

ORGANIZAÇÃO

Jéssica de Aquino Pereira
Yasmim Aurora Ribeiro Lemos
Silvia Mara Tasso
Diego Guimarães Openheimer

Editora
UNIVÁS



Vivências que Transformam:

Construção Interprofissional
da Extensão na Univás

PROEX

Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários

UNIVÁS

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação – CIP

Pereira, Jéssica de Aquino (Org.).

Vivências que transformam: construção interprofissional da extensão na Univás / Organização de Jéssica de Aquino Pereira, Diego Guimarães Openheimer, Yasmin Aurora Ribeiro Lemos e Sílvia Mara Tasso. Pouso Alegre: Univás, 2026.

52f.: il.

Vários autores.

ISBN: 978-65-85924-36-8

DOI: 10.54665/9786585924368

1. Enfermagem. 2. Fisioterapia. 3. Medicina. 4. Nutrição. 5. Psicologia. 6. Saúde. 7. Extensão. I. Jéssica de Aquino Pereira (Org.). II. Diego Guimarães Openheimer (Org.). III. Yasmin Aurora Ribeiro Lemos (Org.). IV. Sílvia Mara Tasso (Org.). V. Título.

CDD – 378.175

Bibliotecária responsável: Michelle Ferreira Corrêa: CRB/6-3538

Copyright © 2026

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução total ou parcial desta obra, desde que citada a fonte, que não seja para qualquer fim comercial e que haja autorização prévia, por escrito, do autor

Universidade do Vale do Sapucaí - UNIVAS
Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Comunitários
Av. Cel. Alfredo Custódio de Paula, 320 - Medicina, Pouso Alegre - MG,
CEP: 37553-068, Tel.: (35) 3449-8770

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ – UNIVÁS

Vivências que Transformam: Construção Interprofissional da Extensão na Univás

ANO DOS PROJETOS DE EXTENSÃO - 2025

ORGANIZAÇÃO

JÉSSICA DE AQUINO PEREIRA
YASMIM AURORA RIBEIRO LEMOS
SILVIA MARA TASSO
DIEGO GUIMARÃES OPENHEIMER

PRÓ-REITORA DE EXTENSÃO E ASSUNTOS COMUNITÁRIOS DIRETORA DA UNIDADE CENTRAL - UNIVÁS

SILVIA MARA TASSO

COORDENADOR DE EXTENSÃO E ASSUNTOS COMUNITÁRIOS

DIEGO GUIMARÃES OPENHEIMER

Universidade do Vale do Sapucaí - UNIVÁS
Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Comunitários
Av. Cel. Alfredo Custódio de Paula, 320 - Medicina, Pouso Alegre - MG,
CEP: 37553-068, Tel.: (35) 3449-8770

Vivências que Transformam: Construção Interprofissional da Extensão na Univás

PROFESSORES EXTENSIONISTAS - 2025

EDUCAÇÃO FÍSICA

- ANDERSON ROSA ANDRADE

ENFERMAGEM

- GEOVANI CLEYSON DOS SANTOS
- JAQUELINE HELLEN VIANA
- JÉSSICA DE AQUINO PEREIRA

FISIOTERAPIA

- BRUNA CARLOS LEONEL
- JESSICA SUZUKI YAMANAKA
- JONAS ISAC DA ROSA

MEDICINA

- ANA BÁRBARA BARROS
- EUGÊNIO FERNANDES DE MAGALHÃES
- GÉRSO PIMENTA
- ROSÂNGELA LUCINDA ROCHA MONTEIRO
- VITOR ÂNGELO CARLUCIO GALHARDO

NUTRIÇÃO

- CAMILA BLANCO GUIMARÃES

PSICOLOGIA

- FÁBIO REZECK

Universidade do Vale do Sapucaí - UNIVÁS
Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Comunitários
Av. Cel. Alfredo Custódio de Paula, 320 - Medicina, Pouso Alegre - MG,
CEP: 37553-068, Tel.: (35) 3449-8770

SUMÁRIO DOS PROJETOS

EDUCAÇÃO FÍSICA

Núcleo Terceira Idade na Univás - NUTI

Docente: Anderson Rosa Andrade

Alunos: Ana Elissa Souza Rosa; Ana Flávia de Cássia Pereira; Bruna Rafaela Vieira; Emilia Karen Pereira de Rezende; Emily Kariny Pereira de Rezende; Larissa Beraldo Franco.

21

SUMÁRIO DOS PROJETOS

ENFERMAGEM

Integração e Práticas Extensionistas na Enfermagem

Docentes: Geovani Cleyson dos Santos; Jaqueline Hellen Viana; Jéssica de Aquino Pereira

Aluna: Alessandra Geraldo Béco Pereira Lima; Amanda Eduarda Paiva de Souza; Amanda Eduarda Paiva dos Santos; Ana Beatriz Alves da Costa; Ana Caroline do Nascimento Silva; Ana Cecília de Oliveira Franco; Ana Cecília Rodrigues da Silva; Ana Luiza Angelico Machado; Andréia Cristina da Cruz Rodrigues; Anna Luiza Silva Fileni; Ariadini Novais Toniatti; Ariane Cristina da Silva; Cristiane Neves de Oliveira; Cristilaine Justina da Silva; Flávia Eduarda dos Santos; Gabriela Machado Aleixo; Igor Ribeiro Alfredo; Isabelle Scarelli de Souza; Julia Kauany Adão; Julia Leonarda Martins e Silva; Júlia de Jesus Rodrigues; Karina do Nascimento Silva; Kariny Victoria Lopes Silva; Larissa Caroline Faria Ramos; Larissa de Paula Dias Barroso; Laura Ladislau Alves; Layza Souza Alves; Leidiane Aparecida Costa dos Santos; Leticia Camilo Gonçalves; Luiza Rezende; Maria Luiza Paiva Camilo; Nilton Rezende Sandoval; Pedro Henrique Aparecido de Oliveira Silva; Pedro Ramos de Souza; Rafael Henrique Marinho; Raissa Stefany Silva Santos; Rita de Cássia Faustino do Vale; Rodrigo Assis de Souza; Sanmer Kauai Oliveira Silva; Sthefany Pereira Moraes; Tânia Leite de Vitor Peruchi; Thaiane Borges de Lima; Thaynara Letícia da Silva Tobias; Valesca Emboaba Pereira; Victoria Marciano da Silva de Assis; Vitória Maria Ferreira Couto.

23

Reconecta Enfermagem

Docentes: Geovani Cleyson dos Santos

Alunos: Amanda Eduarda Paiva de Souza; Ana Laura Moreira Carneiro; Cesar Augusto Pereira de Andrade; Clarissa Lima; Higor César Feier; Julia Maria Mota Rocha; Larissa de Paula Dias Barroso; Layza Souza Alves; Luiza Rezende; Luiz Felipe de Mira; Sthefany Pereira Moraes.

25

SUMÁRIO DOS PROJETOS

FISIOTERAPIA

Entre Grupo e Singularidade: Experiência de Alunos Extensionistas no Atendimento a Pacientes com Dores de Coluna em Bela Vista-MG

Docente: Jonas Isac da Rosa

Alunos: Ana Cecília Faria Vilhena; Ana Laura Rezende de Carvalho; Annamara Costa Martins; Brenda Luiza Mattos; Gabriela da Silva Teich; Gisele Silva Araújo; Isadora Aparecida Marçal da Silva; João Paulo Prinz da Silva; Kauã Marques Rabelo; Letícia Ferreira Gonçalves Moraes; Luiz Henrique de Faria; Lóren Garcia Camargo; Maria Eduarda da Silva Prado; Matheus Teixeira Marques; Pedro Henrique de Souza Dias; Tainara de Melo Borges; Yasmim Helena dos Santos Almeida Bernardes.

27

Entre Movimento e Experiência: Perspectivas de Alunos Extensionistas no Atendimento a Pacientes Ortopédicos com Disfunção do Ombro

Docente: Jonas Isac da Rosa

Alunos: Ana Cecília Faria Vilhena; Ana Laura Rezende de Carvalho; Annamara Costa Martins; Brenda Luiza Mattos; Gabriela da Silva Teich; Gisele Silva Araújo; Isadora Aparecida Marçal da Silva; João Paulo Prinz da Silva; Kauã Marques Rabelo; Letícia Ferreira Gonçalves Moraes; Luiz Henrique de Faria; Lóren Garcia Camargo; Maria Eduarda da Silva Prado; Matheus Teixeira Marques; Pedro Henrique de Souza Dias; Tainara de Melo Borges; Yasmim Helena dos Santos Almeida Bernardes.

29

Relato de Experiência das Alunas de Fisioterapia no Projeto de Extensão em Saúde da Mulher

Docentes: Bruna Carlos Leonel; Jessica Suzuki Yamanaka; Jonas Isac da Rosa

Alunos: Annamara Martins; Bianca Miranda Cordeiro; Daniela Marçal André; Gabriela da Silva Teich; Glautieli Keuana Cassemiro; Lauane Aparecida da Silva Araújo; Maria Eduarda da Silva Prado; Maria Eduarda Gonçalves Borges; Maria Eduarda Rodrigues Antunes; Maria Fernanda Lopes Rodrigues Pereira; Natália Fernanda Rodrigues; Vitória Ricardo dos Santos; Yasmin Nishi de Oliveira.

31

SUMÁRIO DOS PROJETOS

FISIOTERAPIA

Vivência em Projeto de Extensão de Fisioterapia: Atendimento e Limpeza de Pessários em Saúde da Mulher

Docente: Jonas Isac da Rosa

Alunos: Bianca Miranda Cordeiro; Daniela Marçal André; Gabriela da Silva Teich; Glautieli Keuana Casseiro; Lauane Aparecida da Silva Araújo; Maria Eduarda da Silva Prado; Maria Eduarda Gonçalves Borges; Maria Eduarda Rodrigues Antunes; Maria Fernanda Lopes Rodrigues Pereira; Natália Fernanda Rodrigues; Vitória Ricardo dos Santos; Yasmin Nishi de Oliveira.

33

SUMÁRIO DOS PROJETOS

MEDICINA

Avaliação de Vulnerabilidade Clínica e Funcional em Idosos Institucionalizados em Pouso Alegre-MG

Docente: Vitor Ângelo Carluccio Galhardo

35

Alunos: João Pedro Pereira Verdim; Julia Mendonça Fonseca; Otávio Miguel Magalhães Pereira.

Conscientização sobre Depressão e Sarcopenia em Idosos Moradores em Instituição de Longa Permanência em Pouso Alegre-MG

Docente: Vitor Ângelo Carluccio Galhardo

37

Alunos: Amanda Vitória de Deus Fernandes; Ana Luiza de Oliveira Grillo; Camila Campos de Castro; Izadora Lima de Azevedo; Natália Palettado Amaral.

Como Salvar uma Vida

Docente: Rosângela Lucinda Rocha Monteiro

Alunos: Amy Talita Brezger Santos; Ana Clara Cantarelli Miquelino; Ana Flávia Martins Consentino; Ana Flávia Pereira; Cauã de Freitas Carvalho; Eduarda Pereira Silveira; Estéfano da Silveira Carvalho; Gabriela Candido Barcelos; Gabriela de Moura Camargo; Gabriela Laraia Pinheiro de Medeiros; Gabriela Santos Rodrigues; Gabriel Schettini Gouvêa; Heloísa Gonçalves Ximenes; Henrich Tsutomu Yaguchi; Isaac Ferreira dos Reis Machado; Isabela Corrêa Simões; Isadora Ferreira Lima Menezes; José Eduardo Scioli Filho; Lola Estela Barbosa Castilho; Luís Gustavo Cabral Lino; Manuela Teixeira Vaz de Lima; Maria Clara de Andrade Oliveira; Pietra Maria Barbosa Alves; Richard Lucas Rosa.

39

Medicamentos anti-hipertensivos mais utilizados na prática clínica

Docente: Gérson Pimenta

Alunos: Auã de Freitas Carvalho; Clarrise Souza de Assis; Eduarda Bassoli; Elian Custódio Nunes Jorge; Fernando Maecedo Surita; Jorge Ricardo Aparecido Santiago; Jéssica Floriano Brides; Lucas Gabriel Aquino; Manoela Póvoa; Maria Clara Antunes; Maria Eduarda Gonçalves Caproni; Maria Eduarda Moreira; Maria Eduarda Selicani; Maria Luiza Lopes; Marianna Amaral; Murilo Dinamarco Rodrigues de Almeida; Otávio Henrique Araújo Couto; Pedro Havi Seixas de Oliveira; Yago Viana Ambar Ribeiro.

