Anais da VI Mostra

Projetos Integradores de Extensão - UniAmérica

ISSN 2675-8857

v.6, 2021

Foz do Iguaçu - PR
Centro Universitário União das Américas

Anais da VI Mostra

Projetos Integradores de Extensão - UniAmérica

ISSN 2675-8857

29 de Janeiro de 2022

Centro Universitário União das Américas
Av. das Cataratas, 1118 - Foz do Iguaçu – PR

Todas as informações dos resumos publicados nestes Anais foram reproduzidas de cópias fornecidas pelos autores, portanto, o conteúdo apresentado é de sua exclusiva responsabilidade. Por assim ser, a Comissão Organizadora da Mostra de Projetos Integradores de Extensão da UniAmérica não se responsabiliza por consequências decorrentes de uso de quaisquer dados, afirmações e/ou opiniões inexatas (ou que conduzem a erros) publicados neste documento.

A Comissão Organizadora

Ficha catalográfica elaborada por

Bárbara Damiane da Silva – Bibliotecária CRB 9/1876

Mostra projetos integradores de extensão – UniAmérica (6.: 2022 : Foz do Iguaçu, PR)

M894a Anais da VI mostra projetos integradores de extensão UniAmérica / Ryon Braga, Norma Viapiana, (organizadores). – Foz do Iguaçu: Centro Universitário União das Américas, 2021.

Sistema requerido: Adobe Acrobat Reader

ISSN 2675-8857

COMISSÃO ORGANIZADORA DO EVENTO

Reitor

Prof. Ryon Braga

Vice-Reitora

Profa. Ms. Norma Viapiana

Pró-Reitor Acadêmico

Prof. Dr. Blasius Silvano Debald

Coordenador de Extensão

Prof. Me. Allysson Costa

Coordenadora de Pesquisa

Profa. Dr. Viviane Ruppenthal

Coordenadores

Profa. Ma. Ana Manuela Ordoñez

Profa. Dra. Adriane Cristina Guerino

Prof. Esp. Andrei Valério Paiva

Prof. Me. Alexandre Martins Balthazar

Prof. Me. Allysson Costa

Prof. Dr. Blasius Silvano Debald

Prof. Me. Elisson Furlan Figueiredo

Prof. Me. Fabricio Fasolo

Prof. Dr. Fausto Fava de Almeida Camargo

Prof. Dr. Hugo Alexandre Espínola Mangueira

Prof. Me. Israel Krindges

Prof. Dr. Jair Guimarães Rangel

Prof. Esp. Lavoisier Diniz

Cipriano de SousaProfa.

Ma. Lissia Pinheiro

Shataloff

Profa. Dra. Luciana

Paro Scarin Freitas

Profa. Ma. Márcia

Cristina David de Souza

Profa. Dra. Maurícia

Cristina de Lima Profa.

Ma. Paula Vergilli Pérez

Profa. Dra. Priscilla Higashi

Profa. Esp. Tatiane dos

Santos Navega CostaProf.

Me. Thiago Natal Centini

COMISSÃO DE MARKETING E LOGÍSTICA

Gabriel Pasini

(Coordenador)

Marcelo Santos

Ana Paula Brino

COMISSÃO ORGANIZADORA DOS ANAIS

Anne Gabrielle

Santos

Profa. Dra.

Viviane

Ruppenthal

SUMÁRIO

ADMINISTRAÇÃO 21

ESTRATÉGIAS DE MARKETING DIGITAL PARA UMA EMPRESA DE GASTRONOMIA DE PRODUTOS DERIVADOS DE MILHO VERDE 22

Amanda Evelyn Onuki; Andressa Jacumasso; Marlene Vorpagel Engelmann; Claudete Bottan Montezol Almeida ; Fausto Camargo; Dirce Dalberto. 22

ESTRATÉGIAS DE PRECIFICAÇÃO DOS PRODUTOS DE UM ESTABELECIMENTO COMERCIAL 27

Kassia da Costa Rodrigues Matheus; Ferreira Maia Rafael Luiz Dias; Thais Larissa dos Reis Schmatz; Jair Jeremias Junior; Fausto Camargo; Dirce Maria Dalberto 27

PLANO PARA REVITALIZAÇÃO DAS VENDAS DE UMA CONFECÇÃO 32

Ali Mohamad Ghazzawi; Gabriel Maleski do Arte; Matheus Oliveira Guimarães; Yuta Yoshida; Waldemur José Borges Júnior; Fausto Camargo; Dirce Dalberto; 32

PROPOSTA DE EDUCAÇÃO FINANCEIRA PARA OS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DO 5° COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU 37

Emanuelly Cristina Saretto Preis[;] Rafaelle Cristina da Silva[1;] Vinícius Gustavo da Silva Gomez[1;] Pedro Siniscalchi Corte[2;] Fausto Camargo[3;] Dirce Maria Dalberto[4] 37

AGRONOMIA 41

AEROPONIA: PRODUÇÃO DE ALIMENTOS EM PEQUENOS ESPAÇOS 42

Alan de Oliveira Serafini; Alexsandro Rafael Teixeira Tomazini; Andrey Ribeiro; Martinho de Oliveira Arnold Junior; Nadiele Franco Blasius; Edemilson Barbosa do Nascimento; Viviane Ruppenthal 42

PROJETO DAS HORTAS COMUNITÁRIAS NOS RESIDENCIAIS 47

ANGATUBA I E II 47

Deonildo Lucas da Silva; Edenilson Becker; Flávio Augusto Staidel; Guilherme Souza Fank; Ana Caroline Cirilo; Viviane Ruppenthal. 47

PROJETO DE IMPLANTAÇÃO DE UM MELIPONÁRIO SUSTENTÁVEL 52

Geovana Ragazon Gama; Holly Fernanda Nivaldo Nobre; Maria Eduarda Santos Nobre; Alexandre Roger de Araújo Galvão; Viviane Ruppenthal; Paula Vergili Perez 52

ARQUITETURA 57

CONEXÃO CRIATIVA 58

Willian Kiyudi Possamai; Daiana Gomez; Leandro Bento; Eduardo Matheus Figueira; Alexandre Martins Baltazar. 58

PROJETO CHÁCARA 62

Felipe Adelfo Cappellari; Tiago Rizzatti; Vinicius Nadaleti da Silveira; Alexandre Martins Balthazar 62

UM CHUTE PARA O FUTURO 68

Bruna Matte; João Vitor Vitorassi; Luiza Pereira Machado; Taynara Valentina Benitez. 68

CIÊNCIAS BIOLÓGICAS 72

ACIDIFICANTE NATURAL PARA AQUARISMO COM FOLHAS DE Terminalia

catappa.....73
Anathielle Cristine Troian; Karen Castillo Quintana; Nuno Filipe Roque Avila; Adriane Cristina Guerino; Roberto de Albuquerque Leimig; Milena Karina Giani 73
AVALIAÇÃO MICROBIOLÓGICA BACTERIANA DE MÁSCARAS UTILIZADAS.....77
André Brite Lopes; Giovana de Oliveira Brizola; Isabela Cristina Mayer; Luis Henrique da Veiga Francisco; Adriane Cristina Guerino; Roberto de Albuquerque Leming; Beatriz Mitidiero Stachissini Arcain; 77
DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA: OFÍCIO CABÍVEL A TODOS?.....82
Camila Francisco Silva; Fernando Kendji Schmoller Kubo; Adriane Cristina Guerino. 82
EDUCAÇÃO AMBIENTAL SOBRE MORCEGOS E O CICLO AÉREODA RAIVA NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU 87
Dayse Alves da Silva; Slovinski,Juliana Francisco Tomé; Rafaela Ansiliero; Thaynara Larissa Taborda; Adriane Cristina Guerino; Roberto Albuquerque Leimig. 87
EMPREENDEDORISMO: CRIAÇÃO DE ALIMENTOS VIVOS PARA PETS NÃO CONVENCIONAIS 92
Felipe Gabriel Provin; Ingrid Gomes Aguiar; Luis Fernando Braga; Sabrina Karolina Jaquinta; Roberto de Albuquerque Leimig; Adriane Cristina Guerino..... 92
IMPLEMENTAÇÂO DE TRILHA INTERPRETATIVA EM UM HOSTEL EM FOZ DO IGUAÇU – PR 98
Maico Bruno Bortolanza; Ângelo Balena; André Lopes; Dayse Slovynsk; Thaynnara Taborda; Nuno Filipe Roque Avila; Nathália Aristides da Silva; Adriane Cristina Guerino; Roberto de Albuquerque Leiming..... 98
JOGOS DIDÁTICOS PARA O ENSINO DE BIOLOGIA 105
Celi Desilio de Oliveira Souza; Diego Joaquin Garcia Schuster; Elizandra Soares Mafioletti; Nathalia Aristides da Silva; Adriane Cristina Guerino; Roberto de AlbuquerqueLeiming..... 105
LEVANTAMENTO DA FLORA ARBÓREA NO 5° COLÉGIO MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU – PR. 109
Eliana Elizete Charas Qasim; Alexandre Borges Tomaz; Adriane Cristina Guerino; Roberto de Albuquerque Leimig 109
PLANTAS MEDICINAIS COM POTENCIAL TÓXICO UTILIZADAS PELA POPULAÇÃODE FOZ DO IGUAÇU - PR 114
Danielli Avila Piana; Gislaine Triche Motta; Maria Gabriela Portilho Schulz; Adriane Cristina Guerino; Roberto de Albuquerque Leimig 114

DIREITO.....119
A INTEGRAÇÃO DE IMIGRANTES E REFUGIADOS NO MERCADO DE TRABALHO FORMAL DE FOZ DO IGUAÇU.....120
Milena Vitoria Defante, Gabrielli Oliveira; Thais Adrieli Rodrigues; Maria Madalena S. de S. Esteves; Rodrigo Marchioli..... 120
A PROTEÇÃO JURÍDICA DOS IMIGRANTES EM SITUAÇÃO DE PROSTITUIÇÃO NA FRONTEIRA.....127

Eduardo Cordeiro; Gabriella Santana; Gabrielly Erdmann; Rafaela Medina; Maria Madalena S. de S. Esteves; Rodrigo Marchioli. 127

ADEQUAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO À LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS 135

Kennidy Minchen Li; Hanah Victoria Augusto; Augusto L. Assad Balallai 135

ALTERAÇÕES NO CÓDIGO DE TRÂNSITO BRASILEIRO, ANÁLISE DA LEI N.14.071/2020 140

Adriano Ferreira do Nascimento; Claudia Sabrina Barrios; Ullysses Jadher Ramos da Silva; Ricardo Ranieli Pereira Leal; Everton Gomes da Cunha; Augusto Luppi Ballalai 140

DISCUSSÕES E REFLEXÕES SOBRE VIOLÊNCIA DE GÊNERO 144

Agatha Juliany de Oliveira; Juliana Guimarães de Castro Araujo; Michel Aguilera de Oliveira ; Welinson Diefenbach; Augusto Luppi Ballalai 144

MEDICAMENTOS GENÉRICOS 148

Kazuza Martinazzo dos Santos; Susana Cristina de Brito Freire; Maria Madalena S. de S. Esteves 148

O IMPACTO DO COVID-19 NO DIREITO DAS SUCESSÕES: A BUSCA PELO PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO. 152

Emanuelle Luiza de Medeiros; Fabry Francisco Pereira Pinheiro; Macarena Janel Stolaruk; Nicolly Felipe Rodrigues da Silveira; Augusto Ballalai 152

O IMPACTO DO PROJETO PATRULHA MARIA DA PENHA NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU 156

Anna Yedros Moysés; Adrielli Ferraz Pelisari; Ana Paula Gonzalez; Rodrigo M. B. Minas; 156

REGULAMENTAÇÃO DA MEI DE COSMÉTICOS INÊS SILVA 163

Alexandra Gabriela Castro Franco; Alysson Guzzo; Jessica Sousa; Susana Silva; Rodrigo Marchioli. 163

EDUCAÇÃO FÍSICA 173

AVALIAÇÃO FÍSICA EM ATLETAS DO BASQUETE FEMININO SUB 17 NA ASSOCIAÇÃO DE BASQUETE DE FOZ DO IGUAÇU (ABASFI) 174

Eduardo Weiss de Carvalho; Emanuel Campos; Michelly Ruske; Mike Guimarães; Victor Hugo; Marcos Gabriel Rodrigues Senabio; Allysson Costa. 174

DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR EM CRIANÇAS DE 6 E 7 ANOS DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA ESCOLA BAIRRO LEONEL DE MOURA BRIZOLA, EM FOZ DO IGUAÇU-PR 179

Lucianne Aiko Tashiro Paiva; Rafael Sturzbecher; Katiane Paniagua; Patrício Dimonaco; Marcos José Paulin da Rocha; Marcos Gabriel Rodrigues Senabio; Allysson Costa. 179

SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA PARA AS COLABORADORAS DO SERVIÇO DE LIMPEZA DA UNIAMÉRICA DE FOZ DO IGUAÇU-PR 184

Wesley Menezes Caldeira; Ueliton Aragão Silva; Kimberlly Aragão Silva; Pedro Vitor Sousa da Silva; Marcos Gabriel Rodrigues Senabio; Allysson Costa. 184

ENFERMAGEM 189

ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM PARA PACIENTES NO PREPARO DA COLONOSCOPIA 190

Rafaela Bispo dos Santos; Ingrid Cristine Ruas de Abreu; Sabrina Locatelli Gehlen; Camila Eduarda Barbosa; Carla Nunes da Silva; Chris Mayara Tibes-Cherman..... 190

ATUALIZAÇÃO DO PROTOCOLO DE IDENTIFICAÇÃO DO PACIENTE EM UMA UNIDADE DE PRONTO ATENDIMENTO EM FOZ DO IGUAÇU/PR 195

Nilton Goes da Silva; Sabrina dos Santos Silva; Jeferson Rossi lima dos Santos; Luana Tainara Lamb Martins; Joana dos Anjos Lemes Ferreira; Priscilla Higashi; Gletes dos Santos Alves..... 195

DIAGNÓSTICO PRECOCE DE HANSENÍASE..... 199

Beatriz Aparecida Rodrigues Benitez; Gabriela Fernanda de Cene Fenner; Gabriella Silveira Sobral; Gustavo Martins Carvalho; Maria Victória Girardi Garcia; Eduardo Putton; Diego Gamper; Priscilla Higashi..... 199

EDUCAÇÃO EM SAÚDE: SAÚDE DA MULHER NA ADOLESCÊNCIA 203

Beatriz Medalha Fernandes; Lara Khadra; Andressa Gonçalves Moraes; Naiany Mariana dos Santos Leite; Ana Clara Marconi Nunes; Priscilla Higashi..... 203

ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DO USO CORRETO DE MEDICAMENTOS ATRAVÉS DE LEGENDAS PARA ANALFABETOS E SEMIANALFABETOS 208

Graziele Aparecida Schoffen; Maria Carolini Armando Caceres; Maria Cristina Bruning; Samara Ambrosio da Silva; Roseli dos Santos Oliveira; Chris Mayara Tibes-Cherman 208

FOTOEDUCAÇÃO COMO FORMA DE PREVENÇÃO DO CÂNCER DE PELE EM ACS EM UMA UBS EM FOZ DO IGUAÇU-PR 213

Anna Gabriella Maino Steffler; Bárbara Cristina Alflen; Hellen Mariana Stempniak do Santos; Paola Cavalcante Lima; Valentina Andraschko Santana; Lara Camila de Oliveira; Chris Mayara Tibes-Cherman 213

GESTANTES NO TERCEIRO TRIMESTRE DA GRAVIDEZ: AÇÃO EDUCATIVA EM UMA UNIDADE DE ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA EM FOZ DO IGUAÇU/PR. 217

Aya Chammaa; Dyeilli Karla de Souza; Johnnatan Oliveira dos Santos; Tatiane Santos de Castro; Karina Milanesi Viana; Priscilla Higashi 217

UTILIZAÇÃO DE RECURSOS AUDIOVISUAIS PARA A REALIZAÇÃO DE EDUCAÇÃO PERMANENTE DENTRO DE UMA INSTITUIÇÃO HOSPITALAR DE FOZ DO IGUAÇU/PR 222

Flávia Shimeny Soares Cardoso; Nathalia Valoura Mendes; Daiane de Lima Ramos; Jaqueline Pereira Rodrigues; Josiane Conceição de Andrade; Chris Mayara Tibes-Cherman 222

ENGENHARIA CIVIL 228

ELABORAÇÃO DE PROJETOS E LEVANTAMENTO DE DOCUMENTAÇÃO PRELIMINAR PARA REGULARIZAÇÃO DE IMÓVEL DA ASSOCIAÇÃO DE TÊNIS

DE MESA DE FOZ DO IGUAÇU (ATM-FOZ).....228
Andriele da Rosa Justen; João Victor Rodrigues de Almeida; Marcos Ferreira; Osvaldo G. Santos; William de Sousa Santos; Ricardo Mac Cord Rodrigues da Silva; Israel Krindges ..... .229

ELABORAÇÃO DOS PROJETOS ARQUITETÔNICOS E COMPLEMENTARES DO VESTIÁRIO E ALA ADMINISTRATIVA DE UMA ÁREA PÚBLICA DE LAZER NA CIDADE DE FOZ DO IGUAÇU, PR.....233
Alice Skirzinski de Almeida[1]; Bruno Giovanni Gonçalves Ferreira[1]; Gabriel José Weber[1]; Israel Krindges[2].....233

PROJETO DE UMA GARAGEM DE VEÍCULOS DE SERVIÇO PARA O 5º COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU.....238
André Leonardo Lewandowski; Carlos Eduardo Souza Pedroso; Jean Agnaldo França Silva; Micheli Cristina Fonseca Xavier da Silva; Paulo Henrique Liberato Brandão; Weverton Amoras Fogaça; Israel Krindges; Ricardo Mac Cord Rodrigues da Silva 238

ENGENHARIA DE PRODUÇÃO 242

ESTUDO DE NECESSIDADE E REESTRUTURAÇÃO DE ESTOQUE EM UMA EMPRESA DE ENGENHARIA E ELETRICIDADE.....243
Ana Flávia Moreira Kreutz; Anna Morena de Jesus Ramos Sousa; Danilo Lang Junior; Matheus de Oliveira Santos; Samuel Henrique dos Santos Moreira; André Shataloff; Felipe Oliveira Silva..... 243

MELHORIA DO PLANEJAMENTO E CONTROLE DA PRODUÇÃO EM UMA INDÚSTRIA DE FABRICAÇÃO DE TINTAS 248
Bruno Scussel Farias; Caisi Bonomar Ali; Marcelo Dias Ferreira; Nilton Benedet Junior; Janaina Aparecida Duarte Lewrentz; Felipe Oliveira Silva 248

PLANO DE MARKETING EM UMA PIZZARIA DE FOZ DO IGUAÇU 253
Aline Martins Gomes; Eduarda Mioranza; Yuri Gabriel Monteiro Rodrigues; Loize Pricila Borgmann; Felipe Oliveira Silva..... 253

ENGENHARIA ELÉTRICA 258

AEROGERADOR DE TURBINA EÓLICA E O SISTEMA INTEGRADO 259
Ederson Padilha; Alessandra Otto Martins; Rafael William Gomes Ribeiro; Yuri Vinicius Serafin; João Pedro Sganderla dos Santos; Eduardo Zorek2, Douglas Olivo 259

APLICATIVO PARA CONTROLE FINANCEIRO PESSOAL DE GASTOS MENSAIS COM COMPRAS DE VAREJO.....264
Jeferson J. Bitencourt; Thiago G. G. Copano; Vinicius M. Farinha; Luis Henrique Chouay Dall'agnese; Luciana Paro Scarin Freitas..... 264

AUTOMAÇÃO RESIDENCIAL 273
Luciano Gonçalves Silveira; Matheus Felipe Rezende da Silva; Sergio Andreis Rodrigues da

Silva Junior; Pedro Augusto Trindade; Luciano Correia da Silva; Helton Fernando Scherer 273

COMEDOURO E BEBEDOURO AUTOMATIZADO PARA CÃES EM SITUAÇÃO DE ABANDONO 280

Anderson Felipe Machado; Audry Elvis Dal Toe; Rebeca Silva Costa; Weslley Amaral da Silva; José Alberto Pereira dos Santos; Luciana Paro Scarin Freitas; Luis Henrique Chouay Dall ` Agnese 280

ESTUDO DA VIABILIDADE DA IMPLEMENTAÇÃO DE SISTEMA FOTOVOLTAICO RESIDENCIAL 284

Claudinei Guilherme Hoffmann; Leonardo Pinheiro Rocha; Lucas da Silva Pozzebon; Poty Pytã Paola Caballero da Silva; Luis Henrique Chouay Dall'agnese..... 284

ESTUDO DE CASO DE TRÊS BLOCOS DE ILUMINAÇÃO SOLAR OFF GRID.... 289

Cristhian Rolando Agüero Dominguez; Eliandro Marquetti; Elielton Christiano de Oliveira Metz; Luis Henrique Chouay Dall'agnese; Jorge Luís Ribeiro dos Santor Junior. 289

PORTA MAGNETICA..... 299

Elvis Paulo Barbosa Carvalho; Gustavo Fonseca de Araujo; Lucas Becchi; Marcos Adriano dos Santos; Luciana Paro Scarin Freitas; Luis Henrique Dall'Agnese..... 299

PROGRAMAÇÃO DA ESTAÇÃO METEOROLÓGICA DO COLÉGIO AGRÍCOLA DE FOZ DO IGUAÇU 303

Eliandro Marquetti; Elielton Chistiano de Oliveira Metz; Eduardo Slovinski i; Júlio Santos Corrêa ; Luis Henrique Dall'Agnese 303

PROJETO DE ESTUFA AUTOMATIZADA ATRAVÉS DE UM MICROCONTROLADOR..... 307

Anchura Malate; Douglas Mackri; Enrique Cabrera; Joyce Rufino; Lucas Luza; Jorge Luis R. dos Santos Jr.; Luís Henrique C. D. Agnese 307

PROJETO ELÉTRICO RESIDENCIAL 312

Edson Soares dos Santos; Júlio Santos Corrêa; Otávio Augusto Pereira Gonzalez; Willian Peffer; Douglas Olivo; Luís Henrique Chouay Dall'Agnese. 312

SISTEMA AUTOMATIZADO CONTRA INCÊNDIOS DOMÉSTICOS 317

Anderson Felipe Machado; Pedro Augusto Santos Trindade; Rebeca Silva Costa; Weslley Amaral da Silva; Luis Henrique Chouay Dall'agnese; Jorge Luís Ribeiro dos Santor Junior 317

SISTEMA DE AQUECIMENTO DE PISCINA..... 321

Claudinei Guilherme Hoffmann; Leonardo Pinheiro Rocha; Lucas da Silva Pozzebon; Poty Pytã Paola Caballero da Silva; Luis Henrique Chouay Dall'agnese; Luciana Paro Scarin Freitas..... 321

ENGENHARIA MECÂNICA 327

DESENVOLVIMENTO DE UM PLANO DE MANUTENÇÃO PARA UMA FROTA DE TRATORES AGRÍCOLAS 328

Matias Juan Manuel Caballero Santander; Amr Abubakr[1], Bruno Copetti Bonbem; Lucas

Scotton Moraes; Arthur Brambatti Galli; Jean Garcez, Fabrício Fasolo 328

DESENVOLVIMENTO DE UM PROCEDIMENTO DE OPERAÇÃO PADRÃO PARA UMA PERFILADEIRA 333

Írio Juliano Back; Gabriel Rocha de oliveira; Gilberto Ramon Fernandez Junior; Lais Rodrigues Batistai; Leticia Gotin; Rodrigo Nepomuceno 333

DIMENSIONAMENTO DE UMA RODA DA ÁGUA PARA GERAÇÃO DE ENERGIA RENOVÁVEL 338

Gabriel Alves, João Gabriel Ghedin; Melk Allan; Marco Muraro; Adevilson Goes; Rodrigo Nepomuceno. 338

METODOLOGIA PARA MEDIÇÃO DE CAVACO CONSUMIDO EM UMA CALDEIRA 343

Bruno Felipe Gonçalves Evangelista; Jonatan Blanger Kochhann ; Mateus Romero França; Thiago Vinicius Flores Muzzillo; Vinicius Escobar; Youssef Khadra; Rodrigo Nepomuceno 343

PRODUÇÃO DE BIODIESEL A PARTIR DE ÓLEO DE COZINHA USADO E AVALIAÇÃO DE VIABILIDADE PARA TESTE EM MOTORES 348

Ariel Prestes de Macedo Camilo; Diego Ricardo Crema; Henrique Eiji Aoyama; Pedro Henrique Scherer Massuquini; Rodrigo Nepomuceno 348

PROJETO DE UM TRITURADOR DE EPS 353

Wesley Cordeiro Toaldo; Raphael Eduardo kimpinski; Luiz Alexandre de Medeiros; Raphael Guimarães Guedes Nascimento; Tani Klael Ferreira Maia; Wellington Brustolini de Oliveira; Rodrigo Nepomuceno 353

FARMÁCIA 357

ANÁLISE MICROBIOLÓGICA, MOLECULAR E DE MECANISMOS DE RESISTÊNCIA DE MICRORGANISMOS EM AMOSTRAS DE ALIMENTOS 358

Bruna Gomes da Luz; Emanuelly Salarini; Michele Cristina; Leonardo Copetti da Silva; Jean Colacite; Layse Fernanda Antonio de Souza; Elisson Furlan Figueiredo; Carina Sperotto Librelotto 358

O USO DE ANTIMICROBIANOS EM AMBIENTES HOSPITALARES: REVISÃO DE LITERATURA 366

Andrielle da Silva Rosa; Beatriz Castro Santana da Silva; Diandra Loebens; Gabriela Frigo Cologni; Gabriel Tigre; Leila Maria Ferreira da Silva; Waynne Lopes Ribeiro; Layse Fernanda Antonio de Souza; Jean Colacite; Carina Sperotto Librelotto; Elisson Furlan Figueiredo 366

FISIOTERAPIA 372

ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA PARALISIA FACIAL PERIFÉRICA 373

Carolina Beatriz dos Santos; Gislaine de Oliveira Alves; Fernanda Fernandes Hammes; Jhenifer Paola Arzamendia Rozas; Rondineli dos Santos Frias; Maurícia Cristina de Lima; Margarete Pereira Ferreira Lindgren 373

ASMA x NATAÇÃO: EFEITOS NO SISTEMA RESPIRATÓRIO INFANTIL 378

Aline Frias Ceolin; Camille Eduarda Michaliski; Érica Ethieni Tavares; Fernanda da Costa Silva; Juliana de Oliveira; Maurícia Cristina de Lima; Fernanda da Silva Pumi Alliana..... 378

ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA PARA TRATAMENTO DO SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....383

Isabelle Fernandes Vieira; Shirley Huilen Nobili; Mariano Exequiel Martín; Mauricia Cristina de Lima ; Magali Perez Osinski..... 383

DORES MUSCULOESQUELÉTICAS RELACIONADAS A VESTIMENTA POLICIAL 388

Edwin Georg Squair; João Pedro Chavez Piaia; João Victor Goldschmidt; Raiane vitória de Oliveira Albuquerque; Valéria Ribeiro de Lima; Maurícia Cristina de Lima..... 388

, João Fábio Galeano Arco[3] 388

GAMETERAPIA NA REABILITAÇÃO MOTORA DE PACIENTES COM A DOENÇA DE PARKINSON 393

Andressa Schneider Rizzi; Daria de Souza Inacio; Enio Henrique Vazata; João Vitor Wilde; Maurícia Cristina de Lima; Rodimar Roberto Casaril Filho 393

LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ATLETAS DE TÊNIS DE MESA 399

Mohammad Bashar Antar Atary; Rafael Vieira da Costa; Vanessa Antunes Roque da Silva; Rondineli dos Santos Frias; Maurícia Cristina de Lima; Fabiano Gonçalves de Araújo..... 399

PREVALÊNCIA DE LESÕES EM ATLETAS AMADORES DE FUTSAL NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU/PR 404

Rodrigo Oliveira de Souza; Eduardo Felipe Santos; Gustavo André Pereira Zorrilla; Rockson André Fritzen; Maurícia Cristina Lima; Rondineli dos Santos Frias; Alaércio Farias..... 404

PREVENÇÃO DE LESÕES MUSCULOSQUELÉTICAS EM PROFESSORES E FUNCIONÁRIOS DO SETOR ADMINISTRATIVO QUE ATUAM EM HOME OFFICE. 409

Adriel Henrique de Oliveira Alves; Eric Lopes Dias; Heloísa Trevisan Carvalho; Maurício Comin Amboni; Maurícia Cristina de Lima; Rondineli dos Santos Frias; Aline Daiane Lipke 409

NUTRIÇÃO 414

A FALTA DE OPÇÕES VEGETARIANAS NOS RESTAURANTES 415

Roberta Winter da Silva; Stefany Slongo Matricardi; Geane Bárbara Silva Fernandes; Cássia Regina Bruno Nascimento. 415

ANÁLISE DE PERIGOS E PONTOS CRÍTICOS DE CONTROLE NA PRODUÇÃO DE ALIMENTOS DE UMA ONG DO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU. 420

Isabella Lemos Andraues de Sousa; Joyce Ferreira Aragão de Lima; Milena Malikoski; PietraVettorello Guareschi; Raquel Roberta Marques Salvatti; Suyan Emmanuelle Lobo Alexandre; Ana Manuela Ordoñez. 420

CONCILIAÇÃO DA ROTINA DE ESTUDOS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL 424

Isabela da Rocha Sugamosto de Paula; Jihan Hammoud; Sulamita Araújo; Tauane Maysa Lammel; Paula Gabriela Teixeira Barbosa Pinto; Annanayra Teixeira; Cássia Regina Bruno Nascimento[3]..... 424

DESENVOLVIMENTO DE CARDÁPIO PARA ESCOLA DE INGLÊS 429
Aline Franco França; Anabel Bussolo; Hévelyn Cristine Salamon; Lucas Eduardo Périco; Mariana Batista de Carvalho Alves; Letícia Possato Ghellere; Paula Manfredi 429
EDUCAÇÃO CONTINUADA EM NUTRIÇÃO PARA AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE EM FOZ DO IGUAÇU 433
Bárbara Eloise da Costa Campos; Célia Deonilce Martinez; Rubens Erbetson Paula; Suellen Silva do Nascimento; Aline Führ; Cassia Regina Bruno do Nascimento 433
IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO DE EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA 437
Amabely Cristina Pacifico; Helana Hamze Khamis; Joyce Ferreira Aragão de Lima; Maguida Paula Mota Silva Machado; Raquel Roberta Marques Salvatti; Aline Luiza Funr; Cássia Regina Bruno Nascimento 437
NUTRIÇÃO E A DOENÇA RENAL CRÔNICA 441
Camila Thainara dos Passos; Diandra Aparecida Dalsoto; Ketlyn Leithardt; Maria Helena da Silva dos Santos; Thainara Cariely Oliveira de Souza; Gislene Pinheiro Castanho; Ana Manuela Ordoñez. 441
NUTRIÇÃO NA GESTAÇÃO 445
Brendha Chavez Xavier; Diandra Aparecida Dalsoto; Camila Thainara dos Passos; Ketlyn Leithardt; Maria Helena da Silva Santos; Cassia Regina Bruno Nascimento; Tânia Becker 445
ORIENTAÇÕES ALIMENTARES PARA 5º COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR 450
Camila Thainara dos Passos; Carla Cristina da Silva; Luan Matheus dos Santos Rodrigues; Luciana Ingrid Farias; Patricia Sayuri Nagai; Sidnei Francisco Dellani; Paula Manfredi 450
ORIENTAÇÕES PARA MANUSEIO, HIGIENE E PREPARO CORRETOS DE DIETAS ENTERAIS PARA PACIENTES ACAMADOS E EM ALTA HOSPITALAR 454
Debora Luiza Nogueira; Kauany Aparecida dos Santos Batista; Marcela da Silva; Marcelo Pavelski Caldani; Monali Fernanda Lopes de Oliveira; Aline Luiza Führ; Paula Manfredi .. 454
PROJETO DE PESQUISA SOBRE O PERFIL ALIMENTAR DAS CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS EM UBS DO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU – PARANÁ 458
Daiane Melo Lima, Larissa Natalia Chauvet Otremba; Thielen Alves Maciel; Vanessa Correia Favarinl; Sirlei Patricia de Souza; Cassia Regina Bruno Nascimento 458
REIMPLANTAÇÃO DA ESTRATÉGIA AMAMENTA E ALIMENTA BRASIL NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU – PR 463
Isabella Lemos; Maria Emilia Narvaez; Milena Malikoski; Pietra Vettorello; Thainara Cariely Oliveira de Souza; Aline Luiza Führ; Cássia Regina Bruno Nascimento 463

PEDAGOGIA 468
A CONTRIBUIÇÃO DA PSICOMOTRICIDADE PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA NA EDUCAÇÃO INFANTIL. 469
Alessandra Wismann Pinto; Daniela Carvallo Rosa; Maria Luiza Souza Novaes; Nádia Marques Leão Gallina; Daniela Minuceli de Paiva; Fátima Bergonsi 469

A LITERATURA E O SEU PODER 474
Aline Amaris Neves; Debora Pereira de Lara; Marizete Fernandes; Raquel de Fatima Santos; Cassiano Galli; Amanda Silva Pereira Berg Berg; Jennifer Ferezin..... 474
APRENDIZAGEM CRIATIVA E CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS COMO INCENTIVO À LEITURA 478
Andressa Ticiane da Silva Pita; Emily de Freitas Oliveira Rodrigues; Matheus Rosa do Nascimento; Heloísa Corrêa da Silva Guardiano; Amanda Silva Pereira Berg; Jennifer Ferezin..... 478
AUTOCUIDADO PARA MULHERES PELA PERSPECTIVA DA GESTALT-TERAPIA 483
Celyneh Zaluski Belo; Giovana Bonomo Bampi; Jozelaine Zavacki Roseti; JulianaCosta Nicolau da Silva; Lethicia Marques Martins; Lissia Pinheiro Shataloff 483
DESENVOLVENDO HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS EM FUNCIONÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ATENDIMENTO A CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM FOZ DO IGUAÇU - PR..... 488
Diego Martins Dias; Eduardo Alves Gomes; Fara Sabrina Markievich; Maria Eduarda Muller dos Santos; Maria Gorette Tigre; Roberta Campos; Vitor Vinícius Tavares da Silva; Lissia Pinheiro 488
ESTRUTURA AVALIATIVA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS 493
Juliana Scroccaro; Karina Polyceno; Karolina Vieira Vissoto; Larissa Oliva; Maria Luiza Souza Novaes; Aline Niemeyer; Amanda Silva Pereira Berg; Jennifer Rafaela Serafim Ferezim[3]. 493
ESTRUTURA AVALIATIVA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS 498
Juliana Scroccaro; Karina Polyceno; Karolina Vieira Vissoto; Larissa Oliva; Maria Luiza Souza Novaes; Aline Niemeyer; Amanda Silva Pereira Berg; Jennifer Rafaela Serafim Ferezim..... 498
INFORMAÇÃO EDUCATIVA E PREVENTIVA EM ACIDENTES E ATAQUES DE ANIMAISSILVESTRES 503
Amanda Caroline Centenaro, Ketlin Rech; Marcela Fabri Cardoso Vicente; Daniela Andressa Minuceli de Paiva; Fátima Regina Bergonsi Debald..... 503

PSICOLOGIA..... 508

A FALA ASSERTIVA COMO INSTRUMENTO DE CUIDADO 509
Ana Carolina Lordani de Paula; Ana Julia Beltrame Fernandes; Antonia Cristina Pereira; Natalia Thomé de Alencar; Núria Gaviolli de Souza; Pedro Henrique Peres de Lírio; Lissia Pinheiro Shataloff..... 509
A PROMOÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE COPING E DO SENTIDO DE VIDA EM ADICTOS. 515
Deborah Luiza Guerra; Eliel José de Queiroz Junior; Helmar Silva de Andrade; Luana Ramm Sachet; Bruna de Moraes Aguiar; Valdirene Ines Meselira Royer. 515
ÁLCOOL ENTRE ADOLESCENTES: UMA DISCUSSÃO NECESSÁRIA..... 520
Amanda Dias Gomes; Deborah Mayara Schlosser Leite; Evelin Beatriz Vieira da Luz; Maria

Julia Lara da Silva ; Maria das Graças Souza 520

AUTOCUIDADO: A IMPORTANCIA PARA O BEM-ESTAR E A SAÚDE MENTAL. 525

Anna Beatriz Dos Santos Ribeiro; Carolina Mendes; Jéssica Carla Villani; João Recke; Lucimara Santos De Oliveira; Larissa Dave; Lissia Pinheiro Shataloff. 525

AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE INSÔNIA EM PARTICIPANTES DO CURSO DORMIR BEM: A IMPORTÂNCIA DO SONO PARA A SAÚDE 530

Beatriz de Sousa Santa Cruz; Carolina Madureira Castro Paula; Diermisson de Sousa Figueiredo; Lara Younes; Silvia Helena Ferreira Santiago; Tiago Ribeiro da Silva; Lissia Pinheiro Shataloff; Ana Cláudia Monzon Zampoli 530

CONTRIBUIÇÕES DE COMO INICIAR O ATENDIMENTO NA CLÍNICA DE PSICOLOGIA 535

Chaveli PriettoJozelaine Zavacki Roseti; Juliana Costa Nicolau da Silva; Sarah Mohamad Ghattas; Bruna de Moraes Aguiar 535

CAPACITAÇÃO EM HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA FUNCIONÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ACOLHIMENTO INFANTO JUVENIL EM FOZ DO IGUAÇU/PR 541

Carolina Bof; Eduardo Alves Gomes; Lilyana Khamis; Maria Gorette Tigre; Maria das Graças Souza 541

CONEXÃO DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO EM TEMPOS DE PANDEMIA 546

Marcond Marchi; Maria da Consolação Teixeira; Rossana Maria Vidal Hatti; Gisele krahenhofer; Graça Souza; Roberta Bouchardet 546

CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE DE ADOLESCENTES ACOLHIDOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE FOZ DO IGUAÇU/PR 551

Beatriz de Sousa Santa Cruz; Lara Younes; Louise Marcelle Taborda; Marlene Jerônima Braga dos Santos Rodrigues; Silvia Helena Ferreira Santiago; Lissia Pinheiro Shataloff Amanda Palmar 551

CONTRIBUIÇÃO NA INGRESSÃO DE JOVENS NO MERCADO DE TRABALHO E ENSINO SUPERIOR 556

Eduarda Gomes; Nathália Cristina Mascarello; Rebeca Siqueira Santos; Louisy Mathias Rosa; Lucas Renato Rampim Latrônico 556

CONTRIBUIÇÕES PARA IMPLEMENTAÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO-VIOLENTA EM UMA UNIDADE PRISIONAL DE FOZ DO IGUAÇU 560

Carolina Herculano de Oliveira ; Chaveli Prietto; Lize Lotte Hagedorn; Rogério Borges Conceição; Bruna de Moraes Aguiar 560

CONTRIBUIÇÕES PARA O DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO SEXUAL JUVENIL PARA RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS 565

Adrielly Farinelli; Camila Silva Cordeiro; Edson Phelipe Alves de Freitas; Paula Oliveira dos Santos; Bruna de Moraes Aguiar; Rafaela Zago de Mello 565

CONTRIBUIÇÕES PARA MANEJO DE ANSIEDADE EM MULHERES COM MÚLTIPLASJORNADAS DE TRABALHO 570

Ana Flávia Cottet; Fabiana Maria Tramontin; Raila Loeblein; Sheila Schornen; Suellen Kuhn;

Bruna Aguiar; Larissa Fernandes 570

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: AUXILIANDO NO MANEJO DAS EMOÇÕES DOS COLABORADORES DO NÚCLEO CRIANÇA DE VALOR 575

Angelita Venson de Bruns; Jéssica Carla Villani; Jocelaine Volkmer; Maria Eduarda Kalckmann Winkert; Leonardo Celoto de Assis; Lissia Pinheiro Shataloff; Vanessa Jacqueline Monti Chavez. 575

DESENVOLVIMENTO DE ATIVIDADES E LEVANTAMENTO TEÓRICO PARA A UTILIZAÇÃO NA ESTRUTURAÇÃO DE UM APLICATIVO SOBRE O TEMA EMPATIA. 581

Angela Freire Britez; Eduarda Borella; Jucyara Domanski; Maria Izabel Batista de Barros; Lucas Renato Rapim Latrônico; Luciana Gomes 581

EMPREENDEDORISMO NA PSICOLOGIA 586

Ana Cristina da Silva Alves; Carla Patricia de Souza Cavalari; Fernanda Winck Rizzotto; Bruna de Moraes Aguiar 586

ENFRENTAMENTO PSICOLÓGICO DE PROFISSIONAIS DA SAÚDE EM SITUAÇÕES DE INCERTEZA 591

Analu Gallotti Silveira; Gabriella Dalla Corte Dias; Gustavo Stefanelli Guimarães; Mikaely Regina dos Santos Salvador; Bruna de Moraes Aguiar; Ana Patrícia Basgal. 591

ESTRESSE ACADÊMICO EM TEMPOS DE CRISE: MANEJO E ENFRENTAMENTO 596

Larissa de Jesus Silva; Maick Kevin Rokenbach Yeung; Pedro Dalcin Casalino; Richard da Silva Marques; Natan Luís Silva; Lucas Renato Rampim Latrônico 596

GESTALT AQUI-AGORA: FORTALECENDO O AUTOCUIDADO EM GRUPO DE PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE MEDIANEIRA-PARANÁ 600

Julia Capelini Leonhart, Mayckon José Grassi; Thuane Conti Sostisso; Ketty Ritter da Silva; Lissia Pinheiro Shataloff; Lethicia Marques dos Santos Martins 600

IDENTIFICAÇÃO DOS VALORES PESSOAIS BASEADOS NAS CRENÇAS PARA SUPERAÇÃO DAS ADVERSIDADES. 606

Ana Carolina Pires Prestes; André Shataloff; Ari José dos Santos Checchia; Milena Backes Dal Pont; Lissia Pinheiro Shataloff 606

NÃO SOU MAIS CRIANÇA, MAS AINDA NÃO SOU ADULTO, E AGORA? OFICINA EDUCATIVA ACERCA DO UNIVERSO DA SEXUALIDADE VOLTADA PARA A PERSPECTIVA ADOLESCENTE 611

Ana Julia Guimarães de Castro França Leite; Andréia Feldaus Velazquez; Gabriela da Silva Pessoa; Luiza Maria Gama Gonzalez; Carla Elias de Moura; Lissia Pinheiro Shataloff; Anderson Miranda Rodrigues 611

O AUTOCUIDADO COMO FERRAMENTA NO COMBATE DA SOBRECARGA CAUSADA PELA MÚLTIPLA JORNADA DE TRABALHO FEMININO 615

Ana Flávia Cottet; Fabiana Maria Tramontin; Raila Loeblein; Sheila de Souza Schornen; Suellen Kuhn; Lucas Renato Rampim Latrônico 615

O CORPO COMO ATESTADO DE COMPETÊNCIA: A CONSTRUÇÃO DO IDEAL

DE BELEZA CORPORAL E A PRESSÃO ESTÉTICA EM ACADÊMICAS DOS CURSOS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA 620
Fernanda Della Libera; Patrícia de Souza Pinheiro; Sabrina Meneghim Koxne; Michelle Luiza de Rosso; Bruna Aguiar 620
O DESENVOLVIMENTO DO APEGO E DESAPEGO SAUDÁVEL NO CONTEXTO DO PROJETO FAMÍLIA ACOLHEDORA EM FOZ DO IGUAÇU 626
João Gustavo Sugamosto de Paula; Renato Obikawa Kyosen; Jaqueline Mendes; Mohamad Kaled El Tassa; Josiane dos Santos Martins; Maria Graça de Souza 626
OFICINAS PSICOLÓGICAS PARA AUXILIAR NO DESENVOLVIMENTO DE UM APLICATIVO SOBRE EMPATIA 631
Angela Freire Britez; Eduarda Borella; Jucyara Chiarelli Domnski; Maria Izabel Batista de Barros; Bruna de Moraes Aguiar; Ingrid Dayling Baez Lopez 631
OS DESAFIOS DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA 636
Camila Silva Cordeiro; Jessica Orestes; Luana Gomes de Matos Teixeira; Mellyssa Slompo Bispo; Bruna de Moraes Aguiar ;Carina Beatriz Silva. 636
PANDEMIA DA COVID-19: IMPLICAÇÕES DE GÊNERO NA PERCEPÇÃO DE ADOLESCENTES SOBRE PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO 642
Anny Kauane Martins; Johanna Rosaly de La Cruz Chavez; Natalie de Lima Couto; Rafaela Meine; Lissia Pinheiro 642
PILARES DA AUTOESTIMA: UMA ABORDAGEM PARA LEIGOS. 648
Ana Flavia Lopes; Heloisa De Oliveira Kuiaski; Jéssica Caroline Morinigo Ribeiro; Sabrina Scheffer de Carvalho; Lissia Pinheiro Shataloff; Pamella Streb 648
PILARES E RAMIFICAÇÕES DO ASSÉDIO E DO RELACIONAMENTO ABUSIVO NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS 653
Amanda Dias Gomes; Evelin Beatriz Vieira da Luz; Kauan Grigio de Almeida; Lilyana Hamze Khamis; Luana Ramm Sachet; Lissia Pinheiro Shataloff; Anderson Miranda; Maria das Graças Souza 653
PROGRAMA PARA A QUALIDADE DE VIDA: UMA PROPOSTA DE DESENVOLVIMENTO DO BEM ESTAR ATRAVÉS DA PSICOLOGIA POSITIVA 658
Celyneh Zaluski Belo; Juliana Costa Nicolau da Silva; Silvana Angelina Viana Rodrigues; Talissa Cardoso Rossi de Oliveira; Lucas Renato Rampim Latrônico 658
PROJETO DE COMPREENSÃO E APOIO AOS CONFLITOS FAMILIARES NA GUARDA MIRIM 663
Ana de Paula; Deborah Mayara Schlosser Leite; Guilherme Arenhart; Maria Julia Larada Silva; Raphael Faouakhiri; Lissia Pinheiro Shataloff; Ana Cláudia Monzon Zampoli; Ana Paula da Rosa 663
PROMOÇÃO DA AUTOESTIMA POR MEIO DA ARTE EM ADOLESCENTES DO CAPS-I 668
Isabela Rahmeier; Mara Mariza Leal Santos; Suély Cristina da Silva; Grace Nelli Martins dos Santos; Lucas Renato Rampim Latrônico 668
PROGRAMA DE MENTORIA PARA JOVENS EM BUSCA DE INSERÇÃO NO MERCADO DE TRABALHO 674

Caroline de Sá Galhardo; Elaine Cardoso Nogueira; Isabelle Vieira; Gabriele Silvestre; Maira Uez ; Vanessa Jaqueline Monti Chavez; Lissia Pinheiro Shataloff 674

PROJETO DE MENTORIA COM JOVENS INGRESSANTES NO MERCADO DE TRABALHO 679

Elaine Infantino; Ezequiel Severo Vieira; Larissa Lazzari; Leticia Acosta Luiz; Rosângela dos Santos; Líssia Pinheiro Shataloff; Vanessa Jacqueline Monti Chavez; Ana Paula da Rosa 679

PROJETO DE VIDA PARA JOVENS DEPENDENTES DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS ATRAVÉS DA ARTE TERAPIA 684

Gabriela de Oliveira Ricardo; Thainá Guadagnin; Carla Barglini; Giseli Torres; Gláucia Regina Pelissari; Lissia Shataloff; Vanessa Jacqueline Monti Chavez 684

PROMOÇÃO DA COMUNICAÇÃO ASSERTIVA NO AMBIENTE DE TRABALHO COMO PREVENÇÃO AO ESTRESSE OCUPACIONAL 689

Angelina Ebert Possato, Cintia Bispo; Lucimara Byhain de Oliveira; Nicole Machado de Carvalho; Lucas Ebert Possato; Lucas Renato Rampim Latrônico 689

PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO POR MEIO DE RODAS DE CONVERSA COM ALUNOS DA REDE ESTADUAL DE ENSINO DE FOZ DO IGUAÇU - PROJETO SETEMBRO AMARELO CAPS I 693

Ketty Ritter da Silva; Mayckon Jose Grassi; Thuane Conti Sostisso; Lissia Pinheiro Shataloff; 693

"PSICOLOGIA ALÉM DA CLÍNICA": PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE PRÉ-INCUBAÇÃO 698

Ana Cristina da Silva Alves; Carla Patricia de Souza Cavalari; Fernanda Winck Rizzotto; Juliana Spricigo Araujo Holler; Susana Maria Carvalho Brasil de Moura; Lissia Maria Pinheiro Shataloff; Júlio Cesar Andrade..... 698

SAÚDE MENTAL E AMAMENTAÇÃO 703

Cintia Cristiane Birkheuer Costa; Lorraine Vieira Savedra; Pamela Kelly dos Santos; Tony I Ron Tsai; Vânia Hernandes; Bruna Moraes de Aguiar 703

VIDAS E CORPOS PERFEITOS: O CONTROLE DE MULHERES POR MEIO DO PADRÃO DE BELEZA INALCANÇÁVEL 708

Fernanda Della Libera; Michelle Luiza de Rosso; Patrícia de Souza Pinheiro; Sabrina Meneghim Koxne; Rafaela Zago de Mello; Lucas Renato Rampim Latrônico 708

APRESENTAÇÃO

A publicação da edição 2021-2 dos Anais dos Projetos Integradores de Extensão da UniAmérica Descomplica está completamente alinhada ao contexto de transformação que a Educação Superior brasileira vivencia. As Instituições de Ensino Superior estão neste momento discutindo e implementando atividades de operacionalização da curricularização da extensão, movimento que eclodiu a partir da Resolução CNE/CES nº 7, de 18 de dezembro de 2018, que tem como principal premissa a definição de que as atividades extensionistas deverão compor, no mínimo, 10% (dez por cento) do total da carga horária curricular estudantil dos cursos de graduação, estando integradas à matriz curricular dos cursos.

Os Projetos Integradores de Extensão, meio pelo qual os resumos expandidos aqui publicados são desenvolvidos, são componentes curriculares semestrais, presentes em todos as matrizes dos cursos de graduação da UniAmérica Descomplica, e tem como ponto central a proposição e/ou efetivação de soluções acadêmicas para demandas reais da comunidade, promovendo de fato a extensão do centro universitário para empresas, instituições e organizações de Foz do Iguaçu e região. O Projeto Integrador de Extensão, implantando em 2015, não poderia ter sido criado como uma solução para a curricularização da extensão, entretanto, o desdobramento das políticas educacionais para o ensino superior dos últimos anos tem demonstrado que a UniAmérica Descomplica foi pioneira ao aproximar a formação profissional às necessidades da comunidade, e hoje podemos considerar que o Projeto Integrador de Extensão é um *case* de sucesso para o processos de curricularização.

A edição deste semestre é a mais extensa já publicada pela UniAmérica Descomplica, e compila resumos expandidos produzidos pelos cursos de Administração, Agronomia, Arquitetura e Urbanismo, Direito, Educação Física, Enfermagem, Engenharia Civil, Engenharia de Produção, Engenharia Elétrica, Engenharia Mecânica, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição, Pedagogia e Psicologia, demonstrando a abrangência de áreas de conhecimento da instituição, bem como a quantidade de oportunidades que são geradas a partir da interação promovida pelo Projeto Integrador de Extensão. Vida longa aos Projetos Integradores de Extensão.

Allysson Costa
Coordenador de Extensão e Pesquisa
Centro Universitário União das Américas Descomplica

ADMINISTRAÇÃO

O curso de Administração da UniAmérica desenvolve competências e habilidades para que o administrador possa atuar em diversos contextos e ambientes organizacionais. Com Metodologia Ativa o aluno aprende sobre finanças, empreendedorismo, recursos humanos, estratégia, negociação, marketing, planejamento, entre outros temas, em ambiente interativo, colaborativo e dinâmico, como acontece no mercado de trabalho: desenvolvendo projetos e resolvendo problemas reais.

ESTRATÉGIAS DE MARKETING DIGITAL PARA UMA EMPRESA DE GASTRONOMIA DE PRODUTOS DERIVADOS DE MILHO VERDE

Amanda Evelyn Onuki[1]; Andressa Jacumasso[1;] Marlene Vorpagel Engelmann[1]; Claudete Bottan Montezol Almeida [2]; Fausto Camargo[3]; Dirce Dalberto[4].

INTRODUÇÃO

Este artigo apresenta uma breve reflexão da importância do marketing digital como estratégia de mercado, pois dentro do processo de globalização, os meios de comunicação digitais vêm se tornando cada vez mais interessantes para o negócio.

A empresa analisada é do ramo de gastronomia, comercializando produtos derivados de milho verde e situada na cidade de Foz do Iguaçu, tendo sido inaugurada há aproximadamente 2 meses. Neste contexto, o presente estudo teve como objetivo utilizar o marketing digital como canal de comunicação, para impulsionar a divulgação do estabelecimento na cidade.

No decorrer desta análise, destacam-se o estudo sobre o marketing digital e como pode ser utilizado para o desenvolvimento de um negócio, cujo público é bem variado. Ressaltam-se também a importância da identificação do perfil do consumidor e as estratégias de divulgação da marca e a proposta de comunicação e marketing digital.

Todo empreendimento tem seu potencial, sabendo disso e usando recursos adequados, surge a questão: Como desenvolver e ampliar o mercado consumidor de uma empresa de gastronomia voltada à produtos derivados de milho verde?

Estratégias para o marketing digital é uma das questões mais comuns entre os donos de empresas. Quando bem aplicadas podem ser um diferencial no sucesso das vendas de uma loja. Sendo assim, os recursos apresentados são considerados componentes chave para atrair os clientes e a divulgação do produto, garantindo um melhor resultado em vendas e proporcionando o crescimento da empresa.

[1] Acadêmicos do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR.
[2] Mentor. Graduada em Administração, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutor em Educação, docente do Curso de Administração da Uniamérica-Descomplica Centro Universitário Foz do Iguaçu, Paraná.
Foz do Iguaçu, Paraná. fausto.camargo@descomplica.com.br.
[4] Mestre em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC, docente do Curso de Administração da Uniamérica-Descomplica Centro Universitário Foz do Iguaçu, Paraná. Foz do Iguaçu, PR. dirce.dalberto@descomplica.com.br.

METODOLOGIA

Do ponto de vista da natureza, a pesquisa utilizada no estudo foi aplicada, pois tem como objetivo gerar conhecimentos para aplicação prática dirigida à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais (PRODANOV; FREITAS, 2013, p. 51).

Quanto à abordagem do problema, a pesquisa é quantitativa, pois traduz em números opiniões e informações para classificá-las e analisá-las. Requer antirecursos e de técnicas estatísticas (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Em relação aos objetivos, a pesquisa é descritiva, pois tal pesquisa observa, registra, analisa e ordenam dados. Procura descobrir a frequência com que um fato ocorre, sua natureza, suas características, causas, relações com outros fatos. Assim, para coletar tais dados, utiliza-se de técnicas específicas, dentre as quais se destacam o questionário, o teste e a observação (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Quanto aos procedimentos técnicos foi feita uma pesquisa de levantamento, esse tipo de pesquisa ocorre quando envolve a interrogação direta das pessoas cujo comportamento desejou conhecer através de algum tipo de questionário, em seguida, mediante análise quantitativa, para obtermos as conclusões correspondentes aos dados coletados (PRODANOV; FREITAS, 2013, p.58).

A coleta de dados foi realizada por meio de questionário. O questionário é um instrumento de coleta de dados, uma série de perguntas, que podem ser abertas, fechadas e/ou de múltipla escolha, ordenadas que devam ser respondidas pelo informante (MARCONI; LAKATOS, 2006, p. 201).

O questionário tem como objetivo propiciar conhecimento do determinado assunto ao pesquisador. Podendo assim atingir pessoas de diferentes localizações, ser direcionado para o público que quer atingir, entre outras vantagens. A definição do público tem impacto direto com o sucesso da pesquisa, as perguntas precisam estar de acordo com o que o entrevistado pensa e entende sobre o assunto. Para analisar os dados foi usada a técnica análise de conteúdo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos dados levantados foi possível perceber algumas estratégias de negócio que podem ser utilizadas pela empresa para desenvolvê-la e estimular suas vendas, conforme mencionadas a seguir.

Com os números obtidos com a aplicação do questionário, foi proposto à empresa a implantação do software Goomer. A solução para delivery da Goomer é focada em venda direta, ou seja, facilita muito a operação já existente de vendas seja através do WhatsApp, Instagram e Facebook. Além disso, oferece integração e funcionalidades que podem ajudar a

aumentar o número de pedidos e, consequentemente, o faturamento da empresa. Uma vez que, quase 100% das respostas do questionário apontaram que um cardápio online nas redes sociais ajudaria na hora da compra.

Assim, a empresa contará com um novo canal de vendas que disponibiliza um cardápio online, no qual seus clientes fazem o pedido, integrando os sistemas de forma rápida e fácil. O cliente faz o pedido e a empresa recebe via WhatsApp ou no Painel Goomer.

Conforme indicado pelos entrevistados, a disponibilização de uma plataforma ao estilo de cardápio por meios digitais, facilitaria e promoveria o consumo pelos clientes, além de atrair novas oportunidades de vendas, devido à praticidade de manuseio da plataforma, quando o cliente decide fazer seus pedidos e consumo.

Como a própria empresa Goomer cita em seus canais, “a Goomer nasceu em 2014 com o propósito de ser parte da evolução dos restaurantes, encontrando a perfeita harmonia entre a tecnologia e o ser humano”. Assim, após a aplicação da pesquisa foi proposto à empresa a adoção desta plataforma como meio para promover as vendas e divulgar o novo empreendimento na região, já que além da praticidade na realização dos pedidos, a plataforma é prática também no acesso através de link ou ainda do recurso “arraste pra cima” disponibilizado por algumas redes sociais, que possibilitam direcionar o consumidor direto ao cardápio dos produtos.

Outro ponto importante e levado em consideração na escolha da solução presentadao à empresa, é o fato de que a plataforma Goomer não cobrar taxa para utilização, sendo assim, uma solução prática e acessível para a necessidade atual do empreendimento.

Quase 70% das respostas indicaram que os participantes do questionário nunca provaram o produto da empresa e 77,7% responderam que gostam de pamonha. Além desses produtos, a empresa investiu em uma máquina com 3 sabores, dentre elas o sorvete de milho, e terá o lançamento de um outro produto, o milk-shake a base de milho.

A degustação desses produtos pode ser fornecida em pequenas embalagens com cada um deles e em vários locais estratégicos, em frente à loja mesmo e/ou promover em outras empresas, tais como: academias, hotéis, feiras, escolas, etc. Essa degustação serve muito para que clientes possam conferir a qualidade dos produtos sem precisar adquiri-los. O objetivo final é fazer que os consumidores queiram levar os alimentos oferecidos, e mostrando a eles os novos produtos e fazendo-os conhecer a marca.

Outra estratégia para alavancar as vendas, seria o estabelecimento de parcerias com hotéis e empresas de turismo (transporte, câmbio entre outras) da região, para que indiquem a empresa aos seus hóspedes, incentivando estes, a conhecerem e consumirem os produtos, seja por delivery ou presencialmente na loja física. Essa parceria ofereceria descontos para os hóspedes que viessem por indicação dos hotéis e em contrapartida também ofertaria desconto aos colaboradores que indicassem a Amore Milho aos seus hóspedes.

Essa estratégia busca explorar um grande mercado consumidor local, já que a cidade de Foz do Iguaçu – PR possui um fluxo muito grande de turistas, e grande parte da receita gerada na cidade provém do setor turístico que está voltado com muita força nesse período de recuperação da pandemia do Covid – 19.

Há ainda a divulgação através de amostras grátis de outros produtos junto com os produtos escolhidos pelo cliente. Essa abordagem visa divulgar um produto que o cliente ainda não tenha consumido ou não tenha conhecimento, já que na aplicação do questionário identificou-se que grande parte dos entrevistados, – praticamente 70% destes - não tinha conhecimento do suco de milho. Assim, quando o cliente realiza o pedido de um milho no pote, enviar uma pequena amostragem do suco de milho e / ou pamonha, como acompanhamento pode estimular o consumo destes.

Uma última estratégia, buscando fazer uso de estratégias de marketing digital, seria a utilização de postagens nas redes sociais da empresa em horários estratégicos, próximo às refeições. Esse recurso permite à empresa estimular o consumo entre as empresas locais, pois a localização na região central, de proximidade com um número expressivo de empresas da região, onde os funcionários podem fazer pedidos de pratos para o horário das refeições (próximo ao meio dia e final da tarde).

Essa estratégia, além de utilizar os horários definidos, utiliza também a tática de fazer uso de palavras chaves de pesquisa que levem ao conhecimento dos potencias consumidores, a existência dos produtos e também da própria empresa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a realização desta pesquisa buscou-se identificar o perfil do consumidor da empresa Amore Milho para otimizar as estratégias de marketing, vendas e atendimento além de dimensionar o mercado consumidor, identificando oportunidades e reduzindo o risco na tomada de decisões estratégicas e com base nas informações obtidas com a pesquisa, elaborar uma proposta de comunicação e marketing digital, para que a empresa possa se destacar no mercado.

Assim, com as respostas obtidas através da aplicação do questionário, identificou-se um potencial mercado consumidor a ser explorado pela empresa, pois a grande maioria dos entrevistados afirmou ainda não conhecer a empresa. Por outro lado, as respostas evidenciaram a aprovação dos produtos derivados de milho, o que abre espaço para a empresa – única especializada em alimentos derivados de milho da cidade e região – desenvolver estratégias para divulgar seus produtos e expandir seus negócios, alcançando um número cada vez maior de consumidores.

Entre as estratégias a serem adotadas, está o reforço nas postagens em redes sociais

para divulgação, e ainda a instalação e utilização do Painel Goomer, que funciona como um cardápio online, facilitando e tronando a escolha dos pratos de consumo mais prática e acessível para os usuários da internet. Além disso, outras estratégias poderão ser utilizadas pela empresa para divulgar a marca e alavancar as vendas, são elas, a parceria com hotéis e empresas de turismo locais para divulgação aos seus clientes, a divulgação em redes sociais em horários estratégicos e ainda a disponibilização de amostras grátis de produtos junto com os pedidos realizados pelos clientes.

REFERÊNCIAS

KOTLER, Philip. **Marketing para o século XXI**. São Paulo: Pearson, 2002.

LIMEIRA, Tânia Maria Vidigal. **Emarketing:** O marketing na Internet com casos brasileiros. São Paulo: Saraiva, 2003.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico:** Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**.** 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

ESTRATÉGIAS DE PRECIFICAÇÃO DOS PRODUTOS DE UM ESTABELECIMENTO COMERCIAL

Kassia da Costa Rodrigues[1] Matheus Ferreira Maia [1] Rafael Luiz Dias [1] Thais Larissa dos Reis Schmatz [1]Jair Jeremias Junior[2] Fausto Camargo[3] Dirce Maria Dalberto[4]

INTRODUÇÃO

Toda empresa entra no mercado com o desejo de alcançar seus objetivos obtendo lucro e consequentemente o crescimento do negócio, contudo, se a precificação não for realizada corretamente pode levar a falência do empreendimento.

Portanto, a precificação dos produtos deve ser realizada corretamente, começando por fazer levantamento de seus custo e despesas (fixos/variáveis) para então desenvolver a Demonstração do Resultado do Exercício (DRE) da empresa, visando entender a sua margem de contribuição entre outras coisas, facilitando assim a identificação da estratégia de precificação ideal de acordo com os objetivos organizacionais.

Segundo Zeithaml *et al.* (2014), uma das maneiras mais apropriadas de as empresas precificarem seus produtos/serviços consiste em basear o preço no valor percebido pelo cliente. Logo, a empresa em estudo, necessita encontrar um preço de venda para seus produtos que atenda as expectativas e exigências do mercado, seja relevante frente a concorrência, cubra os custos e despesas e gere lucro a organização.

O objetivo do projeto é mapear e analisar todos esses pontos, realizando um levantamento para que fique claro se os preços que estão sendo aplicados atualmente na empresa são viáveis ou não, e se necessário alterá-los com base nos anseios do que o mercado da região de atuação busca e na medida que a empresa consiga cobrir seus custos.

O presente trabalho possibilitará a empresa ter mais domínio sobre aquilo que ela produz e vende de forma que haja um controle mais rigoroso em cima dos custos e despesas, ficando visível o quanto é gasto em matérias primas, mão de obra e tudo aquilo que faz parte da produção e venda do produto.

Podendo assim calcular de forma assertiva quanto de fato é gasto para produzir os produtos que a organização comercializa, e estipular o preço de venda que será aplicado na

[1] Acadêmicos do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR.
[2] Mentor – Mestre e Bacharel em Administração.
[3] Doutor em Educação, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. fausto.camargo@descomplica.com.br.
[4] Mestre em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR. dirce.dalberto@descomplica.com.br.

estratégia de precificação dos produtos da empresa. Então através da estratégia de precificação será possível auxiliar a empresa a implementar um preço que cubra seus custos e despesas e gere lucros para a organização.

METODOLOGIA

Este projeto é caracterizado por ser uma pesquisa aplicada. Quanto aos objetivos da pesquisa se trata da exploratória e descritiva. O projeto é caracterizado por possuir uma abordagem do problema qualitativa e quantitativa.

Quanto aos procedimentos técnicos, foi utilizado a pesquisa bibliográfica onde ela é feita através do levantamento de referências teóricas. Neste caso utilizamos o método da amostragem que é o mais viável para dar continuidade a pesquisa, sendo amostra uma parcela considerável da população, porém em um número reduzido (MARCONI; LAKATOS 2003).

Dois instrumentos de procedimentos de coletas de dados foram utilizados no projeto. O questionário aberto ao público e entrevista com os sócios. Quanto ao questionário desse projeto foi uma sequência de perguntas abertas, onde o informante expõe suas opiniões. Por fim, realizamos uma entrevista semiestruturada, com um dos sócios.

ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A empresa em estudo iniciou suas operações em Foz do Iguaçu-PR em junho/2021 e trabalha com a culinária gourmet. Sua linha de produção é voltada ao pão de alho recheado.

Custos, despesas e a receita de vendas geradas pela a empresa

Após realizar o levantamento de custos, despesas e gastos da empresa foi feito a classificação dos custos e despesas (fixas/variáveis), ao final elaboramos o DRE da empresa. Como apresentado em nosso artigo a empresa está tendo um lucro de 37% e uma margem de 74%, com essa informação, o gestor pode criar ações para que a empresa possa crescer mais de forma saudável, gerando melhores resultados.

Por meio do quadro de receitas que foi apresentado em nosso artigo, foi possível identificar os produtos da empresa e as vendas que cada produto tem. Ao final identificamos que são vendidos 262 produtos ao mês, uma receita de **R$ 3.247,00 por mês.**

Preços de acordo com o mercado e ações da empresa

Conforme apresentado em nosso artigo, 80,9 % não conhecem a empresa, 8,2% já

ouviram falar e 10,9% conhecem. Percebe-se que a empresa não é muito conhecida pelo mercado, parte disso é porque a empresa é nova. Com isso, a empresa pode estabelecer seus preços dando mais ênfase nos seus custos de produção, mas sempre gerando um produto de qualidade e criando valor para os consumidores.

Kotler (1998) informa que a empresa pode estabelecer o preço de retorno alvo, no qual ela assegura a taxa de retorno sobre o investimento. Com base nessa abordagem a empresa identifica seus custos e despesas geradas pela a produção e estabelece uma porcentagem de ganho desejada.

Margem de contribuição dos produtos da empresa

Conforme Paula (2014), através da margem de contribuição a empresa consegue mensurar se a receita de vendas gerada é o suficiente para cobrir os custos e despesas, e ainda assim obter lucro. É visível que a empresa não possui um retorno tão alto na venda dos seus produtos pela qualidade e o produto diferencial que ela comercializa, a média de contribuição é de 70%, com o lucro entre R$3,00 a R$6,00 por unidade.

Maximização dos lucros e indicador de qualidade

A maximização dos lucros é uma estratégia simples, a empresa aumenta o valor do seu produto, para cobrir seus custos e obter um lucro maior. Aumentando o preço seu lucro será maior e poderá disponibilizar mais ofertas e promoções. Por sua vez o indicador de qualidade se relaciona com alguns consumidores, no qual relacionam o valor do preço com a qualidade de seu produto, preços mais altos igual à qualidade superior, preços baixos igual à qualidade inferior

3.5 Política de precificação

Todo consumidor gosta de um desconto, afinal como conceder um desconto sem perca? Há algumas estratégias a se utilizarem, como negociar com fornecedor para obter produtos mais baratos e aumentar seu valor final, ou até mesmo já efetuar o cálculo dos descontos sobre o produto a ser comercializado. Aumentar o valor em 20% em dias promocionais, oferecendo esses 20% de desconto.

A segunda estratégia são os preços “picados”, anunciar um produto com o valor de “R$13,99”, leva a muitos consumidores pensarem que estão comprando um produto por R$13,00 e não o valor real pago, R$14,00. A empresa em estudo pode usar está estratégia para atrair o consumidor de forma inconscientemente, efetuando a compra do produto.

Ao tratarmos de preços geográficos, os vendedores podem utilizar uma política uniforme de preços. Sendo assim, os custos de transporte são embutidos e, independentemente da localização dos consumidores, os preços são os mesmos. Quem estiver mais próximo da empresa fornecedora paga o chamado frete-fantasma em detrimento dos que estão mais distantes.

Ajustes nos preços dos produtos da empresa

Para a determinação do novo preço foi utilizado o mark-up que conforme Las Casas (2019), é um método simples de ser aplicado, onde se considera uma margem adicionado aos custos, visando cobrir despesas e gerar lucro para a empresa. Diante disso, no quadro 1 é apresentado o preço ideal dos produtos que a empresa pode praticar.

Quadro 1 - Reformulação dos preços

Produto	c/uni.	c/pro.	M/L desejado	Mark-up	% descontos	Preço	Preço final
Pão de alho de Frango	R$5,56	26%	20%	R$10,47	15%	R$12,04	R$11,99
Pão de alho de Calabresa	R$6,58	26%	20%	R$12,39	15%	R$14,25	R$13,99
Pão de alho de Bacon	R$7,17	26%	20%	R$13,50	15%	R$15,53	R$15,49
Pão de alho de Lombinho	R$7,13	26%	20%	R$13,43	15%	R$15,44	R$15,49
Pão de alho de Coraçãozinho	R$7,29	26%	20%	R$13,73	15%	R$15,79	R$15,99
Pão de alho de Costela	R$7,99	26%	20%	R$15,05	15%	R$17,31	R$17,49
Pão de alho de Baconbresa	R$8,82	26%	20%	R$16,61	15%	R$19,10	R$18,99
Pão de alho de Baconstela	R$9,72	26%	20%	R$18,31	15%	R$21,06	R$20,99
Pão de alho de Salame Colonial	R$7,73	26%	20%	R$14,56	15%	R$16,74	R$16,99

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Propostas de melhorias

Com base nas informações postadas em nosso artigo, fica evidente que as ações de marketing da empresa estão muito fracas, haja vista que 79,7% dos entrevistados não conhecem a empresa, e dos que conhecem 13,5% é através das redes sociais e apenas 6,8% por meio do IFood.

Diante disso, o gestor necessita urgentemente (com base nos dados apresentados), melhorar a forma que ele aborda os clientes, direcionando suas ações de marketing, com o

intuito de atingir seus consumidores e potenciais clientes.

Considerando as informações contidas coletadas, duas das opções são viáveis para a empresa. Sendo o uso de material de embalagem mais barato, já que a qualidade da embalagem não é um fator muito levado em consideração. E a redução de sabores oferecidos, onde a empresa pode retirar de seu cardápio o sabor que menos atrai o consumidor, podendo futuramente disponibilizar um sabor que seja de maior atratividade e procura no mercado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de todos os dados e informações buscadas anteriormente como os custos, despesas, receita, margem de contribuição, aplicação do questionário foi formulado as estratégias de precificação para a empresa. As estratégias foram montadas de forma que atendam às necessidades da empresa com base nas informações que foram passadas anteriormente.

O projeto realizado na empresa foi de extrema importância para todos os integrantes do grupo, através dele foi possível adquirir um maior conhecimento em relação a precificação dos produtos, e as análises que devem ser feitas em uma empresa para identificar se o preço cobrado pelo produto é adequado e se cobre todos os custos, despesas e gera lucro, ou se precisa ser implementado alguma estratégia para que uma correção possa ser feita.

REFERÊNCIAS

KOTLER, Philip. **Administração de marketing**: administração de estratégia e programas de preços. 5. ed. São Paulo: Editora Atlas S.A., 1998.

LAS CASAS, Alexandre Luzzi. **Administração de Marketing**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2019. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788597020151/. Acesso em: 30 ago. 2021.

MARCONI, Marina de Andrade. LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003. Disponível em: http://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india. Acesso em: 27 set. 2021.

PAULA, Gilles de. **Saiba o que é margem de contribuição e confira como calcular:** O que é margem de contribuição. 2014. Disponível em: https://www.treasy.com.br/blog/como-calcular-a-margem-de-contribuicao-de-seus-produtos/. Acesso em: 12 out. 2021.

ZEITHAML, Valarie A.; BITNER, Mary Jo; GREMLER, Dwayne D. **Marketing de serviços**: a empresa com foco no cliente. 6. ed. Porto Alegre: Sagah, 2014. Disponível em: https://unia merica.grupoa.education/sagah/object/default/9366626. Acesso em: 18 ago. 2021.

PLANO PARA REVITALIZAÇÃO DAS VENDAS DE UMA CONFECÇÃO

Ali Mohamad Ghazzawi[1],Gabriel Maleski do Arte[1], Matheus Oliveira Guimarães[1], Yuta Yoshida [1], Waldemur José Borges Júnior[2], Fausto Camargo[3], Dirce Dalberto[4]

INTRODUÇÃO

A empresa apresentada neste estudo, atua na área de varejo de vestuário desde 2010, vendendo roupas de todos os tamanhos e estilos, abrangendo os mais variados públicos. Atualmente a loja conta com 4 colaboradores, sendo eles a proprietária/gerente e 3 vendedores. Através de entrevistas com o gestor, verificou-se a necessidade de elaborar estratégias de ações de vendas para retomar e alavancar a empresa, pós Covid devido aos impactos da pandemia.

É fundamental que se entenda a importância da necessidade da empresa, pois, além de ter conhecimento do que ocorre e o que ela busca, é essencial desenvolver a capacidade de gerenciamento do capital humano. Pensando nisso, surgiu a pergunta de pesquisa, como aumentar as vendas da empresa HG Confecções diante o cenário atual? Assim, foram elaborados os objetivos específicos, a serem cumpridos, tais como, identificar as oportunidades de crescimento da empresa, elaborar estratégias de marketing de acordo com o mercado atual e apresentar um plano para revitalização da empresa.

O projeto se justifica pela oportunidade de os estudantes colocarem em prática os conteúdos que aprendem em sala de aula, pela importância de a empresa retomar suas vendas e voltar ao padrão que tinha antes do cenário pandêmico, e pela viabilidade do projeto por ser de baixo custo, somente necessitando do tempo do proprietário em ter reuniões com os alunos. Este projeto traz benefícios para os estudantes, comunidade acadêmica e sociedade.

Segue uma pequena revisão da literatura sobre o tema, apresentando conteúdos científicos de livros, periódicos, entrevistas, ou outros materiais.

As práticas de estratégias utilizadas para o problema foi utilizar o método tecnológico

[1] Acadêmicos do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR.
[2] Bacharel em Administração, gestor da empresa Everest Foz, Foz do Iguaçu, Paraná. waldemurjr@globo.com
[3] Doutor em Educação, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. fausto.camargo@descomplica.com.br.
[4] Mestre em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR. dirce.dalberto@descomplica.com.br.

e marketing e suas ferramentas para melhor viabilidade da situação. Conforme a empresa Rockcontent, 82% dos consumidores procuram um produto online antes de comprá-lo.

Em relação às atividades realizadas podemos citar em primeiro a identificação dos pontos de melhorias na qual a empresa se encontrou com dificuldade e mal otimizado no mercado digital. A primeira ferramenta foi utilizada um plano de ação - 5W2H junto com um resultado do Matriz SWOT aplicada para a implementação das estratégias propostas, sendo assim uma gestão eficaz e de fácil aplicação em qualquer situação.

Conforme Nakagawa (2014) esse plano de ação é fundamental para atingir os objetivos e metas estabelecidos em processos de planejamento estratégico e orçamentário. Ela é uma ferramenta que traça e define ações necessárias para atingir determinados objetivos apontando cronograma e prazos, separando cada responsável por cada tarefa, recursos financeiros e humanos necessários e acompanhamento de resultados.

Quadro 1 – Os 5W2H

5W2H	Conceitos
What	O que será feito? Aqui precisa mostrar e apontar qual ideia será executado.
Why	Por que será feito? Ou seja, para quem estamos trabalhando, porque de desenvolver este plano e qual o motivo.
Where	Onde será feito? Nesse ponto é necessário preencher onde será executado.
When	O que será feito? Apresentando como será entregue e qual será o prazo.
Who	Por quem será feito? Ou seja, por quem será as pessoas responsáveis por cada tarefa executado.
How	Como será feito? Apresentando como que o processo será incrementado e qual será seu passo a passo, montando um Fluxograma que vai operacionalizar esse plano de ação.
How Much	Quanto custará? Apresentando um orçamento necessário para realizar a tarefa.

Fonte: Nakagawa (2014).

METODOLOGIA

As pesquisas são caracterizadas de acordo com a natureza, os objetivos, o problema e os procedimentos técnicos utilizados, quanto a sua natureza pode ser básica e aplicada. Este projeto tem a finalidade de alavancar as vendas da empresa HG Confecções, sendo assim caracterizada sua natureza como pesquisa aplicada motivada pela necessidade de resolver problemas concretos e imediatos.

Quanto ao problema a ser resolvido na empresa, o método utilizado foi o qualitativo. A pesquisa qualitativa é realizada para compreender todas as informações que possam mensurar sobre todas as experiências humanas.

Conforme Gil (2005), a pesquisa de marketing tem como o objetivo de melhorar a

tomada de decisões relacionadas a identificação e solução de problemas de marketing. Por se tratar também de um plano de recuperação, nesse estudo foi utilizada a pesquisa para solução de problemas.

Quanto aos objetivos pode-se classificar as pesquisas como exploratórias, por se tratar de novo plano, foi adotada a pesquisa exploratória qualitativa e quantitativa, a qual “pode ser caracterizada como a tentativa de uma compreensão mais detalhada dos significados e características situacionais apresentadas [...] em lugar da produção de medidas quantitativas de características ou comportamentos” (RICHARDSON *et al*., 1999, p. 90).

Para isso, foi realizado a pesquisa bibliográfica, que visa analisar as principais teorias de um tema, e pode ser realizada com diferentes finalidades (CHIARA *et al*., 2008).

A observação se faz presente desde a formulação do problema, pela coleta, análise e interpretação dos dados, bem como desempenhado o próprio papel da observação com técnica, o que é imprescindível no processo de pesquisa (NUNES, 2018).

Para Mazini (1991), a entrevista semiestruturada está focalizada em um assunto sobre o qual confeccionamos um roteiro com perguntas principais, esse tipo de entrevista pode fazer emergir informações de forma mais livre e as respostas não estão condicionadas a uma padronização de alternativas.

A população investigada é formada por apenas quatro pessoas e os procedimentos não requerem uma pesquisa de campo que envolva todos os colaboradores, assim a população é realizada e calculada por censo e a entrevista realizada com apenas um colaborador.

Foi realizada uma entrevista estruturada com o gerente proprietário da empresa tendo como instrumento uma entrevista previamente elaborada, que resultou nos resultados analisados.

O procedimento de análise de dados adotado é a análise de conteúdo dos dados da coleta, que consiste em analisar e apresentar os dados em forma de textos demonstrando o problema e as soluções encontradas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a entrevista foi possível observar que as estratégias da empresa não estão muito organizadas, otimizar o planejamento estratégico é algo que contribui extremamente para o crescimento. Para esse crescimento, foi decidido criar um website, ou seja, uma plataforma na qual a empresa utilizará para atrair novos clientes, concretizar novas vendas nesse novo mercado digital e consequentemente, buscar seu crescimento.

Foi decidido também realizar a produção de materiais de divulgação para que um maior público possíveis compradores, possam ver e acabar acessando a loja virtual.

A partir da entrevista e conversas com o empresário foi notado que o mesmo sentiu dificuldades em ingressar no mercado digital, e também em se portar nesse novo cenário global, o empresário se queixou de suas vendas terem caído bastante e sentiu dificuldades para atrair novos clientes.

Através dessa entrevista, decidiu-se por tomar algumas atitudes que sejam cruciais para a estratégia no mercado atual (virtual), são elas a de escolha de uma plataforma para que a empresa se insira nesse mercado virtual e estratégias de marketing para divulgação desse mercado virtual.

A escolha do modelo de loja virtual customizada aparenta ser a melhor opção para a empresa em estudo, tendo em vista que ao efetuar vendas de peças de vestuário muito variadas pode-se criar um site bem personalizado para que a loja possa atrair a maior quantidade de possíveis clientes e assim ser bem-sucedida no âmbito virtual.

Quadro 2 – Plano de ação

O que será feito? (What)	**Por que será feito? (Why)**	**Onde será feito? (Where)**	**Quando será feito? (When)**	**Por quem será feito (Why)**	**Como será feito? (How)**	**Quanto Custará? (Howmuch)**
Criação do Website da marca com sistema de vendas.	Base onde os consumidores poderão visitar, conhecer e efetuar suas compras e aumentar o faturamento.	Online	2022	Ali Ghazzawi, Gabriel Maleski, Matheus e Yuta Yoshida	Contratação de agência de sites “nome da empresa”	Valor do projeto.
Montagem da campanha de divulgação da loja online de roupas HG	Aumentar o conhecimento da marca e atrair potenciais clientes para o Web site para realizarem compras.	Mídia sociais da marca e também em parcerias com blogs e influenciadores especializados em moda	2022	Ali Ghazzawi, Gabriel Maleski, Matheus e Yuta Yoshida	Através de um funcionário especializados em Marketing e Publicidade	Valor do projeto.

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

A 59% de adultos (18 a 29) utilizando Instagram frequentemente. A pessoa gasta em média 20 minutos no Facebook por dia, 86% das mulheres veem as visualizações nas redes sociais antes de fazerem uma compra (ROCKCONTENT, 2021).

Sendo eles as mais utilizadas e com grande teor de público auxiliando na divulgação da marca e consequentemente aumentando o quesito de vendas nas lojas. Com tudo isso em mãos, a empresa se encontra em um posicionamento melhor no mercado, produzindo conteúdo de qualidade e divulgando a marca para retomada de vendas. Esse processo tem alto poder de segmentação trazendo um retorno com mais precisão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo desenvolvido, oferece um plano de revitalização de vendas da empresa H.G Confecções, devido à crise enfrentada após a pandemia covid-19, neste trabalho foram criadas estratégias para aumentar as vendas.

Para chegarmos a essas estratégias, foram estudadas teorias relacionadas a vendas e marketing, e também realizada uma entrevista com a proprietária. Por tudo o que foi estudado, este projeto integrador permitiu formar conhecimento a respeito de vendas e marketing, assim agregando valor ao meu portfolio estudantil.

REFERÊNCIAS

CHIARA, I. D. *et al.* **Normas de documentação aplicadas à área de Saúde**. Rio de Janeiro: Editora E-papers, 2008.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de pesquisa social.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2005.

MANZINI, E. J. **A entrevista na pesquisa social**.2. ed. São Paulo: Didática, 1991.

NAKAGAWA, M. **5W2H**: Plano de Ação para Empreendedores. SEBRAE – Movimento Empreenda, 2014. Disponível em https://www.sebrae.com.br/Sebrae/Portal%20Sebrae/Anexos/5W2H.pdf. Acesso em: 23 out. 2021.

Nunes, P. T. **Finanças Pessoais**: Um estudo de caso em um Intuição Religiosa. Revista de Administração e Contabilidade. 3. ed. São Paulo: 1991.

RICHARDSON, R. J. *et al.* **Pesquisa social:** métodos e técnicas. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

ROCKCONTENT. **Importância do Marketing Digital**. Marketing, 2021. Disponível em <https://rockcontent.com/es/blog/importancia-del-marketing-digital/> Acesso em: 25 nov. 2021.

PROPOSTA DE EDUCAÇÃO FINANCEIRA PARA OS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DO 5° COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU

Emanuelly Cristina Saretto Preis[1]; Rafaelle Cristina da Silva[1]; Vinícius Gustavo da Silva Gomez[1]; Pedro Siniscalchi Corte[2]; Fausto Camargo[3]; Dirce Maria Dalberto[4]

INTRODUÇÃO

A educação financeira é um processo pelo qual os indivíduos e as sociedades melhoram a sua compreensão em relação ao dinheiro, de maneira que, com informação e orientação, possam desenvolver as competências necessárias para se tornarem mais conscientes das oportunidades e riscos neles envolvidos. Assim, podem contribuir de modo mais consistente para a formação de indivíduos e sociedades responsáveis, comprometidos com o futuro.

O tema do nosso projeto é educação financeira que será aplicado em um colégio militar localizado em Foz do Iguaçu. Este tema torna-se importante para a compreensão e formação dos alunos em educação financeira, tornando as pessoas mais conscientes sobre o uso racional do dinheiro.

De acordo com o Tenente responsável, o grande problema é a falta de noção sobre gestão financeira pessoal, poucos alunos trabalham e a grande maioria não possui conhecimentos sobre o valor das coisas, a necessidade em economizar e investimentos.

O objetivo deste presente estudo é elaborar uma proposta de educação financeira para os alunos do Ensino Médio aprenderem a fazer uso consciente do dinheiro. E para este estudo tornar-se real será necessário Identificar o nível de conhecimento dos alunos sobre gestão financeira pessoal; Elaborar estratégias de educação financeira para os estudantes de acordo com a necessidade dos mesmos; apresentar uma proposta para a educação financeira dos estudantes do Ensino Médio do 5° Colégio Militar de Foz do Iguaçu.

Quanto à justificativa do projeto é auxiliar de forma colaborativa a compreensão e o entendimento da educação financeira na vida pessoal, no âmbito escolar e na continuidade da vida acadêmica do educando, mostrando aos alunos a importância que isso trará para o futuro de cada um deles, pois precisam albergar a ideia de que o uso do dinheiro, quando aplicado de maneira adequada, acaba por gerar um impacto positivo na sociedade e

[1] Acadêmicos do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR.
[2] Bacharel em Administração. Foz do Iguaçu, Paraná. siiniscalchi@gmail.com
[3] Doutor em Educação, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. fausto.camargo@descomplica.com.br.
[4] Mestre em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC, docente do Curso de Administração do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR. dirce.dalberto@descomplica.com.br.

consequentemente, alavanca a economia.

Compreende a revisão da literatura sobre o tema, apresentando conteúdos científicos de livros, periódicos, entrevistas, ou outros materiais confiáveis; contextualização do tema apresentando os benefícios da pesquisa para o acadêmico, comunidade acadêmica e sociedade; O problema a ser solucionado/pergunta de pesquisa; e o objetivo.

Teixeira *et al.* (2010, p. 27) define a educação financeira como “a arte de aplicar os princípios e conceitos de finanças em auxílio à tomada de decisões financeiras pessoais”. Permitindo, assim, ao indivíduo condições de obter um resultado satisfatório em relação a suas finanças.

O planejamento financeiro é o processo pelo qual uma pessoa desenvolve uma estratégia de tomada de decisão de consumo, poupança, investimento e hedge, o que aumenta a probabilidade de obter os recursos financeiros necessários para financiar sua vida, suas necessidades e atingir seus objetivos na vida.

A educação financeira é de suma importância em formar pessoas conscientes e capacitadas para o mercado, mas não é a realidade atual da economia tanto no Brasil quanto no mundo.

Ewald (2010) defende que a família é a principal responsável pela educação financeira, sobretudo por ser quem oferece exemplos. Porém, nem sempre a família, por si própria, possui condições para realizar a alfabetização financeira.

A educação financeira para sociedade tem relevado a sua importância, principalmente na conscientização que atinge os indivíduos a cumprirem seus deveres no âmbito social e a fazerem planejamentos. Pessoas educadas financeiramente não tem preocupação com inadimplência e sabem distribuir melhor a sua renda, pois efetuam as compras necessária para o consumo sem esquecer dos seus compromissos financeiros, (BACEM, 2008).

METODOLOGIA

Este capítulo cita e explica a metodologia utilizada neste trabalho e tem como objetivo descrever a natureza do estudo, os planos e instrumentos de coleta de dados e os métodos analíticos utilizados (BARROS; LEHFELD, 2014).

Com base em Prodanov e Freitas (2013), em essência, este projeto é uma pesquisa aplicada, pois busca diretrizes práticas para a solução imediata de problemas concretos do cotidiano.

Quando falamos em termos de objetivo, este trabalho é um estudo descritivo, uma vez que seu objetivo principal é descrever as características de uma determinada população ou fenômeno. Suas vantagens se manifestam no uso de técnicas de normalização para coleta de dados (KINCHESCKI; ALVES; FERNANDES, 2015).

Quando nos referimos a procedimentos técnicos, este estudo é uma pesquisa bibliográfica por se basear em materiais previamente publicados como documentos de empresas, livros, sites online, etc. (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Também pode ser tratado como uma pesquisa documental, visto que utiliza fontes mais

diversificadas e distribuídas sem tratamento analítico, tais como: tabelas estatísticas, jornais, revistas, relatórios de empresas, vídeos de programas de televisão, etc. (FONSECA, 2002, p. 32).

Quanto à coleta de dados, foi feita através de questionário contendo 15 questões relacionadas à educação financeira, que foram elaborados para testar os conhecimentos dos alunos do colégio. Foi enviado via e-mail para a Tenente responsável em nos auxiliar no desenvolvimento do projeto e a mesma aplicou com os alunos.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Quanto às estratégias de aprendizagem apresentadas são cartilhas didáticas e simplificadas já que a maioria não possui conhecimento básico sobre o tema, além da cartilha sugerimos aplicativos sobre finanças e de fácil acesso para os alunos conhecer e começar a organizar o seu dinheiro e com facilidade para registrar e acompanhar seus gastos escolhemos também alguns vídeos curtos que demonstram sobre a importância de se obter conhecimento sobre educação financeira desde cedo.

Referente à elaboração do questionário aplicado podemos observar que o perfil dos estudantes do 5° Colégio Militar de Foz do Iguaçu são alunos do ensino médio com faixa etária entre 15 a 18 anos, que possuem espirito de civismo, honestidade, alunos que possuem uma boa convivência social, disciplina, responsabilidade e hierarquia.

Através das análises do gráfico foi possível observar os estudantes são alunos do ensino médio, onde a maioria ainda mora com os pais, e alguns alunos já possuem emprego. Sobre educação financeira foi possível observar que 43% dos alunos acham importante o aprendizado em educação financeira, 77% possuem conhecimentos básicos sobre o assunto, 80% não recebem mesada, 56% não realizam acompanhamento dos gastos, 45% poupam menos de 5% do salário e que 44% dos alunos só fazem compras quando há necessidade.

Com base no gráfico constatou-se que a minoria dos educandos do ensino médio sabe o que significa orçamento financeiro, mas que apenas 36,5% dos alunos têm conhecimento sobre o significado. Com os resultados do gráfico foi possível analisar que 66,3% dos alunos têm conhecimento sobre a periodicidade que o acompanhamento financeiro deve ser realizado.

Baseados nas informações coletadas no gráfico, conseguimos observar que alguns alunos não possuem conhecimento sobre educação financeira, pois alguns deles nunca ouviram falar sobre esse assunto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto teve como objetivo apresentar o que é educação financeira para os alunos do ensino médio do 5° Colégio Militar de Foz do Iguaçu.

Para chegar ao objetivo optamos por apresentar aos educandos uma cartilha didática

e simplificada, sugerimos também que vídeos e aplicativos fossem utilizados, pois podem ser úteis para o aprendizado dos estudantes.

Dentre as vantagens de utilizar vídeos para apresentar o tema, destaca-se a facilidade de acesso à informação. Optamos pela cartilha pois trabalha com a curiosidade de quem a recebe e por ser um método que pode transmitir uma quantidade maior de informação.

O projeto também auxilia em menor escala na economia, pois já foi constatado que em países que os cidadãos costumam exercer hábitos financeiros saudáveis e racionais, os índices relacionados ao tema tendem a melhorar, em maior escala a moeda tende a valorizar e a economia se estabiliza. Sendo assim a educação financeira sendo essencial para o desenvolvimento pessoal, quanto da sociedade em geral.

Por fim, buscamos também com este projeto apresentar aos alunos a importância que os hábitos financeiros racionais podem acrescentar na vida de cada um, melhorando a qualidade de vida de quem os praticar.

REFERÊNCIAS

BACEN - Banco Central do Brasil: **Relatório de economia bancária e crédito**. Brasília, 2008.Disponívelem:<http://www.bcb.gov.br/Pec/Depep/Spread/relatorio_economia_bancaria_credito2008.pdf>. Acesso em: out. 2021.

EWALD, Luis Carlos. **Alfabetização financeira**, Pinhais, v. 3, n. 47, p. 4-5, abr. 2011. Entrevista concedida a Revista Impressão Pedagógica.

FONSECA. **Pesquisa documental**: pesquisa documental. Pesquisa documental. 2002. Disponível em: https://blog.mettzer.com/pesquisa-documental/. Acesso em: 26 out. 2020.

KINCHESCKI, Geovana Fritzen; ALVES, Rosangela; FERNANDES, Tânia Regina Tavares. Tipos de metodologias adotadas nas dissertações do programa de pós-graduação em administração universitária da universidade federal de Santa Catarina, no período de 2012 a 2014. **XV Colóquio Internacional de Gestão Universitária – Cigu**: Desafios da Gestão Universitária no Século XXI Mar del Plata – Argentina, Santa Catarina, v. 3, n. 6, p. 1-16, 4 dez. 2015.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico**: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013. Acesso em: 17 set. 2020.

TEIXEIRA, Aline de Oliveira *et al*. **Vantagens e desvantagens da implantação da disciplina educação financeira nas escolas de ensino médio na cidade de pinhais – PR** Pinhais/PR 2010. 82 f. Monografia (Graduação em Administração de Empresas) –Faculdades de Pinhais, Pinhais, 2010.

AGRONOMIA

O curso de Agronomia estuda todas as etapas da produção agrícola, desde o plantio e à comercialização. Busca instigar o discente à prática desde a implantação de tecnologias para promover o aumento da produtividade, o acompanhamento da produção agroindustrial e o fortalecimento do desenvolvimento rural sustentável visando atender demandas reais do contexto rural.

AEROPONIA: PRODUÇÃO DE ALIMENTOS EM PEQUENOS ESPAÇOS

Alan de Oliveira Serafini[1], Alexsandro Rafael Teixeira Tomazini[1], Andrey Ribeiro[1], Martinho de Oliveira Arnold Junior[1], Nadiele Franco Blasius[1], Edemilson Barbosa do Nascimento[2], Viviane Ruppenthal[3]

INTRODUÇÃO

O crescimento da população mundial observado nas últimas décadas, acompanhado do desenvolvimento tecnológico e da migração de pessoas da zona rural para a urbana, têm trazido várias desvantagens aos ecossistemas. Dentre os principais fatores observados destaca-se a competição existente entre as atividades dos setores urbano, agrícola e pecuário, que tem causado consequências drásticas ao meio ambiente. Por um lado, com o crescimento urbano observa-se uma diminuição das áreas apropriadas ao cultivo agrícola (JARDIM et al., 2009). Diante disso, se dá a importância de otimizar a produção em menores espaços e ampliar a produção sem aumentar a área de cultivo.

