

Caderno Especial

II Mostra dos Projetos de Intervenção na Comunidade
do Curso de Medicina da Multivix

REVISTA



VIXSCIENCE

FACULDADE BRASILEIRA DE CACHOEIRO

REVISTA VIXSCIENCE

**Caderno Especial – II Mostra dos Projetos de Intervenção na Comunidade do
Curso de Medicina da Multivix**

Cachoeiro de Itapemirim

2023

EXPEDIENTE

Publicação Semestral

ISSN 2675-0430

Revisão Português

Leandro Siqueira Lima

Capa

Marketing Faculdade Brasileira Multivix - Vitória

Elaborada pela Bibliotecária Alexandra B. Oliveira CRB06/396

Revista VIXSCIENCE/ Faculdade Brasileira de Cachoeiro – Cachoeiro de Itapemirim, ES: Multivix Cachoeiro, 2023.

Semestral

ISSN 2675-0430

1. Ciências da Saúde- Produção científica I. Faculdade Brasileira de Cachoeiro/Multivix.

CDD.610

Os artigos publicados nesta revista são de inteira responsabilidade de seus autores e não refletem, necessariamente, os pensamentos dos editores.

Correspondências

Coordenação de Pesquisa e Extensão Faculdade Brasileira de Cachoeiro - Multivix- Cachoeiro

E-mail: pesquisa.cachoeiro@multivix.edu.br ou vixscience@multivix.edu.br

FACULDADE BRASILEIRA DE CACHOEIRO - MULTIVIX CACHOEIRO

DIRETOR GERAL

Valderedo Sedano Fontana

COORDENAÇÃO ACADÊMICA

Laureanny Madeira

COORDENADOR ADMINISTRATIVO E FINANCEIRO

Hêmyle Rocha Ribeiro Maia

CONSELHO EDITORIAL

Alexandra Barbosa Oliveira	Romário Gava Ferrão
Carlos Eduardo Dilem da Silva	Raphael Cardoso Rodrigues
Cecília Montibeller Oliveira	Sheila Cristina de Souza Cruz
Luiz Augusto Bittencourt Campinhos	Tania Mara Machado
Pedro Paulo Silva de Figueiredo	Vanessa Passos Brustein

COMITÊ CIENTÍFICO

Ana Carolina Simoes Ramos
Brunna Vila Ferreira Amorim
Carlos Eduardo Dilem da Silva
Gabriela Moreira Balarini
Juliana Bruneli Secchin Algemiro
Ketene Werneck Saick Corti
Luiz Augusto Bittencourt Campinhos
Pedro Paulo da Silva Figueiredo
Rachel Almeida Santos
Rogério Dardengo Glória
Raphael Cardoso Rodrigues
Sheila Cristina de Souza Cruz
Tania Mara Machado
Valderedo Sedano Fontana
Vanessa Passos Brustein

APRESENTAÇÃO

As novas demandas do mundo globalizado impõem o estabelecimento de uma relação entre a instituição de ensino e outros setores da sociedade, com vistas a uma atuação transformadora, voltada para os interesses e necessidades da maioria da população e implementadora de desenvolvimento regional e de políticas públicas.

Com o objetivo de articular ensino-pesquisa-extensão através da construção de novos saberes voltados à melhoria da saúde das pessoas e, por extensão, da qualidade de vida da sociedade, o Curso de Medicina conta na sua matriz curricular com o Eixo de Gestão de Projetos em Saúde (GPS). Dentro do Eixo de GPS, os discentes precisam se engajar em Projetos de Pesquisa, como também em ações extensionistas a partir do desenvolvimento de Projetos de Intervenção na Comunidade (PIC) que atendam as necessidades da sociedade.

Assim, este caderno especial, trata um pouco do que já se construiu nos PIC do Curso de Medicina da Multivix, apresentando os relatos de experiências das turmas do primeiro e segundo período do semestre 2023/1. O cerne dos textos que são apresentados aqui foi o entendimento de que o lugar da aprendizagem profissional transcende a sala de aula e não se encerra em absorção de teorias e técnicas, mas sim, abrange aspectos que interagem com as representações sociais, com a dinâmica dos valores humanos e com a formação de cidadãos.



Atenciosamente,

Coordenação Editorial

SUMÁRIO

ANSIEDADE NA ESCOLA: EXPLORANDO IMPACTOS, DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO NA EDUCAÇÃO BÁSICA	8
REANIMAÇÃO CARDIOVASCULAR NAS ESCOLAS: UMA ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE.....	9
CONSCIENTIZAÇÃO, PREVENÇÃO E PROMOÇÃO A RESPEITO DE DIABETES E HIPERTENSÃO.....	10
INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS – EDUCAÇÃO E PREVENÇÃO	12
INTERVENÇÃO ESCOLAR SOBRE OS MÉTODOS CONTRACEPTIVOS PARA PREVENÇÃO DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA.....	13
PREVENÇÃO SEXUAL EM ESCOLA DE ENSINO MÉDIO NO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM	14
SARCOPENIA E O ACOMETIMENTO DO SISTEMA LOCOMOTOR EM IDOSOS .	16
SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA.....	17
SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA FACULDADE MULTIVIX CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM	18
PREVENINDO O ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL: UMA AÇÃO EM SAÚDE COM TRABALHADORES DO SETOR DE ROCHAS.....	19
CONCIENTIZAÇÃO E COMBATE A DENGUE	20
HÁBITOS SAUDÁVEIS DE VIDA PARA O CONTROLE E PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO E DIABETES	21
DOENÇAS CARDÍACAS INFANTIS: PREVENÇÃO E CUIDADOS	22
INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS NA GESTAÇÃO	23
PROJETO NICOTINA ZERO: RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E TABAGISMO NA POPULAÇÃO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM.....	24
OBESIDADE INFANTIL NO CONTEXTO ESCOLAR PARA UMA INFÂNCIA MAIS SAUDÁVEL.....	25
SENSIBILIZAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO QUANTO A ALIMENTAÇÃO CARDIOPROTETORA.....	26
INCENTIVO E RECONQUISTA DA COBERTURA DA CAMPANHA NACIONAL DE VACINAÇÃO CONTRA INFLUENZA NO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO-ES	27
PROJETO ENCANTAR	28

PROJETO DE PRIMEIROS SOCORROS COM ADOLESCENTES: MANOBRAS DE DESENGASGO E RCP	29
EDUCAÇÃO ACERCA DE REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR EM ACADEMIA...	30
CUIDADOS COM A SAÚDE INFANTIL: HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS	31
SITUAÇÃO DO ABANDONO DE IDOSOS NOS ASILOS	32
A RELEVÂNCIA DA LAVAGEM DE MÃOS CORRETA PARA CRIANÇAS	33
CARACOL E PRATO DA ALIMENTAÇÃO.....	34
AÇÃO SOLIDÁRIA NO LAR BATISTA ALBERTINE MEADOR: UMA JORNADA DE ACOLHIMENTO E APRENDIZAGEM	35
O USO DA TECNOLOGIA PARA ORIENTAÇÕES DE SAÚDE.....	36
DEBATE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA APLICAÇÃO DOS PILARES DA MEDICINA DO ESTILO DE VIDA NA SAÚDE	37
EDUCAÇÃO SEXUAL ACERCA DA PREVENÇÃO DE IST'S: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	38
CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A PREVENÇÃO DA DENGUE NA EDUCAÇÃO INFANTIL	39
CLIMATÉRIO: AÇÃO SOCIAL VOLTADA PARA MULHERES EM VITÓRIA	40
A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA VIDA ESTUDANTIL.....	41
PROMOVENDO A SAÚDE AOS IDOSOS	42
RODA DE CONVERSA: DISCUSSÃO DE TEMAS COM CRIANÇAS DO PROJETO CAOCA.....	43

ANSIEDADE NA ESCOLA: EXPLORANDO IMPACTOS, DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Ana Carollina Bellan Oliveira¹; Isabele Gomes Giori¹; Jani Sara Marcelino De Lima¹; Júlia Barros De Carvalho¹; Juliana Machado Sopeletto¹; Kaio Teixeira Marques¹; Kalebe Dias Da Cunha¹; Lara Neves De Sousa¹; Laysa Moreira Peterle¹; Leticia Meneses Dos Santos¹; Lucas Leal Barrozo¹; Pedro Câmara Moulin¹; Thiago Feriani Guarnier¹; Victória Bello De Mendonça¹; Carlos Moacir Colodete²; José Zago Pulido²; Marcelo Massaroni Pecanha²; Marcellus Gazola Grilo²; Valderedo Sedano Fontana²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A organização mundial de saúde – OMS considera a ansiedade como uma questão de saúde pública e apoia a implementação de estratégias e políticas eficazes para melhorar o cuidado e o apoio às pessoas que vivenciam transtornos de ansiedade. Portanto, alunos com ansiedade na educação básica precisam de uma atenção específica da saúde. Borges et al. (2008) discorrem que o final da infância e a adolescência são períodos marcados por mudanças físicas, cognitivas e também pelas mudanças emocionais e sociais em que as crianças e adolescentes vivenciam estímulos diferentes de stress referentes aos desafios e mudanças. O objetivo do projeto é investigar os impactos, sintomas e preocupações que são enfrentados pelos estudantes do ensino médio e também como lidam com eles. O grupo foi em uma escola de educação básica do município de Cachoeiro de Itapemirim para apresentar uma palestra sobre ansiedade e coletar dados referente ao tema de saúde mental que norteiam o desenvolvimento do referido projeto de intervenção. O resultado desses dados foi satisfatório para verificar os impactos da ansiedade dos alunos na concentração e desempenho acadêmico, participação, o envolvimento em atividades extracurriculares, autoestima e autoconfiança e a interação social. Atingindo o objetivo do projeto, é importante destacar que as dificuldades variam de acordo com cada estudante e o nível de ansiedade que enfrentam. Cada aluno pode manifestar sintomas e desafios específicos, e é fundamental oferecer um ambiente de apoio e compreensão para ajudá-los a lidar com essas dificuldades e promover seu bem-estar acadêmico e emocional.

Palavras-Chaves: Adolescentes. Ansiedade. Ansiedade na escola. Saúde coletiva na escola. Saúde mental.

REANIMAÇÃO CARDIOVASCULAR NAS ESCOLAS: UMA ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE

Ana Carla Henrique Entringer¹; Angélica Pimenta¹; Carla Oliveira¹; Daniel Scherrer¹; Eliana Aparecia Henrique Steins¹; Hugo Tomazini¹; Julia Tomich Lucarelli Camara¹; Kaylane Valani¹; Luma Broetto Faria¹; Maria Julia D'Assumpção Mata¹; Milene Gonçalves Zoppé¹; Nathan Gasperazzo¹; Thamiris Scárdua da Costa Galetti¹; Vanderson Bras Pope¹; Carlos Moacir Colodete²; José Zago Pulido²; Marcellus Gazola Grilo²; Clauder Oliveira Ramalho²; Valderedo Sedano Fontana²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde) a PCR (parada cardio respiratória) é uma das maiores causas de óbito extra hospitalar e a rápida intervenção com uma ressuscitação cardiorrespiratória (RCP) juntamente com a utilização do DEA (desfibrilador externo automático) pode ser crucial à sobrevivência da vítima. Porém, percebe-se que mesmo sendo uma habilidade capaz de salvar vidas uma grande parcela da população brasileira desconhece a manobra e os seus benefícios. Logo, este projeto tem o objetivo de ampliar os conhecimentos dos jovens sobre como reconhecer e agir em caso de uma PCR, ensinado como realizar a manobra de reanimação cardiopulmonar e os procedimentos a serem seguidos. A realização deste projeto será na escola EEEM CIE “Áttila de Almeida Miranda”, nas 6 turmas do terceiro ano do Ensino Médio. Onde será ministrada uma palestra com a finalidade de esclarecer aos estudantes sobre os riscos de PCR no Brasil, como reconhecer uma PCR e as etapas de uma RCP. Após a palestra, ocorrerá uma atividade interativa, onde os alunos irão fazer a prática do que foi ensinado em bonecos próprios para o teste de RCP. Com o desígnio de identificar os conhecimentos prévios e posteriores a palestra, sendo também aplicados questionários antes e depois do evento. O trabalho se mostra importante para que os jovens, agora instruídos, possam atuar em situações de parada cardiorrespiratória com a meta de salvar vidas e diminuir os óbitos causados pela PCR. Por fim concluímos que o trabalho de intervenção na comunidade foi um sucesso, uma vez que o mesmo cumpriu o objetivo de instruir alunos do ensino médio a como prestar os primeiros socorros em uma RCP. Evidenciando o sucesso anexamos a avaliação da satisfação em relação a aplicação, em que cerca de 60% dos alunos que participaram da apresentação avaliaram como “Muito Boa”.