41

SUMÁRIO DOS PROJETOS

MEDICINA

Oficina de Conscientização Múltipla: Alimentação Saudável, Higiene Pessoal e Gerenciamento de Emoções

Docente: Eugênio Fernandes de Magalhães

Alunos: Alícia Machado Silva; Anna Victória de Paula Basílio; Maria Luiza Souza Delfino.

43

Oficina no CEIM Recanto Feliz, Palestra sobre Bullying e Palestra sobre Abuso Infantil

Docente: Eugênio Fernandes de Magalhães

Aluna: Alícia Machado Silva.

45

Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro

Docente: Ana Bárbara Barros

Alunos: Bárbara Cássia Costa; Elisa Moraes Milagres.

47

SUMÁRIO DOS PROJETOS

NUTRIÇÃO

Ambulatório de Nutrição Social

Docente: Camila Blanco Guimarães

Alunos: Ana Júlia Santiago; Anna Julia Vitória; Catharina Munhoz; João Lucas Rodrigues; Julia Brites Cobra; Maria Aparecida Marques; Mariana Laraia; Rafael Pagliarini; Rychielle Garcia. 49

SUMÁRIO DOS PROJETOS

PSICOLOGIA

Extensão em Psicologia Hospitalar

Docente: Fábio Rezeck

Alunos: Giovanna Gomes Machado; Janacelly Aparecida Costa dos Santos 51
Gonzaga; Lívia Lucília Baião Lima; Maria Eduarda de Brito; Mariana Oliveira
Mendes; Nayara Maria Fortes Bessa; Vitória Cristina Ribeiro de Souza.

PREFÁCIO

A Universidade do Vale do Sapucaí, em sua essência, não se limita à produção e transmissão do conhecimento dentro das salas de aula. Ela se expande, se conecta e se transforma a partir do diálogo constante com a sociedade. É nesse movimento vivo e dinâmico que a extensão universitária se consolida como um dos pilares fundamentais da formação acadêmica, promovendo encontros que ultrapassam os muros institucionais e alcançam realidades diversas, complexas e profundamente humanas.

A obra *Vivências que Transformam: construção interprofissional de extensão na Univas* nasceu a partir desse compromisso. Mais do que um compilado de projetos, este livro representa histórias reais, experiências significativas e trajetórias de aprendizado construídas coletivamente entre estudantes, professores e a comunidade. Cada capítulo traduz o impacto da extensão universitária enquanto prática transformadora, capaz de integrar saberes, desenvolver competências e, sobretudo, formar profissionais mais sensíveis, críticos e comprometidos com o cuidado.

Os projetos aqui apresentados evidenciam a potência da atuação interprofissional, na qual diferentes áreas do conhecimento se articulam para responder às necessidades da população. Desde ações educativas em escolas e instituições de longa permanência, passando pelo cuidado em saúde da mulher, atenção ao idoso, reabilitação física, saúde mental e nutrição social, até iniciativas inovadoras mediadas por tecnologias digitais, percebe-se um fio condutor: o compromisso com a promoção da saúde, da dignidade e da qualidade de vida.

As experiências relatadas carregam não apenas resultados técnicos, mas também transformações subjetivas; tanto na vida das pessoas atendidas quanto na formação dos acadêmicos envolvidos. Ao vivenciarem a prática extensionista, os estudantes ampliam seu olhar sobre o processo saúde-doença, desenvolvem habilidades de escuta, empatia e responsabilidade social, e compreendem, na prática, a importância do cuidado integral.

Destaca-se, ainda, o papel da universidade como agente ativo na construção de uma sociedade mais justa e consciente. Ao fortalecer o vínculo com a comunidade, a extensão reafirma seu caráter dialógico, promovendo a troca de saberes e valorizando as experiências de todos os sujeitos envolvidos.

Este livro é, portanto, um convite à reflexão. Levará o leitor ao reconhecimento da extensão como espaço de aprendizado vivo, valorizará o encontro entre teoria e prática e a compreensão sobre a transformação social. Surge em pequenas ações que geram grandes impactos.

Meu desejo ao prefaciar tal obra é que estas páginas inspirem novas iniciativas, fortaleçam o compromisso com a educação transformadora e reafirmem a importância de uma formação acadêmica conectada com as reais necessidades da sociedade.

Boa leitura!

José Dia da Silva Neto
Magnífico Reitor
Pouso Alegre, 07 de abril de 2026.

APRESENTAÇÃO

É com grande satisfação que apresentamos a primeira edição do e-book “Vivências que Transformam: Construção Interprofissional da Extensão na Univás”, uma publicação que traduz, em relatos concretos, a essência da extensão universitária como espaço de formação, transformação social e construção coletiva do conhecimento.

A extensão representa um dos pilares fundamentais da educação superior, promovendo a integração entre universidade e comunidade por meio de ações que articulam ensino, pesquisa e compromisso social. Nesta edição, reunimos experiências desenvolvidas pelos cursos da Univás que evidenciam a capacidade da universidade de responder às demandas da sociedade, contribuindo para a promoção da saúde, da educação, da cidadania e da qualidade de vida.

Ao longo destas páginas, o leitor encontrará projetos que abordam diferentes realidades e públicos: crianças, adolescentes, gestantes, idosos, pacientes hospitalizados e comunidades em situação de vulnerabilidade social. São iniciativas que envolvem ações educativas, promoção da saúde, prevenção de agravos, assistência especializada, inclusão social, desenvolvimento sustentável e inovação em processos de cuidado. Cada projeto reflete o empenho de docentes, estudantes e parceiros institucionais na construção de soluções que impactam positivamente a vida das pessoas.

Mais do que apresentar resultados, este e-book busca evidenciar o valor formativo da extensão universitária. Ao participar dessas experiências, nossos estudantes desenvolvem competências técnicas, científicas e humanísticas, fortalecendo a capacidade de atuação interprofissional, a sensibilidade social, a empatia e o compromisso ético com a transformação da realidade.

Os relatos aqui apresentados demonstram que a extensão é um espaço privilegiado de aprendizagem significativa, onde o conhecimento acadêmico encontra as necessidades reais da população e se converte em ações concretas de cuidado, acolhimento e desenvolvimento comunitário. São experiências que reforçam a missão institucional da Univás de formar profissionais qualificados, cidadãos conscientes e agentes de transformação social.

Esta publicação também representa o reconhecimento do trabalho desenvolvido por nossos docentes, estudantes, técnicos e parceiros comunitários, que diariamente contribuem para fortalecer os vínculos entre a universidade e a sociedade. Cada projeto descrito neste E-book é resultado do esforço coletivo de pessoas comprometidas com uma educação que ultrapassa os limites da sala de aula e se materializa no serviço à comunidade.

Que esta obra inspire novas iniciativas extensionistas, fortaleça a cultura da responsabilidade social universitária e evidencie o papel estratégico da extensão na construção de uma sociedade mais justa, humana e sustentável.

Desejo a todos uma excelente leitura.

Profa. Ma. Silvia Mara Tasso
Pró-Reitora de Extensão e Assuntos Comunitários – Univás

PRÓLOGO - A UNIVERSIDADE EM MOVIMENTO

A universidade é um espaço de construção do conhecimento, mas sua verdadeira grandeza se revela quando esse conhecimento ultrapassa os limites da sala de aula e encontra as pessoas, suas necessidades, seus desafios e suas histórias. É nesse movimento permanente de aproximação com a sociedade que a extensão universitária ganha significado e se consolida como uma das mais importantes expressões da missão institucional da Universidade do Vale do Sapucaí.

As páginas desta obra representam exatamente esse movimento. Cada projeto aqui apresentado traduz o compromisso de estudantes, professores e parceiros comunitários com uma educação que não se limita à formação técnica, mas que busca desenvolver profissionais conscientes de seu papel social, preparados para atuar com competência, sensibilidade humana e responsabilidade cidadã.

Ao longo desta publicação, o leitor encontrará experiências construídas em diferentes cenários e contextos. São ações realizadas em escolas, instituições de longa permanência para idosos, unidades de saúde, espaços comunitários e organizações parceiras. São iniciativas que promovem saúde, educação, inclusão, cidadania, sustentabilidade e qualidade de vida.

A extensão universitária possui uma característica singular: ela transforma simultaneamente quem oferece e quem recebe. Enquanto a comunidade se beneficia do conhecimento produzido na universidade, nossos estudantes ampliam sua compreensão da realidade, desenvolvem empatia, fortalecem valores éticos e descobrem, na prática, o verdadeiro sentido das profissões que escolheram exercer. Cada encontro, cada atividade e cada projeto tornam-se oportunidades de aprendizado que dificilmente poderiam ser reproduzidas em qualquer outro ambiente formativo.

Os relatos reunidos nesta obra evidenciam também a força da atuação interprofissional. Em uma sociedade marcada por desafios cada vez mais complexos, torna-se indispensável a integração de diferentes áreas do conhecimento na busca por soluções efetivas e humanizadas. A extensão universitária proporciona esse encontro de saberes, fortalecendo a colaboração, o diálogo e a construção coletiva de respostas para as demandas da população.

Esta publicação é igualmente um reconhecimento ao trabalho desenvolvido por nossos docentes, estudantes, técnicos-administrativos e parceiros externos. Cada projeto aqui apresentado carrega horas de planejamento, dedicação, estudo, escuta e compromisso social. Carrega também a confiança das comunidades que abriram suas portas para receber a universidade e compartilhar conosco suas vivências, necessidades e potencialidades.

Que estas páginas inspirem novas iniciativas, ampliem o reconhecimento da extensão universitária e reforcem a convicção de que a educação encontra seu propósito mais elevado quando se coloca a serviço das pessoas.

Porque uma universidade verdadeiramente comprometida com a sociedade é, acima de tudo, uma universidade em movimento.

Prof. Me. Diego Guimarães Openheimer
Coordenador de Extensão e Assuntos Comunitários- Univás

A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E OS OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL (ODS)

A Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, instituída pela Organização das Nações Unidas (ONU), representa um dos mais abrangentes compromissos globais já estabelecidos em favor da construção de sociedades mais justas, inclusivas, resilientes e ambientalmente responsáveis. Estruturada em 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) e 169 metas integradas, a Agenda 2030 propõe uma visão sistêmica do desenvolvimento humano, reconhecendo a interdependência entre fatores sociais, econômicos, ambientais e institucionais.

Nesse cenário, as Instituições de Ensino Superior assumem papel estratégico na promoção dos ODS por meio da produção do conhecimento, da formação de profissionais qualificados e da interação permanente com a sociedade, especialmente por meio da extensão universitária. Estudos recentes apontam que as universidades possuem potencial singular para atuar como agentes de transformação social, contribuindo para a implementação dos ODS por meio do ensino, da pesquisa, da inovação e da extensão, aproximando conhecimento científico e necessidades sociais concretas.

A extensão universitária representa a materialização do compromisso social da universidade. Por meio dela, o conhecimento produzido no ambiente acadêmico é compartilhado com a comunidade, ao mesmo tempo em que os saberes populares, culturais e territoriais retornam à universidade, fortalecendo processos de aprendizagem mútuos e promovendo a construção coletiva de soluções para problemas reais.

A UNESCO tem destacado que a educação para o desenvolvimento sustentável deve ser compreendida como uma estratégia transversal capaz de impulsionar todos os ODS, estimulando a formação de cidadãos críticos, responsáveis e comprometidos com a sustentabilidade em suas múltiplas dimensões.

Os projetos apresentados na obra *Vivências que Transformam: Construção Interprofissional da Extensão na Univás* evidenciam a contribuição efetiva da universidade para o alcance dos ODS.