Uma alternativa de produzir mais em menos espaço é através da Aeroponia, técnica de cultivo que consiste essencialmente em manter as plantas suspensas no ar, geralmente apoiadas pelo colo das raízes, onde é aspergida uma névoa ou uma massa de gotículas de solução nutritiva (RITTER et al., 2001). Cenci et al. (1997), complementa que é um sistema de cultivo sem solo, usando colunas verticais que busca otimizar espaço e obter maior número de plantas, além de ser possível a produção em grandes centros, o que diminui os custos com transporte, pois, apenas o transporte e o manuseio de hortaliças são responsáveis por 50% de perca da produção.

Segundo Resh (1995) o sistema é composto por um tanque onde a solução aquosa é armazenada, um sistema de bombeamento, um temporizador e um dreno que faz com que a solução volte para o tanque. A solução é bombeada para os canais e escoam passando pelas raízes das plantas e voltando para o tanque.

O modo de cultivo aeropônico proporciona uma produção de alimento, eficaz, rápida e limpa, uma vez que o crescimento é limpo e estéril, reduzindo assim a propagação de doenças e infecções encontradas no solo e em outros métodos de cultivos (NASA, 1997). Ainda de acordo com a Nasa (1997), um sistema aeropônico pode reduzir em até 98% o uso de água, em 60% o de fertilizantes e em 100% o uso de pesticidas quando comparado com outros métodos de cultivo como, por exemplo, a hidroponia, tornando assim as plantas mais

[1] Acadêmicos do Curso de Agronomia do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Agrônomo EBN Hortfrut, Capitão Poço – PA.
[3] Doutora em Agronomia, docente do Curso de Agronomia do Centro universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: viviane.ruppenthal@descomplica.com.br

saudáveis e significativamente mais nutritivas. O baixo consumo de água ocorre devido a uma pequena quantia de água com nutrientes ser nebulizada em intervalos de tempo regular, permitindo que as raízes possam receber a solução nutritiva em proporção equilibrada. Portanto, ocorre redução da quantidade de água e energia necessária para o crescimento das plantas, já que as raízes se desenvolvem por completo dado a facilidade de oxigenação. Com o aumento de produtividade por metro quadrado, reduz-se o alto índice de degradação do solo, agressões ao meio ambiente e evita-se épocas de plantio específicas quando comparado ao cultivo com utilização de solo (FACTOR et al., 2007).

Diante do exposto, este projeto teve como objetivo criar um sistema de Aeroponia e demostrar o seu funcionamento e a sua viabilidade na produção de hortaliças em pequenos espaços.

MATERIAIS E METODOS

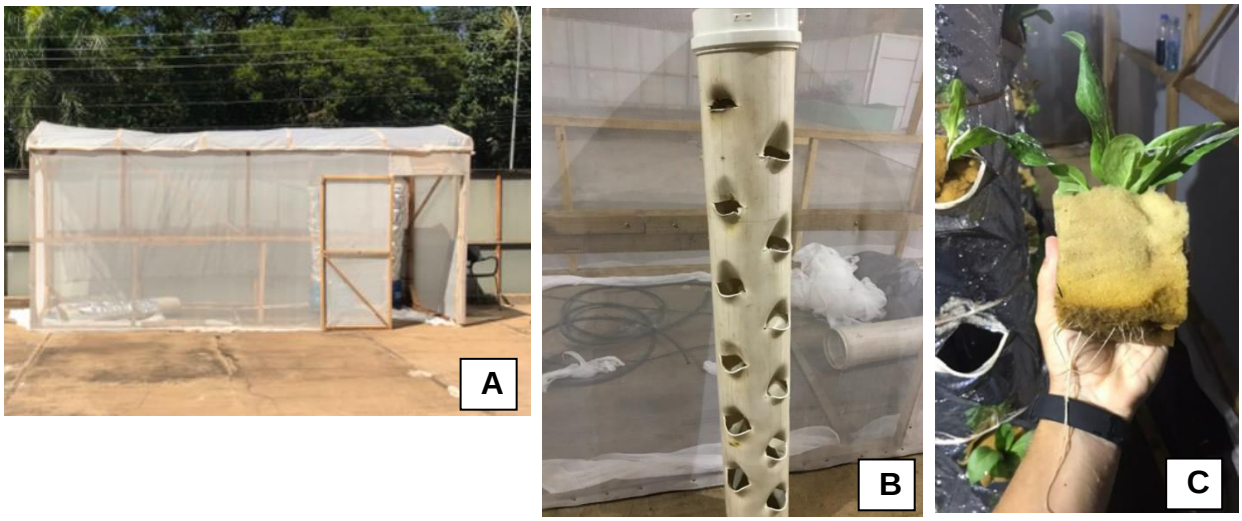
O sistema de Aeroponia foi implantado no Centro Universitário União das Américas – UniAmérica/Descomplica. Primeiramente foi realizada a montagem da casa de vegetação, com dimensões de 4,8 m de comprimento, 1,60 m de largura e pé direito de 2,0 m de altura. Na coberta utilizou-se filme plástico de polietileno de 150 micras, já as laterais foram fechadas com tela de proteção anti-afídio. Instalou-se uma tela termorefletora móvel, com 35% de sombreamento, abaixo da cobertura de filme plástico, visando o controle da temperatura interna e não provocar sombreamento excessivo (Figura 1A).

As colunas verticais para sustentação das hortaliças, num total de 4, foram construídas utilizando-se canos de PVC com o diâmetro de 200mm e 1,5 m de altura. Na base de cada coluna foi utilizado um galão de água de 20 litros, com o objetivo de armazenar a solução nutritiva e sustentar as torres, cortado de modo a permitir a inserção do tubo de PVC no seu interior. Dois galões foram pintados de preto e os outros dois de branco, com o objetivo de não permitir a passagem de luz e consequentemente, ocasionando o desenvolvimento de algas, o que dificultaria a absorção de oxigênio pelas raízes.

A abertura dos orifícios para a inserção das plantas, foram feitos com o auxílio de uma serra manual, um soprador térmico e uma garrafa de vidro. Para tanto, procedeu-se a marcação de quatro linhas ao entorno do tubo de PVC, de modo equidistante, na vertical, ou seja, da base para a ponta, representando as quatro linhas de cultivo das hortaliças. Posteriormente, de modo intercalado, procedeu-se em cada linha vertical uma marcação a cada 20 cm na horizontal, onde foi realizado um corte de 10 cm com o auxílio da serra manual, que em seguida foi aquecida com o soprador térmico para amolecer o tudo de PVC e inserido uma garrafa de vidro, dando assim o formato desejável (Figura 1B). Para a sustentação das plantas nos orifícios utilizou-se espuma que foi envolvida na raiz da muda (Figura 1C). Por

fim, com o objetivo de auxiliar na manutenção da reflexão da luz solar e reduzir o aquecimento da solução nutritiva, de modo a não ultrapassar 32º C, cada torre de PVC foi envolvida com manta termorefletora.

Figura 1. Casa de vegetação (A) e coluna vertical (B) construídas para a produção de hortaliças no sistema de Aeroponia. Espuma de sustentação para as plantas na torre Aeropônica (C).



A solução nutritiva contida no galão, fornecida em um sistema fechado, seguia até o topo da torre com o auxílio de uma bomba, através de uma mangueira que estava colocada internamente ao cano de PVC e no final se conectava em uma espécie de chuveirinho (Figura 2) por onde a água descia novamente até o galão atingindo no trajeto as raízes das plantas. O chuveirinho foi confeccionado reaproveitando a parte de cima do galão de água, que foi moldado para encaixar no interior da torre, e furado para suprir a vazão de água enviada pela bomba e irrigar as plantas.

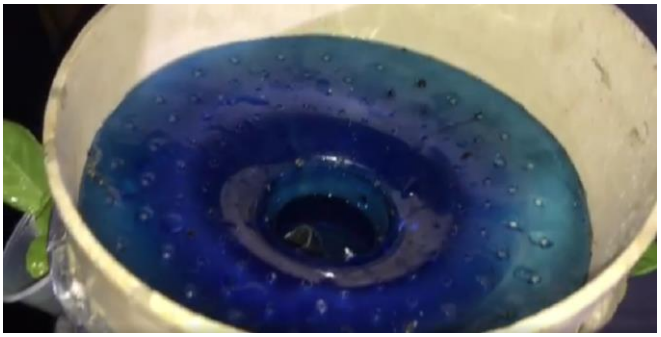


Figura 2. Chuveirinho para distribuição de solução nutritiva do sistema de Aeroponia.

Após o fornecimento de energia, iniciou-se a fixação de uma central, acima da porta de entrada no lado interno da casa de vegetação, comportando a chave geral, o controlador de disparo das bombas de água designado timer com suas programações e, por fim, a fiação de 2mm interligando em rede única entre as 4 bombas de água HJ-1501-1 de 35W, com capacidade de 1500 L/h e coluna de água de 2,4m de altura.

A solução nutritiva foi formulada com os produtos comerciais Flex Azul e Flex Vermelho, da PlantPar, dissolvidos em água na mesma proporção, 0,69 g. L^{-1} de água. Sua reposição era feita de acordo com o nível do reservatório das torres aeropônicas. O pH e a CE da solução eram balanceados para atingir valores entre 5,5 e 6,5 e entre 1,2 e 1,5, respectivamente.

As hortaliças cultivadas no meio aeropônico foram a alface roxa, alface crespa e a rúcula, sendo as mudas adquiridas em uma casa agropecuária

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o desenvolvimento do sistema de aeroponia ocorreram alguns imprevistos relevantes a destacar, que foram o elevado custo dos tubos de PVC e o tempo de montagem da casa de vegetação, que excedeu o tempo programado em virtude de todo o processo ter sido realizado pelos alunos.

Após a inserção das mudas de hortaliças nos orifícios, estas foram cultivadas no sistema aeropônico por um período de 14 dias, não sendo possível avaliar o desenvolvimento até o período de colheita para comercialização, devido ao encerramento do período letivo.

Durante o período de condução das hortaliças observou-se que estas apresentaram um bom desenvolvimento e estavam sadias. As raízes se desenvolveram adequadamente, apresentando bom comprimento e a coloração manteve-se branca, indicando que estavam recebendo solução nutritiva durante todo o dia.

CONCLUSÃO

O cultivo de hortaliças no sistema aeropônico em ambiente protegido demonstrou-se viável em pequenos espaços, contudo, seria importante novos testes de modo a conduzir as hortaliças até o ponto e colheita.

REFERENCIAS

CENCI, S. A, et al. **Manual de perdas pós-colheita em frutos e hortaliças.** Rio de Janeiro: EMBRAPA-CTAA, 1997. 29p. (EMBRAPA-CTAA. Documentos, n. 27). Disponível em: https://www.agencia.cnptia.embrapa.br/Repositorio/doc27-1997_000gc3pcc1502wx5ok01dx9lctn8qj7l.pdf. Acesso em: 21 set. 2021.

CETESB - Companhia de Tecnologia de Saneamento Ambiental. **Relação de áreas contaminadas no Estado de São Paulo**. Novembro de 2007. Disponível em: http://www.cetesb.sp.gov.br/. Acesso em: 21 set. 2021.

FACTOR, T. L. et al. Produção de minitubérculos básicos de batata em três sistemas hidropônicos. **Horticultura Brasileira**, v. 25, n. 1, p. 82-87, 2007. Disponível em: https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:-aRzi2lLfjQJ:https://www.agbbauru.org.br/publicacoes/Alimentando2ed/pdf/Alimentando2ed-40.pdf+&cd=2&hl=pt-PT&ct=clnk&gl=br. Acesso em: 21 set. 2121.

JARDIM, I. C. S. F, et al. Resíduos de agrotóxicos em alimentos: uma preocupação ambiental global - Um enfoque às maçãs. **Química Nova**, v. 32, n. 4, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/j/qn/a/j5MZFXpYTWKhQ3GjjgKpW6h/?lang=pt. Acesso em: 21 set. 2021.

NASA. **A high performance, gravity insensitive, enclosed aeroponic system for food production in space**. 1997. Disponível em: https://sbir.nasa.gov/SBIR/successes/ss/10-026text.html. Acesso em: 21 set. 2021.

RESH, H. M. **Hydroponic food production: a definitive guidebook of soilles food growing methods**. 5 ed. Santa Barbara: Woodbrigde Press Publishing Company, 1995. 527p.

RITTER, E. et al. Comparação de sistemas de cultivo hidropônico e aeropônico para a produção de minitubérculos de batata. **Potato Research**, Wageningen, v. 44, n. 2, p. 127-135, 2001.

TARGINO, A. T., et al. Aeroponia: plantação sustentável e econômica. In: MAGNONI JÚNIOR, L, et al. (Org.). **Programa educativo e social JC na escola: ciência alimentando o Brasil**. São Paulo: Centro Paula Souza, 2018. p. 478-486. Disponível em: https://www.agbbauru.org.br/publicacoes/Alimentando2ed/pdf/Alimentando2ed-40.pdf. Acesso em: 21 set. 2021

PROJETO DAS HORTAS COMUNITÁRIAS NOS RESIDENCIAIS ANGATUBA I E II

Deonildo Lucas da Silva[1], Edenilson Becker[1], Flávio Augusto Staidel[1], Guilherme Souza Fank[1], Ana Caroline Cirilo[2], Viviane Ruppenthal[3].

INTRODUÇÃO

.

As hortaliças, segundo Madeira et al. (2013), apresentam grande importância na prática da boa alimentação, o que está relacionado com os princípios básicos de segurança alimentar e nutricional, destacadamente no fornecimento de vitaminas, sais minerais e fibras. Além disso, algumas ainda, são excelentes fonte de carboidratos e proteínas. Os autores complementam que, o cultivo e o consumo de hortaliças frescas têm diminuído em diversas regiões do País em áreas urbanas e rurais, indistintamente da classe social, resultado da globalização e do crescente uso de alimentos industrializados, em consequência de mudanças significativas no estilo de vida e no hábito alimentar dos brasileiros. Uma das formas de tornar esses alimentos disponíveis para a população brasileira, é sensibilizar e capacitar pessoas para a implantação de hortas escolares, familiares e comunitárias.

As hortas comunitárias têm a característica de serem conduzidas por grupos de pessoas que dividem as áreas de cultivo, o trabalho, as despesas e a produção de hortaliças (FERNANDES, 2007), sua implantação tem uma grande importância para a segurança alimentar das famílias envolvidas, melhorando o bem-estar desta comunidade, proporcionando valores educativos e nutricionais, além de revitalizar o uso de espaços ociosos. No entanto, no planejamento há desafios para que estas hortas tenham uma boa produtividade, durabilidade e que sejam extremamente funcionais (NASCIMENTO et al., 2021).

Segundo Fontes e Pereira (2005), as condições mínimas necessárias para o crescimento e desenvolvimento das hortaliças precisam ser levadas em consideração como os fatores climáticos e sanitários, a partir destes é escolhido o local ideal para a implantação da horta e preparo do solo. Além destes critérios a serem seguidos, é de grande importância que os canteiros recebam luz em grande parte do dia, a projeção dos mesmos também deve proporcionar o bem-estar de quem irá realizar as atividades de cultivo e manejo, por este motivo o uso de canteiros elevados é essencial, visando facilitar a condução e também para

[1] Acadêmicos do Curso de Agronomia do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora, Engenheira Ambiental.
[3] Doutora em Agronomia, docente do Curso de Agronomia do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: viviane.ruppenthal@descomplica.com.br.

evitar possíveis danos por animais. Os corretivos e fertilizantes a serem aplicados também devem conter quantidades adequadas de nutrientes a fim de resultar em um bom crescimento e desenvolvimento de hortaliças (FERNANDES, 2015).

Diante do exposto, este projeto teve como objetivo realizar o planejamento das hortas comunitárias dos residenciais Angatuba I e II.

METODOLOGIA

Escolha do local

A escolha do local para a implantação das hortas seguiu alguns critérios, como: i. ter insolação que supra as necessidades fotoperiódicas das culturas; ii. o terreno deve ser plano, tanto para facilidade de manejo quanto para evitar erosões e perca de nutrientes; iii. o solo deve apresentar textura média e conter nutrientes e matéria orgânica necessários para o melhor desenvolvimento das culturas implementadas.

Com base nos critérios acima citados, selecionou-se o local da área sócio recreativa para ser implantada a horta no Angatuba I, e a área atrás dos blocos 1 a 5, no Angatuba II, conforme pode ser observado nas Figura 1a e 1b.

Figura 1. Demarcação do local de implantação das hortas nos Residenciais Angatuba I **(a)** e Angatuba II **(b).**

Construção do canteiro

Com base nos critérios de escolha do local, optou-se por construir canteiros elevados, pois não haverá necessidade de preparo do solo.

Os canteiros serão construídos com tábuas de madeira com as dimensões de 0,3 x 3,0 m, cada canteiro terá as medidas de 1m de largura por 6 m de comprimento e 30 cm de altura, e será fixado ao solo com ripas de madeira com as medidas de 0,05 x 3,0 m (Figura

2). Pensando na maior durabilidade das tábuas utilizadas, recomenda-se fazer o tratamento da madeira, utilizando verniz para diminuir a infiltração de umidade, e um inseticida para a prevenção de ataques de cupins. A aplicação do produto poderá ser feita com a utilização de um pincel ou através da imersão da madeira no produto.

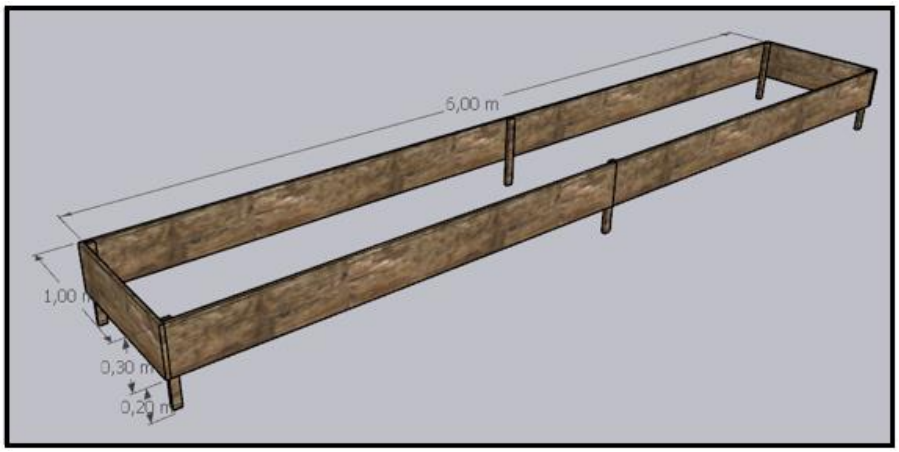


Figura 2. Ilustração do canteiro com as medidas a serem utilizadas.

Com base nas medidas, o número total de canteiros será 48 no Angatuba I e 40 no Angatuba II (Figura 3a e 3b).

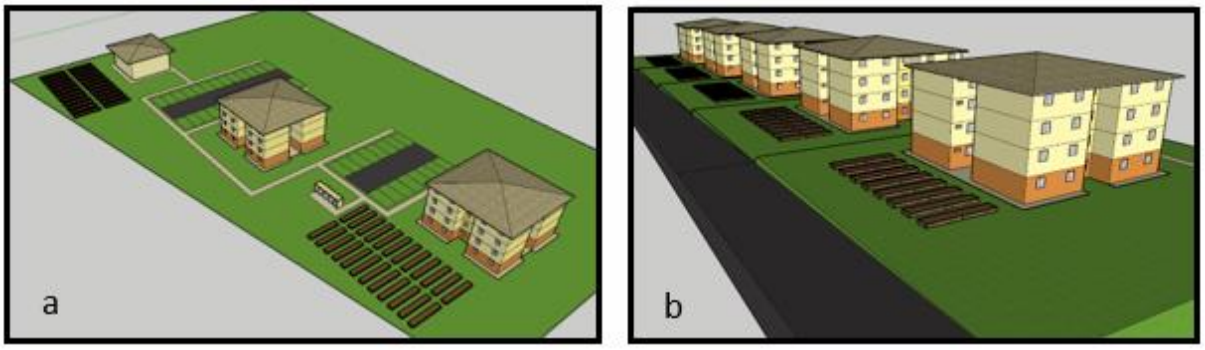


Figura 3. Ilustração dos canteiros no Angatuba I **(a)**, Ilustração dos canteiros no Angatuba II **(b)**.

Os canteiros serão preenchidos com solo e matéria orgânica. O solo será proveniente de outro local que deve ser verificado junto a prefeitura onde pode ser obtido, lembrando que este deve estar livre de pragas e possíveis sementes de daninhas. A fonte de matéria orgânica será proveniente do Aterro Sanitário do município de Foz do Iguaçu, que produz um composto orgânico rico em nutrientes e matéria orgânica.

A partir de estudo realizado anteriormente, onde levantou-se informações de quais hortaliças eram de preferência dos morados, optou-se por fazer a implantação das seguintes culturas:

Alface (*Lactuca sativa*)*:* planta anual de clima ameno, sendo cultivada de março a

setembro, seu ciclo é de aproximadamente 40 dias, o espaçamento de plantio é em torno de 20 x 20 cm.

Rúcula (*Eruca sativa*): planta anual de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro, seu ciclo é de aproximadamente 40 a 50 dias, o espaçamento de plantio é em torno de 10 x 10 cm.

Couve-de-folha (*B. oleracea* var. *acephala*): planta anual ou bienal de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro, seu ciclo é de aproximadamente 100 dias, o espaçamento de plantio é em torno de 50 x 50 cm.

Capim-cidreira (*Cymbopogon citratus*): planta perene, sendo cultivada o ano inteiro, o espaçamento de plantio é em torno de 100 x 100cm.

Obs.: As mudas das espécies acima descritas, serão adquiridas de casas agropecuárias.

Cenoura (*Daucus carota*): planta bienal de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro seu ciclo é de aproximadamente 85 a 100 dias, sendo utilizado sementes.

Beterraba (*Beta vulgaris*): planta anual de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro seu ciclo é de aproximadamente 60 a 70 dias, sendo utilizado sementes.

Salsinha (*Petroselinum crispum*): planta anual de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro seu ciclo é de aproximadamente 50 a 70 dias, sendo utilizado sementes.

Cebolinha (*Allium schoenoprasum*): planta anual de clima ameno, sendo cultivada de março a setembro seu ciclo é de aproximadamente 80 dias, sendo utilizado sementes.

Hortelã (*Mentha spicata*): planta perene, sendo cultivada o ano inteiro seu ciclo é de aproximadamente 90 a 120 dias, sendo utilizado sementes.

Obs.: As sementes das espécies acima descritas, serão adquiridas de casas agropecuárias.

No **Quadro 1** está presente a lista de materiais contendo a quantidade necessária para a construção dos canteiros nos Residenciais Angatuba I e II.

CONCLUSÃO

O presente trabalho buscou o planejamento de uma horta para os moradores dos Residenciais Angatuba I e II, de modo a atender as necessidades de todos os moradores na oferta de hortaliças e legumes frescos, bem como melhorar do convívio social entre os mesmos e, principalmente, que a sua implantação fosse viável economicamente.

Espera-se que o plano de implantação da horta elaborado para ambos os residenciais seja colocado em prática, e que moradores e responsáveis adotem as instruções e recomendações descritas, mantendo a horta em condições desejáveis.

Quadro 1. Lista de materiais necessário para construção dos canteiros.

ITEM	QUANTIDADE
ANGATUBA I	
Tábua de Madeira 3 x 0,30m	208
Ripas de Madeira 3 x 0,5m	48
Terra	43,2m^3
Composto Orgânico	43,2m^3
Pregos	1728
ANGATUBA II	
Tábua de Madeira 3 x 0,30m	174
Ripas de Madeira 3 x 0,5m	40
Terra	36m^3
Composto Orgânico	36m^3
Pregos	1440

REFERÊNCIAS

FERNANDES. A. M. et al. **Embrapa Hortaliças: Sistema de Produções.** 2015 Disponível em: https://www.embrapa.br/web/portal/hortalicas/batata/autores. Acesso em: 30 set. 2021

FONTES, P. C. R.; PEREIRA, P. R. G. Escolha da área para o plantio de hortaliças. In: FONTES, P. C. R. (Ed.). **Olericultura: teoria e prática.** Viçosa: UFV, 2005. p. 69-91.

NASCIMENTO, A. P. B. et al. Hortas comunitárias: contribuição para segurança alimentar e inclusão social. **Revista Nacional de Gerenciamento de Cidades**, v. 9, n. 69, 2021. Disponível em: https://www.amigosdanatureza.org.br/publicacoes/index.php/gerenciamento_de_cidades/article/download/2792/2610. Acesso em: 13 set. 2021.

MADEIRA. N. R. et al. **Manual de Produção de Hortaliças Tradicionais**, 2013. Acesso em: 26 set. 2021

RODRIGUES, P. A importância Nutricional das Hortaliças. **Hortaliças em Revista**, Ano I, n° 2, março/abril 2012. Disponível em: https://www.embrapa.br/documents/1355126/2250572/revista_ed2.pdf/74bbe524-a730-428f-9ab0-ad80dc1cd412. Acesso em: 30 ago. 2021.

PROJETO DE IMPLANTAÇÃO DE UM MELIPONÁRIO SUSTENTÁVEL

Geovana Ragazon Gama[1], Holly Fernanda Nivaldo Nobre[1], Maria Eduarda Santos Nobre[1], Alexandre Roger de Araújo Galvão[2], Viviane Ruppenthal3, Paula Vergili Perez[4]

INTRODUÇÃO

As abelhas são os principais agentes de polinização de plantas, contribuindo para conservação de diversas espécies da flora (GEMIM, 2020), além disso, a criação racional dessas abelhas, de forma a não agredir o meio ambiente, promove a sua conservação e de seus habitats (LIMA; NOGUEIRA, 2016).

Um dos principais objetivos da meliponicultura é a comercialização das colmeias, ou pelo menos parte dela (mel, pólen, resinas, própolis, substratos como atrativos e ninho-iscas), podendo também ser produzida pela família, para consumo próprio (BÔAS, 2012). Portanto, o interesse popular pelas abelhas sem ferrão, vem expandindo pela docilidade e simplicidade de cultivar as abelhas. A produção se torna muito acessível aos pequenos produtores rurais pelo investimento inicial ser baixo, apresentando compatibilidade com as linhas de financiamento, sendo que a atividade pode gerar de forma direta mais de 20% de aumento na renda desses agricultores. Esta atividade enquadra-se dentro do conceito de diversificação da propriedade, pois integra cultivos de culturas perenes e culturas anuais (GEMIM, 2020).

As abelhas sem ferrão são separadas em duas tribos, chamados de Meliponini e os Trigonini. A tribo Meliponina (Hymenoptera, Apidae), também conhecida como meliponíneos, apresentam 52 gêneros e mais de 300 espécies identificadas com distribuição registrada para América do Sul, América Central, Ásia, Ilhas do Pacífico, Austrália, Nova Guiné e África. No continente americano se concentram nas florestas tropicais, com mais de 60%, diminuindo em direção ao Sul do Brasil e ao Centro Norte do México (PEREIRA; SOUZA; LOPES, 2017).

Para a criação de um meliponário familiar é necessário um conjunto de conhecimentos técnico-teóricos e econômicos, a fim de se alcançar a produção desejada. Com isso, deve-se atentar a alguns fatores determinantes para o sucesso do meliponário, como o local que será inserido as colmeias, a espécie de abelha que se pretende criar, a alimentação necessária e o tipo de caixa adequada para a criação dos ninhos (ZILSE et al., 2011).

Diante disso, este projeto tem como objetivo a criação de abelhas sem ferrão de forma

[1] Acadêmicos do Curso de Agronomia do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Agrônomo/ Dr. Entomologia Senar, Castanhal, Pará.
[3] Doutora em Agronomia, docente do Curso de Agronomia do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: viviane.ruppenthal@descomplica.com.br
[4] Mestre em Agronomia, docente e coordenadora do Curso de Agronomia do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

sustentável, a fim de melhorar a produtividade de cultivos na propriedade e principalmente como fonte de renda extra para os produtores. De modo a conhecer a forma de criação de abelhas sem ferrão, identificando a alimentação adequada e a quantidade necessária para que o produto final seja de alta qualidade, bem como levantar as formas de extração e conservação do mel, para consumo familiar.

MATERIAL E MÉTODOS

O projeto de implantação do meliponiário faz parte de uma demanda local e foi instalado em uma chácara na linha Arroio Dourado, localizada no município de Foz do Iguaçu. Trata-se de uma chácara que trabalha com turismo rural, esta possui algumas árvores frutíferas, uma pequena horta e área de reserva legal.

O primeiro passo é a captura das abelhas, para tanto foi necessário fabricar as iscas, que seguiu recomendação da Circular Técnica Meliponicultura do CETAP. Primeiramente, em uma garrafa pet de 2L, limpa e seca, passou-se o atrativo (Figura 1A) em todo o seu interior. Em seguida, faz-se um buraco ao lado do bico, onde inseriu-se a ponta da garrafa de 500ml, que servirá de entrada para as abelhas. Após isso, enrolou-se a garrafa de 2L com folhas jornal, prendendo-se com a fita adesiva, e por fim passou-se o saco plástico preto, com o objetivo de evitar a entrada água no interior da isca (Figura 1B).

Figura 1. Iscas para captura de abelhas sem ferrão. E ao lado o atrativo utilizado.

Fonte: Holly Nobre, 2021.

Apesar da chácara possuir algumas espécies de frutíferas, é importante a implantação de mais espécies com potencial meliponícola, preferencialmente com diferentes épocas de florada, para que assim as abelhas possuam alimento o ano inteiro (CELLA; AMANDIO; FAITA, 2017).

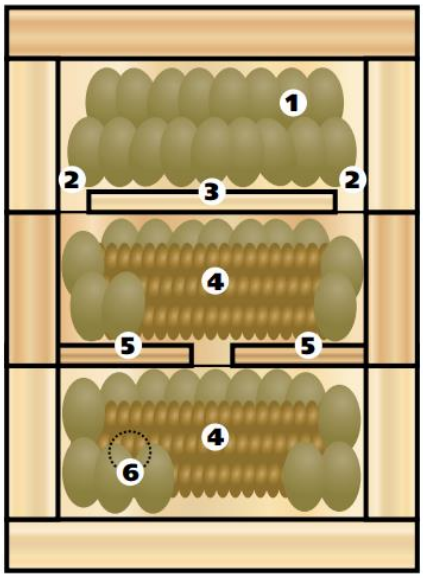
Tabela 1. Sugestões de espécies.

Espécie	Floração
Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*)	Janeiro a março
Manjericão (*Ocimum basilicum*)	Junho a agosto
Primavera (*Bougainvillea spectabilis*)	Setembro a novembro
Tomilho (*Thymus vulgaris*)	Março a maio
Calêndula (*Calendula officinalis*)	Outubro a março

Após observado a presença de abelhas na isca, deve-se esperar no mínimo 30 dias para fazer a transferência do enxame para a caixa padrão. Antes de realizar o procedimento de transferência do enxame, deve-se mover a isca com o enxame ainda dentro para o local definitivo durante a noite, deixando-o por 5 dias, para que as abelhas possam se acostumar com o ambiente. É importante que não mude o ninho de posição (BÔAS, 2012).

As caixas próprias para o enxame devem ser adquiridas preferencialmente prontas, de madeira que não empene, já bem seca, resistente a cupins e não muito pesada (VENTURIERI, 2008), como observado na Figura 2.

Figura 2. Organização da caixa para meliponicultora: 1- pote de alimentos e melgueiras, 2 - frestas para acesso das abelhas nas melgueiras, 3 - fundo da melgueira, 4 - favos de crias, 5 - cantoneiras do modulo de divisão, 6 - entrada.



Fonte: VENTURIERI, 2008.

A transferência do ninho para a caixa definitiva deve ser realizada entre as 8h e 11h de dias ensolarados. Iniciando pela retirada do saco preto e o jornal, verifique onde se encontra o ninho e os potes de alimento. Corte a isca pet com estilete ou uma faca sem danificar o ninho e os potes de mel. Os potes de mel e pólen devem ser retirados, para que não derramem no ninho, e separá-los. Caso não seja possível, danifique o mínimo possível

os potes de mel. Separar o ninho dos potes de alimento restantes e colocá-lo dentro da nova colmeia, a rainha sempre se encontra juntamente com o ninho, não pode ser tocada com as mãos, utilizar um pedaço de cera para conduzi-la até a nova morada (BÔAS, 2012).

Separe o ninho com o invólucro dos potes de alimento. Remova-o da isca pet e coloque na caixa. Apenas os potes de alimentos que não foram danificados devem ser inseridos dentro da caixa. Assim evita que o enxame recém transferido seja atacado por pragas. Coloque um pouco de cera na entrada da caixa para que as abelhas reconheçam a entrada da nova caixa. Por fim feche a caixa e passe fita crepe por todas as junções, vedando todas as frestas da caixa. Coloque a caixa com a entrada na mesma posição onde estava a isca pet (BÔAS, 2012).

Para a retirada do mel fura-se os potes de mel com uma faca e vira as melgueiras para baixo em cima de uma bacia e deixa escorrer por alguns minutos para terminar de pingar (VENTURIERI, 2008).

RESULTADOS ESPERADOS

Com este projeto espera-se que ocorra a captura dos enxames, que não foi possível até o presente momento, para posteriormente haver a formação das colmeias, e assim atingir o objetivo da produtora, que é a produção de mel de forma sustentável e de alta qualidade.

CONCLUSÃO

Concluiu-se com este projeto que apesar de todos os conhecimentos aplicados, não é tão simples a captura dos enxames, talvez devido à falta de abelha no local e/ou de plantas atrativas. Deste modo, recomenda-se que a produtora realize a captura das abelhas em outro local e cultive espécies floríferas que atraiam e consigam manter as abelhas.

REFERÊNCIAS

BÔAS, V. J. **Manual Tecnológico: Mel de Abelhas sem Ferrão. Brasília – DF**. Instituto Sociedade, População e Natureza (ISPN). 2012, 96 p. Disponível em: https://www.semabelhasemalimento.com.br/wp-content/uploads/2015/02/Manual-Tecnico-Mel-de-Abelhas-sem-Ferrao.pdf. Acesso em: 02 de set. 2021.

CETAP – Agricultura Ecológica. **Isca para captura de Abelhas Nativas Sem Ferrão**. Circular técnica meliponicultora. Disponível em: http://www.cetap.org.br/site/wp-content/uploads/material/CircularTec-03-Isca-Captura.pdf. Acesso em: 13 de out. 2021.

CELLA, I.; AMANDIO, D. T. T.; FAITA, M. R. **Meliponicultura**. EPAGRI. Boletim didático, 141. Florianópolis, 2017. 56 p. Disponível em:

https://ciram.epagri.sc.gov.br/ciram_arquivos/apicultura/acervo/BD141-meliponicultura.pdf. Acesso em: 26 de out. 2021.

GEMIM, B. S. **Aspectos socioambientais da meliponicultura na região do Vale do Ribeira, São Paulo.** Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Paraná. 2020. Disponível em: https://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/69181. Acesso em: 30 de ago. 2021.

LIMA, L. N.; NOGUEIRA, E. M. S. MELIPONICULTURA: interfaces e práticas entre os camponeses de Cícero Dantas-BA. **Revista de Geografia Agrária**, v. 11, n. 24, p. 200-216. 2016 Disponível em:<http://www.seer.ufu.br/index.php/campoterritorio/article/download/35095/21284/#:~:text=A%20pr%C3%A1tica%20da%20meliponicultura%20pode,melhoria%20da%20produ%C3%A7%C3%A3o%20de%20contingente>. Acesso em: 10 de set. 2021.

PEREIRA, F. de M.; SOUZA, B. de A.; LOPES, M.T. do R. **Criação de abelhas-sem-ferrão.** EMBRAPA, 2017. Disponível em: https://www.embrapa.br/en/busca-de-publicacoes/-/publicacao/1079116/criacao-de-abelhas-sem-ferrao. Acesso em: 03 de set. 2021.

VENTURIERI, G. C. **Criação de Abelhas Indígenas Sem Ferrão**. EMBRAPA. 2. ed. 60. p - Belém, PA. Embrapa Amazônia Oriental, 2008. Disponível em: https://www.embrapa.br/documents/1355163/40485433/0919_24_Cria%C3%A7%C3%A3o+de+abelhas+ind%C3%ADgenas+sem+ferr%C3%A3o_Curso_Melipon%C3%ADneos/7a59b28c-afbd-d386-3d19-1c3c92086af3. Acesso em: 13 de out. 2021.

ZILSE, G. A. C. et al. **Meliponicultura: perguntas mais frequentes sobre as abelhas sem ferrão – I.** Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. ed.1. 2011. 41 p. Disponível em: https://www2.ufrb.edu.br/insecta/images/publicacoes/meliponicultura/Serie%20Meliponicultura%20n.8.pdf. Acesso dia: 03 de set.

ARQUITETURA E URBANISMO

O curso de Arquitetura e Urbanismo está empenhado na preparação de um profissional que, além de possuir competência técnica para o exercício de suas funções no âmbito das técnicas e as artes de projetar e construir edificações, estruturas e ambientes, se tornando um cidadão que contribui para a realização das transformações sociais aptas a efetivar o estado democrático de direito e a justiça social.

CONEXÃO CRIATIVA

(REFORMA E AMPLIAÇÃO DO CAPS INFATIL)

Willian Kiyudi Possamai[1], Daiana Gomez[1], Leandro Bento[1], Eduardo Matheus Figueira[2], Alexandre Martins Baltazar[3].

INTRODUÇÃO

Tendo a demanda de projetos a serem desenvolvidos por alunos da Uniamérica como projeto integrador, nosso grupo se dispôs a desenvolver o projeto de reforma e ampliação da instituição CAPS infantil. Sendo um projeto que demande a aprovação na prefeitura foi necessário seguir todos os princípios para a aprovação de um projeto seguindo as normas regulamentarias e atendendo os pedidos dos clientes.

O projeto da reforma foi pensado para adequar o CAPS a realidade local e aos contextos socioculturais e ao número previsto de profissionais das equipes e deusuários, familiares e pessoas das redes sociais. Considerando a importância dos CAPS é fundamental que os projeto arquitetônico e de ambientes propostos promovam relações e processos de trabalho com constância com os procedimentos colaborando com os objetivos do CAPS.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Partindo do princípio dedesenvolvimento do projeto foifeita a primeira visita ao local e a primeira consultoria para ter o entendimento da situação e para estabelecer o programa de necessidades,após a definição das necessidades dos clientes foi definido o conceito de "receptividade e pertencimento", a ideia principal era desassociar o aspecto hospitalar do local e criar um espaço mais alegre e acolhedor. Com base nas informações obtidas pelo grupo foram desenvolvidos o fluxograma e ozoneamento do projeto onde foram pensados cada ambiente e como seria ofluxo destes. Para a sequência do projetofoi necessário fazer a segunda visita técnica para dar início a fase de modelagem da topografia do local,no diaf oram tiras fotos do terreno, medidas e pontos de referência geométricos para que tivéssemos a topografia mais próxima ao real terreno. Para a próxima etapa do projeto foram projetados quatro novos banheiros e cinco novas salas, além de uma ampliação na area de

[1] Acadêmicos do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, PR.
[2] Docente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, PR.
[3] Mestre em Urbanismo, Docente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União das Américas- Uniamérica- Decomplica, Foz do Iguaçu, PR.

jardinagem e playground. com a primeira etapa do projeto arquitetônico pronta, foram apresentadas aos clientes as pranchas arquitetônicas do projeto, com isso surgiram algumas exigências e alterações antes daconclusão do projeto, as exigências foram lavabos em todas as salas (existentes e a construir), cores estimulantes em tonspasteis para não afetar de maneiranegativa os usuários do local, além dadefinição de modelo de fachada escolhido entre as opções apresentadas pelo grupo. Para a conclusão do projeto foi exigido uma última alteração, a possibilidade de ter uma quadra poliesportiva no local. Por fim o projeto concluído foi apresentado aos clientes e teve sua aprovação
(guia, croqui).

Figura 1

Fonte: Autoria dos Alunos

Figura 2

Fonte: Renderização criada pelos alunos

Figura 3

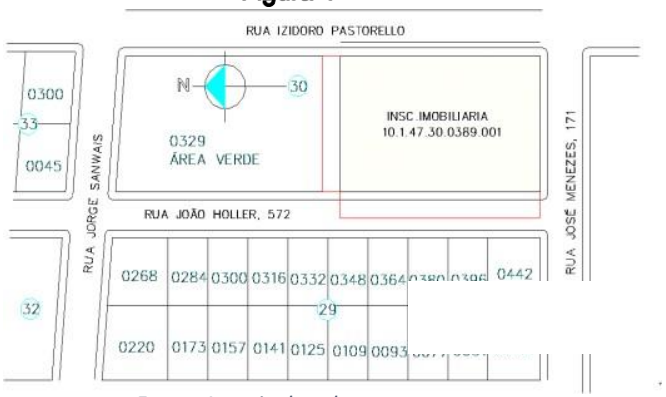
Fonte: Autoria dos Alunos

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como a identificação do local, encontramos os principais problemas e deficiências que o CAPS possuía, a desvalorização do terreno e da estrutura CAPS estava visível de longe. A proposta promoveu o estudo e levantamento de projeto com padrões de dimensionamento para espaços acessíveis, a portadores de necessidades especiais, confortáveis e funcionais

para crianças, o projeto se insere de modo a facilitar a vida do usuário, ao propor uma fachada ativa reaproximaríamos as pessoas ao CAPS com uma apareciam mais acolhedora e lúdica com a nova fachada, substituindo a decoração e remodelando os ambientes existentes a proposta e criara salas que poderão serexploradas de diferentes maneiras pelos usuários, e nos ambientes criados na ampliação propusemos um layout diferente para poder atender o pedido do cliente. Com uma grande área aberta existente que não está sendo utilizada, visando atender o pedido do cliente, e criamos o projeto de uma quadra poliesportiva ondeas crianças poderiam participar de atividades esportivas, criando outras opções para o dia a dia tirando da monotonia e agregando mais valor.

Figura 4

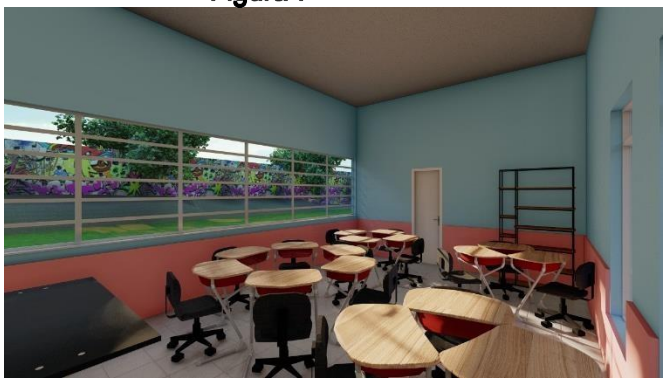


Fonte: Autoria dos alunos

Figura 5

Fonte: Autoria dos Alunos

Figura 7



Fonte: Renderização criada pelos Alunos

Figura 8

Fonte: Renderização criada pelos Alunos

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O trabalho contemplou as instâncias de prática e teoria, a primeira com uma serie de visita técnica ao local e a segunda com o desenvolvimento das plantas baixas, Nosso projeto integrador buscou desenvolver uma estrutura com espaço que atendesse as necessidades dos usuários e conseguimos fazer a ampliação e reforma de forma nãoficar com aspecto de que foi feito um puxado a mais na obra foi desenvolvido e consolidado de forma a ornar com

a obra toda, assim trazendo melhorias significativas aos usuários da unidade acolhedora, tendo que tivemos toda ajuda dos representantes do CAPS no nosso desenvolvimento projetual.

REFERÊNCIAS

ANTONIO, Marco.CAPS: Entenda de uma forma clara e objetiva o que são e como funcionam.Jaleko.2018. Disponível em: https://blog.jaleko.com.br/centros-de-atencao-psicossocial-caps/. Acesso em: 09 de Agosto de 2021.

FIOTEC:Você sabe o que são os Caps e como eles funcionam?. Fiotec. Maio de 2018. Disponível em: https://www.fiotec.fiocruz.br/index.php/noticias/projetos/5324-voce- sabe-o-que-sao-os-caps-e-como-eles-funcionam. Acesso em: 09 de Agosto de 2021.

KETLLY, Rayle. CAPS II Dr. Silvio Marques está funcionando em sede própria. Feira de Santana. Janeiro de 2020. Disponivel em:http://www.feiradesantana.ba.gov.br/secom/noticias.asp?idn=24042. Acesso em: 20 desetembro de 2021.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento deAtenção Básica. Manual de estrutura física das unidades básicas de saúde. Brasília 2008. Disponivel em: http://189.28.128.100/dab/docs/sistemas/sismob/manual_ambientes_caps_ua.pdf. Acesso em 15 de outubro de 2021.

PROJETO CHÁCARA

Felipe Adelfo Cappellari[1], Tiago Rizzatti[1], Vinicius Nadaleti da Silveira[1], Alexandre Martins Balthazar[2].

INTRODUÇÃO

Este projeto apresenta uma proposta de conforto e liberdade aos clientes de uma propriedade rural, localizada na cidade de Medianeira – Paraná. Para o desenvolvimento deste trabalho, buscaram-se estudos de correlatos para uma maior fonte de inspiração, foram feitas visitas ao terreno para compreendimento e melhor planejamento, estudo e desenvolvimento da setorização e fluxograma para identificar a maior viabilidade do mesmo, levantamento de materiais da preferência do cliente, estudo solar e ventilação do terreno, análise das normas e leis da cidade de Medianeira pelo próprio plano diretor.

O projeto teve seu início após a consultoria com os clientes, onde os mesmos informaram sobre seus desejos e necessidades. Aquidnei a primeira cliente, buscava ter em sua residência um maior conforto e uma maior interação dos ambientes, por isso foi desenvolvido ambientes integrados, para facilitar e melhorar a eficiência da casa, para a cliente. Edson, o segundo cliente, buscava uma residência que lhe proporciona-se a sensação de liberdade, foi desenvolvido uma residência com enormes painéis de vidro, os mesmos proporcionariam visões estratégicas para o açude e para a natureza ao redor da chácara.

O resultado obtido foram duas residências que atendem perfeitamente as necessidades de cada cliente, transformando e embelezando a chácara onde os mesmos residem.

[1] Felipe Adelfo Cappellari acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário Uniãodas Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[1] Tiago Rizzatti acadêmico do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[1] Vinicius Nadaleti da Silveira acadêmico do Curso de Arquitetura e Urbanismo do CentroUniversitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Urbanismo, docente e coordenador do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail do autor correspondente: reurbanize@gmail.com

METODOLOGIA APLICADA

O desenvolvimento do Projeto Chácara, seguiu estas etapas:

1. Foi primeiramente realizado uma reunião com o cliente. É um dos passos mais importantes, pois é nele definindo muitas características e objetivos a serem alcançados no projeto.
2. Após a reunião com o cliente, foi definido o conceito do projeto, onde o mesmo atua como um norte, nos guiando para o objetivo final.
3. Com o conceito definido o programa de necessidades é montado. O programa serve para solucionar todas as necessidades do cliente e seus desejos.
4. Coletando imagens e dados do terreno, foi obtido mais informações e algumas noçõesde como deveríamos realizar o projeto.
5. Com a análise da orientação solar, adquirimos a trajetória do mesmo no terreno e definimos também, o norte do projeto.
6. Verificando o plano diretor da cidade, foi obtido os dados necessários para a inicialização do projeto, como normas e leis.
7. Foram utilizados vários correlatos, para o desenvolvimento de ideias e inspirações. Depois de todos estes passos, foi elaborado a planta baixa.
8. O último passo foi o estudo preliminar da planta baixa, desenvolvimento da setorização e fluxograma. Ao final de todas estas etapas, encaminhamos o projeto para o Mestre de obras, dar início a construção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O terreno da chácara que está sendo desenvolvido o projeto, será desmembrado, esse terreno conta com 2041 m² e tem em sua maioria parte, área verde. Conta também com um açude e uma nascente de água, o terreno faz divisa com a antiga pedreira municipal de Medianeira – Paraná, que se encontra hoje desativada, ficando em frente a uma área de preservação florestal.

Residência 1 da cliente Aquidnei ficará para cima da entrada principal, já a residência 2 do cliente Edson ficará mais a baixo, perto do açude da chácara.

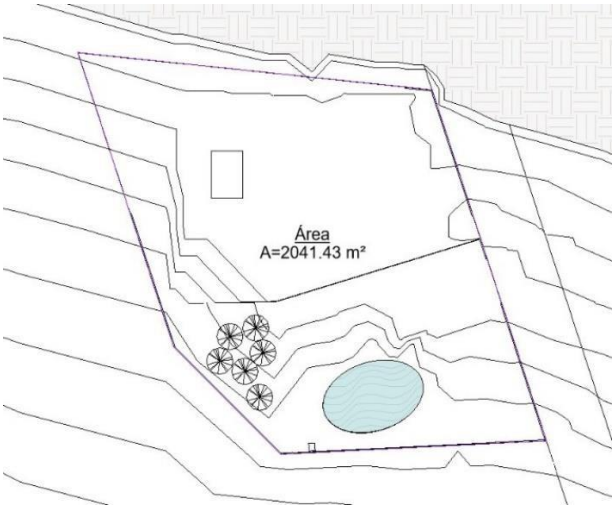
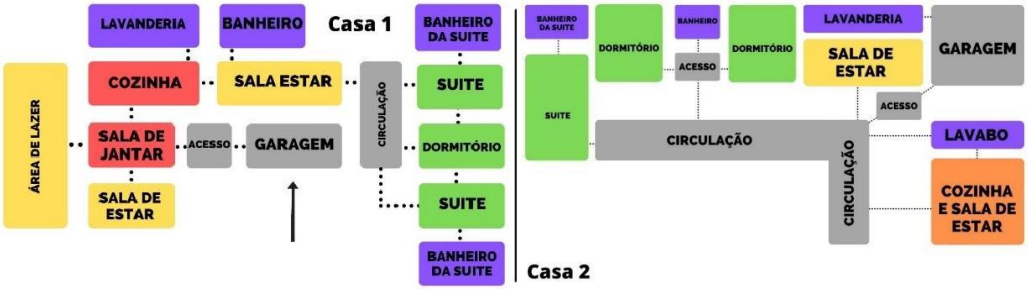


Imagem 1 Terreno - Fonte: Autor, 2021

Fluxograma das casas 1 e 2, demostrando organização e manejamento de cada ambiente em determinada residência.

Imagens 2 e 3 Setorização residência 1 e 2 - Fonte: Autor, 2021



- Casa i10 apresenta uma sensação de conforto e integração dos ambientes, com uma enorme mescla de itens que ornam perfeitamente.

Imagens 4 e 5 Casa i10 Martin arquitetura + engenharia - Fonte: ArchDaily, 2021

- Este chalé apresenta um conceito mais aberto, livre, liberto; onde seus painéis de vidro trazem a sensação de você estar diretamente em contato com a natureza, a todo momento. Este correlato chamou a atenção dos nossos clientes, tanto por sua beleza e organização quanto pela sensação que o mesmo nos passa.

Imagens 6 e 7 Anexo chalé Mariporã - Macro Arquitetos - Fonte: Macro arquitetos, 2021

Renderizações

Imagens 8 e 9 Renderização residência 1 Fachada e área externa- Fonte: Autor, 2021

Residência da cliente Aquidnei conta com quatro janelas na fachada, para o maior aproveitamento da iluminação natural, no período da manhã. Com uma proposta de garagem integrada, a residência vem com a visão de proporcionar ao cliente uma maior praticidade, para organização e limpeza, assim a tornando mais confortável para a mesma.

A residência 1 conta com uma porta de correr em vidro, que dá acesso há área externa, nesse local teremos um pergolado com poltronas, proporcionando o local de descanso da cliente. Teremos ao lado o acesso à piscina, com três níveis de profundidade.

Imagens 10 e 11 Renderização residência 2 Fachada – Fonte: Autor, 2021

Residência 2 do cliente Edson, tem sua fachada principal voltada para o sentido do açude, com quatro portas de correr, traz com o vidro a maior sensação de liberdade. Sua planta baixa tem o formato da letra L, favorecendo a visão para o açude, ao lado da residência temos uma escada que dá acesso ao deck da residência.

Detalhamento da residência 2 com os revestimentos da parede, corrimão com vidros e alumínio, jardim vertical e plantas ornamentais para decorar a residência.

A residência da cliente Aquidnei conta com um pavimento principal, seu principal foco foi a otimização do espaço gerando assim ambientes integrados, porém priorizando extremamente o conforto dos habitantes. Os maiores desafios encontrados no projeto desta residência foi justamente a alocação de cada ambiente, em determinado ponto específico, para gerar maior harmonia entre os ambientes e claro, o conforto dos mesmos.

A residência do cliente Edson também conta com um pavimento principal, porém o cliente busca uma sensação de liberdade, logo sua residência foi projetada visando atingir e transmitir tais sentimentos e sensações. A maior dificuldade no projeto desta residência, foi a alocação dos dormitórios e a suíte, pois o cliente quer que sejam voltados para o oeste, logo pegariam o sol do fim da tarde.

A solução encontrada para solucionar o problema na residência da Aquidnei foi o remanejamento do estacionamento para a parte central da casa, assim gerando uma maior harmonia, integração e conforto aos clientes. Já na residência do Edson, foi mantido os quartos e suítes voltados ao sentido oeste, porém como solução foi feito uma arborização. Projetando assim sombras para estes ambientes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os aspectos apresentados, podemos dizer que o objetivo final foi alcançado, onde os clientes ficaram extremamente contentes com suas novas residências, sanando suas necessidades e desejos da casa de seus sonhos!

Aquidnei terá uma maior praticidade e conforto quando quiser se mover de um comodo a outro, já Edson poderá assar um bom churrasco ao final da tarde, com uma bela visão do por do sol, sentindo a liberdade que buscava.

Agradecemos o assessoramento deste projeto ao docente e coordenador do curso de arquitetura e urbanismo da Uniamérica. Alexandre Martins Balthazar. Muito obrigado!

REFERÊNCIAS

PEREIRA, Matheus. Casa i10 / martin arquitetura + engenharia. 2021. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/937099/casa-i10-martin-arquitetura-plus-engenharia>. Acesso em: 13, nov, 2021.

ULIANA, Núria. Anexo chalé mairiporã. 2021. Disponível

em:<https://www.macroarq.com/projetos/chale-mairipora-casa-de-campo-industrial-rustico-madeira-campo-lazer>. Acesso em: 13, nov, 2021.

UM CHUTE PARA O FUTURO

Bruna Matte[1] , João Vitor Vitorassi[2], Luiza Pereira Machado[3], Taynara Valentina Benitez[4].

INTRODUÇÃO

Ronaldo, diretor do projeto onde nós apresentou as edificações e a história do local. O projeto um Chute Para o Futuro foi criado pelo professor Ronaldo Cleber Cáceres, em 18 de dezembro de 2005, com 10 crianças na cidade de Foz do Iguaçu no bairro Porto Belo, através do esporte e integrações das crianças e adolescente, eles resgatam das ruas e fazem todo um trabalho social, e interação com os familiares. Hoje a ONG atende 240 crianças e adolescentes. O projeto tem como finalidade reestruturar estas crianças e inseri-las no mercado de trabalho, incentivando os estudos e os qualificando para o futuro, ensinando valores humanos e conhecimentos sociais.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Iniciamos as visitas para conhecermos o local e observamos a existência de depravações nos ambientes, desgaste estrutural, pinturas descascando, infiltrações, falta de planejamento no ambiente, falta de ventilação nos ambientes, pouca vegetação na área mais utilizada fazendo com que o ambiente usado para recreação se torna quente e fiação aparente.

[1] Acadêmica do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União dasAméricas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2]Acadêmico do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União dasAméricas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3] Acadêmica do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União dasAméricas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[4]Acadêmica do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro Universitário União dasAméricas – Uniamérica- Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;

E Mail do autor correspondente: arquitetura@uniamerica.br

FIGURA 1 - Infiltração - Autoria própria

FIGURA 2 - falta de impermeabilização - Autoria própria

FIGURA 3 - Infiltração - autoria própria

Esses citados foram alguns dos problemas vistos e estudados para fazermos uma melhoria nos locais, por pedido do cliente pensamos plenamente não apenas em resolver os problemas citados, mas também para análise que tiver de como está a vida estrutural do local, também desenvolver outras soluções como as citadas acimas, visando obedecer os princípios do local porém sem afetar bruscamente sua arquitetura.

Conforme a necessidade do cliente, a proposta implantada foi em fazer novos ambientes, fazer espaços para o melhor aproveitamento em conforto, propusemos um mezanino no segundo pavimento, na qual atualmente se tem somente a laje com espaço para a caixa d'água, no mezanino foi distribuído salas de aulas, espaço para apresentações dos trabalhos que se é realizado no projeto, espaço para guardar documentos e DML.

Desenvolvemos uma visão do Chute para o futuro que tenha vida e cor para o local, na qual irá se encontrar em maior número crianças, queremos um local acolhedor e ao mesmo tempo que tenha funções de uma neuroarquitetura, trazendo cores e elementos que inspirem as 0

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Descrevam se a seguir os resultados obtidos através de visita técnica e estudos preliminares no local, com maiores problemas e soluções alcançadas.

Com as pesquisas e visitas, juntamente com o Grupo do Um chute, para o futuro desenvolvemos um programa de necessidade, onde Constatamos que havia a necessidade de um depósito no local, pois as condições de armazenamento de dados e utensílios utilizados pela ong estavam precárias, analisamos o entorno e a necessidade de infraestrutura para realização de escritórios de almoxarifado. A partir disso fizemos um pré dimensionamento dos ambientes de Na pesquisa constatamos que a estrutura onde poderia se ter o resultado final, do projeto arquitetônico que será no pavimento superior acima da área gourmet, não estaria em condições de aguentar o peso, através disto buscamos soluções para a carga juntamente com os alunos de Engenharia Civil a uso de prolongar a vida da edificação.

Desenvolvemos o projeto pensando em Espaço, iluminação, peso e layout, com isto chegamos a conclusão dos materiais que utilizamos no projeto. Para conseguir chegar na carga, utilizamos paredes de drywall, estrutura em aço, excluímos a ideia de um pavimento superior e desenvolvemos um mezanino para as salas de almoxarifado e piso inferior para estoque de armazenamento. Pensando em todo o projeto que ONG desenvolve com crianças e adolescentes investimos em uma proposta com conceito humanizado, desenvolvendo uma fachada com cores e monumentos. Através dos resultados obtidos conseguimos um lugar arejado, com um layout moderno industrial e atendendo toda a demanda da ong.

FIGURA 4 - Fachada frontal - Autoria Própria

FIGURA 5 - Fachada Lateral - Autoria Própria

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Aprendemos o quão importante esse projeto tem para as pessoas e a cidade de Foz do Iguaçu, além de trazer e compartilhar história com quem faz parte do chute para o futuro, Ronaldo nos ensinou que o conhecimento aplicado com muito amor, carinho, dedicação, é o que precisamos para uma sociedade melhor, a vontade de mudar os jovens para terem a visão do futuro do que querem e desejam para sua vida pessoal, não deixando os invisíveis por questões financeiras e localização de moradia.

CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

O Curso de Ciências Biológicas possui formação generalista, envolvendo o conhecimento da diversidade dos seres vivos, sua organização em diferentes níveis, suas relações filogenéticas e evolutivas, suas respectivas distribuições e relações com o ambiente em que vivem. O curso permitirá que o acadêmico seja consciente de sua responsabilidade frente aos avanços científicos e problemas ambientais para estar preparado para desenvolver ideias inovadoras e ações estratégicas pautadas em sua conduta profissional com compromisso e cidadania, com base no rigor científico, intelectual, bem como em referenciais éticos e legais.

ACIDIFICANTE NATURAL PARA AQUARISMO COM FOLHAS DE Terminalia catappa

Anathielle Cristine Troian[1], Karen Castillo Quintana[1], Nuno Filipe Roque Avila[1], Adriane Cristina Guerino[2], Roberto de Albuquerque Leimig[3], Milena Karina Giani[4]

INTRODUÇÃO

Muitos estudos indicam que os peixes já fazem parte do cotidiano do ser humano desde muito tempo, com a evolução das tecnologias, a partir do século XX, o aquarismo ganhou mais espaço, tornando-se popular como hobby e abrindo um mercado empreendedor (GELLER et al, 2020). Essa prática pode ser também conhecida como aquariofilia, que consiste na criação de aquários, que seriam reservatórios com animais e plantas, podendo ser de água doce ou salgada, para ornamentação ou estudo (ARDEL; DOS SANTOS, 2012).

Existem diversos fatores bióticos e abióticos que precisam ser cuidados ao praticar o aquarismo, sendo um dos fatores de extrema importância o pH. Ele pode interferir com a permeabilidade das membranas dos peixes e com o comportamento químico de substâncias na água, podendo tornar o ambiente letal, caso esteja muito ácido ou alcalino (AGOSTINHO, 2007). Caso o pH alcance um valor muito elevado, podem ser usados agentes acidificantes para regulá-lo, já que os mesmos têm a função de reduzi-lo e também podem agir como antimicrobianos (RICARDO et al., 2020).

Um agente que pode ser utilizado como acidificante é o polifenol tanino, que é hidrossolúvel e pode servir de defesa para as plantas contra herbívoros e contra microrganismos patogênicos (TRUGILHO et al., 2003). O tanino é bastante conhecido por suas propriedades na indústria estética e alimentícia, também sendo usado comumente para reduzir o pH da água pela decomposição de folhas secas.

Em colaboração com a Empresa Vivarium Aquarismo, este projeto teve por objetivo desenvolver um acidificante natural com base no tanino em folhas de *Terminalia catappa*, de forma facilitada para possibilitar a produção caseira.

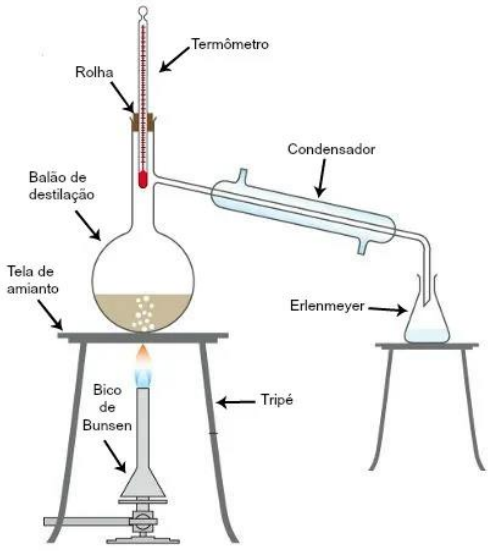
[1] Discentes do curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Uniamérica Descomplica.
[2] Doutora em Ciências Biológicas: Biologia Celular e Molecular. Docente do curso de Ciências Biológicas. Email: adriane.guerino@descomplica.com.br .
[3] Mestre em Ecologia. Docente do Curso de Ciências Biológicas. Email: roberto.leimig@descomplica.com.br .
[4] Graduada em Química Licenciatura. Docente do Curso de Pedagogia. Email: milena.giani@descomplica.com.br .

METODOLOGIA

Para início desse projeto, as folhas foram coletadas secas por catação em dias de baixa umidade, para obtermos uma boa quantidade. Seguimos o processo realizando a maceração com o auxílio de almofariz e pistilo, porém, como esse método não se apresentou eficaz, optamos pela técnica da trituração com um liquidificador. O conteúdo obtido foi passado por uma peneira de 0.5mm e depositado em uma cápsula de evaporação de porcelana, sendo coberto com insulfilme furado e armazenado em um dessecador durante 5 dias.

Após esse período, foi montado um destilador simples (Figura 1), para realizar os procedimentos com álcool etílico 70% e água destilada. Na destilação com água, aplicamos 200ml/20g do pó resultante, sendo fervido com o bico de Bunsen à 100°C com duração média de 2h. Já no processo com o álcool, foram utilizados 100ml/20g, evaporando à temperatura entre 60-70°C na manta aquecedora, durante aproximadamente 6h.

Figura 1. Peças do destilador simples



Fonte: https://mundoeducacao.uol.com.br/quimica/destilacao-simples-fracionada.htm

Com o resultado da destilação simples, no qual foi adquirido aproximadamente 50 ml do produto com álcool e 100ml do produto com água destilada, foi realizada uma redução a partir de evaporação tampada. Para a evaporação tampada em ambos os casos foi utilizada como tampa um vidro relógio, um becker de 400ml e uma chapa de aquecimento, a baixa temperatura, suficiente para iniciar a evaporação, o processo durou em torno de 30 minutos no caso do álcool, e 5 horas no caso da água, resultando em um pó.

Figura 2. Evaporação tampada do produto de destilação simples com água destilada

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o produto resultante da evaporação tampada, foi realizado um teste de alteração de pH que teve uma duração de aproximadamente 24 horas, sendo adicionado no becker com composto 90ml de água destilada, no qual foi registrado um pH de 6,50 no primeiro teste e no segundo teste, 6,20, tendo uma diferença de 0,30 no pH.

Com isso é perceptível que o projeto teve resultados positivos, assim sendo possível sua continuação e aprimoramento, com realização de uma quantidade maior de testes mais precisos.

No entanto, esse projeto necessita de continuidade, pois a técnica da extração do tanino agora está dominada. No entanto, os testes em aquários com ambiente já montado serão realizados no próximo semestre a fim de utilizar esse produto natural como acidificante natural, sem a necessidade de produtos industrializados que possam causar danos aos peixes.

Todo esse processo mostra que o tanino das folhas de *Terminalia catappa* possuem ótimo potencial para a função e será comprovado com mais testes.

REFERÊNCIAS

AGOSTINHO, Margarida Manuela Melão. **Um aquário na sala de aula**. 2007. Tese de Doutorado.

ARDEL, Vinicius Ferreira; DOS SANTOS, Solange Alves Duarte. A aquariofilia como ferramenta de educação ambiental para conservação da biodiversidade. **Revista Monografias Ambientais**, v. 6, n. 6, p. 1238-1243, 2012.

GELLER, Iago V. et al. **Aquarismo no Brasil: do simples ao complexo e o descarte de espécies não nativas**. Bol Soc Bras Ictiol, v. 1, n. 1, p. 33-52, 2020.

RICARDO, Ana Carolina de Araújo et al. **Blend de ácidos orgânicos no desempenho zootécnico, na histomorfologia intestinal e na atividade de enzimas digestivas de juvenis de peixe-palhaço Amphiprion ocellaris (CUVIER, 1830)**. 2020.

TRUGILHO, Paulo Fernando et al. Determinação do teor de taninos na casca de Eucalyptus spp. **Cerne**, v. 9, n. 2, p. 246-254, 2003

AVALIAÇÃO MICROBIOLÓGICA BACTERIANA DE MÁSCARAS UTILIZADAS

André Brite Lopes[1], Giovana de Oliveira Brizola[1], Isabela Cristina Mayer[1], Luis Henrique da Veiga Francisco[1], Adriane Cristina Guerino[2], Roberto de Albuquerque Leming[3], Beatriz Mitidiero Stachissini Arcain[4]

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 surgiram os primeiros casos de contágio do coronavírus SARS-CoV-2. O vírus, de potencial pandêmico, chegou ao Brasil por volta do final de fevereiro, quando países europeus já contabilizavam centenas de casos. Infecções respiratórias, como a COVID-19, são transmitidas por partículas tão leves que conseguem ser suspensas no ar (TELLIER, 2006), o que facilita a infecção através do sistema respiratório. Para Tang e Wong (2004), o uso de máscaras pode diminuir a transmissão, não apenas do SARS, mas também de outras doenças respiratórias transmissíveis.

Logo, para reprimir a transmissão desse vírus, a Organização das Nações Unidas (ONU), junto a outras medidas, recomendou utilizar máscaras cirúrgicas. Entretanto, devido ao desequilíbrio econômico mundial causado pela SARS-CoV 2, houve escassez de EPI's, o que resultou em uma iniciativa da comunidade para criar e utilizar máscaras caseiras (PRAGUE MORNING, 2020).

Contudo, o uso incorreto deste equipamento de proteção ou quando frequentemente manipulados podem ocasionar a transferência de microrganismos que podem vir a ser patogênicos e ter contato com as vias respiratórias. Esses agente infecciosos podem ser transportados de diversas formas, uma delas são os fômites, ou seja, através de objetos ou substâncias inanimadas (BALTHAZAR; SANTOS, 1997), que neste caso é caracterizado pela máscara.

[1] Acadêmico do Curso de Ciências Biológicas Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: adriane.guerino@descomplica.com.br

[3] Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: roberto.leimig@descomplica.com.br

[4] Mestre em Ciências, Técnica de laboratório do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: beatrizarcain@hotmail.com

Assim, este estudo teve como objetivo verificar os microrganismos presentes em máscaras e seus potenciais de patogenicidade, diferenciando máscaras cirúrgicas de máscaras de tecido.

METODOLOGIA

Neste projeto foram realizadas análises microbiológicas em 20 máscaras, sendo 10 máscaras descartáveis e 10 máscaras de tecido. A coleta das máscaras foi de forma aleatória, sem a preocupação dos ambientes frequentados e tempo de uso das mesmas por cada indivíduo.

Em poder das máscaras, as coletas das amostras foram realizadas utilizando swabs estéreis umedecidos em solução salina (NaCl 0,9%) através de movimentos horizontais percorrendo a área interna de contato da máscara com o rosto e da parte externa. Cada superfície foi analisada separadamente.

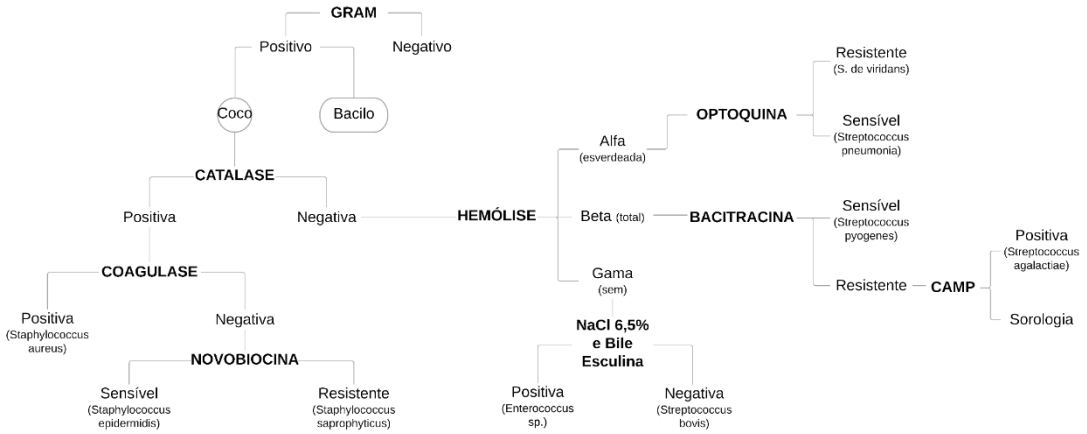
Imediatamente após a coleta das amostras, estas foram semeadas por esgotamento em Ágar Sangue, já que, de acordo com Allgayer et al. (2015) atualmente o ágar sangue humano está sendo amplamente utilizado como aditivo dos meios de cultivo nos países em desenvolvimento para o isolamento de bactérias de amostras clínicas, devido à acessibilidade e ao preço mais barato, após estriamento, as placas foram incubadas em estufa bacteriológica a uma temperatura de 35ºC a 37ºC, pelo período de 24 horas.

Após o crescimento das colônias neste meio, estas foram colocadas em lâminas por emulsionamento em uma gota de água destilada e foi realizada a coloração de Gram. Posteriormente, foram observadas no microscópio para a comprovação da morfologia e tingimento e em seguida realizados os testes para identificação, de acordo com o guia abaixo (Figura 1).

Também foi realizado o teste de Catalase, que permite distinguir estreptococos catalase negativa de outros cocos produtores de catalase. Cada colônia foi disposta em uma lâmina e água oxigenada foi gotejada nessas colônias, observando se há a formação de bolhas pela liberação de oxigênio. Para as lâminas que resultaram positivo, foi realizado o teste de coagulase.

Foram coletados 40 ml de sangue, depositados em tubos de coleta com a anticoagulante, e, inseridos na centrífuga para a separação do plasma (de 2800 a 3400 rpm, por 15 minutos). Após a separação, 300µL de plasma foram adicionados em tubos com meio BHI, misturado com as bactérias de amostra. O caldo BHI é um meio utilizado para crescimento de estreptococos, pneumococos e meningococos. Após isso, os tubos foram incubados em estufa a 37ºC por 4 horas.

Figura 1. Guia para identificação de bactérias.



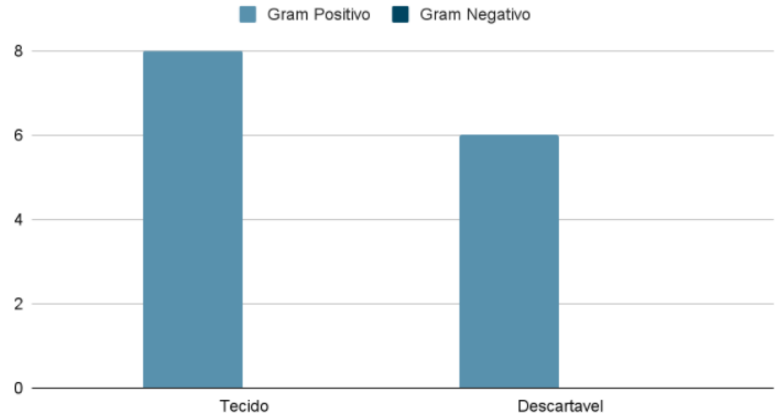
Fonte: http://www.ifcursos.com.br/sistema/admin/arquivos/06-41-02-esquemadeidentificaca0bacteriana1.pdf

RESULTADO E DISCUSSÃO

Das 20 máscaras analisadas foi possível observar o crescimento bacteriano em 14 máscaras, sendo 6 máscaras descartáveis e 8 em máscaras de tecido.

Partindo das amostras com crescimento foram realizadas as técnicas de gram, catalase e coagulase, com objetivo de identificar os possíveis microrganismos com potencial de patogenicidade, obtivemos os resultados conforme a figura 2.

Figura 2. Resultados da Coloração de Gram.



As amostras Gram positivo passaram pelas técnicas de coagulase e catalase e apresentaram os seguintes resultados, 3 coagulase positiva e 14 catalase positiva.

Desta forma foi possível identificar as coagulases como da espécie da Staphylococcus aureus e as catalases do grupo Staphylococcus.

Figura 3. Quantidade de gêneros identificados e sem identificação.

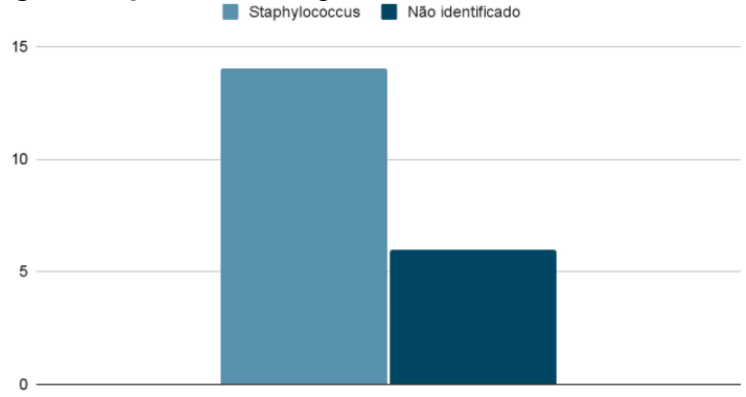
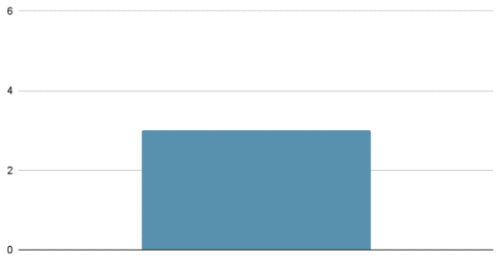


Figura 4. Identificação de espécie



Portanto, através desta pesquisa foi possível observar que a máscara é uma barreira para as bactérias patogênicas.

Para Ortelan et al. (2021) o uso de máscaras é uma medida indispensável de proteção à COVID-19, devido ao alto poder de transmissão do novo coronavírus por via respiratória, inclusive por indivíduos assintomáticos.

REFERÊNCIAS

ALLGAYER, Natacha; DE AGUIAR RAUPP, Wagner; CANTARELLI, Vlademir Vicente. Preparo e elaboração de meios de cultura–Ágar Sangue para Laboratórios de Análises Clínicas.

BALTHAZAR, M. B.; SANTOS, B. M. O. A desinfecção de nebulizadores em uma unidade básica de saúde de Ribeirão Preto. **Rev. Esc. Enf. USP**, v.31, n.1, p.23-35, abr. 1997.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O que é a Covid-19?.** 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus. Acesso em: 22/10/2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Coronavírus: Brasil confirma primeiro caso da doença.** 2020. Disponível em: https://www.unasus.gov.br/noticia/coronavirus-brasil-confirma-primeiro-caso-da-doenca.Acesso em: 22/10/2021.

TANG, Catherine So-kum ; WONG, Chi-yan, *Factors influencing the wearing of facemasks to*

prevent the severe acute respiratory syndrome among adult Chinese in Hong Kong, ***Preventive Medicine***, v. 39, n. 6, p. 1187–1193, 2004.

TELLIER, Raymond. Review of aerosol transmission of influenza A virus. **Emerging infectious diseases**, v. 12, n. 11, p. 1657, 2006.

Usage of Masks "Flattened" Growth of Coronavirus Cases in Czech Republic. **Prague Morning**. Disponível em: https://praguemorning.cz/usage-of-masks-flattened-growth-of-coronavirus-cases-in-czech-republic.

DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA: OFÍCIO CABÍVEL A TODOS?

Camila Francisco Silva[1], Fernando Kendji Schmoller Kubo[1], Adriane Cristina Guerino[2].

INTRODUÇÃO

A informação é a matéria-prima do conhecimento, mas somente é conhecimento o que for produzido e acrescentado a memória coletiva, ao "repertório cognitivo e conceitual do ser humano" (TARGINO, 2007, 95p.).

O objetivo primordial da divulgação científica é a difusão de informações a grupos sociais (especialistas e não especialistas) com coerência e clareza. Sendo assim, facilitando a compreensão dessas informações passadas, gerando conhecimento, habilidades e atitudes (TARGINO, 2007, 95p.).

Anteriormente a disseminação científica acontecia exclusivamente via oral dentro dos limites impostos pela Igreja e pelo Estado. Apontado em alguns registros do século XVI. Os primeiros periódicos científicos escritos datam do século XVII. Iniciando sua circulação na França e Inglaterra (ZUKERMAN e MERTON, 1971).

É notório o grande impacto e desenvolvimento acelerado da divulgação científica após o século XX, período marcado por grandes transformações sociais, comunicativas, tecnológicas, especialidades científicas e a grande integração de recursos de telecomunicação (ZUKERMAN e MERTON, 1971).

A informação tem a capacidade de impactar diretamente a vida de qualquer indivíduo em todos os âmbitos sociais e interpessoais, como a família, amizades, trabalhos, autoestima e autoconfiança, por essa razão a comunicação científica é tão importante. A sua influência no individual acarreta alterações no coletivo, em detrimento disso é fundamental a disseminação correta de conhecimentos por meio da comunidade científica (BUENO, 1984).

Porém, a divulgação científica deve ser entendida como algo muito mais amplo e que a disseminação científica dentro da academia constitui apenas uma das formas utilizadas para se divulgar informações sobre ciência e tecnologia, como explica Bueno (1984):

[1] Acadêmicos do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: camila.s6455@gmail.com, kendjikubo@icloud.com.

[2] Doutora em Ciências Biológicas: Biologia Celular e Molecular. Docente do Curso de Ciências Biológicas Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail: adriane@uniamerica.br

> É importante frisar que a divulgação científica não se restringe só ao campo da imprensa. Inclui os jornais e revistas, mas também os livros didáticos, as aulas de ciências do 2o grau, os cursos de extensão para não especialistas, as estórias em quadrinhos, os suplementos infantis, muitos dos folhetins utilizados na prática de extensão rural ou em campanhas de educação voltadas, por exemplo, para as áreas de higiene e saúde, os fascículos produzidos pelas grandes editoras, documentários, programas especiais de rádio e televisão etc (BUENO, 1984).

O presente trabalho propôs-se em expor que a divulgação científica pode ser realizada por não acadêmicos e também, por não especialistas. Visando incentivar o público em geral a conhecer sobre demandas dentro e fora de suas áreas de atuação com a intenção de tornar público novos conhecimentos e informações, desde descobertas a assuntos do cotidiano.

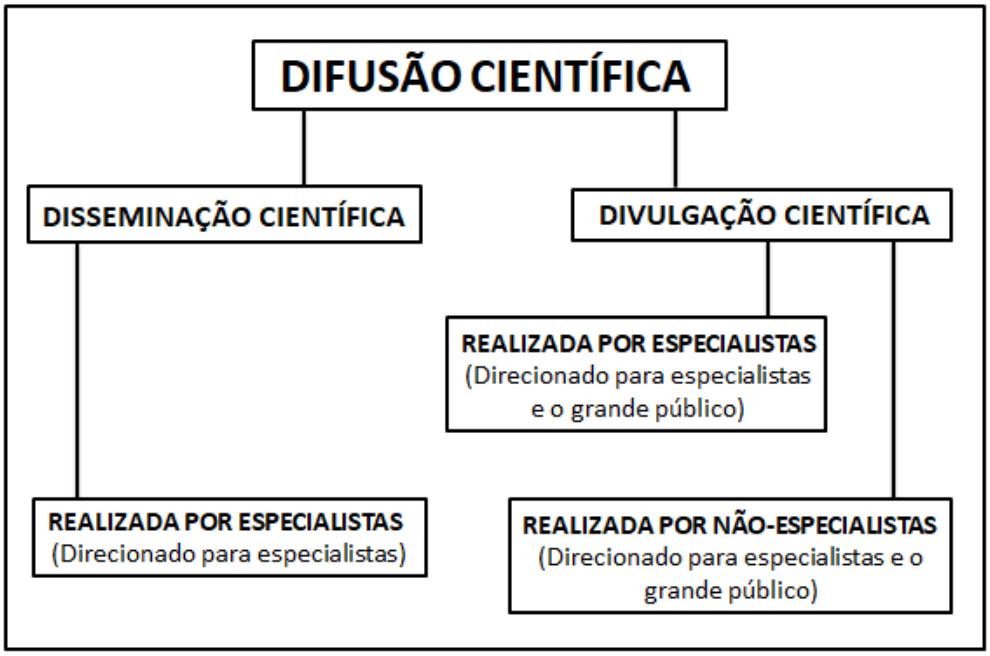
METODOLOGIA

A tecnologia e a internet são vistas como aliada na era da comunicação. A alguns anos vem tomando seu espaço no mundo da educação e com a chegada da pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2 em 2020, ganhou papel fundamental em diversos momentos com interações on-line, além de aulas, reuniões, encontros, trabalhos, potencializou a disseminação e divulgação científica, principalmente através das redes sociais (GALHARDI, *et al*., 2020).

Conseguimos acompanhar ao alcance de um clique diversos conteúdos com discussões, fomentos e questionamentos, por exemplo, sobre as famosas *fakes news* que trouxeram à tona mais perguntas sobre a veracidade das informações mundiais e sobre quem estaria apto a gerar um discurso válido e promissor dentro das redes. Um exemplo de ferramenta tecnológica que faz muito sucesso hoje em dia é o Instagram, nele podemos criar páginas e realizar divulgação científica através de imagens, textos e vídeos (GALHARDI, *et al*., 2020).

Quem pode realizar divulgação científica? Você que está lendo, graduando ou graduado, pode iniciar no nicho (Figura 1). Estar formado ou até mesmo ter um mestrado é importante para a divulgação? Sim, é importante, porém não é necessário. Como diz a revisora chefe Dra. Amanda Lys da página Bio Educação Digital, em sua publicação[1] no Instagram. A empresa foi fundada por Beatriz Morais, quando tinha 17 anos, ainda graduanda do curso de Bacharelado em Ciências Biológicas pela UFRPE. Seu Blog e página no Instagram contam com mais de 20 colaboradores e tem intuito de auxiliar e levar informações gerais sobre difusão científica para quem deseja começar e quem já atua na área.

Figura 1. Quadro explicativo sobre Difusão Científica



Fonte: Elaborado pela autora

Realizou-se o projeto integrador com base em referências bibliográficas, páginas de divulgação científica, no Instagram e com a entrevista para o serviço de notícias H2FOZ do Guia de Turismo Marcelo da Rocha.

RESULTADO

Morador de Foz do Iguaçu, Marcelo da Rocha, que atua como Guia de Turismo, faz observações de aves há mais de 20 anos. Vendo potencial em seu hobby e a oportunidade de levar seus conhecimentos adquiridos com os anos para a população em geral, criou o projeto Vem Passarinhar Foz, onde realiza passeios gratuitos com admiradores de pássaros (Figura 2), seja você morador de Foz ou turista.

Além dos passeios guiados onde Marcelo orienta passo a passo como funciona e se realiza as observações, utilizando aplicativos e equipamentos para melhor identificação das espécies, ele também tem uma conta no Instagram, com o nome de seu projeto, onde registra suas entrevistas (Figura 3) e alguns de seus encontros nacionais e internacionais.

Hoje em dia continua realizando cursos na área com a intenção de aperfeiçoar sua prática e agregar na sua divulgação científica a respeito das aves.

Figura 2. Passeios para observação de aves do projeto Vem Passarinhar Foz

Fonte: Página Vem Passarinhar Foz no Instagram. Publicação[2].

Figura 3. Registro da entrevista com o serviço de notícia H2FOZ

Fonte: Página Vem Passarinhar Foz no Instagram. Publicação[2].

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da realização deste projeto foi possível confirmar que o saber pode ser adquirido por qualquer pessoa que tenha interesse em se dedicar. Como diziam os antigos, a experiência leva à aprendizados que ninguém pode tirar de você! Por isso investiguem o

máximo possível e torne-se também um especialista, um mestre, um doutor ou alguém que possui muito conhecimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Beatriz Morais . Bio Educação Digital. **Publicação[1]**. Disponível em <https://www.instagram.com/bioeducacao.digital/>. Acesso em 25 de Outubro de 2021;

BUENO, W. da C. 1984. **Jornalismo Científico no Brasil: os compromissos de uma prática dependente.** Tese de Doutorado Eca/USP 365p.

BURKETT, W. 1990[1929]. **Jornalismo Científico: como escrever sobre ciência, medicina e alta tecnologia para os meios de comunicação.** Rio de Janeiro, Forense Universitária.

DAS GRAÇAS TARGINO, Maria. **Comunicação científica: uma revisão de seus elementos básicos.** Informação & Sociedade, v. 10, n. 2, 2000.

GALHARDI, Cláudia Pereira et al. **Fato ou Fake? Uma análise da desinformação frente à pandemia da Covid-19 no Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, p. 4201-4210, 2020.

ROCHA, Marcelo da. Vem Passarinhar Foz. **Publicação[2]**. Disponível em <https://www.instagram.com/vempassarinharfoz/>. Acesso em 29 de novembro de 2021.

ZUCKERMAN, H. Q. & MERTON, R. K. **"Patterns of Evaluation in Science: Institutionalization, Structure and Functions of the Referee System"**, in Minerva, 9 (1), p. 66-100, 1971.

EDUCAÇÃO AMBIENTAL SOBRE MORCEGOS E O CICLO AÉREODA RAIVA NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU

Dayse Alves da Silva Slovinski[1],Juliana Francisco Tomé[1], Rafaela Ansiliero[1], Thaynara Larissa Taborda[1],Adriane Cristina Guerino[2],Roberto Albuquerque Leimig[2].

INTRODUÇÃO

Esta doença infecciosa é causada pelo vírus do gênero Lyssavirus e da família Rhabdoviridae presente na saliva do animal infectado, que contamina o organismo do hospedeiro através da mordedura, atingindo o sistema nervoso central e cérebro. Após a exposição ao vírus podem ser percebidos sintomas como sensibilidade à luz, ruídos e deslocamento de ar, irritabilidade, mal-estar, confusão mental, espasmos, salivação excessiva, paralisia motora e dificuldade de deglutir (BREDT et al, 1998).

O ser humano, historicamente, tende a conviver na presença de animais como vacas, cabras e porcos (popular em países Europeus) e animais domésticos, como os cachorros, que possuem registro de convivência com o ser humano há cerca de 14 milanos. A partir dessa interação animal-humano, surgiram zoonoses, como a raiva, que é a primeira doença com 100% de letalidade, transmitida dessa maneira (animal-humano). Seus primeiros registros ocorreram a cerca de 4 milênios, desde então a raiva tem se espalhado pelo mundo sendo um problema recorrente nas civilizações. Devido a esse alastramento de raiva pelo mundo, em 1885, em Paris, pesquisadores desenvolveram a primeira vacina antirrábica da história. Com o surgimento da vacina, a contaminação pelo vírus da raiva diminui bastante, mas no entanto, ainda se trata de um grave problema social. (BABBONI e MODOLO, 2011).

Várias espécies de morcegos tiveram que se adaptar ao meio urbano devido a destruição do seu habitat natural causado pela antropização. Em zonas urbanas, os morcegos encontram alimentos em grandes quantidades como frutos encontrados nas zonas arborizadas da cidade e insetos que são atraídos pela luz principalmente. Além disso, as cidades servem de refúgio para os morcegos contra inimigos naturais.

Muitas das vezes, os morcegos causam incômodos aos seres humanos, principalmente, pelo incômodo ocasionado por seus dejetos.

Falando sobre a situação da raiva proveniente de acidentes com morcegos no

[1]Acadêmicos do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica e Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2]Docentes do Centro Universitário União das Américas e Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná; Email dos autores correspondentes: dayse.slovinski@gmail.com, julytome2021@gmail.com, rafaelaansi@gmail.com, thay_23_foz@hotmail.com

município de Foz, segundo o Centro de Controle de Zoonoses, na pessoa do Dr. Dorival Jorge Junior, no ano de 2021 de janeiro a outubro Foz já apresentou 36 morcegos positivos para raiva, sendo encontrados 2 morcegos infectados no mesmo endereço, no bairro Parque Presidente, com diferença de 14 dias. A estatística foi maior que o ano de 2018 em que foram constatados aproximadamente 32 casos de morcegos infectados. Em humanos há 18anos nenhum caso de infecção pelo vírus da raiva é contabilizado em Foz. (Kurtz, G. M., 2021)

O Parque Nacional do Iguaçu é a maior área de floresta da mata atlântica, essa área está localizada no Paraná e parte dela em Foz do Iguaçu, sua vegetação é composta por floresta estacional semidecidual. Em todo parque são encontradas 26 espécies de morcegos, distribuídas em 6 famílias: Noctilionidae, Glossophaginae, Carollinae, Desmodontinae, Phyllostomidae, Vespertilionidae. Sendo a espécie mais encontrada em Foz do Iguaçu, a *Carollia perspicillata e Artibeus lituratus* (SEKIAMA, et al, 2001), ambos são morcegos frugívoros que habitam em áreas urbanas, florestais e rurais.

O vírus Rábico pode ser transmitido pelos morcegos frugívoros, geralmente é uma porcentagem baixa ou restrita aos mesmos, pois o contato com outros mamíferos é ocasional ou acidental, quando ocorre a transmissão pode ser de forma direta ou indireta, porem em morcegos hematofagos tem maior eficiência para propagação, isso acontece pela agressão através de mordeduras dessa espécies em outros animais, esses ataques aumenta a chance da infecção e transmissão do mesmo, porém o vírus pode ser encontrado em diversas partes do morcegos hematofago ou frugívoros(BRENT, 1998).

Este projeto teve a finalidade de conscientizar e orientar a população de Foz do Iguaçu sobre a transmissão do vírus da raiva através de morcegos, solucionando dúvidas crescentes de como proceder ao observar ou entrar em contato com um animal transmissor e expor métodos de prevenção da patologia causada pelo contato de animais infectados.

METODOLOGIA

Essa campanha foi efetivada a partir de questionários educativos e a criação e divulgação de artes e vídeos instrucionais sobre o assunto. Serão abordados os temas essenciais que irão auxiliar no entendimento:

- Raiva (transmissão, sintomas, cuidados e prevenção);Órgãos responsáveis pela captura destes animais;
- Protocolos a serem seguidos em caso de contato com transmissores;

Transmissores: Morcegos presentes em nossa fauna iguaçuense; Comportamentos, hábitos e importância.

Link para questionário e vídeo explicativo:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfs9BiIw_1eqdEargpMfsRf-oFvTvfKeWm6ktt2CJHfIxjCEw/viewform
Ciclo Aéreo da Raiva - Conscientização

RESULTADOS

Os resultados foram retirados a partir das respostas coletadas do questionário disponibilizado via redes sociais, onde foram selecionadas as perguntas mais relevantes para observação do conhecimento populacional sobre o ciclo aéreo de raiva, todas as respostas podem ser observadas nas Figuras 1, 2 e 3. Neste projeto, participaram 71 residentes de Foz do Iguaçu, com faixa etária bem distribuída de 15 à 54 anos. Analisando as respostas foi possível observar facilidade na maioria das questões objetivas, onde 4 questões atingiram uma média entre 85,9% e 98,6% de acertos. No entanto, algumas questões significativas para a saúde populacional obtiveram uma porcentagem muito baixa de acertos que o esperado, .

Figura 1. Questões onde houveram maior porcentagem de acertos: Estas questões geralmente são mais disseminadas e conhecidas.