Palavras-Chaves: Escola. Educação em Saúde. Reanimação cardiovascular.

CONSCIENTIZAÇÃO, PREVENÇÃO E PROMOÇÃO A RESPEITO DE DIABETES E HIPERTENSÃO

Amanda Miliorini¹; Arthur Antunes¹; Catarina Fontana¹; Ana Júlia Oliveira¹; Anita Gaspar¹; Giselle Monteiro¹; Gustavo Mantovani¹; João Victor Mardegan¹; Maria Clara Gomes¹; Raquel Gobete¹; Victoria Ferron¹; Vitor Marques¹; Vitor Villaschi¹; Valderedo Sedano Fontana²; Andressa Monteiro Braconi Grillo²; Gabriela Moreira Balarini Sasso²; Luciana Fernandes²; Marcelo Massaroni Pecanha²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Segundo a *International Diabetes Federation* (2013), existiam 285 milhões de diabéticos no mundo em 2010 e a projeção é de que, em 2030, sejam 438 milhões, sendo 90% dos casos de DM tipo 2. O impacto dessa situação em países em desenvolvimento é imenso. Diabetes e a hipertensão são doenças crônicas. Ambas as condições estão intimamente relacionadas e podem ter efeitos graves sobre a saúde. A diabetes é uma doença que ocorre quando o corpo não produz insulina suficiente ou quando não consegue utilizá-la adequadamente, resultando em altos níveis de glicose no sangue, os dois principais tipos são: tipo 1 e tipo 2. Já a hipertensão é uma condição em que a pressão arterial é constantemente elevada. Um grupo de alunos realizou uma apresentação clara e objetiva na UBS Gilson Carone, cidade de Cachoeiro de Itapemirim – ES, com o intuito de conscientizar e informar quem estava presente sobre a importância de se cuidar, como são essas doenças e os agravos que elas podem levar à saúde. É fundamental conscientizar a população sobre a importância de prevenir e controlar essas doenças. A adoção de um estilo de vida saudável, pode ajudar a impedir o desenvolvimento de diabetes e hipertensão. Para quem já foi diagnosticado com uma dessas doenças, o tratamento adequado pode ajudar a controlar a condição e evitar complicações. É de suma importância informar as pessoas sobre os fatores de risco que estão associados ao tema em pauta e os sintomas a serem observados.

Palavras-Chaves: Conscientização. Diabetes. Hipertensão. Insulina. Saúde pública.

INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS – EDUCAÇÃO E PREVENÇÃO

Ana Carolina Souza Braga Zanotti¹; Fernanda Nogueira Barbosa Lourenço¹; Gabriel Bueno Fonseca¹; Hélio Ferraz Filho¹; Hugo Sessa Brioschi¹; Isadora Riquieri Donato¹; João Pedro Morisco Ayub Fernandes¹; Kaily Amorim Nunes Osório¹; Kaiky Lima¹; Lincoln Faber Guarçoni¹; Sarah Ramos Corrêa¹; Carlos Eduardo Dilen da Silva²; Hernane Alves Schwartz²; Luiz Augusto Bittencourt Campinhos²; Clauder Oliveira Ramalho²; Lorrana Pezzin Fardin²; Valderedo Sedano Fontana²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

RESUMO: CONFORME O BOLETIM EPIDEMIOLÓGICO DO MINISTÉRIO DA SAÚDE HIV/AIDS (2020), HÁ UM AUMENTO DAS INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST'S) ENTRE OS JOVENS DE 15 A 19 ANOS DE IDADE DE 64,9%. EM VIRTUDE DESSE ALTO ÍNDICE, TORNA-SE NECESSÁRIO SENSIBILIZAR OS ADOLESCENTES E JOVENS ACERCA DAS IST'S, FORMAS DE CONTÁGIO E PREVENÇÃO PARA QUE, DESSA FORMA, SEJA POSSÍVEL UMA REDUÇÃO NA RECORRÊNCIA DOS CASOS DESSAS INFECÇÕES. O GRUPO DISCENTE FOI A UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE ENSINO MÉDIO DO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM E APRESENTOU DE FORMA VISUAL AS PRINCIPAIS INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS A FIM DE SENSIBILIZAR OS ADOLESCENTES ACERCA DO TEMA, QUE NA CONTEMPORANEIDADE É POUCO DISCUTIDO. AO FINAL DA APRESENTAÇÃO, FOI REALIZADA UMA RODA DE CONVERSA COM OS ADOLESCENTES PARA ESCLARECER AS DÚVIDAS ACERCA DA TEMÁTICA E EXPANDIR O ALCANCE DO PROJETO PROPOSTO. A PARTIR DA AÇÃO DE INTERVENÇÃO, OS ADOLESCENTES PUDEAM COMPREENDER AS PRINCIPAIS FORMAS DE CONTÁGIO DAS IST'S, TRATAMENTO E PREVENÇÃO.

Palavras-Chaves: Aids; Clamídia; HPV; Infecções sexualmente transmissíveis; Preservativo.

INTERVENÇÃO ESCOLAR SOBRE OS MÉTODOS CONTRACEPTIVOS PARA PREVENÇÃO DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Ana Carolina Gomes da Silva Barbosa¹; Bruna Silva Santos¹; Clara Cortelette Fernandes¹; Denize Fernandes de Melo¹; Fabio Pessin Manzoli¹; Gean Gimenes Moura¹; Isabelle Gonçalves Rodrigues¹; José Carlos Brunetti Filho¹; Kayla Souza Silva¹; Nathalia Tomé Pereira¹; Rafaella Tatagiba da Silva¹; Carlos Eduardo Dilen da Silva²; Inara Junqueira de Castro Dardengo²; Luiz Augusto Bittencourt Campinhos²; Lorrana Pezzin Fardin²; Valderedo Sedano Fontana²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Segundo a Organização Mundial da Saúde (2014), “A taxa de gestação na adolescência no Brasil é alta, com 400 mil casos por ano.” Nesse sentido, faz-se necessário relacionar os altos índices de gravidez na adolescência à escassez do uso de métodos contraceptivos em consequência da falta de informação dos mesmos. Dessarte, visando minimizar os números de gestações precoces, urge intervenção educativa aos jovens. Ademais, a problematização foi solucionada através de uma apresentação ministrada a jovens de instituição de ensino público municipal de Cachoeiro de Itapemirim, assim, tal experiência foi enriquecedora para os discentes, pois poder-se-á transmitir o conhecimento acerca dos métodos anticoncepcionais disponíveis para o público e suas respectivas formas de utilização, vantagens, funcionamento e consequências aos usuários. Acerca disso, a exposição capacita os palestrantes acadêmicos de medicina para a expansão e propagação de informações em relação ao âmbito da saúde, fator preponderante para o estreitamento da relação entre o médico e a população jovem. Outrossim, a disponibilidade e o acesso a informações sobre contracepção, mesclados à visão crítica social do jovem, são fundamentais para capacitar os adolescentes na tomada de decisões acerca de sua saúde reprodutiva e sexual. Acerca disso, os resultados da intervenção escolar foram promissores, pois a partir da abordagem e explicação dos métodos contraceptivos aliados à importância social do tema sobre contracepção, foi relatado, através de um questionário realizado, que a apresentação influenciou positivamente e significativamente no seu desenvolvimento pessoal e social. Por conseguinte, os estudantes relataram que o tema é de grande relevância no âmbito educacional, sendo que grande parte dos métodos contraceptivos eram desconhecidos pelos estudantes. Assim, faz-se mister novas intervenções escolares acerca de temas relacionados à educação sexual, objetivando suporte e propagação de informações adequadas aos adolescentes para acréscimo à sua vida acadêmica e pessoal.

Palavras-Chaves: Gravidez precoce; Jovens; Métodos contraceptivos; Prevenção.

PREVENÇÃO SEXUAL EM ESCOLA DE ENSINO MÉDIO NO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM

Camilli De'nadai Alvarenga¹; Davi Zampirolli Sartório¹; José Astholpo Neto¹; Karyne Possebom Debona Pimenta¹; Laura Nogueira Freire¹; Luiza Almeida Bazeth¹; Maria Eduarda Araújo Rodrigues¹; Marina Francischetto Mirinha¹; Rafaela Valdiero Altoé¹; Thales Peixoto Seraphini Louzada¹; Thalles Assunção da Silva Moreira¹; Carlos Eduardo Dilen da Silva²; Inara Junqueira de Castro Dardengo²; Marcellus Gazola Grilo²; Lorrana Pezzin Fardin²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²; Valderedo Sedano Fontana²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A gravidez indesejada e a disseminação de infecções sexualmente transmissíveis (IST) são problemas relacionados com a não prevenção sexual. Sendo assim, esse trabalho tem como objetivo explicar e discutir, no âmbito escolar, a importância da prevenção sexual, com a finalidade de evidenciar de que forma esse simples ato pode evitar diversas complicações, principalmente para os adolescentes. Trata-se de um estudo descritivo e quantitativo, realizado na escola EEEM CEI ATTILA DE ALMEIDA MIRANDA, em Cachoeiro de Itapemirim-ES, com 60 alunos do ensino médio de 16 a 18 Anos, visando avaliar o grau de conhecimento sobre a importância da prevenção sexual. Por meio de um questionário, respondido pelos alunos, no Google Forms, os adolescentes apresentaram certo conhecimento precário sobre o risco de se adquirir infecções sexualmente transmissíveis, devido à falta de explicações ou conversas sobre a gravidade dessas doenças e a importância de se prevenir delas no meio social em que vivem, mas demonstraram conhecer os métodos e as formas que são usados para evitar a gravidez na adolescência. Através da pesquisa interventiva, a maioria dos jovens classificaram os seus conhecimentos sobre as formas de prevenção sexual e a sua importância como suficiente para gravidez e insuficiente para as infecções, assumindo determinado comportamento sexual de risco e enfatizando a vulnerabilidade do grupo. Após a realização do projeto de intervenção os jovens demonstraram ter melhor entendimento sobre os métodos de prevenção sexual e os problemas que podem ser gerados por descuidos na hora do ato sexual, mas que podem ser evitados com palestras sobre a importância da prevenção sexual em escolas com o intuito de ampliar a conscientização geral.

Palavras-Chaves: Prevenção sexual. Gravidez indesejada. Infecções sexualmente transmissíveis. Adolescentes.

SARCOPENIA E O ACOMETIMENTO DO SISTEMA LOCOMOTOR EM IDOSOS

Ana Julia Calazans Santos Viana¹; Andressa Curty Vimercati¹; Antônio Victor Calazans Moura¹; Isabela Regina Velten¹; João Pedro F. Ruiz¹; Letícia Babinsct¹; Livia Bonfante Caliman¹; Mariana Pezzin Guidoni¹; Matheus Kalleb Almeida Santos¹; Mauricio Costa Berti¹; Daniella Ramiro Vitorazzi²; José Zago Pulido²; Maria Rosineli Scarton D'Este²; Marcellus Gazola Grilo²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²; Valderedo Sedano Fontana²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A sarcopenia consiste em uma perda progressiva da força e massa muscular esquelética influenciada pelo envelhecimento. De acordo com um estudo realizado pela FioCruz, em 2018, a prevalência da sarcopenia em idosos varia de 13% a 26%. Nesse sentido, tendo em vista o alto índice dessa doença na população em questão, é imprescindível a realização de ações, direcionadas aos idosos, que esclareçam fatos acerca da sarcopenia, bem como tratamentos e prevenções. Diante dessa necessidade, realizamos uma ação social em uma das Unidade Básica de Saúde (UBS) de Cachoeiro de Itapemirim, a qual apresentava uma quantidade relevante de idosos, com o intuito de passar informações necessárias da sarcopenia, bem como ela interfere no sistema locomotor. Como resultado, percebemos o quanto essa doença está presente, de fato, no cotidiano da população idosa, uma vez que ouvimos diversos relatos de pessoas que foram diagnosticadas com sarcopenia ou algum outro familiar. Ao final do projeto na UBS, fomos surpreendidos por alguns indivíduos que nos agradeceu pelos esclarecimentos acerca do tema, tornando essa ação mais gratificante e nos deixando com a sensação de ter ajudado, visto que o cuidado com o outro será um ponto indispensável no nosso futuro profissional. Portanto, após essa intervenção, percebemos que havia um maior entendimento e esclarecimento no que tange a sarcopenia para os idosos ali presente. Todavia, foi perceptível também, que ainda há uma necessidade de uma maior discussão sobre o tema, em variados espaços da sociedade em busca de atingir o maior número de pessoas que obtenham esse conhecimento, já que a sarcopenia é uma doença ampla, que atinge muitos indivíduos, mas pouco discutida na atualidade. Restringindo para nossa realidade acadêmica e territorial, recomendamos que sejam realizadas mais ações com esse tema em ambientes que tenham como predomínio a população idosa no município.