- **ODS 1 – Erradicação da Pobreza.** Encontra respaldo nas ações que ampliam o acesso à educação, à saúde e à informação para populações em situação de vulnerabilidade social, fortalecendo capacidades individuais e coletivas para a melhoria das condições de vida. Embora os projetos não tenham como foco direto a geração de renda, promovem inclusão social, acesso ao conhecimento e redução de vulnerabilidades, aspectos fundamentais para o enfrentamento da pobreza multidimensional. Os projetos extensionistas contribuem para a redução das vulnerabilidades sociais ao promover informação qualificada, prevenção de doenças e fortalecimento da autonomia das comunidades atendidas. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; Conscientização sobre Depressão e Sarcopenia em Idosos Moradores em Instituição de Longa Permanência; Avaliação de Vulnerabilidade Clínica e Funcional em Idosos Institucionalizados em Pouso Alegre-MG.**
- **ODS 2 – Fome Zero e Agricultura Sustentável.** A promoção da alimentação adequada e saudável é uma das estratégias fundamentais para a prevenção de doenças e melhoria da qualidade de vida. As ações extensionistas desenvolvidas estimularam hábitos alimentares saudáveis desde a infância, contribuindo para a educação nutricional e para a conscientização sobre escolhas alimentares mais adequadas. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; Oficina de Conscientização Múltipla: Alimentação Saudável, Higiene Pessoal e Gerenciamento de Emoções.**
- **ODS 3 – Saúde e Bem-Estar.** A promoção da saúde e do bem-estar constitui um dos principais eixos da extensão universitária desenvolvida pela Univas. Os projetos contemplaram prevenção de doenças, rastreamento de agravos, educação em primeiros socorros, promoção da saúde mental, envelhecimento saudável e fortalecimento do cuidado integral, ampliando o acesso da população a informações e intervenções de impacto positivo para a qualidade de vida. **Exemplos: Como Salvar uma Vida; Conscientização sobre Depressão e Sarcopenia em Idosos Moradores em Instituição de Longa Permanência; Avaliação de Vulnerabilidade Clínica e Funcional em Idosos Institucionalizados; Medicamentos Anti-Hipertensivos Mais Utilizados na Prática Clínica.**
- **ODS 4 – Educação de Qualidade.** A extensão universitária é um espaço privilegiado de aprendizagem significativa, permitindo a integração entre teoria e prática. Os projetos fortaleceram a formação acadêmica dos estudantes e promoveram ações educativas junto à comunidade, ampliando o acesso ao conhecimento e contribuindo para o desenvolvimento de competências técnicas, científicas e humanísticas. **Exemplos: Como Salvar uma Vida; Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**

- **ODS 5 – Igualdade de Gênero.** A promoção da igualdade de gênero envolve a garantia de acesso equitativo à educação, à saúde e às oportunidades de participação social. As ações extensionistas contribuíram para a valorização da diversidade, da inclusão e do respeito às diferenças, fortalecendo práticas de cidadania e equidade. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; projetos relacionados à saúde da mulher e às ações educativas comunitárias descritas no e-book.**
- **ODS 6 – Água Potável e Saneamento.** O acesso à água de qualidade e às práticas adequadas de higiene representa um dos pilares da promoção da saúde. As atividades extensionistas estimularam hábitos de higiene pessoal e conscientização sobre fatores ambientais relacionados à prevenção de doenças. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**
- **ODS 7 – Energia Limpa e Acessível.** Embora não seja um foco direto dos projetos apresentados, a conscientização sobre sustentabilidade, preservação ambiental e uso responsável dos recursos naturais contribui para a construção de uma cultura voltada ao desenvolvimento sustentável. **Exemplos: Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**
- **ODS 8 – Trabalho Decente e Crescimento Econômico.** A formação de profissionais qualificados e comprometidos socialmente contribui para o fortalecimento dos serviços de saúde e para o desenvolvimento econômico sustentável. A vivência extensionista amplia competências profissionais essenciais para a atuação ética e responsável no mercado de trabalho. **Exemplos: Todos os projetos extensionistas descritos na obra, especialmente Como Salvar uma Vida e Medicamentos Anti-Hipertensivos Mais Utilizados na Prática Clínica.**
- **ODS 9 – Indústria, Inovação e Infraestrutura.** A utilização de metodologias inovadoras, recursos tecnológicos e estratégias educativas diferenciadas fortalece a inovação aplicada à educação e à saúde. Os projetos demonstram a capacidade da universidade de produzir conhecimento e aplicá-lo em benefício da sociedade. **Exemplos: Como Salvar uma Vida (uso de simulações e realidade virtual); Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**

- **ODS 10 – Redução das Desigualdades.** Os projetos extensionistas atuaram diretamente junto a populações vulneráveis, promovendo inclusão social, acesso à informação e ampliação das oportunidades de cuidado em saúde. Essas ações contribuem para reduzir desigualdades sociais e fortalecer a equidade. **Exemplos: Conscientização sobre Depressão e Sarcopenia em Idosos Moradores em Instituição de Longa Permanência; Avaliação de Vulnerabilidade Clínica e Funcional em Idosos Institucionalizados; Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG.**
- **ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis.** A atuação da universidade em escolas, creches, instituições de longa permanência, unidades de saúde e espaços comunitários fortalece redes locais de cuidado e promove ambientes mais saudáveis, seguros e inclusivos. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro; Como Salvar uma Vida.**
- **ODS 12 – Consumo e Produção Responsáveis.** A conscientização sobre sustentabilidade, uso racional dos recursos naturais e responsabilidade socioambiental esteve presente nas atividades voltadas à educação ambiental e à promoção de hábitos sustentáveis. **Exemplos: Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**
- **ODS 13 – Ação Contra a Mudança Global do Clima.** As ações fundamentadas no conceito de Saúde Única (One Health) reforçaram a relação entre ambiente, clima e saúde humana, promovendo a conscientização sobre mudanças climáticas, prevenção de zoonoses e preservação ambiental. **Exemplos: Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**
- **ODS 14 – Vida na Água.** A proteção dos recursos hídricos está diretamente relacionada à saúde ambiental e humana. Embora de forma indireta, os projetos contribuíram para a conscientização sobre a importância da qualidade da água e da preservação dos ecossistemas aquáticos. **Exemplos: Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**

- **ODS 15 – Vida Terrestre.** A preservação da biodiversidade e a conscientização sobre a relação entre seres humanos, animais e meio ambiente foram abordadas nas ações de educação ambiental e Saúde Única. **Exemplos: Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro.**
- **ODS 16 – Paz, Justiça e Instituições Eficazes.** A promoção da cultura da paz, do respeito e da proteção de crianças e adolescentes esteve presente em atividades voltadas à prevenção do bullying, combate à violência e fortalecimento da cidadania. **Exemplos: Intervenções Educativas em Escolas e Creches de Pouso Alegre-MG; campanhas educativas relacionadas ao combate ao abuso infantil e prevenção da violência.**
- **ODS 17 – Parcerias e Meios de Implementação.** A construção dos projetos extensionistas ocorreu por meio da cooperação entre universidade, escolas, hospitais, instituições de longa permanência, órgãos públicos, empresas e organizações comunitárias. Essas parcerias ampliaram o alcance das ações e fortaleceram o impacto social das iniciativas desenvolvidas. **Exemplos: Como Salvar uma Vida (Corpo de Bombeiros e Arteris); Saúde Socioambiental: Dialógicas para o Futuro; projetos realizados em escolas, creches, hospitais e instituições de longa permanência.**

Os projetos apresentados nesta obra demonstram que a extensão universitária da Univás contribui de forma significativa para a implementação da Agenda 2030. Ao integrar ensino, pesquisa e extensão em benefício da sociedade, a universidade reafirma seu compromisso com o desenvolvimento sustentável, a responsabilidade social e a formação de profissionais capazes de transformar realidades por meio do conhecimento, da ciência e da cidadania.



NÚCLEO TERCEIRA IDADE NA UNIVÁS- NUTI

Professor: Anderson Rosa Andrade



O envelhecimento ativo tem se consolidado como um dos pilares para a promoção da saúde e da qualidade de vida na terceira idade. Nesse contexto, o Núcleo Terceira Idade da Univás (NUTI) se apresenta como uma iniciativa fundamental ao proporcionar às pessoas idosas a oportunidade de participar de atividades físicas, recreativas e esportivas em um ambiente acolhedor, seguro e socialmente estimulante. Desenvolvido na Unidade Fátima da Univás, no Ginásio Poliesportivo, o projeto busca incentivar a saída do ambiente domiciliar, favorecendo a socialização, a autoestima e a adoção de hábitos mais saudáveis.

As atividades do NUTI são estruturadas a partir de um programa de treinamento físico voltado especificamente para a terceira idade, respeitando as características, limitações e potencialidades desse público.

As aulas de ginástica contemplam diferentes componentes da aptidão física, incluindo alongamentos estáticos e dinâmicos, com foco na mobilidade articular, fortalecimento muscular por meio do treinamento funcional, exercícios voltados à resistência cardiorrespiratória e momentos de alongamento estático direcionados à flexibilidade e ao relaxamento. Essa organização permite uma abordagem equilibrada, contribuindo para a manutenção da funcionalidade, prevenção de quedas e melhora da autonomia nas atividades de vida diária.

Além do treinamento físico regular, o projeto também se destaca pela valorização do aspecto lúdico e social das práticas corporais

Você Sabia?

A prática de exercícios auxilia na mobilidade, força, resistência e flexibilidade ao longo do envelhecimento.

Atividades recreativas, jogos e eventos comemorativos são incorporados à rotina do NUTI, criando um espaço de convivência que vai além do exercício físico. Um exemplo marcante foi a participação dos integrantes do núcleo na dança da quadrilha durante a festa junina, realizada em conjunto com os alunos do Curso de Educação Física. Esse momento fortaleceu vínculos, promoveu integração entre gerações e reforçou a importância do lazer como componente essencial da saúde do idoso.



Atividades Recreativas

O NUTI também se configura como um importante campo de vivência prática para os acadêmicos do Curso de Educação Física. Alunos do 5º e 7º períodos participaram ativamente da aplicação de circuitos de exercícios físicos, acompanhando, orientando e monitorando os participantes da terceira idade. Essa experiência possibilitou aos discentes o desenvolvimento de competências profissionais relacionadas à prescrição de exercícios, condução de grupos, adaptação de atividades e comunicação com o público idoso, contribuindo para uma formação mais sensível e alinhada às demandas reais da população.

A integração entre ensino, prática e pesquisa é outro aspecto relevante do projeto. A utilização do LAFIPE (Laboratório de Aptidão Física e Performance Humana) permitiu a realização de avaliações físicas e o desenvolvimento de pesquisas científicas, envolvendo docentes e discentes do curso. Essa articulação fortalece a produção de conhecimento na área da saúde do idoso e amplia a compreensão sobre os benefícios da atividade física.

Os eventos promovidos pelo NUTI, demonstram a diversidade de ações desenvolvidas ao longo do projeto. Essas iniciativas contribuem para manter o engajamento dos participantes, estimular a continuidade da prática física e promover momentos de interação social, fundamentais para o bem-estar emocional e psicológico da terceira idade.

Os resultados alcançados evidenciam o impacto positivo do NUTI tanto para os idosos quanto para os estudantes envolvidos. Para os participantes da terceira idade, as atividades proporcionaram maior disposição, fortalecimento da autoestima, ampliação das relações sociais e incentivo à manutenção de um estilo de vida ativo. Para os acadêmicos, o projeto representou uma oportunidade concreta de aprendizado interdisciplinar, aproximando a teoria da prática e reforçando o compromisso social da formação em Educação Física.



INTEGRAÇÃO E PRÁTICAS EXTENSIONISTA NA ENFERMAGEM

Professor: Geovani Cleyson dos Santos; Jéssica de Aquino Pereira; Jaqueline Hellen Viana

A integração entre a universidade e a comunidade também se fortalece por meio das plataformas digitais, ampliando o alcance das ações acadêmicas e extensionistas. Nesse contexto, surgiu dentro deste projeto o E-Nursing Conectando a Enfermagem na Rede Social, uma iniciativa do Curso de Enfermagem desenvolvida no ambiente digital por meio do perfil institucional @univasenfermagem, na plataforma Instagram.