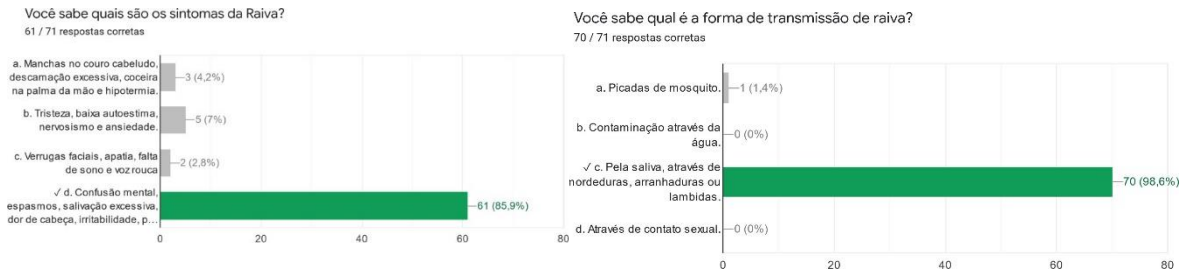


Figura 2. Parte 1: Questões onde houveram menor porcentagem de acertos

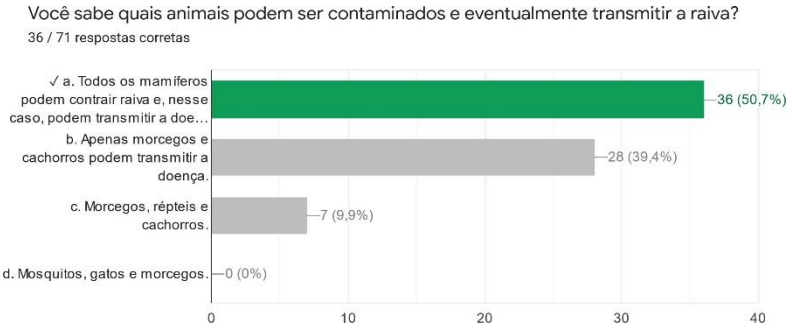
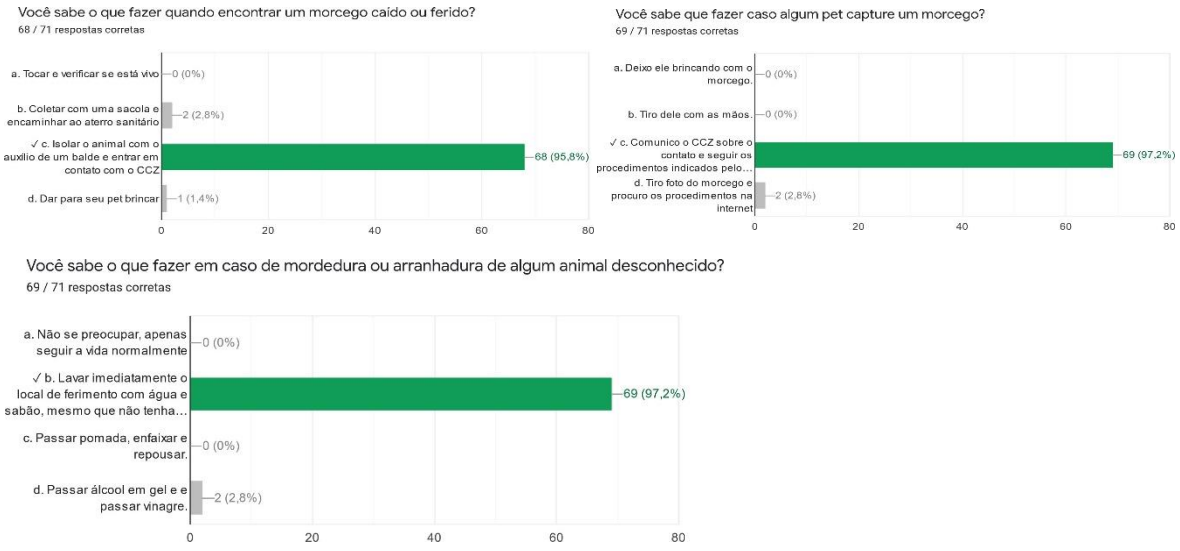
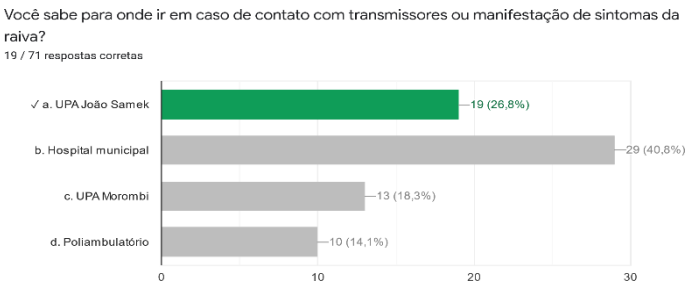


Figura 3. Parte 2: Questões onde houveram menor porcentagem de acertos



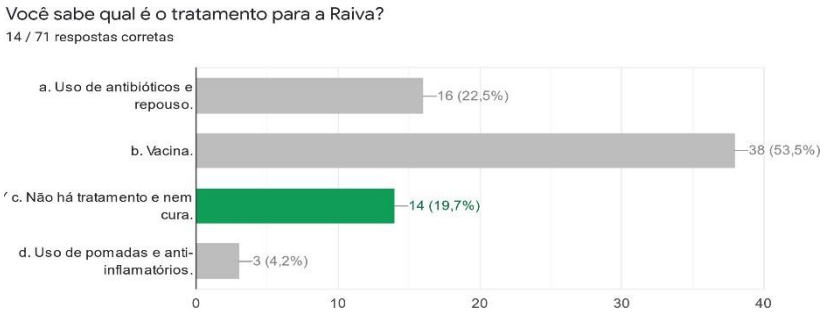
É de extrema importância que a população saiba os possíveis animais que podem vir a se contaminar com o vírus para que haja prevenção e realização de vacina (Figura 4).

Figura 4. Púltima parte do questónario com a comunidade.



Esta é uma informação valiosa que deveria ser mais disseminada para a população pois pode salvar vidas com o atendimento especializado encontrado no UPA João Samek (Figura 5) .

Figura 5. Última parte do questionário com a comunidade.



Por se tratar de um vírus, a Raiva não possui cura e nem mesmo tratamento, mas muitos acreditam que a vacina ou outros medicamentos podem curar, seja por falta de informação ou fake news.

Portanto, a realização desse projeto enfatizou que é muito necessária a divulgação e conscientização da população com relação à Raiva e aos seus transmissores que nesse caso são os morcegos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BABBONI, D.S.; MODOLO, J.R., **Raiva origem, importância e aspectos históricos; Ciências Biológicas e da saúde**, São Paulo, pag. 349-356, 2011.

BREDT, A. et al., **Morcegos em áreas urbanas e rurais:** Manual de manejo e controle, Brasília, pág. 117, 1998.

GOLDBAUM, M. **Epidemiologia e serviços de saúde, Cadernos de saúde pública**, São Paulo, vol. 12, pág 95-98, 1996.

MIRETZKI, M., **Morcegos do Estado do Paraná**, Brasil (Mammalia, Chiroptera): riqueza de espécies, distribuição e síntese do conhecimento atual." Papéis Avulsos de Zoologia; Vol. 43; pag. 101-143, 2003.

KURTZ, G. M., **Centro de Controle de Zoonoses CCZ, Comunicação pessoal**, 2021.
SEKIAMA, M.L. et al, Morcegos do Parque Nacional do Iguaçu, Paraná (Chiroptera, Mammalia), Revista brasileira de zoologia, vol. 18, pág. 749-754, 2001.

SILVA, J.T.; FILHO, H.O., **Morcego:** sua importância para para a preservação do meio ambiente, Maringá, 2019.

EMPREENDEDORISMO: CRIAÇÃO DE ALIMENTOS VIVOS PARA PETS NÃO CONVENCIONAIS

Felipe Gabriel Provin[1], Ingrid Gomes Aguiar[1], Luis Fernando Braga[1], Sabrina Karolina Jaquinta[1], Roberto de Albuquerque Leimig[2], Adriane Cristina Guerino[3]

INTRODUÇÃO

A interação involuntária e curiosa do ser humano com o mundo animal trouxe a necessidade de uma maior compreensão de como se deve respeitar o ambiente deles. O relacionamento entre homens e animais é uma entidade complexa iniciada nos primórdios da história da humanidade com a domesticação dos animais e mantida até hoje graças a sentimentos muito peculiares (FARACO, 2004).

Dentro desta adaptação, surgiram os pets, que embora tenha se tornado muito comum criar cães, gatos e certos tipos de pássaros, nos últimos tempos os pets exóticos vem tomando espaço nos ambientes familiares. Contudo dentro de todas essas mudanças há uma necessidade de mais informação, devido a isto o nosso projeto visa criar e comercializar alimentos naturais proteicos, promovendo enriquecimento ambiental, alimentos de custo mais baixo e facilitar o acesso aos criadores dos pets exóticos.

Segundo Simioni (2021), a alimentação de pets com produtos vivos, estimula o instinto animal, e é uma opção viável para a manutenção da saúde e qualidade de vida. A fim de tornar o produto rico em nutrientes, estes receberam alimentação com fontes orgânicas e ração industrializada composta por B1, B12, ácido fólico, entre outros compostos.

Portanto, o presente projeto teve como objetivo ampliar e desenvolver o mercado de alimento vivo na cidade de Foz do Iguaçu e região, visando atender a demanda de criadores de pets exóticos e até mesmo pescadores da região que tem dificuldade em encontrar qualidade e variedade desses produtos.

METODOLOGIA

Este projeto teve início a partir da escolha das espécies que seriam produzidas para alimentação de pets e optou-se pelo grupo dos insetos, cujos representantes escolhidos foram:

[1]Acadêmicos do Curso de Ciências Biológicas bacharelado do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Mestre em Ecologia. Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3]Doutora em Ciências Biológicas: Biologia Celular e Molecular. Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Tenébrios molitor (*Tenébrios molitor)*, Tenébrios gigantes (*Zophobas morio)*, Barata cinérea (*Nauphoeta cinérea)*, e Grilos (*Gryllus assimilis)*.

a) TENÉBRIOS:

O ciclo de vida do tenébrio (Figura 1) se dá pela metamorfose sendo respectivamente ovo, larva, pupa e besouro. Os besouros têm seu ciclo completado em seis meses, no entanto tem fatores que interferem e influenciam seu desenvolvimento como, as condições de temperatura, alimentação e habitat.

Para esta criação foi utilizado um ambiente que se divide em dois, a parte das larvas e a parte dos besouros, o substrato das larvas serve para proteção e alimentação e o utilizado foi ração de pintinho de galinha. As larvas se alimentam e fazem ecdise constantemente. Já os besouros foram alimentados de frutas e verduras em um espaço próprio para procriação.

Figura 1. Tenébrio Gigante: *Zophobas morio*.

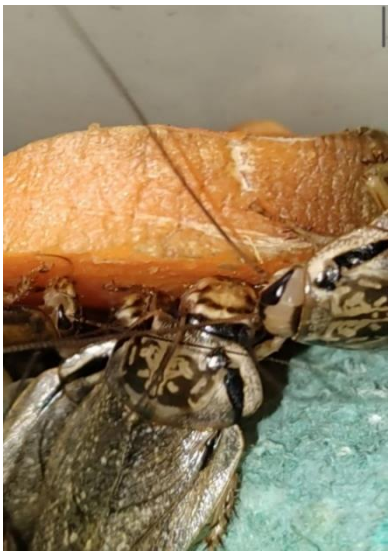
b) BARATAS:

As baratas (Figura 2), por sua vez, se reproduzem em um período de 6 a 9 meses dependendo também da influência do ambiente e alimentação, seu ciclo de desenvolvimento compreende os estágios de Ovo, Ninfa, Jovem e Adulto

No habitat das baratas, como substrato foram utilizados papel pardo picado, caixas de ovo além toca e porta alimentos feita de bambu. Também foi adaptado um bebedouro para os insetos não se afogarem. As baratas foram alimentadas com alimentos secos (ração) e úmidos (verduras). A limpeza do criadouro foi constante pois esses insetos produzem muito

excremento.

Figura 2. Barata: *Nauphoeta cinérea*.



c) GRILOS:

O habitat para criação dos grilos (Figura 3) possuiu como substrato caixas de ovos e papel picado. A alimentação e hidratação dos grilos é semelhante ao descrito para as baratas. No entanto, esse habitat foi dividido em dois compartimentos: um para criação dos insetos em geral e outro para os insetos se reproduzirem.

A criação consiste na alimentação dos insetos e manejo do ambiente, observação do desenvolvimento e procriação dos mesmos. Nesta primeira etapa do projeto foram estudados os ambientes e alimentos para fazer o enriquecimento nutricional dos insetos. Também foi observado o comportamento em relação à alimentação que foi ofertada.

Figura 3. Imagem representativa da espécie Gryllus assimilis

Fonte: blog natureza em movimento

RESULTADOS

Durante o desenvolvimento deste projeto foi constatado que é possível criar insetos em pequenos ambientes para serem comercializados como alimentos vivos para animais não convencionais. Além disso, ambas as espécies aceitaram muito bem os alimentos (cenoura, batata, banana, maçã e alface).

Com relação a criação de Tenébrios foi possível observar a adaptação a sua alimentação baseada em ração de pintinho de galinha com verduras, com isso se desenvolveram saudáveis e não houve nenhum tipo de perda por óbito. A ração rica em vitaminas promoveu um comportamento mais ativo quando comparado ao substrato de pó de serra. Os besouros continuam sendo alimentados com verduras e vegetais que garantiram uma nutrição eficaz assim como a reprodução no período esperado (Figura 4).

Figura 4. Besouro e larvas de *Tenébrios molitor*

Quanto à produção de Baratas, as mesmas tiveram o crescimento saudável com sua alimentação rica em nutrientes, além disso, houve um aumento de tamanho ultrapassando o seu tamanho e peso normal e sua coloração se tornou mais vivida em comparação ao início do projeto, tais características tornam as baratas mais atrativas aos predadores.

Já na criação dos Grilos, notou-se que seu comportamento era similar ao das baratas, sua alimentação também foi da mesma forma. Crescimento saudável e com excelente desenvolvimento. Recebendo alimentação de 2 em 2 dias mostrando que estão se alimentando bem e de forma constante. Não houve perdas na criação e sua reprodução já iniciou.

Para o futuro início da empresa, produziu-se embalagens sustentáveis de bambu. No processo de elaboração e confecção o caule foi cortado, nas extremidades dos anéis, obtendo deste processo tubos onde os insetos serão depositados para entrega do produto. E, afim de proporcionar a oxigenação e ao mesmo tempo a vedação do produto para transporte, seu fecho é constituído por gaze e espuma.

E como principal canal de venda foi desenvolvido um perfil no Instagram onde, além da divulgação do produto, há a publicação de posts didáticos a respeitos das vantagens da alimentação viva para pets silvestres e outros não convencionais. Outra estratégia utilizada foi a

distribuição de cartões de visita com informações de contato em pontos estratégicos.

REFERÊNCIAS

ABINPET. População de animais no Brasil. 2021. Disponível em: < http://abinpet.org.br/mercado/>. Acesso em: 24/10/2021.

AGUILAR, Valéria Laís Guimarães et al. NovasTecnologias Na Criação De Tenébrio Comum (Tenebrio molitor). Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão, v. 4, n. 2, 2012.

BARBOSA, Bianca Barreto et al. Mercado de produtos e serviços para animais silvestres de estimação no município de Belém (PA). PUBVET, v. 12, p. 147, 2017.

BICHO IDEAL. Tarântula de Estimação: Cuidados Necessários.2019. Disponível em: < https://bichoideal.com.br/tarantula-de-estimacao-cuidados-necessarios/>. Acesso em: 24/10/2021.

COSTA, Sara Machado. Proteínas de larvas de Tenebrio molitor (L., 1758): extração, caracterização e aplicação num produto alimentar. 2017. Tese de Doutorado. Universidade de Lisboa, Faculdade de Medicina Veterinária.

DE COMUNICAÇÃO, Abinpet Equipe. Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação. AgroANALYSIS, v. 35, n. 1, p. 35-40, 2015.

ESTADÃO, Portal animal. 10 animais exóticos que podem ser pets. 2016. Disponível em: < http://especiais.estadao.com.br/portal-animal/2016/01/07/10-animais-exoticos-que-podem-ser-pets/>. Acesso em: 24/10/2021

FERREIRA, Felipe Velden. Sobre cães e índios: domesticidade, classificação zoológica e relação humano-animal entre os Karitiana. Avá, n. 15, p. 00-00, 2009.

IBRAM, Df. **Nota sobre a criação de animais peçonhentos e exóticos. 2020. Disponível em: < https://animalbusiness.com.br/producao-animal/nutricao-animal/producao-de-insetos-para-alimentacao-de-animais-exoticos-e-novo-nicho-de-mercado/>. Acesso em: 24/10/2021**

MATOS, Eduardo. Produção de insetos para alimentação de animais exóticos é novo nicho de mercado.2018. Disponível em: < https://animalbusiness.com.br/producao-animal/nutricao-animal/producao-de-insetos-para-alimentacao-de-animais-exoticos-e-novo-nicho-de-mercado/>. Acesso em: 24/10/2021.

NASSARO, Adilson Luis Franco. Animais silvestres e o propósito da estimação. Guarulhos-SP: FIG, 2013.

SIMIONI, Carolina Fernandes. A criação e o uso de tenébrio e grilo na alimentação e nutrição dos animais. 2021.

ANEXO A

Como forma de planejamento e divulgação da empresa, foi produzido um quadro Leans e uma conta no Instagram que é alimentada regularmente. Segue anexo de ambas as ferramentas.

Quadro Leans

Link do Instagram

IMPLEMENTAÇÂO DE TRILHA INTERPRETATIVA EM UM HOSTEL EM FOZ DO IGUAÇU – PR

Maico Bruno Bortolanza[1], Ângelo Balena[1] , André Lopes[1], Dayse Slovynsk[1], Thaynnara Taborda[1], Nuno Filipe Roque Avila[1], Nathália Aristides da Silva[1], Adriane Cristina Guerino [2], Roberto de Albuquerque Leiming[3]

INTRODUÇÃO

Foz do Iguaçu, no momento atual conta, com uma estrutura política, financeira esocial destacando-se, dos demais, pela localização privilegiada comparada a outros municípios do Paraná, localizada em uma tríplice fronteira, constituído pelos países Brasil, Argentina e Paraguai. Tendo aptidão para o turismo, visto que apresenta raras características em outras regiões fronteiriças. Foz do Iguaçu é considerada uma economia, em grande parte voltada para o turismo. Com vistas, o turismo como um relevante propulsor para a economia da cidade, a vistas disso, além da infraestrutura atribuída apenas a esta atividade, muitos turistas que visitam Foz do Iguaçu, frequentemente utilizam outros serviços, concedendo dinâmica particular. Segundo dados da EMBRATUR (2004), o reconhecimento internacional de Foz do Iguaçu como destino turístico é comprovado.

Foz do Iguaçu atualmente, é considerada como um dos maiores parques hoteleiros da América do Sul. De acordo com o blog (Combo Iguassu) O município contacom um dos seis maiores parques hoteleiros do Brasil e possui, uma das melhores infraestruturas do país para a realização de eventos privilegiados[1], preparada para receber o público nacional e internacional, com relação ao campo de hospedagem,tendo um papel relevante no sistema turístico, dado que possibilitam, a estadia dos turistas no local visitado, seja a entretenimento ou a trabalho, satisfazendo suas necessidades e possibilitando a expansão da atividade turística. A aptidão turística e dehotelaria de Foz do Iguaçu é fato, uma vez que, possui, na maior parte, estrutura moderna, e instalações apropriadas para a realização de atendimentos nas mais variadas camadas sociais.

O Iguassu Eco hostel está situado na cidade de Foz do Iguaçu, em frente ao Parque das Aves/Parque Nacional do Iguaçu. Localizado no número 930 na Avenida das Cataratas Km21, está também a 600 metros das Cataratas do Iguaçu, uma das sete maravilhas da

[1] Acadêmico do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Doutora em Ciências, docente do Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Mestre e docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
Email do autor correspondente: maicobiologia@gmail.com

natureza antiga. Por tantos benefícios, como fauna, a natureza e tais atrações o Iguassu Eco Hostel abriga viajantes do mundo todo.

As trilhas interpretativas são atividades em meio à natureza que envolvem a conexão do visitante com o percurso desde o início ao fim, a expectativa da chegada junto ao proveito da viagem. O intuito da trilha interpretativa é estimular a sensibilizaçãoda pessoa com o percurso, desenvolvendo e despertando emoções e a busca pelo contato com o mesmo. Segundo, Mariane Cyrino dos Santos et al, 2011, 189, "Trilhas interpretativas [...] são utilizadas em interpretação ambiental por oferecerem oportunidades de um contato direto com o ambiente natural, direcionado ao aprendizadoe à sensibilização."

Portanto, o objetivo deste projeto foi criar uma trilha para servir de atrativo turístico para o EcoHostel e trabalhar, por meio de interpretações e sensações, educação ambiental e cuidados com a natureza.

METODOLOGIA

Para a composição total da trilha interpretativa foram realizados levantamentos qualitativos de espécies (botânico, entomológico, ornitológico e de mastofauna).

O levantamento de entomofauna foi realizado em dois dias distintos com esforço amostral total de 10 horas aproximadamente e utilizando do método de busca ativa compuçá e coleta manual. Todos os insetos coletados sofreram eutanásia e foram fixados com alfinetes entomológicos e se encontram na coleção do Centro Universitário União das Américas (UNIAMÉRICA). No que se refere ao levantamento de avifauna e mastofauna, foram executados por meio de metodologias de busca ativa por fotografia,gravação de vocalização e encontros acidentais.

O levantamento botânico foi constituído por amostragens por exsicatas em todaa área do EcoHostel. No perímetro da trilha foi priorizado plantas com Diâmetro à Alturado Peito (DAP) maior que 10cm. Todas as exsicatas se encontram na coleção botânicado curso de ciências biológicas da UNIAMÉRICA.

A abertura física trilha foi executada nos dias 29 e 30 de maio de 2021 pelos acadêmicos do Centro Universitário União das Américas. As equipes foram distribuídasem Abertura inicial da trilha onde foram utilizadas de ferramentas como facão emachado os acadêmicos realizaram a supressão da vegetação rasteira, tendo em vistaque somente foram suprimidas as plantas com DAP (diâmetro a altura do peito)
inferiores a 5cm. Raspagem da serapilheira: com o auxílio de rasteeis, acadêmicos ficaram responsáveis por fazer a raspagem da primeira camada do solo onde continham folhas e troncos que, naturalmente, se encontram no solo de uma floresta. Terraplanagem: após a retirada da primeira camada de solo, tocos e pedras que continuavam nas trilhas a fim de

deixar o ambiente totalmente plano e sem obstáculos. Britagem: ficou de responsabilidade dos mantenedores do EcoHostel a colocação de brita no percurso da trilha afim de evitar a rebrota da vegetação suprimida.

Após a compilação de dados foi elaborado um roteiro interpretativo para essa trilha onde foi escolhido como forma de abordagens placas e guias impressos.

RESULTADOS

Os levantamentos de fauna e flora ilustraram que o Iguassu EcoHostel é um localrico e biodiverso. Resultados suficientes para elaborar um roteiro de educação ambiental que foca em preservação e contato com o meio ambiente proposto por esse trabalho.

No que refere ao levantamento de flora foram catalogadas 24 espécies de plantas, sendo 16 nativas e 8 exóticas. Dentre as nativas 5 são frutíferas e, em época de frutificação poderão ser consumidos pelos hospedes. Já dentre as exóticas 5 espécies são frutíferas. O montante restante se refere a plantas não frutíferas comestíveis. A tabela 1 abaixo ilustra quais foram as espécies catalogadas.

Tabela 1. Resultados do Levantamento Qualitativo de Flora.

Nome Comum	Nome científico	Tipo de Planta	Nativa ou Exótica
Ameixa Amarela	*Eriobotrya japônica*	Frutífera	Exótica
Guabiroba	*Campomanesia xanthocarpa*	Frutífera	Nativa
Limão cravo	*Citrus limonia*	Frutífera	Exótica
Primavera	*Bougainvillea sprectabilis*	Não frutífera	Exótica
Manga	*Mangifera indica*	Frutífera	Exótica
Pomelô	*Citrus paradisi*	Frutífera	Exótica
Figueira Brava	*Ficus guaranitica*	Não frutífera	Nativa
Jaca	*Artocarpus heterophyllus*	Frutífera	Exótica
Ficus	*Ficus benjamina*	Ornamental	Exótica
Jabuticaba	*Plinia culiflora*	Frutífera	Nativa
Paina	*Ceiba speciosa*	Não frutífera	Nativa
Araucária	*Auraucaria angustifólia*	Não frutífera	Nativa
Goiaba	*Psidium guajava*	Frutífera	Nativa
Guanandi	*Symphonia globulifera*	Frutífera	Nativa

Sapuvinha	*Machaerium stipitatum*	Não frutífera	Nativa
Açoita cavalo	*Luehena divaricata*	Não frutífera a	Nativa
Eucalipto	*Eucalyotyus sp.*	Não frutífera	Exótica
Ingá açu	*Inga sessilis*	Frutífera	Nativa
Angico vermelho	*Anadenanthera macrocarpa*	Não frutífera	Nativa
Maria Preta	*Diatenopterix sorbibolia*	Não frutífera	Nativa
Arco de Peneira	*Cupania vernalis cambes*	Não frutífera	Exótica
Mamoninha do mato	*Esebeckia hieronymi*	Não frutífera	Nativa

No que se diz respeito do levantamento qualitativo de fauna entomológica foram coletadas 20 espécies de insetos sendo 10 lepidópteros, 1 coleópteros, 4 himenópteros,2 hemípteros, 3 ortópteros e 1 díptero. Sendo que a predominância por ordem se dá, respectivamente, Lepidoptera, Hymenoptera, Orthoptera, Hemiptera e Díptera.

O levantamento ilustra a prevalência de 50% das espécies amostradas são borboletas e mariposas. Isso pode ser explicado pela presença de plantas ornamentais floríferas, o que serve como atrativo para essas espécies. A tabela 2 abaixo ilustra todas as espéciescoletadas.

Tabela 2. Resultados do Levantamento entomológico

Nome comum	Nome Cientifico	Ordem
Borboleta do Girassol	Chlosyne lacinia	Lepidóptera
Borboleta Gema	Phoebis argente	Lepidóptera
Borboleta castanha vermelha	Heliconius erato	Lepidóptera
Borboleta estaladeira	Hamadrias epinome	Lepidóptera
Borboleta de Bado	Phoebis argente	Lepidóptera
Borboleta adelfa	Adelpha abia	Lepidóptera
Borboleta da Couve	Rhabdodryas trite	Lepidóptera
Borboleta migratória	Aphrissa statira	Lepidóptera
Borboleta imperador	Doxacopa agathina	Lepidóptera
Mariposa trigre ciano do sul	Macrocneme chryasistis	Lepidóptera
Maria fedida	Pantatomidae (família)	Hemíptera
Percevejo	Phothea furtadoi	Hemíptera
Gafanhoto	Abracris flavolinata	Ortóptera
Gafanhoto de chifre curto	Podisma pedestris	Ortóptera
Bicho capixaba	Lagria villosa	Ortóptera
Mosca doméstica	Musca domestica	Díptera

Formiga carpinteira dourada	Camponotus seriveiventris	Himenóptera
Saúva	Atta cephalotes	Himenóptera
Abelha da Orquídea	Euglossa sp.	Himenóptera
Ipurã	Trigona spinipes	Himenóptera

Quanto ao que se refere ao levantamento de fauna vertebrada a presença dominante foram as aves com 22 espécies registradas. No que concerne a Mastofaunaforam registrados um bando de macacos prego (*Sapajus nigritus nigritus*), um bando dequatis (*Nasua nasua*) e uma cotia (*Guerlinguetus ingrami*). No quesito Herpetofauna a presença de lagarto teiú (*Tupinambis teguixin*) se faz presente. A presença desses animais reforça a importância da mata próxima ao Parque Nacional do Iguaçu. Osresultados estão tabelados a baixo

Tabela 3 – Resultados do Levantamento de Fauna Vertebrada

Nome comum	Nome Científico
Pica-pau de banda branca	*Dryocopus lineatus*
Gralha picaça	*Cyanocorax chrysops*
Sabiá barranco	*Turdus leucomelas*
Bem-te-vi rajado	*Myiodynastes maculatus*
Juruva	*Baryphthengus ruficapillus*
Jacuaçu	*Penelope obscura*
Maritaca verde	*Pionus maximiliani*
Bem-te-vi	*Pitangus sulphuratus*
Tico- tico	*Zonotrichia capensis*
Fim-fim	*Euphonia chlorotica*
Arapaçu liso	*Dendrocincla turdina*
Pica-pau anão de coleira	*Picumnus temminckii*
Tucano toco	*Ramphastos toco*
Tesourinha	*Tyrannus savana*
Corruíra	*Troglodytes musculus*
Sabiá Laranjeira	*Turdus rufiventris*
Sovi	*Ictinia plúmbea*
Maracanã	*Psittacara leucophthalmus*
Pica pau de cabeça amarela	*Celeus flavescens*
Alma de gato	*Piaya cayana*
Teiú branco	*Tupinambis teguixin*
Quati	*Nasua nasua*
Macaco prego	*Sapajus nigritus nigritus*
Cutia	*Guerlinguetus ingrami*

Todas as informações e dados coletados foram entregues para a proprietária do

EcoHostel com catálogos que foram produzidos pelos alunos. A continuidade da manutenção da Trilha depende agora da Empresa.

Pelo fato de o Iguassu EcoHostel se encontrar próximo ao Parque Nacional do Iguassu, o remanescente de mata no qual o Hostel se encontra é refúgio pra diversas espécies de animais. O contato do hospede com os animais e plantas em que lá são encontrados trabalham o senso de pertencimento, sustentabilidade e conservação. Após a implementação e abertura da trilha proposta nesse trabalho o hospede terá acesso ainda mais próximo aos recursos naturais do entorno do hotel, tornando assim a experiência mais vivida.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA ESTADUAL DE NOTÍCIAS DO ESTADO DO PARANÁ. **Parque Nacional do Iguaçu bate recorde de visitantes em 2019**. Agência Estadual de Notícias.

CASTILHO DA COSTA, Vivian & MELLO, Flávio Augusto. **Manejo e monitoramento de trilhas interpretativas: contribuição metodológica para a percepção do espaço ecoturístico em unidades de conservação.** Simpósio Nacional sobre Geografia, Percepção e Cognição do MeioAmbiente. Londrina, 2005.

Clima característico em Foz do Iguaçu, Brasil durante o ano - Weather Spark. Weatherspark.com. Disponível em: <https://pt.weatherspark.com/y/29508/Clima-caracter%C3%ADstico-em-Foz-do-Igua%C3%A7u-Brasil-durante-o-ano>. Acesso em: 29 Nov. 2020.

CRISTINA, Teresa; VALÉRIA, Magro ; FREIXÊDAS, Maradei. **Trilhas: como Facilitar a Seleção de Pontos Interpretativos**. [s.l.]: , [s.d.]. Disponível em: <https://www.ipef.br/publicacoes/ctecnica/nr186.pdf>.

CYRINO, Mariane; SANTOS; FLORES, Mônica; *et al*. TRILHAS INTERPRETATIVAS COMO INSTRUMENTO DE INTERPRETAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E EDUCAÇÃO AMBIENTAL NA APAE DE ERECHIM/RS. v. 7, p. 189–197, 2011. Disponível em:<http://www2.reitoria.uri.br/~vivencias/Numero_013/artigos/artigos_vivencias_13/n13_21.pdf>.

DE CÁSSIA GENGO, Rita; HENKES, Jairo Afonso. A utilização do paisagismo como ferramentana preservação e melhoria ambiental em área urbana. **Revista Gestão & SustentabilidadeAmbiental**, v. 1, n. 2, p. 55-81,2012. Disponível em:https://www.acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/61869/MARIA%20ZENEIDE%20RICARTI%20NODARI.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

LAVÍNIA, Raquel ; MARTINS DE MARTINS. **A HISTÓRIA DO TURISMO EM FOZ DO IGUAÇU - A ORIGEM DOS HOTÉIS NO MUNICÍPIO**. [s.l.]: , [s.d.]. Disponível em: <https://festivaldascataratas.com/wp-content/uploads/2014/01/1.-A-HIST%C3%93RIA-DO- TURISMO-EM-FOZ-DO-IGUA%C3%87U-A-ORIGEM-DOS-HOT%C3%89IS-NO- MUNIC%C3%8DPIO.pdf>. Acesso em: 25 Jun. 2021.

OLEGÁRIO, Poliana Teixeira; ADAMI, Samuel Fernando; VOGLIOTTI Alexandre. Levantamentodos usos e coberturas das terras para mapeamento de unidades de paisagens

na microrregião de Foz Do Iguaçu/PR. **Anais do III Encontro de Iniciação Científica da Unila.** Pg. 198, 2014. RICARTI NODARI, Maria Zeneide, **AS CONTRIBUICOES DO TURISMO PARA A ECONOMIADE FOZ**. 2007

SILVA DE MORAIS, Fernanda. **DESENVOLVIMENTO E CONSTRUÇÃO: DESAFIOS INICIAISDO TURISMO EM FOZ DO IGUAÇU**. [s.l.]: , [s.d.]. Disponível em: <https://www.congresso2019.fomerco.com.br/resources/anais/9/fomerco2019/1568852745_AR QUIVO_b18afb201c6bc1989096405db2e97ead.pdf>. Acesso em: 25 Jun. 2021.

SILVA, Juliana Gonçalves; PERELLÓ, Luís Fernando Carvalho. Conservação de espécies ameaçadas do Rio Grande do Sul através de seu uso no paisagismo. **Revista da Sociedade Brasileira de Arborização Urbana**, v. 5, n. 4, p. 01-21, 2010.

JOGOS DIDÁTICOS PARA O ENSINO DE BIOLOGIA

Celi Desilio de Oliveira Souza[1], Diego Joaquin Garcia Schuster[1], Elizandra Soares Mafioletti[1], Nathalia Aristides da Silva[1], Adriane Cristina Guerino [2], Roberto de Albuquerque Leiming[3]

INTRODUÇÃO

O intuito do ensino é promover aos acadêmicos a aptidão de assimilar o conhecimento de uma maneira versátil, produtiva e autônoma, além de aprimorar o intelecto, e a capacidade de ultrapassar adversidades. De acordo com o dicionário Aurélio o termo lúdico vem do latim “ludos” que remete para jogos e divertimento.

A utilização de jogos como ferramenta de aprendizagem, teve desenvolvimento significativo nos Estados Unidos, na década de 50, com o propósito de treinar executivos da área financeira. Por apresentar resultados positivos, a utilização de jogos ampliou-se a outras áreas, chegando ao Brasil com muita força na década de 80.

A partir desta época os jogos passaram a ser vistos de uma maneira mais significativa. Em termos conceituais, o brincar se iguala ao sentimento de liberdade plena de pensar, de agir, de sentir, de criar e de se expressar. Brincar é a liberdade total de criar fantasias, de imaginar situações fictícias, de imitar ou transformar a realidade de forma descompromissada, independente da faixa etária (COVOS, 2018). A realidade dos acadêmicos, assim como seus interesses, tende a todo momento ser levada em consideração, com intenção de que o critério e a ferramenta preencham as demandas didáticas, cooperando a sério no objetivo aoqual se designam. Sendo assim, se faz necessário que cada professor explore técnicas e métodos que se adequem às necessidades gerais dos discentes (PEDROSO, 2019).

O mesmo autor ainda diz que os jogos didáticos, como recurso para o ensino e aprendizagem, são uma alternativa viável que podem contribuir para o desenvolvimento dos acadêmicos, melhorando o processo de assimilação, aquisição e fixação do conhecimento abordado em sala. Desta maneira, o plano desenvolvido dispõe o propósito de aprimorar e executar jogos didáticos que ajudem no entendimento e no conhecimento.

Portanto, este projeto teve como objetivo a elaboração de jogos didáticos como estratégias de aprendizagem.

1 Acadêmico do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz doIguaçu, Paraná.
2 Doutora em Ciências Biológicas – Biologia Celular e Molecular, docente de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
3 Mestre em Ecologia e docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

DESENVOLVIMENTO

Os jogos foram elaborados com base em conteúdos específicos na área de biologia. Os assuntos abordados foram taxonomia geral, fisiologia humana, zoologia, botânica e biologia molecular.

Os jogos foram construídos a partir da escolha dos assuntos e também a forma como seriam aplicados para a aprendizagem ativa. Não esquecendo da Ludicidade, mesmo que no ensino superior.

As modalidades de jogos escolhidas pelo grupo do projeto integrador foram duas: “TAXOMINÓ” e “PALAVRA CRUZADA”.

a) TAXOMINÓ.

Utilizando a lógica do jogo de dominó foi desenvolvido um jogo no qual as classificações taxonômicas das diferentes áreas da biologia (vegetal, animal, fungo e protista) substituem os símbolos das peças originais. As peças foram distribuídas entre os táxons reino, filo, família e espécie.

O jogo funciona da seguinte forma: Diferente das regras do dominó, onde os jogadores precisam combinar as peças com símbolos iguais, no taxominó os jogadores precisam combinar as peças de forma que os táxons correspondam entre si, respeitando a hierarquia taxonômica, ou seja, uma peça contendo um filo só pode ser combinada com uma peça que contenha o reino ao qual pertence ou à família que pertence ao mesmo, e o mesmo vale para espécie, como mostra a Figura 1. Além das peças, foi também preparada uma tabela com as classificações taxonômicas ordenadas para que os jogadores possam consultar durante o jogo (Figura 2).

Toda a produção foi feita de forma artesanal. As peças foram confeccionadas a partir de madeira de demolição, cortadas e lixadas com o auxílio de ferramentas e os desenhos feitos com um pirografo.

Figura 1. Taxominó

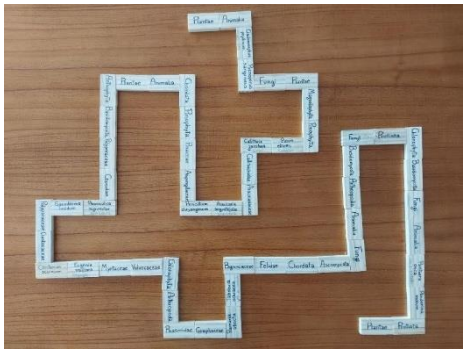


Figura 2. Tabela de Consulta para jogar Taxodominó

TABELA DE CONSULTA				
REINO	FILO	FAMÍLIA	ESPÉCIE	NOME VULGAR
Animalia	Chordata	Felidae	Panthera onca	Onça-pintada
Animalia	Chordata	Callitrichidae	Callithrix jacchus	Mico-estrela
Animalia	Arthropoda	Ctenidae	Phoneutria nigriventer	Armadeira
Animalia	Arthropoda	Phasmidae	Cladomorphus phyllinum	Bicho-pau
Plantae	Pinophyta	Araucariaceae	Araucaria angustifolia	Araucária
Plantae	Pinophyta	Pinaceae	Pinus elliottii	Pinheiro
Plantae	Magnoliophyta	Bignoniaceae	Tabebuia ochracea	Ipê-do-cerrado
Plantae	Anthophyta	Myrtaceae	Eugenia uniflora	Pitangueira
Fungi	Ascomycota	Aspergillaceae	Penicillium chrysogenum	bolor do pão
Fungi	Basidiomycota	Gomphaceae	Ramaria stricta	coral de ramo
Fungi	Basidiomycota	Polyporaceae	Pycnoporus sanguineus	Oreha de pau
Fungi	Basidiomycota	Polyporaceae	Ganoderma lucidum	Reishi
Protista	Chlorophyta	Volvocaceae	Pandorina morum	Sem vulgo
Protista	Chlorophyta	Closteriaceae	Closterium acerosum	Sem vulgo

b) PALAVRA CRUZADA.

Palavras cruzadas é um jogo que consiste em várias linhas formadas por quadrados em branco, algumas na horizontal e outras na vertical, que se cruzam entre si. Cada linha deve ser preenchida por uma palavra, e cada palavra deve ser descoberta através de dicas que acompanham as cruzadas, como mostra a Figura 3.

Os principais temas utilizados para a construção do material foram zoologia, fisiologiahumana, botânica e biologia molecular. O livreto desenvolvido é constituído por 9 páginas, distribuídas da seguinte forma: foram dedicadas duas páginas para cada tema, uma contém as dicas e outra as cruzadas. A última página contém as respostas, para que os jogadores possam consultar e fazer a correção (Figura 4).

O livreto foi produzido primeiramente de forma virtual, através das plataformas Excel e Canva. Após a produção, o livreto foi enviado para uma gráfica para que pudesse ser impresso em um papel ecológico.

Figura 3.

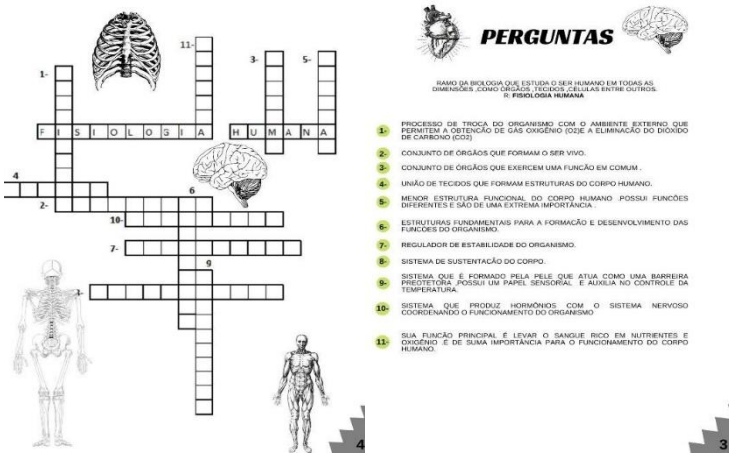


Figura 4.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O intuito do ensino é promover aos acadêmicos a aptidão de assimilar o conhecimento de uma maneira versátil, produtiva e autônoma, além de aprimorar o intelecto, e a capacidade de ultrapassar adversidades.

A realidade dos acadêmicos, assim como seus interesses e necessidades, tem de a todo momento ser levada em consideração, com intenção de que o critério e a ferramenta preencham as demandas didáticas, cooperando no objetivo ao qual se designam. Sendo assim, se faz necessário que cada professor explore técnicas e métodos que se adéquem às necessidades gerais dos discentes.

Espera-se que os jogos didáticos desenvolvidos no presente projeto integrador, como recurso para o ensino e aprendizagem, sejam uma alternativa viável que possa contribuir para o desenvolvimento dos acadêmicos, melhorando o processo de assimilação, aquisição e fixação do conhecimento abordado em sala. Desta maneira, o plano desenvolvido dispõe o propósito de aprimorar e executar jogos didáticos que ajudem no entendimento e no conhecimento.

REFERÊNCIAS

COVOS, Jacqueline Sardela et al. O novo perfil de alunos no ensino superior, e a utilização de jogos lúdicos para facilitação do ensino aprendizagem. **Revista Saúde em Foco**, p. 62-74, 2018.

PEDROSO, Carla Vargas. **Jogos didáticos no ensino de biologia**: uma proposta metodológicabaseada em módulo didático. In: Congresso Nacional de Educação. 2009. p. 3182-3190.

LEVANTAMENTO DA FLORA ARBÓREA NO 5° COLÉGIO MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU – PR.

Eliana Elizete Charas Qasim[1],Alexandre Borges Tomaz[2], Adriane Cristina Guerino[3], Roberto de Albuquerque Leimig[4]

INTRODUÇÃO

Desde que a população começou a sair do meio rural para o meio urbano, foi se tornando necessário a presença de uma paisagem natural para melhorar a convivência entre as pessoas. A arborização urbana torna-se cada vez mais imprescindível devido a vários fatores, sendo eles químicos, sociais, econômicos e naturais. A arborização feita de modo inapropriado pode gerar vários problemas para a região, nas calçadas e na fiação. Devido a isso, se torna necessário um planejamento para realizar isso sem causar prejuízos. E um planejamento deve ser feito em conjunto com profissionais do urbanismo e das ciências biológicas.

A arborização urbana contribuí mantendo os níveis de poluição na atmosfera balanceados, oferece um equilíbrio psicossocial ao homem em poder dar uma maior aproximação a natureza e tornando a paisagem menos monótona e mais colorida, providencia sombra como também protege contraventos fortes. As árvores podem oferecer frutos para famílias nos quintais, oferecem acomodação para os pequenos animais como também são estabilizadoras climáticas, e ainda pode ser determinante para a valorização de uma região (CARVALHO, NUCCI, VALASKI, 2010).

Os mesmos autores citam outras funções da vegetação arbórea para o meio ambiente, as árvores fixam os solos, protegem corpos aquáticos com poluição da água evitando que os produtos tóxicos escorram até eles e por último a segurança das calçadas como acompanhamento viário.

As árvores agem como seguranças do ecossistema urbano por ter uma interação com liquens, que são grandes bioindicadores, abrigam e alimentam pássaros que predam e controlam o aumento de insetos (BATISTA, 2017).

Portanto, este projeto teve como objetivo identificar as principais árvores localizadas na Praça do Mitre e nas dependências do 5° Colégio da Polícia Militar em Foz do Iguaçu-PR,

[1] Acadêmico do Curso de ciências biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Acadêmico do Curso de ciências biológicas do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutora em Ciências Biológicas: Biologia Celular e Molecular. Docente do Curso de Ciências Biológicas no Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica.
[4] Mestre em Ecologia. Docente do Curso de Ciências Biológicas no Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica.

para então gerar informações e curiosidades sobre as espécies existentes para a população, além de sugerir o plantio de novos exemplares para aumentar a arborização da praça.

METODOLOGIA

O levantamento de flora arbórea acontece em algumas etapas e processos, e são eles: a coleta dos materiais necessários (ramos das árvores), a herborização, a secagem dos ramos e a montagem das exsicatas seguidas pela identificação dos táxons que é o mais importante.

- Coleta

Os exemplares foram coletados em uma visita da seguinte forma: para que a coleta dos ramos das árvores aconteça é necessário que estejam presentes certos materiais como: prensa de madeira com disposição das talas de mateira de modo vazado, para carregar as plantas a serem secas, junto com papel absorvente (jornal o mais indicado), cordas, pedaços de papelão, tesoura de poda e podão com cabo telescópico ou uma escada para alcançar os ramos mais altos.

O primeiro passo na coleta, consiste em utilizar uma escada ou podão é necessário pegar uma parte da árvore que tenha pelo menos 3-4 folhas, flores e se possível os frutos para poder ajudar melhor na identificação. Seguinte, anotar sobre as características e informações dos ramos coletados: como a cor, onde foi coletado, quem foi o coletor, a data e a hora que ocorreu a coleta.

- Herborização

Como o primeiro passo da herborização é necessário por um papelão por cima da prensa seguida pelo ramo da árvore bem visível e depois um jornal por cima de cada ramo, este processo vai se repetindo até conter um acúmulo ou um monte e depois adicionar mais 1 papelão no meio para ajudar na absorção e no aplanamento. Novamente o processo de adicionar jornal e o ramo acontece até finalizar a herborização de todos os ramos e por fim é só fechar com a outra parte da prensa.

- Secagem

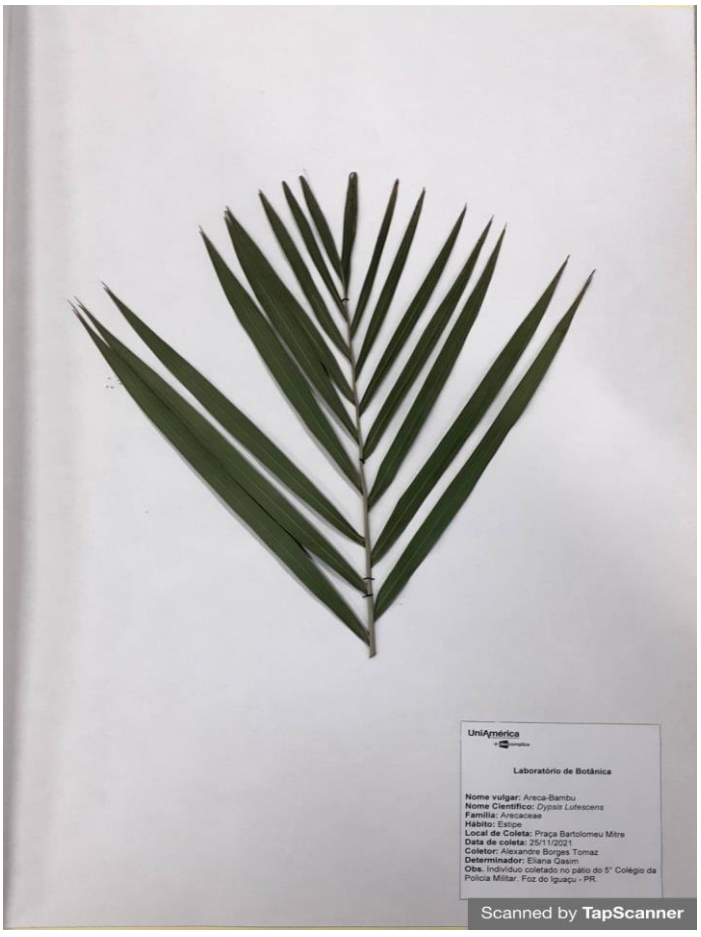
Depois de fechar a prensa, é necessário que tenha uma pressão nela com as mãos e em seguida com as duas cordas de lados opostos que é suposto apertar e amarrar bem para poder fixar todo material junto. Em seguida, é levar para uma estufa por 2-3 dias para poder

secar.

- Montagem de exsicatas

Quando a planta estiver pronta é coser ela em um papel cartão com uma linha e agulha de costura, adicionar e colar um papel pequeno com os dados de identificação, Por cima do ramo seco fazer uma capa com papel vegetal para tapar, fazer uma capa maior para guardar a exsicata usando cartolina e por fim identificar ela utilizando o livro das chaves das árvores que neste caso são do Brasil, utilizando os táxons e se necessário uma pequena descrição da planta (Figura 1).

Figura 1. Exsicatas feita pelos estudantes



- Registro, no Livro Tombo

Depois de todas as exsicatas estarem prontas, é feita a identificação utilizando chaves de taxonomia e então todas as informações de identificação são passadas para o livro tombo: nomenclatura científica, autor, nome vulgar, coletor, determinador, hábito, família, local de coleta e observações pertinentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O resultado foi de 31 árvores no total, 6 estão dentro do colégio e 25 em frente ao colégio. Depois da realização da coleta dos ramos e da identificação, teve-se a certeza de que existem 11 espécies espalhadas pelo colégio que iram ser citadas na tabela 1.

Tabela 1. Espécies de árvores.

Espécies	Localização	Total
Palmeira real	Dentro do colégio	8
Magnólia amarela	Fora do colégio	1
Flamboyant	Fora do colégio	1
Sibipiruna	Dentro e fora	7
Pitangueira	Fora do colégio	1
Ipê roxo	Fora do colégio	9
Areca bambu	Dentro do colégio	1
Mangueira	Dentro do colégio	1
Tuia	Fora do colégio	2

Foram feitas placas de identificação para cada árvore, como pode ser observado no exemplo abaixo (Figura 2).

Figura 2. Exemplo de placas de identificação.

Por último, o resultado que se teve sobre a demanda paisagística em frente ao colégio para plantar árvores foi de plantar 6 árvores, 1 ao lado esquerdo e uma ao lado direito de cada banco (são 3 bancos). Decidiu-se que seria plantada qualquer espécie de Ipê em função das raízes profundas que não danificam a calçada e porque essas árvores florescem flores perfeitas que iria contribuir mais para um melhor paisagismo como também para fornecer sombra para as pessoas**.**

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os objetivos da demanda foram todos realizados com sucesso e é importante que as árvores estejam em um local com muito movimento porque as pessoas conseguem ter mais acesso a informações das espécies quando se trata deste tipo de trabalho de placas com QR Codes.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Érika Maria de Abreu et al**. Levantamento e identificação das árvores usadas na arborização de algumas ruas do município de Sumé-PB**. 2017.

DE CARVALHO, José Adenilson; NUCCI, João Carlos; VALASKI, Simone. **Inventário das árvores presentes na arborização de calçadas da porção central do bairro Santa Felicidade–Curitiba/PR**. Revista da Sociedade Brasileira de Arborização Urbana, v. 5, n. 1, p. 126-143, 2010.

ESSIssi, Liliane. **Coleta e herborização de angiospermas (noções)**. Youtube, 17 março 2020. Disponível em https://www.youtube.com/watch?v=SpnElGboxEk&ab_channel=LilianaEssi. Acesso em 14 de outubro de 2021

Experimentoteca. Prensa para flores e folhas (como fazer exsicatas para herbário). Youtube, 26 fe fevereiro 2016. Disponível em < https://www.youtube.com/watch?v=reuCBWSlAEU&ab_channel=Experimentoteca> acesso em 25 de outubro de 2021

PLANTAS MEDICINAIS COM POTENCIAL TÓXICO UTILIZADAS PELA POPULAÇÃODE FOZ DO IGUAÇU - PR

Danielli Avila Piana[1],Gislaine Triche Motta[1], Maria Gabriela Portilho Schulz[1],Adriane Cristina Guerino[2], Roberto de Albuquerque Leimig[3]

INTRODUÇÃO

As plantas medicinais são utilizadas pela humanidade desde a antiguidade para prevenção, tratamento e cura de diversas patologias. Foram milhares de anos de observação e experimentação pelos povos primitivos que permitiram um melhor entendimento das possíveis propriedades terapêuticas apresentadas por determinadas espécies de plantas, possibilitando dessa forma a propagação de tais conhecimentos de geração em geração, tornando-se parte da cultura popular (TUROLLA & NASCIMENTO, 2006).

Um dos fatores que explica a ampla utilização de plantas medicinais está relacionado aoalto custo de medicamentos, influenciando assim, pessoas com baixo recurso financeiro optarem cada vez mais pelo consumo de fitoterápicos (ARGENTA, 2011). No Brasil, as plantas medicinais são consumidas por meio de chás, cápsulas e óleos essenciais, possuindo pouca ou nenhuma comprovação de fato sobre suas propriedades farmacológicas (MARTINS & GARLET, 2016).

Os estudos do óleo essencial foram iniciados no século XIX e início do século XX por químicos orgânicos, que estavam interessados pela sua importância como venenos, drogas medicinais, materiais industriais e aromatizantes. Para as indústrias os óleos essenciais são um grupo de matérias primas para a perfumaria, alimentos e farmacêutica (SOUZA & MEIRA, 2010).

O emprego de plantas medicinais supostamente inofensivas à saúde, pode acabar resultando em efeitos adversos, já que, uma mesma planta pode causar tanto consequências benéficas quanto maléficas, conforme o modo de preparo e a dosagem da mesma (GOMES et al., 2001). Dessa forma, a toxicidade por plantas medicinais pode ser considerada um problema de saúde pública (MARTINS & GARLET, 2016).

[1] Acadêmica do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Doutora em Ciências, docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3] Mestre em Ciências, docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
E-mail do autor correspondente: daniellipiana@gmail.com; gislainemottaa@gmail.com; mgabischulz@gmail.com

METODOLOGIA

Para dar início a realização do presente projeto integrador, foi elaborado um questionário através da plataforma *Google Forms* com quatro perguntas sobre o conhecimento e uso de plantas medicinais, e divulgado para moradores de Foz do Iguaçu - PR através das redes sociais. Dentre as perguntas foram disponibilizadas vinte espécies de plantas medicinais com suas respectivas imagens para que a população pudesse selecionar quais eram as mais utilizadas e conhecidas, sendo elas: Alecrim (*Salvia rosmarinus*), Amora silvestre (*Rubus plicatus),* Aranto (*Bryophyllum daigremontianum),* Aroeira (*Schinus terebinthifolia)*, Arruda (*Ruta graveolens*), Bálsamo (Sedum dendroideum), Babosa (*Aloe vera*), Boldo (*Peumus boldus),* Calêndula (*Calendula officinalis),* Confrei (*Symphytum officinale*), Erva cidreira (*Melissa officinalis*), Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*), Guaco (*Mikania glomerata*), Jurubeba (Solanum paniculatum), Kava (*Piper methysticum*), Losna (*Artemisia absinthium*), Louro (*Laurus nobilis*), Quebra-pedra (*Phyllanthus niruri*), Sálvia (*Salvia officinalis*), Sene (*Cassia senna*).

Através dos dados coletados, foi realizada uma pesquisa sobre as plantas para a elaboração de uma cartilha contendo diversas informações sobre a toxicidade das espécies, caso apresentassem, e acerca dos cuidados que precisam ser tomados ao utilizar qualquer planta com propriedades fitoterápicas. Na cartilha foram colocadas as dez espécies de plantas medicinais mais conhecidas e utilizadas pelos moradores da cidade, indicadas através do formulário *online*.

O questionário ficou disponível por um período de 25 dias e continha quatro perguntas e obteve ao total 185 respostas, sendo a cartilha elaborada posteriormente a partir dos dados obtidos.

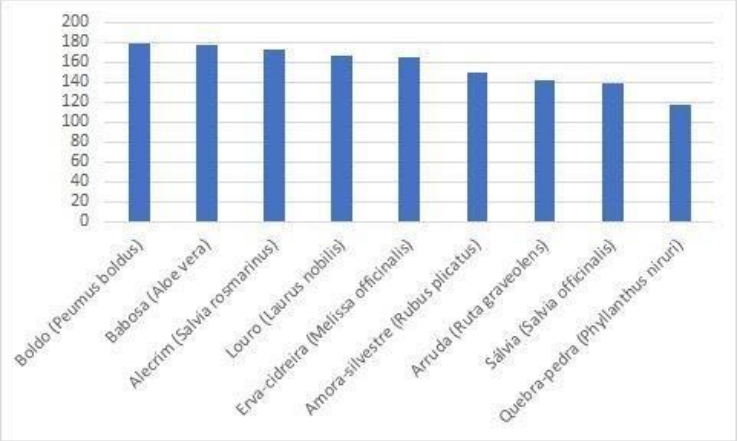
RESULTADOS

Após aguardar o tempo estipulado para conseguir as respostas, os dados foram tabulados e foi possível observar que 81,1% das pessoas consomem algo a partir de plantas medicinais e apenas 68,1% das pessoas têm o conhecimento que os medicamentos fitoterápicos podem causar efeitos colaterais.

Com isso as 10 espécies de plantas selecionadas com mais respostas para a cartilha foram Alecrim (*Salvia rosmarinus*) com 173 respostas, Amora silvestre (*Rubus plicatus)* com 150 respostas*,* Arruda (*Ruta graveolens*) com 142 respostas,sele Babosa (*Aloe vera*) com 177 respostas, Boldo (*Peumus boldus)* com 179 respostas*,* Erva cidreira (*Melissa officinalis*) com 165 respostas, Guaco (*Mikania glomerata*) com 117 respostas, Louro (*Laurus nobilis*) com 167 respostas, Quebra-pedra (*Phyllanthus niruri*) com 118 respostas e Sálvia (*Salvia*

officinalis) com 139 respostas.

Figura 1. . As 10 espécies de plantas mais conhecidas e votadas no formulário *online*



Na cartilha (Figura 2) foi colocada uma foto de cada espécie de planta, com breve descrição, parte da planta utilizada, contra indicação e toxicidade.

Figura 2. Capa da cartilha informativa contendo informações sobre a toxicidadedas espécies.

Constatou-se então que três espécies de plantas possuem, de fato, substâncias tóxicas. Sendo elas: Arruda (*Ruta graveolens*), que pode causar fotodermatite de contato quando exposta a raios solares, desde que seja na forma de óleo essencial ou plantafresca, devido a presença de metilnonil, metilnonilcarbinol, pineno e limoneno (IFSUL, S.D.); a Babosa (*Aloe vera*), que contém uma substância chamada antraquinona em sua camada amarela, que deve ser descartada, caso contrário pode provocar dor abdominal, náuseas, vômitos e diarreia (G1, 2011); e a Erva-cidreira (*Melissa officinalis*), que apresenta as substâncias linalol e terpineol, que podem afetar o sistema nervoso (GUGINSKI, 2007).

As espécies restantes apresentam toxicidade apenas se consumidas

excessivamente. O Guaco (*Mikania glomerata*) pode causar diarreia e vômito (ZUBER et al., 2016); a Quebra-pedra (*Phyllanthus niruri*) pode aumentar a eliminação de minerais importantes através da urina (MUXFELDT, 2017), a Sálvia (*Salvia officinalis*) é capaz de desencadear crises epilépticas em pessoas com epilepsia (RABELO, S.D.); a Amora-silvestre (*Rubus plicatus*) pode acabar acelerando os movimentos intestinais, provocando diarreia (PANEGASSI, S.D.); o Louro (*Laurus nobilis*) pode causar gastrite e úlceras devido às lactonas e taninos (HORTO DIDÁTICO, 2020); o Alecrim (*Salvia rosmarinus*) é capaz de causar irritação renal e gastrointestinal (OLIVEIRA & VEIGA, 2019), e o Boldo (*Peumus boldus*) pode causar intoxicação no fígado e náuseas (RUIZ et al., 2008).

Após todas as informações coletadas serem expostas na cartilha informativa, ela foi enviada através do *e-mail* dos participantes do formulário que demonstraram interesse em recebê-la.

REFERÊNCIAS

TUROLLA, M. S. R.; NASCIMENTO, E. S. **INFORMAÇÕES TOXICOLÓGICAS DE ALGUNS FITOTERÁPICOS UTILIZADOS NO BRASIL**. 2006. Disponível em: <scielo.br/j/rbcf/a/Jtb4HWgGG7zPtpyw9zDmkTs/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 de maio de 2021.

ARGENTA, S. C.; ARGENTA, L. C. PLANTAS MEDICINAIS: CULTURA POPULAR VERSUS CIÊNCIA. **Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI,** v.7, n.12, p.52-60. 2011. Disponível em: <reitoria.uri.br/~vivencias/Numero_012/artigos/artigos_vivencias_12/n12_05.pdf>. Acesso em: 10 de maio de 2021.

SOUZA, S. A. M.; MEIRA, M. R. ÓLEOS ESSENCIAIS: ASPECTOS ECONÔMICOS E SUSTENTÁVEIS. ENCICLOPÉDIA BIOSFERA, **Centro Científico Conhecer.** Goiânia, v.6, N.10, p. 01-11, 2010. Disponível em: <conhecer.org.br/enciclop/2010b/oleos.pdf>. Acesso em: 07 de junho de 2021.

MARTINS, M.C.; GARLET, T. M. B. DESENVOLVENDO E DIVULGANDO O CONHECIMENTO SOBRE PLANTAS MEDICINAIS. **Revista Eletrônica em Gestão, Educação e Tecnologia Ambiental Santa Maria**, v.20, n.1. Rio Grande do Sul, 2016. Disponível em: <periodicos.ufsm.br>. Acesso em: 07 de junho de 2021.

GOMES, E. C.; SELPO, E. R.; GABRIEL, M. M.; LOPES, M. Plantas medicinais com características tóxicas usadas pela população do município de Morretes, PR. **Revista Visão Acadêmica,** v.2, n.2, p.77-80, 2001. Disponível em: <revistas.ufpr.br/academica/article/view/490>. Acesso em: 07 de junho de 2021.

Plantas Medicinais. **Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Minas Gerais.** S.D. Disponível em: <www2.muz.ifsuldeminas.edu.bí/plantasmedicinais/p14.html>. Acesso em: 21 de junho de 2021.

MUXFELDT, P. Chá de quebra-pedra: benefícios e riscos. **CCM Saúde.** 4 de julho de 2017. Disponível em: <saude.ccm.net/faq/7428-cha-de-quebra-pedra-beneficios-e-riscos>. Acesso em: 26 de maio de 2021.

RABELO, G. Efeitos colaterais nocivos da Sálvia. **Vix**. S.D. Disponível em: <vix.com/pt/bdm/medicina-alternativa/1127/efeitos-colaterais-nocivos-da-salvia>. Acesso em: 29 de abril de 2021.

RUIZ, T. G. A. L.; TAFFARELO, D.; SOUZA, H. S. V.; CARVALHO. J. E. Farmacologia e Toxicologia de Peumus boldus e Baccharis genistelloides. **Revista Brasileira de Farmacognosia**. Junho de 2008. Disponível em: <scielo.br/j/rbfar/a/PgnvSBRct5YnmpNKFSnfNQR/?lang=pt>. Acesso em: 29 de abril de 2021.

OLIVEIRA, J. C. A.; VEIGA, R. S. Impacto do uso do alecrim - Rosmarinus officinalis L. - paraa saúde humana. **Brazilian Journal of Natural Sciences.** Versão Online ISSN 2595 - 0584 Edição nº 2 - vol. 1 - Fevereiro 2019. Disponível em: < http://www.bjns.com.br/index.php/BJNS/article/view/40/27> Acesso em: 26, maio, 2021.

GUGINSKI, G. **Análise das propriedades farmacológicas do extrato etanólico de Melissa officinalis L**. Dissertação (Mestrado em Farmacologia). P.1-110, setembro 2007 Disponível em: <repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/90477/255932.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

Anvisa proíbe bebidas e alimentos à base de aloe vera. **G1**. São Paulo, 14 de novembro de 2011. Disponível em: <g1.globo.com/ciencia-e-saude/noticia/2011/11/anvisa-proibe-bebidas-e-alimentos-base-de-aloe-vera.html>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

ZUBER, J.; ALEXANDRE, J.; CARNEIRO, J.; DOMINGUES NETA, M. E. S.; MAIA, S.; GENARI, A. L. CONSIDERAÇÕES SOBRE O TEMA FARMÁCIA VIVA, OS FITOTERÁPICOS MAIS UTILIZADOS. 2016. Disponível em: <researchgate.net/profile/Taina-Melo/publication/314478205_Avaliacao_com_fotometria_de_membros_inferiores_em_criancas_com_paralisia_cerebral_que_fazem_tratamento_com_terapia_neuromotora_intensiva/links/58c2ba2645851538eb805c0e/Avaliacao-com-fotometria-de-membros-inferiores-em-criancas-com-paralisia-cerebral-que-fazem-tratamento-com-terapia-neuromotora-intensiva.pdf#page=23>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

LOURO. **Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS**. Santa Catarina, 13 de fevereiro de 2020. Disponível em: <hortodidatico.ufsc.br/louro>. Acesso em: 07 de maio de 2021.
PANEGASSI, J. Amora: benefícios da fruta e de suas folhas, receitas e nutrientes. **Minha vida**. S. D. Disponível em: <minhavida.com.br/alimentacao/tudo-sobre/21418-amora>. Acesso em: 07 de maio de 2021.

DIREITO

Além da Advocacia, Defensoria, Magistratura, Ministério Público, Delegado ou Auditor, os profissionais de direito podem atuar como consultores e ainda na prevenção de lides judiciais, mediante a justiça restaurativa e técnicas de mediação, conciliação e arbitragem

A INTEGRAÇÃO DE IMIGRANTES E REFUGIADOS NO MERCADO DE TRABALHO FORMAL DE FOZ DO IGUAÇU

Milena Vitoria Defante[1], Gabrielli Oliveira[2], Thais Adrieli Rodrigues[3], Maria Madalena S. de S. Esteves[4],Rodrigo Marchioli[5]

INTRODUÇÃO

Este artigo tem o intuito de abordar a atuação dos imigrantes e refugiados dentro do mercado de trabalho formal na cidade de Foz do Iguaçu, no estado do Paraná. A problemática envolta dos imigrantes e refugiados sempre foi uma questão recorrente da fronteira, porém após o início da pandemia do novo coronavírus a situação foi, de certa forma, controlada. A pandemia do Covid-19 vem afetando drasticamente toda a economia mundial, em especial na América Latina.

Após a flexibilização das fronteiras, Foz do Iguaçu voltou a ser destino de imigrantes e refugiados que buscam melhores condições de vida ou apenas fugir da miséria de seus respetivos países. Inicialmente é necessário diferenciar e conceituar alguns termos utilizados no decorrer do projeto.

[1] Acadêmica do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3]Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[4] Docente do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[5] Mestre em Direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP), com ênfase em comércio internacional e globalização econômica; especialista em Mediação & Arbitragem pela Fundação Getúlio Vargas (FGV); e, associado do Chatered Institute of Arbitrators (CIArb). Docente do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. Advogado especializado em Direito Marítimo e comércio exterior; árbitro no Centro Brasileiro de Arbitragem Marítima (CBAM) e na Santos- Arbitral. Pioneiro no Brasil em Arbitragem Marítima doméstica e sócio-fundador do CBAM. Membro das Comissões de Direito Aduaneiro e Direito Marítimo da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccionais de São Paulo e Santos.

E-mail do autor correspondente: milenadefante02@Gmail.com

A integração pode ser conceituada como um convívio de várias pessoas com suas peculiaridades em harmonia.

É considerado um imigrante o indivíduo que entra em um país estrangeiro com o objetivo de residir ou de trabalhar. Já o imigrante irregular é o indivíduo que não cumpre os requisitos de entrada, permanência e exercício de atividades no território nacional.

É entendido como refugiado qualquer pessoa que, temendo ser perseguida por motivosde raça, religião, nacionalidade, grupo social ou opiniões políticas, se encontra fora de seupaís de origem.

O imigrante e o refugiado são distintos pois enquanto o imigrante escolhe habitar em um novo país, visando uma melhor condição de vida, o refugiado não tem essa escolha poissai de seu país de origem por conta do risco a sua integridade física e psicológica.

O contexto de imigrantes e refugiados em Foz do Iguaçu parece ser bastante contrastante com a realidade da Tríplice Fronteira e o polo turístico da região. Enquanto turistas e trabalhadores fronteiriços estão em evidência, a população de imigrantes e refugiados na região passa despercebida. Diante dessa constatação, após os dados estatísticos obtidos junto a atores do meio de imigração e refúgio da região, a intenção do presente trabalho é destacar a situação dessa população quanto ao acesso ao mercado de trabalho formal.

METODOLOGIA

Para a realização desse projeto, foi utilizado a metodologia teórica empírica. As pesquisas bibliográficas foram realizadas através de artigos relacionados ao tema, pesquisas na legislação vigente e em órgãos que lidam com diretamente com os imigrantes e refugiados em Foz do Iguaçu, como a Polícia Federal, Agência do Trabalhador e a Casa do Migrante.

A cidade de Foz do Iguaçu possui suas particularidades, por se tratar de uma cidade fronteiriça e turística, nesse sentido, a primeira etapa do projeto tinha como objetivo a compreensão das dimensões das problemáticas referente aos imigrantes e refugiados na região da Tríplice Fronteira. Desse modo, o levantamento de dados foi iniciado após a identificação dos responsáveis pelo controle e auxílio dos imigrantes e refugiados em Foz do Iguaçu.

Por meio do mentor foi possível compreender a relevância do tema em Foz do Iguaçu, também foi debatido a forma de organização de tópicos para iniciar o artigo. Os imigrantes e refugiados, em geral, chegam na cidade fragilizados, tanto fisicamente quanto psicologicamente e não possuem recursos financeiros para sua própria sobrevivên cia,

Ao ser iniciado o artigo, os dados coletados e as informações constadas nos materiais enviados pelo mentor foram evidenciados e relacionados aos conteúdos que buscam tratar a realidade vivenciada em Foz do Iguaçu.

A cidade de Foz do Iguaçu está inserida em alguns projetos referente a integração dos imigrantes e refugiados no mercado de trabalho formal. Atualmente a América Latina sofre com um retrocesso de políticas sociais e econômicas, fato que resulta em considerável aumento da migração de países vizinhos, como Argentina, Paraguai, Venezuela, Chile, entre outros. Os indivíduos que se inserem na sociedade iguaçuense busca melhorias a vida econômica e social.

Dentre as inúmeras etapas exercidas durante o desenvolvimento do projeto integrador de extensão, cabe citar as reuniões com o mentor, reuniões em grupo, divisão de tarefa, coleta de dados, entre outros, segue abaixo dias e a descrição das tarefas realizadas.

Etapas:
15/03/2021 – Reunião em grupo

26/03/2021 – Atualização do projeto para mentor, via e-mail

28/03/2021 – Início de pesquisa bibliográfica
07/04/2021 – Reunião com mentor 08/04/2021 – Início de levantamento de dados
25/04/2021 – Atualização dos progressos em grupo04/05/2021 – Reunião com mentor

Esse projeto é classificado como projeto comunitário de pesquisa, seu objetivo é fazer breve exploração sobre a integração de imigrantes refugiados no mercado de trabalho formal de Foz do Iguaçu, foi elaborado no âmbito de projeto de extensão universitária no curso de Direito da Universidade União das Américas – Uniamérica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a realização desse projeto, foi necessário compreender o os conceitos de imigrantes e refugiados e qual o processo de socialização dentro da sociedade, assim

iniciamos as pesquisas bibliográficas com base nos artigos indicados pelo mentor do projeto Daniel Bertolucci. Após isso tivemos nossa primeira reunião, compartilhamos os resultados da pesquisa e buscamos alinhar nossos objetivos dentro da cidade de Foz do Iguaçu.

Para a coleta de dados, a primeira etapa foi o envio de um requerimento junto a PolíciaFederal, solicitando informações referente a quantidade de imigrantes e refugiados em Foz do Iguaçu e suas respectivas idades, também entramos em contato com a Casa do Imigrante, a qual atende imigrantes da Argentina e Paraguai, que residem ou trabalham na cidade eprecisam oficializar ou atualizar documentos pessoais, a Casa do Migrante também realiza umtipo de processo de triagem a fim de encaminhar os imigrantes e refugiados aos locais de apoio do município.

Desde a formação de Foz do Iguaçu existem movimentos intensos de migração, o município está localizado em uma região fronteiriça, conhecida como Tríplice Fronteira, ondeFoz do Iguaçu faz fronteira com Puerto Iguazú, na Argentina e Ciudad del Leste, Paraguai. Oslimites de cada país foram definidos sobre os Rios Iguaçu.

Foz do Iguaçu motivada pela característica de ser um polo turístico recebe inúmeros estrangeiros anualmente, porém, ainda existe certa “invisibilidade” referente aos imigrantes e refugiados que buscam recomeçar a vida na Tríplice Fronteira.

Após o final da etapa de coleta de dados e discussão quanto ao tema, uma nova reunião foi realizada junto ao mentor, buscando organizar os dados para iniciarmos o artigo científico. O objetivo é realizar a entrega de um conteúdo que poderá ser utilizado como material bibliográfico referente a esse tema, pois compreendemos a importância de abordá-lo em Foz do Iguaçu.

Para a plena compreensão referente aos direitos dos imigrantes e refugiados no território brasileiro, a base de dados foi a legislação vigente que dispõe sobre os direitos dos imigrantes e refugiados. A Lei nº 13.445 dispõe sobre a Migração, o artigo 4º, discorre sobre as garantias e os direitos dos migrantes em território brasileiro.

> “Art. 4º Ao migrante é garantida no território nacional, em condição de igualdade comos nacionais, a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurançae à propriedade, bem como são assegurados:
> I - direitos e liberdades civis, sociais, culturais e econômicos; II - direito à liberdade de circulação em território nacional;
> III - direito à reunião familiar do migrante com seu cônjuge ou companheiro e seusfilhos, familiares e dependentes;
> IV - medidas de proteção a vítimas e testemunhas de crimes e de violações de direitos; V - direito de transferir recursos decorrentes de sua renda e economias pessoais aoutro país, observada a legislação aplicável;
> VI - direito de reunião para fins pacíficos;
> VII - direito de associação, inclusive sindical, para fins lícitos;

> VIII - acesso a serviços públicos de saúde e de assistência social e à previdência social, nos termos da lei, sem discriminação em razão da nacionalidade e da condição migratória;
> IX - amplo acesso à justiça e à assistência jurídica integral gratuita aos que comprovarem insuficiência de recursos;
> X - direito à educação pública, vedada a discriminação em razão da nacionalidade e dacondição migratória;
> XI - garantia de cumprimento de obrigações legais e contratuais trabalhistas e de aplicação das normas de proteção ao trabalhador, sem discriminação em razão da nacionalidade e da condição migratória;
> XII - isenção das taxas de que trata esta Lei, mediante declaração de hipossuficiência econômica, na forma de regulamento;
> XIII - direito de acesso à informação e garantia de confidencialidade quanto aos dadospessoais do migrante, nos termos da Lei nº 12.527, de 18 de novembro de 2011 ;
> XIV - direito a abertura de conta bancária;
> XV - direito de sair, de permanecer e de reingressar em território nacional, mesmo enquanto pendente pedido de autorização de residência, de prorrogação de estada ou de transformação de visto em autorização de residência; e
> XVI - direito do imigrante de ser informado sobre as garantias que lhe são asseguradaspara fins de regularização migratória."

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho buscou abordar as problemáticas referente a inclusão dos imigrantes e refugiados em Foz do Iguaçu.

Os imigrantes e refugiados são tema de discussão a décadas na Tríplice Fronteira, esses indivíduos procuram uma vida digna e oportunidades de recomeço, porém, infelizmente a realidade de Foz do Iguaçu é bem diferente. Os imigrantes e refugiados, em sua maioria vivem em situação de vulnerabilidade e lidam com diversas dificuldades diariamente, uma problemática que vem os afetando gravemente é a atual pandemia do Covid19.

Foz do Iguaçu ainda encontra dificuldades acerca da validação de cursos e diplomas estrangeiros, bem como a saúde pública e a educação, uma opção adequada seria a criação de novos projetos de lei, buscando amparar e preencher as lacunas referente a esse assunto, nesse sentido, se conclui a existência da necessidade de implementação de políticas púbicas especificas capazes de amparar adequadamente toda essa população.

Por fim, cabe ressaltar a necessidade de levar a conhecimento dos imigrantes e refugiados todos os amparos legais que possuem em seu favor enquanto estiverem no Brasil, sendo viável companhas para levar informações referente a esse assunto, para que dessa forma não se submeterem a exploração do trabalho irregular.

AGRADECIMENTOS

O sucesso desse projeto integrador vem de um esforço mútuo e da escolha de um excelente mentor, a mentoria foi realizada pelo mestre em Direitos Humanos pela Faculdade de Direito da Universidade de São Paulo, o sr. Daniel Bertolucci, que auxiliou em todas as etapas do projeto e apresentou os caminhos para a coleta de informações de qualidade para a existência da possibilidade da realização de um artigo bem estruturado e com conteúdo relevante sobre os imigrantes e refugiados na cidade de Foz do Iguaçu.

Agradecemos também ao professor orientador responsável por esse projeto integrador,professor Rodrigo Marchioli, que guiou com maestria todas as etapas desse projeto integrador de extensão, sanando todas as dúvidas e repassando seus vastos conhecimentos sobre projetos de pesquisa, sem sua orientação possivelmente esse trabalho não atingiria seus objetivos.

REFERÊNCIAS

ACNUR. **Acordos sólidos para migrantes e refugiados precisam ser criados com urgência**. Disponível em: https://www.acnur.org/portugues/2017/09/21/acordos-solidos-para-migrantes-e-refugiados-precisam-ser-criados-com-urgencia/. Acesso em 01 de julho de 2021.

BRASIL, **Lei 13.445, 24 de maio de 2017**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/l13445.htm. Acesso em: 24 de junho de 2021.

BRASIL, **Lei nº 9.474, 22 de julho de 1997**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9474.htm. Acesso em: 24 de junho de 2021.

Cardoso NA, Moura R. **Regiões de fronteiras e fluxos migratórios: o caso do Paraná**. In: Penha B, Desiderá Neto WA, Moraes RF de. O Mercosul e as regiões de fronteira. Rio de Janeiro; 2017. p. 53-80.

Carvalho, Amanda Bezerra de. **Considerações acerca do trabalhador imigrante irregular sob a ótica do direito brasileiro e dos direitos humanos fundamentais**. I Congresso Interinstitucional UNISC/URCA.

CAVALCANTI, L; OLIVEIRA, T.; MACEDO, M., **Imigração e Refúgio no Brasil**. Relatório Anual 2019. Série Migrações. Observatório das Migrações Internacionais; Ministério da Justiça e Segurança Pública/ Conselho Nacional de Imigração e Coordenação Geral de Imigração Laboral. Brasília, DF: OBMigra, 2019.

JAQUEIRA, Manoela Marli et al. **O trabalhador imigrante em Foz do Iguaçu: a legislação trabalhista sob a perspectiva dos direitos fundamentais e humanos**. 2016.

MILESI, Rosita; DE ANDRADE, William Cesar. **A sociedade civil na atenção aos imigrantes e refugiados**–O agir do IMDH. Migrações e Trabalho, p. 175, 2015.

MOREIRA, Julia Bertino; BAENINGER, Rosana. Local **integration of refugees in Brazil**. Forced Migration Review, n. 35, p. 48, 2010.

TORRES, Daniel Bertolucci. **Trabalhadores imigrantes e a responsabilidade da Empresa**. ARACÊ–Direitos Humanos em Revista, v. 2, n. 3, p. 96-115, 2015.

TORRES, Daniel Bertolucci. **Refúgio e proteção trabalhista no Brasil: um estudo a partirda cidade de São Paulo**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo

A PROTEÇÃO JURÍDICA DOS IMIGRANTES EM SITUAÇÃO DE PROSTITUIÇÃO NA FRONTEIRA

Eduardo Cordeiro[1], Gabriella Santana[2], Gabrielly Erdmann[3], Rafaela Medina[4], Maria Madalena S. de S. Esteves[5], Rodrigo Marchioli[6].

INTRODUÇÃO

O presente resumo expandido tem como objetivo principal evidenciar a situação dos imigrantes em condição de prostituição nas fronteiras do Brasil, com enfoque central na tríplice fronteira de Foz do Iguaçu, a fim de esclarecer seus direitos e deveres, assim como a devida proteção jurídica estabelecida em nossa constituição.

Neste contexto, inicialmente o estudo aborda a questão da imigração como parte da formação histórico-social brasileira, demonstrando a porcentagem de imigrantes desde o descobrimento do país até os dias atuais, com o crescente fluxo imigratório, e como isso vem afetando as questões políticas e culturais no atual cenário.

Por conseguinte, do ponto de vista imigratório, são apresentados os principais motivos para a vinda ao Brasil, salientando como se deu a jornada do imigrante no país e como a prostituição se tornou seu refúgio final.

Em seguida, inobstante de tabus, é explicitada a realidade nua e crua dessa população, retratando suas lutas e desafios diários, e demonstrando como estão sendo marginalizadas atualmente no que diz respeito ao princípio da dignidade humana e outros fundamentos do ordenamento jurídico-constitucional.

[1] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[4] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[5] Docente do Cruso de Direito do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[6] Mestre em Direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP), com ênfase em comércio internacional e globalização econômica; especialista em Mediação & Arbitragem pela Fundação Getúlio Vargas (FGV); e, associado do Chatered Institute of Arbitrators (CIArb). Docente do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. Advogado especializado em Direito Marítimo e comércio exterior; árbitro no Centro Brasileiro de Arbitragem Marítima (CBAM) e na Santos- Arbitral. Pioneiro no Brasil em Arbitragem Marítima doméstica e sócio-fundador do CBAM. Membro das Comissões de Direito Aduaneiro e Direito Marítimo da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccionais de São Paulo e Santos.

Ademais, no mesmo âmbito, é evidenciada a estrita relação entre a prostituição e o tráfico humano, apresentando suas características e particularidades, tal como seus impactos na vida do imigrante.

Em suma, o trabalho em tela possui como premissa o estudo do fluxo de imigrantes em situação de prostituição nas fronteiras brasileiras, frisando conscientizar a sociedade a respeito desta população marginalizada, por meio da utilização do método hipotético dedutivo, a fim de fornecer conhecimento jurídico eficiente para os refugiados, de modo que se possa combater de forma efetiva a exploração sexual de imigrantes no Brasil.

METODOLOGIA

Para o desenvolvimento do atual projeto, foi-se utilizado como procedimento metodológico o estudo exploratório, por meio do método científico hipotético dedutivo. Desse modo, observou-se no momento de decisão do tema em questão, que embora houvesse diversas discussões a respeito de imigração e prostituição no Brasil, havia uma certa omissão no que dizia respeito aos imigrantes em situação de prostituição em nosso país, marginalizando ainda mais esta parte da população. Assim, também devido ao momento em que este é subscrevido, para a obtenção de informações foram desenvolvidas abundantes pesquisas on-line, principalmente por meio de artigos e dissertações, como no documento *'Prostituição feminina na tríplice fronteira: uma etnografia no Motel Belize'* (LORENZI, 2019) e também reportagens e códigos que tratavam do assunto. Ademais, para a coleta de dados, foi-se tomado como base alguns órgãos como a Policia Federal, o Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados (Acnur), o Ministério da Justiça e Segurança Pública, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e o Instituto Empatia do Desenvolvimento Humano.

Por fim, com o objetivo de conscientizar a população a respeito da problemática debatida, desenvolveu-se uma conta na rede social '*Instagram*', onde os integrantes do grupo realizaram postagens semanais nas quais expuseram alguns temas importantes acerca do assunto e também fizeram campanhas de ajuda para os imigrantes e refugiados residentes na tríplice fronteira de Foz do Iguaçu, conforme demonstram os anexos abaixo:

Fonte: mulhercomdireitos (Instagram)

Como consequência, embora o projeto tenha um teor jurídico, buscou-se explorar o contexto geral da discussão, esclarecendo os aspectos sociais e culturais da prostituição de imigrantes no Brasil e quais seus possíveis impactos na sociedade.

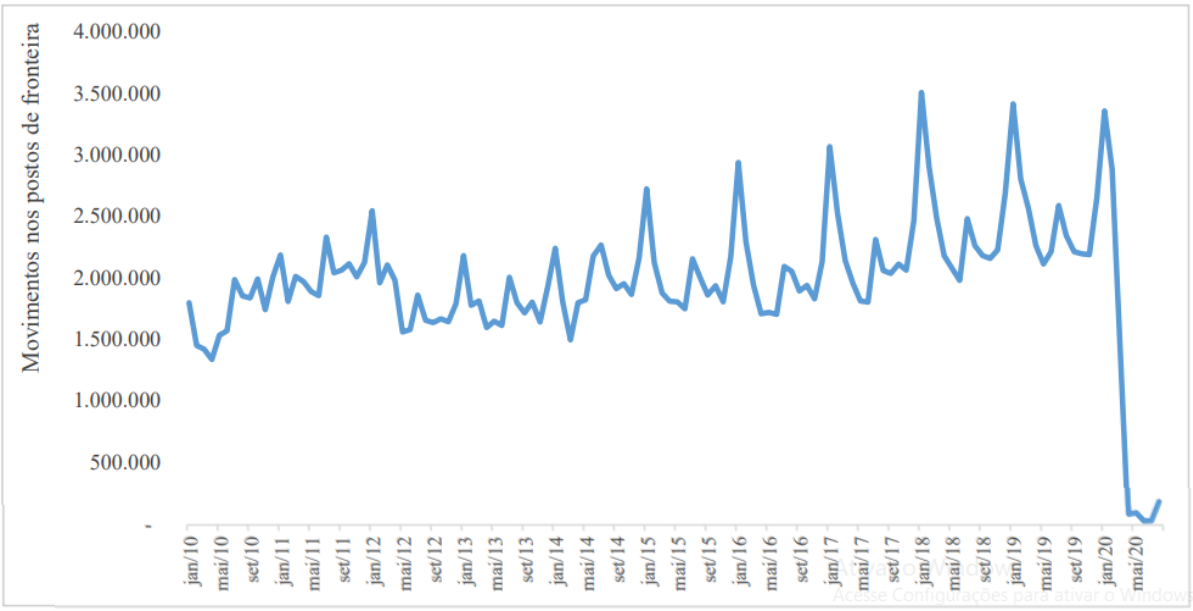
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Devido à formação histórica do Brasil, desde sua gênese este se caracteriza como diversificado culturalmente e etnicamente. Isto porque, desde 1530, diversas nacionalidades migraram ao país, o que culminou no estabelecimento de um sistema organizado de ocupação e exploração territorial.

Assim, de acordo com o Relatório Anual de 2020 do Portal de Imigração do Ministério da Justiça e Segurança Pública, entre 2011 e 2019 foram registrados mais de 1.085 milhões de imigrantes no Brasil, número que beira o quádruplo comparado a mesma porcentagem na década passada. Entretanto, este número abrange apenas os imigrantes que possuem todos os amparos legais, não levando em consideração aqueles que vivem no país de forma clandestina.

Ademais, também é necessário salientar que o crescente aumento de imigrações para o Brasil na última década ocasionou também num aumento exponencial de movimentações nas fronteiras brasileiras, fazendo-se necessário uma maior fiscalização nas aduanas do país. Todavia, com a atual pandemia do Covid-19, também conhecido como *coronavírus*, evidencia-se uma queda consideravelmente bruta neste número, conforme relata o gráfico abaixo.

Movimento pelos postos de fronteira no Brasil, 2010-2020



Fonte: elaborado pelo OBMigra, a partir dos dados da Polícia Federal, STI, 2020

Destarte, muito se debate a respeito do contexto de motivação que levou estes imigrantes a buscarem refúgio no Brasil, acredita-se que a principal razão seria a busca por melhores condições de vida, devido a questões econômicas, políticas e/ou sociais, como para escapar de conflitos violentos ou de perseguições em seus antigos lares, além do desemprego e a fome, já que a maioria é advinda de países subdesenvolvidos.

Contudo, o sonho de uma melhora de vida acaba se tornando distante ao adentrarem o país, visto que deparam-se com uma realidade totalmente diferente do esperado, já que de acordo com dados fornecidos pela Polícia Federal e pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), indica-se que há presença de imigrantes e/ou refugiados em 3.876 dos 5.568 municípios brasileiros, e destes, apenas 5% oferecem algum tipo de auxílio ou apoio aos refugiados.

Neste mesmo contexto, além da falta de apoio do governo brasileiro no que diz respeito a elaboração de políticas públicas eficazes e da dificuldade de comunicação advinda do idioma estrangeiro, os imigrantes ainda são alvos de uma crescente onda de xenofobia por parte de muitos brasileiros, sendo estigmatizados como portadores de doenças, ladrões e ameaças à sociedade. Esta onda é derivada de um preconceito que vem enraizado em nossa sociedade desde o início da migração no Brasil, onde eles já viam ao país com vista de aproveitar a belas oportunidades de emprego ofertadas antigamente e essa ideia é sustentada até hoje na cabeça de muitos brasileiros.

Apesar disso, com a crescente evolução da sociedade e dos movimentos sociais, inúmeras conquistas foram adquiridas pelos imigrantes no que diz respeito aos seus direitos. Inicialmente um dos primeiros direitos atribuídos aos imigrantes foi o Estatuto do Estrangeiro,

regulamentado pelo Decreto n° 88.715, de 10 de dezembro de 1981, do qual foi escrito sob uma ótica onde pensava apenas nos interesses nacionais, sendo a maior apologia para a criação do documento “resguardo ao trabalhador nacional”, ressaltando ainda que tal documento foi escrito em época que o país ainda passava pela ditadura militar.

Ato contínuo ao golpe parlamentar de 02 de abril de 1964, onde se deu o início a redemocratização que atualmente vivenciamos dando fim a ditadura militar, obtivemos a elaboração da Constituição Federal de 1988 (BRASIL,1988) que estabelece a igualdade de direitos e deveres para todos os seus residentes. Tal ato de democracia trouxa a elaboração da “Lei de Migração” ou Lei 13.445/2017 (BRASIL, 2017), regulamentada pelo Decreto 9.199/2017, onde o tratamento inicialmente dado os estrangeiros pelo estatuto, foi todo reformulado de uma forma humanitária.

Nessa nova onda de democratização os direitos fundamentais eram mais discutidos, o que fez com que o estatuto do estrangeiro não fosse mais viável a situação atual. Logo a Lei de migração foi formulada adentrando nos tratados internacionais que o Brasil estava participando em meados da década de 90. Com isso o estrangeiro passou a ser tratado como uma pessoa bem-vinda ao país e não como um potencial inimigo.

Tal lei para estar vigorando nos dias atuais demandou um período de tem entre reuniões e participações de representantes brasileiros em tratados internacionais. Em 2016 o Brasil participio da Cúpula de Líderes tendo como tema os refugiados, o então Ministro da Justiça Alexandre de Moraes assumiu a responsabilidade de receber humanitariamente refugiados sírios no país.

O presente documento contém 124 artigos dispondo sobre princípios e diretrizes que protegem e regulam os deveres e direito do imigrante. O artigo 3° da então lei, estabelece a inclusão social desses, por intermédio de políticas públicas. Em inúmeros artigos espalhados pelo diploma, dispõem sobre os direitos e deveres dos estrangeiros em relação ao trabalho, abordando um direito resguardo a todos. Deixando assim com que os imigrantes se sintam confortáveis e esperançoso com à vinda ao país visto o tanto de oportunidades ofertadas pelo mercado de trabalho brasileiro.

Não obstante do tema, ao contrário do que muitos pensam, o crescente fluxo imigratório afeta de forma positiva nosso país. Em concordância, uma pesquisa realizada pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), estabelece que os refugiados expandem o mercado doméstico e criam um emprego para cada vaga que ocupam. Ainda, eles foram responsáveis por quase um terço do crescimento econômico entre 2007 e 2013 em alguns países

No entanto, segundo notícia divulgada pela Universidade Federal de Minas Gerais, devido à pandemia causada pelo COVID-19, houve um aumento de aproximadamente 30% na taxa de desemprego dos imigrantes no Brasil.

Na tríplice fronteira do oeste do Paraná, onde segundo a pesquisa feita pela Polícia Federal (PF), existem 16.712 imigrantes na cidade de Foz do Iguaçu, sendo de 69 nacionalidades distintas, espalhados entre paraguaios no pique da lista, seguido de libaneses, chineses e outros.

No portal G1, é possível encontrar no meio de uma reportagem o depoimento de uma refugiada, onde ela diz a tristeza em vim sozinha a procura de melhores oportunidade para assim conseguir deslocar a família para a cidade também.

Além disto, abundantes veem para a cidade de Foz do Iguaçu sabendo das tantas circunstâncias boas de emprego pode se encontrar, porém com a crise econômica no país todo a cidade turística do interior do Paraná também sente a influência da tal situação nacional.

Somente, no ano de 2020 a revista 100fronteiras registrou mais de 6 mil demissões na cidade, causando uma preocupação geral pelo nível altíssimo de desemprego. Sem citar as tribulações que pontos turísticos e pessoas e estabelecimentos que vivem do transito de pessoas na cidade sofreram nessa condição pandêmica atual.

À vista disto, muitas imigrantes optam pela prostituição como alternativa para solucionar seus problemas econômicos e também para suprir suas necessidades básicas, como moradia, alimentação, educação, vestimenta e lazer.

Entretanto, mesmo a prostituição se caracterizando como uma das profissões mais antigas, esta ainda é a que mais sofre preconceitos e desamparo jurídico, mesmo sendo reconhecida como ocupação profissional desde 2002 pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE).

Isto porque, mesmo sendo uma profissão reconhecida, seus profissionais sofrem muitos tipos de violência, tanto física quanto psicológica e são suscetíveis a altas taxas de contaminação por Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST), ferindo veemente o princípio fundamental da dignidade da pessoa humana, exposto no art. 1°, inc. III da nossa Constituição Federal.

Este princípio, de acordo Rizzatto Nunes, jurista, professor universitário e escritor brasileiro, é considerado um *supraprincípio* constitucional, entendendo que se encontra acima dos demais princípios constitucionais.

Além disto, há uma forte vinculação entre a prostituição e o tráfico de pessoas – principalmente mulheres -, visto que muitos traficantes induzem essa população fragilizada a se submeterem a qualquer tipo de exploração, com promessas de uma melhor condição de vida.

Porém, essas pessoas acabam sendo exploradas sexualmente, além prestarem serviços forçados que equiparam-se a escravatura, por medo das ameaças, coações e agressões sofridas.

Sendo assim, fica evidente a necessidade de prestar conhecimento jurídico e acerca da exploração sexual aos imigrantes que se encontram em situação de prostituição, para que estes tenham maior amparo jurídico e entendimento acerca de seus direitos e não sejam suscetíveis ao tráfico de pessoas para este fim.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este resumo expandido teve como objetivo principal evidenciar a situação dos imigrantes em condição de prostituição nas fronteiras do Brasil, com enfoque central na tríplice fronteira de Foz do Iguaçu.

Dessa forma, foram realizadas pesquisas e apresentados os dados e as informações coletadas na qual pudemos conhecer e compreender melhor sobre esse tema. Ainda, tivemos nosso envolvimento na rede social “Instagram” que foi de grande ajuda para compartilharmos dessas pesquisas com os nossos seguidores a respeito da prostituição na fronteira brasileira.

