



FORTALECENDO VIDAS: AÇÕES EXTENSIONISTAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO APOIO A MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA

André Santos Soares¹, Anna Luiza Santos Andrade¹, Bethânia Magalhães Souza¹, Bianca Rocha Lima¹, Cecília Henrique Nogueira Batista¹, Enzo Cardoso Chaves¹, Felipe Santos Cardoso¹, Felipe Costa Mascarenhas¹, Giselle Monteiro Gurgel¹, Igor Pereira Rocha¹, Isabela Ribeiro Melo¹, Ivo Loiola Nobre De Souza¹, Luíza Macêdo Galvão Da Nova¹, Maria Eduarda Gonçalves Flores¹, Marina Pacheco Moreira¹, Rian Brito Ribeiro¹, Wendel Couto Silva Oliveira¹, Juliana Barros Ferreira²



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n11p2102-2112>

Artigo recebido em 24 de Setembro e publicado em 14 de Novembro

RELATO DE EXPERIÊNCIA

RESUMO

Introdução: A violência contra a mulher constitui uma manifestação do favorecimento do homem em detrimento da mulher, responsável por impactos nas esferas individual e coletiva. Assim, justifica-se a necessidade de ações extensionistas que visem a promoção de conhecimentos e compreensão de práticas voltadas ao cuidado desse público. **Objetivo:** Relatar a experiência de estudantes de Medicina na construção e execução de um projeto de extensão educativo, com foco na potencialização do conhecimento quanto às infecções sexualmente transmissíveis (IST) e à sexualidade feminina, aliados a práticas para autocuidado, de mulheres assistidas por um centro de referência, no município de Vitória da Conquista-BA, no período de 2024.2. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, construído por estudantes do quarto período do curso de Medicina, com base no desenvolvimento de um projeto extensionista voltado para mulheres assistidas por um centro de referência, no município de Vitória da Conquista-BA. As ações possuíam caráter educativo, sendo executadas em três dias distintos. A primeira ação voltou-se para a prevenção de IST. A segunda se pautou no entendimento da sexualidade e sua influência na auto percepção feminina. A última, envolveu atividades para promoção do autocuidado, a partir de momentos terapêuticos e de instruções quanto ao cuidado cotidiano com a pele. **Resultados:** O projeto de extensão promoveu espaços para construção de conhecimentos entre a comunidade assistida e acadêmica, importantes para a compreensão dos aspectos que envolvem uma maior e melhor qualidade de vida para as mulheres, tanto fisicamente como mentalmente. As ações trouxeram caráter inovador e sustentável, sendo de baixo custo e de fácil aplicabilidade em outras comunidades. **Conclusões:** As intervenções possuíam potencial de impacto positivo na vida desse grupo, promovendo aprendizados



que lhe garantiram uma melhor compreensão dos fatores que interferem no bem-estar feminino, desde acometimentos físicos, como as IST, até aqueles influenciam na sua auto percepção, autoestima e saúde mental. Com isso, proporcionou-se apoio e fortalecimento a mulheres diante de algumas de suas vulnerabilidades mais patentes.

Palavras-chave: Mulheres, Infecções sexualmente transmissíveis, Sexualidade, Autocuidado.

STRENGTHENING LIVES: EXTENSIONIST HEALTH EDUCATION ACTIONS TO SUPPORT WOMEN VICTIMS OF VIOLENCE

ABSTRACT

Introduction: Violence against women is a manifestation of the advantage of men over women, responsible for impacts on the individual and collective spheres. This justifies the need for extension actions aimed at promoting knowledge and understanding of practices aimed at caring for this public. **Objective:** To report on the experience of medical students in the construction and execution of an educational extension project, focused on enhancing knowledge about sexually transmitted infections (STIs) and female sexuality, combined with self-care practices, for women assisted by a reference center in the municipality of Vitória da Conquista-BA, in the period 2024.2. **Methodology:** This is an experience report by fourth semester medical students, based on the development of an extension project aimed at women assisted by a referral center in the municipality of Vitória da Conquista-BA. The actions were educational and were carried out on three separate days. The first action focused on STI prevention. The second one focused on understanding sexuality and its influence on female self-perception. The last one involved activities to promote self-care, based on therapeutic moments and instructions on daily skin care. **Results:** The extension project promoted spaces for building knowledge between the assisted community and academics, important for understanding the aspects that involve a higher and better quality of life for women, both physically and mentally. The actions were innovative and sustainable, low-cost and easily applicable in other communities. **Conclusions:** The interventions had the potential to have a positive impact on the lives of this group, promoting learning that gave them a better understanding of the factors that interfere with women's well-being, from physical ailments such as STIs to those that influence their self-perception, self-esteem and mental health. This provided women with support and empowerment in the face of some of their most obvious vulnerabilities.