A proposta do E-Nursing teve como foco divulgar e valorizar as atividades acadêmicas, científicas e extensionistas realizadas na enfermagem, evidenciando a formação profissional e o papel do enfermeiro como agente de transformação social. Ao utilizar as redes sociais como ferramenta de comunicação, o projeto buscou aproximar a produção acadêmica da comunidade interna e externa, tornando o conhecimento mais acessível, dinâmico e atrativo.



Práticas Extensionistas

Durante o desenvolvimento do projeto, foram compartilhadas práticas, campanhas e ações realizadas pelos discentes, sempre com o acompanhamento e orientação dos professores. As publicações contemplaram registros fotográficos, depoimentos e a apresentação de resultados de projetos anteriores, demonstrando a articulação entre ensino, pesquisa e extensão e reforçando o compromisso do curso com a qualidade da formação, a inovação e o impacto social.

O E-Nursing consolidou-se como um espaço de interação e aprendizado contínuo, estimulando o protagonismo discente e o uso consciente das tecnologias digitais. A iniciativa contribuiu para o fortalecimento da identidade institucional do Curso de Enfermagem, além de valorizar a enfermagem como ciência e profissão essencial no cuidado integral, na promoção da saúde e na educação em saúde.

**As ações divulgadas
reforçam o papel do
enfermeiro como
agente de cuidado,
educação e
transformação social.**

A construção do E-Nursing envolveu um processo colaborativo entre docentes e discentes, desde o planejamento das publicações até a organização do conteúdo divulgado. Os alunos participaram ativamente da seleção dos temas, da produção dos materiais informativos e do registro das ações desenvolvidas pelo curso, exercitando habilidades de comunicação, organização e responsabilidade acadêmica. Esse envolvimento favoreceu uma vivência prática alinhada às demandas contemporâneas da formação em enfermagem, especialmente no que se refere ao uso estratégico das mídias digitais.

Além disso, o E-Nursing contribuiu para estimular a reflexão sobre novas formas de atuação da enfermagem, reconhecendo as redes sociais como ferramentas complementares no processo de educação em saúde, divulgação científica e valorização profissional. Essa experiência permitiu aos estudantes compreender o potencial das tecnologias digitais como aliadas na disseminação de informações qualificadas e no fortalecimento do vínculo entre universidade, comunidade e profissão.



Instagram: @univasenfermagem



Práticas Extensionistas

A presença regular do curso na rede social também possibilitou maior reconhecimento das atividades desenvolvidas pela Enfermagem da UNIVÁS, fortalecendo a comunicação institucional e ampliando o alcance das informações junto à comunidade acadêmica e externa.



Práticas Extensionistas



RECONECTA ENFERMAGEM

Professor: Geovani Cleyson dos Santos; Jaqueline Hellen Viana



Alunos e Professores que trabalharam na Organização do Nursing Bootcamp

O Projeto de Extensão ReConecta Enfermagem vem se consolidando como uma importante iniciativa de aproximação entre egressos e estudantes da graduação. Ao longo do semestre, diversas ações foram realizadas com o objetivo de fortalecer os laços entre diferentes gerações de profissionais formados pela instituição, promovendo troca de experiências, valorização das trajetórias profissionais e fortalecimento da identidade do curso.

Entre as atividades desenvolvidas destacam-se reuniões de planejamento, produção de conteúdos para redes sociais, articulação com docentes e ex-alunos, organização de eventos e ações de divulgação institucional.

Os principais marcos do semestre foi a realização do I Webinário de Egressos do ReConecta Enfermagem, ocorrido em junho de 2025, o Nursing BootCamp e o Webnário sobre currículo lattes, que reuniu alunos e profissionais formados pela Univas para compartilhar experiências, desafios e perspectivas da atuação profissional na enfermagem.



Professor e Alunos Extensionistas

O projeto também realizou uma busca ativa de egressos, permitindo o estreitamento dos vínculos com ex-alunos e a construção de uma base de dados que poderá subsidiar futuras pesquisas sobre inserção profissional, trajetória acadêmica e desenvolvimento da enfermagem. Essa articulação evidencia a integração entre extensão, ensino e pesquisa, pilares fundamentais da universidade.



Aproximação entre egressos e estudantes



Criação de oportunidades de networking e empregabilidade



Fortalecimento do sentimento de pertencimento institucional

Entre os resultados alcançados destacam-se a consolidação da identidade do projeto, a ampliação da participação de egressos nas atividades institucionais, a produção de materiais audiovisuais com depoimentos de ex-alunos e o fortalecimento do sentimento de pertencimento à comunidade acadêmica da Univas.

Mais do que promover encontros, o projeto busca construir uma rede permanente de colaboração, aprendizado e valorização profissional.



Webnário com Egressos do ReConecta Enfermagem

Ao fortalecer os vínculos institucionais, estimular o protagonismo estudantil e acompanhar a trajetória dos profissionais formados pela universidade, o projeto contribui para a qualificação contínua do curso e para a formação de enfermeiros mais preparados para os desafios contemporâneos da saúde. Mais do que resgatar conexões, o ReConecta Enfermagem constrói oportunidades, valoriza histórias e fortalece a identidade da enfermagem da Univas.



Interações entre Egressos e Estudantes no Nursing Bootcamp do ReConecta Enfermagem



Talkshow no Nursing Bootcamp e Webnário do ReConecta Enfermagem



ENTRE GRUPO E SINGULARIDADE: EXPERIÊNCIA DE ALUNOS NO ATENDIMENTO A PACIENTES COM DORES DE COLUNA EM SÃO SEBASTIÃO DA BELA VISTA - MG

Professor: Jonas Isac da Rosa

A prática fisioterapêutica no cuidado às dores de coluna exige sensibilidade clínica, escuta atenta e estratégias que considerem tanto as necessidades individuais quanto os benefícios do cuidado coletivo. Nesse contexto, o projeto extensionista desenvolvido na Clínica de Fisioterapia em São Sebastião da Bela Vista – MG proporcionou aos acadêmicos uma experiência formativa singular, ao unir atendimento em grupo com monitorização individualizada, fortalecendo a integração entre ensino e comunidade.

O início das atividades foi marcado pela realização de anamnese detalhada com todos os participantes, contemplando questionários clínicos direcionados às características da dor na coluna, histórico musculoesquelético, presença de comorbidades e limitações funcionais. A dor foi mensurada por meio da Escala Visual Analógica (EVA), enquanto a avaliação física incluiu análise postural, mobilidade lombossacra, flexibilidade da cadeia posterior e força da musculatura estabilizadora do tronco.

ESCALA DE DOR



Esse processo de triagem, aliado à escuta qualificada, permitiu compreender o impacto da dor nas atividades de vida diária e estabelecer vínculo terapêutico, mesmo em um contexto coletivo de cuidado.



Treinamento da equipe local

A partir dos achados avaliativos, os acadêmicos elaboraram um plano terapêutico estruturado para o trabalho em grupo, respeitando as particularidades de cada participante. As intervenções incluíram oficinas educativas breves, abordando os mecanismos da dor lombar, mitos relacionados ao movimento, princípios de ergonomia e a importância do autocuidado, além de exercícios coletivos com progressão gradual. As sessões ocorreram semanalmente, com duração aproximada de 50 minutos, organizadas de forma a favorecer mobilidade, fortalecimento e consciência postural.

As atividades práticas iniciavam com aquecimento leve, mobilização articular e alongamentos direcionados a grupos musculares como isquiotibiais, glúteos, quadríceps e paravertebrais. Em seguida, eram realizados exercícios de fortalecimento e estabilização lombo-pélvica, incluindo ponte, bird-dog, ativação do transverso do abdome, pranchas adaptadas e agachamentos com foco em alinhamento biomecânico seguro.



Intervenções coletivas com acompanhamento individual.

A reeducação postural integrou movimentos funcionais do cotidiano, como levantar e sentar, controle da coluna neutra e exercícios com bastão para orientação do eixo corporal. O encerramento das sessões contemplava técnicas de respiração diafragmática, relaxamento guiado e orientações para continuidade dos cuidados no domicílio.

Durante toda a intervenção, os acadêmicos acompanharam de forma individualizada a execução dos exercícios, realizando ajustes, acolhendo queixas e identificando situações que demandavam encaminhamento para atendimento especializado.

Essa abordagem integrada favoreceu a participação ativa dos pacientes e proporcionou aos alunos o desenvolvimento de estratégias personalizadas dentro de um ambiente coletivo, fortalecendo o cuidado centrado na pessoa.



Cuidado fisioterapêutico centrado na pessoa.

Os resultados observados incluíram redução dos escores de dor na Escala Visual Analógica, melhora da amplitude de movimento e maior facilidade na execução das atividades de vida diária, como caminhar, sentar, levantar e realizar tarefas domésticas. Os participantes relataram ainda aumento da confiança para o movimento e diminuição do medo associado às atividades físicas. O formato grupal contribuiu para maior socialização, motivação e adesão ao tratamento, estimulando a troca de experiências e o apoio mútuo entre os participantes.

Para os acadêmicos, a vivência extensionista possibilitou o aprimoramento de competências clínicas, comunicativas e éticas, além do fortalecimento do trabalho em equipe, da escuta qualificada e da tomada de decisão clínica.



ENTRE MOVIMENTO E EXPERIÊNCIA: PERSPECTIVAS DE ALUNOS NO ATENDIMENTO A PACIENTES ORTOPÉDICOS COM DISFUNÇÃO DO OMBRO

Professor: Jonas Isac da Rosa

A reabilitação ortopédica do ombro representa um desafio frequente na prática fisioterapêutica, especialmente por envolver uma articulação complexa, amplamente exigida nas atividades de vida diária, laborais e recreativas.

Nesse contexto, o projeto extensionista desenvolvido em São Sebastião da Bela Vista proporcionou aos acadêmicos de Fisioterapia uma vivência prática singular, ao integrar avaliação clínica, intervenção terapêutica em grupo e acompanhamento humanizado de pacientes com disfunções ortopédicas do ombro. A experiência permitiu compreender, na prática, como o movimento, a dor e a funcionalidade se entrelaçam na trajetória de reabilitação desses indivíduos.

O primeiro contato com os participantes ocorreu por meio de uma anamnese detalhada, considerada etapa fundamental para o entendimento global do quadro clínico. Esse momento possibilitou identificar fatores desencadeantes da dor, histórico de lesões, sobrecarga mecânica e limitações funcionais associadas às disfunções do ombro. A utilização da Escala Visual Analógica (EVA), aliada a testes funcionais específicos do complexo do ombro, permitiu aos acadêmicos quantificar a dor, avaliar amplitude de movimento, força muscular e qualidade da execução de tarefas que envolvem elevação e rotação do membro superior.



A escuta qualificada se mostrou essencial para reconhecer o impacto dessas disfunções no cotidiano dos pacientes, fortalecendo o vínculo terapêutico desde a triagem inicial.

A partir das informações coletadas, foi estruturado um programa de fisioterapia em grupo, cuidadosamente planejado para atender às necessidades comuns, sem perder de vista as particularidades individuais. As sessões, realizadas semanalmente com duração aproximada de 50 minutos, integraram exercícios terapêuticos, educação em saúde e momentos de socialização, favorecendo um ambiente acolhedor e motivador. O trabalho em grupo permitiu estimular a troca de experiências entre os participantes, além de promover maior adesão ao tratamento.



Programa de Fisioterapia em Grupo

As intervenções foram organizadas de forma progressiva, iniciando com aquecimento articular e mobilizações suaves, preparando o complexo do ombro para as etapas seguintes. O fortalecimento muscular teve foco nos músculos do manguito rotador e nos estabilizadores escapulares, fundamentais para a estabilidade e funcionalidade do ombro.

Alongamentos específicos foram aplicados às musculaturas encurtadas, visando reduzir tensões e ampliar a amplitude de movimento. As atividades funcionais buscaram simular movimentos do cotidiano, contribuindo para o retorno seguro às atividades habituais.



Acompanhamento Individual

Entre os exercícios realizados, destacaram-se o fortalecimento isométrico e com elásticos resistidos, especialmente em rotações interna e externa, exercícios voltados ao serrátil anterior e trapézio médio para estabilização escapular, além de mobilizações ativas e ativo-assistidas. Exercícios funcionais de alcance, preensão e elevação do membro superior foram incorporados às sessões, sempre respeitando os limites individuais e a tolerância à dor. Durante toda a prática, a monitorização individualizada garantiu a execução correta e segura dos movimentos, evitando compensações e sobrecargas.