Fica evidente durante a pesquisa que existe uma necessidade de prestar conhecimento jurídico acerca da exploração sexual dos imigrantes que se encontram em situação de prostituição, para que tenham um certo amparo jurídico e um entendimento concreto em relação aos seus direitos e que não sejam suscetíveis ao tráfico de pessoas para este fim.

Portanto, este trabalho, além de ter contribuído para o nosso conhecimento mais aprofundado em relação a prostituição na fronteira brasileira, ainda contribuiu para que outras pessoas também possam aprender e o quanto discutir sobre essa temática é importante nos dias atuais, ainda mais para a nosso país que um polo gigantesco para os imigrantes.

REFERÊNCIAS

ALLES, Natália Ledur. **Prostituição, clandestinidade e estigma: reflexões sobre a visibilidade comunicacional de mulheres prostitutas**. Compos – Associação Nacional dos Programas de Pós-Graduação em Comunicação, 7-10 de jun. de 2016. Disponível em: http://compos.org.br/biblioteca/artigocomp%C3%B3s16comautoria_3286.pdf. Acessado em: 15 de abril de 2021.

BENETTA, Claudio Dalla. Brasileiras, argentinas e paraguais estão entre as preferidas dos traficantes de pessoas. **H2Foz**, Foz do Iguaçu, 7 de dez. de 2020. Disponível em: https://www.h2foz.com.br/fronteira/brasileiras-argentinas-e-paraguaias-estao-entrepreferida-s-dos-traficantes-de-pessoas/. Acessado em: 15 de abril de 2021.

DELFIM, Rodrigo Borges. Refugiados no Brasil têm escolaridade alta, mas sofrem com desemprego, aponta relatório. **Migra Mundo**, 30 de maio de 2019. Disponível em: https://migramundo.com/refugiados-no-brasil-tem-alta-qualificacao-mas-sofrem-com-desem-

prego-aponta-relatorio/. Acessado em: 15 de abril de 2021.

FERNANDES, Valéria de Oliveira. **A (re)construção de identidades de imigrantes na região de fronteira: um estudo a partir da Escola Árabe de Foz do Iguaçu**. Dissertação (Mestrado em Sociedade, Cultura e Fronteiras) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Foz do Iguaçu, p.135. 2014.

FERREIRA, Marcelo; REINHOLZ, Fabiana. Sem trabalho e políticas públicas efetivas, imigrantes sobrevivem da solidariedade. **Brasil de Fato**, 26 de junho de 2020. Disponível em: https://www.brasildefators.com.br/2020/06/26/sem-trabalho-e-politicas-publicas-efetivas-imigrantes-sobrevivem-da-solidariedade. Acessado em: 15 de abril de 2021.

LEITE, G. S. Prostituição: máscaras antigas, nova cidadania. Comitê Latino Americano e do Caribe para a Defesa dos Direitos da Mulher (CLADEM). Mulheres: vigiadas e castigadas. São Paulo, CLADEM-Brasil, p. 463-470, 1995.

ADEQUAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO À LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS

Kennidy Minchen Li[1], Hanah Victoria Augusto[1], Augusto L. Assad Balallai[2]

INTRODUÇÃO

A vigência da nova Lei Geral de Proteção de Dados (Lei 13.709/2018) traz consigo a necessidade de adaptação e adequação das empresas brasileiras a fim de que os procedimentos utilizados para a coleta, armazenamento e compartilhamento dos dados pessoais dos titulares estejam em conformidade com as novas disposições legais e seus princípios.

Em face disso, o presente trabalho, denominado Adequação das Instituições de Ensino à Lei geral de Proteção de Dados, tem como objetivo a análise da necessidade de adaptação e transformação dos procedimentos internos utilizados pelas Instituições de Ensino, bem como a apresentação de algumas das medidas que devem ser implementadas por essas organizações, para que estejam em conformidade com a legislação vigente, notadamente no que diz respeito à coleta e ao tratamento dos dados pessoais de pessoas físicas.

INTRODUÇÃO À LGPD

A Lei Geral de Proteção de Dados, que teve sua vigência a partir do dia 18 de setembro de 2020, foi influenciada pela GDPR (General Data Protection Regulation da União Europeia), legislação que assentou, naquele continente, as normas e conceitos referentes à privacidade e a utilização de dados pessoais.

A norma brasileira reuniu diversos conceitos antes constantes em legislações esparsas, garantindo mais transparência na coleta, armazenamento e compartilhamento de informações pessoais pelas organizações, assegurando, também, mais segurança jurídica

[1] Acadêmicos do Curso de direito do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mestre em Direito Processual Civil, docente do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: augusto.balallai@uniamerica.br

para as instituições e para os titulares dos dados.

Nesta senda, em decorrência da vigência da nova legislação, as empresas se deparam com a necessidade de reservar e investir uma parcela de seus recursos para a implementação de novas tecnologias e ferramentas que viabilizem a adequação às disposições da norma supramencionada, além de rever os procedimentos internos já utilizados para o tratamento dos dados coletados.

IMPORTÂNCIA DA ADEQUAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO ÀS NORMAS DA LGPD

Diante da alteração legislativa, é notória a necessidade de que as organizações busquem, através da revisão de processos internos e inovação dos mecanismos utilizados para a coleta e armazenamento de dados, a adequação às disposições da norma vigente.

Neste esteio, destaca-se a relevância da adequação à LGPD pelo setor educacional, seja em escolas, instituições de ensino superior ou mesmo instituições de ensino à distância.

Isto porque, as instituições de ensino realizam, com demasiada frequência, o tratamento de dados de estudantes menores de idade, além de lidarem com uma grande quantidade de alunos e, administrarem a introdução de tecnologias inovadoras em decorrência da recente situação de pandemia mundial.

Sob esse contexto, é válido destacar que o setor da Educação teve suas atividades altamente afetadas pela pandemia, enfrentando, dentre outros obstáculos, a desistência de diversos alunos e a diminuição significativa no número de novas matrículas.

Dessa forma, as inúmeras adaptações que incluem a criação de plataformas digitais, a realização de aulas virtuais e demais atividades desenvolvidas virtualmente ampliaram a coleta e a utilização dos dados pessoais dos estudantes e do corpo docente.

Neste cenário, é possível concluir que as consequências da não adequação à LGPD poderiam gerar impactos negativos que afetariam ainda mais as organizações de ensino, seja através de sanções administrativas ou mesmo por meio da perda de credibilidade conferida à essas instituições.

MAPEAMENTO DE DADOS

Esta etapa tem o objetivo de conhecer os processos de tratamento de dados pessoais existentes na empresa, identificando os tipos de dados coletados, a finalidade de sua coleta, bem como a forma de seu armazenamento e de seu descarte. Isto é, representa a análise de todos os processos do empreendimento sob a ótica da segurança digital.

Para tanto, é necessário estabelecer quais são os dados essenciais para a prestação

do serviço e quais dados são apenas suplementares. Essa distinção auxilia na identificação das informações que requerem consentimento expresso dos titulares ou de seus responsáveis.

Por fim, é necessário avaliar como cada categoria de dado é utilizada e desenvolver a fundamentação legal para sua coleta. Isto porque, a coleta e a retenção podem envolver questões como a necessidade do tratamento de dados para execução do contrato de prestação de serviços de ensino ou a manutenção dos registros desse tipo de atividade por determinado período de tempo.

REVISÃO DE DOCUMENTOS

Nesta etapa, faz-se necessária a readequação da documentação jurídica utilizada pela empresa. Assim, os contratos, acordos e demais documentos utilizados pela corporação devem incluir cláusulas de proteção à privacidade (Manual da Lei Geral de Proteção de Dados para Instituições de Ensino, 2020).

É necessário revisar contratos de serviços, tanto com os usuários finais quanto com os fornecedores, certificando-se de que os contratos perguntarão explicitamente pela autorização de uso de dados, e informem sempre a finalidade da coleta. Á cláusula deve ser escrita de forma clara e destacada.

Além disso, deverão ser redigidos contratos que obriguem os fornecedores a seguir as normas da lei geral, além de dar conhecimento ao usuário que os dados serão processados por terceiros, com adição de cláusula de consentimento específico.

Por fim, é imprescindível, também, a elaboração ou revisão dos Termos de Uso e da Política de Privacidade disponibilizada ao consumidor final, expondo com clareza sobre o tratamento dos dados, a finalidade do seu uso, a justificativa jurídica para tanto, além de novos direitos dos usuários como portabilidade, exclusão, minimização de uso, limitação e outros.

DEFINIÇÃO DE POLÍTICAS INTERNAS

Ademais, é importante que a empresa defina políticas e procedimentos internos visando a garantia da segurança de dados.

Esta etapa inclui a utilização de um sistema robusto além de um treinamento específico de todos os funcionários para agirem de acordo com os procedimentos padrão, buscando a manutenção da segurança das operações.

Neste sentido, vale salientar a importância de que a política de segurança de dados seja sempre atualizada para que se adeque a quaisquer novas necessidades da empresa.

Outrossim, a empresa deve definir também um plano de ação em caso de vazamento

de informações.

Não menos importante do que isso é a conscientização e a mudança da cultura empresarial, o que se atinge, por exemplo, por meio de treinamentos de colaboradores e revisão dos critérios para contratação de fornecedores, posto que de nada adianta investir em sofisticados padrões de segurança contra ameaças externas, se a organização continua vulnerável do ponto de vista humano (Manual da Lei Geral de Proteção de Dados para Instituições de Ensino, 2020).

NOMEAÇÃO DE UM DPO

A adoção de um DPO não é compulsória para todas as empresas. No entanto, é recomendado que qualquer empresa que tenha a possibilidade de redirecionar seus recursos e investi-los na constituição de um DPO, o faça.

Isto porque, essa medida representa um compromisso com a ética e segurança, benéfico não somente para a reputação da instituição, como também para a ANPD.

Neste esteio, a função do DPO deve ser outorgada a alguém que possua experiência prévia com a legislação e a prática de proteção dos dados. Este profissional deve apresentar entendimento da infraestrutura de TI, tecnologia e estrutura técnica e organizacional da empresa.

Ainda, o DPO será responsável pelo recebimento de queixas e denúncias, além de responder aos questionamentos que surgirem acerca do uso de dados na empresa. Por fim, é também a pessoa responsável por dialogar com a Autoridade Nacional de Proteção de Dados e prestar quaisquer esclarecimentos necessários a ela e a outras agências reguladoras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de todo o exposto, conclui-se que a necessidade de adequação às normas trazidas pela LGPD, por parte das instituições de ensino, é indiscutível.

Isto se torna ainda mais evidente diante do cenário concretizado pela pandemia, onde a maioria das atividades relacionadas à coleta, armazenamento e compartilhamento de dados é realizada em ambientes virtuais.

Além disso, restou evidente, também, que os prejuízos enfrentados pela desistência de diversos alunos, bem como pela não realização de novas matrículas, poderiam ser agravados pela não adequação das organizações à nova legislação, prejudicando não somente a sua relação com os consumidores finais (alunos), como também com possíveis investidores, fornecedores e demais empresas parceiras.

Dessa forma, verifica-se que a adequação das instituições de ensino à LGPD é fundamental, não somente a fim de evitar a aplicação de eventuais sanções decorrentes do descumprimento da norma, como também para consolidar a credibilidade da instituição perante o mercado.

REFERÊNCIAS

Pinheiro, Patrícia Peck. Proteção de dados pessoais: comentários à Lei n. 13.709/2018 (LGPD) / Patrícia Peck Pinheiro. – São Paulo: Saraiva Educação, 2018.

Neves, Edmo Colnaghi. Compliance empresarial: o tom da liderança: estrutura e benefícios do programa / Edmo Colnaghi Neves. – São Paulo: Trevisan Editora, 2018.
Veríssimo, Carla. Compliance: incentivo à adoção de medidas anticorrupção / Carla Veríssimo. – São Paulo: Saraiva, 2017.

LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS, Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018, Planalto. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato20152018/2018/lei/L13709compilado.htm https://cieb.net.br/wp-content/uploads/2020/10/Manual_LGPD_Digital-compactado.pdf

Silva, Daniel Cavalcante. Manual da Lei Geral de Proteção de Dados para Instituições de Ensino (livro eletrônico) – 1ª ed. – Brasília: 2020. PDF.
Disponível em: http://www.advcovac.com.br/wp-content/uploads/2020/09/LGPD-Manual-v6.pdf

ALTERAÇÕES NO CÓDIGO DE TRÂNSITO BRASILEIRO, ANÁLISE DA LEI N.14.071/2020

Adriano Ferreira do Nascimento[1], Claudia Sabrina Barrios[1], Ullysses Jadher Ramos da Silva[1], Ricardo Ranieli Pereira Leal[1]
Mentor: Everton Gomes da Cunha[2] Professor orientador: Augusto Luppi Ballalai[3]

INTRODUÇÃO

A demanda trata-se da produção de um artigo científico apresentando algumas das alterações no Código de Trânsito Brasileiro (CTB), para isso, analisa-se a Lei n. 14.071/20 que altera o CTB. A nova lei foi sancionada em 03 de outubro de 2020 e entrou em vigor dia 12 de abril de 2021, trazendo diversos impactos para a sociedade.

O objetivo principal do artigo é de levar informação ao condutor sobre as novas regras que entraram em vigor e os impactos práticos na sua vida. Em especial, as mudanças que contribuem para a segurança no trânsito.

O artigo tem sua importância justificada, pela demanda de informar aos condutores de modo geral sobre regramentos criados e alterados, pois trata-se de uma novidade, uma grande reforma no CTB e porque os motoristas já estão habituados com as antigas normas. Antes da entrada em vigor da referida Lei, divulgaram-se muitas informações incorretas sobre o tema e a informação correta pode fazer a diferença na vida das pessoas.

[1] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica,Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Graduado em direito pela UNIFOZ e Letras Português/Espanhol pela UNIOESTE- Servidordo Órgão de Trânsito Municipal e Professor Universitário, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Mestre em Direito, docente do Curso de Direito no Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

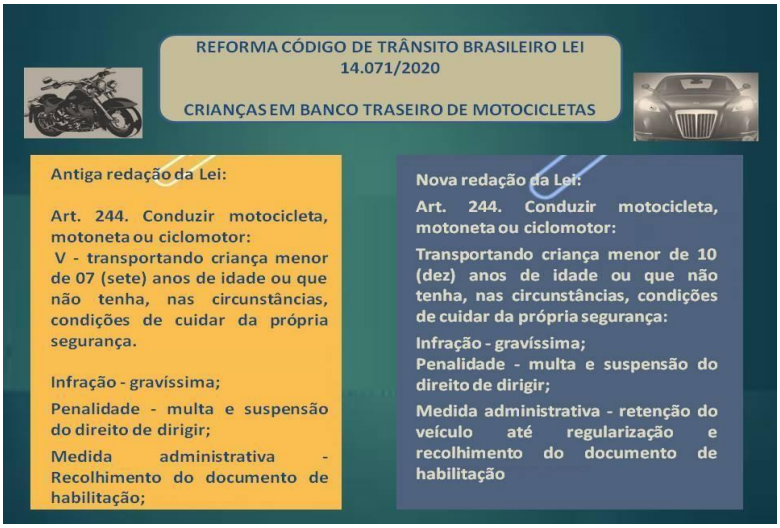
E-mail do autor correspondente: augusto.ballalai@uniamerica.br.

MATERIAL E MÉTODOLOGIA

Para produção do artigo científico, usa-se método de pesquisa indutivo, e como metodologia a pesquisa bibliográfica. Coletando informações em artigos científicos, livros, sites governamentais e artigos publicados em revista eletrônica.

Consoante como objetivo de divulgação das alterações trazidas pela nova lei, foi produzido material informativo para esclarecer algumas das alterações ocorridas no CTB. Osmateriais produzidos em forma de *post*, foram divulgados à população em postagens nas redes sociais, dando ciência de algumas das novas normas e conscientizando sobre a importância de seguir à risca as leis de trânsito. A imagem a seguir é um exemplo de material postado nas redes sociais.

Figura 1– Exemplo de postagem realizada



As postagens nas redes sociais, são capazes de alcançar grande números de pessoas. Por isso foi feita diversas publicações com objetivo de informar as novas alteraçõese conscientizar a população da importância de adequação as novas normas.

RESULTADOS

Como resultado do nosso artigo, temos a análise de 6 mudança no CTB, sendo 5 alterações e 1 criação de nova penalidade. A primeira alteração apresentada é quando ao usodos faróis durante o dia; na sequência, as novas regras para transporte de criança na garupade moto; depois, as mudanças para o uso dos dispositivos de retenção por crianças em

veículos; também sobre as novas regras de pontuação e renovação da CNH; e, por fim,apresentado a nova infração de parar veículo sobre ciclovia e ciclofaixa.

As alterações apresentadas em nosso artigo, além de serem apresentadas as novas regras de trânsito, contém a justificativa do legislador ao propor tais mudanças, bem como o ponto de vista de especialistas em direito de trânsito a respeito das respectivas alterações.

O uso dos faróis, a partir da nova lei. fica obrigatório somente nas rodovias de pista simples, situadas fora dos perímetros urbanos, devendo o condutor manter ligada a luz baixadurante o dia nessas circunstâncias. E caso o veículo seja equipado com Luzes de RodagemDiurna, esta poderá substituir a luz baixa.

Quanto as novas regras para transporte de criança na garupa de moto, a idade mínima de 7 anos foi ampliada para 10 anos de idade.

A nova lei altera a forma de uso dos dispositivos de retenção nos veículos, deverá ser feita não apenas por crianças de até 7 anos e 6 meses. O uso do acento de elevação passa a ler obrigatório para crianças até 10 anos de idade, e crianças com menos de 1,45m de altura, ainda que tenha passado de 10 anos de idade.

A partir de 12 de abril de 2020, a CNH terá prazo de 10 anos para condutores com idade até 50 anos. Para os condutores com idade entre 50 e 70 anos ainda precisarão renovar a carteira de motorista a cada cinco anos, os motoristas com mais de 70 anos precisarão fazera renovação a cada três anos.

A pontuação da CNH, terá o limite será de 40 pontos, quanto o infrator não tiver cometidonenhuma infração gravíssima; e caso tenha cometido uma infração gravíssima, será de 30 pontos. Se houver duas infrações gravíssimas, se mantém o limite de 20 pontos.

A Lei n. 14.071/20 criou a infração de parar em ciclovia ou ciclofaixa. Anteriormente, eraprevisto como infração de trânsito a conduta de estacionar ou transitar com veículo sobre a ciclovia/ciclofaixa, a partir de então, é infração de trânsito parar em ciclovia ou ciclofaixa aindaque seja apenas para embarque e desembarque.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Código de Trânsito Brasileiro passou por uma grande reforma, trata-se da maior alteração desde sua criação. Com a nova Lei n. 14.071/20, o Código de Trânsito teve num

total de 57 modificações, dentro das mudanças trazidas foram 46 alterações, 1 artigo revogado por completo e 10 novos artigos incluídos.

Alterações no CTB, vão desde mudança na estrutura do Sistema Nacional de Trânsito, mudanças no processo administrativo, nos prazos legais, criação de novas infrações, além devárias outras modificações. Algumas das alterações aumentaram a segurança no trânsito, jáoutras são vistas por especialistas de forma negativa.

REFERÊNCIAS

NASCIMENTO, Adriano. **BARRIOS**, Sabrina. **SILVA**, Ullysses. **LEAL**, Ricardo. Artigo: Alterações no Código de Trânsito Brasileiro, análise da lei n. 14.071/2020.

DISCUSSÕES E REFLEXÕES SOBRE VIOLÊNCIA DE GÊNERO

Agatha Juliany de Oliveira[1], Juliana Guimarães de Castro Araujo[1], Michel Aguilera de Oliveira [1], Welinson Diefenbach[1], Augusto Luppi Ballalai [2]

INTRODUÇÃO

Este trabalho de projeto integrador de extensão tem o intuito de trazer ao conhecimento das pessoas, como e quais são os tipos de violência de gênero existentes na atualidade, trazendo a reflexão de todos sobre um assunto de suma importância e que no decorrer dos anos vem só aumentando, conforme pesquisas feitas, mostrando e identificando índices de desenvolvimento dessa violência.

A violência de gênero é definida como qualquer tipo de agressão física, psicológica, sexual ou simbólica a pessoas vulneráveis devido sua identidade de gênero ou orientação sexual.

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde) através da estimativa global, em 2017, um uma em cada três mulheres em todo o mundo, cerca de 35%, sofreram violência física ou sexual durante a vida. Sendo as mais afetadas do sexo feminino. No entanto, é importante lembrar que homens, minorias sexuais e minorias de gênero também podem ser alvos dessa violência.

O Brasil está em 5° no ranking de feminicídio, com 260 000 casos de agressão registrados em 2016. A principal lei nacional de combate a esse tipo de violência é a Lei 11.340 / 2006, também conhecida como Lei Maria da Penha, que é considerada um divisor de águas na abordagem jurídica do Brasil no combate à violência de gênero.

A violência de gênero ocorre pelo fato de estarmos inserido a uma sociedade machista, na qual segue um padrão criado que classifica o papel social de cada um de acordo com seu gênero, sendo o masculino o “herói, com força” e o feminino a “delicada sensível”. Dessa forma, induzindo ao pensamento enraizado de que o homem é superior e dominador, papel no qual é designado desde a infância, fazendo assim com que os agressores, usem da

[1] Acadêmicos do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Doutor em Educação, docente do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: augusto.ballalai@uniamerica.br

violência física ou verbal, como justificativa de afirmar ou reafirmar sua posição de superioridade.

Também, a violência ocorre contra pessoas devido à sua orientação sexual e identidade de gênero, podendo ser psicológica, física e até assassinato. Esses comportamentos podem ser causados por hábitos, preconceitos culturais, religiosos ou políticos. Ainda não existe lei para criminalizar a homofobia, mas em 2019, por 8 votos a 3, o STF (Supremo Tribunal Federal) entendeu que a homofobia e a transfobia se enquadram no artigo 20 da Lei 7.716/1989, que criminaliza o racismo.

METODOLOGIA

O material utilizado foi através de pesquisas, a partir da análise de bibliografias publicadas, e artigos científicos sobre o tema. Portanto, este trabalho tem como objetivo analisar o desenvolvimento e as mudanças ocorridas, levando em consideração os temas norteadores da pesquisa, especialmente sob o conceito de violência de gênero, para discutir seus objetivos e os resultados da evolução e crescimento do tema. O presente trabalho utilizou para resolução do problema um método de pesquisa analisando e mostrando a coleta de dados, visando descrever, explicar e compreender o assunto referente ao tema em estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A violência de gênero é um tema ainda muito discutido atualmente, pois trata-se de um assunto bastante complexo, e por mais que nossa Constituição Federal nos garante direitos fundamentais representando um marco contra a discriminação da mulher e, também o surgimento da Lei Maria da Penha que significou uma grande conquista no sentido de evitar que as mulheres sejam tratadas com violência e, por isso a referida lei foi considerada constitucional, mesmo assim os índices de violências contra mulheres e também várias outras violências de gênero, só aumentaram.

Segundo uma publicação feita a cerca do tema, pelo **site da *Scielo brasil***, **em setembro de 2017**, foram informados vários índices de mortalidade por conta dessas violências como podemos ver por exemplo:

> De acordo com o SIM, no período de 2011 a 2015, foram registrados 23.278 óbitos por agressão em pessoas do sexo feminino, sendo 676 (2,9%) em crianças, 3.754 (16,1%) em adolescentes, 16.889 (72,5%) em adultas, e 1.589 (6,8%) em idosas. A maioria das mulheres (adultas e idosas) tinham até 7 anos de estudo (44% e 37,6%, respectivamente), eram negras (61%), com exceção das idosas que eram de maioria branca (50,2%). Grande parte

> dos óbitos ocorreu em via pública (31%), seguido de domicílio (28%) – sendo que nas crianças o local de óbito mais frequente foi o hospital (38,2%) e nas idosas foi o domicílio (49,5%). Destaca-se ainda que 25% dos óbitos ocorreram no hospital, o que demonstra que a maioria ocorreu no local da violência, sem atendimento médico-hospitalar, ou sem que houvesse tempo hábil para isso. A maioria dos homicídios foi por arma de fogo (49%) – sendo que nas crianças este meio de agressão foi a segunda causa mais frequente (26,2%). Já em idosas o meio mais utilizado nas mortes por agressão foi objeto contundente/perfuro/cortante (43,3%).

Contudo e, seguindo o mesmo raciocínio em pesquisas feitas pela OMS (Organização Mundial da Saúde) como já mencionadas no presente trabalho, foram identificados por meio de estimativas alguns índices de violência de gênero, mais especificamente contra o sexo feminino. Por fim, como resultado desse estudo é evidente que mesmo com a criação de leis, como foi a Lei Maria da Penha, e outros serviços assistenciais, ainda vivemos em uma sociedade machista e preconceituosa demais, por isso, esses tipos de violência de gênero tem tido elevados números/índices de mortalidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de todo o exposto, o estudo feito sobre o tema em apreço, nos mostrou o quanto esse assunto necessita de atenção, pois claramente a violência de gênero está em um elevado crescimento, e mesmo com todas as políticas publicas ao combate a essa violência, ainda tem muito a se discutir, analisar e fazer, e sem duvida um dos primeiros passos, é investir em uma maior e melhor educação social, pois é um dos caminhos para que futuramente, quem sabe, tenhamos uma sociedade menos preconceituosa e machista.

AGRADECIMENTOS

Em nome de todos alunos responsáveis pelo desenvolvimento do presente trabalho, deixamos nossos singelos agradecimentos primeiramente ao nosso professor e orientador de Projeto Integrador de Extensão, prof. Augusto Luppi Ballalai, que nos orientou e conduziu para que pudéssemos desenvolver o estudo e realização deste trabalho, agradecemos também a instituição Uniamérica, que nos deu a oportunidade de realizar mais um Projeto Integrador.

REFERÊNCIAS

Site com plataformas para auxilio e proteção as vítimas: http://mulhersegura.org/ Acesso em

15/06/2021 às 21:00

https://professoraalice.jusbrasil.com.br/artigos/312151601/o-que-e-violencia-baseada-no-genero. Acesso em 15/06/2021 às 21:42.

Site Scielo Brasil, https://www.scielo.br/j/csc/a/rWPMHqtbdRdjMJrG5CL5MzC/?lang=pt, Acesso em 16/06/2021.

MEDICAMENTOS GENÉRICOS
Racematos e a vulnerabilidade informacional do Consumidor

Kazuza Martinazzo dos Santos[1], Susana Cristina de Brito Freire[1], Maria Madalena S. de S. Esteves[2],

INTRODUÇÃO

O presente estudo tem por objetivo explanar a questão pouco conhecida acerca do processo de produção dos medicamentos genéricos à luz do Código de Defesa do Consumidor (CDC).

Os medicamentos genéricos são regulamentados através da Lei 9.787/99, quando entrou em vigor foi um marco histórico para a saúde pública brasileira, que tinha como objetivo tornar o mercado mais competitivo, reduzir os preços dos medicamentos e facilitar o acesso da população no tratamento de doenças.

Genéricos são medicamentos vendidos a um custo mais baixo, acredita-se que isso seja possível devido à ausência de investimento em marketing e pesquisas,uma vez que as fórmulas já são conhecidas, entretanto ao se aprofundar nos estudos bioquímicos e farmacológicos é possível compreender que existem questões adjacentes em relação à produção dos genéricos que são desconhecidas pelo consumidor.

Estudos apontam que grande parte dos medicamentos genéricos possuem configuração farmacêutica da mistura racêmica, possivelmente sendo consumidos em grande escala por consumidores que desconhecem os processos através doqual esses medicamentos são obtidos e suas possíveis implicações farmacológicas, pois carece ainda de divulgação e informação adequada.

Neste contexto surge a demanda a respeito da vulnerabilidade informacionaldo consumidor de medicamentos genéricos, justamente por se tratar de uma garantia do direito brasileiro.

2. METODOLOGIA

[1] Acadêmicas do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas –Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]. Docente do curso de Direito do Centro Universitário União das Américas –Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: augusto.ballalai@uniamerica.br

O presente estudo consiste em uma pesquisa bibliográfica nas principais plataformas jurídicas e científicas, nacionais e internacionais, com foco em artigos científicos da área de direito do consumidor, farmácia e bioquímica que tratam especificamente das misturas racêmicas conforme proposta inicial.

Neste projeto optou-se pela análise de caráter exploratório, sendo necessária a utilização de metadados e ferramentas de pesquisa disponibilizadas narede mundial de computadores para construção histórica. A produção contextual foi aprimorada ao decorrer da pesquisa, empreendendo análise documental acerca dos títulos.

Posteriormente para levantamento de dados e pesquisa de caráterqualitativa fizemos visita técnica ao Colégio Cataratas do Iguaçu, com supervisão da Professora Mestre Vera Lúcia Bana, para entrevista sobre procedimentos químicos adotados na formulação dos medicamentos.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Diante dos possíveis impactos causados à saúde humana pelo uso dos medicamentos genéricos e em face da escassez de bibliografia atual sobre o assunto, este trabalho objetivou relacionar informações técnicas sobre o processo de produção dos genéricos com os ditames do Código de Defesa do Consumidor a respeito da necessidade de se informar o consumidor sobre todos os aspectos deum produto.

Em que pese o uso dos genéricos se legitimar pela possibilidade de garantir o acesso ao medicamento pelo público e, com isso, atender à previsão de acesso à saúde universal e integral, é preciso ponderar que o uso indiscriminado dos genéricos em algumas circunstâncias como por exemplo, em caso de infecçãosevera, situação na qual deve-se administrar a quantidade exata de uma determinada fórmula de antibiótico a fim de se evitar a seleção de organismos resistentes, é preciso portanto evitar a utilização de antibiótico genérico.

Por outro lado, a aplicação do Código de Defesa do Consumidor se apresenta como a ferramenta necessária ao esclarecimento do consumidor, pois tendo acesso à informação o consumidor deixa de ser apenas um coadjuvante na relação de consumo para assumir o controle consciente do que está consumindo, entretanto ao se tratar das informações que o consumidor médio obtém sobre os medicamentos genéricos observa-se que os ditames do CDC não são suficientes para que haja maior transparência nas bulas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Contudo, compreende-se que existe a carência de uma legislação que parta do próprio Ministério da Saúde uma vez que, cabe a este regulamentar as ações referentes a saúde pública não só no que tange aos trâmites burocráticos mas no que possa colocar em risco a saúde humana.

Certamente esse é um tema bastante sensível e raramente levantado na academia seja por alunos ou pesquisadores, porém ainda que sejam escassos os trabalhos sobre tal questão eles existem, desse modo, é necessário refletir sobre a atuação social mediante as incertezas relativas à saúde, pois não se pode esquecer que, para sua efetivação, é importante o exercício de controle social pela população como previsto nas diretrizes do SUS, a fim de garantir que o Poder Público não permita desinformações.

AGRADECIMENTOS

Nosso agradecimento vai primeiramente para a Professora Mestre VeraLucia Bana, que aceitou o desafio de ser nossa mentora e auxiliar na pesquisa química sobre os racematos.

Em seguida, agradecemos ao nosso orientador Professor Mestre Augusto Assad Luppi Ballalai, que com muita dedicação soube nos orientar para o melhor desempenho do projeto.

Não menos importante, queremos agradecer a Instituição Uniamérica que propôs esse módulo de ensino com a função de expandir e melhorar nossos conhecimentos por meio de pesquisas científicas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Araújo LU, Albuquerque KT, Kato KC, Silveira GS, Maciel NR, Spósito PA, et al. Medicamentos genéricos no Brasil: panorama histórico e legislação. Rev Panam Salud Publica. 2010.

BARROS, F. Geórgia de Oliveira. Resolução de Misturas Racêmicas por Acoplamento de Cristalização a Cromatografia em Leito Móvel Simulado: ESTUDOS FUNDAMENTAIS PARA A PRODUÇÃO DE S-CETAMINA. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Engenharia Química da Universidade Estadual deCampinas como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestre em Engenharia Química. UNICAMP, 2005.

BEAUCHAMP, T.L.; CHILDRESS, J.F. Princípios de Ética Biomédica. Trad. Luciana

Pudenzi. São Paulo: Loyola, 2013, p. 138.
BERMUDEZ, Jorge A. Z.; BARRAGAT, Paulo. Medicamentos Quirais: da dimensão química à discussão política. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro , v. 12, n. 1, p. 47- 51, Mar. 1996 .

BRASIL. Lei nº. 8.078, de 11 de setembro de 1990. Código de Defesa do Consumidor. Dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L8078.htm

BRASIL.Ministério da Saúde. Secretaria de vigilância Sanitária. Brasília, 1991.Disponível em:
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/svs1/1997/prt0110_10_03_1997_rep.html. Acesso em 03 de agosto de 2020.

HAYDEN, Cori. Sem patente não há genérico: acesso farmacêutico e políticas decópia. Sociologias, Porto Alegre , n. 19, p. 62-91, June 2008

LIMA, Vera Lucia Eifler. Os fármacos e a quiralidade: uma breve abordagem. Quím.Nova, São Paulo , v. 20, n. 6, p. 657-663, Dec. 1997 .

SILVA, Tatiane da et al . Bulas de medicamentos e a informação adequada aopaciente. Rev. Saúde Pública, São Paulo , v. 34, n. 2, p. 184-189, Apr. 2000.

SUPERIOR TRIBUNAL DE JUSTIÇA, Embargos de Divergência em Recurso Especial nº 1.515.895 – MS, Relatoria: Ministro Humberto Martins, julgado em: 20 set.2017, DJe: 27 set.2017.

TAMAGAWA, Emi Rosana. Cristalização de Proteínas: Monitoramento in situ de Supersaturação Através de Espectroscopias ATR-FTIR E RAMAN. Tese de Doutorado apresentada ·à Faculdade de Engenharia Química como parte dos requisitos exigidos para a obtenção do título de Doutor em Engenharia Química. UNICAMP, 2003.

O IMPACTO DO COVID-19 NO DIREITO DAS SUCESSÕES: A BUSCA PELO PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO.

Emanuelle Luiza de Medeiros[1], Fabry Francisco Pereira Pinheiro[1], Macarena Janel Stolaruk[1], Nicolly Felipe Rodrigues da Silveira[1], Augusto Ballalai – Professor orientador do Projeto[2]

E-mail do autor correspondente: augusto.ballalai@uniamerica.br

INTRODUÇÃO

O projeto integrador de extensão “O IMPACTO DO COVID-19 NO DIREITO DAS SUCESSÕES: A BUSCA PELO PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO” tem como objetivo demonstrar o impacto que teve a pandemia que estamos vivenciando no ordenamento jurídico brasileiro, mais especificamente no direito das sucessões e a importância da realização do planejamento sucessório. Vão ser apresentados dados estatísticos reais, um vídeo explicativo e um artigo contendo a temática com todas suas definições.

O presente projeto tem o intuito de mostrar como o Covid-19 impactou o Direito das Sucessões, assim como a importância em falar sobre a distribuição do patrimônio antes mesmo da morte, a fim de definir qual será a destinação do patrimônio após a morte do autor da herança. Evitando assim futuros conflitos, burocracias e riscos, e garantindo proteção jurídica e financeira aos herdeiros.

O corona vírus (COVID-19) é uma doença infecciosa respiratória causada por um vírus recém-descoberto, designado SARS-CoV-2. Devido sua gravidade e facilidade de transmissão, trouxe consequências para o mundo inteiro e dentre elas a grande quantidade de óbitos.

Paralelamente, o direito sucessório consiste no planejamento do patrimônio, dentre bens móveis e imóveis, para decidir a destinação após a morte do responsável pela herança. A sucessão pode ser classificada em dois grupos, podendo ocorrer por força da morte (*causa mortis*), como também entre os vivos (*inter vivos*) na hipótese de cessão de crédito ou na incorporação de uma companhia por outra.

[1] *Estudantes do curso de Direito*
[2] Coordenador do Projeto Integrador de Extensão da Uniamérica, mediador e Árbitro, vice-presidente da Comissão de Mediação e Meios Consensuais de Solução de conflitos da OAB – Foz do Iguaçu/PR; professor universitário de atuação em Direito Processual e Direito de Família; especialista em Direito Empresarial, mestre em Direito Público, Mediador e Conciliador pelo CNJ e facilitador
E-mail do autor correspondente: augusto.ballalai@uniamerica.br

No contexto atual de pandemia houve um número elevado de óbitos em um curto período de tempo, e grande parte do número de pessoas que morreram não tinham ciência da importância da elaboração de um planejamento sucessório, ou mesmo aquelas pessoas que possuíam ciência dessa importância, ainda não tinham o feito, pois eram pessoas que não imaginavam que a morte chegaria tão repentinamente.

Sendo assim, a atual pandemia provocada pelo COVID-19 está fazendo com que as pessoas possam avaliar melhor as suas vidas pessoais e empresariais, e o fato de milhares de pessoas estarem falecendo diariamente fez com que a abordagem acerca do direito sucessório passasse a ser mais discutida por todos e com certo nível de preocupação para aqueles que detêm um patrimônio e não está devidamente protegido/planejado.

Dessa forma, o direito das sucessões entra em cena para tratar a respeito da divisão de bens aos testamentários e herdeiros legítimos e a necessidade da realização de um planejamento sucessório como forma de evitar eventos catastróficos no que tange ao patrimônio e a família.

Para poder chegar a um resultado satisfatório no que diz respeito ao projeto “O IMPACTO DO COVID-19 NO DIREITO DAS SUCESSÕES: A BUSCA PELO PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO” foram definidas as seguintes etapas:
Primeiramente foi necessário o contato com a mentora, a advogada Keit, sendo encarregada desse contato a aluna Emanuelle.

Em segundo lugar a integrante Macarena iniciou a elaboração do resumo expandido, abordando os pontos principais do projeto, no entanto, de forma superficial se comparado ao artigo.

O resumo foi analisado e complementado pelos demais integrantes do grupo Fabry, Nicolly e Emanuelle.

O grupo também organizou uma palestra acerca do direito sucessório, sendo realizada pela mentora Dra. Keit e a Dra. Isabela.

O integrante Fabry foi o encarregado das pesquisas dos dados reais juntamente com a vara de sucessões e família e os tabelionatos acerca dos óbitos ocasionados pelo COVID-19 e a quantidade de ações sucessórias ajuizadas.

Uma vez que forem colhidas todas as informações e dados necessários para finalizar a produção do artigo, os integrantes realizarão o vídeo explicativo, do qual a Nicolly vai ser a responsável.

Do *trello* vai se encargar Nicolly e quando necessários os demais integrantes do grupo auxiliarão.

Uma vez preenchidas todas etapas acima o grupo estará com o artigo produzido, bem como o resumo expandido e o vídeo de apresentação do projeto.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

A metodologia utilizada é a metodologia dedutiva, de forma que os objetivos almejados vão tentar ser alcançados por meio de pesquisas teóricas realizadas em páginas da internet, livros, artigos e pesquisas de campo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Devido a metodologia dedutiva utilizada no presente trabalho, com base em pesquisas feitas de forma teórica acerca do problema principal, delineador do tema deste artigo, foi possível analisar que houve um aumento significativo de pessoas realizando o planejamento sucessório, como uma forma de transferência de bens e organização de testamentos, efeito causado por consequência da pandemia da Covid-19 no Brasil.

Durante a realização foram levantados os números de óbitos ocasionados pelo Covid-19, conforme a Vigilância Epidemiológica de Foz do Iguaçu até a data 09.06.2021, no total de 939 óbitos, em maiores de idade.

Os dados que deveriam ser colhidos nos Tabelionatos e Varas de Família e Sucessões da Comarca de Foz do Iguaçu, foram inconclusivos por conta da falta da indisponibilidade dos órgãos jurídicos em fornecer as informações para contribuir ao estudo referente ao número de pessoas que buscaram a realização de planejamento sucessório e ações de inventário e partilha ajuizadas na 1ª e 2ª Vara de Sucessões.

Todavia, a falta dessas informações não gerou fatores que pudessem prejudicar o presente projeto, tendo em vista que a proposta principal do projeto foi alcançada. Sendo assim, foi satisfatório expor a importância da realização do planejamento sucessório, que visa a proteção do patrimônio do *de cujus* adquirido em vida e para seus herdeiros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ante o exposto, é notório que com a aparição da Covid-19 e todas as consequências que o mesmo trouxe, agora muito mais do que antes é necessário que haja por parte de todos ciência da importância realização de um planejamento sucessório, providenciando assim o seu e evitando futuros problemas. Para conseguir fazer um artigo amplo e claro é necessário estudar as áreas especificas, pegando dados reais e estatísticos.

REFERÊNCIAS

BUSCA POR PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO AUMENTA DURANTE A PANDEMIA. Grupo Studio, 14 de julho de 2020. Disponível em: <https://blog.grupostudio.com.br/noticias/busca-por-planejamento-sucessorio-

aumenta-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 11/04/2021.
BRASIL. Código Civil. Lei 10.406/2002. Link de acesso: http://www.planalto-.gov.br/ccivil_03/leis/2002/l10406compilada.htm. Ano da Publicação: 10/01/2002. Data de acesso: 11/04/2021.
DUBARD, Caroline. PLANEJAMENTO SUCESSÓRIO: ENTENDA O QUE É E COMO FAZER. Blog Magnetis. 2019. Disponível em: < https://blog.magnetis.com.br/planejamento-sucessorio/ >. Data da Publicação: 10/09/2019. Acesso em: 29/03/2021.

NASCIMENTO, Priscilla Brayner Calado do. Artigo. O impacto da Covid-19 e a importância do planejamento sucessório. Link de acesso: https://ibdfam-.org.br/artigos/1428/O+impacto+da+COVID-19+e+a+import%C3%A2ncia+do+-planejamento+sucess%C3%B3rio#:~:text=O%20impacto%20da%20COVID%2D19%20e%20a%20import%C3%A2ncia%20do%20planejamento%20sucess%C3%-B3ri_Autor%3A%20Priscilla%20Brayner&text=O%20presente%20artigo%20trata%20de, testamento%20e%20a%20holding%20familiar. Data da publicação: 24/04/2020. Data de acesso: 27/02/2021.

Redação100fronteiras. Coronavírus em Foz do Iguaçu, hoje foram 110. Link de acesso: https://100fronteiras.com/saude-ciencia/coronavirus/noticia/coronavirus-em-foz-do-iguacu-hoje-foram-confirmados-110-2/. Data da publicação: 09.06.2021. Data de acesso: 10.06.2021.

Salvo, V.S. D. Direito Civil - Vol. 6 - Direito das Sucessões, 18ª edição. Rua Conselheiro Nèbias, 1384 – Campos Elíseos – São Paulo (SP): Grupo GEN, 2018. 9788597014846. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788597014846/. Acesso em: 01 Mar 2021.

SOBRE A DOENÇA. Ministério da saúde. 2020. Disponível em: < https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca > Acesso em/ 29/03/2021.

Vídeo: "fórum online IBRADIM Covid 19 - Direito das Sucessões, planejamento sucessório e negócios imobiliários". Link: https://youtu.be/bR-haft-8h8. Data da publicação: 16/07/2020. Data de acesso: 28/02/2021.

O IMPACTO DO PROJETO PATRULHA MARIA DA PENHA NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU

Anna Yedros Moysés[1],Adrielli Ferraz Pelisari[1],Ana Paula Gonzalez[1], Rodrigo M. B. Minas[2]

INTRODUÇÃO

O presente projeto integrador de extensão busca apontar o impacto do projeto Patrulha Maria da Penha no município de Foz do Iguaçu após 5 anos de sua implementação.

No ponto referente a violência doméstica, estabelecer-se-á um paralelo entre a violência doméstica e de gênero, e a Lei Maria da Penha. Isto posto, apontar-se-á quais são as formas de violência doméstica, que circunstâncias moveram a elaboração da Lei Maria da Penha, e quais são os dispositivos legais contidos na mesma que coíbem práticas violentas.

No que tange a Patrulha Maria da Penha, serão abordadas questões alusivas a sua criação como programa a nível nacional, e também a sua implementação no município de Foz do Iguaçu, assim como trazer a luz como funciona o trabalho da Patrulha, e sua relação direta com as chamadas “medidas protetivas” que são endereçadas as mulheres vítimas de violência doméstica.

Por fim, mediante análise dos relatórios anuais de atuação da Patrulha, traçar-se-á uma relação contendo dados relevantes para que se possa compreender o real impacto da implementação da Patrulha Maria da Penha no Município Iguaçuense.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O presente projeto foi desenvolvido mediante metodologia teórico-empírica, uma vez que buscaram-se referências conceituais tanto na bibliografia e na legislação vigente, quanto em relatórios anuais contendo dados correspondentes a realidade do tema no mu-

[1] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Doutorando em Filosofia do Direito pela Faculdade de Direito da Universidade de São Paulo (FD/USP). Mestre em Direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP), com ênfase em comércio internacional e globalização econômica; especialista em Mediação & Arbitragem pela Fundação Getúlio Vargas (FGV); e, associado do Chatered Institute of Arbitrators (CIArb). Advogado especializado em Direito Marítimo e comércio exterior; árbitro no Centro Brasileiro de Arbitragem Marítima (CBAM) e na Santos-Arbitral. Pioneiro no Brasil em Arbitragem Marítima doméstica e sócio-fundador do CBAM. Membro das Comissões de Direito Aduaneiro e Direito Marítimo da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccionais de São Paulo e Santos. É autor de diversos artigos publicados no Brasil e no exterior, além de palestrante e conferencista em eventos de grande relevância nacional e internacional (PFI, ENAEX, ENASERV), relacionados ao setor maritimista e do comércio exterior.

nicípio de Foz do Iguaçu. Essa metodologia foi adotada para atender a necessidade de, primeiramente, desenvolver e apresentar conceitos básicos sobre gênero e violência doméstica, traçando um paralelo entre os mesmos, assim como, contextualizar a criação e expor o que é a Lei Maria da Penha, a Patrulha Maria da Penha e a medida protetiva. Esses pontos uma vez esclarecidos, possibilitam o desenvolvimento do tema principal do trabalho, que com base nos relatórios disponibilizador pela Polícia Militar, delimita o real impacto do projeto Patrulha Maria da Penha no município de Foz do Iguaçu.

Mediante o caráter teórico, a pesquisa bibliográfica contida no projeto elucida uma série de conceitos que necessitam de atenção quando procura-se entender a necessidade, e por conseguinte, o impacto da Patrulha Maria da Penha.

No que tange a pesquisa de caráter empírico do projeto, ao analisar-se os relatórios anuais da Patrulha Maria da Penha de Foz do Iguaçu, foi possível traçar um comparativo ano a ano do número de solicitantes da medida protetiva, mostrar a que passo está a fiscalização e descumprimento das medidas protetivas, fazer uma comparação dos dados pós-criminalização do descumprimento da medida protetiva, tratar da situação de subnotificações da violência doméstica, e por fim, devido a situação atual, se fez necessário o desenvolvimento de um comparativo com a pandemia do Covid-19.

A pesquisa com base nessa metodologia estruturou-se mediante as seguintes etapas:

- 05/03/2021 – Realizada reunião para discutir com a mentora a entrega a ser feita ao final do projeto.
- 12/04/2021 – Realizada reunião com a mentora para falar sobre os relatórios sobre a Patrulha Maria da Penha que são utilizados no desenvolvimento do projeto, assim como, decidir os pontos principais a serem abordados na pesquisa.
- 13/04/2021 – Realizada reunião para atribuição de papéis/tarefas para as integrantes da equipe.
- 16/04/2020 – Início da parte de pesquisa bibliográfica do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na data de 18 de janeiro de 2016, a Patrulha Maria da Penha iniciou efetivamente o seu trabalho no município de Foz do Iguaçu. Os dados expressos nesta pesquisa datam, nesse sentido, de janeiro de 2016, até dezembro de 2020.

O foco principal da patrulha é fiscalizar e garantir à eficácia das medidas protetivas de urgência vigentes, sendo um órgão atrelado a polícia militar. O trabalho do órgão se dá mediante visitas periódicas dos agentes as residências das mulheres que possuem o

mecanismo legal de proteção. Ao longo dos 5 anos de trabalho, a patrulha recebeu a seguinte demanda de auxílio à fiscalização das medidas protetivas:

Ano	2016	2017	2018	2019	2020
Quantidade de Medidas Protetivas Outorgadas	915 mulheres com medidas protetivas	932 mulheres com medidas protetivas	912 mulheres com medidas protetivas	1297 mulheres com medidas protetivas	1338 mulheres com medidas protetivas

Evidenciando a necessidade frequente da patrulha, uma vez que há um crescimento linear do número de medidas protetivas de urgência no município. Há no município atualmente o total de 11 guardas municipais responsáveis pelo serviço de visitas para fiscalização. Assim, temos:

Ano	2016	2017	2018	2019	2020
Quantidade de Visitas para Fiscalização de Medida Protetiva	1.650 visitas	5.696 visitas	4.905 visitas	10.550 visitas	16.203 visitas

Mediante análise dos números, pode-se abstrair também a expansão da ação do órgão no município, que ao longo dos anos ampliou o número de visitas de forma significativa. Esse crescimento pode ser atrelado ao número de boletins de ocorrência de violência doméstica com vítima do gênero feminino, uma vez que é necessário o boletim para o pedido de medida protetiva, que apresentou o seguinte avolumamento:

Ano	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Qtd de boletins de ocorrência	1.902 boletins	1.926 boletins	1.885 boletins	1.985 boletins	2.275 boletins	2.155 boletins

Com a patrulha fazendo o acompanhamento dessas mulheres, ocorreram várias prisões ao longo dos anos. A lei Maria da Penha criada no ano de 2006 não previa o descumprimento de medida protetiva como crime, o que fazia com que não resultasse em prisão em todos os casos. No entanto, os números de prisões se intensificam uma vez que em 2018, mediante a 13.641/2018, o descumprimento da medida protetiva se torna crime:

Ano	2016	2017	2018	2019	2020
Qtd de priões por descumprimento da medida protetiva	7 prisões	5 prisões	11 prisões	68 prisões	46 prisões

Ao cruzarmos os dados, pode-se assimilar que como consequência do descumprimento da medida protetiva ter se tornado crime, junto aos anos onde foi possível a realização de um número maior de visitas por parte da patrulha, o número de prisões aumentou generosamente, revelando a eficácia da instituição em fazer valer o mecanismo legal de proteção das vítimas de violência doméstica, efetuando a prisão dos elementos que descumprem a medida ou que reincidem nos crimes dispostos na lei Maria da Penha.

Além do trabalho de fiscalização das medidas protetivas, a patrulha Maria da Penha faz em Foz do Iguaçu, por meio de lei municipal, um trabalho mais abrangente na proteção da Mulher. Esse trabalho pode ser avaliado mediante os dados dos chamados “Atendimentos Supletivos”, variável que quantifica nos relatórios anuais da instituição várias formas de atendimento que buscam oferecer auxílio a mulheres em situação de risco, como por exemplo: deslocamento para realização de exames de corpo de delito, deslocamento para realizar atendimentos no CRAM (Centro de Referência de Atendimento à Mulher), deslocamento de mulheres e seus filhos até casas abrigo e quaisquer tipo de ajuda que a guarda municipal possa oferecer para a proteção dessas mulheres. No ano de 2020, a patrulha fez 172 atendimentos supletivos.

Outra variável que deve ser levado em consideração ao avaliar o trabalho da organização em questão é a quantidade de FAOCs, sigla para ficha de atendimento de violência. Uma FAOC é criada para documentar todos os atendimentos realizados pelos guardas municipais, a cada turno de trabalho. A seguir, tem-se a quantidade atendimentos de violência que foram elaboradas ao longo dos anos:

Ano	2017	2018	2019	2020

Qt de FAOCs (Ficha de Atendimento de Violência)	534 atendimentos	534 atendimentos	1218 atendimentos	1548 atendimentos

A Patrulha Maria da Penha também realiza uma série de palestras de conscientização sobre o órgão, seu trabalho e todas as facetas que entornam o assunto violência doméstica. Essas palestras acontecem em ambientes em que a patrulha é crucial para abordar o tema de forma educativa e acolhedora. Os dados disponíveis a quantidade de palestras se mostram a seguir:

Ano	2017	2018	2020
Quantidade de Palestras	9 palestras	18 palestras	20 palestras

Essas palestras são realizadas em locais como escolas estaduais, instituições de ensino superior, cursos de formação para guardas municipais do Foz do Iguaçu e região, eventos em datas comemorativas de assuntos que tangenciam o assunto proteção da mulher, instituições especializadas em cursos técnicos do setor privado, assim como em quaisquer lugares onde há demanda de discorrer sobre assuntos relacionados a violência doméstica.

Por fim, no ano de 2020, a humanidade foi assolado com a pandemia do novo Coronavírus, acarretando em uma série de mudanças nos padrões socioeconômicos de todo o globo. Nesse sentido, se faz necessária uma comparação dos níveis de violência doméstica entre o período que compreende a pandemia e o ano anterior, a fim de tornar evidente como essa grave questão social foi afetada.

Ano	2019	2020
Qtd de Ocorrências Criminais envolvendo Violência Doméstica	2.158 ocorrências	2.155 ocorrências

Como pode-se ver, não houve uma grande alteração na quantidade de Ocorrências Criminais quando comparamos os anos de 2019 e 2020, o pré e durante a pandemia. O que mudou não pôde ser notificado. Segundo a coordenadora da Patrulha no município de Foz do Iguaçu *Iraci Pereira* Conceição, no ano de 2020 uma grande quantidade de mulheres

buscaram o auxílio da patrulha sem fazer os Boletins de Ocorrência, ocasionando um grande número de subnotificações nos casos de violência doméstica durante esse período.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto Patrulha Maria da Penha foi pensado como ferramenta de proteção a mulher, uma vez tendo sido vítima de violência doméstica, mediante medida protetiva. Tem seu foco principal em evitar a reincidência da violência sofrida pela mulher.

Este projeto buscou como um de seus principais objetivos: evidenciar o impacto da Patrulha Maria da Penha no município de Foz do Iguaçu após seus 5 primeiros anos de implantação. E nesse sentido, mediante análise das informações apresentadas no artigo, pode-se avaliar o trabalho da instituição de forma consistente e portanto, atingir esse objetivo. Este projeto integrador é também a possibilidade de abordar e expor os impactos sociais concretos da patrulha Maria da Penha no município de Foz do Iguaçu.

Buscou-se igualmente desenvolver uma breve pesquisa bibliográfica que elucidasse alguns temas tangenciando as questões que levaram a criação da Patrulha, tais como o conceito de gênero e violência de gênero, formas de violência de gênero, mecanismos de coibição que a Lei Maria da Penha criou e etc.

Por meio da desenvolução do artigo, as estudantes envolvidas tiveram a oportunidade de entrar em contato com diversos estudos, livros, artigos e análises de especialistas, o que permitiu um entendimento mais profundo dos mecanismos de proteção a mulher vítima de violência de gênero no Brasil.

Com a concretização desse trabalho, espera-se que seja possível o desenvolvimento de projetos futuros que enfoquem em fazer os mecanismos de proteção garantidos pela Lei Maria da Penha e pela Patrulha Maria da Penha mais conhecidos.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer a nossa orientadora, Iraci, por todo o apoio frente ao projeto, e também ao professor Rodrigo, por nos indicar o melhor caminho.

REFERÊNCIAS

CAVALHEIRO, A. **Os Objetivos da Lei Maria Da Penha e o Alcance da Proteção da Brigada Militar nos Casos de Violência Contra Mulher a Partir do Trabalho da Patrulha Maria da Penha.** Monografia – Bacharelado em Direito, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Três Passos, p.42 . 2016.

CIPRIANI, M; GARCIA, T. Patrulha Maria da Penha: Algumas Problematizações Possíveis. **Revista Três Pontos**, Belo Horizonte, v. 13, n. 2 , 36 - 46, fevereiro de 2019.

PASSOS, G. **Patrulha Maria Da Penha: Um Estudo Sobre a Importância da Polícia Militar no Enfrentamento à Violência Contra Mulher em Imperatriz - Maranhão.**

Monografia – Bacharelado em Direito, Universidade Federal do Maranhão. Imperatriz, p.65. 2018.

SOUZA, Q. **Implantação da Patrulha Maria da Penha no Município de Ijuí – Uma Análise da Efetividade da Fiscalização do Cumprimento de Medidas Protetivas Entre 2016 e 2018.** Monografia – Bacharelado em Direito, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Ijuí, p. 68. 2019.

SPANIOL, Marlene; GROSSI, Patrícia. Análise da Implantação das Patrulhas Maria da Penha nos Territórios da Paz em Porto Alegre: avanços e desafios. In **Textos & Contextos (Porto Alegre)**, Vol. 13, núm.2, pp.398-413, dezembro, 2014.

REGULAMENTAÇÃO DA MEI DE COSMÉTICOS INÊS SILVA

Alexandra Gabriela Castro Franco[1], Alysson Guzzo[2], Jessica Sousa[3], Susana Silva[4], Rodrigo Marchioli[5].

INTRODUÇÃO

Este trabalho visa apresentar um manual de abertura de MEI. Para isso, a pesquisa procurou identificar primeiramente, um quadro geral das principais leis que regem a abertura de uma empresa, e os requisitos dessa abertura.

Desse modo, a problemática central a ser resolvida foi: Como regulamentar a empresa de cosméticos da Sra. Inês?

A pesquisa se justifica pelo fato de a Sra. Inês já trabalhar com a venda de produtos, e de querer aposentar-se com isso. Além disso, pelo fato da abertura da MEI ser relativamente fácil e as possibilidades que poderão surgir a partir disso. E após a regulamentação da empresa, poderemos partir para a divulgação e propaganda online, aumentando a renda e o alcance das vendas da nossa mentora.

Diante disso, no primeiro capítulo iremos abordar o processo de abertura e o enquadramento da MEI de acordo com o tipo de atividade a ser exercida, bem como os tributos que deverão fazer parte da conta do empreendedor.

No segundo capítulo abordaremos a despersonalização jurídica da MEI e as vantagens em comparação à outras empresas e também os benefícios que o empreendedor pode ter optando por esse tipo de empresa.

[1] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[4] Acadêmico do Curso de Direito do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[5] Prof. Rodrigo Marchioli - Doutorando em Filosofia do Direito pela Faculdade de Direito da Universidade de São Paulo (FD/USP). Mestre em Direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP), com ênfase em comércio internacional e globalização econômica; especialista em Mediação & Arbitragem pela Fundação Getúlio Vargas (FGV); e, associado do Chatered Institute of Arbitrators (CIArb). Advogado especializado em Direito Marítimo e comércio exterior; árbitro no Centro Brasileiro de Arbitragem Marítima (CBAM) e na Santos-Arbitral. Pioneiro no Brasil em Arbitragem Marítima doméstica e sócio-fundador do CBAM. Membro das Comissões de Direito Aduaneiro e Direito Marítimo da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccionais de São Paulo e Santos. É autor de diversos artigos publicados no Brasil e no exterior, além de palestrante e conferencista em eventos de grande relevância nacional e internacional (PFI, ENAEX, ENASERV), relacionados ao setor maritimista e do comércio exterior.

METODOLOGIA

O trabalho se desenvolveu através de metodologia teórico-empírica, pois além das referências conceituais encontradas na doutrina e na legislação vigente, também foram pesquisados elementos correspondentes à realidade do tema no Brasil, dentro do recorte delimitado pelo projeto.

Essa metodologia foi adotada porque, em primeiro lugar, não é possível tratar desse assunto sem abordar conceitos básicos referentes aos tópicos em questão, especificamente as leis que regem o processo de abertura de uma MEI, bem como os locais em que isso pode ser realizado, as obrigações e vantagens de se ter uma MEI, e por fim as principais dificuldades que os microempreendedores podem vir a enfrentar.

Até o momento, os marcos mais importantes de nossa pesquisa foram:

- 28/02/2021- Tivemos uma conversa com a mentora Jessica Tamara e definimos o que iríamos fazer.
- 01/03/2021- Combinamos a data da entrega de um passo a passo para a abertura da empresa da mãe da mentora.
- 09/03/2021- Encaminhamos a carta convite de mentoria.
- 14/03/2021- Mentora assina a carta.
- 17/03/2021- Enviamos um resumo da abertura da MEI.
- 04/04/2021- Encaminhamos proposta de projeto empreendedorismo, que consistia em um questionário sobre os pontos a serem abordados em uma abertura de empresa.
- 17/04/2021- Não tivemos mais resposta e/ou contato com a mentora.
- 21/04/2021- Fizemos uma reunião em grupo e decidimos continuar com a pesquisa, afinal já nos comprometemos a entregar o resumo expandido sobre o tema em questão.
- 26/04/2021- Reunião com Jorge do Espaço Supernova, alunos do projeto integrador, bem como o coordenador do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. PREVISÃO LEGAL DA MEI

Ao longo da história da revolução econômica, financeira e contábil e da globalização do país, começou a reconhecer os microempresários individuais, assim criando oportunidades de emprego e inclusão social.

Estimulando o nascimento e desenvolvimento desta categoria empresarial onde foram

atribuídos vários diplomas as especificações lançadas nos últimos anos lidando com MEI de formas diferentes.

No ano de 2008, foi aprovada pelo Congresso Nacional a Lei Complementar n° 128/2008, criando oficialmente a figura do Microempreendedor Individual – MEI, com vigência a partir de 01 de julho de 2009.

Assim, nos anos seguintes, dentro do Portal do Empreendedor, os interessados conseguiram obter o cadastro do comitê empresarial, e Instituto Nacional do Seguro Social (INSS).

Todos os métodos deste registro estão na Internet e são gratuitos, sem burocracia e a duração máxima é de 30 minutos na realização do cadastro do MEI. Ao final do processo, os empreendedores individuais imprimirão certificados do CNPJ e INSS, responsável pelo pagamento da aposentadoria e demais benefícios aos trabalhadores brasileiros, com exceção de servidores públicos, entre os quais devem ser assinados com cópia do RG e encaminhados à Comissão Comercial em geral.

Caso seja necessário, os Microempreendedores individuais também serão capazes de obterem ajuda de uma empresa de contabilidade, que opta pelo Simples Nacional, um regime compartilhado de arrecadação, cobrança e fiscalização de tributos aplicável às Microempresas e Empresas de Pequeno Porte, previsto na Lei Complementar nº 123, de 14 de dezembro de 2006. em todo o Brasil, além de também serem auxiliados pelo SEBRAE (Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresa), isso tudo poderá ser realizado gratuitamente pelo Portal do empreendedor.

De acordo com o portal do empreendedor, para o empreendedor se adaptar ao MEI, ele depende do comércio, da indústria ou dos serviços. Existem alguns requisitos, como faturamento anual máximo de R$ 81.000,00 reais, quem atende pelo nome da empresa deverá ter idade igual ou superior a 18 anos, nenhuma outra organização, ou participação em outra empresa como sócio ou titular.

Além disso, atividades intelectuais como clínicas odontológicas, médicos, fisioterapia, psicologia, escritórios de contabilidade e escritórios de advocacia não se encaixam na tabela MEI, tendo uma renda tributária acima do esperado.

Ainda de acordo com o portal mencionado anteriormente, os empresários podem realizar mais de 400 atividades como: Artesão de bijuterias; Cantor musical; Chaveiro; Churrasqueiro; Comerciante de Artigos de Relojoaria; Cozinheiro; Filmador, Fotógrafo; Maquiador; Pintor; Pipoqueiro; Relojoeiro; Sorveteiro; Vendedor Ambulante de Produtos Alimentícios e entre outros.

Com o crescimento das formalizações de pessoas físicas para jurídicas na forma de Microempreendedor, os encargos (Tributos) assim como os deveres (Obrigações), farão parte permanente da empresa.

As principais obrigações são os tributos, como por exemplo, o pagamento do boleto mensal (Documento de Arrecadação do Simples Nacional – DAS), e as demais outras obrigações serão a emissão de notas fiscais, o preenchimento do Relatório mensal de receitas brutas e a entrega da Declaração anual de faturamento à Receita Federal (DASN-SIMEI).[1]

Assim como uma pessoa física, o Estado primeiro quer receber uma vantagem tributária, para depois oferecer algo em retribuição, por isso que o Microempreendedor precisa ter uma maior atenção com suas obrigações, elas devem estar sempre em dia com seu adimplemento, pois as vantagens irão decorrer desse pagamento tributário.

Assim, dentre as várias categorias empresariais, a MEI (Microempreendedor individual) é a menos onerosa e a mais benéfica para o proprietário, uma vez que dentre as obrigações mensais os tributos diferem em prazos e alíquotas tributárias.

Conforme orientações do Sebrae:[2]

Ao se tornar MEI, o empreendedor é enquadrado no Simples Nacional e fica isento de tributos federais, como Imposto de Renda, PIS, COFINS, IPI e CSLL.

O INSS é reduzido a 5% do salário mínimo – com isso, o MEI tem direito aos benefícios previdenciários, como auxílio-maternidade, auxílio-doença, aposentadoria, entre outros.

Confira os valores de 2020:

- R$ 52,25 (para que não recolhe ISS e nem ICMS)
- R$ 53,25 (para quem recolhe ICMS - comércio)
- R$ 57,25 (para quem recolhe ISS - serviço)
- R$ 58,25 (para quem recolhe ISS e ICMS - comércio e serviço).

2. VANTAGENS DA ABERTURA DA MEI

Com a simplificação da abertura de pessoa jurídica no âmbito de Microempresa, se fez necessário que aquele Microempreendedor saísse das sombras da informalidade e passasse a ser legalmente reconhecido pelo Estado.

Em consequência a isso, a empresa passou a ser detentora de segurança jurídica,

[1] Sebrae Minas Gerais. Saiba como manter-se em dia com as obrigações do MEI.SEBRAEMG. https://atendimento.sebraemg.com.br/biblioteca-digital/content/obrigacoes-do-microempreendedor-individual#:~:text=A%20obriga%C3%A7%C3%A3o%20principal%20%C3%A9%20o,faturamento%20(DASN%2DSIMEI). Acesso em: 05 mai 2021, as 21:34.

[2] Que impostos o Microempreendedor Individual paga? SEBRAE. https://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/faq/que-impostos-o-microempreendedor-individual-paga,8c7ed15-a9567d410VgnVCM1000003b74010aRCRD#:~:text=Ao%20se%20tornar%20MEI%2C%20o,%2C%20Cofins%2C%20IPI%20e%20CSLL. Acesso em:10 mai 2021.as 22:30.

usufruindo de benefícios legais concedidos às demais modalidades empresariais. Assim, aquilo que era formalmente ilegal passa a ser legal, em uma relação em que ambos (Estado e Empresário) podem ser cobrados e responsabilizados nos termos em que a lei define.

Posto isto, a empresa se reveste de proteção jurídica para com seus proprietários, mas em casos de inadimplemento os proprietários serão responsabilizados direta e financeiramente, pois a pessoa jurídica na MEI é despersonificada da empresa, não sendo possível para os Microempreendedores essa proteção dos bens, pois os mesmos não se separaram na constituição da pessoa jurídica.

O instituto da desconsideração da personalidade jurídica surgiu como um modo de proteger o credor do devedor, que por vezes se escondia no manto da pessoa jurídica, para não adimplir com as suas obrigações contratuais.

A desconsideração da personalidade jurídica é um instituto que pode ser utilizado tanto no Direito Civil quanto no Direito Trabalhista, nas questões envolvendo a cobrança de valores da empresa, seja numa execução de cobrança de dívida ou numa execução trabalhista, por exemplo.

Deste modo, esse instituto existe para ações envolvendo questões patrimoniais, objetivando alcançar os bens da pessoa física ou de outra pessoa jurídica, a fim de fazer cumprir o inadimplemento de uma das partes, através de uma ação judicial.

Sendo assim o legislador trouxe em nosso ordenamento jurídico a regulamentação da norma. No âmbito civil a matéria está disciplinada no Capítulo IV, Arts. 133 a 137 do Código de Processo Civil. Já no Direito do Trabalho ocorre um uso subsidiário da norma civil, conforme consta no Art. 855-A, da CLT (incluído pela Lei nº 13.467, de 2017).

Os principais benefícios que motivam os Empreendedores Individuais a formalizarem seus negócios, estão na oportunidade de legalizar suas atividades de maneira simplificada, e assim ter acesso a benefícios que serão importantes para seus negócios, buscando através da MEI, trabalhar de forma digna e exercer sua cidadania perante a sociedade.

Os benefícios podem valer a pena: o imposto é mais baixo em relação aos impostos de uma Pessoa Física ou de outros tipos de empresas, e deve ser pago mensalmente, resume-se a uma taxa simplificada, que pode ser paga de três formas:

A primeira delas é através do débito automático. Nesse caso, o usuário deve cadastrar uma conta corrente ativa para o Simples Nacional no site do Ministério da Fazenda.

Há um número limitado de bancos para realizar a operação, incluindo o Banco do Brasil, a Caixa Econômica Federal, Santander, Bradesco e Mercantil do Brasil. Nesse caso, o valor é debitado automaticamente, mas é necessário que exista saldo na conta registrada.

A segunda maneira é online. Aqui, é realizado por meio do internet banking ou aplicativos de bancos, necessitando apenas da guia de pagamento.

Por último, o contribuinte vai até um local físico e utiliza o código de barras para a

quitação. Aqui ele pode escolher uma agência da Caixa Econômica Federal, Banco do Brasil, bancos estaduais, casas lotéricas ou bancos conveniados.

O valor do imposto depende da atividade exercida pelo MEI – por exemplo, comércio ou indústria.

Do valor estipulado para o pagamento desse imposto, 5% se referem ao valor do salário mínimo, mais R$ 1,00 de ICMS para o Estado (atividades de comércio, indústria e transportes de cargas interestaduais) e/ou R$ 5,00 ISS para o município (atividades de Prestação de Serviços e Transportes Municipal).

Além disso, quem tem MEI pode emitir nota fiscal, e também tem direito à cobertura do INSS, sendo capaz de alugar máquina de cartão e solicitar empréstimos com taxas reduzidas.

A emissão do CNPJ facilitará a abertura de conta bancária, o pedido de empréstimos, com acesso a linhas de créditos especiais e a emissão de notas fiscais.

A partir da formalização o empreendedor e sua família poderão contar com os benefícios da Previdência Social: auxílio-doença, aposentadoria, salário-maternidade, pensão e auxílio-reclusão.

Todos os benefícios podem ser solicitados pelo telefone 135 ou no sistema meu INSS, disponível no site da Previdência Social. O valor dos benefícios é sempre de um salário mínimo vigente.

O Microempreendedor Individual pode contratar até um funcionário, desde que não ultrapasse um salário mínimo ou o piso salarial dentro da categoria da profissão. Para contratação de um empregado não há necessidade de se ter um contador.

Além disso, o MEI que deseja contratar um empregado deve gerar o GFIP - Guia do FGTS e Informação à Previdência, tendo em vista que o custo é de 11% sobre salário, desse valor 8% é referente ao FGTS (descontado do salário) e 3% referente ao INSS de responsabilidade do MEI. Esse pagamento deve ser realizado até o dia 7 do mês seguinte.

Todos os documentos podem ser emitidos pela internet, pois foi feita parceria entre o SEBRAE e a SEFAZ (Secretaria de Fazenda de São Paulo), onde desenvolveram um aplicativo para emissão de Notas Fiscais Eletrônicas (NF-e) e de Conhecimento de Transporte Eletrônico (CT-e).

O serviço é gratuito e válido para empresas de todo País. Com esse acesso, as MPEs (Micro e pequenas empresas) poderão contar com diversos benefícios, como, por exemplo, a redução de custos e do consumo de papel, auxílio no gerenciamento mais efetivo das notas emitidas, facilitação na escrituração contábil e fiscal, padronização do relacionamento eletrônico entre empresas, entre outros.

Não existe burocracia para o empreendedor, a única obrigação é a apresentação da declaração anual de faturamento, que pode ser feita pela internet. Além disso, o limite atual

de faturamento MEI é de no máximo 81 mil reais por ano — média de R$ 6.750 reais por mês.

A carga tributária é muito inferior em relação a outros tipos de empresas, e o sistema de recolhimento é único, é feito por meio de um Documento de Arrecadação Simplificado (DAS) para emiti-lo, basta ter o número do CNPJ e acessar o Portal do Empreendedor.

- R$ 50,90 para comércio e indústria;
- R$ 54,90 para prestação de serviços;
- R$ 55,90 para comércio e serviços.

O empreendedor individual poderá vender produtos e serviços ao mercado governamental, seja nas esferas municipal, estadual e federal. Poderá, ainda, ter acesso a políticas e incentivos à economia, como financiamentos do Banco do Brasil e da Caixa Econômica Federal.

O SEBRAE irá prestar apoio técnico na organização do negócio do empreendedor que tiver interesse, através de cursos para ajudar no desenvolvimento e manutenção dos negócios.

Também tem os benefícios previdenciários que são importantes em dinheiro, que a Previdência Social paga a quem contribui para o INSS. Ao se formalizar, o MEI passa a ter cobertura previdenciária para si e sua família, traduzida nos benefícios a seguir.

Uma das vantagens da formalização como MEI, são os benefícios previdenciários tais como: aposentadoria por idade, aposentadoria por invalidez, auxílio doença, salário maternidade, pensão por morte e auxílio reclusão. A família do microempreendedor individual também terá direito a alguns benefícios.

Para o empreendedor:

- Aposentadoria por idade: mulher aos 60 anos e homem aos 65, observado a carência, que é tempo mínimo de contribuição de 15 anos;
- Aposentadoria por invalidez: o MEI tem de contribuir para a Previdência Social por no mínimo 12 meses, a contar do primeiro pagamento em dia.
- Auxílio doença: o MEI tem de contribuir para a Previdência Social por no mínimo 12 meses, a contar do primeiro pagamento em dia.
- Salário maternidade: são necessários 10 meses de contribuição, a contar do primeiro pagamento em dia.

Para a família:

- Pensão por morte: a partir do primeiro pagamento em dia. O pagamento não poderá ocorrer após o óbito.

- Auxílio reclusão: a partir do primeiro pagamento em dia. O pagamento não poderá ocorrer após a reclusão.

Observação: se a contribuição do Microempreendedor Individual se der com base em um salário mínimo, qualquer benefício que ele vier a ter direito também se dará com base em um salário mínimo. Essas informações se encontram no portal do SEBRAE.

Para cada benefício, no entanto, vale observar as diretrizes dispostas pela Previdência que estão na LEI N. 8.212, DE 24 DE JULHO DE 1991.

Pensando não apenas no pequeno empresário, mas também nos empresários individuais, criou-se a Lei Complementar nº 128, de 19 de dezembro de 2008.

Em seu Art. 2º e acrescentando o Art.28B fala da remuneração sobre a qual incidem as contribuições para o regime próprio de previdência social a que estiver filiado o interessado. Trata-se do Microempreendedor Individual, beneficiando o empreendedor individual com a isenção de diversos tributos, facilitando a forma de cadastro e ainda a contabilidade. A referida lei oportunizou ao pequeno empresário uma forma do empreendedor individual formalizar o seu negócio garantindo os benefícios da previdência.

Segundo o SEBRAE (2013), com a Lei Complementar nº 128, de 19/12/2008 que está em vigor desde junho de 2009, “o Brasil deu um importante passo para a inclusão econômica e social de cerca de 9 milhões de trabalhadores que estão na informalidade. Entre as vantagens estabelecidas pela Lei está o Registro de Cadastro de Pessoa Jurídica (CNPJ), com isso também facilitará a abertura de conta bancária, pedidos de empréstimo e poderá emitir notas fiscais, será enquadrado pelo Simples Nacional”.

O Simples Nacional é um regime tributário diferenciado, simplificado e favorecido previsto na Lei Complementar nº 123, de 14.12.2006 e ficará isento dos impostos federais (IR, PIS, COFINS, IPI e CSLL). César et al., (2012, p.15):

A Federação Nacional das Empresas de Serviços Contábeis - FENACON (2013) faz a seguinte explanação sobre o MEI:

“Instituído por meio da Lei Complementar nº 128/08, ao Microempreendedor Individual pode ser considerado um dos maiores projetos de inclusão social já criado no país. A medida consiste em trazer para a formalidade os profissionais autônomos com receita bruta de até R$ 60 mil reais que queiram desfrutar dos benefícios previdenciários, mas não possuem condições financeiras de arcar com a carga tributária. Além da redução da carga tributária, os empresários contábeis têm a oportunidade de protagonizar um grande trabalho social no país. Beneficiados pelo Simples Nacional, agora os escritórios de contabilidade farão gratuitamente o registro do empreendedor individual e a primeira declaração anual da categoria. A medida consiste em trazer para a formalidade esses profissionais que queiram desfrutar dos benefícios previdenciários, mas não possuem condições financeiras de arcar com a carga tributária.”(FENACON,2013).

Os microempreendedores individuais formais ao serem questionados em uma pesquisa sobre os benefícios adquiridos após a formalização considera que o maior benefício é possuírem o Cadastro Nacional de Pessoa Jurídica (CNPJ), visto que obtendo o registro estarão legalizados, podendo assim efetuar compras, ter acesso a créditos bancários diferenciados, participação em licitação, benefícios previdenciários e ao serem fiscalizados poderão comprovar sua condição devidamente legalizada.

Esta é uma nova oportunidade em relação aos benefícios de os trabalhadores formalizarem por conta própria seu trabalho, efetuando suas obrigações fiscais e tendo como principal benefício à garantia de uma futura aposentadoria, o que o emprego informal não garante.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no que foi exposto, percebemos que o MEI é o mais vantajoso tipo de empresa, uma vez que possui uma redução considerável de tributos, e traz benefícios como geração de nota fiscal, possibilidade de aquisição de créditos nas instituições financeiras, e benefícios previdenciários semelhantes à pessoa física, que podem estender-se aos familiares.

Os objetivos apontados na introdução foram alcançados, mas nosso impasse surgiu na organização e sintetização das informações, em razão do curto período de tempo que dispusemos para a organização e montagem do trabalho.

Por fim, os resultados obtidos através da metodologia teórico-empírica foram satisfatórios, em razão de termos encontrado facilmente os dados de como abrir uma MEI, e da facilidade em regulamentar a empresa. Contudo, nosso trabalho ficou comprometido, pois não tivemos a oportunidade de colocar tudo em prática, uma vez que a mentora se ausentou, impossibilitando a admissão das hipóteses de abertura da empresa, levantadas durante a fase inicial da pesquisa.

AGRADECIMENTOS

Dedicamos esta parte em especial ao Professor e Mestre Rodrigo Marchioli e também ao Professor Jorge do Espaço Supernova na Uniamérica, que contribuíram e acrescentaram muito para o desenvolvimento deste Projeto Integrador de Extensão.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Decreto nº 9.927, de 22 de julho de 2019. **Publicado no DOU** em: 22 de julho de 2019. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/decreto/D99-

27.htm Acessado em: 21 de abril de 2021.

BRASIL. Lei Complementar nº 123/2006, de 14 de dezembro de 2006. **Publicado no DOU** em: 15 de dezembro de 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp-123.htm acessado em: 21 de abril de 2021.

BRASIL. Lei Complementar nº 139/2011, de 10 de novembro de 2011. **Publicado no DOU** em: 11 de novembro de 2011. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp-139.htm acessado em: 21 de abril de 2021.

BRASIL. Lei nº 11.598/2007, de 3 de dezembro de 2007. **Publicado no DOU** em: 4 de dezembro de 2007. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/-2007/lei/l11598.htm acessado em: 21 de abril de 2021.

GOVERNO FEDERAL. Empreendedor: Quero ser MEI. **Gov.br**, 25 abr. 2021. Disponível em: https://www.gov.br/empresas-e-negocios/pt-br/empreendedor/quero-ser-mei. Acessado em: 12 maio 2021.
GOVERNO FEDERAL. Empreendedor: Serviços para MEI. **Gov.br**, 25 abr. 2021. Disponível em: https://www.gov.br/empresas-e-negocios/pt-br/empreendedor/servicos-para-mei. Acessado em: 12 maio 2021.

SEBRAE. **Cartilha do microempreendedor individual**, 4ª edição. Serviço de apoio às Micro e Pequenas Empresas da Paraíba, 2020. Disponível em: https://www.sebrae.com.br/-Sebrae/Portal%20Sebrae/UFs/PB/Sebrae%20de%20A%20a%20Z/Para%20voc%C3%AA:%20MEI/cartilha-do-Mei-2020.pdf Acessado em: 21 de abril de 2021.

EDUCAÇÃO FÍSICA

O Curso de Educação Física Bacharelado prepara profissionais para atuar nas diferentes formas e modalidades do Exercício Físico, da Ginástica, do Jogo, do Esporte, das Lutas e da Dança, intervindo no campo da Saúde, do Alto rendimento esportivo e do Lazer.

AVALIAÇÃO FÍSICA EM ATLETAS DO BASQUETE FEMININO SUB 17 NA ASSOCIAÇÃO DE BASQUETE DE FOZ DO IGUAÇU (ABASFI)

Eduardo Weiss de Carvalho[1], Emanuel Campos[1], Michelly Ruske[1], Mike Guimarães[1], Victor Hugo[2], Marcos Gabriel Rodrigues Senabio[3], Allysson Costa[4].

INTRODUÇÃO

O basquete é um dos esportes mais praticados no mundo (NETO E CÉSAR, 2003). O basquete é um jogo coletivo que exige bastante fisicamente dos atletas, e por conta disso pode levar a muitas lesões advindas da dinâmica do jogo, que envolve um contato direto entre os atletas (MOREIRA, GENTIL, OLIVEIRA, 2003). As principais capacidades físicas dessa modalidade são força, velocidade e resistência aeróbica, sendo assim, é muito importante termos dados periódicos sobre o condicionamento dos atletas.

Devido a necessidade de obtenção desses dados, percebemos a importância da Avaliação Física, pois através dela podemos reunir elementos que fundamentam decisões de métodos e procedimentos para os exercícios físicos, por meio dos protocolos de avaliação podemos mensurar a composição corporal e o condicionamento físico do atleta, e assim estabelecer uma meta, para futuramente alcançar alguma melhora física (CONFEF, 2012). A avaliação física não deve ser encarada como produto de um momento, mas sim de período, possibilitando ajustar o programa a fim de atingir o objetivo almejado (MACHADO E CAL ABAD, 2012).

Durante a pandemia com o encerramento das atividades de físicas em geral, muitos atletas não conseguiram manter o ritmo de treino, devido a isso ocorreu o aumento de níveis de ansiedade e estresse, o que pode diminuir ainda mais o desempenho e a perda das valências físicas, tudo isso devido à pressão psicológica sofrida e a falta de treino (VALENZUELA, 2021).

Durante a pandemia muitos atletas de Foz do Iguaçu sofreram com a falta de espaço e material, tendo que recorrer a treinamentos de forma remota ou até mesmo parar completamente com os exercícios. As dificuldades que mais foram encontradas são referentes ao condicionamento físico, por conta da quebra de rotina e da falta de condições, equipamentos e orientação em suas residências neste sentido, estes estresses acabam

[1] Acadêmicos do Curso de Educação Física do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Educação Física - Bacharelado, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: marcos.senabio@descomplica.com.br
[4] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: allysson,costa@descomplica.com.br

implicando diretamente na saúde destes atletas e, se não conduzidos adequadamente, a soma destes problemas pode gerar complicações ainda maiores (CORSO, 2020). Sendo assim, este projeto se propôs a analisar como os atletas da Associação de Basquete de Foz do Iguaçu (ABASFI) foram prejudicados fisicamente durante esse período sem treinos presenciais,

METODOLOGIA

.

Este projeto é de cunho experimental, exploratório, descritivo, de abordagem quantitativo, que investiga se a pandemia interferiu ou não no condicionamento físico de atletas de Basquetebol.

O projeto foi composto por um programa de avaliações físicas realizadas com as atletas da Associação de basquete de Foz do Iguaçu (ABASFI). O projeto foi desenvolvido por um período de 3 meses, com 7 encontros presenciais, com 60 a 80 minutos de duração cada.

Os dados coletados foram: a massa corporal, estatura, circunferências corporais, composição corporal, VO_2 Máx. e desvios posturais. Os dados antropométricos foram analisados tendo como parâmetro o Protocolo de 7 dobras de Pollock. O programa também avaliou o condicionamento físico, VO_2 Máx. através do Beep Test. De forma adicional e análise de desvios posturais.

O grupo de estudo foi composto pela categoria sub-17 feminina que contém 18 atletas, a ABASFI fica localizada na R. Heleno Schimmelpfeng, 838 em Foz do Iguaçu-Paraná, na intervenção foram incluídas apenas atletas da ABASFI que ficaram paradas em virtude da pandemia e/ou que treinavam remotamente, não foram incluídas atletas com idade superior a 17 anos e atletas de outras modalidades a não ser basquete, os resultados foram analisados, organizados e apresentados através de tabelas e gráficos

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No gráfico 1 apresenta o risco da relação cintura quadril das atletas, os resultados apresentam que 2 (11,8%) atletas têm risco muito alto de desenvolver doenças cardiovasculares, 2 (11,8%) com risco alto, 10 (58,8%) atletas com risco moderado e por fim 3 (17,6%) atletas com risco considerados baixos, sendo feita a divisão das 17 atletas que participaram do projeto.

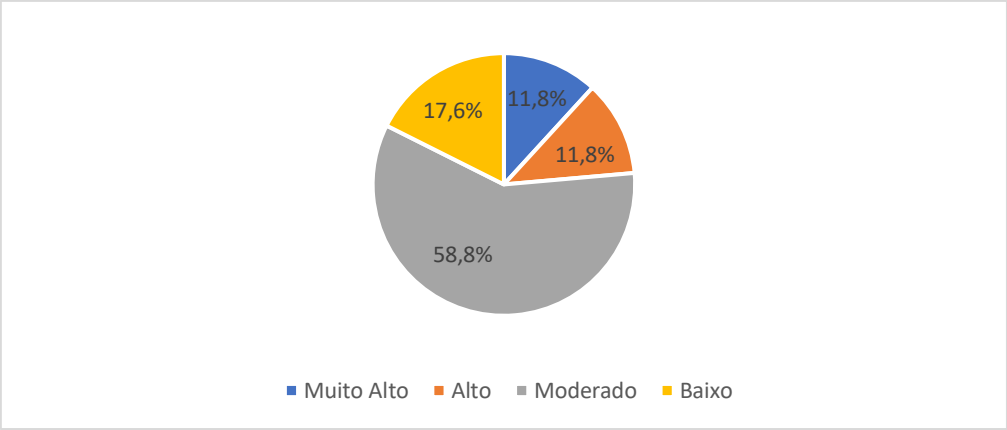


Gráfico 1 – Classificação da relação cintura quadril das atletas em porcentagem (%)

Foi obtido também através da antropometria o Índice de Massa Corporal (IMC) que serve para ver se a pessoa está dentro do seu peso corporal ideal, através da idade e a altura, foi utilizado uma tabela da Associação Mundial da Saúde (OMS) de referência onde diz se o IMC está abaixo do peso, no intervalo normal, sobre peso, ou na obesidade classe 1, 2 e 3 (NETO, CESAR, 2003)

No 2º gráfico foi apresentada a classificação do IMC de acordo com a porcentagem de gordura corporal, onde podemos ver que das 17 atletas avaliadas 94%, representando 16 atletas, estão no intervalo normal de acordo com a OMS, portanto 6% das atletas, o que caracteriza 1 atleta, está classificada com sobre peso. Em comparação com um estudo feito por GARCIA JUNIOR em 2009 pode-se dizer que os resultados são positivos, tendo em vista que a flutuação da porcentagem de gordura de 12 atletas desse estudo foi de 15% a 21,6%, o que representa um intervalo normal de acordo com o gráfico.

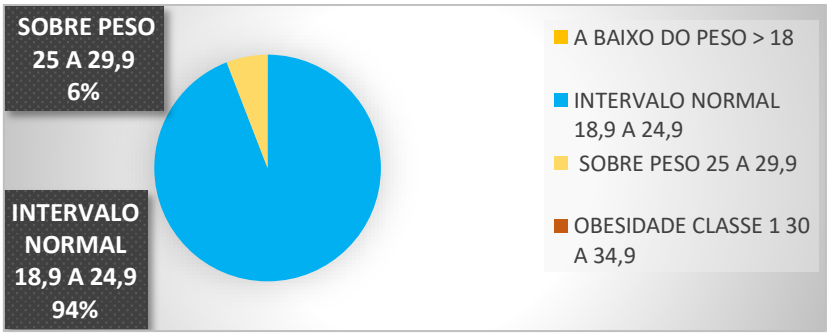


Gráfico 2 - Classificação do percentual de gordura das atletas

Gráfico 3 foi constatado onde se encontra os atletas, e que 82% (15) das atletas se encontraram na média e acima dela, o que representa um resultado positivo, mas os outros 18% (2) estavam abaixo, o que indica que nem Todas as atletas retornaram as condições normais de desempenho físico, algo que pode ser reparado com a continuação dos treinamentos, mas não representa algo preocupante já no estudo feito por Bergamo, 2003 foi

relatado uma janela de 36 a 51 o resultado de teste de VO_2 Máx. em atletas de basquete feminino tendo amostras de várias faixas etárias.

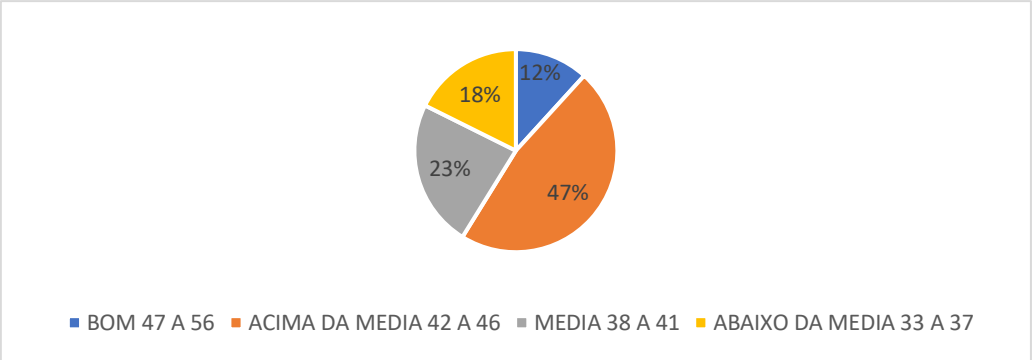


Gráfico 3 – Classificação do VO_2 Máx. das atletas com referência ml/kg/min

No gráfico 4 apresentamos uma relação de principais locais onde foram encontrados desvios posturais, através de um simetrógrafo que foi usado nas avaliações, foi possível avaliar os principais desvios posturais de cada atletas, onde ficaram distribuídos nos ombros (13), joelhos (6), coluna (7), pés (4), braços (7) e outros (1). Os desvios apresentados não foram considerados graves, tendo leves desvios presentes nas atletas o que não necessariamente apresenta uma preocupação em corrigi-las, já que desvios existem em qualquer pessoa, sendo raro uma pessoa que não apresenta nenhum deles.

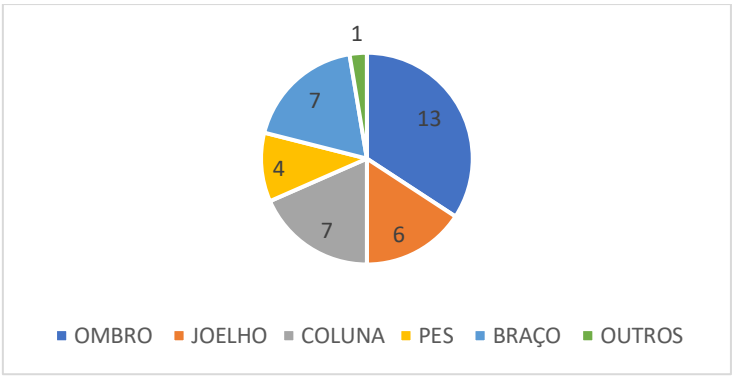


Gráfico 4 – Principais locais dos desvios posturais por região.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Considerando as condições atuais das atletas pode-se confirmar que o nível de desempenho físico em comparação com os índices normais está abaixo do esperado para atletas de alto rendimento, tendo em vista a relação aos testes de VO_2 Max e aos testes de impulsão. Já em relação ao IMC das atletas os índices estão no nível esperado, indicando uma boa condição em relação a quantidade de massa muscular e a porcentagem de gordura avaliada nas atletas. Portanto pode-se dizer que a perca de desempenho das atletas, possa estar relacionada ao desempenho técnico do que a condição física, sendo assunto para um estudo mais aprofundado, isso devido a declarações das próprias atletas durante a pesquisa.

REFERÊNCIAS

BERGAMO, Vagner Roberto et al. O perfil físico e técnico de atletas de basquetebol feminino: contribuições para identificação do talento esportivo múltiplo. 2003.

CARES-MARAMBIO, Kevin et al. Prevalence of potential respiratory symptoms in survivors of hospital admission after coronavirus disease 2019 (COVID-19): A systematic review and meta-analysis. Chronic respiratory disease, v. 18, p. 14799731211002240, 2021.
CORSO, João Schmidt et al. REALIDADE DE ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO DURANTE A EPIDEMIA DE COVID-19. Salão do Conhecimento, v. 6, n. 6, 2020.

DE OLIVEIRA, Jean Carlos Pancine; CUQUETTO, Douglas Colombi; DOS SANTOS FERREIRA, Sandro. Comparação da composição corporal utilizando dobras cutâneas e bioimpedância em adultos jovens. RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 15, n. 94, p. 323-328, 2021.

DUARTE, MARCELENE SOUZA. Estratégias de enfrentamento ao período pandêmico: o papel de um projeto de rugby feminino na vida de jovens atletas. Rev. Universidade Federal de Pelotas 1ª Edição ISSN, v. 1415, p. 8426, 2005.

JUNIOR, Paulo Francisco Garcia. Análise do perfil antropométrico da equipe de basquete feminino sub-21 de Jaboticabal, SP. Revista Digital - Buenos Aires, v. 13 - Nº 129, 2009
MACHADO, Alexandre Fernandes; ABAD, César Cavinato Cal. Manual de avaliação física. São Paulo: Ícone, 2012.

MOREIRA, Paulo; GENTIL, Daniel; OLIVEIRA, César de. Prevalência de lesões na temporada 2002 da Seleção Brasileira Masculina de Basquete. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 9, p. 258-262, 2003.

NETO, Arthur Paiva; DE CASTRO CÉSAR, Marcelo. Avaliação da composição corporal de atletas de basquetebol do sexo masculino participantes da liga nacional 2003. Rev. Bras. Cine. Des. Hum.

NETO, Arthur Paiva; DE CASTRO CÉSAR, Marcelo. Avaliação da composição corporal de atletas de basquetebol do sexo masculino participantes da liga nacional 2003. Rev. Bras. Cine. Des. Hum. ISSN, v. 1415, p. 8426, 2005.

PINTO, M. V. M. et al. Análise dos riscos coronarianos através da relação cinturaquadril (rcq) em taxistas residentes na cidade de Caratinga-MG. Revista Digital. Buenos Aires, v. 12, n. 114, p. 1-9, 2007.
PEDRO L, Valenzuela. Consequência do Isolamento para Atletas Profissionais. Janeiro 2021. Disponível em:<https://barcainnovationhub.com/pt/consequencias-do-isolamento-para-atletas-profissionais/>.Acesso em: 23/10/2021.

DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR EM CRIANÇAS DE 6 E 7 ANOS DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA ESCOLA BAIRRO LEONEL DE MOURA BRIZOLA, EM FOZ DO IGUAÇU-PR

Lucianne Aiko Tashiro Paiva[1], Rafael Sturzbecher[1], Katiane Paniagua[1], Patrício Dimonaco[1], Marcos José Paulin da Rocha[2] , Marcos Gabriel Rodrigues Senabio[3], Allysson Costa[4].

INTRODUÇÃO

Psicomotricidade significa a relação entre o pensamento, ação e emoção, ou seja, é considerada a ciência que estuda o homem por meio de seu corpo em movimento, em relação ao seu mundo interno e externo, funcionando como eixo de sustentação da vida sócio-psico-afetiva do sujeito (JOBIM E ASSIS, 2013). A Educação Psicomotora é a estrutura fundamental para o processo de desenvolvimento da aprendizagem da criança. Durante o processo de aprendizagem, os elementos básicos da Psicomotricidade são: Lateralidade, Esquema Corporal, Estruturação Espacial, Orientação Temporal e Pré-Escrita (SILVA, 2008; BORGES, 2008 apud BERMUDEZ ,2013).

Segundo Medeiros (2011) a ausência de um trabalho específico de Psicomotricidade está relacionada tanto aos transtornos de aprendizagem, quanto às dificuldades na aquisição e uso da escrita, habilidades de raciocínio e dicção. Segundo Morais (2002 apud BATISTA, 2014), os aspectos motores mal desenvolvidos geram dificuldades na criança, no seu brincar, correr, andar e interagir. Nesse contexto, o isolamento social causado pela Pandemia do COVID-19 pode ter resultado em possíveis atrasos psicomotores para crianças de diversas idades. O desenvolvimento psicomotor é importante na prevenção de problemas da aprendizagem, na reeducação da postura, da direcionalidade e lateralidade (BARRETO, 2000). Por isso, as brincadeiras são formas de linguagem que a criança usa para compreender e interagir consigo, com o outro e com o mundo (OLIVEIRA, 2000).

A partir do exposto, e tendo em vista que a Psicomotricidade é um fator que deve ser desenvolvido nas escolas e contraturnos, investigamos a condição psicomotora de algumas crianças do Centro de Convivência Escola Bairro Leonel de Moura Brizola, em Foz do Iguaçu-

[1] Acadêmicos do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor, profissional de Educação Física Bacharelado, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: marcos.senabio@descomplica.com.br
[4] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: allysson,costa@descomplica.com.br

PR, que permaneceu fechado mais de 8 meses, por conta da pandemia do COVID-19, pressupondo que a falta de atividades e brincadeiras, pode ter resultado em atraso no desenvolvimento psicomotor em crianças de 6 e 7 anos.

Neste contexto, devido a necessidade da aplicação de atividades para o desenvolvimento da Psicomotricidade, este Projeto do curso de Educação Física Bacharelado, do Centro Universitário União das Américas, se propôs a aplicar testes de motricidade fina, motricidade global e equilíbrio (ROSA NETO, ANO), e o planejamento e desenvolvimento de planos de aulas para o desenvolvimento destes aspectos psicomotores.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

.

Este Projeto Integrador caracteriza-se como uma pesquisa experimental, explicativa, através de uma verificação de dados quantitativos. Foram aplicados testes motores no início e no final do projeto, com intuito de analisar as dificuldades e desenvolvimento de cada criança, sendo estes: 1) testes de motricidade global, como saltar uma altura, caminhar em linha reta, pé manco e saltar sobre o ar; e 2) testes de equilíbrio, como equilíbrio nas pontas dos pés, pé manco estático, equilíbrio de cócoras e equilíbrio com tronco flexionado. Os testes foram retirados do manual de avaliação motora do Francisco Rosa Neto (2002). Foram aplicados testes para avaliar a idade motora em 9 crianças, com idades entre 6 e 7 anos, sendo 5 meninas e 4 meninos, que frequentam o Centro de Convivência Escola Bairro Leonel de Moura Brizola, em Foz do Iguaçu-PR.

O projeto foi desenvolvido durante um período de 5 semanas, com a realização de uma aula por semana, cada aula com duração de 2 a 3 horas.. Dois dias de aulas forma destinado à realização dos testes (dias 1 e 5) e 3 dias à realização de atividades motoras (dias 2 ,3 e 4) . Na primeira aula foram aplicados os testes para análise de desempenho e para a preparação dos planos de aula. Na segunda aula foram aplicadas atividades de coordenação motora grossa. Na terceira aula focamos em atividades para equilíbrio. Na quarta aula foram englobadas todas as características motoras. Para a realização das atividades foram utilizados materiais disponibilizados no Centro de Convivência, como: bolas, cones, bambolês, balões e cordas. Na última aula foram aplicados novamente os testes, para avaliação e comparação dos resultados.

O critério de inclusão para participar da pesquisa foi que a criança precisava apresentar idade cronológica entre 6 e 7 anos e frequentar o Centro de Convivência durante seu contraturno escolar. O critério de exclusão foi que a criança não se encaixasse na idade exigida e não tivesse frequência nas aulas do Centro de Convivência. Os dados obtidos foram distribuídos em tabelas e gráficos para análise.

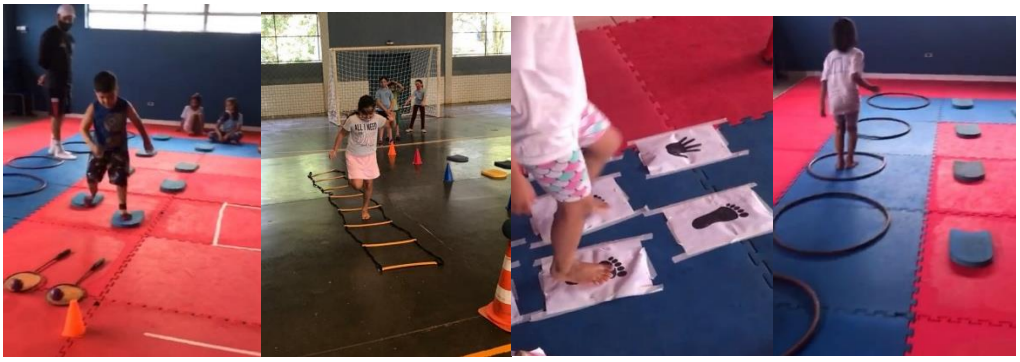
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente foram aplicados testes de Motricidade Global e Equilíbrio, a partir disso foram aplicadas atividades que buscaram desenvolver estes aspectos, conforme apresentado na tabela 1.

Tabela 1. Atividades de Motricidade Global e Equilíbrio

Motricidade Global	Equilíbrio
Circuito	Andar sobre linha
Tocar imagens de acordo com o membro	Corrida segurando colher com bolinha
Ovo choco	Carregar lápis com os pés
Passar obstáculos	Zig zag com bola
Pegar cores e objetos	Carregar bolinha na raquete
Pegar números	Pular nos bambolês
Acertar alvo com bambolê	Carregar cabo de vassoura
Revezamento com cones e bambolê	Saltos nos cubos
	Saltos na escada de agilidade

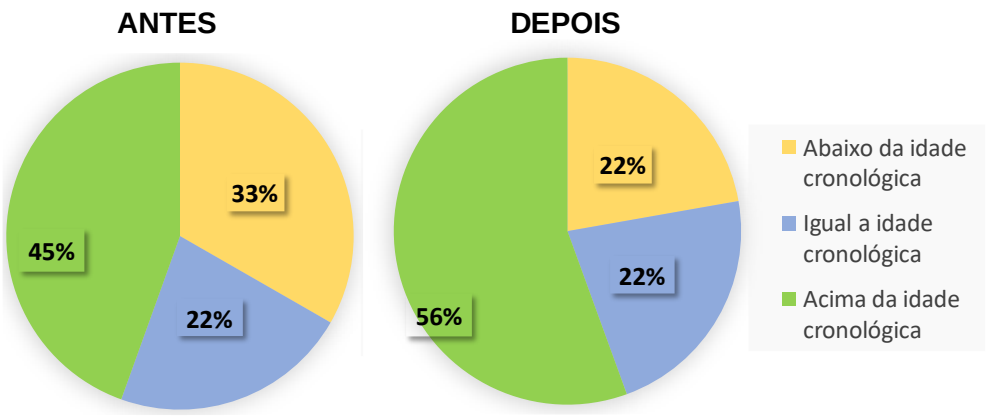
Figura 1. Atividades desenvolvidas



Conforme apresentado no Gráfico 1, a partir da aplicação dos testes de Motricidade global realizados antes da aplicação das aulas, foi possível observar que 33% das crianças possuem idade cronológica abaixo da idade motora ideal, 22% atingiram a idade cronológica e 45% estão acima da idade cronológica. E depois da aplicação das aulas, 22% das crianças possuem idade cronológica abaixo da idade motora ideal, 22% atingiram a idade cronológica e 56% estão acima da idade cronológica. Comparando os resultados de motricidade global e equilíbrio, com o trabalho “Análise de uma intervenção dirigida ao desenvolvimento da coordenação motora fina, global e do equilíbrio”, feito por estudantes de Universidades de São Paulo, que conteve 10 aulas com intervenções com atividades, em que os resultados encontrados demonstram que após o período de estimulação do programa interventivo, os participantes apresentaram melhora significativa no desempenho motor. Sendo assim, foi possível observar que, mesmo com pouco tempo para intervenção, podem ser obtidos

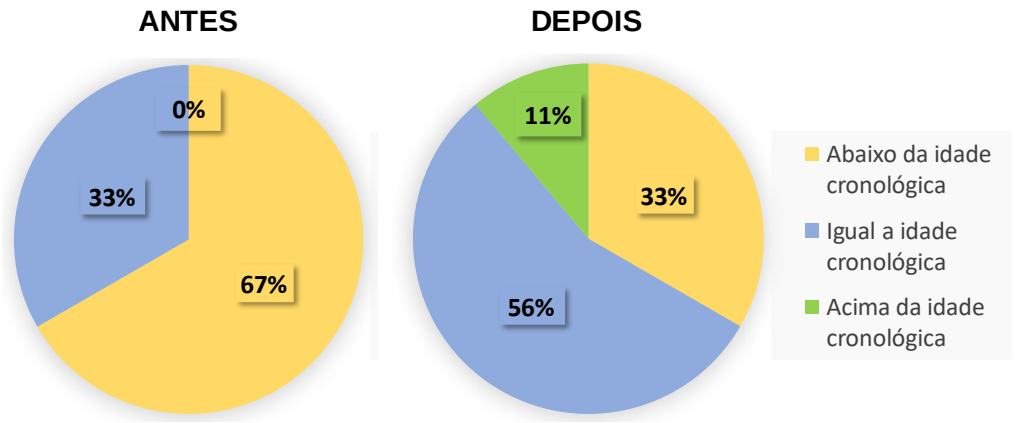
resultados confiáveis.

Gráfico 1. Resultado do teste de Motricidade Global antes e depois da aplicação das aulas.



Conforme o Gráfico 2, a partir do teste de Equilíbrio realizado antes da aplicação das aulas, os resultados obtidos foram, 67% não atingiram a idade cronológica, 33% atingiu a idade cronológica e 0% estão acima da idade cronológica. Após a aplicação das aulas, foi analisado que, 33% não atingiram a idade cronológica, 11% atingiu a idade cronológica e 56% estão acima da idade cronológica.

Gráfico 2. Resultado do teste de Equilíbrio antes e depois da aplicação das aulas.



CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

A partir do projeto percebemos uma melhora significativa nos parâmetros de desenvolvimento motor que foram analisados, ampliando as capacidades de equilíbrio e coordenação motora global. A continuidade do projeto, com um maior número de intervenções poderia melhorar os resultados obtidos. As crianças receberam de forma positiva e

colaboraram com as oficinas, a coordenação do centro foi muito receptiva e auxiliou em todas as necessidades, na parte acadêmica foi muito gratificante poder colocar em prática um projeto e ter a oportunidade de ensinar e aprender.

REFERÊNCIAS

ROSA NETO, Francisco. **Manual de Avaliação Motora.** 1. ed. Porto Alegre, Artmed, 2002. 144 p.

ROSA NETO, Francisco. **Desenvolvimento motor de crianças com indicadores de dificuldades na aprendizagem escolar.** Revista Brasileira Ciência e Movimento 2007;15(1):45-51

BARBIERI, Fernanda. Psicomotricidade na educação infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento.** 03, Vol. Ed. 11, pp. 05-27. Março de 2019. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/psicomotricidade-na-educacao#CAPITULO-I-PSICOMOTRICIDADE-DEFINICAO-E-HISTORICO> Acesso em: 13 nov. 2021.

RODRIGUES , Polyane. **Avaliação motora e psicomotricidade em crianças de 4 a 6 anos. 2010. 57 f. TCC. Faculdade Calafiori. 2010.** Disponível em: <http://calafiori.edu.br/wp-content/uploads/2019/09/AVALIA%C3%87%C3%83O-MOTORA-E-PSICOMOTRICIDADE-EM.pdf> Acesso em: 13 nov. 2021.

OLIVEIRA ALVES, B.; CESAR DA SILVA, C.; OLIVEIRA DE MELO, I.; NEURISMAR ARAUJO DE SOUZA, M.; MENESES ALMEIDA, M. **A contribuição da psicomotricidade no desenvolvimento motor dos alunos da educação infantil.** CONEDU VI CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO. 2019. Fortaleza, Ceará. em: <https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2019/TRABALHO_EV127_MD1_SA9_ID11833_26092019142036.pdf> Acesso em: 13 nov. 2021.

FONTANA, C. Madalena. **A importância da psicomotricidade na educação infantil.** 2012. 75 f. Monografia. Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Medianeira. 2012. Disponível em: <http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4701/1/MD_EDUMTE_VII_2012_03.pdf > Acesso em: 13 nov. 2021.

SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA PARA AS COLABORADORAS DO SERVIÇO DE LIMPEZA DA UNIAMÉRICA DE FOZ DO IGUAÇU-PR

Wesley Menezes Caldeira[1], Ueliton Aragão Silva[1], Kimberlly Aragão Silva[1], Pedro Vitor Sousa da Silva[2], Marcos Gabriel Rodrigues Senabio[3], Allysson Costa[4].

INTRODUÇÃO

A atividade física regular promove diversos benefícios, como o fortalecimento muscular, a melhora do condicionamento cardiorrespiratório, a melhora da autoestima, a perda de peso e a prevenção contra o sedentarismo. De acordo com Assumpção, Morais e Fontura (2002), a saúde pode ser analisada sob diferentes perspectivas, pode ser vista como ausência de doenças, como completo bem-estar físico-psíquico-social, como a capacidade de superação de dificuldades físicas, psíquicas, sociais, culturais e simbólicas. Para Minayo, Hartz e Buss (2000), a qualidade de vida é entendida enquanto fenômeno que se inter-relaciona com as diversas dimensões do ser humano, saúde, vida social, trabalho, e tem sido objeto de estudo na comunidade científica.

A ausência da atividade física pode ocasionar diversos problemas de saúde, como por exemplo, lombalgia, hérnia de disco, problemas articulares, problemas posturais e o sedentarismo, este último que é um fator de risco para doenças crônico-degenerativas (ANDRADE E ARAÚJO, 2005 apud RAIZEL E RODACKI, 2010). Segundo Ferreira, Castiel e Cardoso (2011), a atividade física pode combater o sedentarismo, sendo um dos enfoques estratégicos que dão sustentação às recomendações de saúde pública em defesa de estilos de vida fisicamente ativos.

Em um recorte local na cidade de Foz do Iguaçu, percebemos que boa parte destes problemas de saúde são percebidos entre trabalhadoras do serviço de limpeza do Centro Universitário União das Américas Descomplica, sendo que essas trabalhadoras, durante sua jornada de trabalho, além de subir e descer escadas constantemente com matérias de limpeza, também têm que realizar movimentos repetitivos e com má postura, como se inclinar para fazer a limpeza do piso de todo o pátio, salas e corredores ou para a higienização e organização das mesas, cadeiras e materiais diversos de aula do campus. Tendo em vista a situação apresentada, propomos a realização de um projeto que tem como objetivo principal

[1] Acadêmicos do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor Profissional de Educação Física
[3] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: marcos.senabio@descomplica.com.br
[4] Docente do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: allysson.costa@descomplica.com.br

oferecer um programa de treinamento físico para as colaboradoras do Centro Universitário União das Américas Descomplica, visando o fortalecimento muscular, e a prevenção do sedentarismo e problemas de saúde.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Este projeto foi realizado no Campus Boulevard do Centro Universitário União das Américas Descomplica de Foz do Iguaçu com 8 colaboradoras do setor de serviços gerais, com idades entre 40 e 61 anos.

Este projeto foi desenvolvido em três partes: 1) Inicialmente foi aplicado um questionário com questões pessoais em relação à saúde, sono, cansaço físico, alimentação e a prática de atividades físicas; 2) Foi realizado um programa de treinamento funcional para o fortalecimento muscular. O programa foi composto por 8 sessões de treinamento, com 60 minutos de duração cada, duas vezes por semana, entre 05 de outubro e 04 de novembro. As sessões de treinamento foram planejadas com ênfase nos membros inferiores (quadril e perna), e foi feito um treino específico para fortalecimento da região do core (lombar e abdômen) e membros superiores. Para a realização desse trabalho, foi utilizada a sala de ginástica do próprio campus e foram utilizados os seguintes materiais: step, colchonetes e elásticos; e 3) Após a realização do programa, o questionário inicial foi aplicado novamente para identificar possíveis alterações.

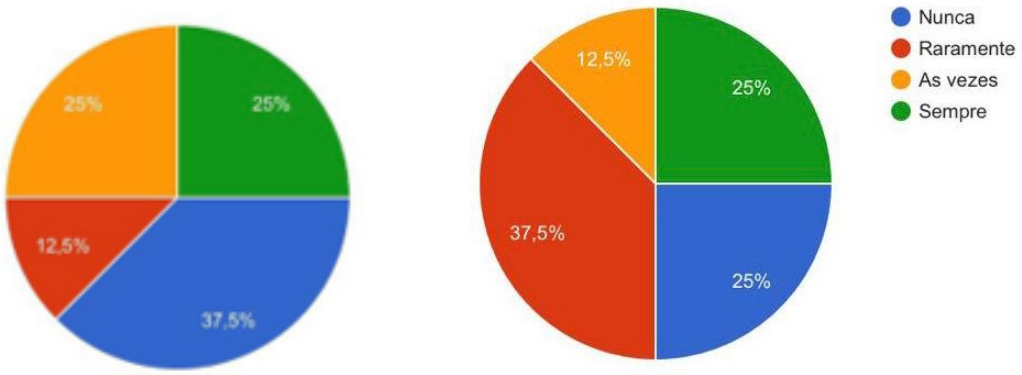
Os dados coletados foram analisados através de tabelas e gráficos, sendo comparados com resultados similares da literatura.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir apresentaremos os resultados relacionados às perguntas do questionário aplicado. No gráfico 1 apresentamos os resultados referentes à pergunta “Se sente cansada excessivamente?”. Observa-se nas respostas que no momento pré-intervenção, 37,5% estavam na categoria “nunca”, 12,5% na categoria “raramente”, 25% na categoria “às vezes” e 25% na categoria “sempre”. Após a intervenção, percebemos um aumento no número de pessoas na categoria “raramente”, de 12,5% para 37%. Esse resultado demonstra que a intervenção selecionada foi capaz de diminuir o cansaço das colaborados, o que contribuiu para uma melhor disposição no ambiente de trabalho.

Gráfico 1 - Se sente cansada excessivamente?

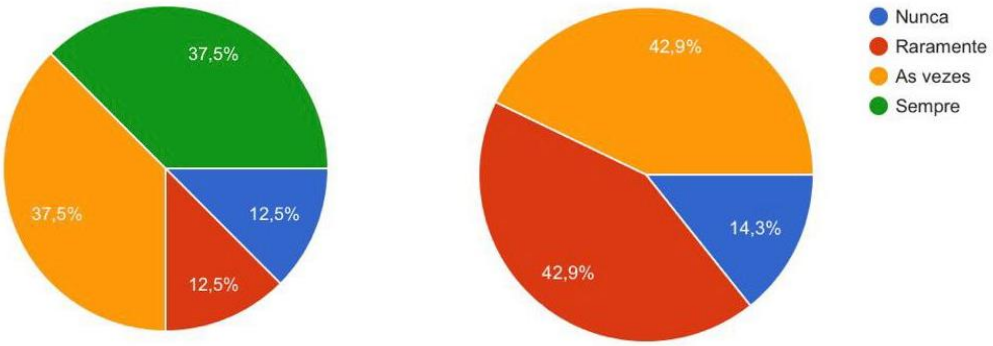
Pré Pós



No gráfico 2 apresentamos os resultados referentes à pergunta “Sente dores musculares ou articulares?”. Observa-se nas respostas que no momento pré-intervenção, 12,5% estavam na categoria “nunca”, 12,5% na categoria “raramente”, 37,5% na categoria “às vezes” e 37,5% na categoria “sempre”. Após a intervenção, nota-se que e que zerou a alternativa “sempre” e que houve um considerável aumento na alternativa “raramente” de 30,4% e “as vezes” em 5,4%. Esse resultado demonstra que a intervenção selecionada foi capaz de diminuir consideravelmente a dor que as colaboradoras sentiam após aplicar um treinamento de fortalecimento muscular que diante dos resultados, é possível dizer que o trabalho de exercícios físicos foi bem-sucedido.

Gráfico 2- Sente dores musculares ou articulares?

Pré Pós

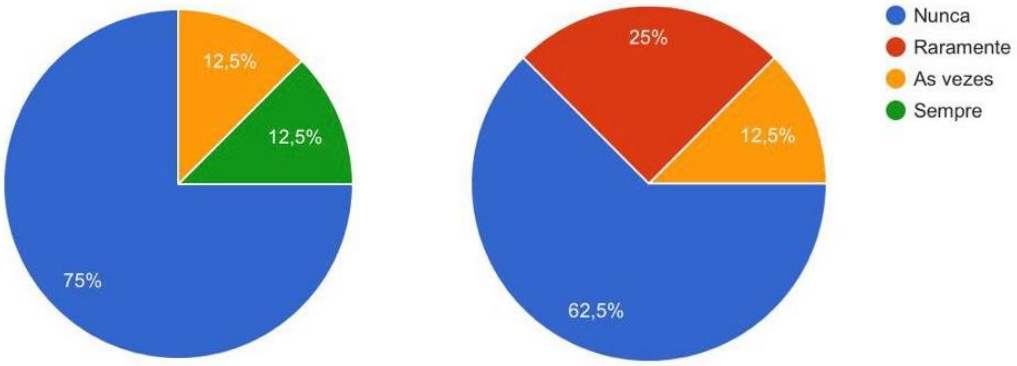


Já no gráfico 3 foram apresentados os resultados referentes à pergunta “Tem dificuldades em realizar tarefas diárias?”. Observa-se nas respostas que no momento pré-intervenção, 75% estavam na categoria “nunca”, 12,5% na categoria “às vezes” e 12,5% na categoria “sempre”. Após a intervenção, nenhuma colaboradora marcou a opção “sempre” e houve um aumento considerável de 25% na opção “raramente”, demonstrando que o projeto

apresentou uma melhora considerável nessa questão. Esse resultado sugere que a intervenção selecionada foi capaz de auxiliar nas atividades que as colaboradoras executam no ambiente de trabalho.

Gráfico 3- Tem dificuldades em realizar tarefas diárias?

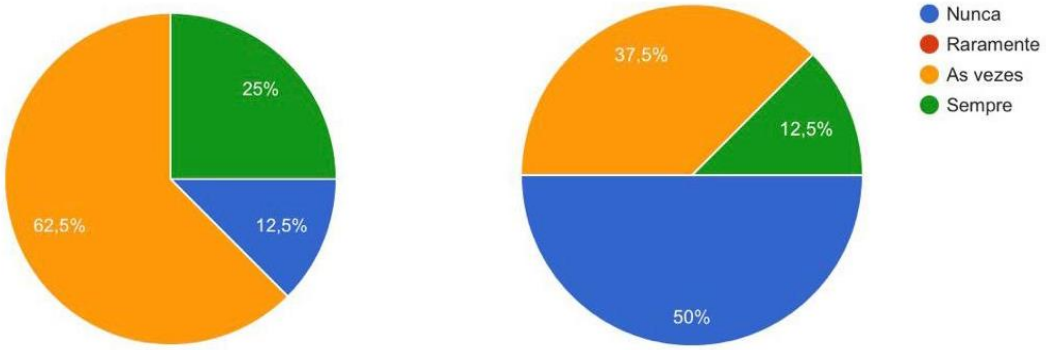
Pré Pós



No gráfico 4 é demonstrado os resultados referentes à pergunta “Se sente estressada durante o dia?”. Observa-se nas respostas que no momento pré-intervenção, 12,5% estavam na categoria “nunca”, 62,5% na categoria “às vezes” e 25% na categoria “sempre”. Após a intervenção houve um aumento de 37,5% na categoria “nunca” e uma redução nas categorias “as vezes” e “sempre” de respectivamente 25% e 12,5%. Esse resultado demonstra que o programa de treinamento auxiliou positivamente no cotidiano das colaboradoras fazendo com que não se sintam mais tão estressadas quanto antes das atividades propostas. Diante disso, o exercício físico possui uma evidente ação anti-depressiva, (DANTAS 2001, apud ALVES 2003).

Gráfico 4- Se sente estressada durante o dia?

Pré Pós



CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Constatamos que o programa de exercícios físicos aplicado promoveu uma melhora significativa em diversos parâmetros da vida das colaboradoras do serviço de limpeza, como a diminuição de dores, cansaço e estresse, além de um aumento na qualidade das atividades diárias desenvolvidas. A continuidade do projeto poderia promover melhores resultados ao longo do tempo.

REFERÊNCIAS

ASSUMPÇÃO, Luís Otavio Teles; MORAIS, Pedro Paulo de; FONTURA, Humberto. Relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida. **Revista Digital** – Buenos Aires. n 52, p 3. 2002. Disponível em: https://www.efdeportes.com/efd52/saude.htm

MINAYO, Maria Cecília de Souza; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo; BUSS, Paulo Marchiori. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **DEPARTAMENTO DE EPIDEMIOLOGIA E MÉTODOS QUANTITATIVOS EM SAÚDE PÚBLICA, FUNDAÇÃO OSWALDO CRUS.** p 18. 2000. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1372-8.pdf

RAIZEL, Mariza; RODACKI, André Luiz Félix. Relação entre dor lombar e estilo de vida. p 20. 2010. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1372-8.pdf

FERREIRA, Marcos Santos; CASTIEL, Luis David; CARDOSO, Maris Helena Cabral de Cardoso. Atividade física na perspectiva da Nova Promoção da Saúde: contradições de um programa institucional. **CIÊNCIA & SAÚDE COLETIVA.** p 865-872. 2011**.** Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/cCrCkTVPZ8ybTtjGJftjWtM/?format=pdf&lang=pt

ALVES, Audrey dos Santos. A atividade física no controle do stress. **Corpus et Scientia**. vol. 2, n. 2, p. 05-15, 2006. Disponível em: https://core.ac.uk/download/pdf/229103033.pdf

ENFERMAGEM

No curso de Enfermagem da UniAmérica o estudante é colocado em contato com situações reais da prática do profissional Enfermeiro desde o primeiro período. O desenvolvimento dosProjetos Integradores permite que a cada semestre o estudante possa desenvolver soluçõespara problemas reais ligados ao processo Saúde e Doença e tenha contato com o mundo profissional durante todo o curso.

ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM PARA PACIENTES NO PREPARO DA COLONOSCOPIA

Rafaela Bispo dos Santos[1] Ingrid Cristine Ruas de Abreu[1], Sabrina Locatelli Gehlen [1], Camila Eduarda Barbosa[1], Carla Nunes da Silva[2], Chris Mayara Tibes-Cherman[3]

INTRODUÇÃO

A colonoscopia é um método diagnóstico e terapêutico que permite examinar e tratar o reto, cólon e íleo distal. É um dos exames indicados para o diagnóstico precoce do cancro do cólon e reto, estando associado a incidência e a mortalidade elevadas no nosso país. Representa ainda a primeira linha de investigação perante a presença de sinais ou sintomas sugestivos de patologia do cólon ou do reto. Como qualquer procedimento médico, a colonoscopia não é isenta de complicações, que podem acontecer em diversas etapas: na preparação intestinal, na sedação/analgesia ou durante o exame colonoscópico propriamente dito (GASPAR; MORAIS, 2020).

O procedimento é realizado utilizando técnica através da imagem, semelhante a endoscopia. Entretanto, mesmo quando realizado em condições ideais, é um exame sujeito à complicações, que podem se traduzir em leve dor ou desconforto, até o óbito do paciente. As complicações da colonoscopia abrangem amplo espectro de situações, entre as quais, as condições clínicas do paciente, uso de medicações, condições do equipamento e do ambiente do exame, capacitação do colonoscopista e tipo de procedimento realizado. Tais complicações podem ser decorrentes do preparo intestinal, de perfuração, sangramento, lesão de mesentério, lesões de órgãos extracólicos, complicações cardiovasculares e infecção (COSER et al., 2018).

O preparo intestinal adequado é um fator determinante para a capacidade de realização do exame, assim como a duração do procedimento. Isso auxilia também o diagnóstico e as abordagens terapêuticas necessárias, pois possibilita a realização do exame de forma segura, com a introdução do aparelho sob visão direta, evitando que lesões passem despercebidas (SANTO et al., 2021).

Para reduzir a possibilidade de repetição do exame por presença de resíduos, é necessário seguir os cuidados antes, durante e após o procedimento da colonoscopia. Para

[1] Acadêmicas do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Mentor. Enfermeira, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutora em Ciências pela USP. Mestre em Enfermagem pela UFSCar. Enfermeira pela UNIOESTE. Docente do curso de Enfermagem da UniAmérica. E-mail: chris.cherman@descomplica.com.br

isso, é importante que se tenha um protocolo de preparo definindo o tipo de dieta, a dosagem e o horário dos laxantes (SANTO et al., 2021). Segundo Andrade et al. (2017), o enfermeiro exerce papel fundamental na assistência de enfermagem prestada ao indivíduo nos dias que antecedem o exame, relacionada às orientações e às condutas para o seu êxito.

Sabendo que uma preparação adequada auxilia para um exame de qualidade e a diminuição das complicações, o objetivo deste trabalho foi elaborar um material educativo contendo orientações sobre o preparo intestinal, influenciando a aceitação do paciente a seguir a dieta e o uso dos medicamentos corretamente, proporcionando ao mesmo, conforto e segurança para a realização do procedimento.

METODOLOGIA

Para o alcance do objetivo proposto, foi realizada uma revisão integrativa que abordou estudos sobre as orientações para pacientes no preparo da colonoscopia. Segundo Sousa et al. (2017), a revisão integrativa da literatura é um método especifico, esta permite a combinação de diversas metodologias (estudos experimentais e não-experimentais) e tem o potencial de desempenhar um papel importante na Prática Baseada em Evidência (PBE).

Foram percorridas as seguintes etapas para a realização dessa revisão: escolha do tema e elaboração da pergunta norteadora; decisão dos critérios de inclusão e exclusão dos artigos; definição das informações a serem observadas nos artigos selecionados; busca dos artigos; análise dos resultados e conclusões e discussão dos mesmos (GANONG, 1987).

A revisão foi seguida da pergunta norteadora “Qual a importância da orientação no preparo adequado para a realização da colonoscopia?”.

A busca dos estudos ocorreu entre agosto e setembro de 2021, realizado pelo banco dedados PubMed, utilizando as palavras chaves “colonoscopia”, “preparo” e “orientação”, ligados pelo boleano “or”. A busca inicial trouxe um total de 633 artigos nas bases indexadas.

No primeiro momento, como método de inclusão e exclusão foi utilizado o filtro dos artigos que estivessem em português e/ou espanhol, diminuindo o resultado para 565 artigos. Novamente como método de inclusão e exclusão utilizando o filtro dos artigos que estivessem dentro do período de 5 anos (2017 a 2021), gerou-se um resultado de 101 artigos.

Por último, utilizando o filtro dos artigos que tivessem disponibilidade de texto completo, obteve-se um resultado de 76 artigos. Desses, 26 artigos foram selecionados a partir da leitura na íntegra utilizando o critério de que se encaixassem no tema do presente projeto “Orientações de Enfermagem para pacientes no preparo da colonoscopia”.

Após a leitura completa dos artigos, apenas 10 foram selecionados para a construção do Quadro de Revisão Integrativa (ANEXO A), levando em consideração o critério de que estivessem relacionados ao tema e respondessem à pergunta norteadora.

A Revisão Integrativa foi utilizada para embasar o projeto, e como forma de intervenção foi elaborado um banner informativo contemplando as orientações para o preparo correto da colonoscopia (ANEXO B). Ainda o banner desenvolvido contem um Qrcode, direcionando as pessoas diretamente para um site contendo maiores informações em relação ao procedimento e preparo (ANEXO C).

O material físico desenvolvido (banner) foi disponibilizado na Clínica Bioethos de Foz do Iguaçu, visando que a mesma oferece exames gastrointestinais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 633 (100%) artigos extraídos da base de dados PubMed, apenas 26 (4,10%) foram selecionados após a redução dos artigos com vários filtros utilizados. Esses, foram selecionados utilizando o critério de que se encaixassem no tema do presente projeto e que estivessem em português, e após a leitura completa dos 20 artigos, somente 10 foram utilizados para a construção do Quadro de Revisão Integrativa. Dos 10 artigos utilizados, todos estavam relacionados ao tema, mas apenas 9 (90%) respondiam à pergunta norteadora, optou-se por mesmo assim, continuar utilizando os artigos, de forma que os mesmos ajudam no desenvolvimento do projeto.

Segundo Hernandez, Garcia e Quintero (2019), 30% dos pacientes ambulatoriais encaminhados para colonoscopia, apresentam um preparo intestinal inadequado, sendo que, os índices de mortalidade relacionados à outros tipos de complicações, como perfuração e hemorragia, principalmente em pacientes com graves comorbidades, variam apenas entre 0,006% e 0,5%.

Santos et al. (2021), esclarece em seu estudo que os pacientes, apresentam dificuldades em compreender a orientação de preparo para o exame a ser realizado, deixado de seguir devido a não compreensão ou explicação incompleta do procedimento. O mesmo apresentava como objetivo minimizar as complicações decorrentes do preparo inadequado do colón, e esclarecer as dúvidas, utilizando uma cartilha onde há respostas para as principais questões levantadas pelos pacientes e também profissionais.

O paciente deve ser bem orientado, dessa forma apresenta menos dificuldades para seguir as instruções e maior probabilidade de sucesso no procedimento. Segundo Santos et al. (2021), uma orientação adequada no preparo para a colonoscopia também auxilia a limpeza intestinal e possibilita um melhor diagnóstico.

Em um mesmo estudo realizado por Andrade et al (2017), demonstra uma mudança efetiva dos resultados que podem estar relacionadas às orientações de enfermagem feitas aos pacientes sobre o preparo adequado para o exame de colonoscopia entre os anos de 2016 e 2017. Destaca-se que 32 (26,8%) exames apresentaram resultados excelentes, um

aumento três vezes maior do que os resultados de 2016. Os exames com resultados adequados passaram de 50 (41,3%) para 80 (67,2%), com resultados regulares, que eram de 54 (44,6%), em 2017 foi de 6 (5,4%) ou seja, aumento na melhora dos resultados excelente e adequado e um decréscimo nos resultados regulares.

Sabe-se que orientações escritas em forma de folder, livreto, cartilha auxiliam o paciente a sanar suas dúvidas e a seguir corretamente as instruções fornecidas, tendo um tratamento mais efetivo. Com isso, Paczek et al. (2020) realizou uma cartilha onde contém esclarecimentos necessários ao entendimento pelo paciente e família do procedimento que será realizado e os cuidados mínimos necessários para o êxito do exame, contendo informações escritas e ilustrações (tempo de jejum, alimentos e bebidas permitidas, jejum abreviado, etc.) com linguagem acessível ao público alvo, visando à adesão ao tratamento proposto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

O desdobramento do presente estudo possibilitou uma análise do que se refere a colonoscopia, bem como, as principais complicações e dificuldades em relação ao seu preparo. Muito se tem na literatura sobre o assunto, o que acabou ampliando o projeto em relação aos achados com base nas orientações a serem prestadas pelos pacientes.

O exame de colonoscopia gera um estresse para o paciente e seu familiar. São sentimentos de vulnerabilidade, vergonha, medo e dor antes do procedimento, assim como sentimentos de apreensão e temor em relação aos resultados do exame.

Com isso, utiliza-se do contexto educativo para o sucesso das intervenções. Por meio da utilização de tecnologias educativas em saúde, onde orientam pacientes e familiares sobre o bom preparo para a realização do exame.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, J. C. et al. Estudo para avaliar o impacto das orientaçoes para pacientes submetidos a exame de colonoscopia. **Revista Varia Scientia – Ciências da Saúde**, v. 3, n. 2, 2017.

COSER, R. B. et al. Complicações em colonoscopia: experiência uni-institucional com 8968 pacientes. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, v. 45, 2018.

GANONG, L. H. Integrative reviews of nursing research. Res Nurs Health. V. 10, n.1, p. 1-11, 1987.

GASPAR, H.; MORAIS, V. Colonoscopia: quando a preparação se torna uma complicação.

Rev Port Med Geral Fam, v. 36, p. 93-186, 2020.

Hernández, G.; García, A. Z. G.; Quintero, E. Estratégias para otimizar a qualidade da limpeza do intestino. **Gastroenterologia e Hepatologia**, v. 42, p. 326-338, 2019.

PACZEK, R. S. et al. Construção de cartilha de orientação para o preparo de colonoscopia. **Clinical and biomedical research**, 2020.

SANTO, D. M. N. E. et al. Importância da consulta de Enfermagem para orientações de preparo para a realização de colonoscopia. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 8, 2021.

SOUSA L.M.M. et al. A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Revista Investigação em Enfermagem**, vol. 2, n. 21, p. 17, nov, 2017.

ATUALIZAÇÃO DO PROTOCOLO DE IDENTIFICAÇÃO DO PACIENTE EM UMA UNIDADE DE PRONTO ATENDIMENTO EM FOZ DO IGUAÇU/PR

Nilton Goes da Silva[1], Sabrina dos Santos Silva[1], Jeferson Rossi lima dos Santos[1], Luana Tainara Lamb Martins[1], Joana dos Anjos Lemes Ferreira[1], Priscilla Higashi[2], Gletes dos Santos Alves[3]

INTRODUÇÃO

A qualidade da assistência à saúde e a segurança do paciente são temáticas importantes a serem discutidas. A segurança do paciente em unidades de saúde é definida como o ato de evitar, prevenir e minimizar riscos inerentes à saúde do cliente, sendo um processo contínuo e que envolve atividades educativas e ações de enfermagem, visando uma prática segura no atendimento prestado e a redução de possíveis eventos adversos (SIMAN et al., 2019).

Dessa forma, é importante destacar que a correta identificação do paciente tem como objetivo identificar, de forma segura, o usuário que será submetido a determinado procedimento/cuidado. Assegurar que aquela ação está sendo realizada no paciente correto, é uma das formas mais eficazes de evitar erros e danos à saúde do usuário (MACEDO et al., 2021).

A assistência de enfermagem, nos ambientes de saúde, envolve a execução de diversos procedimentos, com interrupções contínuas das atividades e a sobrecarga de trabalho. Esses fatores contribuem diretamente na qualidade do atendimento ofertado. Além disso, a falta de recursos materiais, a lotação, a diversificação de pacientes e a insuficiência de processos operacionais para assistência, podem comprometer a segurança dos pacientes, com maior risco para ocorrência dos eventos adversos. O evento adverso é definido como incidentes que podem causar danos ao cliente, erros, negligências, falhas e omissões no processo de cuidar (PAIXÃO, 2018; GERÔNIMO, 2020).

A identificação do paciente através da pulseira é de fácil implementação e de baixo custo, oferecendo agilidade na assistência, segurança e qualidade. No entanto, ainda vemos falhas na implementação, o que ocorre por desvalorização do processo por parte dos profissionais de saúde (ASSIS et al., 2018).

[1] Acadêmicos do Curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Doutora em Ciências, Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: priscilla.higashi@descomplica.com.br
[3] Mentora. Bacharelado em Enfermagem, Enfermeira Assistencial na Unidade de Pronto Atendimento Walter Cavalcanti Barbosa, Foz do Iguaçu, Paraná.

No estudo de Paixão et al. (2018), de 36% a 71% dos eventos adversos em serviços de emergência poderiam ser evitados. Em relação as Unidades de Pronto Atendimento (UPA), observou-se no mesmo estudo diversos eventos adversos, dentre eles: erros de medicação, quedas, traumas e óbitos. Tais eventos estão intimamente ligados às falhas no processo de trabalho envolvendo protocolos de segurança do paciente, como a falta de identificação. Dessa forma, vale ressaltar, que por meio de ações simples e pautadas na segurança do paciente, podem prevenir diversos riscos à saúde no momento da assistência (PAIXÃO et al., 2018).

Siman et al. (2019), apontam que nos países desenvolvidos, de 3% a 16% dos pacientes hospitalizados são afetados por eventos adversos relacionados às práticas inadequadas e negligências por parte dos profissionais de saúde. Tal estatística mostra a importância da assistência segura baseado na real necessidade do paciente. Diante desse cenário, no Brasil, em 2013, foi instituído o Programa Nacional de Segurança do Paciente (PNSP) que estabeleceu as ações para a promoção da Segurança do Paciente e a melhoria da qualidade nos serviços de saúde (SIMAN et al., 2019).

A fragilidade de protocolos institucionais em ambientes de saúde, seja no acolhimento, internação ou procedimentos realizados relacionados a identificação dos pacientes em unidades hospitalares pode ocasionar diversos eventos adversos que afetam diretamente na saúde do cliente. Este projeto tem como objetivo revisar o protocolo de identificação do paciente em uma UPA em Foz do Iguaçu/PR, visando minimizar possíveis eventos adversos e facilitar o processo de trabalho da equipe de enfermagem através da identificação correta do paciente.

METODOLOGIA

Com a pandemia do Covid-19, a Unidade de Pronto Atendimento (UPA) Walter Cavalcanti Barbosa, tornou-se referência em atendimentos aos pacientes suspeitos e confirmados com a doença. A equipe de enfermagem teve grandes desafios relacionados à demanda da população. Assim, foi identificado a necessidade de uma revisão do protocolo acerca da identificação correta do paciente na UPA, pois, mesmo sendo uma unidade de atendimento rápido, a identificação do paciente torna-se necessário, devido as inúmeras possibilidades de eventos adversos.

Para alcance dos objetivos, foi realizado uma visita técnica à UPA Walter Cavalcanti Barbosa, com o intuito de avaliar o fluxograma de atendimento e todo o processo de cuidado do paciente estabelecido na unidade, desde a sua entrada, até a sua melhora para a alta. Verificou-se que a unidade não havia um protocolo de identificação do paciente como preconiza o Ministério da Saúde relacionado a Meta 1 de Segurança do Paciente. A instrução

da correta identificação deve ser por meio de pulseira, cuja finalidade é reduzir a ocorrência de incidentes por meio de três intervenções: identificar o paciente; educar os pacientes/acompanhantes/familiar/cuidador e confirmar a identificação antes do cuidado (ASSIS et al, 2018).

Diante disso, foi realizada uma revisão da literatura. Posteriormente, foi elaborado um protocolo de identificação do paciente, o qual foi descrito todo o processo que deverá ser realizado a partir do acolhimento em todos os pacientes. Em seguida, foi enviado para aprovação institucional e agendado capacitação para os colaboradores. Foi criado um banner (ANEXO 2) como material de apoio da ação educativa para ser exposto para os profissionais da instituição, contendo o fluxograma do referido protocolo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através da demanda sobre a necessidade da identificação correta dos pacientes em uma unidade de Pronto Atendimento em Foz do Iguaçu foi revisado o Protocolo de identificação do paciente. Esse Protocolo foi elaborado visando a prevenção dos eventos adversos. Para tanto, foi revisado o fluxograma de atendimento do paciente, pois a identificação é uma das etapas de cuidado segura e padronizada e auxilia na redução de erros na enfermagem.

Nas Unidades de Pronto Atendimento não priorizam a identificação do paciente. Entretanto, a identificação proporciona maior segurança nas principais atividades que são realizadas no serviço. Ainda é observado que há apenas iniciativas como cartazes beira leito, contendo o nome e data de nascimento de forma improvisada e imprópria, pois nesse tipo de serviço a rotatividade é alta e o indicado é a utilização de identificação no próprio paciente (PAIXÃO et al., 2018)

A implementação de pulseiras nos pacientes além de ser de baixo custo ela diminui erros adversos. Deve ser feita na admissão até a alta dos pacientes e torna-se obrigação da enfermagem sempre estar verificando em todos os procedimentos que irá ser realizado (REF, ano).

A pulseira deve ser realizada no ato em que o paciente da entrada na unidade no momento da admissão e deve ser mantida durante todo o internamento desse cliente, sendo responsabilidade dos profissionais de enfermagem e todos e envolvem o cuidado dessa pessoa, realizando conferência das informações juntamente com o paciente ou no caso se o cliente não estiver em condições de realizar a conferência junto ao acompanhante (COSTA et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Baseado em pesquisas, pudemos verificar que ainda no Brasil, mesmo com o Programa Nacional de Segurança do Paciente (PNSP), do Ministério da Saúde, publicado em 2013, ainda se percebe uma lacuna em algumas instituições de saúde em relação à Segurança do Paciente.

Assim, torna-se importante as instituições de saúde aderir protocolos, visando a qualidade e assistência dos serviços ofertados, bem como, promover educação em saúde para a equipe multidisciplinar, capacitando-os para minimizar os eventos adversos relacionado aos cuidados em saúde.

REFERÊNCIAS

ASSIS, T. G. et al. Adesão à identificação correta do paciente pelo uso da pulseira. **Revista de Enfermagem UFPE on-line**, Recife, v.12, n. 10, p. 2621-2627, out. 2018. Disponível em:<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234774> Acesso em: 30 ago. 2021.

COSTA, K. F. et al. Segurança do paciente: a identificação da pulseira. **Brazilian journal of health review**, Curitiba, v.3, n.6, p19472-19480 nov/dez. 2020. Disponível em:<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/22159/17705/> Acesso em: 08 nov. 2021.

GERÔNIMO, A.G.S; MONTELES, A.O; GIRÃO, A.L.A. Avaliação da implementação dos protocolos de segurança do paciente pela equipe de enfermagem em urgência e emergência. **Brazilian Journal Of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 4, p. 10775-10787, jul. Ago. 2020. Disponível em:<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/15242/12575> Acesso em: 30 ago. 2021.

MACEDO, M. C. S et al. Identificação do paciente por pulseira eletrônica numa unidade de terapia intensiva geral adulta. **Revista de Enfermagem Referência**, Coimbra Portugal, v. IV n. 13 p. 63-70, abril-junho. 2017. Disponível em:< https://www.redalyc.org/journal/3882/388251308009/html/ > Acesso em: 30 ago. 2021.

PAIXÃO. D. P.S. S. et al. Adesão aos protocolos de segurança do paciente em unidades de pronto atendimento. **Revista Brasileira de Enfermagem**, são Paulo, v. 71, n. 1, p. 577-584, jan. 2018. Disponível em:< https://www.scielo.br/j/reben/a/nBq4QYtpMTnYyJ8DhdK9wRd/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 30 ago. 2021.

SIMAN, A.G. et al. Desafios da prática na segurança do paciente. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Minas Gerais, v. 72, n. 6, p. 1581 - 1588, Mar. 2019. Disponível em:< https://www.scielo.br/j/reben/a/xVGnxHjMmX8m5yty3BHTy3f/?format=pdf&lang=pt/> Acesso em: 30 ago. 2021.

DIAGNÓSTICO PRECOCE DE HANSENÍASE

Beatriz Aparecida Rodrigues Benitez[1], Gabriela Fernanda de Cene Fenner[1], Gabriella Silveira Sobral[1], Gustavo Martins Carvalho, Maria Victória Girardi Garcia, Eduardo Putton[2], Diego Gamper[2], Priscilla Higashi[3]

INTRODUÇÃO

A hanseníase é uma patologia infectocontagiosa, seu agente etiológico é o *Mycobacterium leprae*, um bacilo álcool-ácido resistente, fracamente gram-positivo, que atinge os nervos periféricos e, mais especificamente, as células de *Schwann*. A hanseníase atinge principalmente os nervos superficiais da pele e troncos nervosos periféricos, que geralmente se localizam na face, pescoço, terço médio do braço, abaixo do cotovelo e dos joelhos, podendo acometer também, os olhos e órgãos internos, como as mucosas, testículos, ossos, baço, fígado, entre outros (BRASIL, 2017).

A bactéria é transmitida por vias respiratórias, contato próximo e longo, de uma pessoa que tem a imunidade baixa, tornando-se uma pessoa de risco, ou seja, que tem maior chance de se contaminar, por um doente com hanseníase que não está em tratamento (BRASIL, 2017).

Os principais sinais e sintomas da hanseníase são: regiões da pele, ou manchas esbranquiçadas (hipocrômicas), acastanhadas ou avermelhadas, com mudanças de sensibilidade ao calor e/ou dolorosa, e/ou ao tato; Formigamentos, choques e câimbras nos braços e pernas, que progridem para dormência, pessoa se queima ou se machuca sem perceber; Pápulas, tubérculos e nódulos (caroços), geralmente sem sintomas; Diminuição ou queda de pelos, localizada ou difusa, especialmente nas sobrancelhas (madarose) e; Pele infiltrada (avermelhada), com diminuição ou ausência de suor no local (BRASIL, 2017).

O tratamento para os pacientes que são diagnosticados com a hanseníase é a poliquimioterapia (PQT-OMS), que é gratuito e disponível em todas as Unidades Básicas de Saúde (UBS). O tratamento interrompe a transmissão da patologia da pessoa contaminada para os demais, e curando a patologia. Não tratada precocemente, a patologia progride tornando-se transmissível e acometendo pessoas de qualquer sexo ou idade, incluindo crianças e idosos. Essa progressão ocorre de maneira lenta e progressiva, sendo capaz de desenvolver incapacidades físicas (BRASIL, 2017).

Atualmente, para se ter um parâmetro de como está a situação da hanseníase no país,

[1] Acadêmicos do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor, Enfermeiro Epidemiológico - Vigilância Sanitária de Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutora em Ciências, docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário UniAméricas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: priscilla.higashi@descomplica.com.br

temos alguns critérios adotados pelo Ministério da Saúde que avalia os casos novos diagnosticados de hanseníase por 10 mil habitantes em uma população de determinada região no ano considerado. Para essa classificação, temos algumas taxas que determinam se a incidência está baixa (taxa menor que 0,2), média (0,2 a 0,9), alta (1,0 a 1,9), muito alta (2,0 a 3,9) ou em situação hiperendêmica (maior ou igual a 4,0). Utilizando os dados encontrados no Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde do Brasil (DATASUS) referente aos casos novos diagnosticados em 2020 na 9ª Regional de Saúde do Paraná, foi possível chegar em uma taxa de 1,3, ou seja, uma taxa alta, principalmente quando comparado com os parâmetros de todo o estado, onde a taxa no ano de 2020 foi de 0,4, que seria uma taxa de incidência média (BRASIL, 2021).

Além disso, o Ministério da Saúde disponibiliza todo ano um boletim epidemiológico da hanseníase no Brasil, com diversos parâmetros ligados a doença, como por exemplo, a taxa de prevalência por região, raça/cor, proporção de casos novos com determinado grau de incapacidade física, entre outros dados importantes a serem analisados. No boletim epidemiológico referente ao ano de 2020 e disponibilizado no início do ano de 2021, temos a informação que o Brasil é considerado um país de alta carga para a doença, o qual ocupa o segundo lugar de países com maior número de casos em todo o mundo (OMS, 2020).

Existem diversos fatores que dificultam o diagnóstico da hanseníase, o principal deles é a falta de busca por auxílio profissional dos enfermos. Em sua maioria, as pessoas acometidas pela doença ignoram a presença das manchas por falta de instrução e conhecimento. Essa privação do saber os leva a crer que as lesões cutâneas são advindas de quaisquer outras enfermidades facilmente tratáveis, e acabam permitindo que a infecção se espalhe e chegue aos estágios avançados da patologia (OLIVEIRA *et al*., 2020).

Outro fator que dificulta o diagnóstico é o baixo conhecimento dos profissionais quando se trata dos exames prévios e orientações ao paciente, visto que em todos os casos devem ser feita uma anamnese completa, sequenciada pelo exame físico adequado e solicitação dos exames baciloscópicos. A Organização Mundial de Saúde (OMS) orienta todos os passos a serem realizados em usuários com suspeita da hanseníase e explica como funciona o mal de hansen, sendo fundamental também orientar ao paciente acometido como irá ser o tratamento e possíveis reações neste período (MARQUES *et al.,* 2021).

Assim, o objetivo deste projeto é elaborar uma capacitação com os profissionais de uma UBS, responsável pelo atendimento da zona rural do município de Foz do Iguaçu/PR, sobre o diagnóstico precoce da hanseníase, abordando temas essenciais para garantir a assistência de qualidade com pacientes que frequentem a referida UBS.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Através de uma visita que fizemos em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Foz do Iguaçu/PR, percebemos que não havia um atendimento minucioso para diagnosticar a doença. Casos suspeitos eram encaminhados para um outro local de atendimento, porque infelizmente o serviço ainda é centralizado e neste local são realizados os testes de sensibilidade, solicitação de exames específicos para o diagnóstico e outros atendimentos pertinentes.

Sendo assim, visitamos o centro especializado e em conversa com o enfermeiro responsável decidimos elaborar um protocolo que promova uma investigação nas próprias unidades básicas de saúde do município.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Espera-se que o protocolo seja implantado a nível municipal e que esta implantação favoreça o aumento no atendimento e notificações sobre casos de doença de Hanseníase no município de Foz do Iguaçu/PR.

É necessário que o diagnóstico seja realizado precocemente, com o intuito de evitar que o paciente evidencie reações hansênicas, deformidades e consequentemente diminuindo o contágio de pessoa para pessoa e ampliar a possibilidade de cura (CUNHA *et al.,* 2019).

Os diagnósticos de portadores da hanseníase são de suma responsabilidade da assistência básica em saúde e quando realizada precocemente, menos sequelas são formadas, certificando o total acompanhamento desses indivíduos, pretendendo a sua cura (RIBEIRO *et al*., 2019).

O acompanhamento dos profissionais de equipe multiprofissional é de suma importância na assistência da hanseníase, porque proporciona um atendimento acolhedor e maior resolutividade do trabalho, podendo obter um aprofundamento de conhecimentos e geração de vínculos comunitários (SOUSA, 2017).

A visita domiciliar é importante para o diagnóstico precoce da hanseníase, acompanhamento do paciente que está em tratamento e para orientar na prevenção, contribuindo para o controle da patologia (SILVA, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que há diversos fatores que dificultam o diagnóstico precoce da hanseníase, esse projeto foi focado no atendimento primário realizado pelos profissionais da Unidade Básica de Saúde.

Para transformar esse cenário de diagnóstico tardio, conversamos com profissionais

que atendem no centro municipal de apoio a Tuberculose e Hanseníase, que auxiliaram no protocolo de fluxo de atendimento. Esperamos que com aprovação da secretaria da saúde, seja realizado a implantação do protocolo, para facilitar a assistência aos profissionais em todas as UBS do município de Foz do Iguaçu, na identificação da patologia no seu estágio inicial e o aumento das notificações da doença.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à faculdade, pela oportunidade de ter realizado este projeto integrador, a nossa orientadora Priscilla Higashi por auxiliar nos, também aos mentores Diego Gamper, Eduardo Putton que foram essenciais para a realização, com seu conhecimento na área abordada do tema. A todos os acadêmicos que se disponibilizaram tempo para realização de cada etapa do projeto.

REFERÊNCIAS ABNT

BRASIL, Ministério da Saúde. **Boletim Epidemiológico:** Hanseníase – 2021. 1ª Edição. Brasília: Editora MS, 2021. Disponível em: < https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/media/pdf/2021/fevereiro/12/boletim-hanseniase-_-25-01.pdf >. Acesso em: 15 nov. 2021.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. Vigilância em Saúde: Dengue, Esquistossomose, Hanseníase, Malária, Tracoma e Tuberculose**. 2ed. rev. Ministério da saúde. Brasília, 2008. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cab_n21_vigilancia_saude_2ed_p1.pdf>. Acesso em: 10 set. 2021.

MARQUES, G. F. *et al*. **Esquema alternativo para o tratamento de hanseníase multibacilar em um caso de hepatotoxicidade durante a poliquimioterapia**. Hanseologia internacionalis. São Paulo, vol. 37, n. 2, p. 81-85, 2012. Disponível em:< http://periodicos.ses.sp.bvs.br/pdf/hi/v37n2/v37n2a11.pdf >. Acesso em: 10 set. 2021.

NETO, H.F.V, GOMES, L. D. M. **A Vigilância em** saúde **para identificação precoce e acompanhamento dos casos de hanseníase na unidade básica de saúde**. 26/Nov/2020. universidade federal do Piauí UFPÍ. Disponível em: < https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/19929 >. Acesso em: 15 nov. 2021.

OMS, Organização Mundial da Saúde. Atualização Global sobre Hansen, 2019: Hora de elevar iniciativas de prevenção. **Reporte Semanal Epidemiológico**, Genebra, n. 95, p. 417-440, set. 2020. Disponível em: < https://www.who.int/publications-detail-redirect/who-wer9536 >. Acesso em: 29 nov. 2021.

SOUZA, L. R. *et al*. Hanseníase: diagnóstico e tratamento. **Humanidades e Tecnologia (FINOM)**, v. 16, n. 1, p. 423-435, 2019. Disponível em: <http://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/680>. Acesso em: 29 nov. 2021.

EDUCAÇÃO EM SAÚDE: SAÚDE DA MULHER NA ADOLESCÊNCIA

Beatriz Medalha Fernandes[1], Lara Khadra[1], Andressa Gonçalves Moraes[1], Naiany Mariana dos Santos Leite[1], Ana Clara Marconi Nunes[2], Priscilla Higashi[3]

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) conceituou, em 1947, a palavra “Saúde”, como sendo “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença”. Os antônimos “Saúde” e “Doença” influenciam os campos social e psicológico em todas as fases da vida, adolescência é um período em que ocorre a construção de identidade e a vivência de experimentações e transformações. Essas vivências podem ou não levar a comportamentos de risco, por parte dos jovens, interferindo diretamente no processo saúde e doença (AGATHÃO; REICHENHEIM; MORAES, 2018).

O corpo feminino ainda sofre imposições direcionadas socialmente relacionadas às manifestações político-comunicacionais, muitas vezes incitadas por redes sociais (SOUZA, 2017). O conhecimento da anatomia do corpo feminino por parte deste gênero é fundamental para o exercício da cidadania no mundo atual. Uma das soluções é aprofundar o assunto da anatomia reprodutora nas escolas (LUDKE, 2020).

No trabalho de Souza (2017) verificou que ainda ocorre censura em relação ao sangue menstrual, fato que pode influenciar no comportamento feminino, principalmente a relação da mulher com o próprio corpo.

As campanhas publicitárias brasileiras ligadas à menstruação representam o sangue menstrual como uma patologia, e que para se conquistar uma certa liberdade durante o período menstrual e conseguir lidar com os “problemas” que surgem nesse momento, será necessário adquirir os produtos que tais empresas divulgam. Diversas mulheres, em épocas anteriores e em maior quantidade na atualidade, lutam pelo fim da problematização da menstruação, fazendo com que seja ligada à um processo natural (SOUZA, 2017).

O tema “menstruação” e/ou “ciclo menstrual” foi e continua sendo embaraçoso de ser falado para muitas mulheres. Assim, uma das formas de trazer para o debate e fornecer maior visibilidade seria argumentando no âmbito acadêmico (SOUZA, 2017). Dentre as alterações que ocorrem quando a mulher está em seu período menstrual e que muitas mulheres temem são: o ganho de peso, a acne/espinha e as alterações de humor (RIOS, 2021).

Outra temática em constante debate para as adolescentes é relacionado à escolha do

[1] Acadêmicos do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora, Ilustre Preceptora da Assembleia Luz das Águas nº15, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutora em Ciências, docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: priscilla.higashi@descomplica.com.br

método contraceptivo ideal. Esse tema trata-se de uma questão de saúde pública, lida com a promoção da saúde do adolescente e a prevenção de doenças e complicações, oriundas de gestações indesejadas ou as infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). O uso de medicamentos contraceptivos não deve ser realizado, em nenhuma hipótese, por conta própria, visto que deverá haver acompanhamento médico, pois pode levar a diversas complicações. (RIOS, 2021).

> "Proporcionar informações qualificadas, espaços de reflexão crítica e ampliação de conhecimentos sobre direitos sexuais e reprodutivos aos adolescentes tem o potencial de favorecer a vivência prazerosa e segura da sexualidade. [...] . É importante para esta população compreender que a dignidade sexual implica na aceitação da individualidade e da autonomia". (JUCÁ, 2021, p. 103).

Diante desse contexto, o objetivo desse projeto integrador é elaborar uma ação educativa sobre saúde da mulher na adolescência, focando na idade entre 11 aos 20 anos de idade.

METODOLOGIA.

O grupo escolhido para a ação educativa foi a Ordem internacional do Arco Íris para meninas - Assembleia Luz das Águas nº15 da cidade de Foz do Iguaçu, Paraná. A finalidade dessa ordem é a edificação do caráter e o desenvolvimento de senso de liderança e iniciativa das meninas participantes com base nas sete cores do arco íris: Vermelho – Amor; Laranja – Religião; Amarelo – Natureza; Verde – Imortalidade; Azul – Fidelidade; Anil – Patriotismo; e Violeta - Serviço. As jovens desta ordem realizaram várias filantropias, uma delas foi a arrecadação de absorventes para comunidades carentes da cidade.

O projeto foi realizado de forma virtual por conta da pandemia da COVID-19. Usamos a plataforma *Google meet* para realizar a discussão sobre o tema proposto. Para a elaboração da ação, foi enviado um formulário por meio da *Google Forms*, que é um aplicativo da *google* para gerenciar pesquisas *online*. Esse formulário (https://docs.google.com/forms/d/17J_lWsWA7664GSDqeSLUlkA2f3tdWt38_Stl9u12skE/edit) contém perguntas sobre a saúde intima das participantes, de forma anônima, para nortear a atividade e para as participantes pontuarem as dúvidas.

O formulário foi enviado via *WhatsApp* no dia 02 de outubro, 15 dias antes da ação educativa que aconteceu no dia 16 de outubro, sábado, as 16:00h.

Após a análise das respostas das participantes foi elaborado um material educativo e a ação com base nas principais incertezas e inseguranças das jovens. O evento foi divulgado pelo grupo de *WhatsApp* e contou com a presença das meninas e alguns de seus responsáveis.

Também foi colocado uma caixa para arrecadação de absorventes no Centro

Universitário Uniamérica Descomplica, que teve duração do dia 31 de agosto a 31 de outubro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através dos resultados do formulário enviado via *WhatsApp*, as adolescentes pontuaram que suas principais dúvidas foram: a menstruação e o ciclo menstrual, tensão pré menstrual (TPM) e métodos contraceptivos, orientação sexual e educação sexual.

Em relação a menstruação e o ciclo menstrual, as adolescentes, em sua maioria, relataram insatisfação quanto a sua menstruação, apresentando dúvidas sobre as cólicas e sobre métodos para interromper a menstruação.

A mídia e as redes sociais em conjunto com a herança histórica criaram um estigma negativo sobre a menstruação e o ciclo menstrual. As imposições do tema sobre o corpo feminino, as quais as mulheres cresceram com medo do próprio corpo e suas transformações. O indicado, porém, pouco praticado é apresentar a menstruação de forma mais natural, desestigmatizando uma herança cultural de imposição e medo do corpo feminino e seus eventos naturais (SOUZA, 2017).

A TPM e os métodos contraceptivos foram questionados de forma a conhecer mais sobre os eventos que antecedem a menstruação e maneiras de prevenir a gestação indesejada, IST's e ter mais autonomia sobre seu ciclo.

Métodos contraceptivos como anticoncepcional, dispositivo intrauterino (DIU), implante de etonogestrel e preservativos (masculino e feminino), tem alto grau de eficácia e dão mais autonomia para a mulher na relação sexual. As pílulas anticoncepcionais, DIU's hormonais e implantes de etonogestrel regulam ou interrompem a menstruação, regulando e amenizando os sintomas da tensão pré-menstrual (RIOS, 2021).

A orientação sexual e os métodos para prevenir IST's na relação sexual entre pessoas lésbicas, gays, bissexuais, transgênero e simpatizantes (LGBTI+) foi mencionado por algumas meninas. Elas demonstraram interesse em conhecer quais são as preferências sexuais que existem atualmente, como se intitular dentro da sigla e as políticas de saúde que existem para esses grupos.

A Política Nacional de Saúde Integral LGBTI+ foi desenvolvida pelo Ministério da Saúde em 2011, visando criar políticas de auxílio pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e inclusão para esse grupo marginalizado. Orientando sobre como atender, instruir e incluir essas pessoas em Unidades Básicas de Saúde (UBS), dispondo sempre de preservativos e métodos de barreira para prevenção de IST's, que acometem mais pessoas do grupo LGBTI+ (MELO, SIMÕES, BARBABELA, 2021)

Educação sexual é um tema muito importante que deveria ser ensinado em escolas. Em nosso formulário, algumas meninas, pediram para que o tema educação sexual fosse

abordado. Assim, abordamos o tema de forma simples e explicativa para que todas pudessem ter conhecimento.

É importante para as jovens adolescentes compreenderem que suas vidas sexuais implicam na sua aceitação, autonomia e dignidade. Entender sua sexualidade, conhecer métodos contraceptivos e ter mais conhecimento do próprio corpo dão as jovens poder para tomar decisões, influenciando na política, na vida pessoal, coletiva e profissional de quem tem esse conhecimento (JUCÁ, 2021).

Em conjunto a ação educativa, a arrecadação de absorventes na faculdade rendeu um total de 162 absorventes íntimos que foram doados para a Ordem arco íris fazer a distribuição dos mesmos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio da ação educativa desenvolvida e apresentada na Assembleia Luz das Águas nº15, observou-se que há um déficit de informações quanto aos assuntos ligados à saúde feminina, dentre eles: a menstruação e o ciclo menstrual, TPM, métodos contraceptivos, orientação sexual e educação sexual.

Esse déficit informacional pode ser inferido do tema ainda ser de difícil abordagem com as pré-adolescentes e adolescentes. Portanto, a educação em saúde assume papel essencial, para possibilitar a disseminação de informações, autoconhecimento e prevenção de agravos.

REFERÊNCIAS

AGATHÃO, B. T.; REICHENHEIM, M. E.; MORAES. C. L. Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes escolares. **Ciência e saúde coletiva.** Rio de Janeiro, v.23, n.02, Fev. 2018.

JUCÁ, A. L.; GONTIJO, D. T.; VIEIRA, S. G. Contribuições Freireanas para ações de Educação em saúde sexual e reprodutiva com adolescentes. **Revista Interritórios,** Caruaru, v.7, n.14, 2021.

MELO, G. (Org.), SIMÕES, N. C. (Org.), BARBABELA, P. (Org.); Cartilha de Saúde LGBTI+: Políticas, instituições e saúde em tempos de COVID-19. 1ª edição, **UnAIDS**, 16 de abril de 2021. 60p.

MORIN, V. L.; LUDKE, E. Ensino de histologia e anatomia do aparelho reprodutor feminino através de metodologias ativas com alunas do ensino médio: um relato. **Revista eletrônica Vivencias**, Erechim, n.30, p. 15-29. 2020.

RIOS, A. R; et al. Fatores relacionados a escolha de métodos contraceptivos na adolescência: uma revisão da literatura. **Revista eletrônica Acervo saúde**. v.13, n.5, p.1-8, 2021.

SOUZA, T. M. de. Perspectivas sobre a menstruação: Análise das representações da publicidade e da militância feminista. **Revista eletrônica de ciências sociais**, Juiz de Fora, n.23, p. 295-314. 2017.

ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DO USO CORRETO DE MEDICAMENTOS ATRAVÉS DE LEGENDAS PARA ANALFABETOS E SEMIANALFABETOS

Graziele Aparecida Schoffen[1], Maria Carolini Armando Caceres[1], Maria Cristina Bruning[2], Samara Ambrosio da Silva[2], Roseli dos Santos Oliveira[3], Chris Mayara Tibes-Cherman[4]

INTRODUÇÃO

O Brasil possui um número elevado de pessoas que não sabem ler ou escrever (BRAGA, 2017). Segundo uma pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2018), existem cerca de 11 milhões de brasileiros (6,6%) não sabem ler ou escrever. A taxa de analfabetismo varia conforme a região geográfica, de 16,2% no Nordeste para cerca de 4% no Sudeste e no Sul. Segundo Braga (2017), cerca de 20,4% dos analfabetos no Brasil são adultos com mais de 60 anos.

De acordo com o dicionário de português, a palavra “alfabetização” significa o ato de aprender a ler e escrever. Esse fenômeno em saúde é compreendido como a capacidade e a competência de um indivíduo compreender, avaliar a aplicar informações trazidas pelos profissionais de saúde para a sua vida e assim, julgar e tomar decisões sobre cuidados e promoção de sua saúde (FERREIRA, 2020). Em relação a esse contexto, pessoas analfabetas e idosos são os mais afetados.

Além disso, o país possui uma população que sofre um grande índice de doenças cardiovasculares e diabetes, entre outras, o que leva analisar uma expectativa de vida breve associado com incapacidade ou morte precoce de idosos, com isso, podemos questionar o potencial das estratégias para amenizar os agravos, a fim de termos consciência sobre as morbidades em idosos e incapacidade de cuidados (BERNARDES, 2019). Realizar o tratamento corretamente tem sido uma tarefa bastante complexa para esses idosos, ocasionando dificuldade de adesão no tratamento e causando complicações à saúde (PROCÓPIO, 2018).

O receituário médico é uma maneira de registrar as informações sobre o uso de medicamentos fornecido para um paciente por um profissional habilitado (CAVALLI et al., 2021). A falta de compreensão em relação à receita médica implica na conduta a ser tomada pelo paciente em relação ao seu tratamento (CAVALLI et al., 2021). O uso incorreto da

[1] Acadêmico do 8º período do curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Acadêmico do 7º período do curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3] Agente Comunitário de Saúde do município de Foz do Iguaçu e mentor do Projeto Integrador;
[4] Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

medicação pode causar o agravamento de uma doença, uma vez que a utilização inadequada disfarçar determinados sintomas e o uso abusivo de certos medicamentos facilita o aumento da resistência de microrganismos, o que compromete a eficácia dos tratamentos, além de provocar reações adversas (ARRAIS et al., 2016).

Além disso, o uso inadequado de medicamentos pode estar relacionado a falhas na adesão terapêutica e a semelhança na embalagem dos medicamentos, induz ao erro na administração, que aumentam com a idade e as complicações decorrentes desta. Tais erros, em parte, pela confusão causada por terapias múltiplas, distúrbios cognitivos, dificuldade visual e destreza manual prejudicada com o avanço da idade e também ao analfabetismo (MENESES; SÁ, 2010).

Segundo Ferreira (2020), é necessário que os profissionais de saúde durante a prática clínica estabelecem um vocabulário adequado e claro sobre a prescrição indicada. Utilizar métodos e elementos que facilitam a comunicação se torna um diferencial no cuidado ao idoso e pessoas com deficiência de alfabetização, dessa maneira é possível reduzir o uso indiscriminado de medicamentos. A explicação clara com vocabulário simples e adequado sobre as receitas médicas implicam em uma melhor adesão do paciente ao tratamento (ARAÚJO, 2019).

Neste sentindo, é imprescindível a utilização de métodos que facilitem a comunicação com pacientes idosos com dificuldades, analfabetos e semianalfabetos para reduzir os danos associados ao risco de falta de compreensão e esquecimento em relação ao uso do medicamento, doses e horários.

Neste escopo, estudo projeto tem como objetivo ajudar pacientes e /ou cuidadores analfabetos e semianalfabetos a compreenderem a terapêutica prescrita através de legendas didáticas a fim de que possam tomar corretamente seus medicamentos controlados no horário e na dose correta.

MÉTODO

Para a realização deste projeto, elaborou-se uma estratégia didática para identificar os medicamentos da receita médica, através de um método de auxilio os cuidadores e/ou pacientes com dificuldades de compreender as prescrições para uso correto de medicamentos.

A receita médica é ilustrada de uma forma didática, com símbolos e cores indicando o horário de administração do medicamento. Para isso foi utilizado adesivos que são coladas na receita e na caixa do medicamento correspondente. As cores utilizadas são: Amarelo neon – ao acordar; Laranja neon – após café da manhã; Rosa neon – antes do almoço; Vermelho

– após o almoço; Verde – ao anoitecer; Azul – antes de dormir.

A aplicação desse método foi realizada na UBS Profilurb 1. Os agentes comunitários de saúde são os profissionais identificados como os adequados para desempenhar essa função, pois esses profissionais desempenham um importante papel são de elo entre a Unidade de Saúde e a comunidade e além disso, conhecem os pacientes que mais necessitam da intervenção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

São comuns nos serviços de saúde do Brasil, problemas na compreensão das informações das prescrições médicas. A falta de compreensão dos receituários médicos pode estar atribuída a uma linguagem complexa, informações desorganizadas e caligrafia de difícil compreensão (CRUZETA, 2013).

De acordo com Corte (2020), os principais fatores que levam a falta de compreensão dos receituários médicos são linguagem complexa, informações desorganizadas ou implícitas e caligrafia inadequada, além das situações de analfabetismo ou semianalfabetismo. Nesse sentido, é importante saber os motivos que dificultam o entendimento, visto que a falta de informações pode afetar o quadro clínico do paciente.

Por esse motivo, surge a necessidade da realização de uma estratégia para a promoção do uso correto dos medicamentos através de legendas para pacientes analfabetos e semianalfabetos.

A realização da ação foi realizada na Unidade Básica de Saúde do Profilurb 1. A estratégia desenvolvida foi apresentada para os Agentes Comunitários de Saúde (ACS), visto que esses profissionais foram identificados como estratégicos na implantação da ferramenta. Os ACS conhecem os pacientes que mais necessitam de orientação em relação ao uso correto de medicamentos e, além disso, são os trabalhadores responsáveis por ilustrar de uma maneira didática como será a receita durante a visita domiciliar.

Foram entregues para os ACS seis cartelas de adesivos com as seguintes cores e legendas: amarelo (antes do café); laranja (depois do café); rosa (antes do almoço); vermelho (após o almoço); verde (ao anoitecer) e azul (antes de dormir). Desse modo, quando os ACS observarem nas visitas domiciliares a necessidade da ilustração da receita médica, poderão pegar os adesivos e realizar a estratégia de promoção em saúde, com o objetivo de fazer o paciente entender o receituário médico e não abandonar o tratamento prescrito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste projeto foi desenvolvida uma estratégia visual e didática para facilitar a compreensão e identificação das receitas médicas e suas respectivas medicações, bem como as dosagens e horários dos remédios.

Para implementação da estratégia desenvolvida, abordou-se os ACS e explicou-se sobre os objetivos e como utilizar a ferramenta desenvolvida. Escolheu-se os ACS como agende difusor da estratégia educativo por serem profissionais que melhor conhecem os pacientes, cuidados e suas necessidades e dificuldades de compreensão. Ainda, pode-se perceber que tal estratégia já tem demonstrado resultados positivos quanto a melhor compreensão e organização das terapias medicamentosas dos pacientes abordados.

REFERÊNCIAS

ALFABETIZAÇÃO. In: DICIO, Dicionário Online de Português. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <Alfabetização - Dicio, Dicionário Online de Português> . Acesso em: 02/09/2021.

ARAÚJO, B.N. et al. Automedicação e uso inadequado de medicamentos na terceira idade. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 8, n. 1, 2019.

ARRAIS, P. S. D.; et al. Prevalência da automedicação no Brasil e fatores associados. **Revista de Saúde Pública**, v.50, supl.2, p. 1-11, 2016.

BRAGA, A. C.; MAZZEU, F.J.C. O analfabetismo no Brasil: Lições da história. **Revista Online de Gestão e Politica Educacional**. Araraquara, p. 24-26, 2017.

BERNARDES, G.M. et al. Perfil de multimorbidade associado à incapacidade entre idosos residentes na Região Metropolitana de Belo Horizonte, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1853-1864, 2019.

CANTLAY, A.; GLYN, T.; BARTON, N. Polypharmacy in the elderly. **InnovAiT**, v. 9, n. 2, p. 69-77, 2016.

CAVALLI, G.C.P. et al. Relação entre a qualidade das prescrições médica e a compreensão do paciente: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health**, v. 4, n. 2, 2021.

CORTE, I.D. et al. Compreensão e adesão ao tratamento médico por idosos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 4, 2020.

CRUZETA, A.S.S. et al. Fatores associados à compreensão da prescrição médica no Sistema Único de Saúde de um município do Sul do Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, Santa Catarina, 2013.

FERREIRA, D.M. **Implantação da prescrição pictográfica como uma tática para descomplicar a adesão ao tratamento farmacológico por pacientes atendidos na Unidade de Saúde Ana Nery no município de União – Piauí**. UNA-SUS, 17 jun. 2020. Disponível em: <Microsoft Word - DARLANE DE MELO FERREIRA 2 (unasus.gov.br)> Acesso em: 02 set. 2021.

MENESES, A. L. L.; SÁ, M. L. B.. Atenção farmacêutica ao idoso: fundamentos e propostas. **Journal of the Brazilian Society of Geriatrics and Gerontology**, v. 4, n. 3, 2010.

Pesquisa do IBGE aponta que Brasil ainda tem 11 Milhões de Analfabetos**. Blog Universitário**, 03 set. 2020. Disponível em: <Pesquisa do IBGE aponta que Brasil ainda tem 11 Milhões de Analfabetos | Blog Universitário (wyden.com.br)> Acesso em: 02 set. 2021.

PROCÓPIO, T.B. et al. Recurso visual estratégico na terapia medicamentosa de um idoso analfabeto. **In: 13º Congresso Internacional Rede Unida**. 2018.

SILVA, A.R.; SILVA, P.R. **Dificuldades na Adesão ao Tratamento de Idosos Hipertensos e Diabéticos não Alfabetizados no Município de Fortaleza do Tabocão–TO**, p. 1-388–416, 2020.

SCHWEITZER, A. C. D. et al. Levantamento de dados acerca do uso racional de medicamentos pelos idosos que moram sozinhos na cidade de Fraiburgo–Santa Catarina. **Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde,** p. 220-232, 2018.

FOTOEDUCAÇÃO COMO FORMA DE PREVENÇÃO DO CÂNCER DE PELE EM ACS EM UMA UBS EM FOZ DO IGUAÇU-PR

Anna Gabriella Maino Steffler[1], Bárbara Cristina Alflen[1], Hellen Mariana Stempniak do Santos[1], Paola Cavalcante Lima[1], Valentina Andraschko Santana[1], Lara Camila de Oliveira[2], Chris Mayara Tibes-Cherman[3]

INTRODUÇÃO

O câncer de pele não melanoma é o tipo de câncer mais frequente no Brasil, correspondendo a cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados no país, com 176.930 novos casos no ano de 2020, sendo 83.770 homens e 93.160 mulheres. É mais comum em pessoas com mais de 40 anos, com pele clara, exposição prolongada ao sol sem proteção e histórico familiar de câncer de pele (INCA, 2021).

Já o câncer de pele melanoma representa apenas 3% das neoplasias malignas no Brasil, sendo a taxa estimada em 2020 de 4,09 casos para cada 100 mil homens, e 5,35 casos para cada 100 mil mulheres. Esse tipo de câncer tem origem nos melanócitos e é mais frequente em adultos com pele clara, histórico familiar de câncer de pele e exposição prolongada ao sol sem proteção (INCA, 2021).

A exposição aos raios solares de forma excessiva e desprotegida pode causar desde alterações dermatológicas benignas até o surgimento de lesões precursoras do câncer de pele. A posição geográfica do território brasileiro, quase totalmente localizado entre as linhas do Equador e o Trópico de Capricórnio favorece a alta incidência de radiação ultravioleta (MELO; RIBEIRO, 2015).

A fotoeducação é um método de educação em saúde com ênfase na conscientização, visando mostrar a importância da prevenção do câncer de pele, de forma a evitar o desenvolvimento da doença e reduzir sua morbimortalidade (ALMEIDA et al, 2020).

A prevenção é mais econômica e segura do que o tratamento, portanto, nota-se que além de prevenir agravos, acaba-se reduzindo custos (ALMEIDA et al, 2020).

[1] Acadêmico de enfermagem do Centro Universitário União das Américas Descomplica – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Saúde Pública em Região de Fronteira - UNIOESTE. Especialista em Saúde Pública com Ênfase em Saúde da Família e Docência do Ensino Superior. Enfermeira pela UENP. Enfermeira da UBS Vila Yolanda - Foz do Iguaçu. Docente do curso de Enfermagem da UniAmérica Descomplica.

[3] Doutora em Ciências pela USP. Mestre em Enfermagem pela UFSCar. Enfermeira pela UNIOESTE. Docente do curso de Enfermagem da UniAmérica Descomplica.

Email do autor correspondente: chris.cherman@descomplica.com.br

Uma das principais formas de prevenir o câncer de pele são os protetores solares, substâncias que refletem ou difratam a radiação, inibindo a penetração dos raios UV na pele (MIRANDA et al, 2021). Além disso, evitar se expor ao sol entre 10h às 16h, período que os raios solares são mais intensos, é uma das formas mais simples de se prevenir o câncer de pele (INCA, 2021).

O Programa Nacional de Atenção Básica (PNAB), implantado no Brasil em 1994, com o objetivo de concentrar-se na saúde do indivíduo de forma integral e assumir a responsabilidade de eliminar o modelo médico-hegemônico que tem sido vigente. Dessa forma, a estratégia da saúde da família (ESF) busca consolidar princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS) ações de prevenção, promoção e proteção à saúde, grande parte das atividades dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) são realizadas fora do âmbito da secretaria de saúde, onde está inserida a equipe de saúde da família (MALCHER et al, 2019).

A equipe de ACS é bastante afetada pelas condições ambientais, como sol e chuva. Portanto, é importante voltarmos nossa atenção para a exposição ao sol dos ACS, embora a exposição moderada ao sol traga benefícios para a saúde humana, também trazem alguns riscos (MALCHER et al, 2019).

Assim, este trabalho teve como objetivo estimular medidas de prevenção do câncer de pele através de uma cartilha informativa e da distribuição de amostras de protetores solares aos ACS da Unidade Básica de Saúde (UBS) da Vila Yolanda de Foz do Iguaçu, Paraná.

MATERIAL E MÉTODO

Para a construção do material foi realizada uma busca em artigos científicos nacionais sobre a temática, com recorte de tempo dos anos de 2016 a 2021.

O material informativo foi desenvolvido na plataforma Corel Draw e Adobe Illustrator.

O conteúdo abordado no material informativa são as informações identificadas na busca de artigos inicial. Os temas abordados foram: a respeito do câncer de pele, suas formas de prevenção e identificação da doença e no uso correto de protetor solar.

Ainda, em atividade futura será realizada uma ação educativa com finalidade de orientar os ACS sobre a importância da utilização do protetor solar, das formas de prevenção e da detecção precoce de algum indicio de um possível câncer de pele, levando em consideração que o trabalho do mesmo é em constante contato com o sol devido as visitas domiciliares que realizam como função pré-determinada das suas competências como agente que leva e busca informações referentes a saúde da população de seu território de trabalho (MALCHER et al, 2019).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O material elaborado foi embasado na literatura, e teve os seguintes temas abordados: o que é a pele e sua função; o que é o câncer de pele, seus tipos e sua incidência, além de como preveni-lo e identificá-lo; qual a importância do protetor solar, como e quando usá-lo.

Tendo o câncer de pele como a neoplasia de maior ocorrência no Brasil, sendo cerca 30% dos tumores malignos do país (INCA, 2021), surge a importância de falarmos de prevenção. A fotoeducação no âmbito das unidades básicas mostra sua relevância quando observamos o cotidiano dos ACS, que realizam visitas domiciliares diariamente, expondo-se aos raios ultravioletas sem a proteção adequada, aumentando as chances de desenvolverem câncer de pele ou outros problemas de pele.

O enfermeiro atua diretamente na prevenção e na assistência, uma vez que está inserido nos espaços da Atenção Básica. Usando a educação em saúde como ferramenta, ele vai além das intervenções curativas, dando maior preferência para a prevenção e a promoção, melhorando a qualidade de vida da população (KIRSCH; SLOB, 2018). Portanto, cabe ao enfermeiro enquanto lidar da equipe de saúde, através da educação em saúde, estimular hábitos saudáveis, evitando, assim, futuros agravos na saúde destes profissionais.

Como forma prioritária de prevenção do câncer de pele pode-se citar a menor exposição possível aos raios solares, no entanto, algumas atividades laborais, como por exemplo a dos ACS, impedem essa prática. Portanto, algumas práticas alternativas podem ser usadas, como o filtro solar de FPS adequado com reaplicação rotineira (SANTOS et al, 2018). A Sociedade Brasileira de Dermatologia, recomenda, também, o uso de roupas de manga longa (se possível, que possuam proteção UV), e chapéus de aba longa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta intervenção foi possível desenvolver uma cartilha educativa com informações baseadas em evidências sobre como prevenir e/ou identificar sinais sugestivos de um câncer de pele. Espera-se que com esse material possa se incentivar práticas seguras para prevenção de câncer de pele nos profissionais ACS, visto que estes desempenham suas atividades laborais frequentemente expostos a luz solar

Como etapa futura, a cartilha será distribuída junto de amostras de filtros solares aos ACS da UBS da Vila Yolanda, onde também será realizada uma roda de conversa com os profissionais, de forma a conscientizá-los da importância da proteção solar e incentivar seu uso diário, além de esclarecer possíveis dúvidas.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Augusto Cesar de Melo et al. Manual de Fotoeducação para prevenção do câncer de pele. **Braziliar Journal Of Development**, Curitiba, v.6, n.12, p.103775-103788, dec. 2020. DOI: <10.34117/bjdv6n12-760>. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/22397/17930>. Acesso em: 31 ago. 2021.

INCA. Câncer de pele melanoma. **Instituto Nacional do Câncer**. 2021. Disponível em: < https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-pele-nao-melanoma>. Acesso em: 18 de out. 2021.

INCA. Câncer de pele não melanoma. **Instituto Nacional do Câncer.** 2021. Disponível em: < https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-pele-melanoma>. Acesso em: 18 de out. 2021.

KIRSCH, Gustavo Hanich; SLOB, Edna Marcia Grahl Brandalize. Atuação Do Enfermeiro Na Educação Em Saúde Da População. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, vol.12, n.13, 2018.

MALCHER, Claudia Marques Santa Rosa et al. Fotoproteção em Agentes Comunitários de Saúde (ACS) de Belém-PA. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade,** Rio de Janeiro, v.14, n.41, fev. 2019. Disponível em: < https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/1798>. Acesso em: 18 out. 2021.

MELO, M. M.; RIBEIRO, C. S. DE C. Novas Considerações sobre a Fotoproteção no Brasil: Revisão de Literatura/New Considerations on the Photoprotection in Brazil: Literature Review. **Revista Ciências em Saúde**, v. 5, n. 3, p. 80-96, set. 2015. DOI: <https://doi.org/10.21876/rcsfmit.v5i3.375>. Acesso em: 18 de out. 2021.

MIRANDA, Letícia Augusta Schmidt da Costa et al. A importância do filtro solar na fotoproteção: The importance of sunscreen in photoprotection. **Archives of Health**, v. 2, n. 4, p. 1323-1326, 21 jul. 2021. Disponível em: <https://latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/607>. Acesso em: 18 out. 2021.

SANTOS, Sandra Oliveira. Importância do uso de protetor solar na prevenção do câncer de pele e análise de informações desses produtos destinados a seus usuários. **Revista de Saúde e Ciências Biológicas,** v.6, n.3. 2018. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/1913/701>. Acesso em 15 nov. 2021.

GESTANTES NO TERCEIRO TRIMESTRE DA GRAVIDEZ: AÇÃO EDUCATIVA EM UMA UNIDADE DE ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA EM FOZ DO IGUAÇU/PR.

Aya Chammaa[1], Dyeilli Karla de Souza [1], Johnnatan Oliveira dos Santos [1], Tatiane Santos de Castro [1], Karina Milanesi Viana [2], Priscilla Higashi [3]

INTRODUÇÃO

O período gestacional compreende um momento marcado por inúmeras modificações no cotidiano da mulher, o qual há também alterações no físico e hormonal, envolvendo o surgimento de distintos sentimentos e emoções. As alterações no organismo da gestante são variáveis, complexas e únicas para cada mulher, marcadas por experiências e vivências diferentes em cada etapa. Alegria, medo, dúvidas, ansiedade, satisfação, insegurança são sentimentos comuns nesse período (CAVALCANTI; SOUSA; 2021).

Recentemente, o Brasil passou por transformações importantes relacionada ao avanço no enfrentamento de óbitos maternos. Porém, o índice de morte de mulheres durante a gestação, parto ou puerpério é preocupante. Na década de 90 ocorriam 141 óbitos por 100 mil nascidos vivos, que no ano de 2011 passou para menos de 64 óbitos para 100 mil nascidos vivos (PEREIRA et al., 2021).

Durante o período gravídico-puerperal, o cuidado é imprescindível para que as gestantes vivenciem uma gravidez sadia e a educação em saúde é relevante e inseparável do cuidado de enfermagem, promovendo a qualidade de vida e saudável para as condições familiares da mãe e do bebê (FONSECA et al., 2020).

O acompanhamento das gestantes é realizado no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) que está articulado com a rede de atenção à saúde, a Rede Cegonha (RC). A rede cegonha tem a finalidade de garantir o bem-estar da gestante, de forma integral, realizando o atendimento dessas gestantes nas quatro fases: pré-natal, parto e nascimento, puerpério e atenção integral à saúde da criança, como também é responsável pelo direcionamento logístico sobre o transporte sanitário e regulação (VILELA et al., 2021).

A gravidez é um período de grande importância na vida da mulher, o qual ocorre

[1] Acadêmicos do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Enfermeira da Atenção Básica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Doutora em Ciências, docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná E-mail: priscilla.higashi@descomplica.com.br

transformações, valores e diversas experiências, levando a mudanças físicas e emocionais. Uma ação educativa busca realçar a troca e/ou transmissão de informações e mudanças de condutas das gestantes, promovendo saúde e prevenindo doenças (PEIXOTO et al., 2020).

As grandes dúvidas das gestantes, como o que esperar no trabalho de parto, no período de internação na maternidade, rotinas com o recém-nascido, são alguns dos assuntos que predominam na sala de espera de consultas do pré-natal. Contudo, muitas vezes essas informações são embasadas em mitos ou alguma história dita no passado por algum familiar (PEREIRA et al., 2018).

O objetivo do projeto é realizar ação educativa para as gestantes que acompanham pré-natal na unidade de Estratégia da Saúde da Família, localizada em Foz do Iguaçu/PR, focada nas informações no período do último trimestre da gestação.

METODOLOGIA

A ação educativa foi realizada em uma Unidade de Estratégia de Saúde da Família de Foz do Iguaçu, composta por 2 enfermeiras, 2 médicas, 7 agentes comunitários de saúde e 4 auxiliares de enfermagem, sendo divididas em duas equipes, uma médica, uma enfermeira, duas auxiliares de enfermagem e quatro Agentes Comunitários de Saúde (ACS) no matutino e o restante no período diurno (BRASIL, 2021).

Primeiramente, os integrantes do projeto elaboraram uma apresentação com os seguintes temas: parto e pós-parto, puerpério, aleitamento materno e cuidados com o recém-nascido e uma cartilha explicativa sobre introdução alimentar desde o nascimento até os 2 anos. Posteriormente, foi realizada a busca ativa das gestantes com o auxílio dos ACS da unidade por meio de telefonemas utilizando como base os números presentes no prontuário de cada gestante que faz acompanhamento de pré-natal, convidando-as a participar da ação, realizada no dia 15 de outubro de 2021. Atualmente a unidade possui 15 gestantes.

A ação iniciou com o questionamento de experiências anteriores ou não de cada mulher com a gestação, qual foi a maior dificuldade e seus medos. Em seguida, junto com a enfermeira, foi realizada a apresentação por meio de um projetor multimidia, utilizando materiais de apoio disponibilizados pela enfermeira (Figura 1).

Figura 1. Materiais de apoio disponibilizados pela enfermeira

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Antes do início da ação, foi realizado junto a enfermeira da unidade, uma roda de conversa com as duas gestantes que compareceram no dia agendado previamente, para compartilhar suas dúvidas e experiências. No decorrer da apresentação, as gestantes elencaram suas dúvidas conforme as temáticas abordadas. Na sequência, foi apresentado a cartilha de Introdução alimentar e ofertada para que cada gestante tenha acesso, tanto com o papel quanto o 'QR code' em caso de perda. A mesma permaneceu no consultório de enfermagem para que seja entregue às gestantes que não puderem comparecer à ação.

As gestantes estavam com 37 semanas e 21 semanas de gestação, respectivamente. A gestante com a gravidez mais avançada espera pelo 3° filho e suas experiencias anteriores foram com parto vaginal. A experiencia com o filho mais velho, a gestante informa que foi um parto rápido e tranquilo, já na segunda gestação o parto foi mais longo e doloroso.

A dor faz parte da vida cotidiana, sendo atribuída à inúmeros fenômenos como ferimentos, doenças, formas de diagnosticar e tratamentos, constituindo características marcantes dos processos fisiológicos normais, como o parto e a menstruação. Essa relação entre a dor e o parto faz parte do senso comum, sendo a dor do trabalho de parto acionadas em referências bíblicas e as imagens do parto em filmes e outras mídias, que mostram mulheres sofrendo, gritando, suadas e se contorcendo. Na perspectiva fisiológica, a dor poderia ser compreendida como um dispositivo de alerta, sendo imprescindível para a proteção e sobrevivência do corpo. Sendo assim, cita-se sobre não considerar a dor como uma experiência física imediata, mas sim como interpretações de fenômenos, envolvendo sensações e circunstâncias culturais, para passar a ser vista como evento, percebida e interpretada de acordo com a experiência vivenciada, estabelecendo uma ligação fisiológica, emocional e cultural (RUSSO et al., 2019).

A segunda gestante vivencia sua primeira gestação e demonstrou grande receio em relação ao parto, pois a experiencia de sua mãe e irmã foram traumáticas e ambas tiveram hemorragia, tanto no parto cesárea e no parto vaginal.

A hemorragia pós-parto é uma das principais causas de morbimortalidade materna,

ocorrendo na maioria das vezes em países de baixa renda, afetando 2% de gestantes que dão à luz. As causas mais comuns são atonia uterina, traumatismo do trato genital, anormalidades da placenta ou coagulopatias materna (TEIXEIRA, 2021).

Durante a ação, as gestantes manifestaram diversas dúvidas em relação a melhor escolha do tipo de parto, a amamentação e os cuidados com o recém-nascido durante o puerpério. Ademais, foi discutido acerca de informações culturais, como a posição correta da pega na amamentação, posições do parto e a desmistificação do leite fraco.