Palavras-Chaves: Idoso. Sarcopenia. Sistema locomotor.

SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA

André Morais Santos Guio¹; Anna Laura Dan Sanches¹; Ellen Victória Lino Ramos¹; Eloara Monteiro Marchezi¹; Gabriela Soares Martins¹; Glendha Figueiredo Belique¹; Lucas Petri Pereira¹; Pedro Victor Santos Furtado Mendonça¹; Sara de Almeida Bayerl¹; Daniella Ramiro Vitorazzi²; José Zago Pulido²; Maria Rosineli Scarton D'Este²; Marcellus Gazola Grilo²; Valderedo Sedano Fontana²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Segundo a Organização Mundial da Saúde (2003), transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, são desenvolvidos em maior frequência entre adolescentes, interferindo diretamente no desenvolvimento cognitivo, acadêmico e social desse público. Nesse viés, explicitou-se a necessidade de analisar o estado emocional dos adolescentes da rede pública de ensino do município de Cachoeiro de Itapemirim. Para tal, foi aplicado um questionário na instituição de ensino estadual do distrito de Soturno, que visou o levantamento de dados sobre a incidência de ansiedade e depressão entre os alunos. A partir dos resultados obtidos, foi elaborado um trabalho expositivo sobre esses transtornos e como ter acesso ao serviço público de saúde para o tratamento, objetivando a sensibilização e transmissão de informações sobre a temática. No que concerne à operacionalização, foi realizada uma exposição generalizada do assunto e, posteriormente, os alunos foram divididos em pequenos grupos, nos quais alguns pontos foram aprofundados e discutidos. Essa dinamização permitiu uma abordagem humanizada, possibilitando maior integração entre palestrantes e participantes e a adesão do público às sugestões interventivas, ainda que parte dos alunos não tenha interagido satisfatoriamente. Tal ação, permitiu ainda que o grupo de acadêmicos aprofundasse seu conhecimento e compreensão sobre a realidade da sociedade cachoeirense, as atribuições do SUS e as doenças mentais (e suas causas) que permeiam a população. Como conclusão, o grupo pôde reafirmar que o público adolescente é mais vulnerável ao acometimento por transtornos psicológicos e tem seu tratamento negligenciado, principalmente pela falta de acesso à informação, o que impossibilita que busquem ajuda profissional.

Palavras-Chaves: Adolescência. Ansiedade. Estilo de vida. Inteligência emocional. Saúde mental.

SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA FACULDADE MULTIVIX CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM

Ana Beatriz de Backer Adami Campista¹; Ana Júlia Neves Vitorazi Bruneli¹; Leonardo Ribeiro da Silva Moço¹; Maria Eduarda Figueiredo Abreu¹; Natália Bianchini Pinto¹; Patrick Rangel Orletti¹; Denise Bastos²; Ronaldo Garcia Rondina²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²; José Zago Pulido²; Marcelo Massaroni Pecanha²; Valderedo Sedano Fontana²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cahoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

RESUMO: O INGRESSO DO ACADÊMICO DE MEDICINA NO CENÁRIO UNIVERSITÁRIO PODE ESTAR ASSOCIADO A UMA SÉRIE DE FATORES ESTRESSANTES COMO: A ADAPTAÇÃO AO NOVO, COBRANÇA PESSOAL E DOS RESPONSÁVEIS, METODOLOGIA DO PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM DA FACULDADE E AS DIVERSAS MUDANÇAS NOS HÁBITOS DE VIDA. ESTE PROJETO DE INTERVENÇÃO TEVE COMO OBJETIVO DETERMINAR O PERFIL DOS ACADÊMICOS DE MEDICINA DO PRIMEIRO PERÍODO (01/2023) DA FACULDADE BRASILEIRA MULTIVIX-CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM E A RELAÇÃO DOS MESMOS COM AS METODOLOGIAS DE ENSINO ADOTADAS E AS RESPECTIVAS VARIÁVEIS DE ESTILO DE VIDA DOS DISCENTES. FOI APLICADO UM QUESTIONÁRIO EM MAIO DE 2023, POR MEIO DE UM INSTRUMENTO AUTOAPLICÁVEL PARA AVALIAR O PERFIL SOCIAL, DEMOGRÁFICO E CULTURAL DA POPULAÇÃO ANALISADA. O INSTRUMENTO FOI ADAPTADO PELOS AUTORES DO PROJETO AO QUESTIONÁRIO JÁ VALIDADO NO TRABALHO DE (LIMA ET AL., 2022) . É IMPORTANTE DESTACAR QUE FORAM AVALIADAS RESPOSTAS DE 59 ESTUDANTES DO 1º PERÍODO DO CURSO DE MEDICINA DA FACULDADE MULTIVIX DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM. O RECRUTAMENTO DOS PARTICIPANTES FOI REALIZADO POR MEIO DO GRUPO DE TURMA DO WHATSAPP. A COLETA DE DADOS FOI REALIZADA NO PERÍODO DE 16 DE MAIO A 20 DE MAIO DE 2023 POR MEIO DA PLATAFORMA DE ADMINISTRAÇÃO DE PESQUISAS ON-LINE DO GOOGLE. A ESCOLHA DESSA FERRAMENTA FOI MOTIVADA PELA VONTADE DOS PESQUISADORES DE GARANTIR A PRIVACIDADE DOS RESPONDENTES E FACILITAR O ACESSO AO QUESTIONÁRIO. ANTES DE RESPONDER O QUESTIONÁRIO DA PESQUISA, OS PARTICIPANTES TIVERAM ACESSO AOS MEIOS DE CONTATO DOS PESQUISADORES E ÀS INFORMAÇÕES SOBRE OS OBJETIVOS DA PESQUISA NA ÍNTEGRA. TODAS AS QUESTÕES UTILIZADAS NESSE INSTRUMENTO ESTÃO DEMONSTRADAS NO ANEXO I, DISPOSTAS CONFORME A DIVISÃO SUPRACITADA. A SAÚDE MENTAL É ESSENCIAL PARA O DESEMPENHO ACADÊMICO, ESPECIALMENTE PARA OS ALUNOS QUE VIVEM SOZINHOS. A FACULDADE DE MEDICINA DEVE ASSUMIR RESPONSABILIDADE NA MANUTENÇÃO DO BEM-ESTAR DOS ALUNOS, OFERECENDO ATIVIDADES EXTRACURRICULARES, ESPAÇOS DE DESCANSO E ACESSO A SERVIÇOS DE SAÚDE MENTAL. ISSO PROMOVERÁ UM AMBIENTE PROPÍCIO AO BEM-ESTAR GERAL.

Palavras-Chaves: Estudante de medicina. Qualidade de vida. Saúde mental.

PREVENINDO O ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL: UMA AÇÃO EM SAÚDE COM TRABALHADORES DO SETOR DE ROCHAS

Gilbânia Rafael Landi¹; Milla Moreira Barboza¹; Karla Sant'Anna Cunha¹; Kauã da Silveira Fontes¹; Larissa Fernandes Guizardi¹; Laydson Silva¹; Renan Scandian Aguiar¹; Kamylla Cordeiro Gaspar Filgueiras¹; Victoria Soares Zanon Gomes¹; Leticia Nascimento Campagna¹; Rafael Stefanato Piazzarolo¹; Thaísa Delatorre¹; Denise Bastos²; Juliana Bruneli Secchin Algemiro²; Ronaldo Garcia Rondina²; Maria Rosineli Scarton D'Este²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: O Acidente Vascular Cerebral (AVC) consiste na alteração súbita do fluxo sanguíneo cerebral, podendo ser isquêmico ou hemorrágico, ocasionando danos neurológicos com lesão tecidual. No Brasil, considerada principal causa de morte e incapacidades físicas e cognitivas. Dentre os principais fatores de risco, a hipertensão arterial e o diabetes mellitus por maus hábitos de vida. Dados do Ministério da Saúde e DATASUS revelam um aumento dos índices de mortalidade por AVC no último triênio (2019-2022) no país. (BRASIL,2015; SBAVC, 2023). Objetivou-se conscientizar a população local sobre o AVC, bem como identificar os fatores de risco e promover mudança no estilo de vida, e assim, prevenir, e conseqüentemente reduzir os índices de mortalidade na região. Trata-se de uma ação em saúde desenvolvida por acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix de Cachoeiro de Itapemirim-ES, no mês de Maio de 2023, na Empresa Alliance Stone mármores e granitos, para 22 colaboradores com diferentes cargos, sendo 8 mulheres e 14 homens, na faixa etária de 25 a 70 anos. Procedeu-se com o acolhimento e avaliação do conhecimento prévio dos colaboradores sobre o AVC, através das seguintes perguntas: O que é? Quais as causas? Conhece alguém acometido? Como prevenir? Seguido da palestra e diálogo para esclarecimentos de dúvidas. Foram abordados durante a palestra os fatores de risco e as formas de como prevenir o AVC. E ao final, aferição da Pressão Arterial e glicemia, e orientação individual. A Maioria desconhecia os fatores de risco e as formas de prevenir, 59% apresentaram níveis de pressão arterial elevados, destes 54,5% eram de homens e 4,5% de mulheres, 9,1% com níveis elevados de glicemia, percentual este de homens (9,1%). As mulheres apresentaram taxas glicêmicas dentro da normalidade. A hipertensão arterial e o diabetes constituem um dos principais fatores de risco para o AVC (BRASIL, 2015; SBC, 2020). Portanto, ao final da intervenção, reconhecemos a importância da atuação de profissionais da saúde e de ações que permitam a detecção dos fatores de risco e a orientação sobre estilo de vida saudável, em especial nos locais de trabalho, haja visto que alguns trabalhadores desconheciam ter a pressão arterial e a glicemia alteradas, e que estes são um dos principais fatores de risco para o AVC.

Palavras-Chaves: Acidente Vascular Cerebral. Estilo de Vida Saudável. Fatores de risco. Profissional de Saúde.

CONCIENTIZAÇÃO E COMBATE A DENGUE

Arthur Pientznauer Barreto Silva¹; Eloisio Flávio de Andrade Neto¹; Igor Santos Daroz¹; Luis Eduardo de Assis Ribeiro¹; Marília Marcon Baião¹; Matheus da Costa Cardoso¹; Vinicius Pimenta Cardoso¹; Denise Rezende Ferreira²; Juliana Bruneli Secchin Algemiro²; Sabina Bandeira Aleixo²; Maria Rosineli Scarton D'Este²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A Dengue é uma doença infecciosa febril aguda, causada por vírus do gênero Arbovírus e transmitida principalmente pelo mosquito vetor *Aedes aegypti*. É um problema de saúde alarmante nas regiões de clima tropical, com destaque para o Brasil, em função das condições climáticas e da forma de organização das regiões urbanas, fato expresso no número preocupante de 65 mil novos casos e 19 óbitos nos primeiros três meses do ano de acordo com o boletim epidemiológico da Secretaria de Saúde do Estado do Espírito Santo (2023). A informação sobre a doença, sobre a maneira de transmissão e sobre como impedir a proliferação do vetor é importante no combate à dengue. Sendo assim, o projeto realizado visa discutir conhecimento útil e relevante acerca da patologia para jovens do ensino fundamental II, objetivando a conscientização dos jovens acerca do risco que a doença oferece à população e a instrução ao combate do vetor do vírus da dengue. Durante a realização do projeto, evidenciou-se interesse dos alunos pela temática e engajamento na discussão da doença, principalmente em função dos conhecimentos prévios adquiridos em trabalhos e pesquisas escolares, sendo realizada com sucesso a tarefa de conscientizá-los do perigo que a doença oferece. Entretanto, mesmo que a informação sobre o problema seja essencial no combate contra ele, para que seja alcançado um efeito prolongado e efetivo nas comunidades, são necessárias ações de intervenção mais diretas na comunidade, como remoção dos focos de água parada e possíveis criadouros do mosquito vetor.