Keywords: Women, Sexually transmitted infections, Sexuality, Self-care.

Instituição afiliada – Faculdade Santo Agostinho

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





INTRODUÇÃO

A violência contra a mulher constitui uma manifestação pautada no favorecimento do homem em detrimento da mulher através de uma relação de submissão (Silva; Oliveira, 2015). Este fenômeno transcende as fronteiras individuais, uma vez que impacta profundamente diversas esferas do desenvolvimento coletivo, especialmente no sistema de saúde pública (Bearzi et al., 2020).

Diversas e profundas são as consequências que impactam as mulheres que sofrem em relações marcadas pelo abuso, atingindo negativamente o bem-estar físico, mental e social das vítimas (Fonseca; Ribeiro; Leal, 2012). No quesito saúde física, a infecção por IST é uma consequência que, apesar de grave e comum, ainda é negligenciada principalmente no contexto da violência marital. Nesse sentido, mulheres que sofrem com esse tipo de violação estão expostas a contrair IST, afetando a saúde reprodutiva, o bem-estar psicológico e a qualidade de vida da vítima (Pinto et al, 2018).

A violência também pode afetar o modo como a mulher se percebe e se relaciona com sua própria sexualidade. Experiências como estupro frequentemente resultam em traumas profundos, que podem levar à perda do desejo, dificuldades em estabelecer intimidade e medo de se relacionar (Giffin, 1994; Basílio; Muner, 2023). Desse modo, as mulheres são pressionadas a reprimir desejos e experiências inerentes ao ser humano, de modo a impedir o desenvolvimento de uma relação saudável com seu corpo (Balbinotti, 2018).

Ainda, entende-se que as marcas da violência contra a mulher estendem-se aos danos à saúde mental que, muitas vezes, são mais nocivos e letais que um dano físico (Pereira et al., 2021). O trauma vivido pode levar a sentimentos de medo constante, baixa autoestima, culpa, desamparo e a pensamentos suicidas que afetam não apenas a vida cotidiana, mas também as relações interpessoais (Silva et al., 2020).

Portanto, diante da relevância dessa temática, surge a necessidade da implementação de ações que possam contribuir com a potencialização dos conhecimentos femininos quanto ao que pode acometer sua saúde física, com as IST, bem como a práticas de autocuidado que possam fortalecer seu bem-estar mental. Ações educativas podem atuar na manutenção da saúde de mulheres, a partir da



sensibilização para adoção de práticas de prevenção de doenças e promoção de cuidados físicos e mentais. Dessa forma, é possível que seja realizada a troca experiências entre comunidade e academia, beneficiando a formação dos alunos de modo a integrar pesquisa, ensino e extensão.

Objetiva-se relatar a experiência de estudantes de Medicina na construção e execução de um projeto de extensão com foco na educação em saúde e no desenvolvimento e consolidação de conhecimentos quanto às infecções sexualmente transmissíveis e à sexualidade feminina, aliados a práticas para autocuidado, de mulheres assistidas por um centro de referência, no município de Vitória da Conquista-BA, no período de 2024.2.

METODOLOGIA

O presente trabalho apresenta um relato de experiência das ações promovidas pelo projeto “FORTALECENDO VIDAS: AÇÕES EXTENSIONISTAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO APOIO A MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA” promovido pelo módulo Práticas Interdisciplinares de Extensão Pesquisa e Ensino IV do curso de medicina em uma faculdade particular do interior da Bahia. O grupo foi composto por 17 (dezesete) alunos, mediante a orientação de uma docente do curso. O projeto foi produzido no período de 3 meses, de Agosto de 2024 até Novembro de 2024.