A dúvida e o medo são características presentes durante a gestação. As informações ofertadas para as gestantes devem ser precisas, contendo tópicos importantes, sendo incluso possíveis complicações, tipos de parto, a escolha do parto e os benefícios. A educação em saúde desmitifica os mitos presentes socialmente, trazendo referências baseadas em estudos, o que possibilita uma gestação rica em informações e proporciona a cada gestação em identificar o processo que estão vivenciando (FÉLIX, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante a aplicação da ação foi possível identificar a necessidade de orientações que as gestantes possuem em relação ao parto e pós-parto, puerpério, aleitamento materno e cuidados com o recém-nascido. Há ainda persistência do conhecimento cultural acerca da gestação, puerpério, amamentação e cuidados com o recém-nascido. Foi perceptível o aproveitamento das informações ofertadas e o interesse em desmistificar as experiências ofertadas por familiares ou pessoas próximas. Observou-se a importância da abordagem dos temas, bem como, a elaboração de um material de fácil compreensão como a cartilha de introdução alimentar, auxilia a gestante que irá lidar com esses processos.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTI, L. M. B; SOUSA, M. N. A. Educação em saúde na Atenção Primária no ciclo gravídico puerperal: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 5, p. e18010514662-e18010514662, 2021. Disponível em: https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14662/13296. Acesso em: 22 ago 2021.

FÉLIX, H. C. R. et al. A percepção de gestantes sobre os diferentes tipos de parto. **Enfermagem Brasil**, v. 17, n. 5, 2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Sueli-Silva-7/publication/329845618_A_percepcao_de_gestantes_sobre_os_diferentes_tipos_de_parto/links/5c63134b299bf1d14cc1ec25/A-percepcao-de-gestantes-sobre-os-diferentes-tipos-de-parto.pdf. Acesso em: 25 out 2021.

FONSECA, M. J. F. et al. Educação em saúde como ferramenta para o cuidado às gestantes e puérperas: revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n.

10, p. 76885-76896, 2020. Disponivel em: https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/18047/14591. Acesso em: 23 ago. 2021.

PEIXOTO, I. V. P. et al. A importância da educação em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do ciclo gravídico puerperal. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 10, n. 57, p. 3607-3620, 2020. Disponivel em: http://www.revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/951/1074. Acesso em: 29 ago 2021.

PEREIRA, R. M. S. et al. Despertando para O Parto: Expectativas de Gestantes. **Revista Uningá**, v. 55, n. 3, p. 83-90, 2018. Disponível em: http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2142/1723. Acesso em: 30 ago 2021.

PEREIRA, V. D. V. et al. A Atuação do Enfermeiro Obstetra e sua Efetividade na Educação em Saúde às gestantes. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 8, p. 62890-62901, 2020. Disponível em: https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/15721/12925. Acesso em: 29 ago 2021.

RUSSO, J. et al. Escalando vulcões: a releitura da dor no parto humanizado. **Mana**, v. 25, p. 519-550, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/mana/a/MDfbtWf3vKpx7CWHjPGCdYs/abstract/?lang=pt. Acesso em: 25 out 2019.

TEIXEIRA, L. N. A. et al. Prevenção e manejo da hemorragia pós-parto: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 3, p. 10420-10431, 2021. Disponível em: https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/29697. Acesso em: 25 out 2021.

VILELA, M. E. A. et al. Avaliação da atenção ao parto e nascimento nas maternidades da Rede Cegonha: os caminhos metodológicos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 789-800, 2021. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26n3/789-800/pt/. Acesso em: 13 set 2021.

UTILIZAÇÃO DE RECURSOS AUDIOVISUAIS PARA A REALIZAÇÃO DE EDUCAÇÃO PERMANENTE DENTRO DE UMA INSTITUIÇÃO HOSPITALAR DE FOZ DO IGUAÇU/PR

Flávia Shimeny Soares Cardoso[1], Nathalia Valoura Mendes[1], Daiane de Lima Ramos[1], Jaqueline Pereira Rodrigues[1], Josiane Conceição de Andrade[2], Chris Mayara Tibes-Cherman[3]

INTRODUÇÃO

A educação permanente em saúde foi inserida como uma política de saúde no Brasil, pelo Ministério da Saúde, através da portaria nº 198/GM de 13 de fevereiro de 2004 e da portaria nº 1.996, de 20 de agosto de 2007, sendo definida como a "aprendizagem-trabalho", ou seja, que acontece no cotidiano das organizações, realizada através dos problemas enfrentados na realidade dos trabalhadores em saúde (BRASIL, 2004; BRASIL 2007).

Em decorrência da pandemia de Covid-19, a utilização das tecnologias digitais para difusão de conhecimentos passou a ser utilizada mais assiduamente. No ambiente hospitalar, tem-se a necessidade de elaborar novos meios para a realização da educação permanente dos profissionais da saúde visto que o uso de recursos audiovisuais no formato de vídeos facilita o processo educativo promovendo a qualidade da assistência prestada (BOAS et al, 2020).

O uso desses recursos, aumenta o desenvolvimento das competências cognitivas, atuando diretamente na qualidade da educação, que por consequência aumenta a qualidade da prática profissional, além de possibilitar o benefício de poder capacitar um maior número de pessoas com um gasto menor de recursos como os EPI's utilizados para fins didáticos e permitindo a adoção do distanciamento social (BOAS et al, 2020; VICENTE et al, 2019).

O uso da ferramenta de vídeos educativos tornou-se cada vez mais disseminado, oportunizando o acesso tanto por estudantes quanto profissionais de saúde que buscam mais conhecimento com diferentes tipos de informação. Um grande exemplo seria as informações que são compartilhadas nas redes sociais e nas plataformas de compartilhamento de vídeo como o YouTube, onde possibilita a troca de informações com bilhões de usuários pelo mundo (SENA et al, 2020; SILVA et al, 2017).

[1] Acadêmicas do Curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mentora. Enfermeira e mestre em Docência no Ensino Superior. Atua no Núcleo Educação Permanente do Hospital Municipal Padre Germano Lauck (HMPGL) em Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Doutora em Ciências da Saúde - USP. Mestre em Enfermagem pela UFSCar. Enfermeira pela UNIOESTE. Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: chris.cherman@descomplica.com.br

A disseminação de vídeos educativos pelas plataformas digitais é evidente e se torna uma ferramenta essencial para o desenvolvimento e produções voltadas ao ensino e a aprendizagem, podendo atingir uma capacitação eficaz não só para uma instituição específica, mas também para outros profissionais que buscam por conhecimento. Facilitando assim a divulgação de um conteúdo eficiente, atingindo o maior número de profissionais afim de garantir um cuidado holístico e de qualidade para o paciente (SENA et al, 2020; SILVA et al, 2017).

Nesta perspectiva, diante da proposta de elaboração de novos meios para a realização da educação permanente em saúde, este projeto tem como objetivo desenvolver recursos audiovisuais de forma a facilitar o processo educacional das equipes de enfermagem.

METODOLOGIA

Este projeto foi realizado no Hospital Municipal Padre Germano Lauck (HMPGL), localizado no município de Foz do Iguaçu. Hospital geral com gestão municipal, cadastrado em 13 de setembro de 2006, referência para os nove municípios que compreendem a 9º Regional de Saúde, referência em atendimento de UTI e UTI tipo II adulto, síndrome respiratória aguda grave (SRAG), COVID-19, cirurgias gerais em especial ao atendimento a ortopedia traumatologia, atendimentos clínicos em geral, pediátricos e urgências e emergências (BRASIL, 2020).

O foco principal do projeto foi a utilização de recursos audiovisuais para a realização de educação permanente às equipes de enfermagem, com o objetivo de contribuir com a melhora da qualidade da didática e ofertar maior acessibilidade no processo educacional.

O recurso utilizado para a divulgação das capacitações será a plataforma do YouTube, através da criação de um canal (apêndice 1), com a divulgação inicial de seis vídeos, abordando os seguintes temas: guincho de transferência do paciente; configuração da bomba de infusão contínua; configuração do monitor de multiparâmetros; eletrocardiograma; coleta de Swab Covid-19; e contenção mecânica. Todos os vídeos só foram divulgados após a aprovação da instituição.

O período de elaboração do conteúdo foi de seis a oito horas de produção, o que inclui o processo de gravação, edição através do programa FilmoraX®, construção de materiais complementares e anúncios para posts nas mídias sociais através da plataforma Canva (apêndice 2 e 3 respectivamente).

Após a fase de produção dos materiais, os vídeos foram divulgados nas mídias sociais de forma a atingir um maior número de visualizações. Posteriormente, foi realizada uma avaliação do alcance através de comentários, *feedbacks* e avaliações (*likes* e *deslikes*). De maneira que possamos identificar o impacto que o conteúdo dos vídeos obteve nos usuários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o ensino digital para a área da saúde, deve ser realizado um planejamento que reúna estratégias que viabilizem a entrega do conteúdo e permitam o desenvolvimento do julgamento clínico e raciocínio crítico. Cabe ressaltar que a utilização adequada das tecnologias digitais para o ensino proporciona aos profissionais o desenvolvimento no manuseio dessas ferramentas, de forma a refletir em sua prática durante o exercício profissional (CUNHA et al, 2020).

Nesse sentido, foram produzidos seis vídeos para a plataforma YouTube, com os mais variados temas, seguindo sempre demandas reais vindas da instituição, como por exemplo o vídeo “Guincho para Transferência de Paciente”, que serviu de capacitação para os profissionais, visto que era um aparelho novo na instituição. No geral, os vídeos alcançaram uma média de 66 visualizações até o momento, com uma média de 16 likes, 0 deslikes e 2 comentários por vídeo.

Tabela 2. Avaliação dos vídeos

Vídeos	Visualizações	Likes	Comentários
Guincho para Transferência de Paciente	71	14	2
Configuração da Bomba de Infusão Contínua	80	19	2
Configuração do Monitor Multiparâmetros	78	13	2
Coleta de Swab	48	21	2
Eletrocardiograma (posição de eletrodos)	83	16	5
Contenção de Punhos	36	11	2

Fonte: arquivo da pesquisa (2021).

É evidente que as mídias digitais são um meio de comunicação extremamente eficiente, capaz de compartilhar informações com bilhões de usuários pelo mundo todo, e apesar de ainda existir as dificuldades de acesso, cada vez mais esses instrumentos se tornam uma realidade na sociedade, pois materiais educacionais digitais podem ser utilizados em diferentes ambientes dependendo da necessidade da instituição, sendo o conhecimento mediado entre facilitador e colaborador um impulsionador para a fundamentação das ações educativas promovidas na educação continuada em saúde, promovendo a qualidade de novos conhecimentos no processo estruturante da inovação educacional (ALVIM et al, 2020; JÚNIOR, 2019).

A produção de informação segura, ágil e transparente, visando equipar profissionais de saúde e fortalecer a autonomia da equipe nas suas atividades diária obteve sucesso, o qual é evidenciado pelos feedbacks nos próprios vídeos: *“Ótimo vídeo! Muito bem explicado e didático!”.* Ainda houve outros comentários positivos registrados, tais como: *“Assim que eu*

gosto, vídeos curtos com boa apresentação", e *"Muito bom. Obrigado pela explicação!"*

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência com o uso dessas ferramentas tecnológicas foi positiva. Os vídeos educativos cumpriram com o objetivo proposto que foi dinamizar e aumentar a interação com os profissionais da saúde. A produção de informação segura, ágil e transparente, visando equipar profissionais de saúde e fortalecer a autonomia da equipe nas suas atividades diária obteve sucesso, o qual é evidenciado pelos feedbacks positivos registrados na plataforma.

A iniciativa de organizar os relatos sobre o resultado do projeto de extensão, acredita-se que possa estimular profissionais e educadores a compreender que essas e outras ferramentas técnicas são incríveis aliadas, e se inspirem para incluir novas tecnologias nas atividades, de forma a conseguir melhores resultados.

REFERÊNCIAS

ALVIM, C. G., et al. Cursos da Saúde: integração e responsabilidade social no enfrentamento da pandemia. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v. 10, n. 1, p. 1-21, 2020.

BOAS, C. B. V. et al. Implementação de Protocolo em Pandemia da Covid-19: o Uso de Vídeo Educativo para Aprimorar Conhecimentos. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIAS/ENCONTRO DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, v. 5, n. 1, São Carlos, 2020, Implementação de Protocolo em Pandemia da Covid-19: o Uso de Vídeo Educativo para Aprimorar Conhecimentos.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Banco de dados do Sistema Único de Saúde-DATASUS**. Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Atenção à Saúde - CNES Ficha Estabelecimento. 2020. Disponível em: <http://cnes.datasus.gov.br/pages/estabelecimentos/ficha/identificacao/4108305061989>. Acesso em: 30 ago. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria Nº 1.996, de 20 de agosto de 2007.** Brasília. 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria Nº 198/GM de 13 de fevereiro de 2004**. Brasília. 2004.

CUNHA, I. C. K. O., et al. Ações e estratégias de escola e departamento de Enfermagem de Universidades Federais frente à covid-19. **Enfermagem em Foco**, Brasília, n.11, v. 1, p. 48-57, 2020.

JUNIOR, N. L. E. O processo de Construção de Materiais Educacionais Digitais na Educação Corporativa em Contexto Hospitalar. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO, TECNOLOGIA E SOCIEDADE: ENSINO HÍBRIDO, v. 8, n. 1, 2019, O processo de Construção de Materiais Educacionais Digitais na Educação Corporativa em Contexto Hospital.

SENA, C. H. O. **Elaboração e validação de roteiros de vídeos educativos de exercícios de treinamento da musculatura de assoalho pélvico no auxílio do tratamento de**

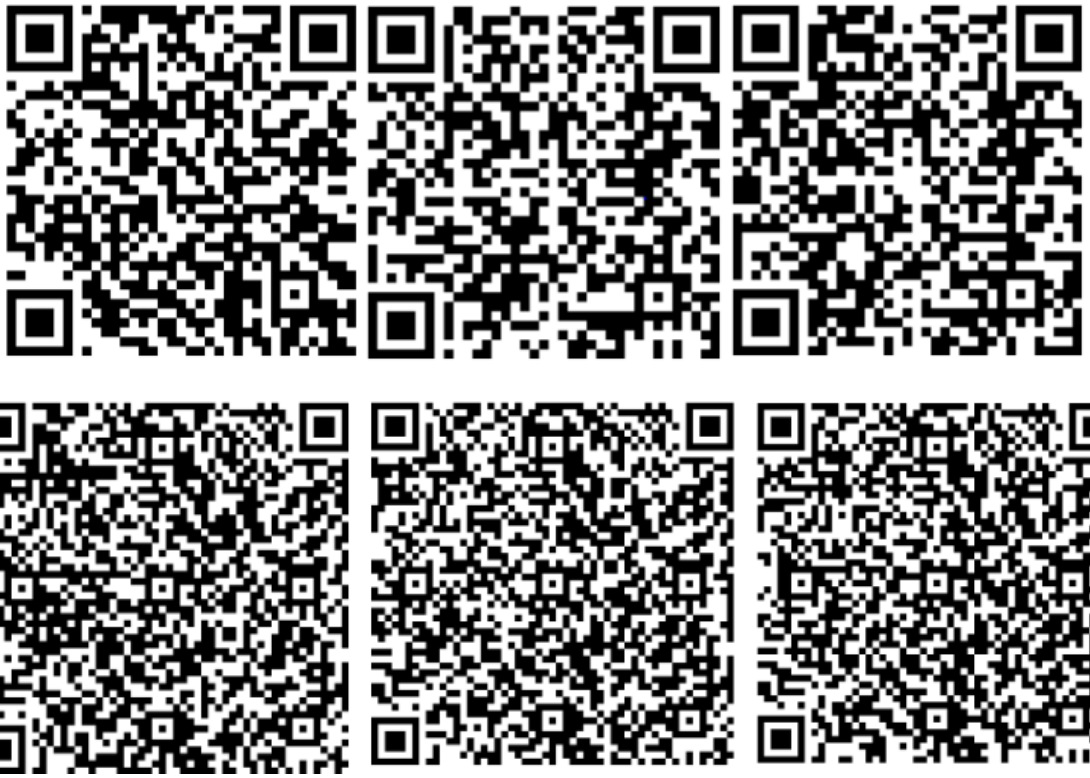
incontinência urinaria feminina. 2020. 62. Hospital de Clínicas de Porto Alegre programa de pós-graduação mestrado profissional em pesquisa clínica, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2020.

SILVA, L. A. A, SODER, R. M, PETRY, L. Educação permanente em saúde na atenção básica: percepção dos gestores municipais de saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem,** Palmeira das Missões, v.38, n.1, mar. 2017.

VICENTE, C. et al. Cuidados à pessoa com ferida oncológica: educação permanente em enfermagem mediada por tecnologias educacionais. **Revista Gaúcha de Enfermagem,** Florianópolis, v.40, abr. 2019.

APÊNDICE 1 – CANAL NO YOUTUBE CRIADO PARA DIVULGAÇÃO DOS VÍDEOS.

APÊNDICE 3 - ANÚNCIOS PARA POSTS NAS MÍDIAS SOCIAIS CRIADOS ATRAVÉS DA PLATAFORMA CANVA.



ENGENHARIA CIVIL

Engenheiros Civis são profissionais habilitados para atuar em diversas áreas relacionadas às construções, obras de grande ou pequeno porte e infraestrutura.

A Engenharia Civil inclui os campos relacionados a edificações: gerenciamento e orçamento de obras; processos construtivos; projeto e cálculo de estruturas de concreto armado, concreto protendido e concreto pré-moldado; projeto e cálculo de estruturas em madeira, aço ou mistas e em alvenaria estrutural; instalações elétricas e hidrossanitárias prediais; materiais de construção e patologia e recuperação de construções. No âmbito da infraestrutura e obras em terra o profissional pode atuar em: projeto de rodovias, ferrovias e hidrovias; projeto de pontes e viadutos; projeto de barragens e represas; projeto de estruturas de contenção de solo e fundações; projeto de redes de abastecimento de água, de drenagem pluvial e de esgoto; estações de tratamento de água e efluentes e aterros sanitários. São ainda área correlatas: a hidrologia, o sensoriamento remoto e geoprocessamento e a topografia.

ELABORAÇÃO DE PROJETOS E LEVANTAMENTO DE DOCUMENTAÇÃO PRELIMINAR PARA REGULARIZAÇÃO DE IMÓVEL DA ASSOCIAÇÃO DE TÊNIS DE MESA DE FOZ DO IGUAÇU (ATM-FOZ)

Andriele da Rosa Justen[1], João Victor Rodrigues de Almeida[1], Marcos Ferreira[1], Osvaldo G. Santos[1], William de Sousa Santos[1], Ricardo Mac Cord Rodrigues da Silva[2], Israel Krindges[3]

1. INTRODUÇÃO

A moradia, uma das necessidades básicas, com frequência é construída de maneira informal, sem projeto legal aprovado em órgãos públicos e sem acompanhamento e aprovação de um profissional (FÉLIX, *et al.*, 2013). De acordo com Ferreira (2018), irregularidades na ocupação do solo e irregularidades no registro impedem as operações de compra e venda de imóveis e lotes. Por vezes, mesmo um imóvel regularizado passa por intervenções informais, que não estão conformes com as prescrições do código de obras municipal.

O presente projeto está inserido em uma demanda do terceiro setor. O terceiro setor inclui organizações sem fins lucrativos como movimentos sociais, associações e bairro, filantropia empresarial e organizações não-governamentais (ONGs). Uma constante do terceiro setor é o desafio da sustentabilidade organizacional, sendo necessário ter fontes de recursos do governo, do setor privado ou de outras origens (ANDRADE, 2002).

Nesse contexto o presente projeto ter por objetivo efetuar um diagnóstico da situação do imóvel ocupado pelo Associação de Treinamento de Tênis de Foz do Iguaçu/PR (ATMFoz). A associação depende de uma sede em imóvel regularizado para viabilizar a captação de parte de recursos a partir de uma fonte municipal. O diagnóstico tem por finalidade fornecer subsídios para decisão da associação pela viabilidade de abertura do processo de regularização e como ele deve ser desenvolvido ou a busca por uma alternativa de sede.

2. METODOLOGIA

A metodologia consistiu no levantamento da situação do imóvel, na pesquisa das

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Civil do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Especialista em Modelagem de Informação da Construção, Engenheiro Civil, Biólogo, docente curso de Engenharia Civil do Centro Universitário Uniamérica Descomplica, Foz do Iguaçu.
[3] Mestre em Ciência dos Materiais, Engenheiro Civil, Engenheiro Químico, coordenador e docente do curso de Engenharia Civil do Centro Universitário Uniamérica Descomplica, Foz do Iguaçu. E-mail: israel.krindges@descomplica.com.br

prescrições do Código de Obras do município para o zoneamento no qual o imóvel está inserido, a verificação da documentação necessário para abertura do processo de regularização, medições em campo para representação do projeto arquitetônico e avaliação da conformidade e dos desvios da edificação frente ao disposto na legislação.

3. RESULTADOS E DISCUSÃO

Os documentos necessários para regularização de imóveis são aqueles contidos no anexo I do código de Obra - Lei Complementar no 03, de 16 de julho de 1991 – que dispõe sobre o Código de Obras e Edificações do Município de Foz do Iguaçu; e Código de Regularização de Obras:

a) Cópia do documento de identificação válido dos proprietários, com foto;
b) Comprovante de endereço atualizado do proprietário;
c) Guia Amarela (somente a 1ª página onde consta a consulta dos parâmetros construtivos e urbanísticos);
d) Para comercio se faz necessário o CNAE pretendido;
e) Comprovante de pagamento das taxas: (taxa de análise prévia, taxa de aprovação de projeto, taxa de regularização e taxa de saúde);
f) Cópia da matrícula do imóvel atualizada de no máximo 06 meses;
g) Contrato de compra e venda com firma reconhecida ou escritura pública, caso a matrícula do imóvel não esteja no nome do atual proprietário;
h) Procuração em nome de todos os proprietários do imóvel, quando for o caso;
i) Anotação de Responsabilidade Técnica (ART) ou Registro de Responsabilidade Técnica (RRT) dos profissionais responsáveis técnicos habilitados, dos projetos arquitetônicos e complementares, devidamente assinados e acompanhados do respectivo comprovante de pagamento;
j) Certificado de Vistoria do Corpo de Bombeiros (CVCB) ou Certificado de Licença do Corpo de Bombeiros (CLCB), exceto nos seguintes casos: à edificação destinada exclusivamente à residência unifamiliar; à residência unifamiliar localizada no pavimento superior de ocupação mista com até dois pavimentos e que possuam acessos independentes.
k) Termo de Compromisso assinado, conforme modelo constante no Anexo I;
l) Documentos hábeis a comprovar a existência da edificação finalizada até a data da publicação desta lei, no MÍNIMO UM dos itens abaixo:
    I. Comprovante de pagamento de água e luz;
    II. Certidão municipal que comprove a existência da construção;
    III. Fotos aéreas;

IV. Notas fiscais que sejam da construção do imóvel requerido;

Após a regularização da construção junto ao município é necessário realizar o requerimento da averbação, pelo proprietário, da construção com firma reconhecida, certidão de construção atualizada, habite-se, ART quitada, certidão negativa - CND do INSS, FUNREJUS, cópia do IPTU vigente, e pagar a taxa do cartório de registro de imóveis que lavrará na escritura as dimensões da edificação.

Para verificar a conformidade com as prescrições do Código de Obras no zoneamento em questão é necessário confrontar as estatísticas (área construída, taxa de ocupação, coeficiente de aproveitamento, etc.). Para tal, a edificação foi vistoriada e foram tomadas as medidas para representação do projeto arquitetônico atualizado. Na figura 1 são apresentadas imagens da parte externa e interna da edificação.

Figura 1 - Fachada e interior da sede da ATMFoz.

A associação de tênis de mesa ATMFoz fica na rua Engenheiro Rebouças, 1541 no Centro de Foz do Iguaçu/PR. Além das dimensões da edificação, foram medidas e quantificadas as aberturas e áreas de entorno. Ao avaliar-se a inscrição dos terrenos, constatou-se que as edificações estão distribuídas em dois terrenos de matrículas diferentes e que há 5 edificações implantadas nos terrenos, sendo duas residenciais e três comerciais. Também se constatou que há inconformidades na edificação que violam o código de obras da cidade. A edificação está construída sobre a divisa, o que poderia gerar a cobrança da outorga onerosa para regularização. Também há janelas na parte que estão sobre a divisa, não há vagas de estacionamento necessárias para um estabelecimento comercial e as áreas permeáveis não são atendidas. Adicionalmente, como há outras edificações nos terrenos, o processo de regularização deve ocorrer para o conjunto arquitetônico.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As demandas por regularização de imóveis são uma constante no contexto da construção,

uma vez que esse ainda é um setor no qual edificações são concebidas e executadas informalmente. No caso do terceiro setor, a sede em um local devidamente regularizado pode ser um determinante para captação de recursos. O presente projeto resultou na obtenção de um diagnóstico da situação do imóvel no qual a ATMFoz está situada e em orientações aos responsáveis pela ONG acerca das possibilidades de regularização.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Miriam Gomes Vieira de. **Organizações do terceiro setor: estratégias para captação de recursos junto às empresas privadas**. 2002. 146 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2012.

CÂMARA MUNICIPAL DE FOZ DO IGUAÇU (Município). Lei Complementar nº 3, de 16 de julho de 1991. DISPÕE SOBRE CÓDIGO DE OBRAS E EDIFICAÇÕES DO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU, REVOGA A LEI Nº 200/58, E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS. **Lei Complementar Nº 3**. Foz do Iguaçu, PR, 16 jul. 1991.

FÉLIX, Carlos José Antônio Kümmel; LIMA, Thiago Palharini de; FRANZ, Cristiane G.; MACIEL, Marina; LUCCHESE, Vanessa Cirolini. Regularização de imóveis em Santa Maria. **Extensio**: Revista Eletrônica de Extensão, [S.L.], v. 10, n. 16, p. 29, 12 mar. 2014. Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). http://dx.doi.org/10.5007/1807-0221.2013v10n16p29.

FERREIRA, Sandro Alexander. **Registro e regularização de imóveis em Águas Lindas de Goiás**. 2018. 107 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestre em Desenvolvimento Regional, Centro Universitário Alves Faria, Goiânia, 2018.

ELABORAÇÃO DOS PROJETOS ARQUITETÔNICOS E COMPLEMENTARES DO VESTIÁRIO E ALA ADMINISTRATIVA DE UMA ÁREA PÚBLICA DE LAZER NA CIDADE DE FOZ DO IGUAÇU, PR.

Alice Skirzinski de Almeida[1]; Bruno Giovanni Gonçalves Ferreira[1]; Gabriel José Weber[1]; Israel Krindges[2]

INTRODUÇÃO

O incentivo à prática regular de atividades físicas tem potencial de diminuir a incidência doenças não transmissíveis na população, resultando em aumento da expectativa de vida (SILVA *et al.*, 2015). No contexto da qualidade de vida, que inclui condições de existência e de acesso a bens e serviços, o lazer também se insere como estratégia de promoção da saúde (SILVA *et al.*, 2013).

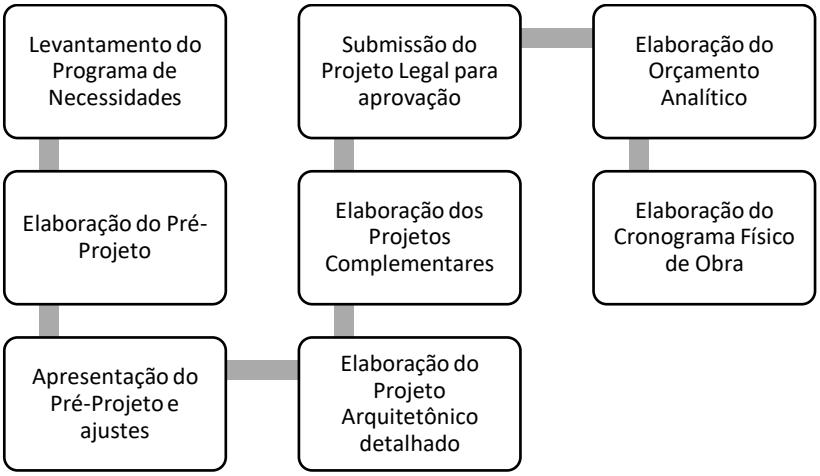
Uma das formas de fomentar o acesso ao lazer e atividades físicas é viabilizar espaços públicos através de políticas públicas para implantação, funcionamento e manutenção de tais ambientes (SILVA, *et al.*, 2013). De acordo com Weiss *et al.* (2011, apud SILVA, *et al.*, 2013), a proximidade de parques pode estimular a procura por atividades físicas em ambientes urbanos, sendo fundamental que os gestores públicos atuem na disseminação de espaços efetivamente acessíveis à população.

Nesse contexto, o presente projeto visa qualificar um espaço público de lazer no município de Foz do Iguaçu / PR através da implantação de vestiários, banheiros e acomodações administrativas. Atualmente a área é usada para prática de bicicross, ou seja, ciclismo em pistas de terra contendo obstáculos e não dispõe de uma construção de suporte. Também há um campo de futebol no local, situado entre as ruas Pavão e Saracuras no Bairro Portal. A primeira etapa é o desenvolvimento do projeto arquitetônico, projetos complementares e especificações da edificação de suporte, atendendo às restrições de verba disponível para sua posterior execução.

METODOLOGIA

A primeira etapa metodológica consistiu na coleta de informações e requisitos com a Secretaria de Planejamento da Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu (PMFI), para elaboração do Programa de Necessidades. Com base nas especificações obtidas desenvolveu-se um pré-projeto. Na Figura 1 é apresentado o fluxograma de etapas metodológicas aplicado ou previsto para realização no presente trabalho.

Figura 2 – Fluxograma Metodológico



Após elaboração do pré-projeto, este foi submetido para aprovação do órgão responsável pela solicitação, tendo sido retornado com os ajustes necessários. Elaborou-se então um Projeto Arquitetônico detalhado para submissão aos processos legais de aprovação e os projetos complementares (hidrossanitário e elétrico) com uso dos *softwares* de desenho assistido por computador (CAD) e de modelagem de informações da construção (BIM) AutoCAD 2021, Revit 2021 e Lumion 10. Os projetos foram elaborados com base nas normas: NBR 6492 - Representação de projetos de arquitetura, NBR 13532 - Elaboração de projetos de edificações - Arquitetura, NBR 5410 - Instalações elétricas de baixa tensão, NBR 8160 - Sistemas prediais de esgoto sanitário - Projeto e execução e NBR 5626 - Instalação predial de água fria. Posteriormente elaborou-se orçamento analítico, com base em composições de custo da Tabela Sinapi da Caixa Econômica Federal e a planilha orçamentária da PMFI.

Diante da finalização do pré-projeto, é realizado a apresentação do mesmo ao proprietário do terreno, que nesse caso é a Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu. Sendo assim, é dada a aprovação do projeto, onde se começa a serem realizados os próximos projetos, que são os projetos arquitetônicos. Para elaboração desses projetos utilizou-se os softwares AutoCad 2021, Revit 2021 e Lumion 10.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

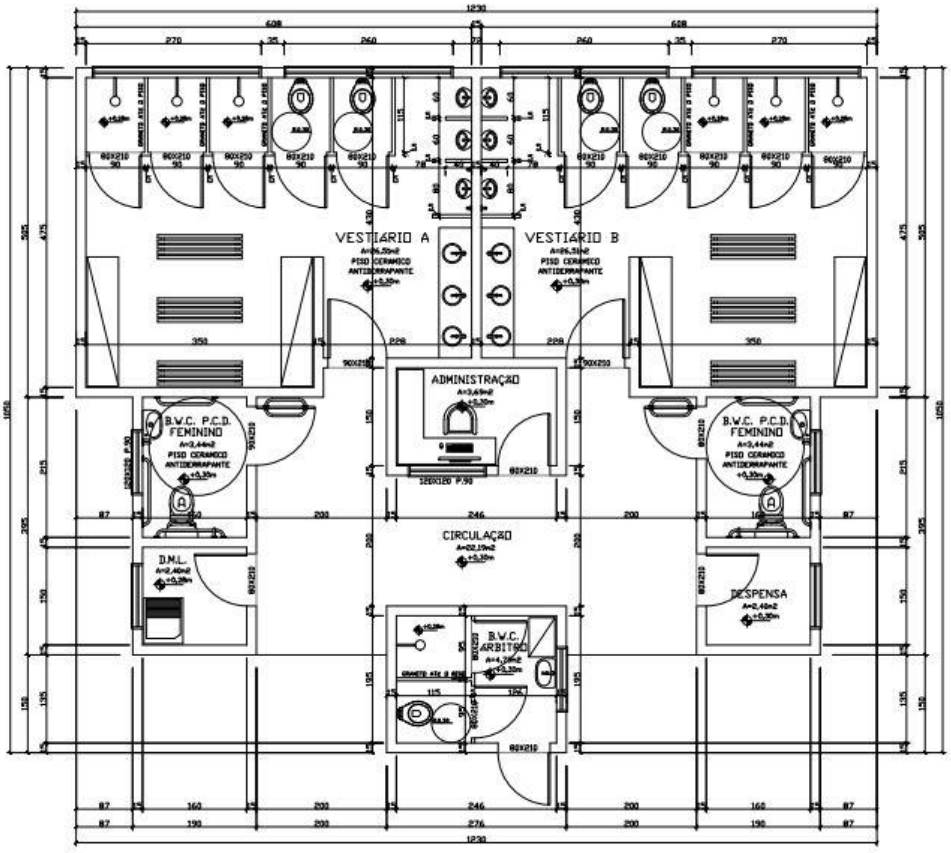
O Programa de Necessidades levou ao planejamento de uma edificação de apoio às atividades de lazer com vestiário, chuveiros, banheiros, banheiros para pessoa com deficiência (PCD), depósito de materiais de limpeza, sala administrativa, despensa e um banheiro com chuveiro separado para árbitro.

Figura 2 - Campo de futebol e pista de bicicross no bairro Portal, em Foz do Iguaçu.

O primeiro projeto arquitetônico elaborado tinha uma área construída de 271,4 m². Foram solicitados ajustes no projeto, levando-se em conta uma estimativa expedita de custo unitário e a restrição de verba de R$ 180.000,00, resultando em uma nova área construída de 108,0 m². A planta baixa obtida a partir do projeto remodelado está na figura 3.

Com a aprovação do projeto modificado, prosseguiu-se com o detalhamento das pranchas de cortes, cobertura, implantação e situação e fachadas, e as estatísticas de área construída, taxa de ocupação e coeficiente de aproveitamento.

Figura 3 - Planta baixa arquitetônica da construção de apoio da área de lazer.



Por fim, foram iniciados os projetos complementares (instalações elétricas e hidrossanitárias) e a especificação de acabamentos e sistema de cobertura. Também se iniciou a elaboração do orçamento, de acordo com planilha da PMFI e das tabelas de composição de custos SINAPI da Caixa Econômica Federal. As etapas finais estão previstas para conclusão em outra etapa do presente projeto.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que foi possível finalizar o presente projeto atendendo aos requisitos do demandante, mesmo com as adaptações impostas pela restrição de verba destinada à execução da edificação. A edificação remodelada seguiu atendendo ao programa de necessidades e poderá qualificar o espaço de lazer no bairro Portal do município de Foz do Iguaçu, ao oferecer aos usuários uma estrutura complementar à prática esportiva, permitindo higiene pessoal de forma conveniente, no mesmo espaço. A estrutura de suporte consiste em um exemplo prático da materialização de políticas públicas de acesso à qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 5410:** Instalações elétricas de baixa tensão. Rio de Janeiro: ABNT, 2004.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 5626:** Instalação predial de água fria. Rio de Janeiro: ABNT, 1998.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 6492:** Representação de projetos de arquitetura. Rio de Janeiro: ABNT, 1994.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 8160:** Sistemas prediais de esgoto sanitário - projeto e execução. Rio de Janeiro: ABNT, 1999.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 13532:** Elaboração de projetos de edificações - arquitetura. Rio de Janeiro: ABNT, 1995.

SILVA, E. A. P. C.; SILVA, P. P. C.; SANTOS, A. R. M.; CARTAXO, H. G. O.; RECHIA, S.; FREITAS, C. M. S. M. Espaços públicos de lazer na promoção da qualidade de vida: uma revisão integrativa. **Licere**, Belo Horizonte, v. 16, n. 2, jun/2013.

SILVA, I. C. M.; MIELKE, G. I.; NUNES, B. P.; BÖHM, A. W.; BLANKE, A. O.; NACHTIGALL, M. S.; CRUZ, M. F.; MARTINS, R.; MÜLLER, W. A.; HALLAR, P. C. Espaço públicos de lazer: distribuição, qualidade e adequação à prática de atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas/RS, 20(1):82-92, jan/2015.

PROJETO DE UMA GARAGEM DE VEÍCULOS DE SERVIÇO PARA O 5º COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR DE FOZ DO IGUAÇU

André Leonardo Lewandowski[1], Carlos Eduardo Souza Pedroso[1], Jean Agnaldo França Silva[1], Micheli Cristina Fonseca Xavier da Silva[1], Paulo Henrique Liberato Brandão[1], Weverton Amoras Fogaça[1], Israel Krindges[2], Ricardo Mac Cord Rodrigues da Silva[3]

1. INTRODUÇÃO

Em terrenos com edificações pré-existentes a ampliação da edificação por vezes é um desafio, não apenas pela natureza da intervenção, mas também por restrições de espaço disponível tanto para a nova construção quanto a implantação do canteiro. A questão é ainda mais complexa quando a intervenção é uma ampliação de edificações de valor patrimonial (ANDRADE JUNIOR, 2009). Uma necessidade corrente é a edificação de anexos a edificações com objetivos funcionais, tais como depósitos e garagens. Deve-se, para elaboração de um projeto dessa natureza considerar a preservação das características do conjunto arquitetônico de interesse patrimonial, a facilidade de edificar em espaços restritos, e o atendimento ao Plano Diretor e ao Código de Obras do Município, principalmente no que se refere aos índices construtivos e de aproveitamento (STEFANI e PACHECO, 2016).

Nesse contexto, construções pré-moldadas em aço podem ser uma solução viável. De acordo com Stefani e Pacheco (2016) o aço tem como vantagens a resistência, homogeneidade, pré-fabricação, elevada vida útil, redução do peso próprio da estrutura, fabricação bem controlada fora do canteiro, teorias de cálculo bem desenvolvidas, canteiro de obras organizado, dentro outros.

O objetivo do presente trabalho é o desenvolvimento de um projeto de garagem de veículos de serviço para o conjunto arquitetônico de interesse patrimonial do 5º Colégio da Polícia Militar de Foz do Iguaçu, proposto em estrutura metálica pela facilidade de execução em um canteiro de obras restrito e um custo comparativamente baixo frente a alvenaria e concreto armado.

2. METODOLOGIA

[1] Acadêmico do Curso de Engenharia Civil do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre em Ciência dos Materiais, Engenheiro Civil, Engenheiro Químico, coordenador e docente do curso de Engenharia Civil do Centro Universitário Uniamérica Descomplica, Foz do Iguaçu. E-mail: israel.krindges@descomplica.com.br
[3] Especialista em Modelagem de Informação da Construção, Engenheiro Civil, Biólogo, docente curso de Engenharia Civil do Centro Universitário Uniamérica Descomplica, Foz do Iguaçu.

.

A metodologia iniciou-se com o levantamento do plano de necessidades a partir de anamnese com o demandante do projeto, incluindo a quantificação de veículos a serem atendidos pela garagem. Seguiu-se com a vistoria do local e medições para elaboração de um croqui inicial. Os pré-projetos foram elaborados e aprovados pelo demandante, seguindo-se então a etapa de elaboração dos projetos executivos, detalhamento, pré-dimensionamento estrutural e memorial de cálculo. Os projetos foram elaborados no *software* Autodesk Revit 2021. Foram usadas as referências normativas listadas:

a) NBR 5884 – Perfil estrutural soldado por arco elétrico;
b) NBR 6120 – Cargas para o cálculo de estruturas de edifícios;
c) NBR 6123 – Forças devido aos ventos em edificações;
d) NBR 6648 – Chapas grossas de aço carbono para uso estrutural;
e) NBR 7007 – Aços-carbono e microligados para uso estrutural geral;
f) NBR 8800 – Projetos de estruturas de aço e de estruturas mistas de aço e concreto de edifícios;
g) NBR 15279 – Perfil estrutural de aço soldado por eletrofusão.

Na figura 1 é apresentada vista do local de implantação da garagem, entre o muro externo do conjunto arquitetônico e edificação pré-existente na qual há um ginásio de esportes.

Figura 1 – Vista do local de implantação da garagem de veículos de serviço do 5º Colégio da Polícia Militar de Foz do Iguaçu - PR

Observa-se que a área para implantação da edificação é limitada, gerando a necessidade de um canteiro de obras restrito.

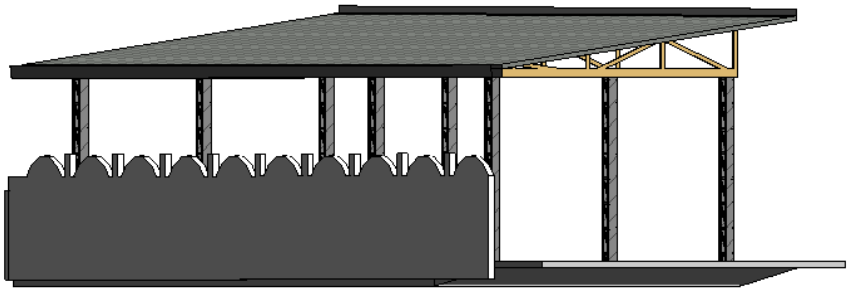
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com a anamnese e vistoria no local levantou que o conjunto arquitetônico

está em processo de tombamento como patrimônio histórico, que a edificação adjacente não deve ser usada como apoio para evitar esforços nos pilares e alvenaria, e que o projeto deve ser desenvolvido em um sistema de baixo custo e adequado a um canteiro de obras restrito.

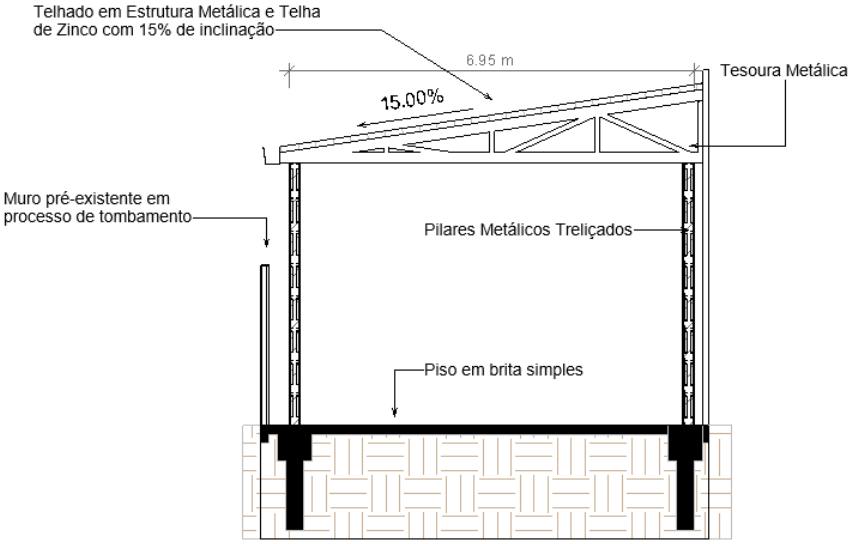
Na figura 2 é apresentada vista tridimensional da edificação, ainda sem a proposta de elementos de vedação.

Figura 2. Vista tridimensional da edificação sem os elementos de vedação.



Na figura 3 é apresentada vista em corte da edificação proposta.

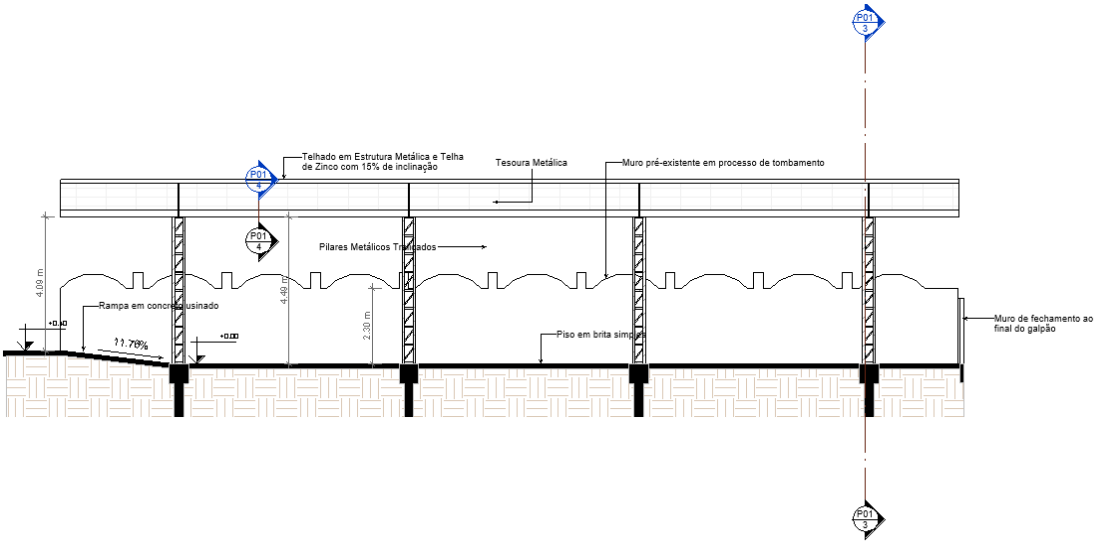
Figura 3 – Vista em corte da edificação.



Na vista em corte pode-se observar a tipologia da edificação em relação às estruturas adjacentes, sem apoiá-las no muro externo nem do ginásio.

Outra vista em corte é apresentada na figura 4.

Figura 4 – Vista em corte da edificação contextualizada.



Observa-se na figura 4 o contexto da edificação em relação ao muro de fachada e o caimento do piso.

Os projetos foram apresentados ao demandante e aprovados, podendo o demandante usar a proposta para formalização de um projeto com responsável técnico para posterior implantação.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A edificação proposta em estrutura metálica é a mais adequada para implantação em uma área restrita, tanto pela pouca disponibilidade de espaço de canteiro, quanto para maior aproveitamento da área útil da projeção da edificação. O projeto aprovado pelo demandante consistiu em uma proposta que pode ser apresentada a um profissional para que a edificação tenha um projeto legal devidamente regularizado, com responsabilidade técnica e executado com acompanhamento.

5. REFERÊNCIAS

ANDRADE JUNIOR, Nivaldo Vieira de Andrade. Ampliação de edificações de valor patrimonial: preservação da matéria... e destruição da imagem? *In*: Projeto como investigação: ensino, pesquisa e prática, IV Projetar 2009, outubro de 2009. São Paulo: FAU-UPM, 2009.

BASCHERA, Weligton Lucas; GARDINI, Luiz Fernando. Projeto de um edifício garagem em estrutura metálica parafusada na cidade de Caçador. **Ignis**, Caçador, v. 6, n. 3, p. 134-155, set. 2007.

ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

O Curso de Engenharia de Produção tem o foco de estar em harmonia com diretrizes do MEC - Ministério da Educação, e a ABEPRO - Associação Brasileira de Engenharia de Produção. Auxiliado pelos conhecimentos técnicos de sistemas de produção, aumento de produtividade,visão tecnológica, percepção da interação homem- máquina, ter base informacional científicae tecnológica, capacidade de elaborar e implementar projetos. Hoje em todos os lugares ondehá algo em produção ou materializado em benefício da humanidade, passou aos nossos cuidados a exemplo de roupas, celulares, automóveis, eletrodomésticos, comidas, remédios,enfim tudo que pensar em consumir. A condição da garantia da qualidade dos produtos e serviços também faz parte deste portfólio em vasta área de atuação.

ESTUDO DE NECESSIDADE E REESTRUTURAÇÃO DE ESTOQUE EM UMA EMPRESA DE ENGENHARIA E ELETRICIDADE

Ana Flávia Moreira Kreutz[1], Anna Morena de Jesus Ramos Sousa[1], Danilo Lang Junior[1], Matheus de Oliveira Santos[1], Samuel Henrique dos Santos Moreira[1], André Shataloff[2], Felipe Oliveira Silva[3]

INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como objetivo analisar o contexto e desenvolver alternativas de gestão de estoque aplicáveis a Enerluz, uma empresa fornecedora de materiais elétricos localizada em Foz do Iguaçu há trinta anos. A demanda vem da necessidade da empresa em otimizar o armazenamento dos produtos e, consequentemente, obter resultados mais satisfatórios e ágeis de atendimento ao cliente.

Segundo Provin e Sellitto (2011), “a gestão de estoques tem importância no papel operacional e financeiro das empresas e merecem um grande cuidado”. Apesar de sua grande relevância, muitas empresas com estoques numerosos acabam enfrentando dificuldades com relação à entrada, saída e armazenamento dos produtos, gerando gargalos financeiros e de atendimento, como foi o caso da empresa apresentada neste documento.

A empresa, já ciente da necessidade de melhora, investiu no aumento de seu espaço físico e na compra de um software que facilita a identificação de seus produtos. Considerando as melhorias já aplicadas, no decorrer do documento serão apresentadas formas de otimizar os recursos adquiridos e estabelecer um padrão de funcionamento, a fim de alcançar a satisfação tanto da empresa quanto do cliente.

MATERIAL E MÉTODOS

O método de pesquisa escolhido para a estruturação deste estudo foi a pesquisa quantitativa, responsável pelo processo de armazenagem, interpretação, e compreensão da análise em pauta, desse modo, o planejamento do modelo e estrutura da entrevista e a pesquisa de campo, acompanham o estudo quantitativo.

Foi desenvolvida uma entrevista estruturada através de um brainstorming. Segundo Arnoldi e Rosa (2007), este estudo consiste na “comunicação e levantamento de informações

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia de Produção do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Mecânico da Enerluz.
[3]Docente do Curso de Engenharia de Produção do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: felipe.silva@descomplica.com.br

de um grupo de pessoas no intuito de apresentar ideias e soluções para o tema trabalhado". Dessa forma, conseguiu-se levantar perguntas específicas que auxiliam no desenvolvimento do estudo e da pesquisa de campo.

A pesquisa de campo realizada foi a quantitativa-descritiva, onde obteve-se melhor entendimento sobre a empresa e demanda apresentada. Nesta fase, houve a coleta de dados, comportamentos e peculiaridades da empresa, para posteriormente analisar e interpretar. Com isso, pode-se definir objetivos e hipóteses. Ao final desta pesquisa se deparou com o problema motivador da falta de organização da empresa: a ausência de códigos para a identificação de produtos.

A pesquisa bibliográfica foi desenvolvida a partir dos temas encontrados com a pesquisa de campo e entrevista estruturada, sendo eles: Logística, controle de estoque e Melhoria de Processos.

Um controle de estoque eficiente dentro de uma empresa é primordial para o seu funcionamento como um todo, além disso, deve-se ter o maior cuidado e organização pois um almoxarifado detém parte do patrimônio da empresa, ou seja, é inaceitável a perda de materiais por conta da má armazenagem.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este capítulo apresenta os resultados obtidos através dos métodos utilizados para a pesquisa do artigo: coleta de dados, discussão e apresentação das melhorias à demanda apresentada pela empresa.

O primeiro passo é a compreensão da atual situação do estoque da empresa. Existe uma modificação no almoxarifado, a Curva ABC, que será o foco do estudo nos próximos parágrafos. Até a data em que este documento foi finalizado, apenas a curva A foi implementada, então, almeja-se implementar, assim que possível, as curvas B e C.

A empresa estudada possui um espaço que é capaz de armazenar todo o estoque da empresa, entretanto, não está sendo utilizado de modo organizado ou de fácil acesso. A Figura 1 ilustra a parte do estoque onde estão abrigados os materiais de curva A:

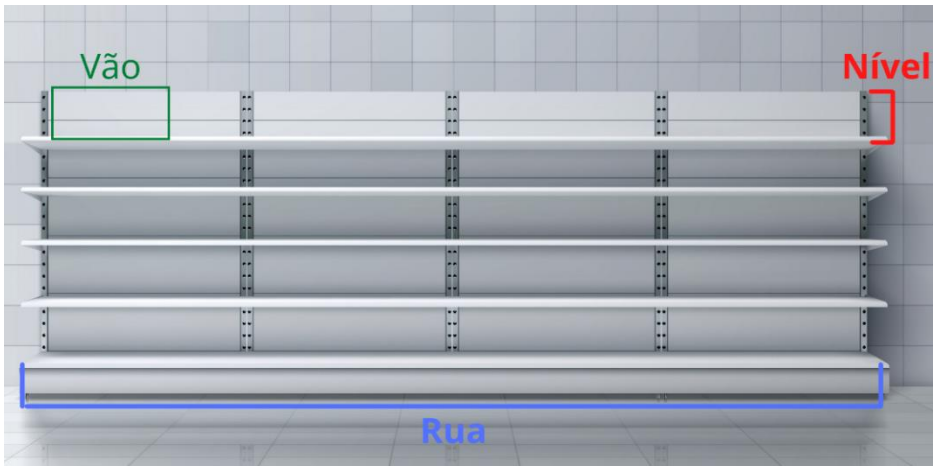
Figura 1. Prateleiras com produtos da curva A.

Fonte: Elaborada pelos Autores (2021).

O principal problema encontrado durante a coleta de dados foi a demora da separação dos itens no almoxarifado, ocorrido devido à má organização dos itens dentro dos espaços disponíveis. A solução mais viável a ser implementada para este problema é o endereçamento do setor, aplicado através de um sistema de estocagem fixo, ou seja, cada produto terá seu local demarcado; para isso, foi definido a utilização de uma simbologia alfanumérica, que tem por intuito indicar precisamente a localização dos produtos.

De tal forma, a área de estoque será identificada através de ruas, que serão identificadas por uma letra alfabética em ordem crescente (A-Z). Cada nível das prateleiras terá um número, começando do número 1 (um), destinando-se ao menor nível, e podendo ir até o número que for necessário, ou seja, a quantidade de níveis que a prateleira possui. E por último, cada vão na prateleira corresponde à quantidade de produtos estocados na área. O exemplo pode ser encontrado na Figura 2.

Figura 2. Exemplo de endereçamento.



Fonte: Elaborada pelos Autores (2021).

As etiquetas de localização também estarão coladas em cada vão de produto para facilitar o trabalho no almoxarifado. A figura 3 exemplifica a etiqueta.

Figura 3. Exemplo de etiqueta de endereçamento.

Fonte: Elaborada pelos Autores (2021).

Como pode ser observado na Figura 3, há outra de melhoria, a implementação de *QR Code* nos vãos dos produtos para facilitar o *picking* dos materiais, onde pode ser utilizado um sistema digital de listagem de produtos, que sinaliza automaticamente, através do *QR Code,* que o produto foi separado.

Além do citado, durante a pesquisa de campo também foram identificados diversos processos que podem ser otimizados para agilizar o atendimento do cliente, como o processo em que o atendente envia o pedido para o encarregado do estoque. Atualmente, é utilizado uma campainha de mesa para alertar os funcionários do almoxarifado, e em seguida é impresso o pedido do cliente, problema que pode ser solucionado através do sistema digital de listagem dos produtos a serem separados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o desenvolvimento do projeto foi notável a necessidade de mudanças na empresa, pois, atualmente a mesma encontra dificuldades em localizar produtos dentro do almoxarifado, ocasionando diversos problemas, sendo o principal deles a demora na entrega dos produtos vendidos na empresa.

Com a implementação da simbologia alfanumérica descrita acima neste projeto, os produtos serão facilmente encontrados e o tempo de espera dos clientes será diminuído significativamente. Além disso, com a implementação do QR Code nos produtos, os materiais serão conectados diretamente ao sistema de softwares utilizado pela loja, fazendo com que o funcionário responsável por encontrar o produto no estoque, seja direcionado ao local em que o produto desejado está, utilizando, assim, ainda menos tempo para encontrar o produto, possibilitando o atendimento de um número maior de clientes em um espaço de tempo menor.

Diante disso, pretende-se implementar as melhorias descritas acima na empresa, para

que esta consiga uma melhoria no atendimento a seus clientes e uma logística melhor em seu estoque, proporcionando também um trabalho melhor a seus funcionários, que passarão a ter maior facilidade em encontrar os produtos requeridos no estoque; além da organização que o estoque da empresa passará a ter.

REFERÊNCIAS

PROVIN T. D.; SELLITTO A. M. V. **Política de Compra e Reposição de Estoques em uma Empresa de Pequeno Porte do Ramo Atacadista de Materiais de Construção Civil**. Revista Gestão Industrial. v. 07, n. 02: p. 187-200, 2011.

ARNOLDI, M.A.G.C.; ROSA, M.V.D.F.P.D.C. **A entrevista na pesquisa qualitativa - mecanismos para validação dos resultados**. Grupo Autêntica, 2007

MELHORIA DO PLANEJAMENTO E CONTROLE DA PRODUÇÃO EM UMA INDÚSTRIA DE FABRICAÇÃO DE TINTAS

Bruno Scussel Farias[1], Caisi Bonomar Ali[1], Marcelo Dias Ferreira[1], Nilton Benedet Junior[1], Janaina Aparecida Duarte Lewrentz[2], Felipe Oliveira Silva[3]

INTRODUÇÃO

A Blascor Tintas, localizada na região Oeste do Paraná, realiza a fabricação de tintas e complementos em geral. Buscando melhorar as tomadas de decisões e utilização de seus recursos, a indústria percebeu a necessidade de realizar uma melhoria no planejamento e controle da produção.

O planejamento e controle de produção (PCP), consiste na coordenação dos recursos de produção da melhor forma para alcançar as metas estabelecidas do setor produtivo (TUBINO, 2007).

O setor produtivo tem dificuldade em visualizar com precisão e agilidade os dados de estoque e movimentações, sendo necessária uma ferramenta que gere estes dados de forma mais rápida.

O objetivo é melhorar a visualização dos produtos disponíveis ou que estão em linha de produção, utilizando a ferramenta PowerBI®, que irá gerar uma tomada de decisão mais rápida e promoverá melhoria no método de controle de produção.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para entender a demanda de produtos da empresa, foi realizada uma visita técnica para conhecer os setores e como interagem entre si, visando avaliar o cenário atual e no que concerne ao planejamento e controle de produção.

Foi elencado dois acadêmicos para a visita técnica, onde foi entrevistado o analista de PCP e quais indicadores de produção são utilizados. Ademais, foi levantado que a empresa conta com 84 colaboradores.

A primeira ferramenta aplicada foi um questionário de perguntas estruturadas com respostas abertas para o responsável de produção, verificando o método utilizado para controle de estoque, planejamento, controle e indicadores de produtividade.

Ademais, por meio de uma cronoanálise, apresentada no Quadro 1, foi levantado o

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia de Produção do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora voluntária junto ao programa de Projetos Integradores de Extensão da UNIAMÉRICA.
[3] Professor Orientador, docente do Curso de Engenharia de Produção do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: felipe.silva@descomplica.com.br

tempo atual para elaborar dados para a tomada de decisão, visto que os relatórios são gerados pelo sistema e filtrados pelo *Google Sheets.*

Após a verificação de quais tabelas de dados são utilizadas, tornou-se possível extrair os dados do sistema via SQL e realizar o tratamento, permitindo a criação de relatórios por meio da ferramenta *PowerBI*®. Na Tabela 1, é apresentado o questionário utilizado na entrevista:

Tabela 1. Mapeamento de atividades

Entrevista
Quais os principais produtos desenvolvidos?
Qual o método de produção de indicadores?
A empresa possui ERP para armazenagem de informações?
A empresa utiliza algum *software* para tratamento de dados?
Qual é a variedade de produtos?
Existe mais de uma filial que provém informações?

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Quadro 1. Ficha de cronoanálise

CRONOANÁLISE						
		Área:	**PCP**	Cargo:	**Analista de PCP**	
		Processo:		Setor:	**Produção**	
Quant.	**Processo**	**Nome do Subprocesso**	**Descrição da atividade**	**Executante**	**Tecnologia Sistêmica**	**TEMPO MÉDIO**
1	Descrição 1	**Subprocesso 1**	**-**	-	-	-
TEMPO TOTAL						**00:00:00**

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Inicialmente, foi realizada uma visita técnica na indústria estudada onde foi aplicado um questionário juntamente ao analista de PCP da unidade, foram levantados os principais métodos de geração de indicadores, *software* de armazenagem de informações, método de tratamento de dados, média semanal de produção e tempo levado para geração de indicadores de média de vendas. Na Tabela 2, é apresentado o questionário utilizado na entrevista:

Tabela 2. Questionário aplicado ao PCP

Entrevista
Quais os principais produtos desenvolvidos?
A empresa fabrica produtos de 5 linhas diferentes, sendo imobiliária, automotiva, industrial, moveleira e construção civil. A principal produção na filial de Santa Terezinha é de tintas, de todas as linhas citadas, enquanto que na filial de Campina Grande do Sul o foco é a produção de complementos para tintas, também de todas as linhas.
Qual o método de produção de indicadores?
O principal indicador é o de saída de produtos.
A empresa possui ERP para armazenagem de informações?
Sim, a empresa trabalha com o ERP Protheus, que engloba a maioria das operações e processos que a empresa realiza.
A empresa utiliza algum software para tratamento de dados?
Sim, o próprio ERP Protheus entrega alguns modelos de relatórios, mas estes não são muito intuitivos e são difíceis de serem gerados. A empresa alternou por extrair dados via SQL, fazer o tratamento e gerar relatórios em ferramentas BI, já existem alguns que o próprio diretor desenvolveu, para as áreas mais carentes da empresa.
Quanto tempo leva para gerar os indicadores de média de vendas, e quantas vezes é emitido ao dia?
Atualmente, cerca de 10 min para gerar os indicadores e é feito 4 vezes ao dia
Quantos colaboradores tem na linha de produção?
3 preparadores de tintas, 6 auxiliares de produção, 3 técnicos laboratoriais e 2 operadores de empilhadeira
Qual a média semanal de produção?
É variável, matematicamente falando seria algo em torno de 15 toneladas, porém há semanas em que pode se produzir 10 toneladas e em outras 20 toneladas, depende muito da demanda de vendas.

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Ademais, com os dados do questionário, foi elaborada uma cronoanálise com o objetivo de verificar o processo e o tempo demandado pelo analista de PCP para emitir os indicadores de média de vendas diariamente.

Figura 1. Ficha de cronoanálise

CRONOANÁLISE						
		Área:	PCP	Cargo:	Analista de PCP	
		Processo	Emitir indicadores de media de vendas	Setor:	Produção	
Quant.	Processo	Nome do Subprocesso	Descrição da atividade	Executante	Tecnologia Sistêmica	TEMPO MÉDIO
1	Gerar relatório	Consumo Mês a Mês Filial 010103	Este relatorio traz os dados de movimentação mensal, estoque atual, pedidos reservados e produção programada	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:03:42
2	Copiar dados	Copiar todos os dados da coluna	Após copiar, apagar os dados de produção programada	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:00:12
3	Gerar relatório	Consumo Mes a Mes Filial 010101	Este relatorio traz os dados de movimentação mensal, estoque atual, pedidos reservados e produção programada	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:04:10
4	Copiar	Copiar todos os dados da coluna	Colocar esses dados em uma aba separada	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:00:16
5	Procv	Comando que busca dados em outra aba	Na aba 1 (dados do processo 1) é colocado o comando que irá buscar dados na aba 2 (dados do processo 3); os dados são os de programação de OP	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:00:47
6	Colunas de tomada de decisão	Criar colunas para calcular venda total, média, tempo de estoque, saldo programado (OP) e saldo após faturar	Verificar se as colunas estão na ordenação correta e se os comandos/cálculos das demais colunas estão corretos	Lucas Lemes	ERP Protheus	00:01:23
TEMPO TOTAL						00:10:30

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Após, a aplicação da cronoanálise, foi visualizado que diariamente, é demando 10 minutos e 30 segundos para gerar os indicadores, ademais, é realizado quatro vezes ao dia, totalizando em média 40 minutos para compilar as informações.

Contudo, com a utilização da ferramenta *PowerBI*® pelo analista de PCP é possível criar um relatório em uma página com dados da matriz e de todas as filiais, os dados são os de média de venda, estoque atual, total de vendas e ordens de produção, logo, é eliminado processos e tempo para gerar indicadores. Basicamente, o trabalho com a utilização da ferramenta *PowerBI*® é criar filtros para visualizar as informações.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Visto nos resultados que a empresa gasta bastante tempo em extração de dados para a geração de indicadores, com a utilização da ferramenta *PowerBI®,* onde o mesmo é um relatório em tempo real não necessitando mais concatenar planilhas, os benefícios da empresa são otimização de tempo e automatização de processos.

No que tange a pesquisa, seus objetivos foram atendidos, a principal contribuição aos acadêmicos é a oportunidade de implementar um projeto real atendendo uma necessidade da sociedade.

REFERÊNCIAS

TUBINO, Dalvio Ferrari. **Planejamento e controle da produção: teoria e prática.** São Paulo: Atlas, 2007. 190 p.

PLANO DE MARKETING EM UMA PIZZARIA DE FOZ DO IGUAÇU

Aline Martins Gomes[1], Eduarda Mioranza[1], Yuri Gabriel Monteiro Rodrigues[1], Loize Pricila Borgmann[2], Felipe Oliveira Silva[3]

INTRODUÇÃO

A empresa Art Pizza, localizada em Foz do Iguaçu, realiza a fabricação e entrega de pizzas em geral. Buscando melhorar sua posição no mercado regional, a empresa percebeu a necessidade de expansão da carteira de clientes. Deste modo, o presente projeto aborda uma proposta de melhoria com base na otimização do marketing da empresa.

De acordo com Kotler (2000), “com o surgimento de novas tecnologias é necessário novos métodos e modelos de negócios que trazem consigo novas oportunidades e possíveis riscos”, por isso, deve-se considerar o poder que o marketing tem de influenciar os negócios, considerando a necessidade de uma elaboração concisa do seu planejamento, verificando as vantagens e tendências que o marketing tem a oferecer, aplicando estratégias e ferramentas observando desta forma todo o seu feito. Dessa forma, infere-se que um dos pontos mais relevantes para o crescimento de uma empresa é o plano de marketing.

Foram abordadas ferramentas de marketing digital denominada tráfego pago, *upsell*, *cross sell*, marketing 2.0 e 3.0 dentre outras, visando o crescimento das vendas.

O objetivo principal é aumentar o número de vendas da Art Pizza através de estratégias de marketing digital.

MATERIAL E MÉTODOS

Para a elaboração deste projeto aplicou-se um questionário de perguntas abertas à empresa e realizou-se uma análise da interpretação das informações levantadas, buscando por meio de pesquisas bibliográficas soluções que completem o objetivo deste projeto.

Buscando um novo estilo de marketing digital e aumento de fluxo de pedidos, realizamos uma pesquisa aplicada, para que a demanda fosse resolvida e possibilitasse aumento de renda da empresa por via de novas ideias para inovar suas estratégias de marketing digital.

A fase de coleta de dados foi elaborada através de entrevista, a mesma se encontrava semiestruturada e foi aplicada ao proprietário da empresa Art Pizza, que se propôs a fornecer

[1]Acadêmicos do Curso de Engenharia de produção do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora voluntária junto ao programa de Projetos Integradores de Extensão da UNIAMÉRICA.
[3] Professor Orientador, docente do Curso de Engenharia de Produção do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: felipe.silva@descomplica.com.br

dados sobre orçamentos realizados para terceirização do serviço de marketing, informações sobre o funcionamento da empresa, os investimentos feitos e lucros obtidos pela empresa nos seus últimos 3 meses trabalhados.

Segmentando o plano de ação para atingir o objetivo do projeto, após a coleta de dados realizada que foi baseada em colher informações do funcionamento da empresa, gargalos, dificuldades diretamente com o proprietário, conseguimos levantar informações que foram utilizadas para a elaboração do nicho de mercado pretendido definido entre 17 a 65 anos, criando noções para a elaboração do tráfego pago, conseguindo levantar um padrão para as publicações e informações pretendidas.

Com o tráfego em ação, faremos nova análise visando otimizar as ações e corrigir possíveis erros, visando melhores resultados para a empresa e formando um sistema que traga grandes resultados sem a necessidade da terceirização do processo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com o objetivo de aumentar o número de vendas da empresa, o responsável pela empresa forneceu informações sobre as metas da pizzaria e a necessidade em melhorar o marketing atual. Foi constatada a possibilidade de contratar empresas para ficarem responsáveis pelo marketing da pizzaria, porém, o custo seria alto, entre R$ 3.000,00 e R$ 5.000,00, considerando a situação financeira atual.

Desta forma, iniciamos o trabalho com o tráfego pago da empresa com o marketing pago. A proposta de melhoria custou o valor do impulsionamento, um investimento necessário. No atual momento as vendas diárias atingem a média de 30 pizzas, que não se tornam suficientes com a crescente do custo direto e indireto para obter o lucro pretendido. A meta estabelecida foi de 50 pizzas por dia.

O plano de ação foi definido em 4 semanas impulsionando todas as publicações da empresa neste período. Fazendo a análise dos dados obtidos a cada 7 dias e corrigindo as estratégias caso necessário, para que possamos utilizar o orçamento da melhor forma possível trazendo os *leads* com valor inferior ou igual de R$ 2,00 para cada conversa iniciada ou venda diretamente ligada ao tráfego pago trabalhado.

Na primeira ação o objetivo foi estabelecer o público-alvo direto, idade a ser abordada e as localidades nas quais seriam focadas as publicações. Foram obtidos os resultados que nos informaram nosso público-alvo que seriam famílias ou pessoas de 18 a 35 anos, focando no perímetro do bairro que é situada a empresa no bairro Morumbi e suas proximidades.

Segundo Réus (2019), “a análise do mercado e seus principais concorrentes para levantar as estratégias utilizadas é essencial”, de modo que foram lançadas promoções com diferenciais para o mercado atual. Foi notado que poucas pizzarias utilizam o tráfego pago

como forma de obter clientes e as que utilizam acabam empregando as mesmas publicações nos impulsionamentos.

Como verba, foram aplicados R$ 300,00 para trabalhar nessas 4 semanas visando introduzir a empresa no mercado digital sem a necessidade de terceirização da função. Para que a própria empresa possa operar as ferramentas de publicidade, baixando o custo da mesma com mão de obra. Podendo voltar seus esforços para a entrega de um produto de qualidade e agilidade.

Com as mídias preparadas e pensadas em chamar a atenção das pessoas em todas as redes sociais, as imagens foram criadas pensando em trazer uma abordagem atrativa e provocante com cores marcantes, com imagens que estimulem a vontade de consumir o produto, associadas às frases referente a diálogos anteriores ao pedido das pizzas, conforme exemplificado na Figura 1.

Figura 1. Criativo Art pizza

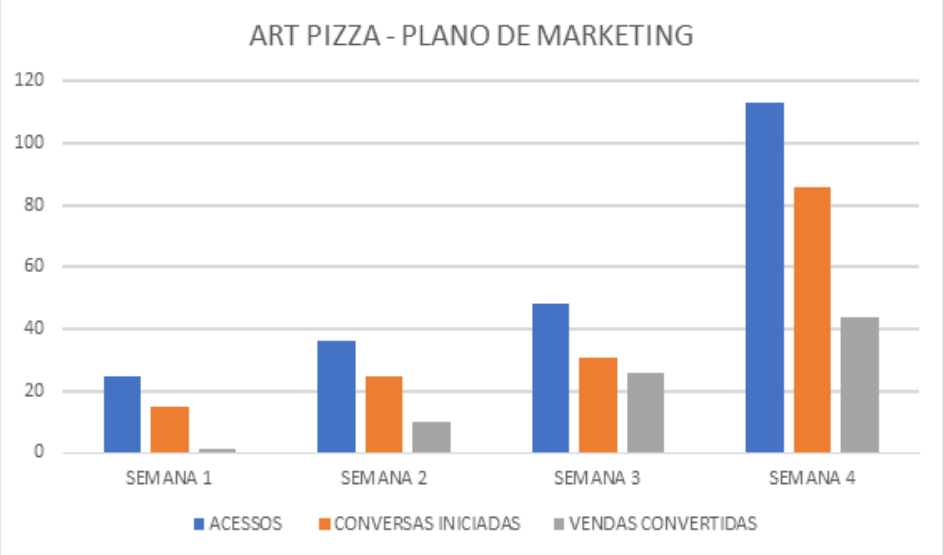
Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Após reunião com os responsáveis pela empresa, definido que todos os pontos necessários estavam dentro do plano de ação. Os anúncios começam a rodar nas mídias, visando a necessidade do aumento das vendas preferencialmente nas segundas, terças e quartas-feiras de cada semana. Que eram definitivamente os dias com menor média de vendas por dia da semana, assim acarretando maior desnivelamento na produção.

As publicações iniciaram no dia 07 de outubro de 2021, através da ferramenta *Facebook Ads***,** ferramenta profissional para análise dos dados da publicidade, obtendo, assim, uma métrica mais assertiva e de fácil análise, já que após o projeto os próprios donos operariam esta ferramenta.

No dia 04 de novembro de 2021, foram encerrados os impulsionamentos e obtidos os resultados de um mês de publicidade paga. O Gráfico 1 mostra os resultados das quatro semanas de publicidade paga.

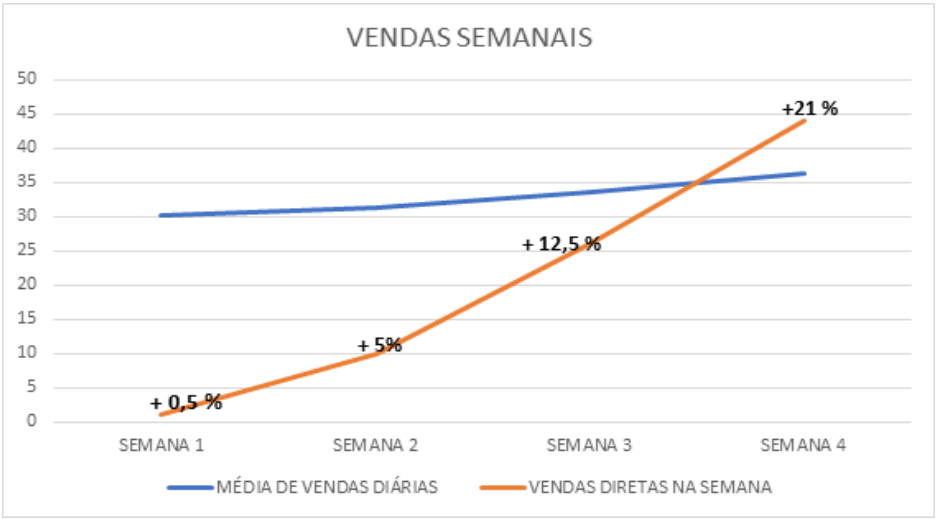
Gráfico 1. Resultado inicial das primeiras quatro semanas



Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

No Gráfico 2 é apresentado o crescimento dos números de vendas semanais da empresa. Levando em consideração que no intervalo de cada semana uma nova reunião poderá ser agendada para alinhamento estratégico, visando manter o crescimento dos números de vendas.

Gráfico 2. Aumento de vendas semanais



Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos foram satisfatórios, com aumento médio no número de vendas

em 21% na quarta semana de tráfego pago. O objetivo de vendas de 50 pizzas por dia pode ser alcançado com o seguimento do plano proposto para a empresa. Com o custo de R$ 1,35 por *lead*, a proposta oferece baixo custo de captação de novos clientes e potencial para aumento da média de vendas da empresa.

A empresa se mostrou interessada em continuar o projeto de plano de marketing digital devido à eficácia da proposta apresentada e implementada pela pizzaria em questão.

REFERÊNCIAS

KOTLER, Philip. **Administração de marketing**: A edição do novo milênio.10. ed. São Paulo, SP: Prentice Hall, 2000.

RÉUS, Robson Cardoso. **Plano de marketing: Um estudo de caso no restaurante e pizzaria Tempero Caseiro.** 2019. 147 folhas. Trabalho de conclusão de curso. Instituto Federal Catarinense, campus avançado Sombrio, 2019.

ENGENHARIA ELÉTRICA

O nosso curso de Engenharia Elétrica permite ao profissional ser responsável pela geração, transmissão, transporte e a distribuição da energia elétrica, entre outras habilidades. É um curso que envolve a habilidade com a matemática, física e informática. Nosso diferencial sãoas muitas aulas práticas, experimentos laboratoriais e realização de projetos logo no primeiroperíodo do curso.

AEROGERADOR DE TURBINA EÓLICA E O SISTEMA INTEGRADO

Ederson Padilha[1], Alessandra Otto Martins[1], Rafael William Gomes Ribeiro[1], Yuri Vinicius Serafin[1], João Pedro Sganderla dos Santos[1], Eduardo Zorek2, Douglas Olivo[3]

INTRODUÇÃO

A energia eólica teve origem quando ocorreu a crise do petróleo nos anos 70, o medo em toda Europa por conta da escassez do petróleo, fez com que fosse necessário buscar alternativas e fontes de energia. No entanto muito antes, já existia o uso das forças dos ventos. Nos anos de 1430, surgiram na Europa os moinhos de ventos para serem utilizados em bombeamento de água, moer grãos, e também para o controle e drenagem do excesso da água em regiões localizadas abaixo do nível do mar. Sendo assim, foi construído o primeiro gerador no final do século XIX no ano 1888, por Charles Brusch em Cleveland, nos Estados Unidos, passando desde então a ser chamado de aerogerador que destinava 12kV de corrente contínua para carregar baterias fornecendo energia para 350 lâmpadas incandescentes utilizando esse sistema por 20 anos e desativado em 1908. Por outro lado, foi no ano de 1890 que o interesse pela energia eólica realmente surgiu com o programa governamental que incentivava o desenvolvimento eólico.

Entre 1897 e 1904 mais de 70 turbinas gerando aproximadamente 25kV foram construídas. Com o passar do tempo, a energia eólica foi ganhando cada vez mais espaço no cenário mundial devido ao papel fundamental que a energia representa na vida humana. Sabemos através da ciência que tudo é energia, e assim o recurso que se tem com a energia eólica a qual é produzida a partir das forças dos ventos, um número expressivo de fabricantes de turbinas eólicas surgiu no mercado, pois esse modelo de geração de energia é altamente utilizado nos países europeus. O projeto de lei 630/03 diz o seguinte:

"Constitui fundo especial para financiar pesquisas e fomentar a produção de energia elétrica e térmica a partir da energia solar e da energia eólica, e dá outras providências" (fontes renováveis de energia). Ou seja, isso possibilita que o consumidor possa produzir sua própria energia usando os recursos de painéis solares ou miniturbinas eólicas e também vender a produção excedente da energia para a rede conforme descrito no projeto de lei acima, o qual foi aprovado.

Além do mais, os aerogeradores de energia eólica são as torres que transformam o vento em eletricidade, no Brasil 5,4% da produção de energia elétrica provem dos recursos eólicos o qual pode chegar com um crescimento de 6,9% de capacidade de expansão da geração de energia eólica até o ano de 2030, conforme o PDE Plano Decenal de Expansão de Energia. São 637 parques eólicos e 7.738 aerogeradores em funcionamento no país chegando na marca de 16GW, ocupando 07º lugar do Ranking Mundial do Global Wind Energy Council

(GWEC). A forma de gerar eletricidade com um aerogerador ou (turbina eólica) funciona de forma semelhante de um moinho de vento, em que a energia das massas de ar se converte em energia mecânica, que ajuda muito algumas regiões com extremas necessidades, como por exemplo, os agricultores no bombeamento de água. A turbina eólica tem a funcionalidade onde o vento movimenta as hélices e dessa maneira gira o rotor, que transmite a rotação ao gerador e assim converte a energia mecânica em energia elétrica. Partindo dessa apresentação, esse projeto teve como propósito trazer o levantamento do seguinte problema: Como é possível transformar as forças dos ventos em energia elétrica e de que forma feito esse processo?

Com base nesse questionamento, a energia eólica origina-se do vento. A origem de eólico vem do latim aeolicus e relativo de Eólo. Deus dos ventos na mitologia grega. Uma das melhores soluções para hipótese da solução da geração de energia no Brasil é a energia eólica, por ser renovável, pura e limpa além de contribuir consideravelmente para a produção de energia e diminuir os custos, e sobretudo contribuir com a conservação do meio ambiente, colaborando para o desenvolvimento no setor elétrico e econômico, gerando oportunidades de rentabilidade e crescimento energético no país.

MATERIAL E MÉTODOS

.

A energia eólica é a fonte de geração onde ocorre a utilização do vento sendo o ar em movimento que produz energia fazendo com que a energia cinética desse movimento seja a energia eólica. Dessa forma para absorver essa energia do vento é necessário conhecimento e utilizar diversos mecanismos de modo que partindo do zero, seja possível construir o ponto a ponto configurando toda estrutura necessária por meio de estudos geográficos projetados e analisados junto aos órgãos regulamentadores dos ramos específicos designados a esse processo para legalidade respeitando normas, regras ambientais e outros diversos passos para atender essas exigências e para iniciar a construção de forma que atenda todos esses princípios .

Através de pesquisas e estudos bibliográficos onde trouxe a importância da energia eólica não só no Brasil, mas como em todo o mundo, explicou-se a origem e períodos relacionados ao surgimento da energia eólica, de quem foi o responsável nas primeiras experiências relacionadas para a construção de um primeiro aerogerador e sua capacidade de produção pelo seu inventor.

O interesse naquele momento contribuiu para o crescimento do setor no decorrer do tempo e quais recursos e medidas foram criados através de leis, programas e regras além de medidas em um aspecto geral que abriu o caminho para expansão mundial na alta utilização da energia eólica.

No princípio de geração foi abordado as seguintes partes do estudo nesse contexto, sendo assim explicado a forma que é a absorção do vento e como ele é transformado em energia eólica, não deixando de lado os mecanismos para construir toda estrutura para chegar a esse nível partindo do zero até sua distribuição através das normas e todos os requisitos que seja fundamental para construção de um aerogerador ou parques eólicos, visando sempre a melhor geografia e local especifico para todo seu processo.

Quanto as informações e pesquisas realizadas foi muito importante para chegar em diversos resultados satisfatórios, como o início do trabalho em todos os resultados obtidos e a explicação de todo trabalho realizado até essa fase do projeto, sendo de grande importância o auxílio da mentoria e também do orientador do grupo para formalizar qualquer detalhe incluído na sequência e discutido o melhor formato para a conclusão de cada etapa, respeitando o prazo estabelecido e seus critérios de exigências.

A forma trabalhada resultou em definir cada detalhe das informações aqui compartilhadas para a estrutura real cuidadosamente, com muita dedicação em ser objetivos e transparentes para trazer recursos com aprimoramentos precisos em todos os protocolos exigidos e respeitados criteriosamente. Assim será facilmente identificado por todos os leitores e partes interessadas em encontrar uma boa definição para trabalhar com clareza e entendimento no que é relacionado a energia eólica.

O trabalho previa uma simulação explicando o passo a passo do funcionamento de um aerogerador para atender melhor as expectativas e ficar mais claro a compreensão a respeito do detalhamento exclusivo desse projeto em funcionamento, o qual foi utilizado uma fonte alternativa de um vídeo explicativo editado pelo grupo e explicando os estruturalmente todas as partes do aerogerador em funcionamento com animação e narração exclusiva e especifica por outro autor. Além do mais, é importante ressaltar que a região de Foz do Iguaçu não é favorável para a utilização de energia eólica por se encontrar a usina de Itaipu, sendo a maior do país nesse segmento de usinas hidrelétricas e ficando claro que essa região não tem a geografia específica em geração de energia através dos ventos. Mas isso é somente uma observação e comparação sobre a produção desse segmento em energia eólica no Brasil em conjunto de várias esferas que façam todo o condicionamento para que essas usinas de geração eólicas seja uma fonte cada vez mais forte e crescente e forte, com um futuro muito promissor e responsável pelo aumento da produção energética no Brasil.

A energia eólica conforme os dados apontados acima, passou em apenas uma década a ser o segundo maior no segmento de energia ficando atrás somente da hidrelétrica que possui mais de 50% da produção em todo país.

Não podendo deixar de considerar e passar despercebido os pontos negativos causados por esse mecanismo e alternativa de fonte de energia.

Apesar da energia eólica ter inúmeras vantagens por ser uma das principais fontes de geração de energia na atualidade, traz consequências e impactos significativos.

Oscilação dos ventos e intermitência podem prejudicar muito a produção devido a necessidade e dependência tornando imprevisível a sua geração.

A mudança e as alterações causadas na paisagem e um impacto visual muito grande no local, ocupando muito espaço para construção e instalações de toda estrutura dos mecanismos necessários.

Uma grande alteração no habitat das aves que sofrem efeitos desconhecidos mudando seus comportamentos de migração e sua adaptação, os choques acidentais nas pás que causam a morte de diversas aves.

O impacto sonoro por conta do vento que quando bate nas pás além de causar um enorme ruido que chega até em (43db (A)) atrapalham os moradores e população em geral ao redor, sendo recomendável manter a distância mínima de 200 metros do local das instalações dos aerogeradores, espantando também os animais que vivem nas proximidades.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o estudo de caso realizado, pode ser analisado que o valor de investimento seria bem maior que o pensado inicialmente, pois para realizar completamente a automação é interessante ter uma boa qualidade de conexão wifi, para que todos os ambientes possam ter uma confiabilidade de dados maior.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo esses dados em mãos é mais fácil trazer esta ideia que até o momento é muito abstrata para a maioria das pessoas, de forma que possa ser mais tangível a implementação e adaptações pelo usuário.

REFERÊNCIAS

CRESESB. (s.d.). (Eletrobras Cepel) Fonte: Centro de Referência para as Energias Solas e Eólicas Sergio RODRIGUES, PAULO ROBERTO. Energias Renováveis. Energia Eólica. pp7-51. Disponível em< https://www.researchgate.net/publication/259868038_Energia_Eolica_em_Energias_Renovaveis > Acesso em: 12 jun. 2013.

PINTO, M. Fundamentos da Energia Eólica. Rio de Janeiro: LTC, 2013.
OPERADOR NACIONAL DO SISTEMA (ONS). EVOLUÇÃO DA CAPACIDADE INSTALADA NO SIN - DEZ2021/ DEZ2025

AGÊNCIA NACIONAL DE ENERGIA ELÉTRICA - ANEEL. Dados de Geração. 2020. Disponível em: bit.ly/33iKSok

APLICATIVO PARA CONTROLE FINANCEIRO PESSOAL DE GASTOS MENSAIS COM COMPRAS DE VAREJO

Jeferson J. Bitencourt[1], Thiago G. G. Copano[1], Vinicius M. Farinha[1], Luis Henrique Chouay Dall'agnese[2],Luciana Paro Scarin Freitas[3].

INTRODUÇÃO

O controle financeiro pessoal está tomando cada vez mais espaço no dia a dia das pessoas, chegando a se tornar prioridade dentre muitas delas. “Uma das maiores dificuldades das pessoas na sociedade moderna é o controle de suas despesas”.(BARRETO, 2015, p.10).

Segundo Cordeiro (2006), um descontrole financeiro pode acarretar estresse, conflitos familiares, desgaste emocional, alteração no desempenho profissional, entre outros problemas. Para facilitar esse tipo de controle e evitar outros problemas, pode-se contar com algumas ferramentas e métodos de organização.

Existem diversos aplicativos disponíveis gratuitamente para realizar o controle financeiro pessoal, inclusive desenvolvidos através de pesquisas acadêmicas como os aplicativos “Minhas Finanças” (REZENDE, 2020) e “Meu Pé de Meia” (PINTO E CAMARGO, 2017). Todavia, todos estes aplicativos assumem a responsabilidade de organizar o controle financeiro total do usuário, tornando-se uma ferramenta de uso trabalhoso e burocrático, incapaz de reter usuários e proporcionar educação financeira eficaz (BARRETO, 2015).

O desenvolvimento desses aplicativos financeiros faz parte de um ramo da engenharia que está em constante crescimento: a área de desenvolvimento de softwares. Segundo a Associação Brasileira de Empresas de Software (2020), apesar de uma diminuição no crescimento de 2019 (10,5%) para 2020 (5%), a projeção é de recuperação e um crescimento na casa dos 10% em 2021.

Com base nas dificuldades do gerenciamento financeiro pessoal, o desenvolvimento

[1] Acadêmico do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Coordenadora do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu-PR.

Email do autor correspondente: luis.henrique@uniamerica.br

de um aplicativo capaz de organizar os itens comprados em categorias e subcategorias automaticamente, é uma forma de solucionar e proporcionar a otimização do controle das finanças, de modo a separar os gastos e facilitar o entendimento de onde estão ocorrendo desvios desnecessários.

Ao efetuar uma compra de supermercado, é gerado uma nota fiscal com informações importantes ao consumidor, um exemplo é a separação de suas mercadorias em categorias e subcategorias com a quantidade de impostos incidentes em cada item. Essa separação é feita através de um código que abrange todo o Mercosul, utilizado para identificar as mercadorias que transitam entre os países do bloco econômico e definir suas alíquotas de impostos para importação e exportação.

O NCM (Nomenclatura Comum do Mercosul) foi adotado pelos Fiscos estaduais para definir as alíquotas de ICMS dos produtos. Porém o código é muito abrangente e acaba englobando produtos com diferentes tributações em uma mesma categoria, desta forma foi desenvolvido o código CEST (Código Especificador de Substituição Tributária) assim separando dentro de um mesmo NCM produtos que possui ou não substituição tributária, ou seja, separando o NCM em várias categorias.

Apesar de ser desenvolvido com perspectivas de empreendedorismo, o presente trabalho demonstrará como funcionam as tecnologias atuais de desenvolvimento de aplicações de internet, fornecendo acessibilidade à informação e incentivando a produção de novas ferramentas de acordo com demandas comunitárias ou pessoais.

O objetivo deste trabalho, portanto, é desenvolver uma aplicação web para controle financeiro pessoal voltado para o consumo varejista que disponibilizará indicadores financeiros de acordo com a inserção de notas fiscais de compras, minimizando a necessidade do uso de planilhas e de conhecimentos técnicos específicos para realizar um controle financeiro efetivo.

Para atingir o pressuposto acima, ressaltam os objetivos específicos a seguir:

- Realizar pesquisa de mercado nos aplicativos financeiros disponíveis no mercado;
- Elaborar banco de dados para armazenamento e gerenciamento da aplicação de acordo com a Nomenclatura Comum do Mercosul (NCM);
- Desenvolver interfaces de interação com o usuário (tela principal, login e registrar);
- Integrar a interface de usuário com o banco de dados elaborado;
- Realizar teste das funcionalidades primárias da plataforma em um conjunto de usuários-teste;

METODOLOGIA

Ao iniciar o projeto, primeiramente foi iniciada a construção do modelo de negócios, seguido pelas etapas de desenvolvimento e teste, utilizando as técnicas necessárias para trabalho colaborativo, detalhadas nas seções a seguir.

Modelo de Negócios

Para este projeto foi elaborado um modelo de negócios, com propósito da construção de uma ferramenta válida e de possível comercialização futura. Para isso, primeiramente foi iniciado a concepção do produto através de uma demanda real de uma ferramenta capaz de sintetizar todos os custos provenientes de compras de varejo e de armazenar informações de estoque e disponibilizar indicadores financeiros interessantes.

Determinou-se que os possíveis clientes sejam pessoas físicas que tenham interesse em controlar sua vida financeira pessoal ou pessoas jurídicas com necessidade de controlar estoque de mercadorias (além do controle financeiro).

A proposta de valor do negócio é de viabilizar uma análise financeira descomplicada para qualquer pessoa que não possua conhecimentos técnicos ou de administração, garantindo a acessibilidade da informação com indicadores e dicas de controle financeiro para o usuário.

Com mercado de atuação amplo, devido ao controle financeiro estar presente na vida da maioria das pessoas que buscam alcançar quaisquer objetivos, definiu-se os possíveis concorrentes, quais foram sujeitos a uma pesquisa de mercado para compreender em qual tipo de produto a aplicação se encaixa.

Foi realizada uma pesquisa para conhecimento dos possíveis concorrentes, com o efeito de analisar a finalidade de cada um e encontrar alguma funcionalidade necessária para os usuários, não apresentada nesses aplicativos e softwares, buscando facilitar ainda mais o controle financeiro pessoal. Tal pesquisa foi desenvolvida efetuando testes de utilização das aplicações, como cadastro de notas, busca e separação de itens por categoria quando apresentado nos aplicativos, assim efetuando uma análise geral entre todos e suas funcionalidades.

Dentre os aplicativos pesquisados estão, Arquivei, Guiabolso, Minhas Economias, Mobils, Organizze e Monefy, sendo dois deles de forma Web e aplicativo para celulares (Arquivei e Mobils). Apenas um possui a função de cadastro de notas de forma automática (Arquivei) utilizado o banco de dados da Receita Federal, porém atende apenas pessoas jurídicas, os demais atuam apenas na forma de aplicativo para celulares e com inserção de dados manuais.

Ao comparar as aplicações dos possíveis concorrentes, percebe-se que a maneira

mais usual de monetização é feita por assinatura, com exceção de alguns que oferecem a compra de uma licença vitalícia para usufruto de funcionalidades mais completas.

Para desenvolvimento destes planos de monetização, deve ser realizado um levantamento quantitativo em relação à operação e manutenção das atividades essenciais ao funcionamento da aplicação, após a fase de desenvolvimento.

Ao definir os custos de operação e manutenção do sistema, devem ser considerados os seguintes itens:

- Servidor de hospedagem
- Nome de domínio público (.br)
- Profissional desenvolvedor *Full-Stack* para manutenção e atualizações
- Profissional de relacionamento com o cliente para atendimento de solicitações de suporte. (essencial no caso de admissão de usuários pessoas jurídicas)

Ao finalizar a etapa de modelagem do negócio, lista-se as atividades principais para desenvolvimento da aplicação: Estruturação do Banco de Dados; Desenvolvimento *Back-end;* Desenvolvimento *Front-end*; Listagem de possíveis integrações automatizadas; Trabalho de publicidade orgânica e impulsionada.

Na construção e elaboração da marca, foram considerados signos e palavras que relacionam o conceito de mercado e de análise estatística. A partir da união das palavras em inglês *Market* (mercado) e *Analytics* (analíticos) definiu-se o nome da aplicação: Markalytics.

Antes da fase de desenvolvimento, também foi definida a questão de paleta de cores e de imagem da marca, com um profissional da área de design gráfico e marketing digital da empresa Monkey Arts[1]. Nesta primeira fase de criação da aplicação optou-se pelas cores que remetem à dinheiro, representadas a seguir com seus códigos hexadecimais (RGB): #197A8D, #OFF103.

Já para a parte visual, a logotipo da aplicação foi elaborada através da associação com as palavras “mercado” e “dinheiro” resultando na produção da Figura 1 a seguir:

Figura 1 – Logotipo da aplicação.

[1] Empresa de design gráfico disponível no Instagram. <https://www.instagram.com/monkeyartsdsgn/>.

Fonte: Elaborado por Monkey Arts, 2021.

Desenvolvimento

O desenvolvimento de um página web ou aplicativo, é composto basicamente por duas instâncias: o *front-end* e o *back-end*. O *front-end* é responsável por cuidar da parte visual da página/aplicativo, ou seja, tudo o que o usuário consegue ver e interagir. Já o *back-end* vai receber, processar e enviar dados, para que a camada de *front-end* possa exibi-los de forma amigável para o usuário.