Palavras-Chaves: Combate; Conscientização. Dengue. Doença infecciosa. Mosquito vetor.

HÁBITOS SAUDÁVEIS DE VIDA PARA O CONTROLE E PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO E DIABETES

GUIDO MOURA FACCIN PACHECO¹; LUCAS CORREA RIBEIRO DE SOUZA ROSA¹; MARCO ANTONIO LUCENA DA MOTTA¹; MARIA THEREZA BAPTISTA CANDIDDO¹; MARIANA FREDERICO DE MOURA¹; OTACILIO JOSÉ COELHO COLLI¹; RAMON AZARIAS ZACARIAS¹; VICTOR HUGO GASPAR GONÇALVES¹; VITÓRIA MARIANA COMPER GALIMBERTI¹; DENISE REZENDE FERREIRA²; JULIANA BRUNELI SECCHIN ALGEMIRO²; SABINA BANDEIRA ALEIXO²; MARIA ROSINELI SCARTON D'ESTE²; HORMINDA GONÇALVES NETA GRIFO REZENDE²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Em nossa roda de conversas foi abordado a necessidade de se manter uma boa alimentação e uma constância de exercícios físicos para a prevenção e/ou uma melhoria na qualidade de vida dos portadores da hipertensão e do diabetes, tendo em vista que são as doenças mais prevalentes na população atendida na UBS Juracy Mendes Glória do bairro São Luís Gonzaga. O projeto de intervenção tem como objetivo conscientizar a população sobre a eficiência dos hábitos de vida saudáveis no tratamento e prevenção dessas doenças, bem como uma tentativa de estimular a população a pôr em prática os pilares da Medicina do Estilo de Vida. A comunidade do São Luiz Gonzaga possui um grande número de pacientes com ao menos uma das duas condições citadas acima, havendo a piora de alguns quadros recentes que puderam ser notados nas casas que foram visitadas. Dos 5 lares visitados nas duas semanas que antecederam a roda de conversas, quatro senhoras relataram ser portadoras de hipertensão e diabetes. Como solução para os maus hábitos de vida da comunidade, foi feita uma intervenção por meio de uma roda de conversas pelos acadêmicos de medicina, em que foram explicadas a importância do diagnóstico e tratamento dessas doenças, dos bons hábitos alimentares, e estimulada a prática de atividades físicas, com demonstrações de alongamentos e aeróbicas que podem ser realizados em casa, além da apresentação do projeto público já existente de Ginástica Funcional que ocorre no 9º Batalhão da Polícia Militar com a presença de um educador físico. Os estudantes puderam ter uma conversa mais individualizada com os presentes e sanaram algumas dúvidas que foram levantadas à respeito dessas doenças e de quadros de piora. Esta experiência foi bastante proveitosa e pode-se atestar através do projeto que, apesar de muitos terem acesso a informações, as pessoas ainda demonstram relutância em aderir hábitos de vida saudáveis, seja por ter uma relutância em mudar de estilo de vida ou por acreditar que é necessário gastar dinheiro para manter estes hábitos, o que trabalhamos para mostrar não ser uma verdade. Aprendemos como devemos proceder quando médicos neste tipo de situação para que haja cada vez mais aderência ao tratamento e para que possamos prevenir a doença desde já. Conclui-se que as doenças crônicas estão presentes em grande parte da população idosa e que muitos ainda possuem hábitos de vida que agravam essas comorbidades. Além disso, muitos adultos que não possuem as doenças se mostraram relutantes em atender a palestra por serem que não são suscetíveis a desenvolvê-las ao longo da vida, dizendo não haver a necessidade de mudar seus hábitos. Infere-se ainda que UBS do bairro atende bem seus pacientes uma vez que grande parte dos participantes faz o tratamento medicamentoso de forma correta. A porcentagem de pacientes que não aderem o tratamento da forma correta ou que não possuem o diagnóstico é baixo, o maior obstáculo é a mudança de hábitos de vida.

Palavras-Chaves: Diabetes. Doenças crônicas. Hábitos. Hipertensão. Intervenção. Pacientes. Tratamento.

DOENÇAS CARDÍACAS INFANTIS: PREVENÇÃO E CUIDADOS

Brenda Zucoloto Bianchini¹; Nathalia Coutinho Martins¹; Luis Carlos Do Nascimento Filho¹; Mateus Soprani Titol¹; Thalys Dalapicola Nascimento Kefler¹; Eduardo Da Silva Firmino¹; Maria Eduarda Pereira Neiva¹; Everson Santos de Azevedo¹; Diego Soares Fernandes²; Juliana Bruneli Secchin Algemiro²; Sabina Bandeira Aleixo²; Horminda Gonçalves Neto Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: O projeto de intervenção tem como fundamento conscientizar os pais acerca dos problemas cardíacos infantis, levando conhecimentos e dicas de prevenções e cuidados. O projeto age por meio de informações que levam ao entendimento dos pais sobre as formas de ter uma boa qualidade de vida e saúde. A proposta de intervenção para melhorar a qualidade de vida das crianças partiu de um início simples, pensando no paciente como um todo, garantindo que tenham uma infância saudável e como uma das consequências se tornarem adultos com menor chance a doenças cardíacas. A campanha foi realizada por meio de uma visita ao centro de saúde, lá conseguimos conversar com muitos pais e passar informações importantes sobre esse assunto, onde alertamos sobre alguns sinais e sintomas que eles devem estar sempre em alerta caso seus filhos apresentem no seu dia a dia (cansaço excessivo, batimentos cardíacos acelerados...) e como eles podem prevenir tais doenças tanto na infância como já ajudar a começar a prevenir para a vida adulta. Junto com a conversa, entregamos panfletos com todas as informações para que pudessem olhar também em casa e não cair no esquecimento. Para finalizar a conversa, pedimos permissão para realizar um breve exame cardiológico nas crianças de maneira descontraída, a fim de detectar possíveis sopros. Concluímos por meio do projeto que grande parte da população não possui conhecimentos sobre esse assunto e por isso muitas vezes não sabem como agir para prevenir e cuidar. Observamos também que a maioria dos pais se interessaram pelo assunto e queriam saber mais.

Palavras-Chaves: Bem-estar. Cuidados. Prevenção. Vida.

INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS NA GESTAÇÃO

Gabriella Porto¹; Heloína Pereira dos Santos¹; Laryssa Pinheiro de Lima¹; Maria de Moraes Guarçoni Silva Brito¹; Maria Eduarda Dellarmelina¹; Maria Victória Lima Merlo¹; Mayara Coutinho Matielo¹; Shara Letícia Moraes da Silva Gueze¹; Diego Soares Fernandes²; Juliana Bruneli Secchin Algemiro²; Sabina Bandeira Aleixo²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: O objetivo desse projeto de intervenção foi apresentar o trabalho cujo tema foi “infecções sexualmente transmissíveis na gestação”, visto que as doenças sexualmente transmissíveis estão cada vez mais presentes na nossa população, além de conscientizar sobre quais as infecções sexualmente transmissíveis mais frequentes e como podem impactar na saúde da gestante e do feto. As infecções sexualmente transmissíveis (IST's) refletem um grande óbice para a saúde pública, sendo considerada a segunda causa de maior procura por atendimento nos serviços. Tal problemática tem como principal fator a fragilidade dos serviços de saúde atribuídos à conscientização, prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças. Nesse sentido, importa salientar alguns mecanismos para mitigar tal problemática, tais como: abordagem sindrômica das IST's por meio de protocolos e fluxogramas para cada infecção, em busca de um melhor tratamento; como por exemplo: a realização de um bom pré-natal, ao passo que será promovido acesso à saúde materna infantil. Outra abordagem a ser aplicada é a conscientização e realização de educação em saúde no contexto da atenção primária, a fim de propiciar promoção da saúde e melhor qualidade de vida à gestante e ao feto. Pode-se afirmar, por fim que, a implantação de projetos de educação em saúde para gestantes é imprescindível para melhor qualidade de vida e saúde da gestante e feto.

Palavras-Chaves: Educação em Saúde. Infecções Sexualmente Transmissíveis. Saúde.

PROJETO NICOTINA ZERO: RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E TABAGISMO NA POPULAÇÃO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM

Ana Clara Moreira Cabelino¹; Ana Luiza Leal dos Santos¹; Chayane Louzada Caetano¹; Emanuele Simão Alcântara Lima¹; Giovana Paschoal Pontes Lugão¹; Helena Lacerda Agum Ribeiro¹; Kamyle César Castro¹; Karolaine Fernandes Rangel¹; Thaysa Samela Garcia Toneto¹; Eliza Bittencourt Chaves²; Lorrann Coque Fonseca²; Sabina Bandeira Aleixo²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A saúde pública, prevista na Constituição Federal de 1988, é um direito que visa garantir o bem-estar físico, social e mental da população. Contudo, ao analisar o público das unidades básicas de saúde, nota-se a alta incidência de indivíduos com depressão, ansiedade e estresse crônico associados ao tabagismo. À vista disso, o objetivo desse projeto é divulgar informações sobre os sinais de alerta desses transtornos mentais e compartilhar locais de ajuda, além de apresentar as consequências que o uso do tabaco gera na saúde mental. Logo, como forma de intervenção, foi desenvolvido e distribuído um panfleto no Centro Municipal de Saúde Bolívar de Abreu abordando a relação entre tabagismo e saúde mental e contendo dicas para abandonar esse hábito. Por meio dessas ações, o público-alvo foi orientado sobre o tema de forma atenciosa, o que contribuiu para a adesão ao projeto e desenvolveu a empatia dos integrantes do grupo. Analisando os resultados, constatou-se que o objetivo esperado foi alcançado com êxito, já que ocorreu uma considerável interação dos indivíduos presentes. Entretanto, um pequeno grupo demonstrou desinteresse e resistência à participação do projeto, visto que se trata de uma prática com alto grau de dependência. Por isso, faz-se necessário incentivar tais intervenções para a criação de uma ampla rede de apoio que discorra sobre os impactos do tabagismo na saúde mental.

Palavras-Chaves: Dependência. Saúde mental. Tabagismo. Transtornos mentais.

OBESIDADE INFANTIL NO CONTEXTO ESCOLAR PARA UMA INFÂNCIA MAIS SAUDÁVEL

Ana Clara Bitencourt da Silva¹; Arthur Passamani Fazolo¹; Arthur Serafim Costa¹; Danilo Narlim Moreira¹; Gabriela Daros Agrizzi¹; Gabrielly Ferreira Machado¹; Igor da Silva Bahiense¹; Lara Machado Frossard¹; Lívia Dutra Ferreira Neto¹; Kyssila Vasconcelos Sales Rodrigues¹; Rafaela Carreiro Goulart¹; Raffizza Lopes Alves¹; Eliza Bittencourt Chaves²; Lorrann Coque Fonseca²; Zeila Cristina Pereira Pimenta²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: A obesidade infantil tem aumentado de maneira alarmante em todo o mundo, causando muitas doenças crônicas e mortalidade dessa população, tendo como fatores etiológicos os maus hábitos alimentares e o sedentarismo. O objetivo deste projeto é promover uma educação infantil quanto a mudanças de hábitos de vida, visando à prevenção e a redução do número de crianças obesas no município de Cachoeiro de Itapemirim. Foi realizada visita a Escola Adventista de Cachoeiro de Itapemirim, pelos estudantes do 2º período do curso de Medicina da Faculdade Multivix nos turnos matutino e vespertino para a realização de palestra educativa sobre a importância da alimentação saudável, prática de exercício físico, ingestão de água, sono de qualidade e os malefícios da obesidade no bom funcionamento de todo o organismo. Também foi realizada gincana onde foram feitas perguntas aos alunos sobre o tema proposto com o intuito de fixação do conteúdo de maneira lúdica, com entrega de brindes. Conclui-se que a visita à escola teve um impacto positivo, visto a interação das crianças com o tema. Entretanto, vale ressaltar que mais visitas devem ser feitas, com o intuito de aumentar a adesão dessas crianças a um estilo de vida mais saudável e coleta de dados como o índice de massa corpórea (IMC) de uma amostra de crianças para análise.