A educação em saúde foi um componente central do projeto. Ao longo das sessões, os acadêmicos orientaram os participantes sobre ergonomia, prevenção de movimentos inadequados, correção postural e importância do autocuidado. Essas orientações estimularam a continuidade dos cuidados fora do ambiente clínico, promovendo maior autonomia e conscientização sobre o papel do exercício terapêutico na manutenção da funcionalidade do ombro.

A atuação dos acadêmicos foi marcada pelo desenvolvimento do raciocínio clínico, pela análise criteriosa do movimento e pelo manejo adequado da dor. A necessidade de adaptar exercícios, ajustar cargas e orientar os pacientes de forma clara e empática contribuiu para o aprimoramento das habilidades comunicativas e da sensibilidade no cuidado. O trabalho colaborativo entre os estudantes favoreceu a troca de saberes e a construção coletiva das estratégias terapêuticas, fortalecendo a responsabilidade compartilhada no processo de reabilitação.

Os resultados percebidos ao longo do projeto incluíram melhora da mobilidade funcional do ombro, redução da dor em repouso e durante as atividades diárias, além de maior segurança na realização de movimentos acima da cabeça e tarefas laborais. Os participantes relataram satisfação com o formato grupal do atendimento, destacando o acolhimento, o apoio social e o acompanhamento próximo como fatores determinantes para a adesão ao programa.

Para os acadêmicos, a experiência representou uma oportunidade de vivenciar, de forma concreta, os desafios e avanços do processo de reabilitação ortopédica. A prática possibilitou compreender que o cuidado vai além da aplicação de técnicas, exigindo escuta, empatia e adaptação constante às necessidades de cada paciente.



RELATO DE EXPERIÊNCIA DAS ALUNAS DE FISIOTERAPIA NO PROJETO DE EXTENSÃO EM SAÚDE DA MULHER

Professor: Jonas Isac da Rosa, Bruna Carlos Leonel, Jessica Suzuki Yamanaka.



A atenção à saúde da mulher, especialmente no período gestacional, requer uma abordagem que além do cuidado técnico incorporando acolhimento, escuta qualificada e educação em saúde. Inserido nesse contexto, o Projeto de Extensão em Saúde da Mulher da UNIVÁS tem se configurado como um espaço de cuidado e aprendizado mútuo, ao unir a assistência fisioterapêutica às gestantes do município de São Sebastião da Bela Vista com a formação prática e humanizada das acadêmicas de Fisioterapia.

A experiência vivenciada pelas alunas no projeto possibilitou contato direto com a realidade das gestantes atendidas, permitindo compreender as demandas físicas, emocionais e sociais que permeiam o ciclo gestacional. As atividades desenvolvidas incluíram atendimentos individuais e coletivos, oficinas educativas e orientações

corporais, sempre pautadas na escuta atenta e no respeito às particularidades de cada mulher. Esse processo favoreceu a criação de vínculos e contribuiu para que as gestantes se sentissem acolhidas em um ambiente seguro, no qual puderam expressar dúvidas, medos e expectativas relacionadas à gravidez.



Encontro do grupo de gestantes e equipe do projeto.

Durante os atendimentos, as acadêmicas realizaram triagem fisioterapêutica, orientações posturais, esclarecimentos sobre as mudanças fisiológicas da gestação e intervenções direcionadas às queixas apresentadas.

A atuação supervisionada permitiu que as estudantes desenvolvessem maior segurança na condução das atividades, aliando conhecimento científico à prática clínica. Além disso, o contato contínuo com as gestantes possibilitou às alunas ampliar a percepção sobre a importância do cuidado integral, considerando aspectos físicos e emocionais no acompanhamento da saúde da mulher.

Extensão que transforma



Projetos em saúde da mulher fortalecem o vínculo entre universidade e comunidade, promovendo cuidado qualificado e formação profissional sensível às realidades locais.

Os relatos das gestantes atendidas evidenciaram benefícios significativos decorrentes da participação no projeto. Observou-se melhora na percepção corporal, maior compreensão das transformações próprias da gravidez e redução de inseguranças comuns nesse período. A oferta de orientações claras e acessíveis favoreceu o fortalecimento do autocuidado e contribuiu para que as participantes se sentissem mais confiantes diante das mudanças vivenciadas ao longo da gestação.

Do ponto de vista formativo, o projeto representou uma oportunidade singular para as acadêmicas de Fisioterapia aprimorarem competências clínicas, comunicativas e humanísticas. A vivência prática proporcionou o desenvolvimento do raciocínio clínico, do planejamento das intervenções e da postura ética frente ao cuidado em saúde.

A convivência com diferentes realidades também estimulou uma atuação mais empática e sensível, aspectos fundamentais para a prática profissional na área da saúde da mulher.



Ação educativa com gestantes

Mesmo em andamento, o projeto já demonstra impactos positivos tanto para as usuárias quanto para a formação acadêmica. A continuidade das ações possibilita acompanhar a evolução das gestantes, oferecer suporte durante o período gestacional e contribuir para a construção de práticas de cuidado mais humanizadas. Para as alunas, a experiência consolida aprendizados que dificilmente seriam alcançados apenas em ambientes teóricos, reforçando a extensão como eixo fundamental na formação em saúde.

Dessa forma, o relato de experiência evidencia que o projeto de extensão em saúde da mulher da UNIVÁS cumpre um papel essencial ao promover assistência fisioterapêutica humanizada às gestantes de São Sebastião da Bela Vista e, simultaneamente, contribuir para a formação de profissionais mais preparados, sensíveis e comprometidos com o cuidado integral.



VIVÊNCIA EM PROJETO DE EXTENSÃO DE FISIOTERAPIA: ATENDIMENTO E LIMPEZA DE PESSÁRIOS EM SAÚDE DA MULHER

Professor: Jonas Isac da Rosa

A atenção à saúde da mulher exige abordagens especializadas, contínuas e baseadas em evidências, especialmente no cuidado das disfunções do assoalho pélvico. Nesse contexto, o projeto de extensão “Atendimento e Limpeza de Pessários em Saúde da Mulher” tem sido desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da UNIVÁS, com o objetivo de oferecer assistência fisioterapêutica qualificada às mulheres usuárias de pessário vaginal, garantindo acompanhamento seguro, educação em saúde e reabilitação funcional.

As atividades do projeto envolvem atendimento ambulatorial especializado, com realização de anamnese detalhada, investigando sintomas urinários, evacuatórios e sexuais, além de avaliação clínica e funcional do assoalho pélvico. Essa avaliação é realizada por meio de toque vaginal interno e aplicação do sistema PERFECT (Power, Endurance, Repetition e Fast Contraction), permitindo a análise da força, resistência, controle motor, tônus muscular e integridade neuromuscular pélvica das usuárias.

O acompanhamento das mulheres ocorre de forma periódica, com retirada, higienização e reinserção do pessário a cada três meses, conforme protocolo estabelecido. Durante essas consultas, são avaliados possíveis desconfortos, lesões vaginais ou alterações clínicas associadas ao uso contínuo do dispositivo.



Paralelamente, as pacientes recebem orientações sobre cuidados domiciliares, autocuidado e sinais de alerta, que indicam a necessidade de retorno antecipado ao serviço, fortalecendo a segurança e a adesão ao tratamento.

Nos casos em que são identificadas alterações clínicas relevantes, como dor pélvica persistente, hipotonia ou hipertonia severa do assoalho pélvico, incontinência urinária significativa ou progressão do prolapso, as usuárias são formalmente encaminhadas ao Serviço Especializado de Fisioterapia Pélvica da UNIVÁS, assegurando a continuidade terapêutica em nível avançado. Esse fluxo de cuidado contribui para a integralidade da assistência e para a prevenção de agravamentos clínicos.

O projeto conta com a participação ativa de estudantes do Curso de Fisioterapia, que realizam os atendimentos sob supervisão direta do coordenador responsável. Essa vivência prática possibilita o desenvolvimento de competências clínicas, técnicas e humanizadas na área da saúde da mulher, além de fortalecer a formação acadêmica alinhada às demandas reais da comunidade. Como parte do acompanhamento institucional, são monitorados indicadores como o número de mulheres atendidas, a evolução funcional medida pelo escore PERFECT, a adesão ao uso do pessário, a redução dos sintomas relatados e os encaminhamentos para reabilitação complementar.

O que é o Pessário?



Dispositivo utilizado no manejo conservador do prolapso de órgãos pélvicos e de algumas disfunções urinárias.

Além da assistência direta, o projeto contribui para a organização e sistematização do cuidado às mulheres usuárias de pessário dentro da clínica escola. O acompanhamento estruturado permite maior controle sobre a evolução clínica das pacientes, favorecendo decisões baseadas em evidências e a identificação precoce de situações que demandam atenção especializada. Essa abordagem fortalece a segurança do cuidado e amplia a resolutividade das ações desenvolvidas no âmbito da extensão universitária.



A iniciativa também reforça a importância da educação em saúde como ferramenta fundamental no cuidado em saúde da mulher. Ao receberem informações claras sobre o uso do pessário, autocuidado e reconhecimento de sinais de alerta, as usuárias passam a participar de forma mais ativa do seu processo terapêutico. Esse envolvimento contribui para maior adesão ao acompanhamento, favorecendo resultados clínicos mais satisfatórios e promovendo autonomia no cuidado com a própria saúde.

No contexto acadêmico, o projeto se consolida como um espaço formativo relevante, ao aproximar os estudantes da realidade do atendimento ambulatorial especializado. A vivência supervisionada possibilita a integração entre teoria e prática, estimula o raciocínio clínico e fortalece uma atuação ética, sensível e humanizada. Dessa forma, a extensão cumpre seu papel de complementar a formação profissional, ao mesmo tempo em que responde às necessidades reais da comunidade atendida pela instituição.

Desde o início das atividades, o projeto atende, em média, cinco mulheres por semana, garantindo acompanhamento contínuo das usuárias inscritas no serviço. Em todas as pacientes são realizadas as avaliações clínicas e funcionais, bem como a higienização e reinserção periódica do pessário. A análise dos dados demonstrou que cerca de 30% das mulheres apresentaram sintomas de incontinência urinária, sendo devidamente encaminhadas para tratamento especializado em fisioterapia pélvica.

Os resultados apontam evolução clínica satisfatória, uso seguro do pessário e ampliação do acesso à assistência fisioterapêutica em saúde da mulher, reforçando o papel da extensão universitária como prática integrada ao ensino e à assistência.



AVALIAÇÃO DE VULNERABILIDADE CLÍNICA E FUNCIONAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS EM POUSO ALEGRE-MG

Professor: Vitor Ângelo Carlucio Galhardo



O projeto de Avaliação de Vulnerabilidade Clínica e Funcional em Idosos Institucionalizados foi desenvolvido no

Asilo Nossa Senhora Auxiliadora, em Pouso Alegre – MG. Com o objetivo de identificar idosos mais frágeis e vulneráveis do ponto de vista clínico e funcional, contribuindo para a promoção da saúde e da qualidade de vida dessa população.

A iniciativa encontra-se em andamento e integra ações de ensino, cuidado e aproximação entre a universidade e as Instituições de Longa Permanência para Idosos. As atividades tiveram início com a seleção dos alunos participantes, seguida pela escolha do instrumento a ser utilizado e pelo treinamento específico para sua correta aplicação. Após a autorização da direção da instituição, os estudantes passaram a atuar diretamente junto aos idosos

Aplicando o Índice de Vulnerabilidade Clínica e Funcional (IVCF-20), instrumento que compõe a Avaliação Geriátrica Ampla e permite identificar riscos relacionados à fragilidade, funcionalidade e condições clínicas. Durante todo o processo, os alunos foram orientados quanto à abordagem ética, escuta qualificada e respeito à individualidade dos idosos, fortalecendo a vivência prática em um cenário real de cuidado.

Avaliação Geriátrica Ampla (AGA)

Ferramenta fundamental para identificar fragilidade, depressão, sarcopenia e vulnerabilidade clínica e funcional em idosos, orientando intervenções precoces e qualificadas.