Linguagens de Programação (*Front-end*)

Para iniciar a programação *front-end*, foi realizado um estudo para compreender algumas linguagens básicas de marcação, como são chamadas, HTML (Linguagem de Marcação de Hipertexto do inglês *HyperText Markup Language*) que é a linguagem responsável por criar as estruturas da página e CSS (folhas de estilo em cascata do inglês *Cascading Style Sheets*) que é a linguagem responsável pela estética da página, cores, formatações, imagens, etc.

O HTML pode ser explicado de maneira bem simples, observando a Figura 2, é composto por duas estruturas básicas, o *Head* onde fica toda a documentação da página e o *Body* onde fica todo o corpo da página, tudo o que o usuário vê e interage.

Figura 2 - Exemplo de HTML básico.

```html
<!DOCTYPE html>
<html lang="en">
<head>
    <meta charset="UTF-8">
    <meta http-equiv="X-UA-Compatible" content="IE=edge">
    <meta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1.0">
    <title>Document</title>
</head>
<body>
    <div>
        Exemplo
    </div>
</body>
</html>
```

Fonte: Autores.

A Figura 3 mostra um exemplo de CSS utilizado na elaboração do site, a *tag body* é utilizada para indicar o corpo do website, nela estão dados como a cor do fundo da página, largura, entre outros, como visto na imagem, a estilização utilizada nessa linguagem é feita em inglês.

Figura 3 - Exemplo de CSS utilizado.

```css
body{
    background-color: #c5f7f7;
    width: 100%;
    display: flex;
    align-items: center;
    justify-content: center;
    margin-top: 100px;
    margin-bottom: auto;
}
```

Fonte: Autores.

Otimizando a produção da estrutura visual da aplicação, foi utilizada uma ferramenta disponível chamada Bootstrap[1], que consiste em uma biblioteca de arquivos CSS pré programados, permitindo a construção de sites responsivos e visualmente amigáveis. Através dessa biblioteca, é possível utilizar exemplos de sites prontos e modificá-los de acordo com a necessidade.

Linguagens de Programação (*Back-end*)

A infraestrutura de *back-end* foi elaborada através de um framework nomeado

[1] Disponível em: https://getbootstrap.com/.

Laravel[1], tratando-se de um projeto que contém banco de dados, é utilizado um servidor local, o *xampp*, que é um pacote de servidores de código aberto para simular uma hospedagem usual durante a produção.

Como se trata de programação, como explicado alguns tópicos acima, existem inúmeros aplicativos editores de textos que são utilizados, podendo até ser utilizado um bloco de notas do próprio windows, contudo, na realização deste projeto é utilizado o *Visual Studio Code (VS Code)*, pois ele possui inúmeras funcionalidades que auxiliam na programação, preenchimento automático de comandos, gerenciamento de arquivos, etc. e a principal delas que é citada a seguir.

Ao utilizar o VS Code, é possível utilizar uma nova ferramenta, o *Github,* é uma ferramenta construída para colaboração, onde é possível hospedar códigos, com ela se pode se organizar e aumentar a produtividade do trabalho em equipe na elaboração do projeto. Ao realizar essa hospedagem, habilitar e configurar o VS Code, os estudantes que possuem acesso ao projeto podem fazer suas atividades, enviá-las para a hospedagem e todos os usuários podem baixar e visualizar.

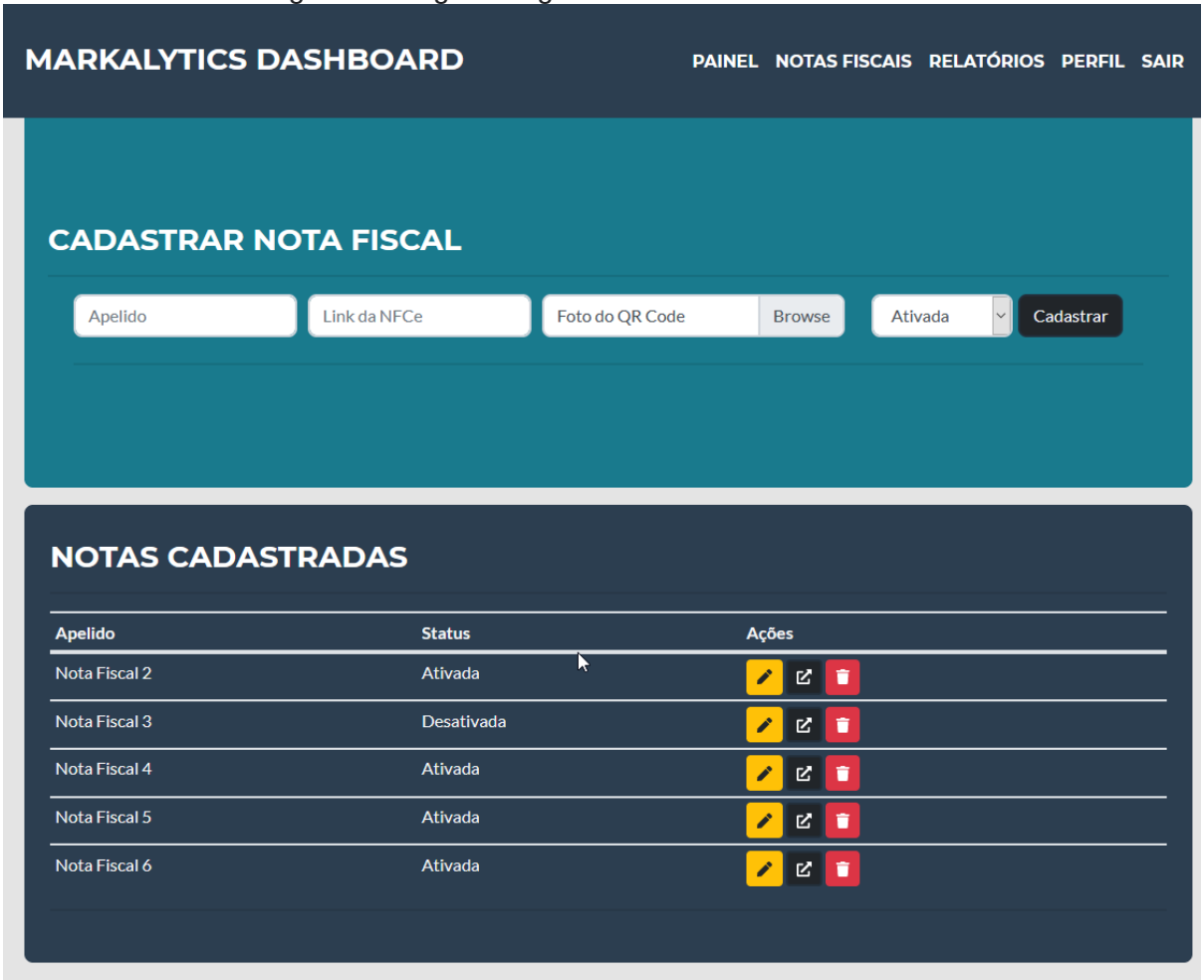
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Aplicando os métodos e conceitos citados acima, a primeira etapa de construção do website obteve sucesso, que abrange a criação de cada página do site, o sistema de cadastro de usuários e a implementação do sistema de cadastro de notas fiscais através do uso de código QR.

As páginas são responsivas e podem ser abertas tanto no celular quanto no navegador de computadores de mesa ou notebooks. Além de realizar o cadastro de notas fiscais, é possível editar os nomes e links de referência as informações das notas, assim como desativar a nota para não ser considerada na contabilidade mensal, ou até mesmo realizar a exclusão de um registro. (Figura 4)

[1] Disponível em: https://laravel.com/

Figura 4 - Página de gerenciamento de notas fiscais.



Fonte: Autores.

Na entrega da primeira etapa do projeto, sua implementação foi bem recebida pelo público alvo. O aplicativo obteve sucesso para realizar o gerenciamento das notas fiscais, proporcionando ao usuário uma grande comodidade e agilidade no armazenamento. A facilidade de interação com a plataforma tornou o site ainda mais aceito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de sistema de análise de gastos mensais obteve sucesso em sua primeira entrega, porém a agilidade de produção da plataforma deixou a desejar, devido à quantidade de horas necessárias para estudo e consequentemente seu desenvolvimento. Para futuros trabalhos, é sugerido considerar a quantidade de horas necessária para desenvolver as competências necessárias para domínio das linguagens utilizadas, quando trata-se da elaboração de um software.

REFERÊNCIAS

Associação Brasileira de Empresas de Software. **Mercado brasileiro de software cresce, mas perde duas posições no contexto mundial.** São Paulo, 2020. Disponível em: https://abessoftware.com.br/mercado-brasileiro-de-software-cresce-mas-perde-duas-posicoes-no-contexto-mundial/. Acesso em: 26 de março de 2021.

BARRETO, Luca Couto Manique. **GibeMoni: Um App Android para Controle Financeiro Pessoal.** Monografia (Bacharel em Ciência da Computação). Curso de Ciência da Computação, Instituto de Informática, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, p. 51. 2015. Disponível em: https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/138239. Acesso em 26 de março de 2021.

CSS Reference. Disponível em: https://www.w3schools.com/cssref/default.asp. Acesso em: 20 de março de 2021.

REZENDE, Rodrigues Lucas. **SISTEMA DE CONTROLE FINANCEIRO.** Monografia (Bacharel em Ciência da Computação). Escola de Ciências Exatas e da Computação, Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Goiânia. Disponível em: https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/708. Acesso em: 26 de março de 2021.

PINTO, Leonardo Pires; CAMARGO, Douglas Felipe Vieira. **"MEU PÉ DE MEIA: APLICATIVO PARA CONTROLE DE FINANÇAS PESSOAIS."** 2017. Disponível em: https://www.semanticscholar.org/paper/MEU-P%C3%89-DE-MEIA%3A-APLICATIVO-PARA-CONTROLE-DE-Pinto-Camargo/6594298ffb76ab9052bade6a34ccaf42134e4e72. Acesso em: 26 de março de 2021.

AUTOMAÇÃO RESIDENCIAL

Luciano Gonçalves Silveira[1], Matheus Felipe Rezende da Silva[1], Sergio Andreis Rodrigues da Silva Junior[1], Pedro Augusto Trindade[1], Luciano Correia da Silva[2], Helton Fernando Scherer[3]

INTRODUÇÃO

A automação residencial tem um intuito de trazer mais conforto para quem a implementa. Pode ser feita de várias formas e diversas finalidades, sendo adaptada de acordo com o usuário. O conceito de automação de acordo com o Dicionário Priberam é a realização de atividades de forma automática sem intervenção humana, sendo assim a implementação da automação residencial implica em “ensinar” sua casa os seus comportamentos, porém a automação é apenas a primeira parte para poder deixar sua residência inteligente. Um ambiente inteligente é aquele que realiza sozinho a leitura dos ambientes e o modifica de acordo com o necessário.

A automação está sendo muito utilizada cada vez mais com o passar do tempo, devido a tecnologia estar se desenvolvendo. A implementação dela se dá pela busca da facilidade e conforto para o dia a dia, porém com a tecnologia ficando mais cara de uma forma geral, é interessante ter um caminho por onde se começar a investir.

Com isso, tem-se um projeto que realiza o estudo de caso, para que essas aplicações possam ser implementadas em diferentes ambientes, como sala, cozinha, quartos e garagem, onde possa controlar toda a casa com um simples comando de voz ou um clique no celular.

MATERIAL E MÉTODOS

.

A pesquisa foi desenvolvida visando os custos para a implementação do sistema em residências, tendo como base de busca por fabricantes, sites parceiros, revendedores e relatórios. Para a realização da automação são necessários alguns componentes para funções específicas, como os dispositivos da *“Sonoff”*, que realizam a implementação do controle inteligente integrado com outros dispositivos. Para realizar o controle inteligente, realizar as rotinas, e poder integrar todos os componentes por Wifi, será utilizada a “*Alexa*” que será a assistente virtual, sendo assim ela será o cérebro da casa. É possível também

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Doutor em Engenharia Elétrica, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

utilizar outros dispositivos como o “Smart Hub” que é um controle universal, que realiza o controle diversos dispositivos por meio do infravermelho.

O projeto não foi apresentado e implementado na prática devido ao alto custo e condições na qual vivemos atualmente. De acordo com José Roberto Muratori que realizou o artigo “Automação residencial”, cerca de 84% de dos construtores entendem que incorporar tecnologia as residências que constroem é um importante diferencial mercadológico. Os consumidores na medida que entram no mercado, adquirindo seu primeiro imóvel, já convivem com naturalidade com a tecnologia, e por tanto, estão sendo exigentes com seu uso nas residências que obtém.

Sistemas automatizados que contenham apelo pela sustentabilidade, economia de energia e preservação de recursos naturais estão sendo cada vez mais requisitados. Entre as tecnologias emergentes que devem alcançar um alto patamar de crescimento com o passar dos anos estão os “*media centers*” que é um dispositivo que funciona como um agregador para conteúdos multimidia, monitoramento a distância controle de iluminação e o “*home cares*” é um serviço a domicílio realizado por um profissional da saúde.

a tabela 1 representa a evolução na adoção de algumas tecnologias mais consolidadas para casas inteligentes (em porcentagem nos imóveis residenciais novos):

Tabela 1. Tabela de evolução da adoção de algumas tecnologias

Tecnologia	*2003*	*2004*	*2005*	*2006*	*2015(*)*
Cabeamento estruturado	42%	61%	49%	53%	80%
Monitoramento de segurança	18%	28%	29%	32%	81%
Multiroom audio	9%	12%	15%	16%	86%
Home Theater	9%	8%	11%	12%	86%
Controle de iluminação	1%	2%	6%	8%	75%
Automação integrada	0	2%	6%	6%	70%
Gerenciamento de energia	1%	5%	11%	11%	62%

Fonte: NAHB Research Centre, CEA

Para aplicação desses sistemas inteligentes integrados da automação residencial, os fornecedores abrangem com equipamentos típicos de projetos residenciais como:

Automação da Instalação elétrica: compreende o fornecimento de controladores, comandos especiais e atuadores: softwares de controle e supervisão; relés, interfaces e temporizadores; sensores diversos como detectores de gás, fumaça, de inundação; e outros.

Controles remotos universais: Inclui o fornecimento de controles fixos (de parede) tipo touchscreen, bem como painéis móveis. Interfaces necessárias a integração com sistemas domóticos e licenças de softwares de integração também fazem parte deste grupo. Que inclui modernas e cada vez mais usuais interfaces homem/máquina como iphones,

aparelhos de telefonia celular, pocketPCs e outras. Soluções de software garantem usabilidade e confiabilidade destas aplicações.

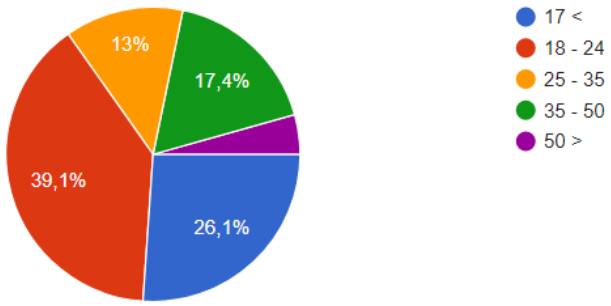
Gestão de energia: sistemas gerenciadores de consumo de energia: medição de consumo de água e gás e equipamentos para proteção elétrica e de geração de energias alternativas.

Acessórios e complementos: Incluem-se nesta classe, diversos itens do universo da automação residencial como: motorização de persianas toldos e cortinas; pisos aquecidos; Aspiração central a vácuo; desembaçadores de espelho; Irrigação automatizada; Fechaduras elétricas; Equipamentos de controle de acesso (leituras biométricas, teclados); Media centers; Ativos de rede (switches, roteadores); Telefonia e interfonai (convencional, IP);

Para poder ter algum parâmetro para realizar a “implementação” do sistema na casa, foi realizado uma pesquisa com o auxílio do “Google Forms”, tendo como busca saber o quanto as pessoas sabem sobre Automação e o quanto elas querem ter.

A faixa etária representada no Gráfico 1, mostra onde mais se propagou a pesquisa, sendo entre os 18 – 24 anos. Pode-se perceber que os jovens querem uma maior quantidade de tecnologia ao seu redor. Entre os participantes da pesquisa foi de 100% de aprovação para a implementação da automação em suas casas, entretanto com algumas ressalvas.

Gráfico 1 - Faixa Etária



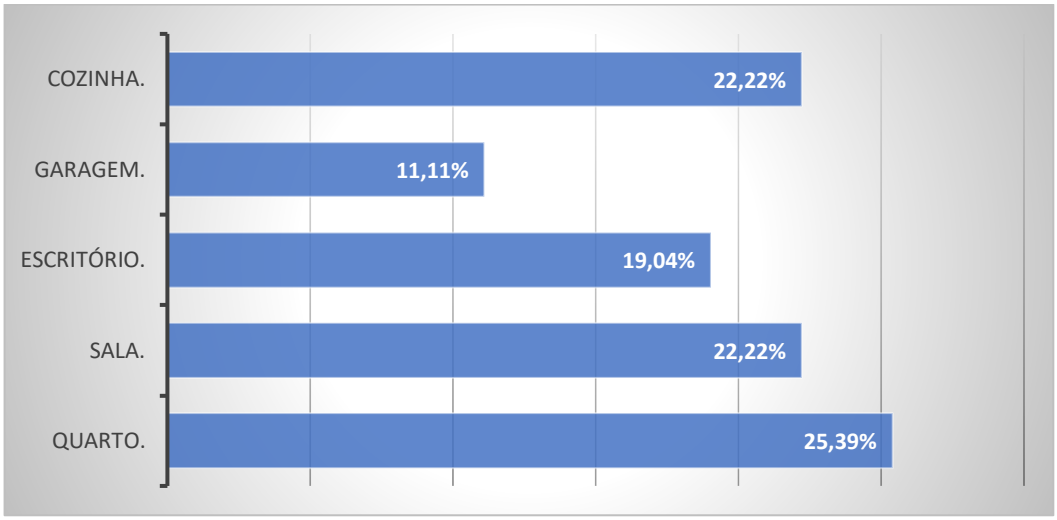
Fonte: Pesquisa dos autores 2021

Muitas pessoas ainda têm um certo receio sobre como que essa tecnologia pode monitorar e influenciar suas vidas. Também se tem uma falsa impressão de modo que alguns acreditam também que a automação em suas casas irá reduzir custos, entretanto isso não é realmente certo, a automação tem como intuito fazer com que a vida seja mais cômoda, onde possa ser realizado tarefas do dia a dia.

Como mostra o gráfico 2 a seguir pode ser observado que a maioria das pessoas querem realizar a automação em seus quartos. Pesquisas sugerem que temos a preferência

de deixar o cômodo o qual mais gostamos e passamos tempo mais confortável e aconchegante.

Gráfico 2 - Preferência de Automação por cômodo



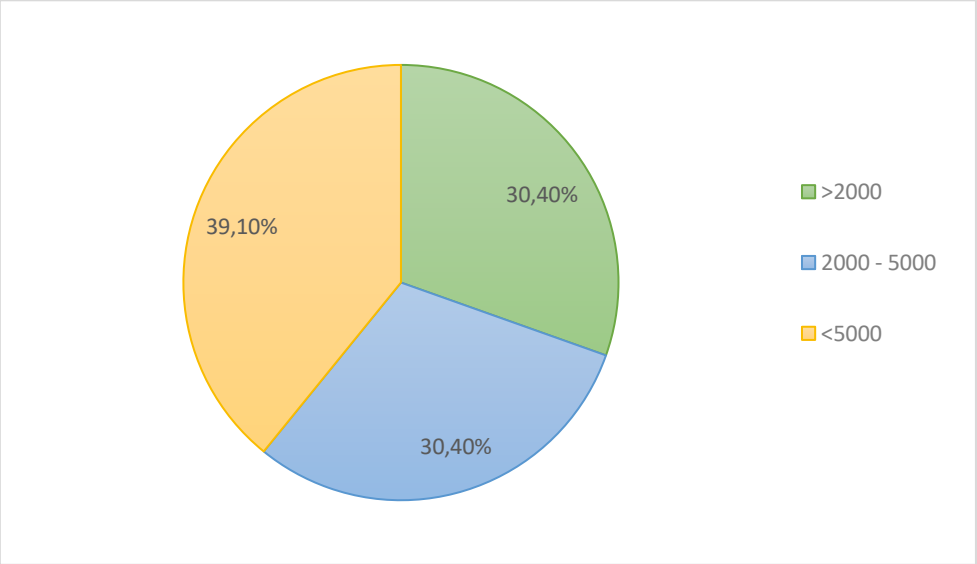
Fonte: Pesquisa realizada pelos Autores 2021.

Como a Maioria optou em realizar a adaptação do quarto, resolvemos focar neste aspecto. Dentre todos os participantes da pesquisa apenas 17,3% dos participantes acham que realizar a automação em suas residências é de certa forma fácil.

Todo projeto de automação demanda de um grande valor de investimento, pois a maioria dos equipamentos utilizados são importados, ou de um valor agregado muito alto, porém com isso é possível obter uma qualidade e um desempenho melhor. É possível se obter equipamentos no Brasil, entretanto com pouca visibilidade e pouco investimento em novas tecnologias, se torna um produto mais caro e não se tem a mesma quantidade de benefícios nem de compatibilidade.

Como representado no Gráfico 3, é possível ver quanto as pessoas que responderam à pesquisa pretendem investir para automatizar suas residências. Pode ser visto que a maior parte das pessoas estão dispostas a investir mais de R$ 5000,00, porém como mais da metade dos entrevistados não está disposto a realizar este investimento será utilizado como objetivo a implementação da automação com menos de R$ 4000,00.

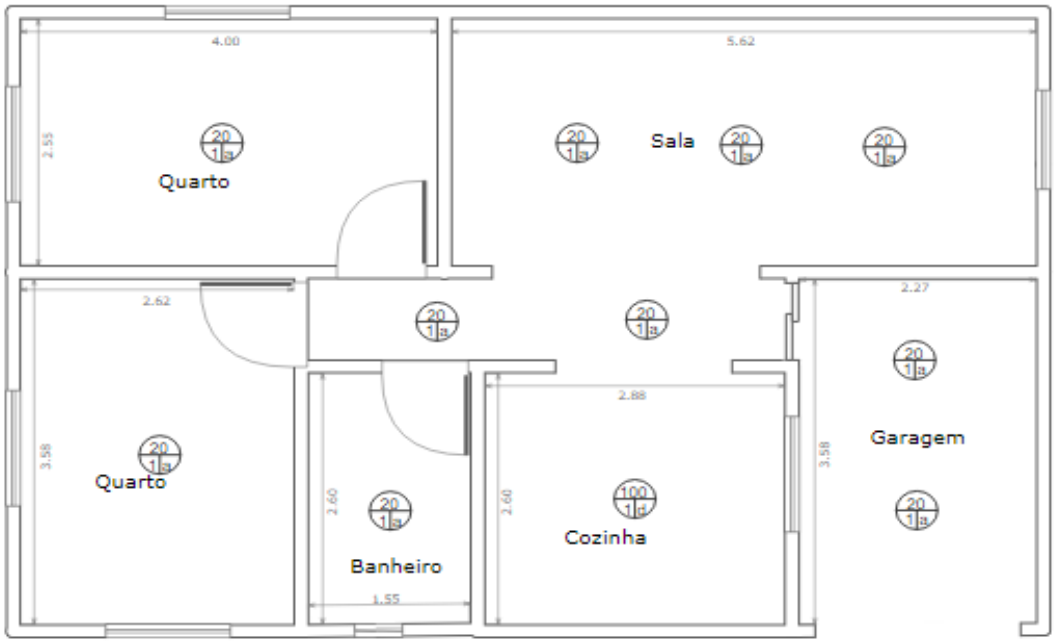
Gráfico 3 - Quantidade a ser gasto



Fonte: Pesquisa realizada pelos Autores 2021.

Para realizar o estudo foi utilizado como base a residência de um integrante do grupo, a qual tem sua planta baixa é representada na figura 1, a qual apresenta 2 quartos, 1 sala, 1 cozinha, 1 banheiro e 1 Garagem.

Figura 3 - Planta baixa da casa modelo



Fonte: Autores 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Analisando os dados obtidos nas pesquisas e utilizando a planta baixa como guia, foi

desenvolvida uma tabela de custo que contém todos os dispositivos que serão utilizados juntamente com seus respectivos preços. Ela é demonstrada pela tabela 2 a seguir.

Tabela 2 – Equipamentos utilizados.

Nome	Preço	Quantidade	Total
Echo dot 4A smart speaker com Alexa	R$ 379,00	2	R$ 758,00
Echo Studio smart speaker com áudio	R$ 1.699,00	1	R$ 1.699,00
Echo Show 10 smart display 15.6"	R$ 1.899,00	1	R$ 1.899,00
Fita LED 5m 5050 Wifi	R$ 90,00	2	R$ 180,00
Interruptor inteligente DIY Wi-Fi BASICR2	R$ 24,90	1	R$ 24,90
smart lâmpada positivo 9W	R$ 89,00	3	R$ 267,00
smart lâmpada, Rsmart WIFI led 9W, RGBW	R$ 79,90	5	R$ 399,50
Interruptor inteligente sonoff wifi TX0	R$ 108,00	5	R$ 540,00
Smart Controle infravermelho Positivo	R$ 138,90	2	R$ 277,80
		Total	R$ 5.287,20

Fonte: Autores 2021.

Com o desenvolvimento dessa pesquisa de valores, implementando e explicando cada cômodo e dispositivo usado, funcionara da seguinte maneira, no quarto 1 (grande) foi inserido 1 Echo dot para o controle das lâmpadas e LEDS através de comandos de voz configuráveis, 1 lâmpada smart wifi sincronizada com os comandos da alexa para apagar/acender e trocar de cor e 1 fita LED linkada a alexa para se modificar a cor junto a lâmpada de acordo com a preferência do usuário através de comandos de voz.

No quarto 2(pequeno) foi inserido 1 lâmpada smart e 1 Echo dot. Já na sala foram inseridos 1 Echo Studio integrado com a alexa para gerenciar os equipamentos residentes no cômodo como as fitas LED atrás da TV na qual tentam reproduzir as cores apresentadas na TV criando um efeito de luzes para uma experiência incrível de cinema e facilitando o manuseio, e por ela obter uma qualidade sonora melhor além de 1 lâmpada smart.

Enquanto na cozinha foi implementado a Echo show na qual é usada os comandos de voz da alexa para por exemplo apresentar receitas de comidas, além de 1 lâmpada positivo B&W. Já na garagem foi implementado apenas o interruptor inteligente Basic2 para realizar o comando abre e fecha do portão.

Os interruptores inteligentes TX foram embutidos 1 com 3 botões na sala para controle das lâmpadas e do corredor, na cozinha 1 com 2 botões para as lâmpadas da cozinha e corredor, no corredor apenas 1 com 1 botão, e em cada quarto 1 com 1 botão para controles de suas lâmpadas.

Para fazer toda a atualização na residência será necessário o valor de R$5.629,40

com todas as atualizações caso queira implementar por conta própria, mas caso seja terceirizado terá custos adicionais para profissionais realizarem os trabalhos como mexer na rede elétrica, configurar e instalar além de procurar os equipamentos adequados para utilizar na sua casa. Entretanto o morador teria que realizar as suas configurações, de acordo com seus próprios hábitos do dia a dia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o estudo de caso realizado, pode ser analisado que o valor de investimento seria bem maior que o pensado inicialmente, pois para realizar completamente a automação é interessante ter uma boa qualidade de conexão wifi, para que todos os ambientes possam ter uma confiabilidade de dados maior. Tendo esses dados em mãos é mais fácil trazer esta ideia que até o momento é muito abstrata para a maioria das pessoas, de forma que possa ser mais tangível a implementação e adaptações pelo usuário.

REFERÊNCIAS

Amazon. Amazon.com.br, 2021. Página inicial. Disponível em <https://www.amazon.com.br>. acesso em: 17 de nov. de 2021.

Sonoff Brasil. Sonoffbrasil.com.br, 2021. Página inicial. Disponível em https://www.Sonoffbrasil.com.br. Acesso em: 17 de nov. 2021.

COMEDOURO E BEBEDOURO AUTOMATIZADO PARA CÃES EM SITUAÇÃO DE ABANDONO

Anderson Felipe Machado[1], Audry Elvis Dal Toe[1], Rebeca Silva Costa [1], Weslley Amaral da Silva[1], José Alberto Pereira dos Santos [2], Luciana Paro Scarin Freitas[3], Luis Henrique Chouay Dall ` Agnese[4]

INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) no Brasil existem 20 milhões de cachorros abandonados. Ao morar nas ruas, passam por necessidades como dor, frio, sede, fome, medo, depressão. Isso não afeta apenas sua saúde, por isso, além de ser um problema social, é uma questão de saúde pública, pois quando vagam pelas ruas sem os devidos cuidados, como vacinação, pode-se contrair doenças e, deste modo, sendo transmitido aos seres humanos (TAKASHIMA, 2018).

Contudo, diante dos aspectos apresentados esse projeto consiste no desenvolvimento de um protótipo de alimentador e bebedouro para cães abandonados, visando minimizar esse tipo de situação precária nas quais eles se encontram. Além disso, o trabalho também tem como objetivo auxiliar o responsável pelo animal a localizá-lo, beneficiando a sociedade com a diminuição de cães nas ruas.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Para a realização do Projeto Integrador – Comedouro e Bebedouro automatizado para cães em situação de abandono, foi definido a estrutura física do equipamento com dimensão de 70 cm de altura, 75,5 de comprimento e 31 de profundidade.

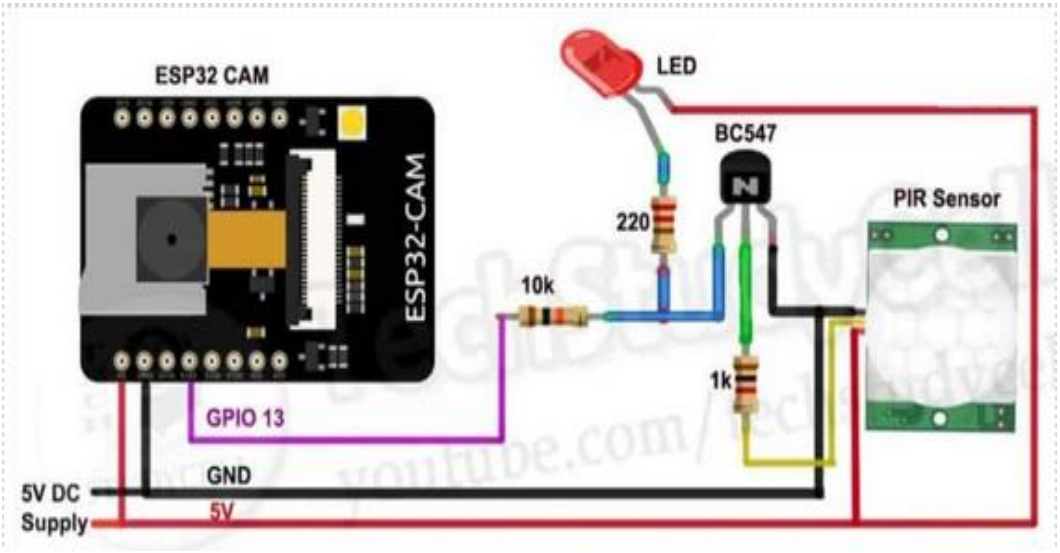
Para o funcionamento do alimentador, foram instalados dois galões de 20 litros cada, um para a ração e o outro para água.

Os galões se encarregam do armazenamento, já os dispositivos contidos neles têm a função de abastecer os recipientes sempre que estiverem com o nível baixo até o sensor ultrassônico detectar que estão cheios, nesse caso os dispositivos são o motor da rosca sem

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Eletricista da Itaipu Binacional, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Coordenadora do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu-PR.
[4] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná

fim para o recipiente da ração, e a válvula solenoide para o recipiente da água. Com relação ao sistema de captura de imagem, ele foi montado conforme mostra a Figura 1 seguir.

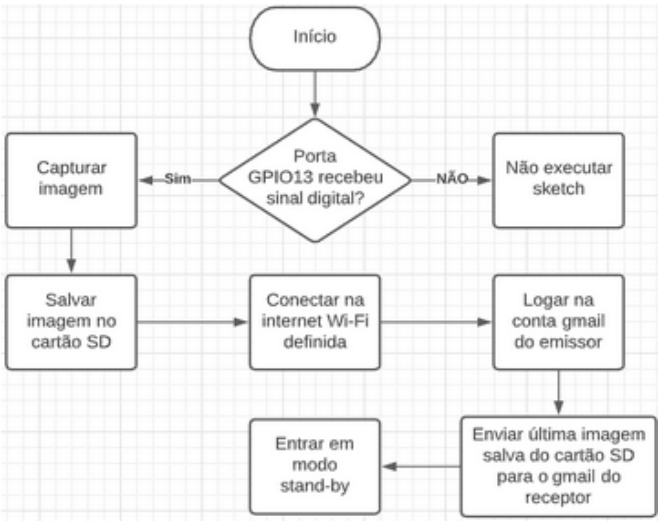
Figura 1 – Ligação do circuito de captura de imagens.



Fonte: https://easyelectronicsproject.com/esp32-projects/esp32cam-blynk-security-camera/.

O circuito de captura de imagens terá a função de detectar movimentos através do "PIR sensor", na qual enviará sinais ao LED e para o transistor "BC547" que liberará passagem de corrente do seu emissor para o coletor alimentando assim a porta "GPIO13" do "ESP-32 CAM" que interpretará esse sinal como o momento para executar as seguintes ações contidas nos sketches conforme o Figura 2 abaixo:

Figura 2 – Fluxograma do Sketch do ESP-32 CAM



Fonte: Próprio Autor.

Assim, a imagem capturada vai direto para o Gmail do receptor, que fará a divulgação desta imagem e a localização para o público através de mídias sociais ou outro meio de comunicação.

O próximo passo, foi a confecção e programação do circuito de automação, que consiste no controle de reabastecimento da água e comida nos recipientes de refeição. Para isso foi montado o circuito do Arduino standalone, na qual é a seleção dos principais componentes do microcontrolado e montagem em uma PCB (placa de circuito impresso) perfurada, possibilitando a integração deste com a fonte chaveada de 5V.

Com relação à válvula senoloide, sua atribuição será o reabastecimento de água no recipiente na qual os animais irão usufruir, portanto será controlada por um sensor do mesmo modelo na qual controlará o fluxo de ração no recipiente, enviando um sinal analógico para o microcontrolado “avisando” que a válvula deverá ser desligada, evitando assim o transbordo no recipiente.

Após isso, foi utilizado um dispositivo Conversor Serial USB que segundo ZUQUIM, é responsável por receber dados de uma interface serial de um periférico (ou dispositivo) e repassá-los à interface USB de um microcomputador permitindo, da mesma forma, o envio de dados do PC para o dispositivo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Alimentador funcionou corretamente, desde a automação até o sistema mecânico e hidráulico, sendo assim os sensores detectaram movimentos e mandaram os sinais para o *Arduino*.

Com relação ao sistema mecânico funcionou de acordo com o esperado, assim fornecendo a água e o alimento nos recipientes, a parte de comunicação do módulo da câmera com a plataforma digital também funcionou de acordo, porém as imagens projetadas pela a câmera não resultou em uma boa qualidade, assim ficando desfocada e com a coloração destorcida, mas nada que impeça o funcionamento do equipamento.

Figura 3 – Protótipo finalizado.

Fonte: Próprio Autor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Com os resultados obtidos durante os testes práticos foi possível comprovar a eficaz do protótipo sendo de acordo com o esperado, exceto a imagem da câmera que houve um desfoque, foram realizadas tentativas de solucionar esse defeito, porém não foi obtido êxito.

Através da elaboração deste projeto foi adquirido novos conhecimentos que podem ser aplicados durante a carreia acadêmica e durante a carreia profissional. A finalidade principal do projeto é ajudar os cães em estado de abandono e com a conclusão do projeto está finalidade vai se tornar mais próxima de ser realizada, pois ainda vai necessário ter apoio financeiro para aperfeiçoar o projeto e para produzir em grande escala. Porém, ainda será necessário ter apoio financeiro para aperfeiçoar o projeto e para produzi-lo em grande escala.

REFERÊNCIAS

KAPLAN, Jerry. ARTIFICIAL INTELLIGENCE: THINK AGAIN. COMMUNICATIONS OF THE ACM, v. 60, n. 1, p. 36-38, 2016.

TAKASHIMA, Et al. ABANE O RABO! Foz do Iguaçu: 2018.

BANZI, Massimo; SHILOH, Michael. PRIMEIROS PASSOS COM O ARDUINO. São Paulo: Novatec, p. p1, 2011.

ESTUDO DA VIABILIDADE DA IMPLEMENTAÇÃO DE SISTEMA FOTOVOLTAICO RESIDENCIAL

Claudinei Guilherme Hoffmann[1], Leonardo Pinheiro Rocha[1], Lucas da Silva Pozzebon[1], Poty Pytã Paola Caballero da Silva[1], Luis Henrique Chouay Dall'agnese[2]

INTRODUÇÃO

A energia fotovoltaica está tendo um constante crescimento nos últimos anos, se mostrando cada vez mais presente no dia a dia, sendo aplicado em empresas, indústrias ou residências. Sistema que capta a irradiação solar e converte a energia de corrente CC para CA, através do inversor ou micro inversor de frequência.

Esse constante crescimento traz o envolvimento do engenheiro para o desenvolvimento de projetos tecnológicos que facilitam a aplicação de sistemas complexos, isso acarreta responsabilidades no desenvolvimento sistemas elétricos em geral, nas indústrias e nas residências com a finalidade de promover lazer e praticidade trazendo a tecnologia para dentro de casa.

MATERIAIS E MÉTODOS

A Energia Fotovoltaica é a geração de energia elétrica a partir da conversão direta da luz, sendo uma energia alternativa e sustentável, é o aparecimento de uma diferença de potencial nos extremos de uma estrutura de material semicondutor, produzida pela absorção da luz.

De acordo com INPE (2017), a energia solar é uma fonte inesgotável, uma vez que a escala de tempo da vida no planeta Terra deve ser considerada. Um dos benefícios desta geração é a viabilidade de instalação em áreas urbanas nas residências, fazendo a interligação na rede de distribuição elétrica da cidade, sistema não poluente e fonte renovável de energia.

A geração de energia fotovoltaica se dá pela liberação de elétrons por semicondutores

[1]Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

que são duas camadas de silício, partículas carregadas negativamente ou positivamente e representa o pilar da eletricidade. Quando os semicondutores recebem luz solar, é gerado um campo elétrico na junção das camadas tipo p (excesso de cargas positivas) e tipo n (excesso de cargas negativas), as camadas são relativas ao silício puro que quando iluminadas geram a absorção dos fótons por parte dos elétrons (efeito fotoelétrico) iniciando o fluxo de energia, a partir desse processo é gerado a corrente contínua.

Existem dois tipos de sistemas comumente instalados, sendo um deles o ON-Grid, também conhecido como sistema conectado à rede elétrica, atualmente é a área que mais cresce no mercado fotovoltaico em países desenvolvidos. A rede da concessionária funciona como uma bateria que recebe todo o excedente de energia gerado pelo local.

O outro é o OFF-Grid que são sistemas isolados, que não são conectados à rede elétrica, trabalham de forma autônoma e em paralelo com a rede elétrica convencional.

É um sistema que funciona com armazenamento de energia por meio da utilização de baterias. Portanto, os painéis fotovoltaicos são responsáveis pelo fornecimento de energia durante o dia, enquanto houver incidência do sol, alimentando a rede, e ao anoitecer passam a utilizar a carga das baterias.

Segundo a ANEEL e a ABSOLAR, a representatividade da geração de energia solar no Brasil corresponde a 4,4% de toda a matriz energética, dividida em geração distribuída (GD) e geração centralizada (GC), conforme Tabela 01.

Tabela 01: Representatividade da geração solar no Brasil

Geração de energia solar no Brasil	2020		Estimativa de crescimento para 2021	
	Potência instalada (GW)	Representação na matriz energética (%)	Potência instalada (GW)	Representação na matriz energética (%)
GD	4,4	2,6	8,3	4,8
GC	3,1	1,8	4,2	2,5
Total	7,5	4,4	12,5	7,3

Fonte: Autor

O Brasil atingiu em 2020 a marca de 7,5 GW de potência em operação da energia solar fotovoltaica. O número leva em conta usinas de grande porte e pequenos e médios sistemas instalados em telhados, fachadas e terrenos. Em 2021 tem estimativa de acréscimo de mais 5 GW, saltando de 4,4% para 7,3% a representatividade da geração energética no Brasil.

O Brasil continua com um mercado muito pequeno na geração distribuída, já que possui mais de 84,4 milhões de consumidores de energia elétrica e apenas 0,4% fazem uso do sol para produzir eletricidade.

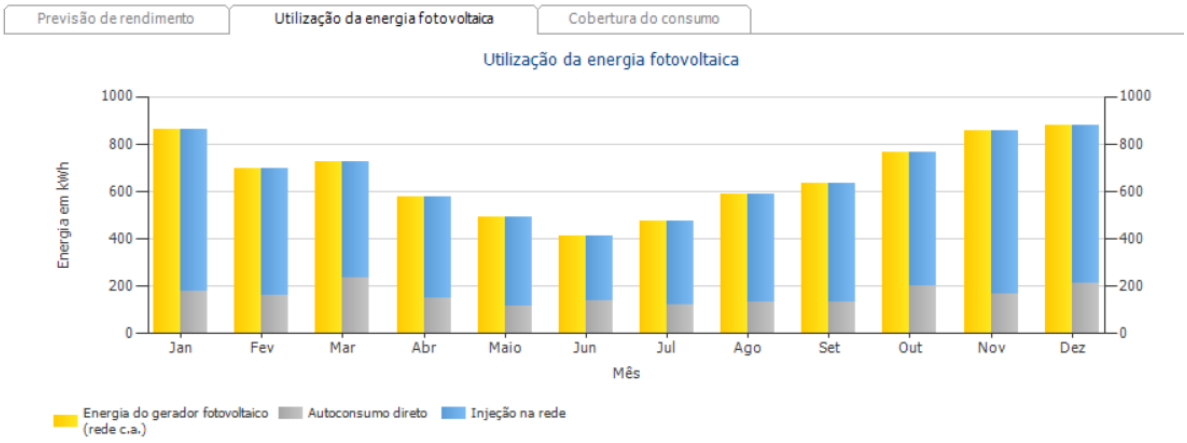
RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a simulação foi utilizado um software 2D e 3D para dimensionamento de sistemas fotovoltaicos, em seguida foi desenhado todo o telhado do local da instalação, conforme imagens de satélite. Finalizado o desenho, foi instalado os painéis fotovoltaicos seguindo o orçamento realizado com base na fatura de energia elétrica.

Após a simulação via software, concluímos que para um consumo pela fatura de energia são necessários 13 painéis fotovoltaicos da fabricante Risen energy de 405W cada em conjunto com um inversor da fabricante Shenzhen sofar de 5kW, assim atendendo o seu consumo.

Na Figura 02 temos o resultado da simulação, onde observamos o gráfico da energia do gerador fotovoltaico, do autoconsumo e o que é injetado na rede.

Figura 02 – Resultado da simulação solar



Fonte – Autor 2021

No gráfico pode-se analisar que do total gerado no sistema fotovoltaico, uma parte fica para o autoconsumo, consumo instantâneo durante a produção, o restante é injetado na rede da concessionaria, onde é contabilizado no próprio medidor do cliente. No relógio são contabilizadas duas medições, são elas energia de Totalizador de energia ativa direta e Totalizador de energia ativa reversa, respectivamente códigos 03 e 103 no relógio medidor.

Para este projeto, os custos foram considerados pelo tamanho do sistema dimensionado. Conforme Figura 01, temos os materiais utilizados, resultando em R$ 18.133,50. Somando a mão de obra para a instalação do projeto, em torno de R$5000,00, totalizando R$23.133,50. O retorno que o cliente terá deste dinheiro será de 4 a 5 anos aproximadamente, como o sistema possui uma garantia de 25 anos, pode-se dizer que ele terá um custo mínimo na conta de energia por mais 20 anos.

CONCLUSÃO

Diante dos estudos desenvolvidos nesta pesquisa, é perceptível que a geração de energia fotovoltaica tem diversas vantagens para expandir no mercado por ser uma geração limpa, renovável, inesgotável, gera economia financeira e tecnológica diante dos tempos atuais. Um dos pontos a se levar em consideração ao benefício da expansão desse sistema, seria a redução ou apenas pagamento da taxa mínima das faturas do consumo energético mensal, também a redução de gases no efeito estufa que são gerados no meio ambiente em comparação a outros tipos de geração de energia. A geração está próxima ao consumo e a energia excedente é injetada na rede de distribuição, onde é consumida localmente, evitando perdas com a transmissão.

REFERÊNCIAS

ENERGIA SOLAR: ESTUDO DA GERAÇÃO DE ENERGIA ELÉTRICA ATRAVÉS DOS SISTEMAS FOTOVOLTAICOS ON-GRID E OFF-GRID. **Monografias**. Disponível em: <https://www.monografias.ufop.br/bitstream/35400000/2019/6/MONOGRAFIA_EnergiaSolarEstudo.pdf>. Acesso em: 10 set. 2021.

MICRO INVERSOR SOLAR GRID TIE. **Portal solar**. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/micro-inversor-solar-grid-tie.html>. Acesso em: 18 set. 2021.

BRASIL ULTRAPASSA A MARCA DE 6 GW DE POTÊNCIA OPERACIONAL DA FONTE SOLAR, APONTA LEVANTAMENTO DA ABSOLAR. **Portal solar**. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/blog-solar/energia-solar/brasil-ultrapassa-a-marca-de-6-gw-de-potencia-operacional-da-fonte-solar-aponta-levantamento-da-absolar.html>. Acesso em: 18 out. 2021.

MERCADO BRASILEIRO DE ENERGIA SOLAR TEM CRESCIMENTO SURPREENDENTE. **Portal solar**. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/blog-solar/energia-solar/mercado-brasileiro-de-energia-solar-tem-crescimento-surpreendente.html>. Acesso em: 18 out. 2021.

CCEE APONTA QUE, EM MAIO DE 2021, GERAÇÃO SOLAR PASSOU POR UM CRESCIMENTO DE 15,7%. **Portal solar**. Disponível em: <https://www.portalsolar.com.br/blog-solar/geracao-solar/ccee-aponta-que-em-maio-de-2021-geracao-solar-passou-por-um-crescimento-de-157.html>. Acesso em: 18 out. 2021.

ENERGIA SOLAR FOTOVOLTAICA 2021: EXPECTATIVA E PROJEÇÕES. **Ecoaenergias**. Disponível em: <https://www.ecoaenergias.com.br/2021/02/09/energia-fotovoltaica-crescimento-2021/>. Acesso em: 12 nov. 2021.

CRESCIMENTO DA ENERGIA SOLAR FOTOVOLTAICA EM 2020: EXPECTATIVA X REALIDADE. **Ecoaenergias**. Disponível em: <https://www.ecoaenergias.com.br/2020/12/28/crescimento-energia-solar-fotovoltaica-2020/>. Acesso em: 12 nov. 2021.

ENERGIA SOLAR: ESTUDO DA GERAÇÃO DE ENERGIA ELÉTRICA ATRAVÉS DOS SISTEMAS FOTOVOLTAICOS ON-GRID E OFF-GRID. **Monografias**. Disponível em: <https://www.monografias.ufop.br/bitstream/35400000/2019/6/MONOGRAFIA_EnergiaSolarEstudo.pdf>. Acesso em: 17 nov. 2021.

SISTEMAS DE ENERGIA SOLAR FOTOVOLTAICA E SEUS COMPONENTES. **Neosolar**. Disponível em: <https://www.neosolar.com.br/aprenda/saiba-mais/sistemas-de-energia-solar-fotovoltaica-e-seus-componentes>. Acesso em: 18 nov. 2021.

MANUAL DE ENGENHARIA PARA SISTEMAS FOTOVOLTAICOS. **Portal Energia**. Disponível em: <https://www.portal-energia.com/downloads/livro-manual-de-engenharia-sistemas-fotovoltaicos-2014.pdf >. Acesso em: 18 out. 2021.

MANUAL DE APOIO SISTEMA PEW PROJETOS ELÉTRICOS WEB. **Copel**. Disponível em: <https://www.copel.com/pewweb/ajuda/ManualApoioPEW.pdf>. Acesso em: 18 out. 2021.

ESTUDO DE CASO DE TRÊS BLOCOS DE ILUMINAÇÃO SOLAR OFF GRID

Cristhian Rolando Agüero Dominguez[1], Eliandro Marquetti[1], Elielton Christiano de Oliveira Metz[1], Luis Henrique Chouay Dall'agnese[2], Jorge Luís Ribeiro dos Santor Junior[3].

RESUMO

Esta pesquisa descreve um método para dimensionamento de um sistema de placas fotovoltaicas, e demais equipamentos necessários, para fornecimento de energia destinada à iluminação de um ambiente, mediante o uso de lâmpadas eficientes e de alto rendimento. É aplicado o método das médias mensais e o uso de dados de irradiação solar média na cidade de Foz do Iguaçu do Centro de Referência para Energia Solar e Eólica. A partir do comparativo de três blocos de iluminação (20 W, 50 W e 100 W), é definido o consumo energético requerido para cada demanda de potência, os equipamentos necessários, assim como os custos associados à aquisição e operação do sistema fotovoltaico para cada situação.

INTRODUÇÃO

Sistemas autônomos de energia caracterizam-se por produzir e armazenar energia para utilização em períodos de necessidade, sem depender da rede elétrica convencional para demanda de energia elétrica (SOUSA e ZAMPERIN, 2017). Os sistemas fotovoltaicos autônomos possuem, por característica, utilizar apenas painéis fotovoltaicos como fonte geradora. Como o sol é uma fonte intermitente, precisa-se de um sistema de armazenamento de energia, geralmente um banco de baterias, para garantir o suprimento de energia à noite ou em dias de ausência de irradiação solar suficiente (SEGUEL, 2009; VERA, 2004).

Considerando o acúmulo médio no valor das tarifas de energia elétrica nos últimos anos no Brasil, entre 2014 e 2020, equivalente a 31,5%, segundo a ANEEL (Agência Nacional de Energia Elétrica), a energia solar apresenta-se como uma solução para economizar com as contas de luz. Além de contribuir para a redução dos impactos ambientais, ela é simples e eficiente, além de se caracterizar como um recurso renovável inesgotável no mundo. A

[1] Acadêmico do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

Email do autor correspondente: luishenrique@uniamerica.br

tecnologia de geração solar fotovoltaica se apresenta muito favorável para sua utilização na atual e as futuras gerações, devido aos resultados de economia que podem ser obtidos, apenas com o funcionamento de painéis solares e do inversor solar, para a captação e conversão da luz do sol em energia elétrica, de maneira que uma vez gerada, esta pode ser distribuída para o seu consumo nos setores residencial, comercial e/ou industrial, nas diferentes aplicações, e com a característica principal de ser uma fonte limpa e sustentável.

Então esse estudo justifica-se pelo aumento dos valores da energia elétrica ao consumidor, ofertada pela sua concessionária de energia, tendo em vista que em 6 anos o custo da energia subiu em média o equivalente a 31,5%. Já o sistema fotovoltaico segue a lógica inversa, uma vez que ao passar dos anos sua tendência é a diminuição do custo ao consumidor.

Assim, o presente projeto consiste no estudo de três blocos de luminárias com alimentação solar fotovoltaica off grid (sistema isolado ou autônomo para geração de energia), sendo as respectivas potências dos blocos de luminária escolhidos de 20W, 50W e 100W, respectivamente. O interesse principal é estabelecer parâmetros que permitam definir a viabilidade da implementação do sistema fotovoltaico para a demanda de energia elétrica no setor de iluminação.

Será analisado o custo relacionado ao consumo de energia elétrica de cada bloco de luminária, realizando a sua comparação com o modelo on grid (sistema que possui conexão com a rede elétrica), de maneira a verificar a viabilidade da implantação de um sistema solar fotovoltaico, capaz de suprir a demanda de energia elétrica. Serão realizados os cálculos necessários de maneira a dimensionar um sistema fotovoltaico versátil e eficiente, levando em consideração a demanda de energia para cada bloco de luminária analisado, assim como os parâmetros de irradiação (disponibilidade local de energia solar) existentes.

A partir da metodologia escolhida, que corresponde ao método de consumo mensal de energia elétrica, será possível realizar a escolha dos equipamentos e dispositivos necessários para o sistema solar fotovoltaico, a ser utilizado para fornecer a energia elétrica destinada à iluminação. Além disso, serão consideradas as normativas técnicas como ABNT e as Tabelas de Eficiência do Inmetro, para oferecer os parâmetros de segurança e qualidade, no funcionamento do sistema estudado.

Por fim, mediante a análise dos parâmetros de decisão econômica, será definida a viabilidade técnica e econômica para a implementação futura do projeto analisado, ou seja, a construção física do módulo fotovoltaico, cujo estudo nesta etapa inicial tem um foco maiormente teórico.

JUSTIFICATIVA

A partir da observação de uma problemática real existente, no local do Centro Universitário União das Américas, foi definida a demanda de realização do presente estudo, tendo como relevância a verificação da viabilidade em termos econômicos na proposta de implementação um sistema fotovoltaico autônomo, capaz de suprir a demanda de energia elétrica necessária para o funcionamento dos aparelhos refletores como blocos autônomos destinados a suprir a demanda conforme a necessidade de energia no local.

OBJETIVOS

Geral

Realizar o estudo de caso de três blocos de iluminação Off Grid com alimentação a partir de sistemas fotovoltaicos para lâmpadas de consumo de 20 W, 50 W e 100 W, de maneira a verificar a viabilidade técnica e econômica na implementação da proposta em questão.

Específicos

- Conhecer o princípio de funcionamento dos sistemas solares fotovoltaicos Off Grid aplicados a atender demanda de iluminação de locais públicos;

- Identificar os principais parâmetros de consumo no sistema escolhido e o potencial solar existente para aproveitamento da energia solar no local;

- Realizar o dimensionamento dos componentes requeridos para a adequada implantação do sistema solar fotovoltaico, a partir do método de cálculo selecionado;

- Verificar mediante a análise dos parâmetros socioeconômicos, a viabilidade financeira para o desenvolvimento da proposta realizada.

METODOLOGIA

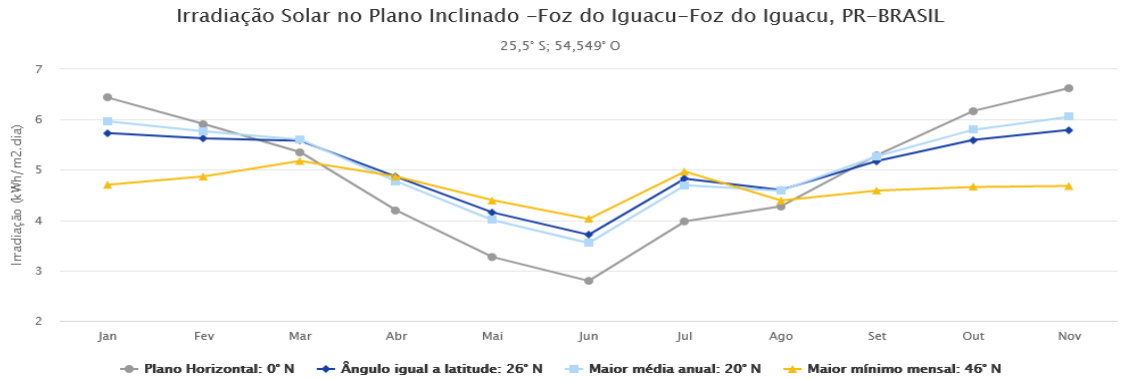
Nesta seção, é apresentado inicialmente o método de dimensionamento escolhido, o qual já é difundido na bibliografia (CEPEL-CRESESB, 2014; DALLA COSTA, SCHUCH, *et. al.*, IMHOFF, 2007), destinado ao dimensionamento do painel solar e do banco de baterias de um sistema solar fotovoltaico autônomo (Off Grid), baseado nas médias mensais e anuais de radiação solar e anuais de utilização da carga para definir a produção e geração de energia.

O Projeto do sistema fotovoltaico é baseado no dimensionamento da geração e o armazenamento para suprir a energia demandada pela carga. A carga considerada neste dimensionamento são propriamente luminárias LED padrão, cujas potências de consumo são 20 W, 50 W e 100 W, respectivamente.

Os dados de irradiação solar média e máxima, foram selecionados, considerando a

implantação e/ou aplicação do projeto na cidade de Foz do Iguaçu, Paraná. Foram adotados os dados correspondentes à Plataforma Online do Centro de Referência para Energia Solar e Eólica Sérgio de Salvo Brito (CRESESB), a partir do Programa SunData 3.0, o qual destina-se ao cálculo de irradiação solar média e mensal em qualquer ponto do território nacional. A Figura a seguir, apresenta o resumo dos dados obtidos para o local de estudo, a serem utilizados para os cálculos posteriores.

Figura 1: Irradiação Solar no Plano Inclinado para a Cidade de Foz do Iguaçu, PR.



Fonte: CRESESB, 2021.

O valor de irradiação solar adotado corresponde ao valor da maior média anual para o cálculo no Plano inclinado. Assim, para o projeto dos painéis fotovoltaicos será considerada a capacidade de geração diária de 4,99 kWh/m^2 dia, conforme detalhado na Figura 2 a seguir.

Figura 2: Irradiação Solar diária mensal na Cidade de Foz do Iguaçu, PR.

Cálculo no Plano Inclinado

Estação: Foz do Iguacu
Município: Foz do Iguacu , PR - BRASIL
Latitude: 25,5° S
Longitude: 54,549° O
Distância do ponto de ref. (25,5475° S; 54,569722° O) :5,7 km

#	Ângulo	Inclinação	Irradiação solar diária média mensal [kWh/m².dia]													
			Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média	Delta
☑	Plano Horizontal	0° N	6,43	5,91	5,35	4,19	3,27	2,79	3,02	3,98	4,28	5,29	6,17	6,63		3,83
☑	Ângulo igual a latitude	26° N	5,73	5,62	5,58	4,86	4,15	3,71	3,94	4,83	4,60	5,18	5,59	5,79		2,08
☑	Maior média anual	20° N	5,96	5,76	5,60	4,77	4,00	3,55	3,78	4,69	4,59	5,27	5,80	6,06	4,99	2,51
☑	Maior mínimo mensal	46° N	4,70	4,87	5,18	4,87	4,40	4,02	4,23	4,97	4,39	4,59	4,66	4,68	4,63	1,15

Fonte: CRESESB, 2021.

O consumo do sistema foi calculado, considerando uma utilização média da luminária de 13 horas por noite, obtido a partir da estimativa da quantidade de horas requerido para iluminação no local. Logo, o consumo considerado nesse dimensionamento, será dado por:

Consumo (Wh) = Tempo de funcionamento (h) * Potência da lâmpada (W) (1).

Para dimensionar a potência de geração necessária, utilizam-se os valores de consumo, rendimento e radiação solar, descritos na Tabela 1 abaixo.

Tabela 1: Parâmetros de Rendimento do sistema e radiação solar.

Parâmetro	Valor
Rendimento do sistema (η)	80%
Radiação solar diária	4,99 kWh/m^2 dia

O rendimento do sistema é obtido, considerando as etapas de geração, armazenamento, transmissão e conversão da energia para o banco de baterias e para a carga (Freitas, 2.008). Assim, o rendimento total do sistema é definido pelo produto dos rendimentos específicos de cada componente, os quais foram adotados em base à bibliografia (Bandeira, R, 2018).

Assim, calcula-se o consumo corrigido do sistema, dado pela equação abaixo:

$$Consumo\ corrigido\ (Wh) = \frac{Consumo(Wh)}{\eta_{PV} * \eta_{Bat} * \eta_{cab} * \eta_{car}} \quad (2)$$

$\eta_{PV} = Rendimento\ do\ painel\ fotovoltaico$

$\eta_{Bat} = Rendimento\ do\ Banco\ de\ Baterias$

$\eta_{Cab} = Rendimento\ do\ cabeamento$

$\eta_{car} = Rendimento\ do\ carregador\ de\ Baterias$

Para determinar a produção de cada módulo, é considerado o total de energia acumulado ao longo do dia. Para tal, é calculado o valor equivalente de horas de radiação igual a 1 kW/m^2 (CEPEL-CRESESB, 2014). O valor de horas pleno (SP) é obtido pela equação a seguir.

$$SP\ (h) = \frac{Radiação\ diária\ \left(\frac{kWh}{m^2}\right)}{1\left(\frac{kWh}{m^2}\right)} \quad (3)$$

Assim, determina-se a potência de painéis necessária.

$$Potência\ Necessária\ (Wp) = \frac{Consumo\ corrigido(Wh)}{SP\ (h)} \quad (4)$$

Em condições reais de funcionamento, o painel solar não apresentará as características do datasheet, uma vez que pode haver acúmulo de poeira, degradação ao longo do tempo, dentre outros fatores (IMHOFF, 2007). Assim, utiliza-se o fator de correção do painel (FCP) de 90% para módulos cristalinos. Desta forma, é obtida a potência corrigida dos painéis:

$$Potência\ corrigida\ (Wp) = \frac{Potência\ Necessária\ (Wp)}{FCP} \quad (5)$$

O banco de baterias tem ligação direta com a autonomia desejada para o sistema. Logo, foi adotado o período de 13 horas de funcionamento como a autonomia desejada para o sistema.

Além disso, foi considerado o limite de descarga de baterias em 80% (VICTRON-ENERGY, 2017), ou seja, 20% da carga não poderá ser utilizada para não comprometer a vida útil dele. Logo, a capacidade do banco de baterias para o sistema será dada por:

$$Capacidade\ das\ Baterias\ (kWh) = \frac{\frac{Consumo}{\eta_{Bat} * \eta_{cab}} * Autonomia}{Profundidade\ de\ descarga} \quad (6)$$

RESULTADOS.

Conforme a metodologia apresentada serão aplicados os procedimentos respectivos para calcular os parâmetros de consumo e o dimensionamento dos componentes que fazem parte do sistema fotovoltaico projetado.

Será considerado o cálculo demonstrativo, apenas para a potência de luminária de 20 W, seguindo as etapas da metodologia acima. Os parâmetros de entrada são definidos conforme a Tabela 2 a seguir:

Tabela 2: Parâmetros de Entrada utilizados para dimensionamento do sistema.

Parâmetros de Entrada	Valor
Rendimento do Painel Fotovoltaico (η_{PV})	1,00
Rendimento do Banco de Baterias (η_{Bat})	0,95
Rendimento do Cabeamento (η_{Cab})	0,98
Rendimento do Carregador de Baterias (η_{car})	0,86
Horas de Sol Pleno – SP (h)	4,99
Fator de Correção do Painel (FCP)	0,90
Autonomia (h)	13,0
Profundidade de descarga	0,80

Consumo (Wh) = 13 h * 20 W = 260 Wh.

$$Consumo\ corrigido\ (Wh) = \frac{260\ Wh}{1 * 0{,}95 * 0{,}98 * 0{,}86} = 325{,}0\ Wh$$

O valor de horas de sol pleno (SP), é obtido a partir da equação (3), no qual foi considerado o valor de máxima irradiação solar no local de estudo, assim temos

SP = 4,99 h.

$$Potência\ Necessária\ (Wp) = \frac{325\ Wh}{4{,}99\ h} = 65{,}13\ Wp$$

$$Potência\ corrigida\ (Wp) = \frac{65{,}13\ Wp}{0{,}9} = 72{,}37\ Wp$$

$$Capacidade\ das\ Baterias\ (kWh) = \frac{\frac{20W}{0{,}95 * 0{,}98} * 13\ h}{0{,}8} = 349{,}09\ kWh$$

Os resultados obtidos para os parâmetros calculados, considerando as potências de consumo de luminária (20 W, 50 W e 100 W) e o sistema fotovoltaico dimensionado, são apresentados de maneira sucinta na Tabela 3 a seguir.

Tabela 3: Potência de consumo dos parâmetros calculados.

Parâmetro	Potência de Consumo (Luminária)		
	20 W	**50 W**	**100 W**
Consumo do Sistema (Wh)	260	650	1300
Consumo Corrigido do Sistema (Wh)	325	812,5	1625
Potência Necessária (Wh)	65,13	162,83	325,65
Potência Corrigida (Wp)	72,37	180,92	361,83
Capacidade das Baterias (kWh)	349,09	872,72	1745,44

Posteriormente, em base aos resultados obtidos para os parâmetros de consumo de cada componente do sistema solar fotovoltaico, foi realizado o cálculo estimado do investimento (orçamento) necessário para a instalação do sistema, para cada potência de luminária a ser atendida no período de funcionamento. Foram considerados os custos de painéis solares, banco de baterias, cabos, fios e refletores de luminária, assim como o custo de manutenção necessário.

A Tabela 4 apresenta a descrição por tipo de componente/acessório necessário para a montagem do sistema solar fotovoltaico projetado. É realizado um comparativo entre custo estimado e atual, onde o primeiro faz referência aos valores cobrados por algumas empresas de instalação do sistema. Já o custo atual, foi estimado em base aos preços de mercado, obtidos de sites de fabricantes para cada componente.

Tabela 4: Orçamento para implantação do Sistema Solar Fotovoltaico.

Orçamento sistema off Grid

painel solar Wp	Estimado	Atual
380Wp	R$ 600,00	R$ 875,00
180Wp	R$ 400,00	R$ 318,44
180Wp	R$ 400,00	R$ 318,44
80Wp	R$ 200,00	R$ 449,99
Total painel solar	R$ 1.600,00	R$ 1.961,87

refletores	Estimado	Atual
20w	R$ 40,00	R$ 36,81
50w	R$ 50,00	R$ 39,57
100w	R$ 70,00	R$ 51,89
Total refletoes	R$ 160,00	R$ 128,27

baterias	Estimado	Atual
40ah	R$ 200,00	R$ 242,99
70ah	R$ 250,00	R$ 279,90
105ah	R$ 450,00	R$ 450,00
115ah	R$ 500,00	R$ 450,00
165ah	R$ 650,00	R$ 764,90
Total baterias	R$ 2.050,00	R$ 2.187,79

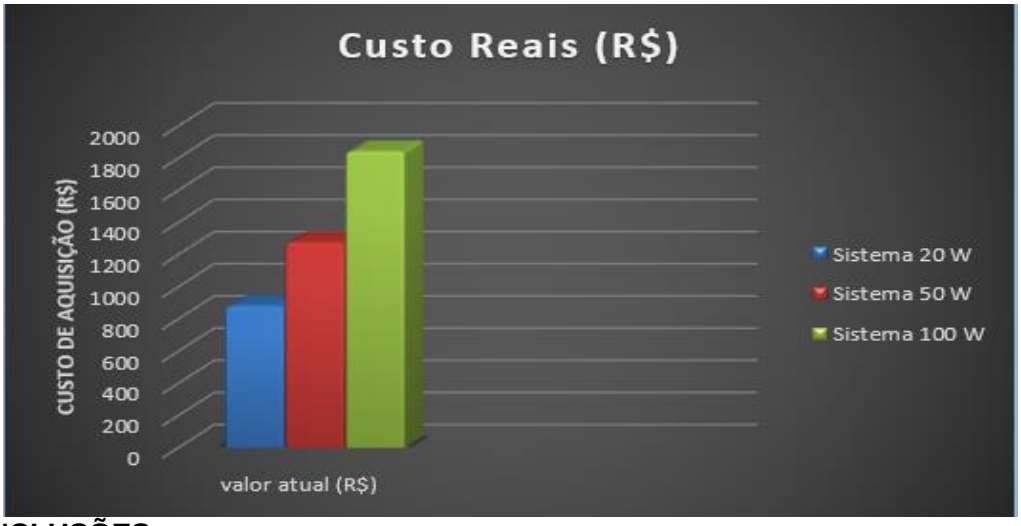
cabos, fios	Estimado	Atual
6mm	R$ 100,00	R$ 150,00
8mm	R$ 150,00	R$ 200,00
Total	R$ 250,00	R$ 350,00

manutençao	estimado	atual
20w	R$ 40,00	R$ 0,00
50w	R$ 50,00	R$ 0,00
100w	R$ 70,00	R$ 0,00
total manutençao	R$ 160,00	R$ 0,00

A figura 3, apresenta o comparativo do custo total de investimento necessário para implantação do sistema solar fotovoltaico, destinado a atender as respectivas potências de iluminação a ser instaladas. Podemos apreciar, que, para o sistema de iluminação de 20 W, o custo de aquisição do sistema fotovoltaico é em torno de 800 R$. Já para a luminária de 50 W, temos um custo aproximado de 1200 R$. E finalmente, para a maior potência analisada, de 100 W para iluminação, temos um custo próximo aos 1800 R$.

Como era esperado, na medida que aumenta a demanda na potência de iluminação, o custo total para implantação do sistema fotovoltaico aumenta de forma proporcional.

Figura 3: Comparativo do Custo de Implantação de Sistemas Fotovoltaicos para as potências de iluminação definidas.



CONCLUSÕES

A partir dos estudos feitos para os casos de sistema Off grid, foi feitos os cálculos para todos os sistemas mencionados no projeto, desde os valor de potência das placas fotovoltaicas a serem utilizadas, a capacidade das baterias, e a potência das luminárias, com análise no local a ser aplicado e nos valores de componentes, para ser utilizados no projeto; ficou definido que o sistema de 50W será o mais vantajoso para o consumidor.

Pois os cálculos mostram que a radiação média dia em Foz do Iguaçu, que foi obtida pelo site da CRESESB, 2021, ficou definida que a radiação máxima que tem na cidade, irá fornecer uma potência de pico em Watts, suficiente para ligar o sistema e carregar a bateria de suporte para o sistema funcionar em horário noturno e com dias nublados.

Estes custos têm um preço maior que de mercado, pois foi realizado o levantamento no do material em apenas um site de compra e comprando apenas um item de cada modelo. Sendo que a sua garantia de vida útil é de aproximadamente 8 anos com 90% de eficiência, e de 25 anos com 80% de eficiência, sendo que como é um projeto off grid esses dados valem somente para as placas solares, pois as baterias têm vida útil de aproximadamente 2 anos, assim sua manutenção seria somente com as trocas de luminárias, e de baterias no período de uns 25 anos

REFERÊNCIAS

- CEPEL-CRESESB. Cepel Cresesb. Manual de Engenharia Fotovoltaica, 2014. Disponível

em:
<http://www.cresesb.cepel.br/publicacoes/download/Manual_de_Engenharia_FV_2014.pdf>. Acesso em: Maio 2021.

- CEPEL-CRESESB. Centro de Referência para Energia Solar e Eólica Sérgio de Salvo Brito. Potência solar -SUNDATA., 2021. Disponível em: <www.cresesb.cepel.br>. Acesso em: Maio 2021.

- FREITAS, S. S. A. Dimensionamento de sistemas fotovoltaicos. Dissertação (Mestrado em Engenharia Industrial) -Instituto Politécnico de Bragança. [S.l.], p. 104. 2008.

- IMHOFF, J. Desenvolvimento de conversores estáticos para sistemas fotovoltaicos autônomos. Dissertação de mestrado -Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, p. 146. 2007.

- SEGUEL, J. I. L. Projeto de um sistema fotovoltaico autônomo de suprimento de energia usando técnica MPPT e controle digital. Dissertação (Mestrado em Engenharia Elétrica) Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, p. 222. 2009.

- SOUSA, T. L. D. ZAMPERIN, J. L. B. Análise e dimensionamento de um sistema fotovoltaico off-grid em um food truck. Revista Engenharia em Ação UniToledo, Araçatuba, SP, p. 119-135, 2017.

- VERA, L. H. Programa computacional para dimensionamento e simulação de sistemas fotovoltaicos. Dissertação (Mestrado em Engenharia) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, p. 187. 2004.

- VICTRON-ENERGY. Victor Energy -Blue Power. Datasheet Lithium Ion and Lynx Ion, 2017. Disponível em: <https://www.victronenergy.pt/upload/documents/Datasheet-Lithium-ion-and-Lynx-Ion-EN.pdf>. Acesso em: Maio 2021.

PORTA MAGNETICA

Elvis Paulo Barbosa Carvalho[1], Gustavo Fonseca de Araujo[1], Lucas Becchi[1],Marcos Adriano dos Santos[1], Luciana Paro Scarin Freitas[2], Luis Henrique Dall'Agnese[3]

INTRODUÇÃO

Os interfones atualmente utilizam muitos cabos para sua comunicação mesmo a sua evolução ainda se utiliza recursos que não o faz ser totalmente eficaz além de possuir um limite em cima do equipamento, tal como só fazer comunicação se tiver bandar larga, nesse caso o Interfone Simples busca suprir essas falhas, sendo um interfone compacto que não dependerá de banda larga, pois o mesmo irá fazer a comunicação através de aplicativo, que o mesmo enviará uma mensagem contendo informações que uma visita ou entregador já está no local.

Sendo assim, o projeto do interfone está desmembrado em etapas, onde o protótipo da porta magnética é o início, que demonstrara uma visão ampla para a implementação de mais funções do projeto do interfone.

A porta magnética está sendo desenvolvido como um protótipo estrutural, onde haverá um painel contendo uma ação de abrir na qual manda informação que deve ou não mandar corrente para a porta, sendo assim é previsto no projeto um painel exterior para que o residente possa abrir a porta com senhas *Personal Identification Number (PIN),* ou botão com sensor que possa abrir a porta só de aproximar o botão, e outro painel interior que ao pressionar já abre a porta.

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Coordenadora do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu-PR.
[3] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O projeto foi elaborado por um grupo de 4 integrantes, na qual cada um tem um papel fundamental, tal que um discente é dono de uma empresa de instalações elétrica na qual auxilia na manutenção do equipamento, um dono de uma loja de assistência técnica de equipamento que proporciona um conhecimento no varejo de peças para a construção outro possui conhecimento na parte técnica, na qual envolve desenho técnico e desenvolvimento de peças em 3D e outro discente é responsável na parte do código, que será implementado no equipamento além de gerenciar e organizar o projeto na qual envolve relatório, onde o projeto já estava concretizado por um integrante do grupo.

Após a concretização do projeto, foi criado um grupo de *WhatsApp*, para a comunicação e avisos do projeto na qual foi decidido que todos os domingos, é feita uma reunião para o esclarecimento de dúvidas, implementação de ideias e realização das atividades pendentes do projeto, onde é realizado das 8:30 da manhã até as 11:00 da manhã, caso fosse necessário a reunião se estenderia até finalizar o que fosse imposto na reunião.

A construção do projeto foi iniciada com a etapa de definição dos equipamentos, na qual foi simulada através do *TINKERCAD*, que possibilitou a construção do equipamento eletrônico virtual, após a construção do equipamento, a equipe desenvolveu um desenho em 3D para a visualização da peça na qual foi desenvolvida no programa *SketchUp* e a elaboração do desenho técnico do equipamento com medidas e demonstração do modelo na qual foi desenvolvido no programa *CorelDraw X8*.

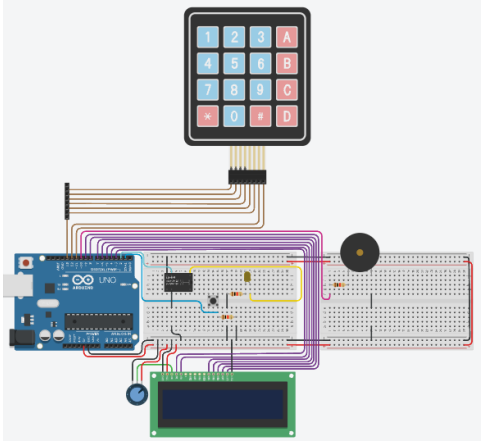


Fig. 1 – Equipamento Eletrônico (TinkerCad).
FONTE: Próprio Autor

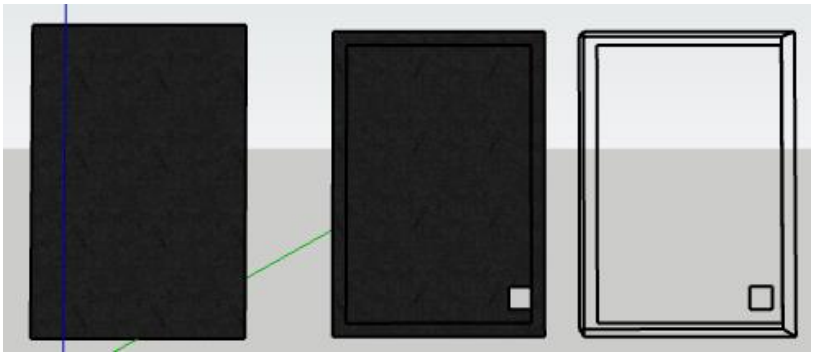


Fig. 2 – Case Protetora (SketchUp).
FONTE: Próprio Autor

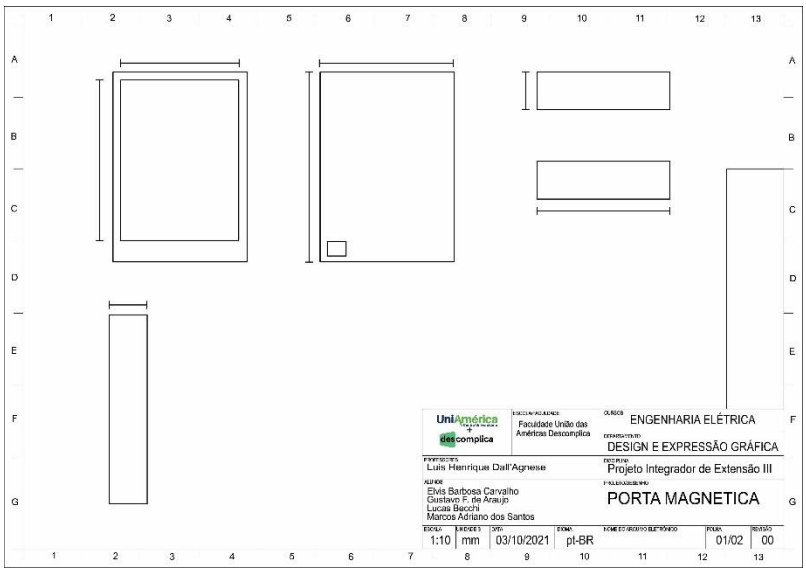


Fig. 4 – Desenho Técnico Equipamento Externo (CorelDraw X8).
FONTE: Próprio Autor

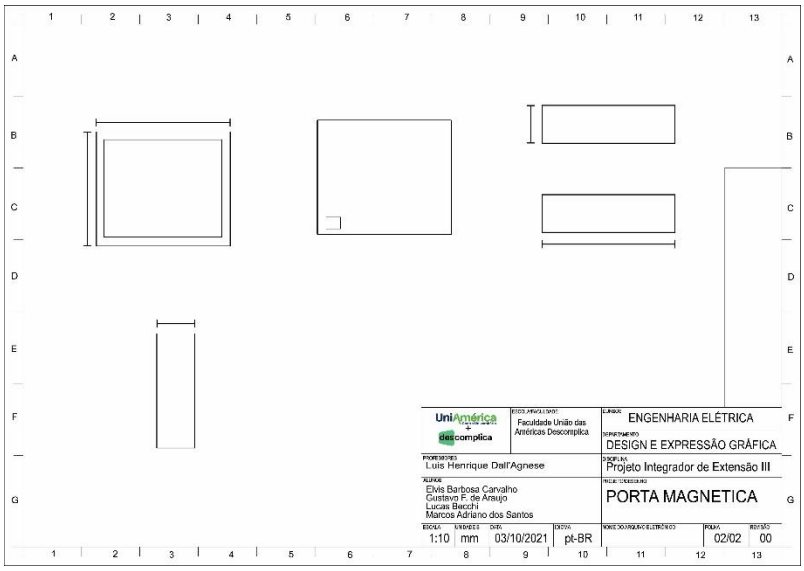


Fig. 5 – Desenho Técnico Equipamento Interno (CorelDraw X8).
FONTE: Próprio Autor

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto demonstrou uma aplicação eficiente, na qual é possível desenvolver uma função que possibilita abrir e fechar portas magnéticas através de microcontroladores, nesse caso o projeto desenvolvido é para uma implementação de uma função na qual será adicionada a um interfone, a porta demonstrou uma eficiência na abertura, na qual não apresentou nenhuma falha no código.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

O projeto não tinha o intuito de ser desenvolvido físico, pois o maneira principal com a qual queríamos trabalhar era a pesquisa, que foi voltada ao teste de conceito com a intenção de desenvolver um protótipo. Esse protótipo demonstra que é possível implementar essa função desenvolvida no microcontrolador que pode abrir portas remotamente ou fisicamente de uma maneira mais eficaz do que outros métodos, entretanto foi um projeto de suma importância, pois ele trouxe informações adicionais que podem ser implementadas na ideia de projeto inicial, que é o interfone que não utiliza banda larga para a sua comunicação, e assim determinando a complexidade do projeto que futuramente poderá ser desenvolvido.

REFERÊNCIAS

LIVRO:

Security, Giga Nome do artigo. O que é, por que usar e como usar a fechadura magnética? agosto, 2019. Disponível em: https://blog.gigasecurity.com.br/fechadura-magnetica/.

ROBOCORE. Comunicação entre Arduinos: I2C - Parte 1, Março, 2019. Disponível em: https://www.robocore.net/tutoriais/comunicacao-entre-arduinos-i2c-parte1.

De Vincenti, Federico. Apriporta con tessera magnética – sensores RFID (arduino), setembro, 2018. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=o-RaaXuOB6M

PROGRAMAÇÃO DA ESTAÇÃO METEOROLÓGICA DO COLÉGIO AGRÍCOLA DE FOZ DO IGUAÇU

Eliandro Marquetti [1], Elielton Chistiano de Oliveira Metz [1], Eduardo Slovinski i[1], Júlio Santos Corrêa [1], Luis Henrique Dall'Agnese[2]

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

INTRODUÇÃO

Todos sabemos a importância de uma estação meteorológica, desde identificar qual a temperatura, a umidade e a velocidade dos ventos em um determinado local quem nunca verificou as condições climáticas antes de sair para o trabalho por exemplo, sendo assim se esses dados são importantes para o uso cotidiano para um colégio agrícola essa necessidade de torna real para desempenhar diversas atividades e estudos, sendo uma delas por exemplo o melhoramento nas técnicas de plantio.

Por conta desse motivo surgiu uma demanda comunitária por parte do colégio agrícola de Foz do Iguaçu onde lá se encontra uma estação meteorológica com sensores eletrônicos que já está desativada a aproximem-te 10 anos, é de grande interesse a reativação do equipamento para que os acadêmicos possam desfrutar da melhor forma o conhecimentos e facilitar a análise dos dados de medição sendo que o equipamento pode gerar todos os dados em um único local de forma precisa e não necessitando assim realizar as medições de forma manual.

No local foram testados os equipamentos e foi notado a falta de todo o programa do microcontrolador que comandava a estação, sendo assim será necessário programá-la com um novo microcontrolador onde a melhor opção encontrada foi o Arduino Uno por conta da compatibilidade com os sensores já existentes e a facilidade em programar e comunicar com outros equipamentos, onde futuramente pode ser implantado em conjunto com esse controlados uma placa de LCD em tempo real sem a necessidade de um PC para verificação de dados.

Principal objetivo desse projeto é reativar a estação meteorológica que está situado no colégio agrícola de foz do Iguaçu, para isso foi necessário desenvolver um código utilizando o microcontrolador Arduino para que ele faça a leitura de todos os sensores e que seja possível obter os dados de leitura dos sensores, também foi necessário reativar a placa fotovoltaica que alimenta o sistema de sensores e microcontrolador.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Este trabalho está sendo realizado nas dependências do colégio agrícola de Foz Do Iguaçu, juntamente com uma parceria da universidade UniAmerica Descomplica, sendo repassada para os acadêmicos de Engenharia Elétrica o projeto de recuperação e implementação da estação meteorológica para análise e conhecimento de dados, dos acadêmicos.

Para esse projeto será utilizado os dados de códigos de linguagem c para poder ser controlado e projetado as demandas apresentadas no começo do desafio, na qual representa para o colégio um progresso muito grande em seus negócios pois ele necessita de uma estação funcional para poder estudar as condições do tempo e assim fazer o melhor aproveitamento do solo.

Como já existia um microcontrolador obsoleto foi necessária a substituição por um Arduino Uno sendo este de fácil comunicação com os componentes existentes (anemômetro, biruta, pluviômetro e sensor de temperatura e umidade)

Foi executada uma limpeza na placa fotovoltaica, assim tendo um excelente aproveitamento da alimentação solar beneficiando muito o carregamento da bateria para a alimentação do sistema.

Depois de substituído o microcontrolador pelo Arduino Uno foi implementado o código fonte através do IDE do Arduino Uno.

Analisando o sistema verificou-se que o anemômetro, pluviômetro, biruta funcionava perfeitamente, mas apenas o controlador de temperatura e umidade não respondeu aos comandos devidos o sensor ser incompatível com a placa controladora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para o sensor de direção do vento(biruta) o projeto possui uma lógica de funcionamento bastante simples, a sua aplicação por um momento pareceu não ser tão satisfatória, porém com as devidas atualizações no esquema de ligação, o seu funcionamento ficou de acordo com o esperado. Utilizando uma bússola é bastante útil para a calibração, mas vale ter cuidado uma vez que a movimentação da sua base de plástico pode dar uma pequena (ou grande) desalinhada, não recomento ficar mexendo muito na base plástica do Sensor.

Para o sensor Pluviômetro foi executado vários testes no qual foi utilizado um processo de manipulação com água simulando uma chuva, na qual era medido uma determinada quantidade de água em milímetros, para saber as condições do sensor.

Onde foi feito uma calibragem no sistema de medição para poder fazer a leitura em duas etapas, onde ele será captado a entrada do cálculo e irá gerar um pulso, e esse pulso irá calcular a quantidade em milímetros que foi captada pelo sensor.

O anemômetro ou (sensor de forca do vento), através da forca do vento, o sensor começa a girar até concluir uma volta completa, dando um pulso no sensor, informando o controlador à forca e velocidade do vento, sendo informada em km/h, ou m/s assim juntamente com a

biruta conseguimos definir a forca e direção do vento.

Sensor de temperatura e umidade, esse sensor tem como finalidade captar a temperatura ambiente e umidade do ar, onde ele não foi compatível com nosso controlador e alinhado com o diretor do colégio ficou definido uma futura substituição do sensor para o perfeito funcionamento do sistema.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

O projeto tinha o intuito de um desenvolvimento físico no qual foi aplicado na estação meteorológica do colégio agrícola de foz do Iguaçu, tivemos por fim um ótimo resultado conseguindo testar e calibrar todos os sensores e atuadores ficando de fora de funcionamento apenas o sensor de temperatura e umidade que não é compatível com a placa controladora utilizada. Concluímos então que o projeto será de grande utilidade principalmente para os acadêmicos do colégio agrícola de foz do Iguaçu que vão poder se beneficiar desse novo artificio para seus estudos.

REFERÊNCIAS

Santos, C. R. (11 de março de 2021). *Fundamentos de projetos eletrônicos envolvendo o Arduino.*

Zanetti, H. A. (8 de Setembro de 2020). *Projeto com python e Arduino : Como Desenvolver Projetos Práticos de Eletrônica, Automação e Iot.* Editora Érica; 1ª edição.

https://www.usinainfo.com.brhttps://www.usinainfo.com.br/estacao-meteorologica-arduino/estacao-meteorologica-para-arduino-wh2081smp-6118.html

PROJETO DE ESTUFA AUTOMATIZADA ATRAVÉS DE UM MICROCONTROLADOR

Anchura Malate[1], Douglas Mackri[1], Enrique Cabrera[1], Joyce Rufino[1], Lucas Luza [1], Jorge Luis R. dos Santos Jr.[2], Luís Henrique C. D. Agnese[3]

INTRODUÇÃO

"O clima brasileiro é bastante propício ao cultivo de diversas espécies de hortaliças, pois alguns necessitam do clima tropical para seu bom desempenho, enquanto existem hortaliças que necessitam de uma temperatura amena." (FERNANDES; PREUSS; SILVA, 2017).

"O cultivo a céu aberto está sujeito a diversos fatores climáticos, como variação de temperatura, seca, pragas e doenças, fazendo necessário a busca por alternativas para o cultivo." (SANTOS; BARRETOS, 2012)

Uma das técnicas utilizadas é o sistema automatizado de controle de estufas para o cultivo de hortaliças, que oferece uma alternativa ao tradicional, permitindo o controle da temperatura, luminosidade, umidade do solo, controlando também pragas e doenças.

"A irrigação moderna é bastante avançada e possui variados tipos de automação, entretanto o pequeno e médio agricultor, nem sempre têm total acesso a essas tecnologias, seja por problemas financeiros ou por falta de conhecimento." (GUIMARÃES, 2011, p. 12). A criação de um sistema de irrigação automatizado de baixo custo não visa somente à agricultura, todavia casas que possuem jardins, também necessitam de um sistema de irrigação, com a instalação de um sistema similar ao protótipo a ser desenvolvido. Dessa forma os proprietários das casas não terão mais a necessidade e preocupação no manejo de irrigar seus jardins, pois elas poderão ser utilizadas automaticamente por meio de irrigação automatizada.

Com a crescente utilização da tecnologia em benefício da otimização das atividades humanas e, consequentemente, de tudo aquilo que o cerca, houve uma redução da necessidade de mão de obra local para trabalhos repetitivos, eliminando a maioria dos problemas do dia a dia que antes eram considerados irremediáveis. Uma boa alternativa para

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Eletrônico e docente do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: luis.henrique@descomplica.com.br

amenizar esse problema seria a utilização de um ambiente automatizado capaz de obter e fornecer dados de temperatura, umidade e radiação ultravioleta (UV), acionando atuadores que fazem o controle da irrigação, ventilação, iluminação e fechamento de telas protetoras contra raios UV.

O projeto desenvolvido neste relatório tem o objetivo de projetar e simular sistema de controle automatizado, capaz de monitorar temperatura, luminosidade e umidade do solo, prototipado em plataforma open sourcer de sistemas embarcados (Arduino). Parra isso, alguns objetivos específicos foram necessários, estão descritos abaixo:

- Avaliar a demanda proposta;
- Estudo referente a estrutura do sistema;
- Levantamento de dados para realização do código na plataforma;
- Montagem do sistema no Arduino;
  Programação;
- Desenvolvimento do relatório;
- Viabilidade da realização do projeto.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

.

Para a realização desse projeto, foram realizadas pesquisas bibliográficas, resultando um material teórico para o desenvolvimento de um código através da plataforma Tinkercad.

Durante este projeto será utilizado uma grande quantidade de sensores, atuadores e capacitores que a Plataforma Arduino nos disponibiliza, por meio de estudos constatou-se que o uso integrado de uma plataforma mobile, junto a um sistema automatizado utilizando a Plataforma Arduino, têm inúmeras vantagens, tais como: maior controle de dados, possibilitando uma maior mobilidade do usuário para acessar os dados da estufa a qualquer hora e lugar. Utilizando estas tecnologias se tem um sistema automatizado mais robusto e seguro.

Os componentes utilizados para o desenvolvimento desse projeto foram:

- Arduino Uno;
- Protoboard;
- 2 motores DC 5v;
- LDR;
- Sensor de umidade e temperatura (LM 36);
- Fita com 4 leds;
- 2 baterias 9v.
- 2 transistor;

A elaboração da programação do projeto foi realizada por meio da plataforma Tinkercad, a partir desta plataforma será feito a simulação, para depois ser passado para o protótipo. O sistema automatizado irá contar com um sensor de temperatura LM-36, que tem como funcionalidade o monitoramento de temperatura dentro do ambiente, ele receberá os valores e os transformará em celsius por meio da programação, ele utilizará esses valores para acionar o cooler (simulado por um motor DC) sempre que necessário.

A iluminação dentro do ambiente se dá por meio de dois componentes, um sensor LDR e uma fita ultravioleta, no qual a taxa de luminosidade será monitorada pelo sensor LDR, que por sua vez controlará a fita ultravioleta, caso a luminosidade dentro do ambiente não for adequada como em dias nublados ou em ambientes fechados, o sensor LDR está encarregado de acionar o led proporcionando assim uma iluminação artificial compensando insuficiência de luz natural. Contaremos com um motor DC para simulação de uma bomba d'água, ele será acionado por meio de um timer elaborado na programação que vai ser ligado duas vezes por dia.

Com o Arduino Uno será possível realizar a automação do sistema, onde será possível o monitoramento e controle dos sensores citados acima, podendo assim automatizar a irrigação, luminosidade e ventilação dentro do sistema, para um ambiente com as melhores condições para o cultivo de hortaliças ou até mesmo cultivos de grande porte.

Para monitorar a temperatura dentro da estufa foi utilizado o sensor TPM 36. O TMP36 é um sensor de temperatura de baixa tensão e de boa precisão. Ele fornece uma tensão de saída que é linearmente proporcional a temperatura em graus Celsius. Não necessita de calibragem externa e tem uma precisão de ±1°C na faixa de +25°C e de ±2°C na faixa de −40°C a +125°C. Fornecendo uma alimentação na faixa de 2,7 a 5,5 V, é possível realizar a leitura no pino Vout. Esta tensão pode ser convertida em temperatura utilizando o fator de escala de 10 mV/ºC.

O sensor LDR é um fotoresistor tem a capacidade de variar a resistência pela intensidade da luz, ele é acionado em casos de dias nublados e com pouca luz, assim as plantas continuam recebendo as vitaminas necessárias mesmo em noites e dias com pouco luminosidade. E está conectado a uma resistência de 1 kΩ e a porta analógica do arduino, monitorando o nível de iluminação dentro do ambiente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

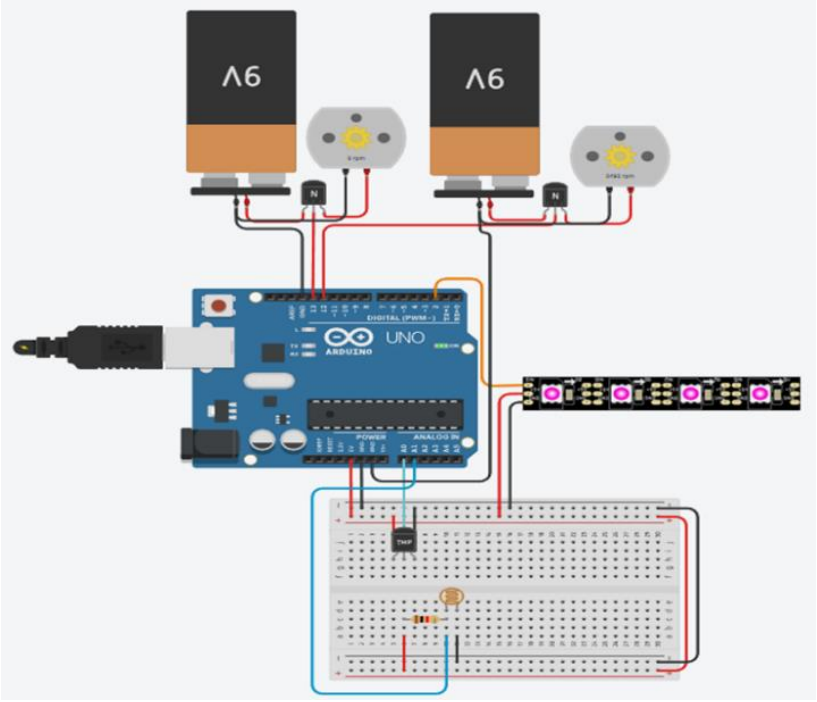
Os resultados obtidos nesta simulação foram significativos. A simulação funcionou de acordo com a proposta inicial do trabalho. Foi possível constatar o bom funcionamento do sistema proposto. Nos testes de temperatura e umidade, simulou condições naturais do mundo real, onde houve aumentos e declínios de temperatura ou umidade que ocorram de

maneira satisfatória.