Palavras-Chaves: Educação alimentar. Doenças crônicas. Hábitos de vida. Obesidade infantil. Sedentarismo.

SENSIBILIZAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO QUANTO A ALIMENTAÇÃO CARDIOPROTETORA

Maria Paula Altoé¹; Jonas Nogueira Dias Júnior¹; Júlio Cesar Monteiro Carvalho¹; Larissa Freitas Pimentel¹; Maria Fernanda Lomonte Rodrigues¹; Maria Nogueira da Costa¹; Maria Victoria Costa de Nadai¹; Mayane Jordão Cunha de Jesus¹; Natália Figueira Simões¹; Victor Salarolli Lorencini Ysraelin Queiroz de Miranda¹; Edilani Borges Benevenute¹; Ana Carolina Franskoviak¹; Ana Karolline Rocha de Castro¹; Francisco Senna de Oliveira Neto²; Luciana Bueno de Freitas Santolin²; Zeila Cristina Pereira Pimenta²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: Neste trabalho foi abordado os meios de melhorar a qualidade de vida da população no que tange à saúde do coração, por meio da sensibilização em relação à alimentação e atividade física, com intuito de prevenir contra possíveis doenças cardiovasculares tendo em vista o nível de risco de incidência e complicações dos problemas em idosos. Um grupo de estudantes de medicina da Faculdade Multivix disponibilizaram-se a irem à Igreja Batista do Bairro Nova Brasília. A equipe se dividiu, fazendo-se uma para a exposição do projeto de intervenção e a outra para coletar os dados da anamnese e entrega de panfletos além de palestra participativa e explicativa sobre o assunto e distribuição de panfletos educativos a respeito da prevenção de inúmeras doenças, importância de bons hábitos de vida, consequências de uma dieta não balanceada e controle da pressão arterial. O grupo concluiu o trabalho com sucesso visto que conseguiu alcançar e conscientizar cerca de 26 pessoas além de ter feito uma tabulação na hora após todos terem respondido ao questionário e perceberam que apesar de vivermos em uma era tecnológica, a população ainda enfrenta dificuldades de acesso à informação ou até mesmo negligenciam certas pautas importantes, como o consumo de alimentos altamente inflamáveis e não saudáveis, relacionando com a influência destes na pressão arterial. Ademais, outro fator de extrema relevância é a prática de exercícios físicos que ajuda a prevenir diversas doenças além de manter corpo e mente ativos. O projeto foi elogiado pelas pacientes que recorreram aos estudantes em busca de mais informações demonstrando interesse sobre o assunto. Por fim, fica claro que o trabalho obteve o êxito esperado uma vez que alcançou idosos e os conscientizaram.

Palavras-Chaves: Alimentação saudável. Exercício físico. Idosos. Pressão arterial.

INCENTIVO E RECONQUISTA DA COBERTURA DA CAMPANHA NACIONAL DE VACINAÇÃO CONTRA INFLUENZA NO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO-ES

Ana Lara Meleipe Ribeiro¹; Eduarda Bonfante Lavanholle¹; Júlia Fernandes Siloti¹; Julia Nalanda Coutinho Barreto¹; Laiza Gonçalves Cordeiro¹; Leandro Mendes Zagotto¹; Mariana Pizzol Pinheiro¹; Mateus Gois Scardine¹; Patrick Carvalho Afonso¹; Pedro Henrique Monteiro Montaveli¹; Thaynara Candal Nogueira¹; Francisco Senna de Oliveira Neto²; Luciana Bueno de Freitas Santolin²; Zeila Cristina Pereira Pimenta²; Horminda Gonçalves Neta Grifo Rezende²

¹Acadêmicos de Medicina da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

²Professores Orientadores da Faculdade Multivix, Cachoeiro - ES

Resumo: O objetivo deste projeto é explicar e sensibilizar a população quanto a importância da vacinação, sobretudo contra a Influenza, fato que estimula o sistema imunológico a produzir anticorpos e garantir maior proteção contra o vírus. No ano de 2022, o município de Cachoeiro de Itapemirim não alcançou a meta de vacinação estabelecida pelo Programa Nacional de Imunizações (PNI), haja visto que ainda há indivíduos que tenham preconceito e relatos fictícios sobre a vacina, já que a mesma pode ser produzida com proteínas do próprio vírus, no entanto, não sabem que tal procedimento é imprescindível para garantir a produção de anticorpos eficazes por nosso organismo e garantir maior proteção. Nesse sentido, foram realizadas campanhas próximas ao Shopping Cachoeiro e na praça Jerônimo Monteiro pelos estudantes do 2º período do curso de Medicina da Faculdade Multivix, unidade de Cachoeiro de Itapemirim. Dessa forma, foram abordados indivíduos com intuito de orientação a respeito da importância de se vacinar e manter o cartão de vacina em dia, com enfoque da vacina contra Influenza, explicamos que as vacinas estimulam a produção de anticorpos e evitam o adoecimento da infecção. Aliado a atuação, também foram entregues panfletos explicativos sobre o assunto em questão. Além de também proporcionamos um momento em que cada pessoa pudesse tirar as dúvidas, fazer perguntas e mostramos a plataforma digital em que postamos informações acerca do tema. Portanto, conclui-se que, embora o SUS disponibilize várias vacinas, muitas pessoas deixam de se vacinar por falta de informação ou por achar que as vacinas vão fazer mal. Vale ressaltar a importância da continuidade do projeto para tirar o preconceito que algumas pessoas possuem sobre a vacinação e aumentar o índice de vacinação da população.

Palavras-Chaves: Anticorpos. Influenza. População. Proteção. Vacinação.

PROJETO ENCANTAR

ANA LUIZA SANTOS¹, FELIPE BRANDÃO PITANGA¹, GIORDANNA LISBOA SEABRA¹, ISADORA AMABILE LOPES FABRES¹, JÚLIA BORGES FONSECA¹, LAIZ LYRIO SALES BRAGA¹, LETÍCIA BASSETTE MARTINS¹, LOUISE FAISSAL RAMOS¹, THAIS BOECKE GALVANI¹, ANA CAROLINA SIMÕES RAMOS² ADENILTON MOTA RAMPINELLI² CARLOS MOACIR COLODETE² CYNTHIA MOURA LOUZADA FARIAS² DANIELLA RAMIRO VITORAZZI²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O projeto Encantar, inspirado nos Doutores da Alegria, busca amenizar as condições de desconforto geradas nas crianças ao ingressarem em um ambiente hospitalar eimersas em uma rotina alheia ao seu modo de vida, de modo a oferecer momentos de entretenimento que serão essenciais para deixá-las mais aptas e dispostas aos tratamentos propostos, o que também irá agir na melhora da sua condição de saúde, mesmo que esta nãoesteja especificamente centrada na cura de sua doença. A realização desse projeto trouxe experiências muito positivas para todos os integrantes do grupo, tendo em vista que conseguimos alcançar nossos objetivos de proporcionar momentos que amenizaram a realidade difícil das crianças. Foi muito importante entender, ao longo de cada visita, o que realmente iria fazer a diferença no dia das crianças. E, assim, a oficina de slime conseguiu atender a cada uma delas, e vê-las empolgadas com nossas ideias e animadas para fazer a próxima slime foi gratificante. Observamos a empolgação das crianças diante das atividades propostas, principalmente quando fizemos a oficina de slime. Além disso, o projeto fluiu muito bem e as crianças perderam a timidez rapidamente e se envolveram nas nossas brincadeiras. Dessa forma, como sugestão para a continuação e o bom êxito do projeto seria de grande valia ampliar as opções de brincadeiras de acordo com o feedback das crianças, manter os encontros semanais para a realização das atividades com as crianças e estender o projeto para a sociedade, de modo que mais voluntários se interessem em ajudar no desenvolvimento dessa causa

Palavras-Chaves: Criança hospitalizada. Jogos. Brincadeiras

PROJETO DE PRIMEIROS SOCORROS COM ADOLESCENTES: MANOBRAS DE DESENGASGO E RCP

ANA CLARA DOS SANTOS SUARES¹ GABRIELA LAEBER CANHAMAQUE AMORIM¹ LUÍSA MARIANI FROSSARD¹ NICOLLE OLIVEIRA GOMES LIMA ALVES¹ PETRÔNIO GUILHERME GONÇALVES PREMOLI¹ RONALDO PADILHA NETTO¹ VICTORIA DALBON RIOS¹ VICTORIA CAROLINA DE ALMEIDA STEIN¹ VITÓRIA DALL'ORTO MARTINS¹ ANA CAROLINA SIMÕES RAMOS² ADENILTON MOTA RAMPINELLI² CARLOS MOACIR COLODETE² CINTIA BARRETO FERREIRA ANDRADE² DANIELLA RAMIRO VITORAZZI²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: As necessidades da aprendizagem sobre primeiros socorros têm se apresentado de forma presente na população e em especial entre os adolescentes. Com o objetivo de compreender as principais dúvidas dos alunos do terceiro ano do ensino médio sobre o assunto de uma instituição de ensino, foi constatado que poucos estudantes sabiam como realizar as manobras de desengasgo e a ressuscitação cardiopulmonar. A partir disso, se fez necessário a realização de um projeto abrangendo esse tema. Com a finalidade de que, nós educandos, pudéssemos alcançar o objetivo de ensinar à população leiga sobre os primeiros socorros. Foi decidido que o projeto seria realizado com alunos do ensino médio, com a intenção de ressaltar a importância de obter esse conhecimento desde cedo, para que esses jovens estejam preparados para agir em situações de urgência relacionadas à saúde. Tal vivência, proporcionou aos estudantes do Centro Educacional Agostiniano aprender manobras de desengasgo e RCP em adultos, crianças e bebês, além do que deve ser feito em cenários de emergência e agregou positivamente a preparação profissional dos acadêmicos de medicina da Faculdade MULTIVIX Vitória. Percebe-se a importância de instruir os cidadãos, desde a sua infância, acerca de como realizar os primeiros socorros, a fim de que grande parte da comunidade saiba ajudar outros indivíduos quando necessário. A partir disso, destaca-se a relevância da presença dos educandos de medicina para preparar esses adolescentes em como se comportar em momentos de risco para a saúde.

Palavras Chaves: Primeiros Socorros. RCP. Manobras de desengasgo. Adolescentes. Saúde.

