitos frente a diversas questões, como o tipo de parto, fases, depressão pós parto, sexualidade entre outros e também promover o bem estar da mesma focando especialmente na integração social, no lazer, na higiene pessoal, e no resgate da sua auto estima, promovendo conhecimento e informações a cerca de seus direitos quanto parturiente, apoio psicológico, autocuidado e cuidado com o recém-nascido de forma humanizada e respeitosa, bem como capacitar os alunos no cuidados humanizado baseado em evidências..

O seu nome é de origem yorubá e representa a deusa da beleza, orixá do amor, da fertilidade e da maternidade, responsável pela proteção dos fetos e das crianças recém-nascidas, sendo adorada pelas mulheres que querem engravidar. OXUM é uma orixá, é a rainha da água doce, dona dos rios e cachoeiras, cultuada no candomblé e também na umbanda, religiões de origem africana.

## Material e Métodos

A fim de promover praticas humanizadas baseadas em evidências, é realizado semanalmente reuniões com o grupo de acadêmicos integrantes do projeto, onde os mesmos são instruídos, a respeito dos assuntos que serão abordados nas Unidades de saúde e mensalmente os mesmos levam a prática o que foi aprendido nas reuniões, realizando palestras, rodas de conversas e quiz de perguntas e respostas com as gestantes e puérperas das Unidades Básicas de Saúde: Jardim Sorriso, São Francisco e Jardim Sara Ribeiro. O projeto foi idealizado e está em prática de Janeiro de 2019 e previsto para término em Dezembro do mesmo ano, foram atendidas 50 gestantes, com 30 acadêmicos.

## Resultados e Discussão

Durante a realização do projeto observamos que, no inicio das atividades, algumas gestantes e puérperas apresentaram resistência, demonstrando dificuldade de expressar suas emoções e compartilhar suas vivências. Através de conversas

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





informais com cada uma e transmitindo carinho, segurança, respeito e informação, fomos descobrindo a melhor maneira de proporcionar momentos agradáveis, para que fosse possível a realização das atividades propostas. E a partir daí obtivemos feedbacks frente ao trabalho realizado, relatos de mulheres que puderam negar ou exigir seus direitos mediante ao conhecimento adquirido em nossos encontros. O projeto desenvolvido é de grande importância tanto para a equipe, quanto para as mulheres participantes, pois proporcionam uma rede de informações que evitam futuras violências obstétricas, aproxima acadêmicos da realidade das gestantes nas UBS's, que pelo contato precoce com a mesma consegue promover o autocuidado e a incentiva uma assistência humanizada. É importante ressaltar, que a interação dos acadêmicos com as atividades desenvolvidas é extremamente produtivas, pois a cada obstáculo superado, integra uma realidade que ultrapassa o seu cotidiano e suas particularidades.

## Considerações Finais

Com a implantação do projeto os integrantes tem a oportunidade de enriquecer seu conhecimento, frente às necessidades obstétricas e direitos das gestantes, além de promover o autocuidado, visto que a interação dos acadêmicos com as atividades desenvolvidas é extremamente produtivas, pois a cada obstáculo superado, integra uma realidade que ultrapassa o seu cotidiano e suas particularidades já que a enfermagem é reconhecida como profissão do cuidar humanizado, e tem como finalidade a participação em projetos que visam a melhor qualidade de vida da população.

## Agradecimentos

Agradecemos as Instituições de saúde de Ceres por nos receber mensalmente e nos proporcionar a execução desse trabalho, a instituição educadora por nos proporcionar ambiente para preparação dos integrantes a coordenadora e idealizadora do projeto Enf<sup>a</sup>. Thallita De Freitas Ramos que nos orienta na realização

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





do mesmo, e a todos os discentes que fazem parte da equipe.

## Referências

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Parto, Aborto e Puerpério Assistência Humanizada à Mulher. Brasília, 2001. Acesso em: 19 set 2019. Disponível em: <  
[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04\\_13.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_13.pdf) >.

VERGER Pierre. Orixás – Deuses Iorubás na África e no Novo Mundo. Editora Corrupio, 2013. Acesso em: 22 set 2019. Disponível em:  
<https://www.pierreverger.org/br/a-fundacao/eventos/lancamento-de-livros/2013/reedicao-de-orixas-deuses-iorubas-na-africa-e-no-novo-mundo.html>.

---

### REALIZAÇÃO

**PRG**  
Pró-Reitoria de  
Graduação

**PRP**  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

**PRE**  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis



**Universidade  
Estadual de Goiás**



## Liga Acadêmica de Saúde Coletiva de Ceres – LISACC- Formação, Desenvolvimento e Ações de Educação em Saúde

\*Denilson Rodrigues Vieira<sup>1</sup>(IC) e-mail: denilsonvieira10@gmail.com, Bárbara Ribeiro da Mota<sup>1</sup>(IC), Daniel Ramalho Santos<sup>1</sup> (IC), Kayo Rodrigo dos Santos<sup>1</sup> (IC), Sabrina Santos de Freitas<sup>1</sup> (IC), Wender Vinícius de Souza<sup>1</sup> (IC) Fábio Fernandes Rodrigues<sup>1</sup> (PQ).

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Goiás – Bacharelado em Enfermagem – Campus Ceres – Goiás – Brasil

Resumo: A Liga Acadêmica de Saúde Coletiva de Ceres – LISACC, foi implantada em fevereiro de 2018 na Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, e tem por objetivo auxiliar os acadêmicos na ampliação e compreensão sobre saúde coletiva, além da realização de ações com temáticas voltadas para a educação popular em saúde. A liga tem como alicerce o seu estatuto redigido e aprovado pelos membros efetivos da diretoria e pelo professor coordenador do Projeto. As ações da liga são realizadas depois de duas etapas, onde, a primeira são reuniões com todos os membros para discutir e debater o tema que será abordado na ação e a segunda a prática da ação em campo. A LISACC, disponibiliza conhecimento de forma mútua em saúde coletiva, educação em saúde e educação continuada para membros (Diretoria e Colaboradores), e não membros dela. Além de promover saúde junto à atenção básica, no qual o pretende-se conscientizar e prevenir agravos na saúde da comunidade acadêmica e ceresina.

Palavras-chave: Saúde pública, Promoção de saúde, Desenvolvimento acadêmico e Saúde coletiva.

### Introdução

Este trabalho apresenta a atuação da Liga Acadêmica de Saúde Coletiva de Ceres (LISACC), desde a sua origem, formação e desenvolvimento de ações de educação em saúde. Consistir em uma maneira de trocas de saberes entre a comunidade acadêmica e população, com aplicação de métodos de promoção e prevenção (ALMEIDA, 2017).

Destaca-se a importância da liga acadêmica para o meio social, graças às atividades que são desenvolvidas por ela. Além disso, as ligas acadêmicas são relevantes por garantirem a indissociabilidade entre as atividades do tripé das universidades (CAVALCANTE, 2018).

