

# MULHER, TRABALHO E SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ATIVA NO PROJETO DE EXTENSÃO MULHER SAUDÁVEL

Aline Monteiro Simm<sup>1</sup>  
Isabela Hodecker da Silveira<sup>2</sup>  
Isadora Laise Pereira<sup>3</sup>  
Michelle Regina Simioni Bento<sup>4</sup>  
Stefani Wünsche<sup>5</sup>  
Adriana Cristina Franco<sup>6</sup>

Eixo: integração ensino-serviço-comunidade  
Categoria: comunicação oral

**INTRODUÇÃO:** Ao analisarmos as condições de trabalho da mulher, nota-se que a remuneração é um fator considerado importante neste contexto, porém as circunstâncias de trabalho aliadas à baixa remuneração, além da sobrecarga somada a atividades domésticas, são fatores característicos no aparecimento de morbidades dessa população (ALMEIDA *et al.*, 2020). Michele, Felix e Maria (2017) relatam que a qualidade de vida da mulher pode ser afetada por conta de um adoecimento. Visando o cuidado à mulher no contexto ocupacional, o Projeto de Extensão Mulher Saudável (PEMS) conta com ações de promoção à saúde feminina, através de equipes multidisciplinares compostas por discentes dos cursos da área da saúde ofertadas pela Faculdades Pequeno Príncipe, com o auxílio da supervisão de um docente. Por conta da pandemia da COVID-19, o PEMS passou por adequações e manteve suas atividades de forma remota através da Plataforma Google Meet. A cada dia a educação em saúde de novos profissionais exige inovações e métodos para, segundo Novaes *et al.* (2021), atender uma demanda crescente por profissionais éticos, humanos e técnicos, com habilidade de solucionar situações inusitadas. Por esse motivo surgiram novas metodologias, dentre elas a Metodologia Ativa de Ensino, na qual o estudante possui grande autonomia durante o processo de ensino aprendizagem (DIAS e VOLPATO, 2017). A partir disso, o PEMS visa fomentar o autoconhecimento da mulher em relação à saúde, seja ela física ou psicológica, através de ações informativas, corroborando com a concepção de Dias e Volpato (2017) de que, através da extensão, os acadêmicos têm a possibilidade de se atentarem às demandas da comunidade, desenvolver o pensamento crítico e colaborar levando conhecimento e assistência a essas pessoas. **OBJETIVOS:** Relatar experiência ativa, sobre a conscientização de colaboradoras, de Instituição Hospitalar, da importância do cuidado com a saúde em tempos de pandemia. Descrever, à luz da literatura, fatores que possam harmonizar a vida pessoal de mulheres, no âmbito do trabalho e da saúde. Demonstrar, por meio de estratégias educativas, a relevância da atenção com a saúde ginecológica, a saúde mental, a família e a alimentação. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um relato de experiência ativa, desempenhado por extensionistas do PEMS que desenvolveu a produção de panfleto educativo com a temática “Mulher, Trabalho e Saúde” no contexto da saúde ocupacional em Instituição Hospitalar associado ao sorteio de um kit beleza, por meio da participação de uma enquete. A construção da ação apoiou-se em uma revisão narrativa de literatura baseada em 15 artigos, que ocorreu entre os meses de Abril à Junho. Foram consultadas as bases de dados eletrônicas, como Scielo e Google Acadêmico, nos idiomas de português e inglês, entre os anos de 2014 a 2021, ainda houveram buscas em livros relacionados à temática e consultas