EDUCAÇÃO ACERCA DE REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR EM ACADEMIA

ANA CAROLINA BICCAS BRAGA¹ ANA FLÁVIA MAIOLI PÁDUA LAGO¹ ARTHUR LORENZONI DRAGO¹ EDUARDA ESTEVES FALCÃO¹ ISABEL SILVA DE AZEVEDO¹ MARIA LUIZA DA SILVA MENEZES¹ MURILO VIEIRA¹ SABRINA CARVALHO CALDEIRA COELHO¹ ANA CAROLINA SIMÕES RAMOS² ADENILTON MOTA RAMPINELLI² CARLOS MOACIR COLODETE² DANIELLA RAMIRO VITORAZZI² DENISE REZENDE FERREIRA²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: A reanimação cardiopulmonar é uma das principais ferramenta para se socorrer uma pessoa em uma emergência. Essa manobra aumenta a chance de sobrevivência de uma vítima de parada cardíaca se feita de modo correto. Sabemos que é muito comum voltar à academia depois de algum tempo sem se exercitar e sem fazer exames, além de ser corriqueiro o esforço exagerado emposto no corpo ao fazer exercício em demasia, o que podem causar uma Parada Cárdio Respiratória (PCR). Dessa forma, observamos uma necessidade de ensinar os usuários e funcionários desse local a forma correta de fazer uma Reanimação Cardiopulmonar (RCP) para o caso de uma emergência. Propomos uma visita na academia “Vitória Sports” com um boneco de treinamento de reanimação cardiopulmonar e um Desfibrilador automático externo (DEA) para explicarmos de forma teórica e prática como realizar a dita manobra. Também realçamos a importância de aprender essa técnica de socorro para o uso desse local. Essa experiência contribuiu para nos ajudar a entender que é mais comum do que se espera não saber realizar a RCP, além do fato de que temos que explicar de forma clara e detalhada o passo-a-passo para indivíduos leigos. Durante a prática da intervenção, percebemos que conseguimos ensinar um pouco da técnica para os participantes de forma que eles não fiquem sem saber o que fazer em uma situação como a simulada. Entretanto, devido ao horário que o grupo compareceu ao local e o aviso tardio dado à academia em decorrência da dificuldade de confirmar o empréstimo dos materiais com a faculdade, não havia tantos participantes quanto poderiam ter, especialmente em relação aos instrutores da academia, que em sua maioria estavam ocupados com alunos. Apesar desse ponto negativo, o feedback dos ouvintes foi bom, eles expressaram satisfação pela forma como a manobra foi ensinada e reconheceram a necessidade dessa intervenção no local.

Palavras-Chaves: Parada Cardio Respiratória. RCP. Academia. Ensinando.

CUIDADOS COM A SAÚDE INFANTIL: HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Alice dos Santos Rangel Silva¹ Andressa Damasceno¹, Anna Ruthe Santos Jacob¹, Daniel Ferreira Dias¹ Guilherme Pereira dos Santos¹, Isabella Marins Borges¹, Kamilly Jastro Mantovani¹ Lucas Lobato Tavares da Silva¹ Sany Schmidt¹ Ana Carolina Simões Ramos² Andre Torres Geraldo² Cynthia Moura Louzada Farias² Denise Rezende Ferreira² Diego Soares Fernandes²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumos: Com o propósito de compreender os empecilhos inerentes à saúde das crianças, foi organizada uma visita à E.M.E.F. Marechal Mascarenhas de Moraes e, com o auxílio da pedagoga da instituição, notou-se a necessidade de realizar um projeto de conscientização às crianças sobre a importância dos cuidados com a higiene das mãos, com enfoque na exposição de possíveis consequências à saúde e formas efetivas de prevenção, uma vez que a mão é um dos principais veículos para a transmissão de microrganismos patogênicos. Para isso, o projeto foi realizado com um grupo de aproximadamente 50 alunos do primeiro ano do ensino fundamental. A fim de suprimir os impactos da higienização inadequada das mãos, o grupo se mobilizou e, com as devidas orientações em prática o projeto de intervenção idealizado, foi devidamente realizado seguindo, principalmente, os seguintes passos: narração de uma história fictícia; ensino do passo a passo da lavagem correta das mãos; questionamentos e troca de experiências; uso de tinta para simulação prática de higienização; entrega de brindes aos participantes da dinâmica; coleta de depoimentos. Por fim, tal experiência possibilitou o acúmulo de aprendizados sobre a realidade acerca dos cuidados com a saúde infantil por meio da higienização, agregando para a formação pessoal e profissional dos acadêmicos de medicina da Faculdade Multivix. Além de contribuir com a formação acadêmica dos discentes de medicina, a ação de intervenção, segundo o feedback dos envolvidos, cumpriu com suas finalidades principais, as quais foram idealizadas com o propósito de promover, de forma lúdica, o aprendizado a respeito da higiene das mãos, de atuar na prevenção da ocorrência de doenças transmitidas pela má higiene e, no fim, de alcançar, por meio das crianças, todo o núcleo familiar e a comunidade.

Palavras-Chaves: Higienização. Mãos. Crianças. Saúde. Prevenção.

SITUAÇÃO DO ABANDONO DE IDOSOS NOS ASILOS

Ana Beatriz Leite Carvalho¹, Mariana Alves Pretti Moraes¹, Brisa Tozato da Vitória¹, Carolina Ramos Damasceno ¹, Cibelly Pancieri¹, Clara Breda Sales ¹; Dantas Moreira de Castilho Zon¹; Gabriela Aires de Alencar Furlan¹, Ana Carolina Simões Ramos² Andre Torres Geraldo² Denise Rezende Ferreira² Diego Soares Fernandes² Elimario Venturin Ramos²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: Com base nos estudos de gestão de projeto de saúde (GPS), foi evidenciado a necessidade de realizarmos um projeto no asilo dos idosos de vitória, localizado no bairro Monte Belo, com o objetivo de compreender as maiores necessidades enfrentadas pelos idosos residentes e dos profissionais do asilo. Ao conversarmos com a diretora, foi evidenciada uma grande dificuldade em manter todas as necessidades dos idosos bem supridas, uma vez que o asilo sobrevive de doações e a maioria dos residentes antes de serem resgatados sofriam situações de abuso tanto físico quanto emocional. Ao visitarmos o local pela primeira vez, percebemos as principais necessidades do asilo, que eram muito maiores do que imaginávamos, com poucos recursos para auxiliar o cuidado básico dos 78 idosos que residiam no local. Depois disso, percebemos que, além de cumprir o objetivo principal de fornecer um suporte emocional aos idosos, também era de suma importância arrecadar doações para a instituição. Posteriormente o, o grupo retornou ao asilo com arrecadações como fraldas, cestas básicas, lenços umedecidos, hidratantes além de atividades para interagir com os idosos. Também foram levadas maquiagens e bijuterias, pois nos foi informado na primeira visita que algumas das idosas gostavam de se enfeitar. Portanto, o projeto de GPS proporcionou ao grupo a oportunidade de entrar em contato com a triste realidade de abusos e sofrimento enfrentada por muitas pessoas, além de fortalecer a relação médico-pessoa ao interagir com os idosos e promover o exercício de compaixão com indivíduos com vivências e traumas diferenciados, agregando a formação pessoal e profissional aos alunos de medicina da Multivix. Ao final do projeto é possível refletir sobre a necessidade de amparo e proteção a esses idosos que na maioria das vezes, sofrem nas mãos de parentes e precisam de instituições como o Asilo de Vitória para realizar seu resgate. Entretanto, para que a qualidade de vida seja preservada nesses ambientes, é imprescindível a participação de acadêmicos de medicina e outros membros da sociedade com a arrecadação de doações e com a visita de ambientes como esse, uma vez que muitos dos idosos procuram diálogos e gostam da companhia de outros. Sendo assim, deve-se buscar formas de divulgações de instituições como essa com o objetivo de permitir que uma maior parte da sociedade obtenha conhecimento e estabeleça o mesmo sentimento de empatia e vontade de ajudar que foi criado no grupo, de forma que mais indivíduos colaborem com essa causa, evitando com que os residentes passem qualquer tipo de necessidade no final de sua vida.

Palavras-Chaves: Amparo. Qualidade de vida. Arrecadação. Doações. Empatia.

A RELEVÂNCIA DA LAVAGEM DE MÃOS CORRETA PARA CRIANÇAS

Isabella Mayer Simon Trarbach¹ Iviny Januth¹ Maria Eduarda Dadalto Farad¹ Maria Luiza Juliatti Batista Almeida¹ Mariana Depollo Dalben¹ Marina Rosa Martins¹ Ana Carolina Simões Ramos² Andressa Monteiro Braconi Grillo² Brunna Vila Ferreira Amorim² Cintia Barreto Ferreira Andrade² Diego Soares Fernandes²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O projeto tem como tema o ensinamento da lavagem adequada das mãos para crianças, já que essa prática é essencial para manter a higiene pessoal e prevenir doenças, e quando se trata de crianças, essa importância se torna ainda maior, a fim de que se tornem agentes ativos na promoção da saúde e no cuidado consigo mesmas e com os outros. As mãos são a principal via de transmissão de micro-organismos que podem causar uma série de infecções e doenças. No entanto, as crianças, por estarem constantemente explorando o mundo ao seu redor, têm maior probabilidade de entrar em contato com germes e sujeiras, tornando-as mais suscetíveis. A lavagem adequada das mãos é uma habilidade crucial que deve ser ensinada desde cedo, pois desempenha um papel vital na proteção da saúde das crianças e também visa cultivar hábitos de higiene que beneficiarão toda a sociedade. O projeto aconteceu na escola EMEF Marechal Mascarenhas de Moraes, com crianças do primeiro ano do fundamental I, com faixa etária de 5 a 7 anos. A prática consistiu em utilizar tinta guache como fonte visível de sujeiras com finalidade de remover completamente a mesma, aplicando água e sabão, para que os alunos compreendam a necessidade de uma lavagem apropriada. Essa experiência contribuiu para uma evolução pessoal e acadêmica das estudantes de medicina, já que constataram a carência de informações acerca do assunto por parte das crianças, uma vez que essas instruções não são oferecidas na maioria das escolas brasileiras. Sendo assim, é válido dizer que a colaboração dos alunos foi fundamental para a conclusão do projeto, que foi bem aprovado por eles e pela professora acompanhante. A prática foi concluída com êxito e não houve falhas ou intercorrências. Foi aconselhado à professora que continuasse incentivando a atividade com as crianças, para que isso vire um costume no dia a dia delas.

Palavras-Chaves: Lavagem. Mãos. Crianças. Doenças. Higiene.

CARACOL E PRATO DA ALIMENTAÇÃO

Alice Freitas Carolina Viana¹ Júlia Coelho Julia Nogueira Lecco¹ Layra Ramos Lugão¹ Paula Callazans Pitto¹ Rafaella Milenna Neris¹ Raquel Angélica Bridi ¹Ana Carolina Ramos Ana Carolina Simões Ramos² Andressa Monteiro Braconi Grillo² Brunna Vila Ferreira Amorim² Cintia Barreto Ferreira Andrade² Eliza Bittencourt Chaves²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: Na matéria de Gestão em Projeto de Saúde foram expostas as necessidades do Centro Municipal de Educação Infantil Jacyntha Ferreira de Souza do bairro Goiabeiras, com o objetivo de compreender as principais dificuldades enfrentadas pela equipe de educação local. Foi constatada uma demanda muito grande de crianças que não gostavam de comer frutas e verduras. A partir disso, se fez necessário a realização de um projeto abrangendo a importância de uma alimentação saudável. A professora orientou o planejamento de estratégias para a conscientização das crianças em relação a expor a importância de uma alimentação adequada, com legumes, frutas, verduras, de uma forma divertida que entretenha as crianças e as eduque ao mesmo tempo. Portanto, diante do estigma relacionado a ingestão de verduras e legumes pelas crianças, a preparação do projeto de intervenção mais adequada seria através de brincadeiras educativas, além de uma palestra acerca da importância de uma alimentação balanceada e saudável. Tal experiência possibilitou o acúmulo de experiências no contato médico-pessoa, agregando para a formação pessoal e profissional dos acadêmicos de medicina da faculdade Multivix. Conclusão: Nota-se a importância de esclarecer e romper preconceitos sobre a alimentação saudável que as crianças possuem, relacionando legumes, frutas, saladas como algo com sabor ruim ou não tão prazeroso. À vista disso, destaca-se a relevância do auxílio das alunas do primeiro período frente ao problema apresentado, demonstrando que é sim possível ser algo prazeroso e desde cedo incentivar na parte pueril da sociedade o desenvolvimento do paladar para alimentos que contribuam com a saúde. Vale ressaltar o aprendizado de ambas as partes, no que se refere a ter uma alimentação equilibrada, por parte das crianças, e o contato com as mesmas, sendo gratificante e enriquecedor, por parte dos alunos do primeiro período.

Palavras-Chaves: Alimentação Infantil. Saudável. Conscientização. Crianças. Instituições de Ensino.