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





Este trabalho tem por objetivo mostrar o que foi realizado pela LISACC, com intuito de que, com ações desenvolvidas, possamos conscientizar o público alvo, da importância de prevenir os agravos a saúde.

## Material e Métodos

A LISACC tem como alicerce o estatuto redigido e aprovado pelos membros efetivos da diretoria e pelo professor orientador do Projeto. Posteriormente foi realizado um processo seletivo, por meio da elaboração de um plano de trabalho, uma monitora obteve aprovação e em seguida compôs uma chapa juntamente com mais 09 membros. Não houve eleição, por ausência de candidatura de outra (s) chapa (s).

As ações da liga são realizadas em duas etapas: Etapa 01 – Seleção de diretoria e membros. Capacitação dos selecionados, direcionada aos acadêmicos do curso de Enfermagem-UEG Campus Ceres: discutirão sobre temas de Saúde Pública e quanto aos objetivos da Liga. São feitas reuniões semanais para discussões, aulas preparatórias, rodas de conversas; após as reuniões é realizado a capacitação para captar recursos, desenvolvimento do estatuto, regulamento e projeto anual, organização e coordenação das atividades, preparação da aula introdutória e divulgação. Etapa 02 – Atividades direcionada à comunidade acadêmica da UEG -Campus Ceres e a população de Ceres-Go: Reuniões para discussão de temáticas específicas da Saúde Coletiva - “Ciclos de Palestras”. Formação de grupos de pesquisa. Realização de atividades extensionistas – Na edição 02, trabalharemos com ações educativas direcionadas aos acadêmicos dos cursos de Enfermagem e de Sistemas de Informação e estenderemos a população de Ceres – Go, através da atenção básica.

## Resultados e Discussão

Projeto início no mês de fevereiro de 2018, onde após todo o processo de seleção da chapa e membros foi criado o estatuto que se constitui pelas seguintes

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





estratégias: desenvolver e atualizar os conhecimentos dos seus integrantes sobre Saúde Coletiva; facilitar o acesso dos membros da LISACC às atividades práticas realizadas na comunidade acadêmica e no município de Ceres, conveniados com o curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Goiás; promover pesquisas com orientação de docentes da Universidade Estadual de Goiás, no intuito de contribuir para o desenvolvimento do conhecimento científico; criar vínculo com a comunidade com o objetivo de promover e prevenir, sob orientação de docentes da Universidade Estadual de Goiás; relatar o conhecimento e experiências com os estudantes da área da saúde, não integrantes da LISACC e discentes da Universidade Estadual de Goiás, por meio de simpósios, palestras e cursos.

O estatuto da liga foi criado através de algumas reuniões da Diretoria da liga, com o professor coordenador do Projeto, de forma expositiva, onde cada um expôs suas ideias que foram acatadas quando pertinentes. Após a finalização do mesmo, foi elaborado um plano de ações para o segundo semestre de 2018, onde algumas atividades que foram realizadas no Campus e teve como público alvo, no primeiro segundo semestre, a comunidade acadêmica. Foram trabalhados consonante às mobilizações nacionais, ações de educação em saúde voltadas para o setembro Amarelo que tem como temática principal o combate ao suicídio, outubro rosa que visa a prevenção do câncer de mama e de colo do útero e o novembro Azul que tem o intuito a proteção contra o câncer de próstata.

Neste ano de 2019, no primeiro semestre foi realizado um planejamento de todo o ano, neste planejamento foi criado um vínculo com apenas com uma Unidade Básica de Saúde, onde todo o cronograma de ações da LISACC seria realizado. A primeira ação foi executada no mês de março relacionada a tuberculose, em seguida no mês de abril, foi abordada as doenças de parkinson e alzheimer, no mês de maio o dia do enfermeiro com ênfase na valorização da enfermagem. A ação do mês de julho foi a realização de um processo seletivo para selecionar os membros colaboradores da LISACC, no qual foram selecionados 10 membros.

No segundo semestre de 2019, foram realizadas mais duas ações sendo uma no mês de agosto (sobre: A amamentação e a importância da presença materna) e a



segunda ação em setembro ( sobre: suicídio).

Em seguida, após a execução das ações em saúde serão produzidos trabalhos científicos que serão apresentados em congressos e simpósios.

## Considerações Finais

O Projeto disponibiliza conhecimento de forma mútua em saúde coletiva, educação em saúde e educação continuada para membros (Diretoria e Colaboradores), e não membros da LISACC. Além de promover saúde junto a atenção primária, ela tem o objetivo de prevenir agravos na saúde da comunidade acadêmica e ceresina. O mesmo, proporciona um maior conhecimento tanto para os membros enquanto acadêmicos e profissionais como para a população levando conhecimento e preocupação com a própria saúde.

## Agradecimentos

Agradecemos a Universidade Estadual de Goiás Campus Ceres e a Unidade Básica de Saúde ESF Sara Ribeiro, as duas instituições receptoras, por fornecer estrutura física para realização do projeto.

Agradecemos ao Prof.º Fábio Fernandes Rodrigues pelo suporte e coordenação do Projeto Liga de Saúde Coletiva de Ceres

Agradecemos aos membros efetivos que desempenharam esforços para execução de toda a programação.

Agradecemos aos participantes que tornaram firme o compromisso com nosso projeto de ação extensionista, pois sem a presença deles, toda mobilização de recursos humanos e materiais para realização do evento seria desnecessária.

## Referências

ALMEIDA, Leonardo Rocha de; CABALLERO, Raphael Maciel da Silva; LAGRANHA, Vitória Eugênia da Costa. **Liga Acadêmica de Saúde coletiva da UFCSPA: extensão e interdisciplinaridade.** 2017. Disponível: [https://dspace.unila.edu.br/bitstream/handle/123456789/3831/SEURS\\_10051010.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.unila.edu.br/bitstream/handle/123456789/3831/SEURS_10051010.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Acesso em: 25 de setembro de 2019.

REALIZAÇÃO



CAVALCANTE, Ana Suelen Pedrosa et al. As Ligas Acadêmicas na Área da Saúde: Lacunas do Conhecimento na Produção Científica Brasileira. **Rev. bras. educ. méd**, p. 199-206, 2018. Disponível: <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v42n1/0100-5502-rbem-42-01-0199.pdf>. Acesso em: 22 de setembro de 2019.

LEONELLO, Valéria Marli et al. La formación superior de Enfermería en Brasil: una visión histórica. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n. SPE2, p. 1774-1779, 2011. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S008062342011000800024>. Acesso em: 20 de setembro de 2019.

## **PICS Autocuidado para se viver bem: Dança Circular no contexto universitário**

**Gislene Cândido Nunes<sup>1</sup> (IC); Shirley Kellen Ferreira<sup>1</sup> (PQ)\*; Larissa Oliveira de Souza Moreira<sup>1</sup> (IC); Mateus Gomes Beltrão<sup>1</sup> (IC); Aline Alves Amorim<sup>1</sup> (IC).**

<sup>1</sup>Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres. Endereço: Rua Lucas Marcelino dos Santos Qd. 34 Lt. 3, Setor Curumim. CEP: 76300-000. Ceres – GO.

\*shirley-kellen@hotmail.com

Resumo: O campo das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) abrange os sistemas médicos complexos e os recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, direcionados para a prevenção e tratamento de distúrbios que comprometem o bem-estar físico e psíquico do indivíduo, garantindo sua autonomia e seus valores. Atualmente, são ofertadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) 29 práticas, sendo uma delas a Dança Circular. O presente relato e experiência aborda a experiência vivenciada por discentes voluntários do Projeto de Extensão “PICS Autocuidado para se viver bem” da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Ceres. Os dados aqui presentes foram baseados em observação e em relatos verbais dos participantes. Pode-se perceber que, por meio da Dança Circular, os participantes puderam expressar, de forma natural, sua essência, o amor e a comunhão entre as pessoas. Onde a música e o ritmo das danças foram vivenciados com alegria, leveza e plenitude, o que proporcionou a cada participante momento de autoconhecimento, auto respeito e, até mesmo, auto cura. Sugere-se que novos momentos para a prática da Dança Circular sejam proporcionados aos acadêmicos.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares. Enfermagem. Dança Circular. Saúde Coletiva. Saúde Mental.

### **Introdução**

De acordo com o Brasil (2019), as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são tratamentos que utilizam meios terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenção e tratamento de patologias.

As PICS foram inseridas no Sistema Único de Saúde (SUS) pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), com a publicação da

REALIZAÇÃO

Portaria nº 971, de março de 2006, com o objetivo de garantir a integralidade da atenção à saúde. A princípio, o SUS contava com 5 práticas reconhecidas, mas em março de 2017, a PNPIC implantou mais 14 práticas a partir da publicação da Portaria nº 849/2017, e em 2018 foram instituídas outras 10 novas práticas por meio da Portaria nº 702 de março de 2018, totalizando 29 PICS ofertada pelo SUS (BUENO, et al 2019).

A Dança Circular foi reconhecida como prática, dentro da PNPIC, em 2017. Consistindo na práticas de danças em roda, tradicional e contemporânea, originárias de diferentes culturas que favorecem a aprendizagem e a interconexão harmoniosa entre os participantes. Os indivíduos dançam juntos, em círculos e aos poucos começam a internalizar os movimentos, liberar a mente, o coração, o corpo e o espírito. Por meio do ritmo, da melodia e dos movimentos delicados e profundos os integrantes da roda são estimulados a respeitar, aceitar e honrar as diversidades (CARNEIRO, 2019).

Permeia através das rodas o exercício de atenção, sincronização, cuidado e balanço ritmado, colaborando com o processo de construção do conhecimento. Confere um momento de descontração e ao mesmo tempo de aprendizado, sentimentos e concentração. A harmonia entre as batidas, entonações e a sequência sonora com passos, movimentos de mãos, braços, pescoço, cabeça e expressão facial, ajudando a melhorar a percepção, coordenação e conhecimento sobre a temática abordada na dança (FREITAS, 2016).

## Material e Métodos

Os procedimentos metodológicos adotados nesta pesquisa caracterizaram-se como sendo uma combinação de pesquisa bibliográfica e exploratória às observações do pesquisador, onde o pesquisador participa dos acontecimentos, registrando as informações depois dos acontecimentos.

Assim, o presente relato e experiência aborda a experiência vivenciada por discentes voluntários do Projeto de Extensão “PICS Autocuidado para se viver bem” da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Ceres. Os dados aqui apresentados foram baseados em observação e em relatos verbais dos

participantes.

## Resultados e Discussão

A prática da Dança Circular foi realizada na Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, junto aos alunos voluntários do Projeto de Extensão, com o auxílio de uma focalizadora (colaboradora externa do projeto).

Foram realizados dois encontros. No primeiro encontro foi desenvolvida, por colaboradores do projeto de extensão, uma aula expositiva, utilizando-se a ferramenta PowerPoint, onde foram exibidos slides explicativos e vídeos ilustrativos sobre a Dança Circular. Neste momento foram abordados aspectos da história da Dança Circular e suas diversas utilidades, sendo elas a passagem de estações do ano, mudanças de ciclos como mortes, nascimentos, colheitas, casamentos, dentre outras festividades.

No segundo encontro, a prática contou com a presença de uma profissional especialista em Dança Circular (focalizadora), que é uma colaboradora externa do projeto de extensão. A mesma promoveu uma roda de conversa sobre a Dança Circular, explanando quanto a sua simbologia, funcionamento e como se dá a formação para se tornar um focalizador de Dança Circular. Posteriormente, os participantes foram convidados a ficarem de pé e a formarem um círculo, onde foram instruídos a darem as mãos, bem como foram repassados os passos da coreografia da primeira dança. No centro da roda foram colocados alguns objetos, tais como flores, velas acesas e uma foto de Bernard Wosien, criador da Dança Circular, além de objetos de valor dos participantes para serem energizados durante a dança. Assim, foram dançadas 4 músicas, onde a focalizadora inicialmente apresentava os passos e a seguir o grupo dançava a coreografia apresentada.

Logo após a prática da Dança Circular os participantes foram convidados a expressarem, voluntariamente, suas experiências frente a prática realizada. Pôde-se observar que, por meio da Dança Circular, os participantes puderam expressar, de forma natural, sua essência, o amor e a comunhão entre as pessoas. Observou-se que a música e o ritmo das danças foram vivenciados com alegria, leveza e plenitude, e os participantes relataram, no geral, que a Dança Circular proporcionou





## Agradecimentos

A Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, à Professora Shirley Kellen Ferreira, idealizadora do Projeto de extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, à Professora Thallita de Freitas Ramos, idealizadora do Projeto de extensão “Oxum”, a Coordenadora do Curso de Enfermagem, Professora Rayane da Penha Eugênio de Oliveira, a Colaboradora Externa e Focalizadora de Dança Circular, Dra. Cárita Campos Borges (Médica Pediatra).

## Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS): Quais são e para que servem**. 2019. Disponível em:

<<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>>

Acesso em: 18 de set. 2019.

BUENO, N. et al. Práticas Integrativas e Complementares: Implantação dos serviços públicos e privado de saúde na odontologia. **Anais da Jornada Odontológica de Anápolis-JOA**, 2019.

CARNEIRO, J.; D’ÁVILA, C. Danças Circulares e Ludicidade em Contextos Universitários: Experiências Formativas. In: **Humanidades & Inovação**, v. 6, n. 2, p. 363-371, 2019.

FREITAS, D. S.; ANGELO, C. L. Potencialidades das Danças Circulares na formação acadêmico-profissional de professores (as), In: **Hnipampa**, 2016.

---

### REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis



## Simpósio Goiano de Terapias Holísticas: Relato de Experiência

Shirley Kellen Ferreira<sup>1</sup> (PQ); Larissa Oliveira de Souza Moreira<sup>1</sup> (IC); Aline Alves de Amorim<sup>1</sup> (IC); Mateus Gomes Beltrão<sup>1</sup> (IC); Liza Bianca Chimenes Martins<sup>1</sup> (IC); Weslen Lima Verdiono<sup>1</sup> (IC); Thallita de Freitas Ramos (PQ).

<sup>1</sup>Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres. Endereço: Rua Lucas Marcelino dos Santos Qd. 34 Lt. 3, Setor Curumim. CEP: 76300-000. Ceres – GO.

\*shirley-kellen@hotmail.com

Resumo: As terapias holísticas, chamadas de Terapias Alternativas Complementares e/ou Integrativas, denominadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como Medicina Tradicional, sendo um termo designado à qualquer terapia que siga os princípios do Holísmo. Este trata o ser humano de forma integral, levando à um atendimento baseado na confiança e no vínculo terapeuta/usuário. Estabelecida por meio da Portaria nº 971 de 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, ampliada pelo SUS, legitima a oferta pública de diferentes terapias, possibilitando que profissionais não médicos exercessem a medicina mediante credenciamento e remuneração pelo SUS. A visão holística do enfermeiro associada às práticas complementares exerce um papel fundamental na sua aplicabilidade. Visando a importância do mesmo foi realizado o Simpósio Goiano de Terapias holísticas, pelo instituto Ubuntu - Psicologia e Desenvolvimento de Pessoas em total parceria com a Universidade Estadual de Goiás – UEG de Ceres. Deste modo, o trabalho objetiva relatar a experiência vivida por acadêmicos voluntários dos projetos de extensão “PICS Autocuidado Para Se Viver Bem” e “Oxum” no Simpósio.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares. Medicina Alternativa. Enfermagem. Saúde Coletiva. Saúde Mental.

### Introdução

No Brasil, o debate sobre as práticas integrativas e complementares começou a despontar no final da década de 70, validada em meados dos anos 80 com a 8ª Conferência Nacional de Saúde. As práticas integrativas e complementares são ações de cuidado transversais, realizadas na atenção básica, na média e alta complexidade. Não existe uma adesão à PNPIC: a política traz diretrizes gerais para

REALIZAÇÃO

a incorporação das práticas nos diversos serviços (BRASIL, 2019).

Esta política deu origem como uma alternativa à política pública permanente e considerando os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, e a abordagem ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano (BRASIL, 2015).

Brasil (2019a) afirma que as PICS abordam uma atual cultura de cuidado, estimulando assim um melhor vínculo terapeuta-paciente, o protagonismo e a promoção de autonomia do indivíduo no seu processo de cura, possuindo um grande potencial desmedicalizador. As práticas não competem com os tratamentos convencionais, apenas integra e auxilia em um olhar mais holístico na saúde.

Diante dos inúmeros benefícios e pensando então na comunidade acadêmica e na contribuição para a sua integração disciplinar, foi desenvolvido o Simpósio Goiano de Terapias Holísticas, contando com exposições, palestras, dinâmicas, e demonstrações de terapias holísticas, abordando em forma de minicursos diversas práticas, dentre elas: Meditação, Reiki, Thetahealing, Técnica de Liberação Emocional (EFT), entre tantas outras.

## Resultados e Discussão

Este relato de experiência descreve as experiências vivenciadas pelos acadêmicos voluntários do projeto de extensão “PICS Autocuidado Para Se Viver Bem” e “Oxum”, participantes do Simpósio Goiano de Terapias Holísticas, realizado na Universidade Estadual de Goiás, Campus Ceres, em parceria com o Instituto Ubuntu - Psicologia e Desenvolvimento de Pessoas.

O evento ocorreu no mês de junho durante três dias. O primeiro dia foi iniciado com um grupo de meditação mediado pelo psicólogo Kássio Kran, com a participação dos acadêmicos de enfermagem da UEG, integrantes do Instituto Ubuntu e comunidade em geral. Inicialmente foi feita uma roda de conversa, visando avaliar o conhecimento dos participantes quanto a meditação, posteriormente foram sanadas as dúvidas e oferecidas instruções básicas para a prática à medida que uma música tocava tocava ao fundo, onde cada um buscava consigo mesmo a consciência.



A noite ocorreu a abertura oficial do simpósio contando com a participação artística de um representante local. Em seguida uma palestra realizada por Gleidiane Gomes, especialista em sexualidade, abordando temas como relacionamentos abusivos e o empoderamento feminino. Posteriormente realizou-se uma mesa de discussão entre profissionais das terapias holísticas e integrativas do Vale do São Patrício, sendo finalizado com a palestra de Pedro Tahan sobre a difusão das práticas da medicina chinesa.

No segundo dia do evento foi ofertado um minicurso sobre Reike pelo terapeuta Tiago Seabra. Outra terapia reconhecidas pelo SUS, de origem japonesa, e Thetahealing, com o também terapeuta Victor Borges, também foi desenvolvida junto aos participantes. Após, ocorreu um minicurso de EFT, focando-se totalmente no emocional da pessoa e pela Radiestesia, que realiza a captação de energia telúrica através da utilização de alguns instrumentos, ministradas pelo Prof. Teixeira.

Na tarde o evento continuou com o minicurso de Constelação com Daniel Neves. A constelação é uma técnica que se baseia na abordagem de história e relações familiares que influenciam as emoções e padrões de comportamento. A seguir ocorreu o minicurso de psicodrama com Ms. Ana Cristina, com a apresentação do tema e promoção de vivência da realidade a partir do reconhecimento das diferenças e dos conflitos, facilitando a busca de alternativas para a resolução do que foi revelado. Simultaneamente acontecia uma oficina de pompoarismo, com a terapeuta Gleidiane Gomes, Nesta prática os movimentos trabalham inicialmente a força do assoalho pélvico, promovendo vantagens no aspecto sexual, bem como benefícios para a saúde, que vão desde o alívio dos sintomas da tensão pré-menstrual até a melhora do funcionamento intestinal. O simpósio contou ainda com o minicurso de autodefesa com Yurghanes Rodrigues, aplicando técnicas de defesa pessoal, cuja origem são as artes marciais tradicionais que foram adaptadas para que pessoas não praticantes pudessem defender-se. Finalizando o dia, ocorreu uma roda de dança circular, mediada pela focalizadora Dr. Cárita Campos Borges, também identificada como uma meditação em movimento.

No terceiro e último dia o simpósio contou com um curso de Auriculoterapia, visando habilitar o aluno a reconhecer e identificar os principais sintomas dentro do

contexto da Medicina Tradicional Chinesa, e tentar entender quais os órgãos afetados no mapa da orelha, os pontos de tratamento e suas indicações e eficácia para: aliviar a dor, ajudar nos tratamentos de emagrecimento, ajudar a eliminar vícios, melhorar estados depressivos, ansiedade e stress, aumentar a energia vital, reduzir o cansaço físico e psicológico e também fortalecer e equilibrar a energia do corpo restabelecendo os circuitos energéticos em disfunção.

O evento beneficiou os acadêmicos através da apresentação do conteúdo recente e atualizado sobre as terapias holísticas, visto que para muitos participantes o tema não era tão conhecido. Promoveu o contato com terapeutas especializados a partir da apresentação de ideias e perspectivas diferentes em relação ao cuidado, a partir de estudos e técnicas inovadoras.

Contando com experiências, ensinamentos e demonstrações das diversas terapias holísticas, foi possível observar ou vivenciar os atendimentos através dos minicursos. Configurou uma ação de ampliação de acesso e qualificação dos serviços, na perspectiva da integralidade da atenção à saúde da população, através da capacitação aos acadêmicos, em auriculoterapia, viabilizando uma estrutura, suficiente e favorável às PICS no SUS por estes acadêmicos em formação.



## Considerações Finais

As PICS colaboram para que a medicina se torne cada vez mais humanizada. Muitos problemas de saúde têm origem energética demonstrando aos profissionais da saúde que nossa vida é de natureza cósmica, e seu estado de saúde ou enfermidade depende desta interação entre o ser humano e o cosmos, numa visão de ser humano integrado (GALLI et al, 2012).

Diante do exposto evidencia-se que as práticas objetivam garantir a prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde, com ênfase na atenção básica, além de propor o cuidado continuado, humanizado e integrado em saúde, contribuindo com a resolubilidade do sistema de saúde com qualidade, eficácia, eficiência, segurança e participação social no uso.

Portanto, o simpósio propiciou uma formação acadêmica mais completa, ressaltando uma configuração comunicativa, ética, solidária e naturalista em que algumas dessas práticas se inserem, apoiando a discussão na comunidade acadêmica sobre a humanização dos serviços de saúde.

## Agradecimentos

A Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, as idealizadoras e colaboradoras dos projetos PICS Autocuidado para se Viver Bem e Oxum, ao Instituto Ubuntu e aos palestrantes e terapeutas.

## Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem.** Brasília, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971 de 03 de maio de 2006.** Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde, Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PICS. **Conselho federal e conselhos regionais de fisioterapia ocupacional.** 2019a.

GALLI, K. S. B et al. Saúde e Equilíbrio através das Terapias Integrativas: Relato de Experiência. **Revista de Enfermagem.** FW v. 8 n. 8 p. 245-255. 2012.

REALIZAÇÃO

## PICS - Autocuidado para se Viver Bem: Relato de Experiência sobre a Auriculoterapia em meio acadêmico

**Shirley Kellen Ferreira<sup>1</sup> (PQ)\*; Liza Bianca Chimenes Martins<sup>1</sup> (IC); Weslen Lima Verdiono<sup>1</sup> (IC);  
Aline Alves Amorin<sup>1</sup> (IC); Mateus Gomes Beltrão<sup>1</sup> (IC); Larissa Oliveira Souza Moreira<sup>1</sup> (IC)**

<sup>1</sup>Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres. Endereço:  
Rua Lucas Marcelino dos Santos Qd. 34 Lt. 3, Setor Curumim. CEP: 76300-000. Ceres – GO.

\*shirley-kellen@hotmail.com

Resumo: As práticas integrativas e complementares em saúde, tem que se tornado ainda mais comum e utilizadas na atualidade, a auriculoterapia, por sua vez, é uma terapia não invasiva que trás consigo uma série de benefícios para a saúde do indivíduo, auxiliando na redução da ansiedade, estresse, depressão, insônia e outras patologias, sem causar danos ou efeitos colaterais. Portanto, para maior efetividade, seria necessário maior divulgação das práticas e seus benefícios, utilizando a exposição de resultados fidedignos e protocolos mais acessíveis, para que a sociedade possa utilizar a terapia para complementar seus tratamentos relacionadas a patologias agudas ou crônicas.

É necessário conhecimento específico para a execução correta dessa técnica, a qual é de baixo custo e de fácil acessibilidade. A sua execução no âmbito acadêmico, favorece a diminuição de inúmeros fatores prejudiciais a saúde, auxiliando no maior desempenho das suas atividades diárias, propiciando ao acadêmico um amplo conhecimento para assim exercer na sua futura profissão.

Palavras-chave: Auriculoterapia. Práticas Integrativas e Complementares. Acupuntura. Enfermagem. Saúde Coletiva. Autocuidado.

### Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) compreende que a auriculoterapia é uma prática terapêutica muito eficaz, acessível e de baixo custo, sendo evidente que os resultados são benéficos no tratamento de diversas patologias, ainda nas primeiras sessões (SCAVONE, 2016).

A auriculoterapia assemelha o pavilhão auricular ao de um feto humano de cabeça para baixo, onde o lóbulo da orelha representa a cabeça e os pés a parte

superior da orelha. Desta forma, o corpo é analisado de modo holístico a partir do microsistema auricular, onde os pontos localizados na orelha correspondem as regiões corporais (LEMOS, 2019).

A orelha é uma região inervada e interligada ao Sistema Nervoso Central, possibilitando assim, através do estímulo auricular, o desencadeamento e impulsionamento de reações químicas e físicas, promovendo a homeostase corporal. Como dito, a região auricular constitui um microsistema que está relacionado com o corpo, sendo que os pontos excitados podem regular determinados sistemas do organismo, atuando tanto nos aspectos físicos quanto e psíquicos. Assim, as alterações encontradas no organismo se manifestam em diferentes regiões do pavilhão auricular, podendo ser visto na orelha machas, rubor, edema e outros sintomas caracterizados pelo desequilíbrio corporal (FINKLER, 2019).

A acupuntura auricular serve para toda a sociedade, sem contra indicação quanto ao sexo, raça, idade, religião e etnias. Assim, todo o benefício dessa terapia pode ser aproveitado pela população em geral. É um método utilizado para tratar diferentes problemas agudos e crônicos, emocionais, stress, enxaquecas, vícios, depressão, ansiedade, alergias, alívios de dores e, ainda podem auxiliar os indivíduos a alcançar uma melhor qualidade de vida (SOUZA, 2007).

Ressalta-se que no Brasil, desde 2006, o ministério da saúde, por meio de uma portaria ministerial, aderiu à Medicina Tradicional Chinesa (MTC), publicando a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS). Dentre as práticas da MTC, adotadas pela PNPIC está a auriculoterapia, que é uma prática relatada há pelo menos 2000 anos (DO PRADO, 2012).

Assim, frente a esta realidade, o Simpósio Goiano de Terapias Holísticas ofereceu, em sua programação, um Curso de formação em Auriculoterapia, no qual discentes participantes dos Projetos de extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem” e “Oxum” tiveram a oportunidade de participar.