dos conteúdos disponibilizados em meio eletrônico. **RESULTADOS:** Já se sabe que as mulheres são desproporcionalmente responsáveis por tarefas domésticas, cuidados com os filhos e com o trabalho, deixando de lado o cuidado pessoal (ALMEIDA *et al.*, 2020). Para os autores, as mulheres estão mais sujeitas ao estresse, ansiedade, depressão e outros impactos psicológicos durante a pandemia da COVID-19. Em alguns casos as mulheres ainda passam pela sobrecarga dos estágios reprodutivos e situações de violência doméstica, o que contribui para o descuido com a própria saúde. Segundo Michele, Felix e Maria (2017), essa desigualdade torna as mulheres mais vulneráveis a determinados tipos de agravos e doenças. Para as autoras, é preciso potencializar a participação ativa das mulheres no processo de promoção da saúde e prevenção de doenças, sendo importante discutir esse assunto com a população feminina para fortalecer a autonomia e levar informações relacionadas à saúde e bem-estar geral. Para melhorar e intensificar integralmente o auxílio à saúde da mulher é interessante que o assunto seja visto e aprofundado desde a graduação dos futuros profissionais da saúde. Em algumas Instituições de Ensino o método de abordagem a diversas comunidades e grupos específicos são por meio de Projetos de Extensão. Devido a pandemia, o desenvolvimento do PEMS aconteceu de forma síncrona e assíncrona. Nestes contextos foram empregadas o uso das Metodologias Ativas, que tem por finalidade estimular a autonomia dos alunos e promover um maior engajamento dos mesmos (NOVAES *et al.*, 2021). A partir disso, e com base na importância da saúde da mulher, as extensionistas elaboraram um folheto informativo a ser distribuído às mulheres, sobre a abordagem integral da saúde da mulher, corroborando com o objetivo integrativo de atenção às mulheres. Posteriormente à conclusão do folheto, a ação dará continuidade com a distribuição dos mesmo para as mulheres trabalhadoras da Instituição Hospitalar. A intenção dessa ação é fornecer informações, a fim de conscientizar as trabalhadoras, assim estimulando que as mesmas intensifiquem seus cuidados voltados para saúde e bem-estar. **CONCLUSÃO:** Apesar das dificuldades, é importante que essa temática seja discutida nas graduações em saúde por meio de metodologias ativas. Cabe aos projetos de extensão promoverem ações, mesmo em período pandêmico, proporcionando informações e apoio sobre a saúde pública. Executar o PEMS, durante o período de pandemia, foi um desafio, visto que anteriormente as trabalhadoras alvo das ações eram contempladas com ações presenciais. Ainda, o atual momento sobrecarregou tais mulheres, tornando as abordagens mais relevantes. A fim de atingir o maior número de trabalhadoras, acredita-se que o panfleto informativo poderá gerar mudança de comportamento no cotidiano das mulheres, subsidiando melhor qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Metodologias Ativas, Mulher, Saúde

---

<sup>1</sup> Acadêmica do 5º período do Curso de Graduação em Psicologia da Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

<sup>2,3</sup> Acadêmicas do 5º período do Curso de Graduação em Medicina da Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

<sup>4</sup> Acadêmica do 5º período do Curso de Graduação em Biomedicina da Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

<sup>5</sup> Acadêmica do 7º período do Curso de Graduação em Farmácia da Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

<sup>6</sup> Docente do Curso de Graduação em Medicina e de Enfermagem da Faculdades Pequeno Príncipe. (FPP). Coordenadora do Projeto de Extensão Mulher Saudável.

**REFERÊNCIAS:**

ALMEIDA, M. *et al.* The impact of the COVID-19 pandemic on women's mental health. **Archives of Women's Mental Health**, v. 23, n. 6, p. 741–748, dez. 2020.

DIAS, S. R; VOLPATO, N. A. **Práticas Inovadoras em Metodologias Ativas**. Florianópolis: contexto digital, 2017. Disponível em: [https://www.saojose.br/wp-content/uploads/2018/09/praticas\\_inovadoras\\_em\\_metodologias\\_ativas.pdf](https://www.saojose.br/wp-content/uploads/2018/09/praticas_inovadoras_em_metodologias_ativas.pdf). Acesso em: 19/06/2021.

MICHELE; FELIX, J.; MARIA. Saúde da mulher: o que é poderia ser diferente? **Revista Psicologia Política**, v. 17, n. 39, p. 327–339, 2017.

NOVAES, M. A. B. *et al.* Metodologias ativas no processo de ensino e de aprendizagem: Alternativas didáticas emergentes. **Research, Society and Development**. v.10, n. 4, 2021.