ACÇÃO SOLIDÁRIA NO LAR BATISTA ALBERTINE MEADOR: UMA JORNADA DE ACOLHIMENTO E APRENDIZAGEM

Júlia Suzano Duarte¹ Yasmim Côrtes Matos¹ Valentina Saliba Pereira¹ Felipe Araújo Botelho de Melo¹ Iury Kirmse Rossi¹ Mateus Souza Scardini¹ Victor Fraga Leal Rodrigues¹ Rodrigo Cezar Gonçalves Motta¹ Ana Carolina Simões Ramos² Andressa Monteiro Braconi Grillo² Brunna Vila Ferreira Amorim² Eliza Bittencourt Chaves² Eliza Bittencourt Chaves²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: Para o projeto de intervenção na comunidade, visitou-se o Lar Batista Albertine Meador, só para meninas, localizado em Laranjeiras, Serra- ES. O Lar Batista serve como casa temporária para crianças e adolescentes de 0 a 21 anos. Sua principal função é proteger as meninas ali presentes, visto que, em sua maioria, processos jurídicos estão envolvidos. Durante a execução do trabalho de gestão de saúde, realizou-se perguntas visando atender as principais necessidades dessas jovens, sendo relatado carência de alimentos (principalmente leite, arroz, feijão e açúcar), roupas, materiais de limpeza e de higiene pessoal. Dito isso, arrecadamos contribuições da população e conseguimos comprar itens para suprir parte das demandas do lar temporário. No dia 15/04, fizemos a entrega das doações e, além disso, foram realizadas atividades recreativas, tais como: queimada, jogos de cartas, caça chocolates... e uma palestra educativa sobre saúde bucal, com o dentista Rodrigo Motta. Foi proposto, também, um questionário com 7 perguntas acerca da escovação dos dentes e exercícios físicos, onde as respostas foram dispostas por faixa etária. A realização desse projeto nos aproximou de uma realidade diferente da que convivemos, nos proporcionando uma experiência inesquecível e de muito aprendizado. Vimos, na prática, que para muitas crianças, um simples gesto, como uma partida de UNO, doação de doces e chocolates ou simplesmente o fato de ensiná-las a escovar os dentes corretamente, é essencial e faz com que o dia delas seja melhor. Vale ressaltar, que toda a nossa ação foi previamente combinada com as responsáveis pelo Lar Batista, para que nossa ação não fosse invasiva ou prejudicial, tocando em assuntos indelicados, uma vez que muitas dessas meninas foram abandonadas ou abusadas. No dia 6/05, fizemos a nossa última visita para recolher os feedbacks, foi um momento muito gratificante para todos, nós conseguimos ver o carinho delas e percebemos que realmente nossas ações fazem diferença. Só temos a agradecer ao Lar Batista, tanto pela recepção incrível, quando pelos momentos ali passados, que com certeza marcaram as nossas vidas.

Palavras-Chaves: Lar temporário. Saúde bucal. Exercícios físicos. Doações. Aprendizagem.

O USO DA TECNOLOGIA PARA ORIENTAÇÕES DE SAÚDE

Camila Massariol Pinheiro¹; Danielle Moraes de Oliveira Moura¹; Eduarda Esteves Falcão¹; Gabriela Souza Trigo Lopes¹; Lorraeny Castilho Pereira¹; Mayara Souza Moraes Hlabi Souki¹; Rafael Adolfo de Oliveira e Silva¹; Sofia Teixeira de Carvalho¹; Thais Vasconcelos Gomes¹; Sheila Cristina de Souza Cruz². Helber Barcellos Da Costa² Karine Lourenzone De Araújo² Leandro Siqueira Lima² Inara Junqueira de Castro Dardengo²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O projeto visa buscar uma forma para que toda comunidade de Maria Ortiz e regiões tenham acesso simplificado e rápido sobre orientações referentes às doenças de diabetes e hipertensão. Observado o cenário atual da Unidade Básica de Saúde do bairro Maria Ortiz, constatou-se que a maioria dos casos apresentam diabetes e hipertensão. Nesse contexto, objetivou-se a orientação e conscientização da comunidade, de forma geral, sobre essas importantes agravos que estão em estágio crescente na sociedade. Para tanto, foi criado um website sobre as referidas doenças com as informações essenciais, de modo que os usuários poderão ter acesso livre e facilitado com o escaneamento do QRcode impresso no banner fixado na UBS, bem como na área interna da Faculdade Multivix Vitória. Ademais, as orientações de saúde referentes a estes agravos foram direcionadas para o site da Prefeitura Municipal de Vitória, onde todos os profissionais e usuários que não fazem parte do território abrangido pelo projeto poderão ter acesso ao conteúdo informativo. Diante do índice crescente dos casos de diabetes e hipertensão na comunidade de Maria Ortiz a operacionalização do projeto de intervenção não poderia ser outro senão informar aos usuários e não usuários sobre essas doenças. Ressalta-se que, com início da pandemia do COVID-19, muitos serviços de orientação a população em geral foram suspensos e, com isso, os casos de várias doenças, outrora, já em índices baixos, voltaram a crescer, como foi o caso de diabetes e hipertensão. Esse cenário foi o principal motivo da escolha do projeto de intervenção com o fim de proporcionar as pessoas em geral informação e, por consequência, mais qualidade de vida. Por fim, o resultado final do projeto cumpriu com objetivo inicial planejado de orientar e conscientizar sobre a importância do controle precoce de tais doenças trazendo um sentimento de “dever cumprido” e desempenhando nosso papel social como futuros médicos buscando melhorar a vida das pessoas que estão ao nosso redor mesmo que de forma sutil e simples.

Palavras-Chaves: Hipertensão; Diabetes; Orientação; Saúde; Prevenção.

DEBATE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA APLICAÇÃO DOS PILARES DA MEDICINA DO ESTILO DE VIDA NA SAÚDE

Alice Del Puppo Costa¹; Júlia Costa Guimarães¹; Lucas Daltio e Silva¹; Neuza Maria Lobato de Oliveira¹; Raquel Araujo Merisio¹; Samira Mombrini Calil¹; Victória Manfioletti¹; Victória Poltronieri Bianchini¹; Sheila Cristina de Souza Cruz². Karine Lourenzone De Araújo² Leandro Siqueira Lima² Roberta Fonseca Petrochi² Gabriela Scaramussa Sonsim²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: A Medicina do Estilo de Vida (MEV) é uma vertente que aborda de forma científica o uso terapêutico do estilo de vida para prevenir, tratar e, em determinados casos, reverter quadros de certas doenças. Dessa forma, essa especialidade busca associar os comportamentos dos indivíduos com o aprimoramento da saúde. Sob essa perspectiva, o projeto objetivou apresentar os pilares da MEV para estudantes de pré-vestibular, em que, os quais enfrentam uma rotina intensa e propícia a ser prejudicial à saúde, como a má alimentação, o sono desregulado e a atividade física irrisória. Assim, foi possível debater sobre a importância da nutrição saudável, sono de qualidade, prática de exercícios físicos, controle de tóxicos, manejo do estresse e boa conexão social no dia a dia do estudante. Relato de experiência: Por meio da apresentação do tema e dos pilares da MEV, foi realizado um questionário com onze perguntas a fim de adquirir as informações acerca dos hábitos de vida desses estudantes e um debate sobre as respostas. Com isso, os resultados mostraram que muitos apresentam deficiência no que é esperado o ideal de cada pilar. Desse modo, a associação dos pilares: alimentação, sono, controle de tóxicos, manejo do estresse e conexões sociais com os comportamentos dos alunos existiu a possibilidade de refletir a relação dos impactos do estilo de vida e o surgimento de doenças. Com esse aprendizado, os alunos possuem a consciência de que precisam adaptar seus hábitos de vida para que consigam alcançar melhor bem-estar. Conclusão: O projeto de extensão adquiriu bons resultados ao observar a ampliação dos conhecimentos sobre a Medicina do Estilo de Vida, visto que grande parte dos estudantes não conhecia essa especialidade, bem como ao garantir a reflexão como forma de conscientizar sobre a valorização de hábitos que contribuem para a saúde. Além disso, os integrantes do projeto foram beneficiados com a experiência de ter contato com novas situações e com a oportunidade de propagar a MEV, o que representa avanços no progresso da medicina preventiva.

Palavras-Chaves: Medicina do estilo de vida. Sono. Alimentação. Educação em saúde.

EDUCAÇÃO SEXUAL ACERCA DA PREVENÇÃO DE IST'S: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Armando Tonini Hosken¹; Gabriel Novaes Leite¹; João Vitor Scarpino Neves¹; Lucas Daltio e Silva¹; Pedro Henrique Julião Pacheco¹; Pedro Vargas Ribeiro¹; Victor Sgrancio Moreira¹; Victor Rios Tanure¹; Sheila Cristina de Souza Cruz². Karine Lourenzone De Araújo² Leandro Siqueira Lima² Roberta Fonseca Petrochi² Lorrann Coque Fonseca²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: Neste projeto foram identificadas as necessidades da Unidade de Saúde (UBS) do bairro Jabour, com o objetivo de compreender as principais dificuldades enfrentadas pela equipe de saúde local. Foi constatado pela equipe da UBS um notório aumento de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST's) entre os jovens. A partir disso, se fez necessário a realização de um projeto abrangendo educação sexual entre os jovens, com o propósito auxiliar na conscientização dos jovens em relação a prevenção das IST's, promoção da saúde, destacando cuidados com o corpo, conhecimentos sobre as doenças prevalentes na juventude. Portanto, diante do índice crescente dos casos de IST's, a execução do projeto de intervenção foi através de uma exposição dialogada e roda de conversa sobre os cuidados necessários antes, durante e após as relações sexuais e como reagir em caso de suspeita de infecção. Além deste debate acerca da sexualidade nos dias atuais com os jovens, tal experiência possibilitou o acúmulo de informações de saúde agregando assim a formação pessoal e profissional dos acadêmicos de medicina da Faculdade Multivix. Tal intervenção foi importante para esclarecer os questionamentos dos jovens em relação a educação sexual e sexualidade como um todo, frente a prevenção das IST's. À vista disso, destaca-se a relevância do auxílio dos alunos do primeiro período frente ao problema apresentado, tendo em vista o aprendizado de ambas as partes, no que se refere a projetos de intervenção e prevenção de IST's.

Palavras-Chaves: Unidade de Saúde. Prevenção. Infecções Sexualmente Transmissíveis. Jovens. Sexualidade.

CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A PREVENÇÃO DA DENGUE NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Ana Beatriz Suter Gonçalves¹; Armando Tonini Hosken¹; Brenda de Barro Máximo¹; Carolina Gomes Lovato¹; Clara França Barcelos Araujo Bravin¹; Joana Gorza Nunes¹; Mariana Pignaton Barbosa¹; Yandra Vitória Pacífico Davariz¹; Sheila Cristina de Souza Cruz²; Karine Lourenzone De Araújo²; Leandro Siqueira Lima²; Roberta Fonseca Petrochi²; Francisco Senna de Oliveira Neto²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O projeto sobre a “conscientização da dengue na educação infantil” é uma temática de extrema relevância em ambiente escolar. Tem como base ensinar as crianças entre 4 e 5 anos de idade os cuidados necessários para evitar a proliferação do mosquito *Aedes aegypti* nas escolas e expor as possíveis complicações que a doença pode trazer. Sendo assim, dentre os objetivos principais está o de demonstrar a importância de eliminar possíveis focos de água parada, na qual se torna um meio propício para a reprodução do mosquito da dengue. Ademais, a ação educativa tende a ser eficaz, uma vez que crianças aprendem com facilidade e conseqüentemente reproduzem em casa esse conhecimento, desta forma, toda a comunidade se torna conhecedora das orientações necessárias para o combate à doença. A ação ocorreu no CMEI Zenaide G Marcarini Cavalcante, localizado em Jardim da Penha – Vitória ES, tendo como público-alvo crianças com a faixa etária de 4 e 5 anos. No primeiro momento, o desenvolvimento da atividade ocorreu com a participação de todos os integrantes do grupo, passando nas salas destinadas ao projeto, explicando a doença, as complicações geradas e as maneiras de prevenir a disseminação e a contaminação da dengue. Outrossim, foi planejada uma atividade fora de sala de aula, em que, focos de água foram espalhados pela escola, com o objetivo de estimular as crianças a procurarem estes focos e, assim, eliminá-los. A partir disso, foi concluído que a prática se mostrou fundamental na conscientização das crianças sobre o combate à dengue e a importância de não deixar água parada. Posto isso, o trabalho também agregou de maneira significativa na vida dos acadêmicos responsáveis por sua execução, tendo em vista que transpareceu a ideia de quão importante é disseminar cada vez mais o conhecimento nas comunidades, buscando utilizar termos simples e de fácil compreensão a todos. O projeto de intervenção obteve os resultados esperados de maneira satisfatória, uma vez que as informações foram transmitidas de forma didática, permitindo o entendimento das crianças, sendo um retorno positivo na educação em saúde e prevenção de doenças. As crianças se envolveram inteiramente no desenvolvimento das atividades, o que trouxe resultados positivos e superou as expectativas do grupo. Outrora, a equipe pedagógica da escola recebeu todos os integrantes do grupo muito bem, apoiando e oferecendo toda a ajuda necessária, o que contribuiu para o sucesso do trabalho. Por fim, todos os integrantes do grupo relatam contentamento com o desfecho da prática e com a oportunidade de estar em contato com a comunidade, oferecida através do projeto de extensão.