## Métodos

Trata-se de um relato de experiência de uma ação realizada pelos

REALIZAÇÃO

participantes do Projeto de Extensão “PICS Autocuidado Para se Viver Bem”, onde os mesmos, sob a Coordenação da Professora Shirley Kellen Ferreira realizaram a terapêutica da Auriculoterapia, junto à comunidade acadêmica da UEG – Campus Ceres.

Os discentes se capacitaram como Auriculoterapeutas no curso ofertado no Simpósio Goiano de Terapias Holísticas, que ocorreu em junho de 2019, na UEG - Campus Ceres, em parceria com o instituto Ubuntu - Psicologia e Desenvolvimento de Pessoas.

Desta forma, a ação foi desenvolvida ofertando-se gratuitamente atendimentos de Auriculoterapia aos acadêmicos da instituição e comunidade, durante um dia de prática, das 17:00 as 19:00 horas, impulsionando, assim, o conhecimento e a carreira dos discentes, para que saiam da graduação para o mercado de trabalho com uma visão mais holística e menos hospitalocêntrica.

## Resultados e Discussão

A prática da Auriculoterapia foi realizada pelos acadêmicos que se capacitaram durante o Simpósio Goiano de Terapias Holísticas. A ação, coordenada pela responsável pelo projeto “PICS Autocuidado para se Viver Bem” teve o intuito de levar a auriculoterapia ao público interno e externo da UEG – Campus Ceres, apresentando-a como um práticas de baixo custo, porém com excelentes resultados. Foi possível difundir o conhecimento quanto aos benefícios da prática bem como promover a “quebra de tabu” visualizada na comunidade beneficiada.

Durante os atendimentos, foi possível, também, informar aos indivíduos atendidos sobre a existência e possíveis benefícios de outras tantas práticas, que inclusive já são reconhecidas em grande número (29 práticas) pelo SUS.

Observou-se que muitos indivíduos atendidos na ação não tinham conhecimento sobre o que era auriculoterapia e sua funcionalidade. Observou-se que a ação despertou a curiosidade dos participantes, principalmente quanto ao uso ou não de agulhas na prática. Muitos demonstraram receio inicial por esse motivo. Momento em que os auriculoterapeutas esclareciam que pode-se aplicar a terapêutica de duas formas, sendo que a qual os mesmos foram capacitados

envolvia apenas o uso de sementes. A partir de tais esclarecimentos, surgiu, consequentemente, o interesse em se submeter à terapia.

Foram utilizados os protocolos para ansiedade e estresse, devido a pressão e conflitos presentes na vida acadêmica. Os participantes da prática, que se submeteram à terapêutica relataram que a auriculoterapia os trouxe grandes benefícios, sendo eles a redução do estresse, da ansiedade, bem como uma maior disposição para realizações de atividades cotidianas, sensação de leveza e calma.



**Figura 1.** Prática de auriculoterapia realizada nos discentes da Universidade Estadual de Goiás - Campus Ceres (UEG). Foto autorizada. a) foto de como e colocado as semente na orelha. b) foto para demonstrar os locais onde os pontos são colocados para ilustrar para o participante. Fonte: Autoria Própria (2019).

## Considerações Finais

Se mostra importante a inserção de práticas terapêuticas complementares para os acadêmicos e comunidade em geral, propiciando resultados positivos a curto prazo e baixo custo econômico, de grande valia para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo, bem como tratamento complementar a diversas patologias. Sabe-se que a terapia ainda é pouco conhecida pela comunidade, o que a torna ainda mais distante da realidade, e consequentemente, impossibilita a exploração dos benefícios que ela proporciona. Assim, o projeto “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, pretende



reeditar o projeto ampliando seu escopo ao atendimento da comunidade em geral.

## Agradecimentos

A Universidade Estadual de Goiás – Campus Ceres, à Professora Shirley Kellen Ferreira, idealizadora do Projeto de extensão “PICS Autocuidado para se Viver Bem”, à Professora Thallita de Freitas Ramos, idealizadora do Projeto de extensão “Oxum”, a Coordenadora do Curso de Enfermagem, Professora Rayane da Penha Eugênio de Oliveira, ao Psicólogo e Terapeuta Kassio Kran, ao Instituto Ubuntu e todos os palestrantes e terapeutas que participaram do Simpósio.

## Referências

BRASIL. Ministério da saúde. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006.** Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasil. 2006.

DO PRADO, J. M.; KUREBAYASHI, L. F. S.; DA SILVA, M. J. P. Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 5, p. 1200-1206, 2012.

SCAVONE A. M. P. **Manual de auriculoterapia acupuntura auricular francesa e chinesa.** Editora Kindle. 2016.

LEMOS, L. R.; DOS SANTOS, S. G. Uso da auriculoterapia na dismenorreia. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 4, p. 3402-3407, 2019.

FINKLER, R. U.; SAN MARTIM, M. Eficácia da auriculoterapia na dor no ombro-uma revisão integrativa. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 2, n. 1, p. 56-60, 2019.

SOUZA, M. P. **Tratado de Auriculoterapia.** 1ª Edição. Distrito Federal. Editora Novo Horizonte. 2007.

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis









e significativamente fraca entre o alcance funcional e a idade, onde maiores valores do TAF se apresentam em indivíduos com menos de 65 anos. Muitos estudos apontam a utilização do TAF em idosos devido a sua influência ao equilíbrio e a quedas. Duncan *et al.* (1992) concluem que o alcance funcional é uma medida clínica simples e que possui validade preditiva na identificação de quedas recorrentes.

Apesar do TAF em relação aos grupos não apresentar relação significativa ( $p > 0,05$ ), os valores referentes aos testes no GS foram maiores que no GO, indicando assim que quanto maior o IMC menor o grau de funcionalidade e equilíbrio. Soares *et al.* (2012) mostram que há associação entre o estado nutricional e a capacidade funcional (CF) de idosos de ambos os sexos, e que a obesidade tem sido apontada como a condição nutricional limitante ao desempenho adequado em vários testes, incluindo o TAF. Portanto, manter a CF, assim como a normalidade do IMC são essenciais para melhorar a qualidade de vida dos idosos.

### Considerações Finais

Esse recorte de dados dos indivíduos com sobrepeso e obesidade participantes do projeto de extensão “Programa de Promoção e atenção à saúde de pessoas obesas” objetivou verificar se existe diferença entre os valores do teste de Alcance Funcional (TAF). O projeto consiste em identificar déficits funcionais dos participantes e orientar quanto as consequências funcionais do excesso de peso orientando sobre como o excesso de massa corporal pode influenciar nas suas atividades funcionais e nas atividades de vida diária dos mesmos. Os valores do TAF estavam reduzidos nos participantes obesos indicando que o IMC pode influenciar na funcionalidade e equilíbrio. Os participantes foram orientados quanto aos riscos de se manter acima do peso.

### Agradecimentos

Agradeço a toda equipe do LAPEME, em especial a professora Dr<sup>a</sup>. Tânia Hamu pela excelente orientação e auxílio durante a pesquisa e extensão, e aos meus colegas que nos ajudaram nas coletas. Agradeço ao Programa Pesquisa para o SUS (PPSUS- FAPEG - DECIT) pelo financiamento da Pesquisa.

#### REALIZAÇÃO



## Referências

ABESO (Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica Diretrizes brasileiras de obesidade). Diretrizes Brasileiras de Obesidade. **ABESO**. – 4.ed. - São Paulo, SP, 2016.

DUNCAN, P. W., STUDENSKI, S., CHANDLER, J.; PRESCOTT, B. Functional reach: predictive validity in a sample of elderly male veterans. **Journal of Gerontology**, 47, M 93-98, 1992.

MOTA, T. S.; SILVA, B. C.; SANTOS, I. S; SILVA, M. S.; SILVA, T. F. Teste de Alcance Funcional: Avaliação do Equilíbrio. São Paulo: **XIV Simpósio internacional de ciências integradas da UNAERP Campus Guarujá**. Ed. 14, 2017

OLIVEIRA. T. A.; DUARTE, S. F. P.; REIS, L. A. Relação entre índice de massa corporal e desempenho motor de idosos pertencentes a grupos de convivência. **Texto Contexto Enfermagem**, 2016; 25(4): 1-9.

SACCO *et al.* Envelhecimento, atividade física, massa corporal e arco plantar longitudinal influenciam no equilíbrio funcional de idosos? **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.22, n.3, p.183-91, jul./set. 2008.

SOARES *et al.* Análise do Desempenho Motor associado ao Estado Nutricional de Idosos cadastrados no Programa Saúde da Família, no município de Vitória de Santo Antão-PE. **Ciência & Saúde Coletiva**, 17(5):1297-1304, 2012.

WANDERLEY, E. N.; FERREIRA, V. A. Obesidade: uma perspectiva plural. **Ciência e saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 185-194, jan. 2010.

WANNMACHER, L. Obesidade como fator de risco para morbidade e mortalidade: evidências sobre o manejo com medidas não medicamentosas. Brasília: **Representação Brasileira da Organização Pan-Americana da Saúde/OMS**. Vol. 1, Nº 7 Maio de 2016.

---

### REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis







cirúrgicos em membros inferiores ou uso de próteses, órteses, história de fraturas na coluna ou em membros inferiores, portadoras de doenças neurológicas, do sistema vestibular e usuários de medicamentos que afetem o equilíbrio.

O Teste de Sentar e Levantar (TSL) da cadeira foi executado avaliando a flexibilidade das articulações dos membros inferiores, equilíbrio e coordenação motora. Na execução do TSL da cadeira foi utilizada uma cadeira com uma distância de aproximadamente 50 centímetros do solo e o participante teve que levantar e sentar sem apoiar os braços na cadeira. Esse processo foi realizado durante 30 segundos, onde foi contada a quantidade de repetições do ato que o participante foi capaz de realizar neste intervalo de tempo (RIKLI; JONES, 1999).

Os dados foram tabulados no programa Microsoft Excel® e posteriormente transferidos para o SPSS® (Sciences Statistical Package for the Social Sciences) versão 23.0. Para caracterização da amostra foi utilizada estatística descritiva com medidas de tendência central e variabilidade (média e desvio padrão). Teste de normalidade com Shapiro Wilk revelou-se amostra normal, então a comparação entre grupos foi com o teste paramétrico ANOVA *one way* seguido do *post hoc de Tukey*, com nível de significância adotado de  $p < 0,001$ .

## Resultados e Discussão

A amostra foi constituída por 93 voluntários classificados com sobrepeso e obeso grau 1, de acordo com seu IMC. Foi realizado o teste de sentar e levantar da cadeira, contabilizando a quantidade de repetições que o participante realizava.

A idade média dos voluntários foi de 55,13 anos, sendo o mínimo 22 e o máximo 86 anos. Nessa amostra, 58 voluntários eram do sexo feminino, sendo 20 (34,48%) sobrepeso e 38 (65,51%) obesos grau I. Do sexo masculino eram 35 voluntários, sendo classificados com sobrepeso 16 (45,71%) e como obesos grau I 19 (54,28%). Na análise estática da variável sexo, não foi encontrada diferença significativa.

Nos indivíduos sobrepeso 55,6% eram do sexo feminino e 44,4% do sexo masculino. No grupo obesos grau I, 66,7% eram do sexo feminino e 33,3% do sexo





entre os grupos não foi suficiente para desencadear alteração expressiva do TSL entre participantes nos grupos de sobrepeso e obesidade grau I..

## Agradecimentos

Agradeço ao Programa Pesquisa para o SUS (PPSUS- FAPEG - DECIT) pelo financiamento da Pesquisa. Agradeço também a toda equipe que compõe o Laboratório de Pesquisa em Musculoesquelética (LAPEME) – UEG, e em especial a coordenadora Doutora Tânia Hamu por sempre estar disposta a nos ajudar e a incentivar nas pesquisas.

## Referências

- ARAÚJO, C.G.S. Teste de sentar-levantar: apresentação de um procedimento para avaliação em Medicina do Exercício e do Esporte. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 5, n. 1, p.1- 4, 1999.
- ARAÚJO, C.G.S. Teste de Sentar-Levantar: uma ideia simples e bem sucedida. **Revista DERC**, v. 19, n. 2, p. 37-40, 2013.
- LIRA, V.A.; ARAÚJO, C.G.S. Teste de sentar-levantar: estudos de fidedignidade. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. 8 (2): 11-20, 2000.
- LUCENA, M.M. *Sobrepeso e Obesidade: uma realidade na Estratégia Saúde da Família Vila Alexandre Mascarenhas/MG*. 2014. 30f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Minas Gerais, Minas Gerais. 2014.
- MARIATH, B.A. et al. Obesidade e fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre usuários de unidade de alimentação e nutrição. **Cadernos de Saúde Pública**. 23 (4): 897-905. Rio de Janeiro. abril, 2007.
- NUTALL, F.Q. Body Mass Index Obesity, BMI, and Health: A Critical Review. **Nutrition Research**. v 50, n 3, p 117-128, Minneapolis: 2015.





as pessoas vêm despertando interesse maior pelas PICS nos últimos 30 anos, tais como: profissionais de saúde, em busca de melhores abordagens; membros da comunidade científica; instituições governamentais; e, sociedade em geral.

O grande marco das PICS no Brasil ocorreu em 2006, com a publicação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) que institucionalizou a Medicina Tradicional Chinesa - Acupuntura, a Homeopatia, a Fitoterapia, a Medicina Antroposófica e o Termalismo-Crenoterapia. A PNPIC teve como principal ponto a inserção das mesmas na atenção primária a saúde (APS), disponibilizando aos usuários um cuidado continuado, humanizado, holístico e integral. Ainda com o propósito de normatizar o uso das práticas já utilizadas, a PNPIC também auxiliou na ampliação e na facilitação do acesso às PICS, antes restritas apenas ao sistema privado. Dessa forma reconhecendo outras formas de cuidado e possibilitando outros saberes e racionalidades em função da ampliação da variedade nos atendimentos para a APS (SANTOS; TESSER, 2012).

Atualmente, além das 5 práticas reconhecidas com a PNPIC, o SUS reconheceu outras 24 práticas. Sendo que a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa, Yoga foram reconhecidas em 2017 e em 2018 a Apiterapia, Aromaterapia, Bioenergética, Constelação Familiar, Cromoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de mãos, Ozonioterapia e Terapia de Florais foram reconhecidas (BRASIL, 2017, 2018).

Menezes e Dell'Aglio (2009) caracterizam a meditação como um treino da atenção plena no momento presente e tem sido associada a uma melhora no bem-estar biopsicoemocional. Afirmam, ainda, que essa prática originou-se das filosofias espirituais do Oriente, e, a partir da década de 60 houve uma migração dela para o Ocidente, com uma crescente busca para o âmbito pessoal e também científico, com o aumento das pesquisas e estudos relacionados a essa prática.

Assim, com a globalização e a chegada de várias práticas e técnicas do oriente ao ocidente, a meditação tem sido largamente utilizada para controle do stress e para a melhora na qualidade de vida (GOLEMAN, 1997 apud ASSIS, 2013).

## Material e Métodos

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis













linguagem permite que as crianças compreendam que elas possuem um corpo, e que há várias possibilidades de movimentação desse corpo, assim, conhecendo seus limites.

## Material e Métodos

As técnicas adotadas para esta pesquisa foram revisão bibliográfica acerca do tema Dança e Educação Infantil, análises de documentos educacionais que referenciam a Educação Infantil como o Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil (1998), a Base Nacional Comum Curricular (2017) a nível federal e os documentos oficiais da Secretaria Municipal de Educação da cidade de Goiânia. Quanto à abordagem escolhida para este trabalho se associa a uma pesquisa ação, proposta e desenvolvida em um Centro de Educação Infantil da Cidade de Goiânia.

## Resultados e Discussão

A proposta desta pesquisa foi desenvolvida no CMEI Viver a Infância, localizado na Goiânia-Goiás. Nesta instituição é oferecido o ensino da primeira etapa da educação básica, a Educação Infantil, atendendo as crianças de 2 a 5 anos de idade divididas em agrupamentos de acordo com a faixa etária. A proposta escolhida para ser desenvolvida foram as Danças regionais: a Catira por ser uma dança da cultura do nosso estado, e o Frevo por ser uma dança alegre, divertida e criativa.

Para a realização desta pesquisa, as intervenções ocorreram nas quintas-feiras no período vespertino durante os meses de março, abril e maio de 2019. Cada encontro teve duração de 40 minutos. Todas as intervenções foram elaboradas e estruturadas em planos de atividades. As informações coletadas durante as intervenções foram registradas num diário de campo, contendo o que foi ministrado e pontos que foram positivos e/ou negativos.

Durante as intervenções foram trabalhados jogos corporais que exploravam os elementos da dança e as danças regionais Catira e Frevo com suas respectivas características. Através de cada intervenção realizada, as crianças vivenciaram na prática novas experiências da dança, puderam reconhecer as várias possibilidades

### REALIZAÇÃO



de movimentações com seu corpo e conhecer suas diferentes maneiras de se expressarem sempre de forma autônoma e criativa.

Por meio da participação, apreciação e/ou da experimentação da dança para as crianças, foram estabelecidos vários contatos entre eles corporais, emocionais, sociais, e comunicativos. Em acordo com Lima (2009, p. 46), "movimentos e gestos em dança permitem elaborar impressões, conceber e representar experiências, projetar valores, sentidos e significados, revelar sentimentos, sensações e emoções".

A dança na educação infantil desempenha um importante papel pedagógico, pois por meio dela, a criança amplia suas experiências de movimento, produção e criação de movimentos criativos e descobre formas e espaços sempre superando suas limitações e vencendo os desafios. É preciso que se desperte o corpo para a dança, para as várias possibilidades de se criar, experimentar e sentir o movimento, o ritmo de cada gesto e ações desses movimentos.

## Considerações Finais

As atividades propostas e desenvolvidas com as crianças da Educação Infantil nos permitiu compreender que a linguagem da dança é importante para o desenvolvimento integral das crianças. Pois, diante da pesquisa realizada e dos dados obtidos reafirmamos que, a prática da dança na Educação Infantil pode contribuir para a autonomia e criatividade das crianças, além de desenvolver um importante papel pedagógico, promovendo interação, criatividade, autonomia e reflexões críticas.

Com esse trabalho buscamos contribuir para os estudos, pesquisa e laboratório, onde esta linguagem possa ser trabalhada, vivenciada e valorizada dentro da escola onde a dança possui o papel fundamental de levar a criança a pensar seu corpo, ter autoconhecimento, noções de ritmo e tempo, bem como conhecimentos históricos e culturais a partir da dança proposta desenvolvida.

## Agradecimentos

REALIZAÇÃO

PRG  
Pró-Reitoria de  
Graduação

PRP  
Pró-Reitoria de  
Pesquisa e  
Pós-Graduação

PRE  
Pró-Reitoria de  
Extensão, Cultura e  
Assuntos Estudantis





Primeiramente a Deus por toda força e coragem para superarmos as dificuldades. A Universidade Estadual de Goiás- Eseffego por ser um espaço privilegiado para uma formação de qualidade aos alunos. De forma especial a professora Mestre Rosirene Campêlo pelas contribuições a todo trabalho desenvolvido, desde o projeto de pesquisa até o trabalho final do curso, e todos aqueles que contribuíram de alguma forma neste processo.

## Referências

ALMEIDA, Fernanda de Souza. **Que Dança é essa?** Uma proposta para a educação infantil. Dissertação de Mestrado- São Paulo, 2013.

BRASIL, Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Educação é a Base. Brasília, MEC/CONSED/UNDIME, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC-publicação.pdf>>. Acesso em 16 set. 2019.

\_\_\_\_\_. Ministério de Educação. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial curricular nacional para Educação Infantil/** MINISTÉRIO da Educação e do Desporto. Brasília, DF. MEC/SEF, 1998.

LIMA, Ruth R.M. de. **Dança** : linguagem do corpo na Educação Infantil. Dissertação de mestrado- Natal, 2009.

NANNI, Dionísia. **Dança Educação:** pré-escola à universidade- Rio de Janeiro: 5ª edição: Sprint, 2008.

---

### REALIZAÇÃO