O objetivo geral do projeto é identificar os idosos mais vulneráveis e frágeis e auxiliar os responsáveis pela instituição por meio da elaboração de um relatório com os resultados obtidos, possibilitando a adoção de medidas precoces voltadas à melhoria da qualidade de vida.

Por que avaliar vulnerabilidade?

A identificação precoce da fragilidade permite intervenções mais eficazes, redução de riscos e melhor planejamento do cuidado institucional.



Entre os objetivos específicos, destacam-se a atuação em Instituições de Longa Permanência, ambientes onde vivem idosos com maior grau de fragilidade e que se beneficiam significativamente de ações preventivas; a inserção de alunos de graduação em novos cenários de atuação profissional; e a promoção da saúde e do bem-estar da população idosa institucionalizada.

Até o momento, foram avaliados 34 idosos por meio do IVCF-20. Os resultados apontaram que 8 idosos (23%) apresentaram baixo risco, 6 idosos (17,6%) risco moderado e 20 idosos (58%) alto risco de vulnerabilidade clínica e funcional. Esses achados evidenciam uma elevada vulnerabilidade nessa população, além de fragilidade social, observada principalmente pela ausência de vínculos afetivos relatados pelos próprios idosos durante a aplicação do instrumento.

Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional-20 (IVCF-20)

	() ≥ 85 anos ¹	
2. Em geral, comparando com outras pessoas de sua idade, você diria que sua saúde é:	() Excelente, muito boa ou boa ²	
	() Regular ou ruim ²	
3. Por causa de sua saúde ou condição física, você deixou de fazer compras?		
() Sim ³	() Não ou não fez compras por outras razões que não a saúde	
4. Por causa de sua saúde ou condição física, você deixou de controlar seu dinheiro, gastos ou pagar as contas de sua casa?		
() Sim ³	() Não ou não controla o dinheiro por outras razões que não a saúde	
5. Por causa de sua saúde ou condição física, você deixou de realizar pequenos trabalhos domésticos, como lavar louça, arrumar a casa ou fazer limpeza leve?		
() Sim ³	() Não ou não fez mais pequenos trabalhos domésticos por outras razões que não a saúde	
6. Por causa de sua saúde ou condição física, você deixou de tomar banho sozinho?		
() Sim ³	() Não	
7. Algum familiar ou amigo falou que você está ficando esquecido?		
() Sim ³	() Não	
8. Este esquecimento está piorando nos últimos meses?		
() Sim ³	() Não	
9. Este esquecimento está impedindo a realização de alguma atividade do cotidiano?		
() Sim ³	() Não	
10. No último mês, você ficou com desânimo, tristeza ou desesperança?		
() Sim ³	() Não	
11. No último mês, você perdeu o interesse ou prazer em atividades anteriormente prazerosas?		
() Sim ³	() Não	
12. Você é incapaz de elevar os braços acima do nível do ombro?		
() Sim ³	() Não	
13. Você é incapaz de manusear ou segurar pequenos objetos?		
() Sim ³	() Não	
14. Você tem alguma das quatro condições abaixo relacionadas?		
• Perda de peso não intencional de 4,5 kg ou 5% do peso corporal no último ano ou 6 kg nos últimos 6 meses ou 3 kg no último mês.....	() Sim ³	() Não
• Índice de Massa Corporal (IMC) menor que 22 kg/m ²	() Sim ³	() Não
• Circunferência da panturrilha < 31 cm.....	() Sim ³	() Não
• Tempo gasto no teste de velocidade da marcha (4m) > 5 segundos.....	() Sim ³	() Não
15. Você tem dificuldade para caminhar capaz de impedir a realização de alguma atividade do cotidiano?		
() Sim ³	() Não	
16. Você teve duas ou mais quedas no último ano?		
() Sim ³	() Não	
17. Você perde urina ou fezes, sem querer, em algum momento?		
() Sim ³	() Não	
18. Você tem problemas de visão capazes de impedir a realização de alguma atividade do cotidiano?		
() É permitido o uso de óculos ou lentes de contato.		
() Sim ³	() Não	
19. Você tem problemas de audição capazes de impedir a realização de alguma atividade do cotidiano?		
() É permitido o uso de aparelhos de audição.		
() Sim ³	() Não	
20. Você tem alguma das três condições abaixo relacionadas?		
• Cinco ou mais doenças crônicas.....	() Sim ³	() Não
• Uso regular de cinco ou mais medicamentos diferentes, todos os dias.....	() Sim ³	() Não

Os resultados obtidos serão consolidados em um relatório final, que será entregue e discutido com a direção da instituição ao término do projeto. A iniciativa reforça a importância do rastreamento precoce da vulnerabilidade clínica e funcional em idosos institucionalizados, ao mesmo tempo em que promove a formação acadêmica dos alunos, aproximando-os da realidade do cuidado geriátrico e fortalecendo ações voltadas à promoção da saúde e ao envelhecimento com mais qualidade e dignidade.





CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DEPRESSÃO E SARCOPENIA EM IDOSOS MORADORES EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA EM POUSO ALEGRE-MG.

Professor: Vitor Ângelo Carlucio Galhardo



O envelhecimento populacional tem ampliado a necessidade de ações voltadas à identificação precoce de agravos que comprometem a qualidade de vida da pessoa idosa, especialmente entre aqueles que vivem em Instituições de Longa Permanência. Com esse propósito, foi desenvolvido o projeto de conscientização sobre depressão e sarcopenia em idosos moradores do Asilo Betânia da Providência e do Asilo Nossa Senhora Auxiliadora, ambos localizados no município de Pouso Alegre – MG.

A iniciativa teve como objetivo geral identificar sinais de depressão por meio da aplicação da Escala de Depressão Geriátrica reduzida (GDS-15) e rastrear sarcopenia por meio da medida da circunferência da panturrilha, instrumentos que integram a Avaliação Geriátrica Ampla (AGA).

1. Está satisfeito(a) com sua vida?	☐ Sim	☐ Não
2. Interrompeu muitas de suas atividades?	☐ Sim	☐ Não
3. Acha sua vida vazia?	☐ Sim	☐ Não
4. Aborrece-se com frequência?	☐ Sim	☐ Não
5. Sente-se bem com a vida na maior parte do tempo?	☐ Sim	☐ Não
6. Tem algo ruim lhe acontecendo?	☐ Sim	☐ Não
7. Sente-se alegre a maior parte do tempo?	☐ Sim	☐ Não
8. Sente-se desanimado com frequência?	☐ Sim	☐ Não
9. Prefere ficar em casa e sair e fazer coisas novas?	☐ Sim	☐ Não
10. Acha que tem mais problemas de memória que outras pessoas?	☐ Sim	☐ Não
11. Acha que é maravilhoso estar vivo(a)?	☐ Sim	☐ Não
12. Sente-se inútil?	☐ Sim	☐ Não
13. Sente-se cheio(a) de energia?	☐ Sim	☐ Não
14. Sente-se sem esperança?	☐ Sim	☐ Não
15. Acha que os outros têm mais sorte que você?	☐ Sim	☐ Não

A sarcopenia foi rastreada por meio da medida da circunferência da panturrilha, instrumentos que integram a Avaliação Geriátrica Ampla (AGA). Além disso, buscou-se conscientizar as equipes das instituições sobre a importância do rastreamento sistemático desses agravos e do encaminhamento adequado dos casos identificados.

O projeto considerou um total de 115 idosos institucionalizados, sendo 70 residentes no Asilo Betânia da Providência e 45 no Asilo Nossa Senhora Auxiliadora. Não foram incluídos idosos com comprometimento cognitivo, por impossibilidade de responder aos instrumentos aplicados, nem aqueles com síndrome de imobilidade para a avaliação de sarcopenia. No rastreamento de depressão, foram entrevistados 41 idosos, correspondendo a 35,6% da população total.

No Asilo Betânia da Providência, entre os 18 idosos avaliados, 8 apresentaram escore dentro da normalidade, 8 indicaram depressão leve e 2 apresentaram depressão grave. Já no Asilo Nossa Senhora Auxiliadora, dos 23 idosos entrevistados, 15 apresentaram escore dentro da normalidade, 7 depressão leve e 1 depressão grave. Ao considerar o total de entrevistados, 23 idosos apresentaram sintomas depressivos em algum grau, evidenciando a relevância do rastreamento da saúde mental nesse contexto.

Em relação à sarcopenia, foram avaliados 61 idosos. No Asilo Betânia da Providência, 13 idosos apresentaram sarcopenia, 15 provável sarcopenia e 7 não apresentaram alterações. No Asilo Nossa Senhora Auxiliadora, 5 idosos apresentaram sarcopenia, 6 provável sarcopenia e 15 não apresentaram sinais da condição. Considerando as duas instituições, 39 idosos foram identificados com sarcopenia ou provável sarcopenia, representando 49% dos avaliados, o que reforça a presença desse importante marcador de fragilidade, risco de quedas e comprometimento nutricional e funcional.

As atividades foram realizadas com a participação ativa dos alunos, que atuaram desde o planejamento até a execução das avaliações, sob supervisão docente.

Os estudantes foram responsáveis pela aplicação dos instrumentos, coleta dos dados, organização das informações e análise dos resultados, além de vivenciarem, na prática, a importância da abordagem humanizada e do cuidado integral à pessoa idosa institucionalizada. Essa experiência contribuiu de forma significativa para a formação acadêmica, ao aproximar os alunos da realidade dos serviços de cuidado de longa permanência e fortalecer a integração entre ensino, pesquisa e extensão.



A comunicação dos casos identificados foi realizada junto à direção das instituições por meio da entrega de um relatório contendo os resultados obtidos e apontamentos com sugestões que podem ser implementadas no cotidiano institucional.



COMO SALVAR UMA VIDA

Professora: Rosângela Lucinda Rocha Monteiro



Experiência prática e realista sobre como agir corretamente diante das principais situações de emergência

O projeto de extensão “Como Salvar uma Vida” nasceu com um propósito claro e urgente: transformar conhecimento em ação. Sem fins lucrativos, a iniciativa foi criada para oferecer ao público previamente inscrito uma experiência prática e realista sobre como agir corretamente diante das principais situações de emergência que ameaçam a vida humana, sejam elas clínicas ou traumáticas.

O desenvolvimento do projeto teve início com treinamentos prévios semanais realizados com alunos voluntários previamente inscritos. Ao longo dessas semanas, foram abordados os temas que posteriormente compuseram as estações práticas do evento.

Nas primeiras semanas, o conteúdo foi direcionado à parada cardiorrespiratória. Em seguida, foram trabalhadas a obstrução de vias aéreas superiores e a parada respiratória, fraturas e hemorragias, queimaduras, acidente vascular cerebral e infarto agudo do miocárdio, além de hipoglicemia e convulsões.

Nas semanas finais, os alunos realizaram demonstrações práticas com foco na forma de ensinar o público e executar corretamente as manobras, simulando o funcionamento do evento.

A divulgação contou com o apoio do setor de Marketing da Univas, responsável pela comunicação visual e pela organização dos espaços no local. Também foram realizados registros por meio de imagens aéreas captadas com drone. As inscrições do público foram feitas previamente por meio de formulário online, totalizando inicialmente 192 inscritos.



Professora Rosângela e os alunos do projeto

No dia do evento, a empresa Arteris realizou uma palestra sobre direção automobilística segura e prevenção de acidentes. A ação contou ainda com a parceria do Corpo de Bombeiros de Pouso Alegre e da própria Arteris, possibilitando uma simulação prática de resgate veicular. Durante essa atividade, alunos atores representaram vítimas presas às ferragens de um automóvel, permitindo a demonstração das técnicas de retirada, contenção de hemorragias, imobilização de fraturas, manejo das vítimas, colocação em prancha e transferência para ambulância, bem como a comunicação com unidade hospitalar de referência.



O projeto teve como foco ensinar, na prática, como agir diante das principais emergências ameaçadoras à vida até a chegada do resgate especializado.

O evento foi organizado em sete salas de estações práticas, cada uma identificada por uma cor. Os participantes foram divididos em grupos de até dez pessoas, que iniciavam o percurso pela estação correspondente à sua identificação. As estações abordaram parada cardíaca, parada respiratória, hemorragias e fraturas, queimaduras, infarto e acidente vascular cerebral, convulsão, desmaio e hipoglicemia, além de uma estação com uso de óculos de realidade virtual.