Palavras-Chaves: Dengue. Prevenção da doença. Disseminação. Crianças. Conhecimento.

CLIMATÉRIO: AÇÃO SOCIAL VOLTADA PARA MULHERES EM VITÓRIA

Amanda Coutinho Pêsoa¹; Ana Luiza Kale Tavares¹; Isadora Sarmento Guimarães¹; Lívia Nunes da Fonseca¹; Luiza Regattieri Severo¹; Maísa Almeida Valadão¹; Nicolly Tomaz¹ Priscilla Silva¹; Sheila Cristina de Souza Cruz². Karine Lourenzone De Araújo² Roberta Fonseca Petrochi²; Francisco Senna de Oliveira Neto²; Gabriela Scaramussa Sonsim²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O climatério é uma temática que exige esforços dos profissionais e estudantes da área da saúde, tanto no que diz respeito à transmissão de conhecimento, como também ao tratamento das mulheres que enfrentam esse momento, de modo a promover qualidade de vida e solucionar os desafios que essa fase impõe. Dito isso, a importância de ações no que tange essa problemática permeia a extensa influência dos sintomas, apresentados em decorrência das oscilações nos níveis hormonais, comuns durante essa transição entre a fase reprodutiva e a pós-menopausa. Nesse sentido, após a realização de uma conversa com a equipe coordenadora da Casa de Acolhimento e Orientação a Crianças e Adolescentes (CAOCA), surgiu a necessidade de se trabalhar temas relativos à menopausa, para as mães e avós das crianças assistidas pelo projeto Assim, em concordância com a gestão, o grupo abordou a temática do climatério, as diversas questões fisiológicas e psicológicas associadas e o seu enfrentamento adequado. A ação ocorreu no projeto CAOCA localizado no bairro Maria Ortiz, em Vitória/ES e contemplou 30 mulheres pertencentes ao grupo das mães, avós e responsáveis das crianças e adolescentes que frequentam o projeto. O desenvolvimento da ação se deu através da formação de uma roda de conversa, na qual foi realizada a exposição oral para as participantes presentes e a abertura do debate acerca do climatério e dos seus sintomas, abrangendo os aspectos gerais do tema, bem como realizando o atendimento de dúvidas e demandas individuais das participantes. Ademais, foi utilizado, como forma de estímulo à participação, brindes disponibilizados por meio de sorteios, gincanas e outras ferramentas metodológicas. O projeto de intervenção conquistou de forma satisfatória os ideais e objetivos pré-estabelecidos, tendo em vista a realização efetiva da ação e a interação positiva com a comunidade contemplada, que participou de forma ativa da atividade e se mostrou aberta ao diálogo com o grupo. Por fim, cabe ressaltar a experiência produtiva, no que diz respeito ao conhecimento adquirido pelos discentes e pelo contato com o primeiro nível da Atenção Primária à Saúde, que se mostra fundamental para a formação acadêmica dos profissionais de saúde, mas que, além disso, agrega de forma pessoal e gera um impacto positivo em toda a sociedade.

Palavras-Chaves: Climatério. Saúde da comunidade. Promoção da Saúde. Ação em Saúde.

A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA VIDA ESTUDANTIL

Isabella Lima¹, João Vitor Scarpino¹, Lívia Pagani¹, Luiza Belarmino¹, Maitê Pimentel, Pedro Vargas¹, Victor Moreira¹, Victória Moscon¹ e Vítor Lucas¹. Sheila Cristina de Souza Cruz². Roberta Fonseca Petrochi² Cintia Barreto Ferreira Andrade² Francisco Senna de Oliveira Neto² Gabriela Moreira Balarini Sasso²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: É inquestionável que a importância da saúde mental tem sido cada vez mais debatida no âmbito da saúde pública. Nesse sentido, é válido salientar que a saúde mental dos estudantes é fundamental para promover o bem-estar e a efetiva aprendizagem para esses indivíduos, haja vista que o ambiente escolar é responsável pelo desenvolvimento cognitivo, identitário e questionador da criança e do adolescente. E, dessa forma, para que essas competências sejam efetivadas com êxito, é necessário o bem estar físico e mental, destacando-se a importância desse aspecto neste contexto. De acordo com a literatura em um mapeamento, dois em cada três estudantes do Fundamental II e 3º ano do ensino médio relataram sintomas de depressão e ansiedade no ano de 2022. A partir disso, é notória a importância da avaliação da saúde mental dos discentes adscritos. Dessa maneira, a fim de promover a importância de combater transtornos psíquicos e relevância do conhecimento das emoções, foram promovidas palestras aos acadêmicos do 9º ano do ensino fundamental da EMEF Marechal Mascarenhas de Moraes, localizada em Maria Ortiz, Vitória-ES, abordando tópicos como a autocobrança excessiva, a relevância de apoio psicológico e a dificuldade de lidar com os sentimentos, fazendo um paralelo e exemplificando com o filme *Divertidamente*. Outrossim, foram apresentadas maneiras de identificar as queixas de saúde mental e suas estratégias de contorná-las, por meio de uma dinâmica em que os alunos deveriam relatar algum momento que remetesse felicidade, e outro de angústia, acentuando a diferenciação das emoções e auxiliando o autoconhecimento. Em paralelo a isso, discorreu-se acerca da importância de uma rede de apoio em momentos de tensão e sobre a relevância de tratamentos psicológicos, contemplando a UBS Maria Ortiz e a ferramenta *Pode Falar*, desenvolvida pela UNICEF. Dessa maneira, espera-se que o projeto executado possa contribuir para a promoção da saúde mental dos estudantes de ensino fundamental e para o desenvolvimento do bem-estar principalmente no ambiente estudantil.

Palavras chaves: Saúde mental. Atenção Primária em Saúde. promoção da saúde. avaliação

PROMOVENDO A SAÚDE AOS IDOSOS

Mayara Laiz Fromholz Santos¹; Julia Vitali¹; Francisco Neto¹; João Andrade¹; Gabriel Rezende¹; Melanie Golhen¹; Enzo Tripari¹; Sheila Cristina de Souza Cruz². Roberta Fonseca Petrochi² Gabriela Moreira Balarini Sasso² Lorrann Coque Fonseca² Inara Junqueira de Castro Dardengo²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: Parafraseando o Artigo 3o do Estatuto do Idoso, é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. Por esse motivo, nós, enquanto alunos de medicina da Faculdade Multivix, buscamos oportunizar um momento integrado que aborde a medicina do estilo de vida (MEV), a qual preconiza o envelhecimento com saúde e qualidade de vida. Para garantir os direitos através da MEV oferecemos dinâmicas cognitivas e físicas cumprindo com os objetivos sendo eles: desenvolver escuta ativa, construção de comunidade, integração social, fortalecimento das relações intergeracionais; fortalecimento mental e físico dos idosos. A visita a Instituição de Longa Permanência para o Idoso possibilitou diversos sentimentos e experiências diferentes para os idosos e cada um dos integrantes do grupo. Proporcionou momentos de alegrias para os idosos e aproximação as diferentes gerações, fortaleceu vínculos com essa comunidade. Sentimos um acolhimento gratificante por parte dos idosos e da instituição. A empatia transbordou em relações as histórias de vida dos idosos presentes, isso nos ensinou, principalmente, sobre perseverança. Ao final do trabalho discutimos sobre a alegria em proporcionar as dinâmicas a eles e dessa forma, houve uma espécie de carinho e respeito ao próximo. Apesar dos desafios presentes, o encontro com os idosos permitiu uma relação de carinho e prontidão por parte dos alunos. Além disso, adotamos como essencial o entretenimento e desenvolvimento de atividades que estimulassem o cognitivo. Para isso, jogos como dominó, jogo da memória, pinturas, desenhos, dinâmicas diversas e totó foram estimulados. Por fim, ao vivenciarmos essa experiência de suma importância para nossa formação, percebemos que a medicina está muito além de tratar patologias, mas tratar da dor alheia e olhar cada pessoa como um indivíduo único no mundo.

Palavras-Chaves: Idosos. Saúde. Dinâmicas cognitivas e físicas. Longevidade.

RODA DE CONVERSA: DISCUSSÃO DE TEMAS COM CRIANÇAS DO PROJETO CAOCA

Ester Cuzzuol Soares¹; Carlesso Pianissoli¹; Júlio César Santa Clara Vieira¹; Lorena Alves Pratissoli¹; Lorenzo Souza Morandi¹; Marília dos Santos Longue¹; Thaís Favalessa Ribeiro¹; Victória Bermudes Zaban Gomes¹; Sheila Cristina de Souza Cruz²; Cintia Barreto Ferreira Andrade²; Gabriela Moreira Balarini Sasso²; Lorrann Coque Fonseca²; Inara Junqueira de Castro Dardengo²

¹Acadêmicos de Medicina do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

²Professores Orientadores do Centro Universitário - Multivix, Vitória - ES

Resumo: O projeto visa proporcionar momentos recreativos e conversações para crianças, de 6 a 8 anos, da Casa de Acolhimento e Orientação as Crianças e Adolescentes CAOCA, com atividades de lazer e de diálogos que desenvolvam o seu senso crítico. Definimos a necessidade de realizar, com as crianças, rodas de conversa e dinâmicas voltadas para temas da área da saúde e segurança. Foram realizadas rodas de conversa com as crianças com o objetivo de inserir e discutir assuntos relevantes - alimentação saudável, de forma simplificada e prática, nas quais contaram com total participação delas, através de relatos que aconteceram em suas vidas. Durante os debates, elas sempre tinham a oportunidade de compartilhar suas próprias experiências e o que sabiam sobre o assunto. Exemplos desse compartilhamento de vivências foram os casos contados sobre a diversidade de frutas e verduras que elas consomem em casa e o porquê é importante ingerir alimentos não-processados. Para uma melhor fixação dos conhecimentos ensinados, foram feitas dinâmicas, durante e ao final da conversa, como amostragem de imagens de diversos alimentos e montagem de uma pirâmide alimentar, estimulando as crianças a usarem o senso crítico para confecção dela. Todas as recreações foram pensadas para agregar aos conhecimentos da conversa, além de criar um momento de diversão e vínculo. Em toda a interação, o grupo estava aberto a conversar, tirar dúvidas e aprender com os pequenos, usando sempre da empatia e paciência. A ação foi muito bem-sucedida e recebida por toda a organização da CAOCA. As crianças parecem ter gostado e desfrutado do momento diferenciado proporcionado pelo grupo, se sentindo seguras e confiantes para compartilhar suas vivências. Notou-se uma forte conexão entre todos os envolvidos, com muito respeito e carinho. Os integrantes do grupo descreveram o projeto de extensão como uma experiência muito gratificante, por dar a oportunidade de exercer um papel de ação na comunidade e por desenvolver o conhecimento de lidar com realidades e histórias distintas. Além disso, os estudantes ainda relataram que puderam aprender em conjunto com as crianças e a comunidade conhecimentos diversos.

Palavras-Chaves: Educação em saúde. Roda de conversas. Integração. Comunidade. Crianças.

MULTIVIX

CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM