



# I CONGRESSO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO DA UEG

14 a 16 de outubro de 2014  
Local: Câmpus – Pirenópolis



## A PSICOLOGIA APLICADA Á SAÚDE

Beatriz Alves da Silva<sup>1\*</sup>, Ana Paula Neves Bittencourt Duarte<sup>1</sup>, Camila Marques Santos<sup>1</sup>,

Melynna Augusta Araújo Brito<sup>2</sup>, Divina Rita da Silva Gomes<sup>2</sup>.

Graduação em Farmácia pela Universidade Estadual de Goiás, Itumbiara, GO,

beatrizfarma1@hotmail.com<sup>1\*</sup>

Docente do Curso de Farmácia da Unidade Universitária de Itumbiara, GO<sup>2</sup>

### RESUMO:

A psicologia como saúde humana permite ter um conhecimento abrangente do homem, sobre suas emoções, sentimentos, inquietudes, angústias, questionamentos e aprendizagem sobre seu desenvolvimento e, com isso um conhecimento maior sobre a vida. Atualmente o ser humano tem sentido uma grande dificuldade em lidar com a complexidade da vida diária, como a vida efetiva, psicológica e social, em razão da escassez de ações e espaços para a reflexão. Isto pode implicar no aparecimento de doenças e distúrbios comportamentais. Devido a esta falta de oportunidade, este projeto visou a implementação de ações como palestras e debates voltados para os alunos da Unidade Universitária de Itumbiara (Unu de Itumbiara) e para a população geral. As ações visaram refletir e debater temas relacionados à saúde emocional e às dificuldades emocionais vivenciadas, além de conscientizar sobre a importância de atitudes voltadas para a promoção e prevenção de doenças bem como uma melhor qualidade de vida da população da cidade. Os principais temas abordados durante a vigência do projeto foram: Ansiedade: A doença do século XXI; Dependência Química e suas principais abordagens; Interdisciplinaridade e Saúde; Qualidade de Vida na Saúde do Hipertenso e portador de Diabetes; Virtualidade e Solidão; Automedicação; Os Perigos da Automedicação; Distúrbios Alimentares; Bullying e suas principais características; Práticas Alternativas e Plantas Medicinais; Prática de Atividade Física e Alimentação Saudável e a

Pirenópolis – Goiás – Brasil

14 a 16 de outubro de 2014



# I CONGRESSO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO DA UEG

14 a 16 de outubro de 2014  
Local: Câmpus – Pirenópolis



importância da Inteligência Emocional na Vida Profissional. Tais assuntos foram explorados mensalmente mediante a contribuição e organização dos alunos do curso de Farmácia e da professora orientadora do projeto. Os principais resultados obtidos foram: disseminação do projeto para a população em geral; prevenção e proteção de doenças psicológicas; conscientização da comunidade acerca dos temas; interação entre discentes e docentes participantes do projeto; promoção de aferição de pressão arterial, glicemia em jejum, prática de atividade física ao ar livre e alimentação saudável. Por isso o projeto de extensão foi de extrema importância para a comunidade acadêmica da Unu de Itumbiara e para a população como um todo, pois o mesmo permitiu conhecimentos acerca dos temas relacionados à psicologia aplicada à saúde, como qualidade de vida e cuidados com a saúde, gerenciamento das emoções, saúde emocional, ansiedade, relacionamento no contexto escolar, dentre outros. Além disso, observou-se uma ótima aceitação do projeto pela população. As palestras e debates foram ministradas tanto na Universidade visando acolher discentes, docentes e funcionários bem como em locais estratégicos como escolas e ao ar livre.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicologia, Saúde, Projeto.