O tempo de permanência em cada estação foi de vinte minutos, com deslocamento sequencial entre elas. Na estação de realidade virtual, os participantes utilizaram óculos que simulavam um circuito urbano sob efeito de álcool e outro sob efeito de drogas, permitindo a visualização das alterações perceptivas nessas condições.

O projeto teve como objetivos capacitar alunos do curso de Medicina em técnicas de primeiros socorros pré-hospitalares, prepará-los para atuar



Simulação prática de resgate veicular



O evento foi organizado em sete estações práticas



Foram 192 inscritos no projeto

como instrutores dessas técnicas junto à população e oferecer à comunidade em geral um treinamento prático de atendimento às principais situações de emergência ameaçadoras à vida.

Segundo relato dos participantes, a experiência permitiu aos alunos consolidar os conteúdos trabalhados ao longo das semanas de treinamento, enquanto o público destacou a organização do evento, o aprendizado obtido durante as atividades práticas e a atuação do Corpo de Bombeiros de Pouso Alegre em conjunto com a empresa Arteris durante a simulação de resgate veicular.



MEDICAMENTOS ANTI-HIPERTENSIVOS MAIS UTILIZADOS NA PRÁTICA CLÍNICA

Professor: Gérson Pimenta



A vivência acadêmica em ambientes hospitalares possibilita aos alunos a aproximação com a prática clínica e o entendimento mais concreto dos agravos crônicos que impactam a saúde da população. Nesse contexto, a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) destaca-se como uma das condições mais prevalentes, exigindo acompanhamento contínuo e uso adequado de medicamentos para seu controle, especialmente diante da presença frequente de comorbidades associadas.

A atividade foi desenvolvida no Complexo Hospitalar Samuel Libânio, com a participação ativa dos alunos, que atuaram de forma organizada e supervisionada. Inicialmente, foi realizada uma abordagem por meio de entrevistas aleatórias no interior do Complexo Hospitalar envolvendo funcionários e acompanhantes de pacientes.

Durante essas entrevistas, os participantes foram questionados sobre o diagnóstico prévio de hipertensão arterial sistêmica e, nos casos afirmativos, sobre quais medicamentos utilizavam para o controle da pressão arterial, bem como a presença de outras comorbidades.

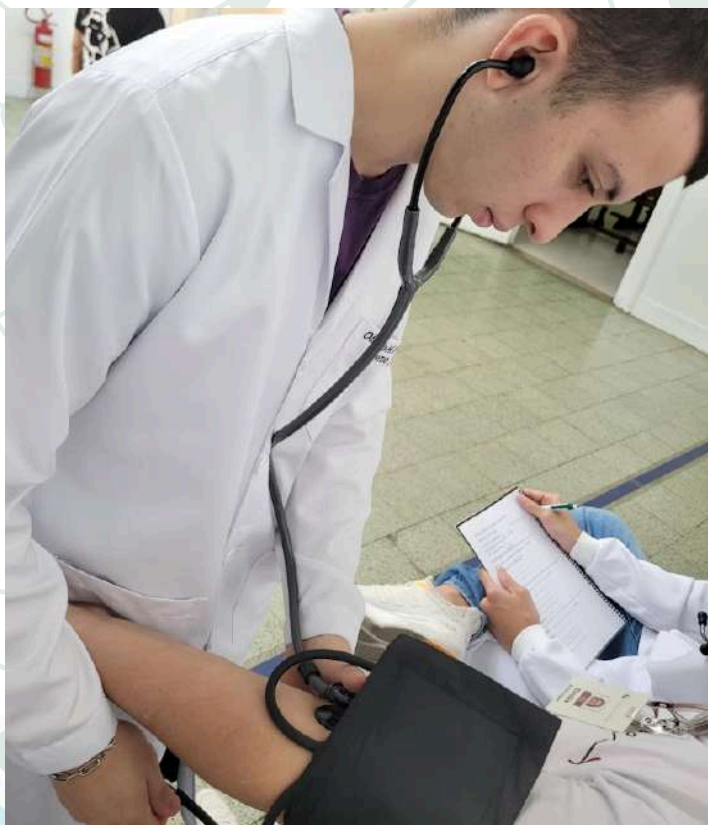
i

Por que avaliar o uso de anti-hipertensivos?

O acompanhamento das medicações permite identificar quais fármacos são mais utilizados na prática clínica e compreender se o tratamento está adequado às necessidades individuais dos pacientes.

Essa experiência permitiu aos alunos desenvolver habilidades de comunicação, escuta qualificada e análise clínica, além de ampliar a compreensão sobre a prescrição de medicamentos anti-hipertensivos em diferentes contextos. A partir dessas informações, os alunos realizaram o levantamento das medicações anti-hipertensivas mais utilizadas na prática clínica, observando também quais fármacos eram mais frequentemente prescritos em situações de associação com outras condições de saúde. Essa etapa permitiu um contato direto com a realidade do uso dos medicamentos, favorecendo a compreensão do manejo terapêutico da hipertensão em diferentes perfis de pacientes.

O trabalho teve como objetivo geral identificar quais medicamentos anti-hipertensivos são mais prescritos na prática clínica, além de possibilitar o conhecimento sobre as medicações mais utilizadas em pacientes com múltiplas comorbidades e sua efetividade no controle da pressão arterial.



A pesquisa encontra-se em andamento, e os dados coletados até o momento estão sendo organizados para posterior análise. A expectativa é que os resultados obtidos contribuam para uma melhor compreensão do perfil de prescrição de medicamentos anti-hipertensivos na prática clínica, além de fortalecer a formação acadêmica dos alunos por meio da integração entre teoria e prática no contexto hospitalar.



Atividade Prática Supervisionada



Ensino e prática clínica

A vivência dos alunos no ambiente hospitalar contribui para a aproximação entre teoria e prática, fortalecendo o aprendizado sobre farmacologia e manejo da hipertensão arterial.



OFICINA DE CONSCIENTIZAÇÃO MÚLTIPLA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, HIGIENE PESSOAL E GERENCIAMENTO DE EMOÇÕES

Professor: Eugenio Fernandes de Magalhães



A promoção da saúde na infância é um passo fundamental para a construção de hábitos que acompanham o indivíduo ao longo da vida. Pensando nisso, foi desenvolvida a Oficina de Conscientização Múltipla: alimentação saudável, higiene pessoal e gerenciamento de emoções, realizada no CEIM Recanto Feliz, no bairro Belo Horizonte, em Pouso Alegre, Minas Gerais. A atividade foi planejada de forma lúdica e interativa, respeitando a faixa etária das crianças e valorizando o aprendizado por meio da prática e da experiência.

Você Sabia?



Brincar também é uma forma de cuidar da saúde e desenvolver autonomia desde cedo.

A oficina teve como foco a educação em saúde infantil e contou com a participação de aproximadamente 40 crianças de 5 anos de idade. Para facilitar a compreensão dos temas e tornar o momento mais atrativo, os alunos do projeto organizaram três estandes temáticos no pátio da escola, cada um dedicado a um aspecto essencial do bem-estar infantil: reconhecimento das emoções, higiene das mãos e alimentação saudável. As atividades foram conduzidas de maneira simples, didática e acolhedora, permitindo que as crianças participassem ativamente de todo o processo. No primeiro estande, o tema trabalhado foi o reconhecimento e o manejo das emoções. Por meio de imagens ilustrativas que representavam sentimentos como alegria, tristeza, raiva e medo, as crianças foram estimuladas a identificar emoções comuns do dia a dia e a refletir sobre como se sentem em diferentes situações.

A partir desse diálogo, buscou-se incentivar a expressão emocional e a construção de formas saudáveis de lidar com os sentimentos, contribuindo para o desenvolvimento da inteligência emocional desde a infância.



Diálogos em Saúde Emocional

O segundo estande abordou a higiene das mãos, com uma atividade prática que despertou grande interesse. As mãos das crianças foram pintadas com tinta, simbolizando a presença de germes, e, em seguida, elas foram orientadas a realizar a lavagem correta até a remoção total da tinta. Essa dinâmica permitiu demonstrar, de forma clara e visual, a importância da higienização adequada das mãos na prevenção de doenças e na manutenção da saúde.



Dinâmica de Lavagem das Mãos

No terceiro estande, o foco foi a alimentação saudável. As crianças participaram de uma simulação de compras em um mercado fictício, utilizando cédulas simbólicas para escolher entre alimentos saudáveis e opções menos nutritivas, como fast foods. A atividade possibilitou observar as preferências alimentares do grupo e conduzir uma conversa educativa sobre a importância de uma alimentação equilibrada e variada para o crescimento e o bem-estar.



Dinâmica de Alimentação Saudável

Os resultados demonstraram grande participação e envolvimento das crianças, além de uma recepção muito positiva por parte dos professores. A abordagem lúdica adotada pelos alunos mostrou-se essencial para o entendimento dos temas, considerando a faixa etária atendida. Foi possível perceber que muitas crianças não possuíam conhecimento prévio sobre a forma correta de lavar as mãos, sobre como lidar com suas emoções ou sobre escolhas alimentares mais saudáveis, o que reforça a importância de ações educativas adaptadas à infância. A oficina alcançou não apenas a conscientização, mas também a prevenção, contribuindo para a promoção da saúde, a redução de doenças e o fortalecimento do desenvolvimento emocional e social das crianças.



OFICINA NO CEIM RECANTO FELIZ, PALESTRA SOBRE BULLYING E PALESTRA SOBRE ABUSO INFANTIL

Professor: Eugenio Fernandes de Magalhães



Equipe de alunos e professores envolvidos nas intervenções educativas realizadas

EM Setembro de 2025, foi realizada uma oficina educativa no CEIM Recanto Feliz, localizado no bairro Belo Horizonte, em Pouso Alegre – MG.

A atividade foi voltada às crianças e teve como foco a orientação em temas de grande relevância, como:



Alimentação Adequada.



Higiene.



Reconhecimento das emoções.

Durante a oficina, foram abordadas práticas relacionadas à alimentação adequada, com a demonstração de alimentos saudáveis, além de orientações sobre higiene, como a lavagem correta das mãos e a escovação dos dentes, contribuindo para a promoção de hábitos saudáveis desde a infância.



Estudantes e docentes envolvidos nas Intervenções Educativas

Ainda no bairro Belo Horizonte, no mês de junho de 2025, foi realizada uma palestra na Escola Jandira Tosta com abordagem voltada à conscientização e prevenção do bullying no ambiente escolar. A atividade buscou sensibilizar os participantes sobre a importância do respeito, da convivência saudável e da identificação de situações de violência, reforçando a necessidade de prevenção e enfrentamento do bullying no cotidiano escolar.

Complementando as ações educativas, também foi realizada uma palestra na Creche Foch, com abordagem voltada à conscientização e à prevenção do abuso físico. A atividade teve como objetivo orientar e sensibilizar sobre a importância da identificação de situações de violência, reforçando estratégias de prevenção e proteção.



Palestra Maio Laranja - Combate do Abuso Sexual Infantil

O objetivo geral das ações foi promover estratégias de prevenção, conscientização, alimentação e higiene. Como objetivos específicos, destacaram-se a prevenção do bullying e do abuso físico, a conscientização sobre essas temáticas, a orientação sobre alimentação adequada por meio da apresentação de alimentos saudáveis e o incentivo às práticas corretas de higiene, como a lavagem das mãos e a escovação dos dentes.

Como resultados alcançados, observou-se o reconhecimento e a conscientização dos participantes em relação aos temas propostos, evidenciando a importância das ações educativas no contexto escolar e infantil.

As ações realizadas reforçam a importância de iniciativas educativas no ambiente escolar e comunitário como estratégias fundamentais de prevenção e conscientização. Ao abordar temas como alimentação, higiene, reconhecimento de emoções, bullying e abuso físico, o projeto contribuiu para a promoção da saúde, do respeito e do cuidado consigo e com o outro.



Educar é também prevenir.