As ações foram aplicadas em um centro de referência da mulher no município de Vitória da Conquista, na Bahia, que visa a assistência a mulheres vítimas de violência. As atividades construídas foram realizadas nos dias 11 de setembro, 16, 23 e 30 de outubro de 2024.

Inicialmente, por meio de uma ação diagnóstica, buscou-se entender quais eram as maiores demandas do público assistido. Desse modo, concluiu-se que haviam lacunas associadas ao conhecimento acerca das IST, da autopercepção da sexualidade e quanto à práticas de autocuidado. Os resultados obtidos nortearam o desenvolvimento das ações de extensão.

No primeiro momento foi realizada uma breve explanação sobre as principais IST e suas manifestações. Posteriormente a isso, foi executada uma dinâmica de mitos e verdades a fim de consolidar o conhecimento adquirido e sanar possíveis dúvidas remanescentes. Por fim, utilizou-se a Mandala de Prevenção Combinada, disponibilizada



pelo Ministério de Saúde, para expor medidas preventivas no contexto dessas infecções. Na semana seguinte, foi abordado com as mulheres a autopercepção e a sexualidade por meio de uma apresentação expositiva conduzida pelos próprios estudantes. Nesse dia, foi conduzida uma discussão sobre experiências pessoais de forma a permitir a desconstrução de mitos e preconceitos relacionados ao desejo feminino. Ainda nessa atividade, foi apresentado a prévia do aplicativo desenvolvido pelo grupo em parceria com estudantes do curso de Ciência da Computação, da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Na terceira e última ação, o grupo propôs, inicialmente, um café terapêutico, no qual um psicólogo conduziu uma conversa a respeito de saúde mental, abrindo espaço para que as mulheres relatassem suas vivências e angústias. Em seguida, ligantes da Liga Acadêmica de Dermatologia (LADERM) realizaram uma sensibilização quanto à necessidade de adotar práticas para o cuidado com a pele, com a distribuição de amostras de hidratante para as assistidas. Após esse momento, uma profissional de Yoga ministrou um momento relaxante envolvendo atividades de consciência corporal e meditação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto “Fortalecendo Vidas” realizou três ações interligadas, com o objetivo de promover a saúde integral das mulheres em situação de vulnerabilidade, abordando a prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST), o autocuidado e a saúde mental. Cada uma das ações gerou resultados satisfatórios para as participantes, fortalecendo o autocuidado, o empoderamento e a criação de redes de apoio emocional.

Para iniciar, a primeira ação, “Saúde sem preconceitos”, foi direcionada à conscientização sobre a prevenção de IST e a saúde sexual. Nessa atividade, os acadêmicos de medicina abordaram temas essenciais, como profilaxias (PEP e PrEP), uso de preservativos e imunizações para Hepatite B (HBV) e Papilomavírus Humano (HPV). Por meio de uma dinâmica de “Mitos e Verdades”, as participantes puderam esclarecer dúvidas e adquirir informações confiáveis sobre esses tópicos, se alinhando aos objetivos do Ministério da Saúde de ampliar a educação sobre práticas sexuais seguras (Brasil, 2018; WHO, 2003). Além disso, a exibição de imagens das manifestações clínicas das IST e a distribuição de preservativos demonstraram ser ferramentas efetivas para a



promoção do autocuidado e prevenção de doenças, uma vez que a literatura comprova que a educação sobre IST e o incentivo ao uso de preservativos são fundamentais para a prevenção de infecções e para o fortalecimento da autonomia feminina em relação à saúde sexual (Pinto et al., 2018; Andrade et al., 2020).

Em seguida, a ação “Afloria: um caminho para o autocuidado e o respeito”, realizada em 23 de outubro, focou na criação de um espaço de diálogo sobre sexualidade, visto que é um dos pilares da qualidade de vida, que é influenciada pela interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, políticos, culturais, legais, históricos, religiosos e espirituais (OMS, 2016). Os acadêmicos de medicina apresentaram uma palestra que abordou questões relacionadas à sexualidade feminina, promovendo um ambiente aberto e seguro para o compartilhamento de experiências, o que resultou em uma surpreendente interação e na troca de relatos pessoais. Esse compartilhamento foi fundamental para fortalecer o entendimento das participantes sobre sua sexualidade e promover um senso de acolhimento e pertencimento, aspectos reconhecidos pela literatura como essenciais para a autoestima e saúde mental das mulheres (Falkenberg et al., 2014; Brotto et al., 2016).

O encontro foi concluído com a apresentação do aplicativo “Afloria”, desenvolvido em parceria com estudantes de Ciência da Computação da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), para auxiliar as participantes no acompanhamento do ciclo menstrual, uso de contraceptivos e controle de consultas médicas, promovendo uma ferramenta acessível que apoia o autocuidado e a saúde feminina. Os resultados esperados com o “Afloria” incluem o aumento da autonomia das usuárias, ao proporcionar controle sobre sua saúde reprodutiva; a promoção do autocuidado e prevenção em saúde, ao orientar práticas preventivas e consultas periódicas; e o apoio psicológico e fortalecimento da autoestima, ao incentivar uma relação positiva com o próprio corpo, possibilitando o acesso às ferramentas práticas para o autocuidado. Com isso, o projeto promove a integração entre tecnologia e saúde, estimulando a interdisciplinaridade e a criação de soluções inovadoras (Batista; Pumariega, 2022).

Por fim, a terceira ação, “Cuidar de si: a jornada da saúde mental feminina”, realizada no dia 30 de outubro, ofereceu um ambiente acolhedor que incentivou o



autocuidado e a valorização pessoal das participantes. Esse evento teve início com uma roda de conversa terapêutica, liderada por um psicólogo, no qual as mulheres puderam compartilhar experiências de violência e outras dificuldades enfrentadas. Essa troca de vivências foi fundamental para fortalecer o apoio mútuo entre as participantes e criar redes de apoio emocional, aspecto essencial para enfrentar os efeitos psicológicos da violência (Fonseca; Ribeiro; Leal, 2012; Both et al., 2020). Seguindo com práticas de meditação e exercícios físicos que incentivaram as mulheres a incorporarem o autocuidado em suas rotinas, uma prática reconhecida por reduzir estresse e ansiedade, especialmente em contextos de saúde mental para mulheres que vivenciaram traumas (Pereira et al., 2021; Fornari et al., 2021).

A ação também incluiu uma atividade de autocuidado dermatológico, conduzida em parceria com a Liga Acadêmica de Dermatologia (LADERM), na qual as participantes receberam orientações sobre cuidados com a pele e prevenção do câncer, além de amostras de hidratante. A educação em autocuidado, mesmo com recursos limitados, é uma estratégia comprovada para a promoção da saúde e bem-estar (Thiollent, 2018). Finalizando o evento, foram promovidas atividades de embelezamento, criando um espaço de acolhimento e interação positiva, que incentivou a autoestima e a sensação de pertencimento entre as mulheres. Esse apoio mútuo e acolhimento são cruciais para a recuperação psicológica e o fortalecimento da autoimagem (Both et al., 2020).

Assim, o conjunto dessas ações foi essencial para promover a saúde física e mental das participantes, fortalecer a importância do autocuidado e desenvolver vínculos de apoio entre as mulheres. Além de contribuir para o empoderamento feminino, essas atividades ofereceram aos estudantes de medicina uma experiência prática de integração entre a academia e a comunidade, fortalecendo sua formação humanística e social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio deste relato de experiência, percebe-se que a violência contra a mulher impacta o bem-estar psicológico e emocional da mesma, resultando em quadros de ansiedade, depressão, baixa autoestima e transtornos pós-traumáticos. Além disso, a saúde sexual também é afetada, pois o trauma pode dificultar a prática de uma



sexualidade saudável e consentida, podendo aumentar o risco de desenvolver IST. A compreensão desses fatores de maneira integrada evidencia a importância de estratégias de intervenção que sejam introduzidas e adaptadas ao contexto, levando em consideração tanto o suporte emocional quanto o acesso a cuidados preventivos e o monitoramento das IST.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. L.; et al. Educação sexual e prevenção de infecções sexualmente transmissíveis em mulheres. **Revista Brasileira de Saúde Pública, São Paulo**, v. 54, n. 3, p. 98-104, 2020.

BALBINOTTI, I. A violência contra a mulher como expressão do patriarcado e do machismo. **Revista da ESMESC**, v. 25, n. 31, p. 239–264, 19 dez. 2018.

BASÍLIO, R.; MUNER, L. TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS CAUSADOS PELA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA EM MULHERES. **Revista Cathedral**, v. 5, n. 1, p. 36-46, 19 mar. 2023.

BATISTA, P.; PUMARIEGA, R. Integração entre tecnologia e saúde: o uso de aplicativos no autocuidado feminino. **Journal of Women's Health, Nova Iorque**, v. 31, n. 5, p. 565-573, 2022.

BEARZI, P. S. S. DE et al. Trilhas para o enfrentamento da violência contra a mulher. **Revista Estudos Feministas**, v. 28, n. 3, 2020.

BOTH, J.; et al. Apoio psicológico e redes de acolhimento para mulheres vítimas de violência. **Revista de Psicologia Social e Comunitária, São Paulo**, v. 32, n. 1, p. 71-82, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Boletim Epidemiológico de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)**. Brasília, 2022a.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes nacionais para a prevenção combinada de IST no Brasil**. Brasília, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual técnico para o diagnóstico e manejo de IST**. Brasília, 2023.

BROTTO, L. A.; et al. Saúde sexual e bem-estar emocional das mulheres. **Journal of Sexual Medicine, Nova Iorque**, v. 13, n. 2, p. 255-262, 2016.

FALKENBERG, M. B.; et al. Saúde sexual e autoestima feminina: abordagens e práticas. **Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro**, v. 19, n. 6, p. 1943-1951, 2014.

FONSECA, D. H.; RIBEIRO, C. G.; LEAL, N. S. B. Violência doméstica contra a mulher: realidades e representações sociais. **Psicologia & Sociedade [online]**, v. 24, n. 2, pp. 307-314, 2012.

FONSECA, R. M. G. S.; RIBEIRO, C. G.; LEAL, A. F. Violência contra a mulher e saúde mental: uma abordagem teórica e prática. **Revista de Saúde Pública, São Paulo**, v. 46, n. 5, p. 782-790, 2012.

FORNARI, A.; et al. Benefícios das práticas de meditação e autocuidado em contextos de



vulnerabilidade feminina. **Revista Brasileira de Psiquiatria e Saúde Mental, Brasília**, v. 40, n. 3, p. 311-318, 2021.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. **Relatório Anual de Segurança Pública no Brasil: Taxas de infecções e violência sexual**. São Paulo, 2023.

GIFFIN, K. Violência de gênero, sexualidade e saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 10, n. 1, p. S146–S155, 1994

PEREIRA, J. C. et al. Consequências psicológicas da violência doméstica: uma revisão de literatura / Psychological consequences of domestic violence: a literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 4, p. 14736–14752, 2021.

PEREIRA, M. A.; et al. Práticas de autocuidado para a redução de ansiedade em mulheres vulneráveis. **Saúde & Bem-Estar, Curitiba**, v. 9, n. 3, p. 202-211, 2021.

PINTO, G.; et al. Profilaxias e educação em saúde sexual no Brasil. **Revista Brasileira de Educação e Saúde Sexual, Brasília**, v. 22, n. 4, p. 245-254, 2018.

PINTO, V. M. et al. Fatores associados às infecções sexualmente transmissíveis: inquérito populacional no município de São Paulo, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 2423-2432, 2018.

SILVA, A. F. C. et al. Violência doméstica contra a mulher: contexto sociocultural e saúde mental da vítima. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 3, p. e35932363–e35932363, 1 jan. 2020.

SILVA, L. E. L.; OLIVEIRA, M. L. C. Violência contra a mulher: revisão sistemática da produção científica nacional no período de 2009 a 2013. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3523-3532, 2015.

THIOLLENT, M. Métodos participativos para a promoção do autocuidado em saúde. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde, Rio de Janeiro**, v. 25, n. 1, p. 123-130, 2018.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Guidelines for the management of sexually transmitted infections**. Geneva, 2003.