SAÚDE SOCIOAMBIENTAL- DIALÓGICAS PARA O FUTURO

Professor: Ana Bárbara Barros



O projeto “Saúde Socioambiental: Diálogos para o Futuro” é uma ação extensionista vinculada ao curso de Medicina, fundamentada no conceito de Saúde Única (One Health), que reconhece a interconexão entre a saúde humana, animal e ambiental. Desenvolvido em diferentes espaços do município de Pouso Alegre e região, o projeto buscou promover a conscientização sobre os impactos das mudanças climáticas, da degradação ambiental e das relações humanas com o ecossistema, reforçando a importância de uma visão integrada da saúde.

Saúde começa onde você vive



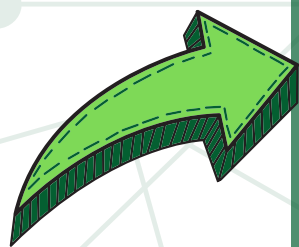
O cuidado com a água, o solo, o ar e os espaços verdes é também uma forma de prevenir doenças e promover qualidade de vida para toda a comunidade.

As ações foram realizadas no Parque Municipal Natural de Pouso Alegre, na Unidade SESI de Pouso Alegre, na UAPS São João (Conexão Saúde), na Escola da Serra, na Escola Estadual Dr. José Marques de Oliveira, no Município de Tocos do Moji, durante o Dia D de combate à dengue, além do Parque Horto Florestal de Pouso Alegre.



Ação Educativa em Comunidade

Nesses locais, os estudantes participaram ativamente do planejamento e da execução. Por meio de:



**Palestras;
Rodas de conversa;
Campanhas educativas.**



Extensão Universitária em Ação

As atividades abordaram temas como doenças emergentes, prevenção de zoonoses, importância da vacinação, qualidade da água, do ar e do solo, uso consciente de plantas medicinais, manejo adequado em acidentes com animais peçonhentos e a relação entre clima, ambiente e saúde.

A atuação dos alunos foi marcada pelo diálogo direto com a população, pela escuta ativa e pela troca de saberes, fortalecendo a integração entre universidade e comunidade.



Diálogos em Saúde

O projeto também teve como foco a formação de agentes multiplicadores, envolvendo estudantes, professores, líderes comunitários e profissionais, com o objetivo de difundir práticas sustentáveis e promover uma compreensão ampliada sobre os determinantes socioambientais da saúde. Essa abordagem favoreceu a construção coletiva do conhecimento e estimulou uma postura crítica e responsável frente aos impactos das ações humanas no meio ambiente.



Conscientização em Saúde Socioambiental

Entre os resultados alcançados, destacam-se a realização de palestras e rodas de conversa em escolas da rede pública e comunidades rurais, a condução do primeiro curso de capacitação em Saúde Socioambiental, e a participação em ações públicas como o Dia D de combate à dengue em Tocos do Moji, a ação OLIMPA (pedal com plantio), atividades no Parque Municipal Natural de Pouso Alegre, no Conexão Saúde (UAPS São João) e palestras em diferentes instituições de ensino. Essas iniciativas fortaleceram as parcerias entre universidade e comunidade, gerando impacto positivo na percepção ambiental e sanitária dos participantes.

Além disso, o projeto contribuiu para o desenvolvimento de habilidades comunicativas, empatia e responsabilidade social entre os estudantes envolvidos, incentivando a busca por conhecimento baseado em evidências e a atualização constante sobre os diversos eixos da Saúde Socioambiental.



AMBULATORIO DE NUTRIÇÃO SOCIAL

Professor: Camila Blanco Guimarães



A atuação do nutricionista na atenção básica vai muito além da prescrição alimentar, exigindo sensibilidade social, escuta qualificada e compreensão das múltiplas realidades que atravessam o processo de alimentação e saúde. Nesse contexto, o Ambulatório de Nutrição Social, desenvolvido na UAPS São João, configura-se como um importante espaço de cuidado, aprendizagem e integração entre universidade e comunidade, aproximando os acadêmicos da prática real da saúde pública.

Os atendimentos realizados no ambulatório contemplam pacientes do próprio bairro, tanto por demanda espontânea quanto por encaminhamentos de outros profissionais da unidade. O público atendido é diverso, abrangendo bebês, crianças, gestantes, adultos e idosos, o que possibilita aos estudantes contato com diferentes fases do ciclo de vida e múltiplas necessidades nutricionais.



Registro e análise para um cuidado nutricional individualizado.

Durante os atendimentos, a avaliação nutricional é conduzida de forma ampliada, considerando não apenas aspectos clínicos e alimentares, mas também a realidade socioeconômica dos pacientes.

Essa abordagem permite compreender os limites e possibilidades de cada indivíduo, evitando orientações incompatíveis com o contexto social e promovendo intervenções mais realistas e eficazes. Os alunos aprendem a construir planos alimentares adequados à rotina, à cultura alimentar e às condições de acesso aos alimentos.

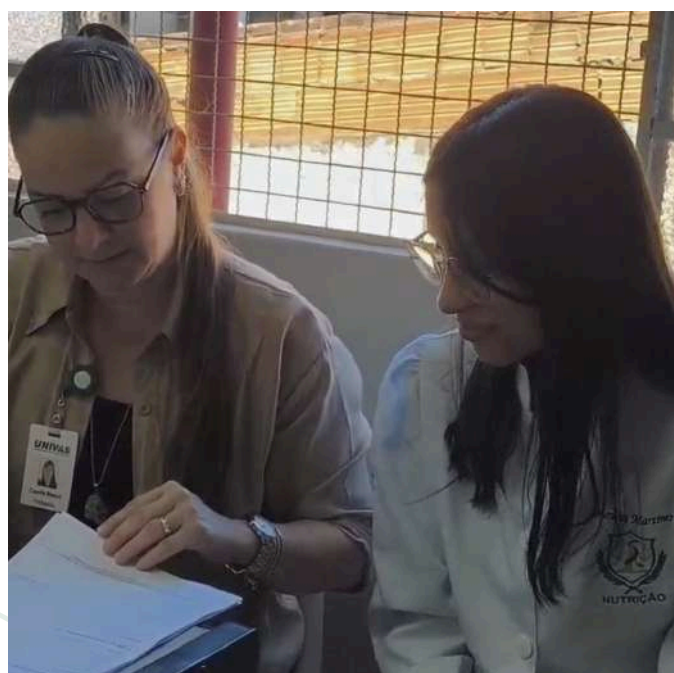
Um dos eixos centrais do ambulatório é a orientação sobre o uso sustentável dos alimentos. Os acadêmicos trabalham temas como redução do desperdício, aproveitamento integral dos alimentos e escolhas alimentares possíveis dentro do orçamento familiar. Essas orientações contribuem para a promoção da segurança alimentar e nutricional, fortalecendo a autonomia dos pacientes no cuidado com a própria alimentação.



Orientação nutricional alinhada à realidade econômica das famílias.

Nos atendimentos a crianças em idade escolar, os alunos também abordam os direitos relacionados à alimentação, orientando famílias sobre a importância de uma alimentação adequada no ambiente escolar. Em casos específicos, são elaboradas prescrições para adequação da merenda escolar, especialmente quando há restrições alimentares, garantindo que as necessidades nutricionais da criança sejam respeitadas no espaço educativo.

Outra dimensão importante da vivência no ambulatório é a articulação com o serviço de assistência social. Os estudantes são orientados sobre a importância de manter conexão com esse setor, solicitando avaliação social em situações em que os pacientes apresentam dificuldade para aquisição de alimentos. Essa prática reforça o caráter multiprofissional do cuidado e evidencia que a alimentação saudável está diretamente relacionada às condições sociais e econômicas.



Registro e análise para um cuidado nutricional individualizado.

Além dos atendimentos individuais, os alunos também participam das campanhas promovidas pela UAPS São João no bairro, ampliando o contato com a comunidade e fortalecendo ações de educação em saúde.

Os resultados observados ao longo do desenvolvimento do ambulatório incluem maior participação dos acadêmicos do curso, aprimoramento da capacidade de manejo dos pacientes e crescente adesão da população atendida. Também se destaca a melhora dos aspectos alimentares de muitos pacientes acompanhados, evidenciando o impacto positivo das orientações realizadas.



EXTENSÃO EM PSICOLOGIA HOSPITALAR

Professor: Fábio Rezeck



Troca de saberes no cuidado hospitalar.

A hospitalização representa, para muitos indivíduos, um momento de ruptura com a rotina, marcado por incertezas, fragilidades e desafios emocionais. O ambiente hospitalar, associado ao adoecimento físico, ao afastamento do convívio social e às mudanças impostas pelo tratamento, pode desencadear reações psicológicas intensas tanto nos pacientes quanto em seus familiares. Nesse cenário, a psicologia hospitalar assume um papel essencial ao oferecer suporte emocional, favorecer a adaptação ao processo de internação e contribuir para uma vivência mais humanizada do cuidado em saúde.

Inserido nesse contexto, o projeto de extensão em Psicologia Hospitalar da UNIVÁS é desenvolvido no Complexo Hospitalar Samuel Libânio, instituição de referência regional, proporcionando aos estudantes a oportunidade de vivenciar a prática psicológica em ambiente hospitalar.

O cuidado psicológico contribui para reduzir o sofrimento psíquico e favorecer a adesão ao tratamento.

A experiência extensionista permite o contato direto com diferentes realidades clínicas, ampliando a compreensão dos aspectos emocionais envolvidos no processo saúde doença e fortalecendo a formação de profissionais sensíveis às necessidades humanas. Além do treinamento físico regular, o projeto também se destaca pela valorização do aspecto lúdico e social das práticas corporais. Ao longo das atividades, os estudantes atuam sob supervisão do professor orientador, realizando acolhimento e escuta qualificada de pacientes e familiares.

Esse primeiro contato possibilita a identificação de demandas emocionais relacionadas ao adoecimento, como ansiedade, medo, angústia, tristeza ou dificuldades de enfrentamento, além de favorecer a construção de vínculo terapêutico em um momento de grande vulnerabilidade. A escuta atenta e empática torna-se, assim, um recurso fundamental para promover conforto emocional e auxiliar na reorganização psíquica frente à experiência da internação.

Além do acolhimento inicial, os extensionistas acompanham pacientes internados em diferentes setores do hospital, realizando intervenções psicológicas breves e avaliações clínicas que auxiliam na identificação das principais necessidades emocionais. Esse acompanhamento permite compreender como o adoecimento e o tratamento impactam a subjetividade do paciente, influenciando sua relação com o corpo, com a equipe de saúde e com o próprio processo terapêutico. Quando necessário, os estudantes realizam encaminhamentos à equipe multidisciplinar, contribuindo para uma abordagem integrada e ampliada do cuidado.

A participação em reuniões de equipe e discussões de casos também compõe o cotidiano do projeto, favorecendo a atuação interdisciplinar e o diálogo entre diferentes áreas da saúde. Essa vivência possibilita aos alunos compreender o papel específico da psicologia dentro do contexto hospitalar, bem como reconhecer a importância da comunicação entre profissionais para a construção de estratégias de cuidado mais eficazes e humanizadas. O contato com diferentes especialidades amplia a visão dos estudantes sobre o funcionamento institucional e sobre a complexidade do trabalho em saúde.



Atuação da Psicologia Hospitalar no cuidado humanizado.

Do ponto de vista formativo, a extensão em psicologia hospitalar contribui de maneira significativa para o desenvolvimento de habilidades próprias do fazer clínico, como a escuta qualificada, a capacidade de observação, a formulação de hipóteses e a realização de intervenções adequadas ao contexto hospitalar.

Os resultados alcançados demonstram que a vivência extensionista favorece uma melhor compreensão dos processos psicológicos envolvidos na hospitalização e no adoecimento, além de consolidar competências essenciais à atuação profissional. A integração entre teoria e prática permite que os estudantes sedimentem conhecimentos adquiridos ao longo da graduação.

Dessa forma, o projeto reafirma a relevância da extensão universitária como espaço privilegiado de formação, articulação entre ensino, pesquisa e prática profissional. A atuação dos estudantes no Complexo Hospitalar Samuel Libânio contribui não apenas para o bem-estar psicossocial dos pacientes e familiares atendidos, mas também para a construção de profissionais comprometidos com a humanização do cuidado e com a promoção da saúde integral.