Os dados do sensor de luminosidade que foram enviados para o Arduino Uno, apresentaram de forma satisfatória, pois este conseguiu reconhecer de maneira confiante a presença ou ausência de luz no ambiente, possibilitando assim a utilização de uma luz artificial para suprir esta deficiência, quando necessário.

Esse protótipo do projeto de automatização de uma estufa promove uma utilização de recursos híbridos pois com o timer e o sensor de umidade, é utilizado apenas o que é preciso evitando o desperdício e a qualidade da hortaliça, além de ter sido utilizado materiais de baixo custo. A imagem a seguir apresenta o resultado do projeto.

Figura 1. Sistema proposto.



Fonte: quando necessário

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

A agricultura é muito importante para o país, pois é dela que a maior parte dos pequenos agricultores obtém seu sustento. Como apresentado no decorrer do trabalho, os fatores como temperatura, umidade, estação do ano, raios UV, pragas ou até mesmo em épocas de secas ou chuvosas tem influência direta no desenvolvimento das hortaliças por elas serem sensíveis.

Foram usados vários sensores, atuadores, capacitadores e foi feita a programação do projeto por meio da plataforma Tinkercad. Com base nos resultados obtidos é possível

observar que o programa se comportou da maneira esperada, obedecendo os parâmetros estabelecidos, confirmou-se assim que é permissível a implementação da automação em uma estufa, proporcionando um aumento na precisão e monitoramento quase em tempo real dos dados.

REFERÊNCIAS

SANTOS, Alan Badenas; BARRETO, Rafael Goes. **Projeto e desenvolvimento de uma estufa automatizada para plantas**. Curitiba, 2012. Disponível em: <http://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/8462/2/CT_ENGELN_2012_1_01.pdf>. Acesso em: 27 de Set. de 2021.

FERNANDES, Douglas Guilherme; PREUSS, Evandro; SILVA, Teresinha Letícia. **Sistema Automatizado de controle de estufas para cultivo de hortaliças**. Santa Maria, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/12958/TCCG_SIFW_2017_FERNANDES_DOUGLAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 27 de Set. de 2021.

SCHMITZ, Felipe Augusto da Fonseca. **Sistema microcontrolado para estufas**. Curitiba, 2017. Disponível em: <http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/8828/1/CT_COEAU_2017_2_8.pdf>. Acesso em: 11 de Nov. de 2021.

PROJETO ELÉTRICO RESIDENCIAL

Edson Soares dos Santos[1], Júlio Santos Corrêa [1], Otávio Augusto Pereira Gonzalez [1], Willian Peffer [1], Douglas Olivo [1], Luís Henrique Chouay Dall'Agnese[2].

INTRODUÇÃO

Nesse trabalho será apresentado um projeto elétrico residencial, desde o planejamento, pesquisas das normas vigentes a esse tema e diagrama unifilar, que será desenhado em software especializado conforme as normas pesquisadas anteriormente.

O trabalho se justifica por ser uma demanda comunitária na qual será possível desenvolver e aplicar teorias de projetos na prática.

Para que seja possível a execução desse projeto será necessário pesquisas em normas que tratam sobre instalações elétricas residenciais em baixa tensão e após todas as pesquisas iniciar toda a montagem concluindo então com o diagrama unifilar com projeto luminotécnico que será aplicado e desenhado no programa Revit. Algumas etapas do projeto são descritas abaixo:

- Pesquisas das normas NBR 5410 e NBR 5413;
- Definir TUGs e TUEs.
- Projeto Luminotécnico;
- Posicionamento dos dutos.
- Distribuição de cargas.
- Diagrama unificar.
- Quantitativo de materiais.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

[1] Acadêmico do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

Email do autor correspondente: luis.henrique@uniamerica.br

Primeiramente foi realizado umas pesquisa nas normas NBR 5410 e 5413, quais seriam os padrões a ser seguido no posicionamento, quantidade e capacidade de cada tomada conforme os cômodos. Seguindo essas regras foi iniciado projeto elétrico no Programa Autodesk Revit.

O primeiro passo a se tomar no programa foi abrir a planta baixa base para o projeto e separar os cômodos por divisão de ambientes para que assim seja possível colocar em tabelas o tamanho de cada cômodo, para que futuramente possa ser utilizado o template elétrico do Revit mep elétrico, essa separação e feita no programa através da função analisar ambientes.

Após a divisão foi possível criar uma planilha com esses cômodos e como o programa já segue as normas da NBR 5410 e 5413 já define por cômodo quantas TUGs e TUEs e qual a carga luminosa. Com esses dados foi iniciada a distribuição das TUGs, TUEs e a iluminação, também foi decidida qual seria a alimentação do medidor.

Logo após fazer a distribuição foram ligados os condutes para interligar entre caixas ortogonais. Após todos os conduteis serem distribuídos todos os componentes elétricos da casa foram ligados e após fazer isso foram distribuídas as cargas, e o revit distribui as cargas entre as fases e os disjuntores foram dimensionados para cada circuito, os circuitos que foram criados foram criados no início do projeto e para cada componente foi determinado qual seria sua carga, o circuito, a altura o tipo do modulo e todos as informações pertinentes.

Após projetar o diagrama unifilar, o programa Revit calcula a distância de cada eletroduto e o quantitativo de fios e componentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na imagem 01 é demonstrada a tabela de TUGs e TUEs, nela podemos ver a metragem de cada quarto, e depois marcamos no programa qual o tipo do cômodo sendo eles devidos por área comum, banho, serviço, varanda/garagem, sendo assim o programa tendo essas informações já é informado quantos pontos serão necessários para cada cômodo da casa. Também é possível visualizar a quantidade em potência que cada cômodo necessita para iluminação conforme e pedido pelo NBR 5410.

Figura 1 – Tabela de TUGs e TUEs

<QUANTIDADE DE TUGs>

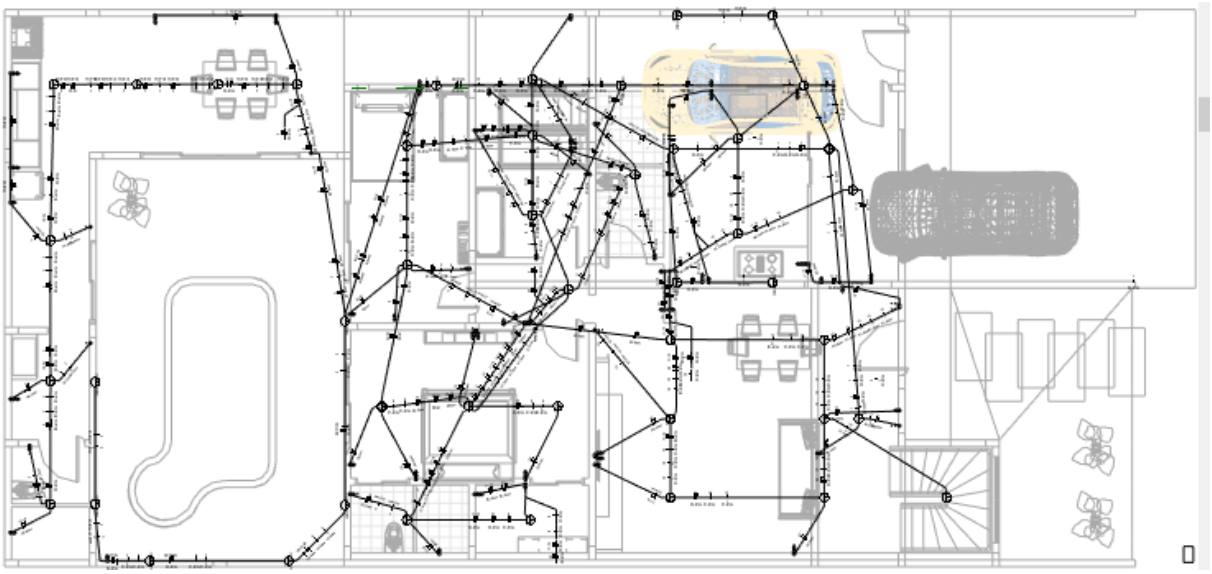
A	B	C	D	E	F	G	H	I
ESPAÇO	CLASSIFICAÇÃO DO CÔMODO				ÁREA	PERÍMETRO	QTD. MÍNIMA	
	COMUM	BANHO	SERVIÇO	VARANDA/GARAGEM			100VA	600VA
Sub-Solo								
corredor escada sub solo	☐	☐	☐	☑	6 m²	12.67 m	1	0
deposito	☐	☐	☐	☑	4 m²	8.30 m	1	0
escada	☐	☐	☐	☑	3 m²	7.37 m	1	0
garagem	☐	☐	☐	☑	58 m²	32.80 m	1	0
sisterna	☐	☐	☐	☑	4 m²	8.00 m	1	0
Planta Baixa Térreo								
chuveiro externo	☐	☑	☐	☐	2 m²	5.77 m	0	1
chuveiro social	☐	☑	☐	☐	1 m²	3.20 m	0	1
chuveiro suite	☐	☑	☐	☐	0 m²	2.78 m	0	1
circulação	☐	☐	☐	☑	9 m²	27.30 m	1	0
closet	☑	☐	☐	☐	4 m²	8.00 m	1	0
Cozinha	☐	☐	☑	☐	10 m²	13.17 m	1	3
Edicula	☑	☐	☑	☐	32 m²	36.17 m	5	3
lavanderia	☐	☐	☑	☐	7 m²	12.26 m	1	3
piscina	☑	☐	☐	☐	35 m²	28.62 m	6	0
quarto 2	☑	☐	☐	☐	11 m²	13.97 m	3	0
quarto de visitas	☑	☐	☐	☐	6 m²	9.79 m	2	0
salas e hall dos quartos	☑	☐	☐	☐	46 m²	43.97 m	9	0
suite	☑	☐	☐	☐	17 m²	17.05 m	4	0
wc exeterno	☐	☑	☐	☐	2 m²	5.97 m	0	1
wc social	☐	☑	☐	☐	2 m²	5.75 m	0	1
wc suite	☐	☑	☐	☐	1 m²	4.27 m	0	1

<CARGA DE ILUMINAÇÃO>

A	B	C
ESPAÇO	ÁREA	CARGA MÍNIMA (VA)
Sub-Solo		
corredor escada sub solo	6 m²	100
deposito	4 m²	100
escada	3 m²	100
garagem	58 m²	820
sisterna	4 m²	100
Planta Baixa Térreo		
chuveiro externo	2 m²	100
chuveiro social	1 m²	100
chuveiro suite	0 m²	100
circulação	9 m²	100
closet	4 m²	100
Cozinha	10 m²	160
Edicula	32 m²	460
lavanderia	7 m²	100
piscina	35 m²	520
quarto 2	11 m²	160
quarto de visitas	6 m²	100
salas e hall dos quartos	46 m²	700
suite	17 m²	220
wc exeterno	2 m²	100
wc social	2 m²	100
wc suite	1 m²	100

A alimentação do medidor nesse caso pela carga que estava estimada e pela presença de motobombas foi optado pela alimentação em 220 V trifásica. A distribuição dos circuitos, bem como a passagem dos eletrodutos será demonstrada nas imagens abaixo.

Figura 2 – Tabela de TUGs e TUEs



Agora será demonstrada a tabela de disjuntores e distribuição de cargas dos circuitos que serão demonstradas a seguir. Após o obtermos as tabelas foi possível desenhar o diagrama unifilar que será demonstrado a seguir.

Figura 3 – Tabela dos Disjuntores

Painel: QPLF

Localização:	salas e hall dos quartos 17	**Tensão de entrada:**	127V/220V ESTRELA	**Tipo de rede elétrica:**	
Fornecimento de:	MEDIDOR	**Nº Fases:**	3	**Disjuntor de entrada:**	180 A
Montagem:	EMBUTIR	**Nº Fiação:**	4	**Corrente de entrada:**	

Observações:

CKT	Nome do circuito	Disjuntor	Nº Fase	R	S	T
-1	Iluminação corredor escada sub solo 28	16 A	1	500 VA		
-2	Tomada de uso geral sub solo DR	20 A	1		500 VA	
-3	Iluminação Edicula 36	16 A	1			700 VA
-4	Tomada de uso geral Edicula 36	20 A	1	800 VA		
-5	tomadas de uso geral quartos	20 A	1		700 VA	
-6	Iluminação Ambiente dos quartos	16 A	1			1000 VA
-7	Tomadas de uso especifico cozinha e lavanderia	20 A	1	2600 VA		
-8	Tomadas de uso especifico edicula	20 A	1		1800 VA	
-9	Tomadas de uso geral DR	20 A	1			2400 VA
-10	Iluminação Cozinha	16 A	1	1000 VA		
-11	Tomadas de uso geral 220v	20 A	2		600 VA	
-12						600 VA
-13	Chuveiro WC social DR	40 A	2	4000 VA		
-14					4000 VA	
-15	Chuveiro WC externo DR	40 A	2			4000 VA
-16				4000 VA		
-17	Chuveiro WC suite DR	40 A	2		4000 VA	
-18						4000 VA
-19	ESPAÇO VAZIO	–	1	–		
-20	Ar condicionado Suite	20 A	2		3500 VA	
-21						3500 VA
-22	Ar condicionado quarto de visitar	20 A	2	3500 VA		
-23					3500 VA	
-24	Ar condicionado quarto 2	20 A	2			3500 VA
-25				3500 VA		
-26	Motor piscina	20 A	3		2000 VA	
-27						2000 VA
-28				2000 VA		
-29	Motor sistema	20 A	3		2000 VA	
-30						2000 VA
-31				2000 VA		
-32	Tomada de uso geral salas e hall dos quartos	20 A	1		1000 VA	
-33	Tomada de uso geral suite	20 A	1			1000 VA
-34	ESPAÇO VAZIO	–	1	–		
-35	ESPAÇO VAZIO	–	1		–	
-36	ESPAÇO VAZIO	–	1			–
			Carga total:	23900 VA	23600 VA	24700 VA
			Corrente total:	189 A	186 A	195 A

Legenda:

Classificação de carga	Carga instalada	Fator de demanda	Carga estimada	Totais do painel	
Motor	12000 VA	112.50%	13500 VA		
Tomada de uso geral	5300 VA	45.00%	2385 VA	**Carga instalada:**	72200 VA
Iluminação	3200 VA	59.00%	1888 VA	**Carga estimada:**	53002 VA
Tomada de uso especifico / Chuveiro	28900 VA	48.00%	13872 VA	**Corrente instalada:**	189 A
ar condicionado	21100 VA	95.18%	20082 VA	**Corrente estimada:**	139 A
tomadas de uso geral quartos	1700 VA	75.00%	1275 VA		

Observações:

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho tinha o objetivo de apresentar um projeto elétrico residencial, desde o

planejamento até a finalização do diagrama elétrico e a lista de materiais. Como o trabalho surgiu de uma demanda comunitária, foi possível desenvolver e aplicar teorias de projetos na prática. Além do desenvolvimento do projeto, foi possível ter contato com o software Revit, que tem uma aplicabilidade bastante relevante na área da engenharia elétrica.

REFERÊNCIAS

ABNT – Associação Brasileira De Normas Técnicas. Norma Regulamentadora Brasileira nº 5410: Instalações elétricas de baixa tensão. Rio de janeiro novembro / 1997.

ABNT – Associação Brasileira De Normas Técnicas. Norma Regulamentadora Brasileira nº 5413: Iluminância de interiores. Rio de janeiro Abril / 1992.

https://cursosconstruir.com.br (Revit MEP 2020: Instalações Elétricas - Residência de Alto Padrão)

SISTEMA AUTOMATIZADO CONTRA INCÊNDIOS DOMÉSTICOS

Anderson Felipe Machado [1], Pedro Augusto Santos Trindade [1], Rebeca Silva Costa[1], Weslley Amaral da Silva[1], Luis Henrique Chouay Dall'agnese[2], Jorge Luís Ribeiro dos Santor Junior[2].

INTRODUÇÃO

Através da Pesquisa por Amostra de Domicílio Contínua (Pnad Contínua), foi observado que 11,7 milhões de brasileiros vivem sozinhos, o correspondente a 16,2% dos lares divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística(IBGE), com a realização dessa pesquisa foi possível analisar que indivíduos que se encaixam nessa estatística na maioria das vezes precisam deixar a residência onde residem sozinha por um tempo, neste período de tempo que a residência se encontra sozinha pode ocorrer um eventual incêndio, pensando nesse fator, surgiu a ideia de desenvolver um sistema automatizado contra incêndios domésticos, proporcionando para esses indivíduos mais segurança e tranquilidade.

Para o desenvolvimento do projeto foi necessário ter conhecimento sobre automação, pois praticamente todo o projeto é referente automação, automação em seu uso moderno, pode ser definida como uma tecnologia que utiliza comandos programados e/ou operações mecânicas para operar um dado processo, combinados com a constante troca de informação para determinar que os comandos sejam executados corretamente, frequentemente utilizada em processos antes operados por seres humanos (DORF& BISHOP, 2001). Entre outros benefícios, quando aplicada a um sistema, a automação proporciona economia de energia, redução de custos de operação e manutenção, otimização de vida útil dos equipamentos, controle e qualidade dos mecanismos e segurança na operação (Araújo Oliveira, Eryck, 2021).

O projeto tem como funcionalidade alertar os donos da residência via mensagem de texto como se encontra cada etapa do incêndio e tem como função combater o princípio do incêndio, sem ser necessário intervenção humana.

[1] Acadêmico do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: luis.henrique@uniamerica.br

Através do desenvolvimento do projeto de um sistema automatizado contra incêndios doméstico será possível que os moradores de suas residências tenham conhecimento, caso ocorra um princípio de incêndio em sua residência o morador vai receber uma mensagem alertando sobre o incêndio e automaticamente em sua residência vai acionar o sistema contra incêndio que vai combater o princípio de incêndio antes que tome uma proporção maior, resultando em mais praticidade , tranquilidade e segurança para os indivíduos.

O objetivo do projeto é desenvolver um sistema que alerta os moradores e apaga o princípio de incêndio doméstico. Para atingir o objetivo final é necessário realizar algumas etapas como:

- Realizar o levantamento dos materiais necessários para construção do protótipo.
- Construir na maquete o local que será simulado o incêndio.
- Instalar os componentes eletrônicos.
- Desenvolver a programação do sistema.
- Verificar se os componentes instalados realmente combatem os princípios de incêndio de forma eficaz e realizam todas as tarefas impostas.

MATERIAL E MÉTODOS

Todos os dados foram coletados por meio de pesquisas bibliográficas em livros, artigos e revistas, sempre buscando a maior veracidade das informações para que pudesse ser somado no desenvolvimento do projeto e para a coleta de dados foi utilizado a abordagem qualitativa que tem como intuito entender o trajeto para a tomada de decisão correta sobre o principal problema do tema.

A principal funcionalidade do projeto é notificar o contratante através de uma mensagem de texto caso esteja acontecendo algum indicio de incêndio na residência , para isso foram necessários alguns equipamentos específicos que foram necessários para o desenvolvimento do projeto sendo eles um Arduino Shield Modulo Gsm Gprs Sim900 ele é um módulo capaz de usar Serviços Gerais de Pacote por Rádio (GPRS) em suporta banda quadrupla (850/900/1800/1900MHz) como SMS, Voz (ligações), enviar dados via Internet. Compatível com Arduino UNO e MEGA. Foi utilizado um sensor MQ-2 que tem como função no projeto detectar a fumaça, ele é capaz de detectar concentrações de gases inflamáveis e de gás monóxido de carbono no ar.

O MQ-2 pode detectar concentrações de gases inflamáveis na faixa de 100 a 10.000ppm. Foi utilizado um sensor ultrassônico HC-SR04 no geral o funcionamento do HC-SR04 se baseia no envio de sinais ultrassônicos pelo sensor (Trigger), que aguarda o retorno (encho) do sinal, e com base no tempo entre envio e retorno, calcula a distância entre o sensor e o objeto detectado (CAVALCANTE, M.A.; TAVALARO,2011). Uma bomba d'agua de aquário com a vazão de até 150L/H que tem como função extinguir os focos de incêndios. Um relé

normalmente aberto que irá ligar a bomba e a maquete para comportar todos os equipamentos eletrônicos e retratar o cenário de uma casa lembrando uma aplicação na vida real.

Devido ao atual cenário que está sendo vivenciado, o andamento do projeto teve suas delimitações resultando em uma dificuldade para reunir os pesquisadores, a dificuldade para a programação do módulo SIM900, devido ser a primeira vez trabalhando com esse componente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A principal funcionalidade do projeto é combater o princípio de incêndio, para isso foram necessários alguns equipamentos específicos para o desenvolvimento do projeto sendo eles um Arduino Uno que tem como função armazenar a programação.

Foi utilizado um sensor MQ-2 que tem como função no projeto detectar a fumaça, ele é capaz de detectar concentrações de gases inflamáveis e de gás monóxido de carbono no ar. O MQ-2 pode detectar concentrações de gases inflamáveis na faixa de 100 a 10.000ppm.

Foi utilizado um sensor ultrassônico HC-SR04 no geral o funcionamento do HC-SR04 se baseia no envio de sinais ultrassônicos pelo sensor (Trigger), que aguarda o retorno (encho) do sinal, e com base no tempo entre envio e retorno, calcula a distância entre o sensor e o objeto detectado (CAVALCANTE, M.A.; TAVALARO,2011). Uma bomba d'agua de aquário com a vazão de até 150L/H que tem como função extinguir os focos de incêndios.

Um relé normalmente aberto que irá ligar a bomba e a maquete para comportar todos os equipamentos eletrônicos e retratar o cenário de uma casa lembrando uma aplicação na vida real. Uma led que tem como função de sinalizar o princípio de incêndio. Foi simulado um pequeno incêndio na maquete, o sensor de fumaça detectava a fumaça e acionava o relé e a led e o relé realizava o acionamento da bomba de água que combatia o início de incêndio.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta inicial do projeto foi a construção de um sistema automatizado para o combate de incêndios, com um sistema de envio de informações via SMS para que o proprietário do imóvel consiga saber sobre qualquer ocorrência em sua residência. Apesar de não ter sido possível a implementação do módulo Gsm Gprs Sim900, o sistema foi capaz de operar no que diz respeito à detecção e no combate de focos de incêndio. Nos testes realizados, o sistema se comportou de maneira eficaz na eliminação do principio de incêndio na residência.

REFERÊNCIAS

Araújo Oliveira, Eryck. Automação Industrial. São Luís. Disponível em; <http://www.pecs.uema.br/wp-content/uploads/2020/01/Disserta%C3%A7%C3%A3o-Final-17-12-Eryck.pdf. > Acesso em: 28 de março de 2021.

Sarik, J. and Kymissis, I. (2010). Lab kits using the arduino prototyping platform. InFrontiers in Education Conference (FIE), 2010 IEEE, pages T3C–1. IEEE.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR17240-Sistemas de detecção e alarme de incêndio –Projeto, instalação, comissionamento e manutenção de sistemas de detecção e alarme de incêndio –Requisitos. Rio de Janeiro. 2010.

FOROUZAN, Behrouz A. Comunicação de Dados e Redes de Computadores. 4ªed. Porto Alegre: Bookman, 2007.

DE SOUZA, Eduardo Augusto de Assis. Automação Predial dispositivos contra incêndio. Universidade São Francisco, Campinas, 2011. Disponível em: <http://lyceumonline.usf.edu.br/salavirtual/documentos/2144.pdf>. Acesso em: 05 de abr. de 2021

ENGINEERS. Last Minute. Send Receive SMS & Call with SIM900 GSM Shield & Arduino. Estados Unidos, 2020. Disponível em: <https://lastminuteengineers.com/sim900-gsm-shield-arduino-tutorial/> Acesso em: 11 de abr. de 2021.

CAP. Centro de Atividades de Poconé. SESC, Memorial Descritivo do projeto de segurança contra incêndio e pânico (PSCIP). Cuiabá, 2018. Disponível em: < https://www.sescpantanal.com.br/arquivos/cadastro-licitacoes/file-636745944907341118.pdf >. Acesso em: 05 de abr. de 2021.

DSI. Departamento de Sistemas da Informação. FIO, Sistema de alarme e detecção de incêndio em Arduino, Ourinhos 2018. Disponível em: <https://cic.unifio.edu.br/anaisCIC/anais2018/pdf/15_01.pdf >. Acesso em: 05 de abr. de 2021.

SISTEMA DE AQUECIMENTO DE PISCINA

Claudinei Guilherme Hoffmann[1], Leonardo Pinheiro Rocha[1], Lucas da Silva Pozzebon[1], Poty Pytã Paola Caballero da Silva[1], Luis Henrique Chouay Dall'agnese[2], Luciana Paro Scarin Freitas[3].

INTRODUÇÃO

A automação de diversas formas tem tido um constante crescimento nos últimos anos, se mostrando cada vez mais presente no dia a dia. Podendo estar em qualquer lugar, tanto em empresas, indústrias ou residências. Esse constante crescimento traz o envolvimento do engenheiro para o desenvolvimento de projetos automatizados para facilitar o desenvolvimento de sistemas complexos, isso acarreta a responsabilidade do engenheiro desenvolver sistemas que facilitam processos mecânicos nas indústrias e comércios com a finalidade de otimizar o tempo de mão de obra, e nas residências com a finalidade de promover lazer e praticidade trazendo a tecnologia para dentro de casa.

JUSTIFICATIVA

A definição para escolha do projeto veio a partir de um integrante do grupo que apresentou a demanda, visando buscar conforto, juntamente com o custo-benefício para realizar o aquecimento da piscina da residência. Outro ponto importante é pelo produto ser relativamente novo no mercado, o que permite ainda muito espaço para estudos e aprimoramentos.

OBJETIVOS GERAL

Desenvolver um projeto para aquecer uma piscina, acionando um sistema que utiliza energia solar para elevar a temperatura da água à um valor desejado.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Estudar os conceitos de aquecimento por irradiação solar;

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Engenharia Elétrica e Computação, docente do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Coordenadora do Curso de Engenharia Elétrica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu-PR.

- Estudar os conceitos relacionados à sistema de controle e automação;

- Analisar as técnicas disponíveis para estruturar e montar o projeto utilizando um microcontrolador Arduino Mega e tela LCD Touch para a central de controle do projeto;

MATERIAIS E METODOS

Materiais:

- Arduino mega 2560: O Arduino mega é um microcontrolador onde processa as informações por meio de software, descritas do tipo C.
- LCD TFT _320QVT: O touchscreen, é a tela onde haverá a interatividade do usuário, nele será possível verificar a temperatura atual da água da piscina, e onde também será inserido a temperatura desejada da mesma
- 2 resistores de 10KΩ
- 2 Sensor de temperatura DS18B20: Os sensores utilizados para a medição das temperaturas são do modelo DS18B20 com capacidade de medição -55°C a 125°C.
- 1 RTC (Real Time Clock): O RTC ele é um relógio computadorizado, que mantem a hora presente, como ele podemos definir horários para que as linhas de códigos não sejam executadas.
- 1 Relé de 5V 10 A: O relé será responsável por ligar e desligar a bomba d'água que alimenta os coletores solares.
- 1 Relé 127V 8 A
- 4 Placas Coletoras em formato espiral de 50mts: As placas coletoras serão utilizadas para o aquecimento da água através da energia térmica do sol, que somadas terão um valor de 24L de água dentro delas.
- 2 Bombas de água 1200L/H 13V: Usaremos as bombas de água de 1200L/H, que serão responsáveis pelo bombeamento d'agua da piscina para as placas coletoras. Devido às perdas de carga somadas com percurso da tubulação, curvas e elevação, instalamos as bombas em série para manter a vazão necessária.

Métodos:

Para executar e controlar o sistema idealizado, foi elaborado um código que trabalhará nas leituras da temperatura da água da piscina e das placas de aquecimento solar, ativação do motobomba para a circulação da água até os coletores, e o desligamento quando a temperatura da piscina atingir a temperatura definida. Os dados coletados pelos sensores de temperatura serão apresentados na tela de cristal líquido, que também será possível inserir a temperatura desejada a ser atingida.

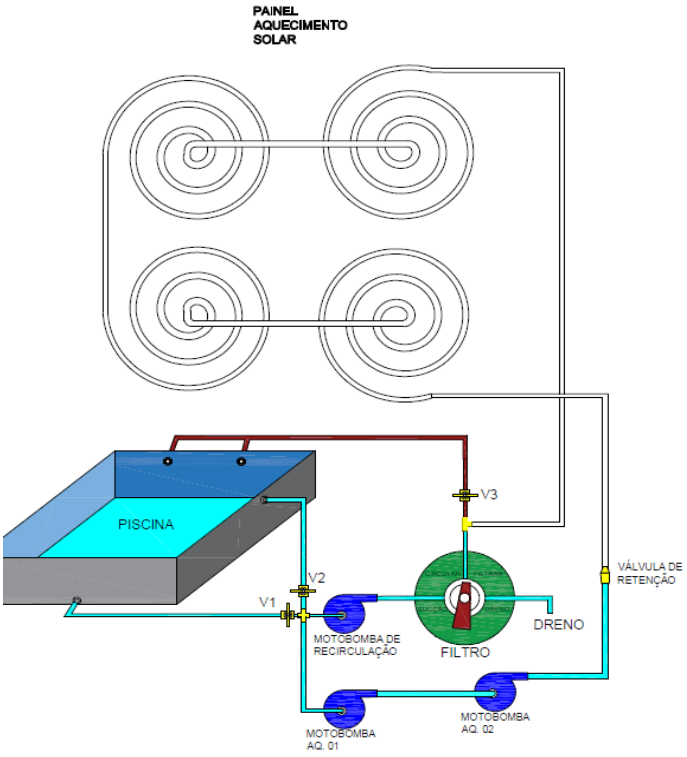
O sol tem sua importância para o desenvolvimento da vida no planeta terra para emitir calor e aquecer o planeta. A principal fonte para o aquecimento da água para a piscina será a radiação solar que é o fluxo de energia emitida pelo sol.

Para iniciar a montagem do protótipo foram instaladas quatro placas coletoras desenvolvidas em formato circular através de mangueiras pretas de polietileno de 1/2’ com 2mm de espessura e seu comprimento de 50 metros cada, as placas irão exercer a função do aquecimento da água da piscina que passará no interior da mangueira.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

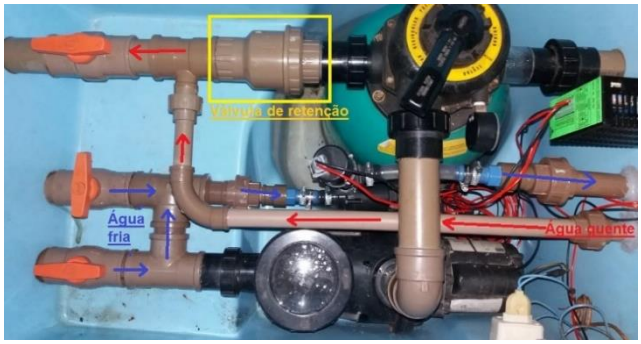
Na linha de montagem do projeto é dado início pela tubulação conectando os canos e bombas na parte interna da casa de máquinas e a conexão e montagem da tubulação que vai em sentido as 4 placas coletoras localizadas no telhado, a última placa coletora tem sua saída ligada ao retorno da tubulação que vai em sentido a piscina para a distribuição da água, o painel de controle, localizado entre a subida e descida da agua possui em sua parte interna todos os componentes responsáveis pelo controle de acionamento para o funcionamento do sistema. Conforme a Figura 1, 2 e 3.

Figura 1- Esquema de tubulações



Fonte – Autor

Figura 2 – Casa de máquinas



Fonte – Autor

Figura 3 – Subida e Descida da água, Painel de controle

Fonte – Autor

Pode se observar na Figura 2 e 4 que foi utilizado duas válvulas de retenção, uma no início das linhas de tubulações, a válvula é responsável pelo controle de fluxo permitindo que a água flua em apenas um sentido, e a outra na saída do filtro, localizado dentro da casa de máquinas, ela impede que a água retorne novamente para o sisema por meio da bomba e do filtro.

Figura 4 – Válvula de retenção

Fonte – Autor

Pode se observar na Figura 5 que no projeto foi instalado 4 placas coletoras formando um painel que foram ligados em série com a finalidade de evitar o acúmulo de bolhas e perdas por parte da motobomba, também manter um caminho maior para que o trajeto da água tenha contato por mais tempo com o calor.

Figura 5 – Painéis Coletores

Fonte - Autor

Para o monitoramento da temperatura da água fria e aquecida, no projeto foi instalado dois sensores DS18B20, um localizado na entrada de água na casa de máquina para fazer a leitura da temperatura da água fria saindo da piscina, o segundo sensor foi instalado na saída dos painéis coletores para fazer a leitura da água aquecida.

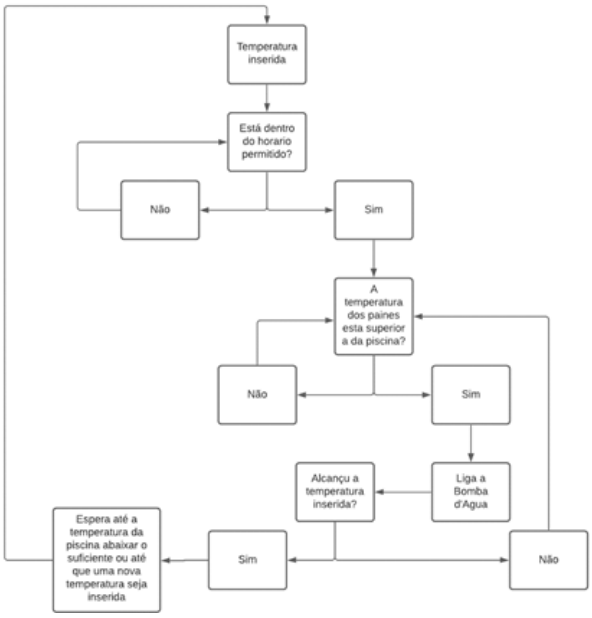
Logica de funcionamento do sistema

A lógica para o funcionamento do sistema foi elaborada e desenvolvida para concluir os objetivos citados no início do relatório, o fluxo grama da Figura 6 apresenta sobre o funcionamento do sistema.

Para dar início ao processo de aquecimento da piscina foi utilizado um dispositivo LCD Touch para que nele seja inserido a temperatura desejada para a piscina. Para definir o horário em que o sistema será ativado, foi utilizado um RTC (Real Time Clock) para que a bomba do sistema seja ativada a partir das 08:00 horas da manhã, horário em que os raios solares atingem as placas coletoras, o horário definido para desativar o funcionamento do sistema foi as 18:00 horas da tarde, horário em que quase não temos mais sol.

Conforme o passar dos ciclos de aquecimento forem acontecendo e a temperatura da piscina for atingindo o valor inserido, o sistema entrará em modo repouso até que a temperatura diminua no mínimo 3°C do que foi inserido ou caso seja inserido uma nova temperatura a ser atingida.

Figura 6 – Fluxograma



Fonte – Autor

CONCLUSÃO:

No decorrer do trabalho, apesar do foco do desenvolvimento ser a instalação elétrica, eletrônica e programação de controladores, tivemos vários outros aprendizados. Principalmente com a irradiação solar foi possível entender mais sobre a troca de calor entre duas superfícies distintas. Um ponto interessante foi a utilização do LCD Touch, um componente que ainda não tínhamos trabalhado e que nos trouxe novos bons conhecimentos na parte programação e com várias aplicabilidades.

Nosso sistema atualmente se encontra em funcionamento, sem apresentar nenhum problema na parte lógica de seu acionamento. Na parte da instalação do projeto, tivemos conclusões positivas quanto a aplicação da teoria estudada na prática.

ENGENHARIA MECÂNICA

O curso de Engenharia Mecânica da UniAmérica abrange todas as grandes áreas de atuação profissional do Engenheiro Mecânico, desenvolvendo as competências de analisar, planejare projetar máquinas e equipamentos mecânicos, térmicos, hidráulicos e pneumáticos, além das competências voltadas a gestão de equipes, custos, ambiental e de segurança do trabalho. Nosso diferencial é que desde o início os alunos têm contato direto com a realidadedo profissional de Engenharia Mecânica, onde incentivamos o empreendedorismo, a inovação, o olhar crítico, a autonomia, a liderança e comunicação e a proatividade, para formarmos profissionais capacitados e preparados para os novos desafios do mercado atual.

DESENVOLVIMENTO DE UM PLANO DE MANUTENÇÃO PARA UMA FROTA DE TRATORES AGRÍCOLAS

Matias Juan Manuel Caballero Santander[1], Amr Abubakr[1], Bruno Copetti Bonbem[1], Lucas Scotton Moraes[1], Arthur Brambatti Galli[1], Jean Garcez[2], Fabrício Fasolo[3]

INTRODUÇÃO

Nos dias atuais as máquinas agrícolas vêm dominando cada vez mais o trabalho no campo, e, sem dúvida o trator é o principal equipamento utilizado nesse processo. Esta máquina agrícola é um equipamento valioso e a sua correta operação e manutenção é imprescindível para otimizar o seu rendimento (SENAR, 2017). Os fatores de desempenho operacional do trator abordam a busca pela máxima produtividade a ser alcançada (PINHEIRO et al., 2019).

A manutenção de tratores agrícolas é importante porque reduz os danos prematuros dos equipamentos, aumentando a sua vida útil e proporcionando aos produtores maior rentabilidade e produtividade, evitando gastos desnecessários principalmente em épocas de safras (BUENO et al., 2011).

É importante fazer a substituição dos componentes dentro dos prazos estabelecidos pelo fabricante, pois com o tempo de trabalho, o lubrificante, por exemplo, perde suas características originais, da mesma forma cada componente deve ser acompanhado periodicamente, obtendo um resultado operacional e depreciativo muito satisfatório (TEIXEIRA e RUAS, 2006).

O plano de manutenção é um documento que apresenta as manutenções preventivas necessárias, juntamente com sua periodicidade. Ele serve para manter o funcionamento dos veículos o mais próximo possível das condições de fábrica, sem forçar sua mecânica, prevenindo problemas com componentes desgastados ou no fim de sua vida útil (UNIDAS FROTAS, 2021).

Diante disso, o objetivo deste trabalho é desenvolver um plano de manutenção para uma frota de tratores agrícolas John Deere, modelo 6180J, visando o aumento da disponibilidade mecânica, da produtividade das operações e da vida útil dos equipamentos.

MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho foi realizado para uma frota de tratores agrícolas de uma fazenda localizada na cidade de Tupi Paulista, SP, no período de 2021.

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Eng. Mecânico, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Mestre em Engenharia Mecânica, docente do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: fabricio.fasolo@descomplica.com.br

Para a realização do trabalho foram seguidas as etapas abaixo:

Levantamento das características da frota: O levantamento das características da frota foi realizado inicialmente diretamente com o proprietário da fazenda. Após, com a marca e modelo dos tratores definidos, foi consultado o data sheet dos tratores, para retirar as seguintes informações: Potência, torque, tipo de TDP (Tomada de Potência), tipo de transmissão, capacidade da barra de tração, peso.

Levantamento do histórico de manutenção: O histórico de manutenção foi levantado através de conversas diretamente com o proprietário. Após foram separadas as manutenções em preventivas, preditivas e corretivas, e realizado uma análise da porcentagem aplicada de cada tipo de manutenção.

Análise do manual do fabricante: O manual do fabricante foi retirado da internet, onde foram levantadas as seguintes informações: componente, manutenções recomendadas e periodicidade.

Elaboração do plano de manutenção: O plano de manutenção foi elaborado através das manutenções sugeridas no manual do fabricante, elencando o componente, ação de manutenção e periodicidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após o término do trabalho, os resultados são apresentados abaixo.

Levantamento das características da frota: A fazenda conta com 6 tratores da marca John Deere, modelo 6180J, onde as características estão apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1. Características da frota.

John Deere 6180J	
Potência	180 cv
Torque	721,97 Nm
Tipo de TDP	Independente
Tipo de Ttransmissão	PowerQuadTM 16x16
Capacidade da Barra de Tração (Estendida até 350 mm)	1600 kg
Peso (Sem freio pneumático)	7,195 Kg

Fonte: Autores, 2021.

Analisado a Tabela acima, percebe-se que são tratores de médio porte, utilizados para o transporte do transbordo, que é responsável por levar a cana da colhedora até os caminhões canavieiros.

Levantamento do histórico de manutenção: Após levantamento de histórico de manutenção, a Figura 1 apresenta a distribuição das manutenções em relação ao tipo.

Figura 1. Distribuição das manutenções.

Fonte: Autores, 2021.

Conforme histórico de manutenção, nota-se que 100% das manutenções são corretivas, sendo extremamente necessário a aplicação de um plano de manutenção. Essas manutenções corretivas foram levantadas somente através de conversas com o proprietário, pois os equipamentos não têm nenhum histórico de manutenção registrado.

Análise do manual do fabricante: O manual do fabricante foi retirado da internet onde as periodicidades de manutenções são em horas. O manual é separado por motor, transmissão e redução final.

Elaboração do plano de manutenção: Após análise do manual do fabricante, a Tabela 2 apresenta o plano de manutenção.

Para o plano de manutenção foram consideradas somente as atividades de manutenção de substituição e lubrificação, visando reduzir o tamanho do plano, para que tenha uma aplicabilidade maior.

O plano de manutenção foi fornecido para o proprietário da fazenda, onde orientou-se em relação a importância de aplicação de manutenções preventivas na frota de tratores.

Tabela 2. Plano de Manutenção.

Componente	Atividade de manutenção	Periodicidade
Motor	Troque o filtro e o óleo do motor	A cada 125 h
Motor	Troque o filtro de óleo do sistema hidráulico	A cada 650 h
Motor	Troque o filtro primário de combustível	A cada 500 h
Motor	Troque o filtro secundário de combustível	A cada 250 h
Eixo traseiro	Lubrifique o engate traseiro de três pontos	A cada 250 h

Eixo traseiro	Lubrifique o rolamento do eixo traseiro	A cada 500 h
Eixo dianteiro	Engraxe o eixo dianteiro e o eixo de acionamento da tração dianteira	A cada 50 h
Eixo dianteiro	Troque o óleo do redutor final do eixo dianteiro	A cada 350 h
Eixo dianteiro	Troque o óleo da caixa do diferencial da tração dianteira	A cada 400 h
Transmissão	Troque o filtro de óleo da transmissão	A cada 650 h
Transmissão	Troque o óleo do sistema de transmissão/hidráulico	A cada 1500 h
Transmissão	Limpe o filtro de sucção do sistema de transmissão/hidráulico	A cada 1500 h

Fonte: Autores, 2021.

CONCLUSÃO

Após o término do trabalho conclui-se que a principal dificuldade foi realizar o levantamento do histórico de manutenção, pois a empresa não utilizava nenhum mecanismo para histórico de manutenção, como ordens de serviço. Todas as manutenções foram levantadas diretamente com o proprietário, o que pode influenciar em erros nos resultados das distribuições de manutenção.

O plano de manutenção foi separado por componentes, onde foi colocado somente as principais atividades de manutenção, que são substituição e lubrificação. A periodicidade foi distribuída em horas, conforme indicação do manual do fabricante.

REFERÊNCIAS

BUENO, M. KOTSCHAN, D. VIZINONI, R. KLIMEK, A. OLIVEIRA, A. **Manutenção Preventiva: Um estudo de Caso em uma Revendedora de Maquinários agrícolas na região dos Campos Gerais.** CONBREPRO - I Congresso Brasileiro de Engenharia de Produção. Ponta Grossa, PR, 2011.

PINHEIRO, E. GINAK, S. NUNES, K. BARBIERI, J. P. **A importância da regulagem e manutenção dos tratores agrícolas**. O Presente Rural, 2019. Disponível em:< https://opresenterural.com.br/a-importancia-da-regulagem-e-manutencao-dos-tratores-agricolas/>. Acesso em: 23 de agosto de 2021.

SENAR – Serviço Nacional de Aprendizagem Rural. **Mecanização: operação de tratores agrícolas.** Serviço Nacional de Aprendizagem Rural — Brasília: SENAR, 2017.

TEIXEIRA, M. M.; RUAS, R. A. A. **Caderno 50 – Manutenção de Tratores Agrícolas**. Departamento de Engenharia Agrícola - Universidade Federal de Viçosa. Viçosa, MG, 2006.

UNIDAS FROTAS. **Manutenção preditiva ou preventiva? Entenda a diferença!** Disponível em: <https://frotas.unidas.com.br/blog/manutencao-preditiva-manutencao-preventiva/>. Acesso em: 29 de agosto de 2021.

DESENVOLVIMENTO DE UM PROCEDIMENTO DE OPERAÇÃO PADRÃO PARA UMA PERFILADEIRA

Írio Juliano Back[1], Gabriel Rocha de oliveira[1], Gilberto Ramon Fernandez Junior[1], Lais Rodrigues Batistai[1], Leticia Gotin[1], Rodrigo Nepomuceno[2]

INTRODUÇÃO

A tempos estamos vendo uma onda de estudos e análises em empresas e fabricas sobre a falta de padronização de processos produtivos que recebem impactos negativos por essa ausência de informação já documentada e repassada aos funcionários. Vários fatores negativos acontecem quando existe essa falta de padronização, como, afeta a produtividade geral dos funcionários em tarefas repetitivas e com alta demanda, tornando-as mais desgastantes e assim abaixando a moral pelo cansaço, outro fator também vinculado ao primeiro é a alta rotatividade de funcionários na empresa, por falta de motivação de fazer seu serviço e com moral baixa, tende a procurar outros empregos mais rapidamente, assim trazendo gastos extras a empresa que terá que buscar novos funcionários frequentemente e treina-los novamente para conseguirem fazer o serviço operário, e temos maiores gastos operários com mais erros dos funcionários novos que estão sendo capacitados para o serviço (FARMACON JR, 2020).

Com objetivo de padronizar instalações, manutenções e manejo de equipamentos, faz necessário a criação de uma documentação simples e prática que descrevesse a ordem dos procedimentos adequados ao manuseio de equipamentos específicos. Uma das metodologias existentes que visa a padronização do processo, para que o mesmo apresente resultados sempre similares, é o Procedimento Operacional Padrão (POP), utilizando-se de métodos variados, mas sempre com foco em uma documentação do início ao fim do processo com um passo a passo, tanto do processo quanto das preparações necessárias incluindo equipamentos de proteção individual e coletiva e burocracias necessárias.

As Perfiladeiras são equipamentos utilizados para um processo de conformação, durante este processo um metal plano é dobrado para tomar forma do perfil desejado com estágios definidos, para chegar a isso é utilizada a dobra plástica de forma progressiva, assim alcançando as formas e ângulos desejados.

No tocante a isso, a proposta de trabalho é aplicar a POP na empresa Sol Telhas de perfilagem de telhas localizada em Foz do Iguaçu-PR, no bairro Morumbi. Como uma

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre em Engenharia Mecânica, docente do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: rodrigo.nepomuceno@descomplica.com.br

alternativa aos problemas de padronização encontradas nos produtos finais, que se torna recorrente o gasto e assim fazendo necessário a aplicação com efetividade para ter uma padronização do equipamento previsto.

MATERIAL E METÓDOS

A empresa Sol telhas para qual faremos o POP está localizada em Foz do Iguaçu. O procedimento operacional padrão é de extrema importância para a eficiência de toda empresa munida de maquinário, evitando falhas ou erros durante a utilização de qualquer equipamento por um funcionário, sendo assim, para elaborar o documento seguimos alguns critérios para obter as informações necessárias:

- Leitura e detalhamento do manual de uma Perfiladeira de Telhas.
- Listagem de operações de manuseio.
- Listagem de procedimentos de segurança.
- Listagem de falhas.
- Listagem de ações corretivas.
- Listagem de resultados esperados.
- Listagem de manutenções preventivas.

Abaixo a folha do procedimento operacional padrão (POP) que será utilizada para preenchimento dos dados (Figura 1).

Figura 1. Modelo do procedimento operacional

SOL TELHAS	PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO	Código do Documento
		Versão 01 | Data __/__/__
OPERAÇÃO DA PERFILADEIRA		
Responsabilidades		
Da regência:	Do operador:	
Procedimentos		
Operação:		

Fonte: Autores, 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Procedimento operacional recomendado

O procedimento de fabricação deve seguir os seguintes passos

- Ligar a máquina, para este procedimento é necessário energizar o sistema da perfiladeira usando a chave principal Ligar/Desligar
- Configurar as medidas e quantidades de telhas a ser fabricada, primeiro selecione a quantidade de telhas seguido do comprimento e largura, as medidas devem ser em milímetros

Exemplo: quantidade 5, comprimento 4000 mm~~(milímetros)~~ largura 1000 mm

- Destravar a bobina de chapa, para que a máquina possa iniciar a produção
- Selecionar o modo automático ou manual, no modo automático a máquina executa a produção de forma autônoma sem a necessidade de interferências do operador, já no modo manual o operador deve dar os comandos de avanço e corte e deverá acompanhar no visor da máquina o comprimento para ativar o corte, sugerimos o modo automático. Para ativar a máquina no modo automático basta pressionar o botão automático no painel, já para o modo manual deve pressionar o botão manual, neste modo o operador deve dar o avanço pressionando o botão avanço, e para corte pressionar o botão guilhotina quando desejar cortar.
- Em caso de pane ou problemas o operador deve desativar a máquina usando o botão de emergência disposto no painel de operação
- Obrigatório o uso de EPI

Abaixo segue o Procedimento Operacional Padrão (POP) já completo (Figura 2):

Figura 2. Modelo operacional a ser aplicado na empresa

SOL TELHAS	PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO	Código do Documento	
		Versão 01	Data __/__/__

OPERAÇÃO DA PERFILADEIRA	
Responsabilidades	
Da regência:	**Do operador:**
Acompanhamento	Registrar/ preencher corretamente a ficha de operação
Verificar e supervisionar as atividades de operação	Limpeza do equipamento
	Arquivar registros da qualidade
Verificar o correto preenchimento da ficha de operação	Fazer uso correto do equipamento

Procedimentos

Operação:

• Para iniciar o processo de fabricação o operador deve ligar a maquina

• Configurar as medidas das telhas em milímetros e a quantidade em unidade que deseja produzir. Exemplo 5 telhas de 4000 milímetros de comprimento e 1000 milímetros de largura

• Soltar o freio da bobina de chapa

• A máquina possui duas opções de funcionamento, manual e automático, no modo automático ela irá acionar o sistema de roletes fazendo com que a chapa passe e ganhe a forma da telha, o corte acontece de forma automática quando atingir a medida pré configurada

• Para operação de forma automática pressione o botão automático

• Na opção manual a máquina irá desempenhar a função seguindo os comandos do operador, que deverá pressionar o botão de avanço para que a mesma acione o sistema de roletes, neste modo é o operador quem aciona a guilhotina, a medida da telha pode ser acompanhada pelo visor no painel da máquina

Fonte: Autores, 2021.

CONCLUSÃO

O procedimento operacional padrão (P.O.P) proporciona uma melhor compreensão das atividades que devem ser executadas dentro de uma empresa ou fabrica e ajudam você a descobrir como avançar sem movimentos e ações desnecessárias.

Assim eles garantiram que todos os funcionários da empresa conseguissem de forma padronizada e eficaz executar o processo operacional requisitado pela empresa para nós, de início existe uma certa resistência perante os funcionários antigos sobre o documento de procedimento operacional padrão (P. O. P), mas conforme a mudança se estabelece no

ambiente e a facilidade de contornar imprevistos de ações não padronizadas aparecem à tona dentro da fábrica os funcionários passaram a ver como um benefício, com abertura para a padronização de outros maquinários no ambiente de trabalho.

Um dos argumentos apresentado para a continuação da nossa ação seria também pelos funcionários novos que podem ter um documento de consulta em momentos que não tem um veterano para auxiliar no aprendizado do maquinário que ele está a operar ou aprendendo a operar o mesmo, assim potencializando o serviço em áreas diferentes dentro da empresa requisitante (Sol Telhas).

REFERÊNCIAS

FARMACON JR. **Cinco vantagens de Elaborar Procedimento Operacional Padrão.** Disponível em: <https://farmaconjr.com/vantagens-procedimentos-operacionais-padroes-pops/> Acesso em: 23 jun. 2021.

DIMENSIONAMENTO DE UMA RODA DA ÁGUA PARA GERAÇÃO DE ENERGIA RENOVÁVEL

Gabriel Alves[1], João Gabriel Ghedin[1], Melk Allan[1], Marco Muraro[1], Adevilson Goes[1], Rodrigo Nepomuceno[2].

INTRODUÇÃO

A roda d'água consiste em uma roda de madeira ou de metal, que pode ser colocada na horizontal ou vertical, que tem como objetivo aproveitar a força gerada pela água, onde a sua força pode ser utilizada para bombear água para locais mais altos ou para gerar energia. Esse tipo de equipamento nasceu para suprir a demanda de moinhos, que aproveitavam sua força para moer grãos e fazer farinha. (MUSEU WEG, 2021).

Assim como explica Rochfer (2021), a roda d'água utilizada a força gerada pela água, podendo ser através da movimentação de pás quando em lugares sem desnível ou através do enchimento de recipientes, que utilizam o peso d'água para girar o seu eixo, onde o mesmo transmite sua rotação por meio de um conjunto de engrenagens para um gerador, que dependendo da finalidade, pode distribuir a energia diretamente para seus consumidores ou armazena-las em baterias.

Tendo em vista as condições de vida que moradores situados em locais muito afastados das cidades, em locais de difícil acesso, como moradores ribeirinhos, que ainda não tem acesso à energia elétrica, percebeu-se a necessidade de dimensionar um sistema de geração de energia de baixo custo e que atenda a demanda desses moradores.

Diante disso, o objetivo desse trabalho é dimensionar um sistema de geração de energia elétrica de baixo custo através de uma roda d'água, analisando modelos similares e ponderando entre eficiência e baixo custo.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente trabalho foi desenvolvido utilizando como local de testes um sitio localizado no município de São Miguel do Iguaçu/PR, de propriedade do Sr. Cledio Ghedin.

A primeira etapa foi pesquisar modelos de roda d'agua existentes, para realizar uma análise das características de cada uma e selecionar o modelo que mais atende as necessidades da proposta.

Sendo assim, foram encontrados três tipos de roda d'água: a sobre axial; a sub axial e a de eixo vertical.

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Docente do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: rodrigo.nepomuceno@descomplica.com.br

- Sobre axial: Este tipo de roda d'água possui pequenas caixas posicionas de forma diagonal na roda superior, onde são constantemente enchidos e esvaziados por uma fonte de água na parte superior, onde o peso da água movimenta a roda;
- Sub axial: Neste modelo a água passa por baixo da roda, a qual possui aletas dentro do córrego, que utilizam a velocidade da água para mover seu eixo.
- Eixo vertical: Este modelo funciona de forma semelhante a roda sub axial, com a diferença de que seu eixo está posicionado na vertical em relação ao córrego.

Após o levantamento dos modelos de roda d'água, foram definidos os requisitos para o gerador, responsável em converter a energia cinética em energia elétrica. Assim, sabendo que o gerador precisa atender a demanda mínima de uma residência, foi estipulado que o mesmo precisa produzir energia, desde baixa rotações e a produção de energia bifásica.

Para converter a energia CC para CA, será utilizado um inversor de corrente, que será dimensionado de acordo com o gerador escolhido, assim como a estrutura para sustentar todo o sistema e a tubulação para fornecer água a roda.

Já para transmitir a rotação do eixo da roda para o gerador, será utilizado um sistema de engrenagem, que também será responsável por transformar o baixo rpm e alto torque em alto rpm e baixo torque, atendendo assim o gerador. Por fim, com os componentes já caracterizados, foi desenvolvido o projeto de roda d'água com a finalidade de ponderar entre eficiência e baixo custo.

Potência útil, bruta e disponível pela roda d'agua

A potência útil é definida experimentalmente e será analisado em outros rendimentos para melhor definição das potências intermediárias. Já a potência bruta é potência máxima que pode ser extraída de uma queda d'água. Por fim, a potência disponível pela roda d'agua considera perdas de ordem hidráulica, volumétrica e mecânica nesta transformação. Para tal, utiliza-se a Equação 1, 2 e 3, respectivamente, para a estimativa dessas potências:

$$\text{Potencia Util} = 10 * Q * H * n \quad (1)$$

$$\text{Potência Bruta} = 10 * Q * H \quad (2)$$

$$\text{PRD} = \text{Potência Bruta} * n \quad (3)$$

Em que: Q (vazão de acionamento; l/s); H (altura vertical da queda; m); n (rendimento da roda; %).

Diâmetro da tubulação

O cálculo para determinar a tubulação adutora será baseado no método de Bresse. Para tal, utiliza-se a Equação 4 para a estimativa do diâmetro.

$$\text{Diâmetro Da Tubulação} = K * \sqrt{Q} \quad (4)$$

Em que: K (coeficiente de custo de investimento x custo operacional); Q (Vazão da água; m^3/s).

Potência disponível pelo multiplicador de velocidade, gerador elétrico e para utilização

Deve-se considerar um rendimento do multiplicador de velocidade para determinar a potência mecânica disponível (PMV) para o gerador elétrico. Já a potência disponível ao gerador elétrico pelo multiplicador de velocidade não é a potência elétrica que o gerador disponibilizará, isto porque o mesmo também possui um rendimento associado ao equipamento (Kg). E a energia elétrica fornecida pelo gerador precisa ser transportada até o local onde será utilizada. Este transporte, como já visto, é feito por meio de cabos elétricos. Este transporte também sofre perdas. Neste projeto a perda associada ao transporte será considerada de 2% da potência elétrica fornecida pelo gerador. Para tal, utiliza-se a Equação 5, 6 e 7, para a estimativa dessa potência.

$$PMV = PRD * nmv \quad (5)$$

$$PG = PMV * ng \quad (6)$$

$$PD = 0{,}98 * PG \quad (7)$$

Em que: *nmv* (rendimento do multiplicador de velocidade; %), ng (rendimento do equipamento; %).

Cálculo da rotação da roda d'água

Para tal, utiliza-se a Equação 8 para a estimativa dessa rotação.

$$N = \frac{25 * \sqrt{H}}{D} \quad (8)$$

Em que: D (diâmetro da roda d'agua; m).

Cálculo do torque da roda d'água

Para tal, utiliza-se a Equação 9 para a estimativa do torque.

$$T = D * P \quad (9)$$

Em que: P (Peso gerado pela água; kg). Ademais, s dados utilizados para os cálculos estão representados na Tabela 1:

Tabela 1. Dados Para os Cálculos

DADOS	
Q (l/s)	20
H (m)	2
η	80%
K	80%
Q(m³/s)	0,02
nmv	95%
ng	90%
D(m)	1,8
P(kg)	35

Fonte: Autores, 2021.

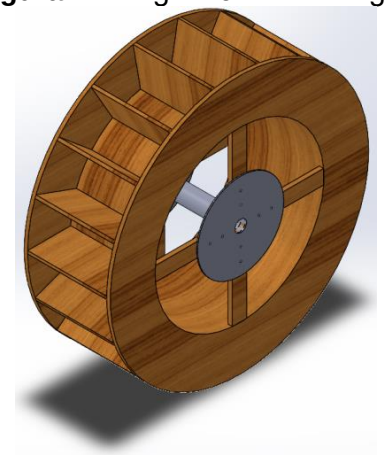
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com os componentes já caracterizados, os mesmos foram dimensionados para serem modelados em 3D, e posteriormente serem montados.

Abaixo estão apresentados os componentes para montagem do sistema:

- Roda d'água sobre axial de 1,8 m de diâmetro;
- Gerador de 2 kW com rotor magnético de imã neodímio com ponte retificadora;
- Inversor de corrente, com entrada em CC e saída de 110/220V em CA;
- Sistema de engrenagem (um trio de engrenagens, cada uma com a engrenagem externa com 50 dentes e interna com 10);
- Corrente (tamanho mínimo de 1,5m);
- Suporte da estrutura (de acordo com o local de montagem);
- Tubulação para água (de acordo com o local de montagem).

Figura 1. Imagem 3D roda d'agua



Fonte: Autores, 2021.

Tabela 2. Resultados do dimensionamento.

RESULTADOS	
Potência Útil	320W
Potência Bruta	400w
Diâmetro da Tubulação	0,11313m
PRD	320W
PMV	304W
PG	273,6W
PD	268,13W
N	19,64rpm
T	31,5kgfm

Fonte: Autores, 2021.

CONCLUSÃO

O projeto desenvolvido teve como objetivo auxiliar a vida das populações que não tem acesso à energia ou para reduzir custos com a conta de luz, de acordo com os cálculos realizados de vazão de água, conseguimos definir as dimensões da roda d'água e a capacidade elétrica do gerador, durante esse período foi realizado somente o projeto escrito, futuramente poderá ser realizado a construção de um protótipo.

REFERÊNCIAS

MUSEU WEG; **História da roda d'água e sua importância para nosso desenvolvimento;** Disponível em: <https://museuweg.net/blog/historia-da-roda-dagua-e-sua-importancia-para-nosso-desenvolvimento/> Acesso em: 23 ago. 2021.

ROCHFER; **Passo a passo de como instalar uma Roda d'água;** Disponível em: <https://blog.rochfer.com.br/como-instalar-uma-roda-d-agua/> Acesso em: 23 ago. 2021.

METODOLOGIA PARA MEDIÇÃO DE CAVACO CONSUMIDO EM UMA CALDEIRA

Bruno Felipe Gonçalves Evangelista[1], Jonatan Blanger Kochhann [1], Mateus Romero França[1], Thiago Vinicius Flores Muzzillo[1], Vinicius Escobar[1], Youssef Khadra[1], Rodrigo Nepomuceno[2]

INTRODUÇÃO

Uma caldeira é um equipamento destinado a produzir e acumular vapor sob pressão superior à pressão atmosférica, utilizando para isso alguma fonte de energia tal como o estado da água, de líquido para vapor, a fim de ser usado em aquecimento, acionamento de máquinas, em processos industriais, esterilização e geração de energia elétrica. A utilização de vapor d'água como fluido de trabalho é justificada pelo seu alto calor específico e pela ampla disponibilidade (RW ENGENHARIAS).

Dessa forma, a utilização da caldeira é a melhor alternativa para a produção de vapor a um baixo custo, apresentando uma possibilidade de utilização de diversos tipos de combustível, tais quais a biomassa, o gás natural, o gás GLP e o cavaco. O cavaco sendo o mais utilizado é produzido como uma espécie de serragem mais grossa de madeiras de eucalipto podendo ser comprado pronto ou até mesmo produzido em serrarias dentro das empresas (COONTROL, 2020).

Um fator importante é o controle do volume de cavaco que se não manejado de forma correta pode gerar números não desejáveis além de causar uso excessivo gerando maiores prejuízos. Através de estudo realizado na atual forma de controlar o volume de cavaco consumido pela caldeira faz a necessidade de um controle mais preciso, estabelecendo melhor precisão no consumo dele, que atualmente é controlado apenas pela quantidade de vapor produzido pela caldeira e pelo estoque do cavaco não sendo assim um controle funcional e preciso.

Com o aumento no número de mal condutas e manego do volume de cavaco utilizado, será criado um sistema que permite realizar a medição dinâmica de cavaco consumido pela caldeira.

MATERIAL E MÉTODOS

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre em Engenharia Mecânica, docente do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: rodrigo.nepomuceno@descomplica.com.br

O estudo foi desenvolvido em uma empresa frigorífica localizada em Medianeira – PR, conforme os passos abaixo:

Passo 1: Pesquisa de sistemas aprimorados de medição do volume de cavaco dentro das caldeiras. Nesta pesquisa são feitos alguns requerimentos prévios disponíveis pela empresa tais como:

1. Pesagem em tempo real
2. Viabilidade de preço
3. Indicadores de volume smart (via Bluetooth ou Wifi)

Para tais requerimentos foram encontrados 4 sistemas com a finalidade de demostrar a variedade dos métodos que solucionem seu problema.

- Sistema 1: LOADER-SMART é um sistema criado com vantagens de medição tais como medição direta apresentando um indicador dentro da cabine permitindo total controle sobre o processo. Além da pesagem em tempo real este sistema apresenta uma mini impressora (sem fios) que permite a impressão do ticket com a data, hora, e valores em kg. O sistema tem uma média de custo de R$7.400,00.
- Sistema 2: Medidor de volume da linha VU é um sistema de junção dos processos Volume X e UmiChip da linha de sistemas da empresa Marrami, sua especialidade está na medição a lazer de tanto o volume de cavaco e sua humidade, a fim de melhor desempenho. Além de realizar a medição ela também apresenta um sistema especializado para visualização de minuto a minuto para comparações futuras.
- Sistema 3: O alimentador de cavaco da Metalzan apresenta seu próprio sistema de medição automático com regulagens propostas ao operário e trabalho de 10 horas sem alteração ou constante monitoramento. Este sistema completo apresenta um preço médio de R$18.400,00 cabendo a empresa por trocar totalmente seu alimentador.
- Sistema 4: A balança integral TETRACELL apresenta seu sistema totalmente automático com a função do operador apenas a configurar e analisar os resultados. Seu sistema funciona por um sensor de velocidade.

Passo 2: Após analisar os sistemas com os requerimentos da empresa foi elaborado um estudo aprofundado destes com suas vantagens e desvantagens.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos requerimentos da empresa foram descritos mais aprofundados os sistemas propostos anteriormente. Dentro do sistema LOADER-SMART é apresentado:

- Um cadastro de material/produto;
- Armazenamento de dados via Cartão de memória SD;
- Relatório de pesagens: diário, semanal e mensal;
- Pesagens simples e carregamentos com soma das pesagens;
- Impressão de tickets com informações configuráveis;
- Gabinete e conectores blindados;
- Valores em Kg de cada pesagem;
- Sensor de posicionamento (que determina a posição de pesagem). Dentro do sistema de linha VU é presente:
- Velocidade de Leitura de Volume: 60 leituras por segundo;
- Temperatura de aplicação: Sensores: até 90 C. Unidade central: até 50 C;
- Velocidade de Leitura de Umidade: 5 leituras por segundo. Dentro do sistema Metalzan é presente:
- Autonomia de até 10 horas no inverno;
- Alarme de segurança para temperaturas e volumes altos. Dentro do sistema TETRACELL é presente:
- Amortecimento de vibrações e isolamento de forças laterais;
- Tela exclusiva para setup da Distância de Medição;
- Suspensão adaptativa ao movimento da esteira.

Passo 2: Com as informações disponíveis de cada sistema é possível a criação de uma tabela com os prós e contras de cada uma ao mesmo tempo que diferencia detalhadamente suas especificações técnicas.

Tabela 1. Estudo dos comparativos de sistemas.

Especificação	LOADER-SMART	linha VU	Metalzan	TETRACELL
Valor de pesagem (médio)	10.000 kg	50kg	7.000kg	Máx. de 3t/h
Sensor de temperatura	Não	Sim	Sim	Não
Tela em tempo real	Sim	Sim	Sim	Sim
Relatório digital	Sim (nota fiscal)	Sim	Sim	Sim
Sistema de alarme	Sim	Sim	Sim	Não
Preço (média)	R$7.200	R$6.500	R$9.750	R$12.500
Garantia	Sim (5 anos)	Não	Não	Não

Fonte. Os Autores, 2021.

CONCLUSÃO

Após estudos mais completos da tabela e descrição específica de cada sistema se opta como a melhor escolha o sistema da empresa Balanças R&R cujo sistema seria o LOADER-SMART, veja a Figura 1 que mostra o sistema de medição, escolhido por apresentar a maior diversidade possível em se tratando de inovações tecnológicas.

Figura 1. Apresentação do sistema *Loader-smart*

Fonte: Satloader, 2021.

Além das informações apresentadas na tabela anterior também foi realizado uma tabela de especificações técnicas providenciadas pela empresa.

Tabela 2. Ficha técnica das especificações da LOADER-SMART

Especificação	Valores
Dimensões em mm	Larg.:49,5- Comp.: 193 - Alt.: 94 (mm)
Tensão de trabalho	12 Vc (com 1 bateria instalada)
Tipo do teclado	Membrana
Tipo do visor	LCD- Alto brilho
Proteção	Sim – à prova de água
Peso	5kg (equipamento completo)
Sensor de pressão	875 bar-capacidade máx.
Número de leituras	4.800/s

Fonte: Os autores, 2021.

Pode-se dizer que o sistema escolhido seria a melhor opção por atender todos os requisitos da empresa além de possibilitar uma vasta opção de variáveis e inovações tecnológicas que facilitam a atividade da empresa. O sistema escolhido também pode ser adaptável a outros trabalhos requeridos pela empresa o que a diferencia dos outros estudados.

Após uma visita a empresa e comunicações com seus operadores foi apresentado o sistema e seu custo aproximado de R$ 7400,00, porém para melhor resolução de seus problemas o estudo e resolução proposta deve levar mais tempo graças a mudanças dentro da empresa que possa impedir da solução ser aplicável.

REFERÊNCIAS

BALANÇA R&R, **Balança embarcada- LOADER. Balança para pá carregadeira**. Disponível em: <https://balancasrr.com.br/balanca-para-p%C3%A1-carregadeira> Acesso: em 09 de Nov. 2021.

COONTROL. **Conheça os tipos de combustíveis utilizados em caldeiras.** Disponível em: <https://blog.coontrol.com.br/combustiveis-utilizados-em-caldeiras/> Acesso em: 27 de set. 2021.

RW ENGENHARIAS. **O que é uma caldeira**?. Disponível em: <https://www.rwengenharia.eng.br/o-que-e-uma-caldeira/> Acesso em: 27 de set. de 2021.

PRODUÇÃO DE BIODIESEL A PARTIR DE ÓLEO DE COZINHA USADO E AVALIAÇÃO DE VIABILIDADE PARA TESTE EM MOTORES

Ariel Prestes de Macedo[1], Camilo[1], Diego Ricardo Crema[1], Henrique Eiji Aoyama[1], Pedro Henrique Scherer Massuquini, Rodrigo Nepomuceno [2]

INTRODUÇÃO

Através da busca por fontes de energia alternativas e combustíveis menos poluentes encontra-se o biodiesel, um combustível produzido a partir de óleos vegetais, residuais (como de frituras) e gorduras de animais. Sendo uma opção de menor impacto ao meio ambiente em comparação ao óleo diesel. (Fogaça, 2014)

O motor a diesel funciona de forma diferente dos motores à gasolina ou etanol. No motor a diesel, acontece primeiramente a admissão do ar no sistema, que é então comprimido à uma taxa de compressão superior ao motor à gasolina (motivo pelo qual este tipo de motor geralmente possuí mais cilindradas). O ar ao ser altamente comprimido irá aquecer e então será injetado o diesel diretamente na câmara em alta pressão, que então explode ao entrar em contato com o ar quente. (Scielo, 2008)

Motores a diesel são geralmente mais empregados em veículos maiores, como caminhões e outros veículos mais pesados, pois utilizam-se de menos combustível (menor consumo) e geram mais força e maior binário em baixas rotações. (Pacheco, 2013)

Retomando o projeto integrador anterior, que teve como objetivo principal o desenvolvimento dos conceitos teóricos do projeto, esta etapa se inicia a partir do teste do biodiesel, produzido nos laboratórios da UniAmérica, em um motor adquirido para esta função. Devido ao tamanho do motor, não será possível utilizá-lo para o veículo. Porém, observando o comportamento do biodiesel produzido no motor, será possível analisar e determinar se a utilização será viável.

O objetivo desta segunda parte do projeto é estudar a viabilidade da aplicação do biodiesel produzido a partir de óleos residuais como única fonte de matéria prima. Uma vez constatada a viabilidade técnica de uso e o custo de produção, será realizada a análise de viabilidade geral do projeto.

MATERIAL E MÉTODOS

O objetivo inicial era obter um motor através de patrocínio de alguma empresa e

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre em Engenharia Mecânica, docente do Curso de Engenharia Mecânica – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: rodrigo.nepomuceno@descomplica.com.br

realizar os testes com o biodiesel caseiro no laboratório da Uniamérica. Entretanto essa possibilidade não se concretizou, portanto, o teste será realizado em um motor um maior cedido por uma oficina de Foz do Iguaçu. Este motor não é qualificado para o uso no veículo leve, mas ele poderá comprovar, através do teste, a eficácia e a viabilidade do biodiesel nesse tipo de motor. A partir dele, será possível verificar o comportamento do biodiesel no motor, avaliar visualmente a emissão de resíduos e o possível funcionamento do motor de maneira a consumir o combustível sem problemas de queima da mistura.

Figura 4. Motor a biodiesel

Fonte: Autores, 2021.

Os materiais necessários para a produção do biodiesel são:

- Óleo animal ou vegetal
- Etanol
- Catalizador NaOH (hidróxido de sódio)

A produção consiste na seguinte mistura: 2,5g de hidróxido de sódio (NaOH) dissolvido em 10ml de água destilada, misturados a 40ml de etanol, formando a parte catalisadora da reação de transesterificação. Um volume de 200ml de óleo aquecido à uma faixa de 55ºC a 60ºC. Após isso, a parte catalisadora é adicionada ao óleo aquecido, misturando as partes por 10 minutos através de agitação magnética. Após o processo de agitação, a mistura é deixada decantando por cerca de 20 horas ou até que haja a separação completa das fases

da mistura.

Após o período de decantação, a fase do biodiesel é separada das demais, submetendo-o aos processos de refino (lavagem e secagem), após os quais obtém-se um rendimento aproximado de 60% do volume de biodiesel em relação ao volume de óleo inicial. Utilizando o óleo vegetal usado necessita de uma concentração de álcool entre 30% a 40% do volume de óleo, com o uso de hidróxido de potássio (KOH) como base catalisadora, na concentração entre 9 a 14 g/l da solução. O tempo de aquecimento mínimo a ser utilizado deve estar entre 30 a 40 minutos. Para finalizar o processo, filtra-se o restante utilizando filtros de papel descartável.

É necessário o uso de equipamentos de segurança, como avental, luvas, óculos e máscara. Também é necessário que o aquecimento da mistura seja feito em capela para evitar a inalação de gases tóxicos provenientes da mistura.

Para o teste, o biodiesel será introduzido no motor, enquanto ele será ligado e avaliado, visando os seguintes pontos:

- Tempo de duração ligado com uma quantidade específica
- Se apresenta alguma falha durante o período de teste
- A potência máxima que o motor pode alcançar com esse combustível

Todos os dados serão anotados, revisados e avaliados pela equipe. O mesmo teste será realizado no motor específico para o veículo leve, quando for possível sua obtenção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apesar de várias tentativas, as experiências realizadas com o material coletado para a produção do biodiesel não apresentaram resultados satisfatórios por diversos fatores, entre eles:

- Excesso de ácidos graxos no óleo;
- Excesso de impurezas devido ao uso muito além do habitual;
- Incompatibilidade com os agentes selecionados para a reação (base e álcool).

De acordo com o estudo "*Parametric Study of Biodiesel Production From Used Soybean Oil"* (ALLAWZI, Mamdouh; KANDAH, Munther I; 2008), a reação ideal utilizando o óleo vegetal usado necessita de uma concentração de álcool entre 30% a 40% do volume de óleo, com o uso de hidróxido de potássio (KOH) como base catalisadora, na concentração entre 9 a 14 g/l da solução. O tempo de aquecimento mínimo a ser utilizado deve estar entre 30 a 40 minutos.

No entanto, os materiais utilizados (etanol e hidróxido de sódio) não foram eficazes para realizar a etapa de transesterificação de forma satisfatória, não produzindo biodiesel.

Apesar de haver separação das fases, o volume que supostamente deveria ser

biodiesel apresentou variações de densidade, coloração e teste de queima, onde alguns experimentos ou iniciavam a combustão, mas não mantinham por queima do próprio combustível, ou não apresentavam nenhuma combustão.

Utilizando uma nova metodologia para a produção, o biodiesel pode ser sintetizado com sucesso. Foram utilizados 7,5 ml de água destilada para cada 50ml de biodiesel bruto. Repetindo este processo até o biodiesel estar sem rastros de impurezas ou glicerina. Após esta etapa, o produto foi aquecido a 100 ºC por 10 minutos para evaporar a água remanescente e filtradoo restante utilizando filtros de papel descartável. Com este processo, foram obtidos aproximadamente 2 litros de biodiesel, prontos para o teste no motor.

Figura 5. Biodiesel sintetizado

Fonte: Autores, 2021.

CONCLUSÃO

Considerando o fato da produção do biodiesel ter tomado mais tempo que o previsto, o mesmo não pode ainda ser testado. Como o processo obteve resultados insatisfatórios, o mesmo deverá ser revisto e corrigido, para a realização do processo correto. O biodiesel apresentou variações de densidade, coloração e teste de queima, onde alguns experimentos ou iniciavam a combustão, mas não mantinham por queima do próprio combustível, ou não apresentavam nenhuma combustão.

Com o novo processo realizado, a produção do biodiesel foi um sucesso. O biodiesel apresentou uma boa coloração, uma ótima queima eficaz e duradoura, sem deixar resíduos indesejáveis.

Para a próxima etapa, o biodiesel está pronto para os testes, que serão realizados em um motor que foi disponibilizado em uma mecânica próxima.

REFERÊNCIAS

AQA DRIFT TRIKE. **KIT Rolamentado, Eixo, Roda, Capa, Cubo, Suporte + Coroa Aqa**. [S. l.], 2020. Disponível em: <http://www.aqadrifttrike.com.br/trike-motorizado/kit-rolamentado-eixo-roda-capa-cubo-suporte-coroa-aqa>. Acesso em: 10 mai. 2021.

BARBOSA, R. *et al*. **Desempenho comparativo de um motor de ciclo diesel utilizando diesel e misturas de biodiesel**. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-70542008000500035&script=sci_arttext&t>. Acesso em: 2 abr. 2021.

BRITS, B. **Motorized Drift Trike**. Disponível em: <https://grabcad.com/library/motorized-drift-trike-4>. Acesso em: 1 mai. 2021.

FOGAÇA, J. **Combustíveis: Biodiesel.** Disponível em: <https://www.manualdaquimica.com/combustiveis/biodiesel.htm#:~:text=A%20composi%C3%A7%C3%A3o%20do%20biodiesel%20%C3%A9,processos%20de%20transesterifica%C3%A7%C3%A3o%20ou%20esterifica%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 5 mar. 2021.

PACHECO, N. Ml. **Teste de motor diesel com biocombustíveis.** 2013, Universidade do Minho Escola de Engenharia, 2013. 177 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia Mecânica) – Escola de Engenharia Mecânica, Universidade de Minho, Braga, Portugal, 2013.

PROJETO DE UM TRITURADOR DE EPS

Wesley Cordeiro Toaldo[1], Raphael Eduardo kimpinski[1], Luiz Alexandre de Medeiros[1], Raphael Guimarães Guedes Nascimento[1], Tani Klael Ferreira Maia[1], Wellington Brustolini de Oliveira[1], Rodrigo Nepomuceno[2]

INTRODUÇÃO

O poliestireno expandido (isopor) é uma resina do grupo dos termoplásticos, na qual apresenta como principal característica uma boa moldabilidade sobre ação de calor, deixando-a em forma líquida ou pastosa que proporciona uma maior facilidade para moldagem. Além disso, apresenta como característica uma capacidade de isolamento térmico por ter um baixo coeficiente de condutividade térmica (CTT) ou seja, quanto menor o coeficiente, melhor o resultado obtido pelo material. Esse baixo índice de dissipação de calor desse material isolante possibilita maior conforto térmico e economia significativa com o acondicionamento térmico. Este material é composto por 98% de ar, além de ser altamente resistente a impactos, mofos, umidade e radiação térmica, sendo muito utilizado em diversas áreas de diversas maneiras, como por exemplo: indústrias alimentícias, embalagens, brinquedos, entre outros.

Tendo um tempo de vida útil muito extenso, com uma durabilidade no meio ambiente de até 400 anos, é um material muito difícil de ser reciclável ou descartado, o que gera um problema grave pois alguns fabricantes indicam que o material não é biodegradável, não se desintegra, não desaparece no meio ambiente e não contém gás CFC. Como é derivado de um plástico, o descarte incorreto faz com que o passar do tempo este material se quebre e dê origem ao micro plástico, passando a absorver compostos químicos e tóxicos (FIOCRUZ, 2021.)

O EPS é reciclável, mas não é viável por se tratar de um material leve e que ocupa muito espaço, o que prejudica e torna seu preço baixo para venda na indústria de reciclagem. A reciclagem da EPS é feita por processos em que é separado, limpo, triturado e cristalizado.

Após isso, vem a fase de peletização, onde o material cristalizado passa por um processo de moagem transformando-os em pellets, já podendo ser usado para fabricação de novos produtos. Essa reciclagem pode ser: energética, para a produção de energia elétrica térmica; mecânica, para a fabricação de novos objetos plásticos; química, para a fabricação de colas, solventes e até sola de calçados.

A proposta do projeto é desenvolver um triturador de EPS semelhantes a alguns modelos já

[1] Acadêmicos do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre em Engenharia Mecânica, docente do Curso de Engenharia Mecânica do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: fabricio.fasolo@descomplica.com.br

existentes no mercado, porém com algumas alterações para que possa estar atendendo a demanda da empresa, facilitando o transporte e sua reciclagem.

MATERIAL E MÉTODOS

Para realizarmos esse projeto, será necessário um moto-redutor para fazer com que as duas engrenagens acopladas com eixos com lâminas trabalhem em conjunto, será feito também um funil alimentador, onde será colocado o EPS e abaixo dos eixos com as lâminas haverá um cesto onde os resíduos triturados serão coletados até o fim de todo o processo.

- EPS

Este material possui alta resistência mecânica, facilidade na modelagem e ótimo isolante térmico, podendo ser utilizado em diversas áreas com diversas finalidades. Apresentando uma densidade entre 13 e 25kg/m³ (AECWEB, 2021.)

- Engrenagens/ eixo com lâminas

O mecanismo necessita de duas engrenagens, onde serão acoplados no lado interno de cada engrenagem, um eixo com lâminas para corte do material. Já no lado externo, em uma das engrenagens será transmitida a força do moto-redutor, onde a mesma fará com que a engrenagem do lado gire sentido anti-horário, efetuando o giro das lâminas.

- Funil alimentador

Mecanismo dosador para aplicação distintas, podendo ser facilmente instalado em qualquer tipo de triturador que atenda os parâmetros utilizados na fabricação do funil boca de entrada ABS, para a redução de peso e corpo do funil em chapa de aço galvanizado, com parafusos de aço inox para evitar oxidação.

- Cesto coletador

Big bag, produto utilizado para recolhimento de resíduos feito de sacaria com quatro alças para içamento com ou sem válvula de carga e descarga, produto resistente com fácil manuseio, tendo uma capacidade volumétrica de até 1 tonelada.

- Estrutura de sustentação

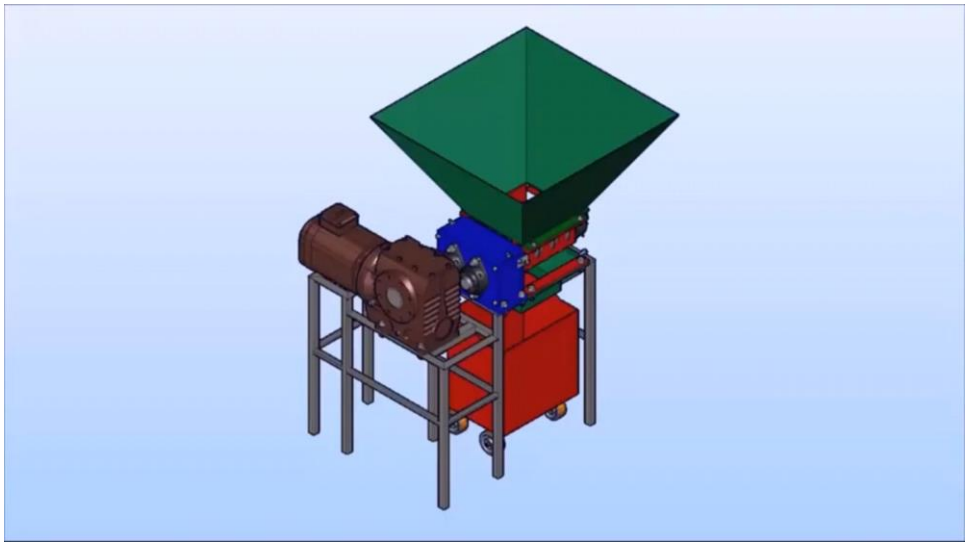
Tem como função fixar o moto-redutor, com todos os outros componentes de corte e também o funil, acoplado ao cesto coletador na parte inferior, a estrutura de sustentação servirá como apoio para todo o equipamento

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O triturador a ser projetado se assemelha ao ilustrado na Figura 1, na qual compõem todos os elementos transcritos na seção de material e métodos. O mesmo foi extraído da internet e será utilizado como referência para a elaboração do triturador proposto neste

projeto.

Figura 1. Triturador de EPS a ser utilizado como referência.



Fonte: Edison Silvestre, 2018.

Seleção dos componentes

Após a identificação dos componentes e identificação do modelo 3D a ser utilizado como base, foi selecionado um moto-redutor que trabalhe com até 60 RPM com um torque máximo de 30 Nm, sendo necessário para essa aplicação apenas 54 RPM com 22 Nm de torque máximo, com isso, o moto-redutor suprirá as necessidades deste projeto sem sofrer esforços excessivos. Vide Figura 2.

Figura 2. Motor Com Redução DC 12v 60 rpm Alto Torque.

Fonte: TEK 8 Automação, 2021.

As engrenagens e eixo são de aço SAE 4340, pois sua composição química contém

cromo, níquel e molibdênio, possui alta tenacidade e força quando tratado termicamente. O funil alimentador será fabricado com inox, material anticorrosivo, para uma operação mais limpa e uma melhor produtividade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Deste modo, através da demanda de uma empresa que presta serviço ao setor de construção civil, foi desenvolvido um projeto no qual buscou-se desenvolver um equipamento de trituração para o poliestireno expandido. O mesmo, triturado, passa por um processo de embalamento e pode ser facilmente comercializado para empresas que reciclam esses materiais de forma correta e eficaz. Além de suprir o demandante, o triturador a ser desenvolvido foi pensado de forma a apresentar uma ótima produtividade, um formato dimensional compacto e condições de resiliência ao trabalho a ser desempenhado.

REFERÊNCIAS

LUZ, G. **Aço SAE 4340: Propriedades Mecânicas**. Disponível em: <https://www.materiais.gelsonluz.com/2017/10/aco-sae-4340-propriedades-mecanicas.htm.>. Acesso em: 27 de set. 2021.

NUNES, C.; SILVA, I. Estações do ano: Reciclagem. Disponível em: <http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/infantil/reciclagem.htm>. Acesso em: 05 de nov. 2021.

VELOSO, V. **Conheça as 5 propriedades técnicas do poliestireno Expandido**. Disponível em: <https://www.aecweb.com.br/especiais/grupoisorecort/materia/conheca-5-propriedades-tecnicas-do-poliestireno-expandido/17648> - Acesso em: 05 de nov. 2021.

RICCHINI, R. **Trituração do isopor para reutilização**. Disponível em: <https://www.setorreciclagem.com.br/3rs/triturando-isopor-reutilizacao/> Acesso em: 10 de set. 2021

FARMÁCIA

O curso de Farmácia da Uniamérica visa à formação do profissional farmacêutico com um perfil generalista, com formação técnica científica, visão humanista, crítica, reflexiva e ética para o exercício de sua carreira, visando melhorar a qualidade de vida dos usuários.

ANÁLISE MICROBIOLÓGICA, MOLECULAR E DE MECANISMOS DE RESISTÊNCIA DE MICRORGANISMOS EM AMOSTRAS DE ALIMENTOS

Bruna Gomes da Luz[1][1], Emanuelly Salarini[2], Michele Cristina[2] , Leonardo Copetti da Silva[3] ,Jean Colacite[4], Layse Fernanda Antonio de Souza[4], Elisson Furlan Figueiredo[4], Carina Sperotto Librelotto[4]

INTRODUÇÃO

O desenvolvimento populacional aumentou significativamente a demanda por alimentos e, consequentemente, acentuou-se a busca constante dos consumidores por padrões que atendam à segurança alimentar. Para alcançar esse objetivo, diversas adequações nas indústrias alimentícias foram necessárias, considerando-se que os alimentos frequentemente envolvidos em surto de doenças transmitidas por alimentos (DTA) são produtos de origem animal. Os patógenos podem contaminar o alimento durante o abate ou durante o preparo (MATSUBARA, 2005).

As doenças transmitidas por alimentos conhecidas como DTAs podem ser definidas como “surtos” ou “casos”. Por definição um “caso” é um episódio no qual um indivíduo, após a ingestão de alimentos contaminados, passa a manifestar sinais e sintomas. Quando dois ou mais indivíduos estão envolvidos, fala-se, então, em um “surto” de DTAs. No entanto, no caso específico de patógenos altamente virulentos um único caso pode ser considerado um surto (OLIVEIRA et al., 2010; RODRIGUES et al., 2004). Quanto às sintomatologias das DTAs, esta se manifesta de diversas formas, os sintomas mais comuns incluem dores abdominais, náuseas, vômito, diarreia e febre; e em situações mais graves os sintomas incluem desidratação, diarreia sanguinolenta, insuficiência renal e respiratória (AMSON et.al., 2006).

[1] Acadêmica do Curso de Farmácia do Centro Universitário União das Américas –UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Acadêmicas do Curso de Biomedicina do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Mentor, Biomédico.

[4] Docentes dos Cursos de Biomedicina e Farmácia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: carina.librelotto@uniamerica.br

No Brasil, entre os anos de 1999 a 2004 ocorreram mais de 3.400.000 internações por DTAs; e houve um impacto econômico negativo associado às internações, sendo equivalente a 280 milhões de reais nesse mesmo período. O número de óbitos por DTAs no Brasil, segundo o Sistema de Informação sobre Mortalidades (SIM) do MS, entre o período de 1999 a 2002 foi equivalente a 25.281 óbitos (FURLANETO e MENDES, 2004; WELKER et.al.,2010).

Dentre os casos ou surtos de doenças transmitidas por alimentos o número de incidentes protagonizados por *Salmonella spp*, através do caldo de cana e carne suína, vem tendo um aumento significativo.

A carne suína é a proteína de maior consumo no mundo, tendo uma produção média de 115 milhões de toneladas, metade dessa produção é feita na China e outro terço na União Européia (UE) e nos Estados Unidos da América (EUA). O Brasil tem tido um crescimento importante no mercado mundial, sendo o quarto maior produtor, com 3% da produção e 11% das exportações mundiais (ABIPECS, 2010). Infecção pela bactéria *salmonella spp.* em suínos pode ser clínica, que provoca gastroenterite e septicemia, além de assintomáticas, que não causam doenças em animais, entretanto excretam a bactéria sendo fonte de contaminação para infectar humanos. Uma média de 15 a 20% dos alimentos de origem suína são responsáveis por surtos de salmonelose humana (BERENDSet al., 1996). Segundo Kich (2008), a bactéria salmonella pode se disseminar dentro das próprias granjas, durante o transporte dos animais ou dentro dos abatedouros. Isso leva a grande necessidade de haver programas de controle da infecção que abrange o sistema de produção, abate e o processamento dos produtos.

As áreas de terra para a produção da cana-de-açúcar no Brasil são extensas, e segundo RIBEIRO (2008) é a terceira cultura mais cultivada no país, ficando abaixo apenas da plantação de soja e do milho. De acordo com a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº12 (BRASIL, 2001), lei que define padrões microbiológicos para os alimentos, o caldo de cana é classificado como suco natural (in natura) e sua qualidade microbiológica pode ser avaliada através da determinação de coliformes à 45°C ou termotolerantes e a pesquisa de *Salmonella sp.* Estudos feitos por Nascimento et al (2004) encontraram uma contaminação por esse micro-organismo de 20%, num total de 30 amostras. Segundo os autores, com o passar dos anos, o número de incidentes protagonizados por Salmonella, através do caldo de cana, vem tendo aumento. Budri, Paulo Eduardo. "Identificação de patógenos e qualidade higiênico-sanitária do caldo de cana (garapa), consumido no interior do estado de São Paulo." (2011).

Dentre os casos de intoxicações, a salmonelose é uma das mais nocivas à população, podendo em alguns casos levar a óbito. A *Salmonella spp.* é uma bactéria entérica responsável por graves intoxicações alimentares que ocorrem mesmo em países desenvolvidos. No Brasil devido à falta de saneamento básico e as más condições de higiene

nos locais onde se prepara os alimentos e pouco conhecimento dos manipuladores, localizam-se primordialmente em alimentos com alto teor de umidade e alta porcentagem de proteína, acontecendo então a contaminação cruzada e via fecal-oral, aliadas ao precário controle de qualidades alimentícios e de pequenos abatedouros (TAVECHIO et al., 2000).

O objetivo do presente projeto foi analisar a presença da bactéria *Salmonella spp.* através da análise microbiológica e molecular na carne suína e caldo de cana comercializados na cidade de Foz do Iguaçu, estado do Paraná, pela determinação do Número Mais Provável (NMP) de coliformes a 45ºC, além da pesquisa de *Salmonella spp.* também será realizado o teste de mecanismos de resistência nas bactérias encontradas, pois uma das principais preocupações de infecções ou toxinfecções bacterianas são que esses patógenos desenvolvam mais mecanismos de resistência, tornando-os mais difíceis de serem combatidos com antibióticos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Durante o período de abril a maio do ano de 2021, foram avaliadas amostras de caldo de cana e carne suína, adquiridas em estabelecimentos comerciais do município de Foz do Iguaçu-PR. Após a coleta, a amostra foi acondicionada em caixa isotérmica com gelo, sendo imediatamente encaminhada para o laboratório do Centro Universitário União das Américas, para o início das análises.

Amostras

Foram analisadas oito amostras, sendo quatro de caldo de cana e quatro amostras de carne suína, coletadas aleatoriamente em estabelecimentos que comercializam esses produtos.

Isolamento Bacteriológico

Foi realizada a pesagem de 25 gramas da amostra de carne suína e 25 ml de caldo de cana com equipamentos esterilizados mantendo sempre clampeado para evitar contaminação, foram colocados em Erlenmeyer com 225 ml de água peptonada autoclavada, homogeneizada por 30 minutos em um agitador de Kline. Para completar a diluição foi utilizado Erlenmeyer com solução de 9 ml de água peptonada, pipetando 5 ml da solução homogeneizada, para cada diluição 10^{-1}, 10^{-2}, 10^{-3}. A partir das amostras diluídas foi realizado o semeio de 100 microlitros de cada diluição em ágar Macconkey que é um meio seletivo e diferencial, o caldo PCA é um meio nutritivo que permite o crescimento de todas as enterobactérias, a partir da amostras diluídas foi realizado o plaqueamento em profundidade, em placa bipartida de ágar SS e XLD foi inoculado a amostra da diluição 10^{-1} pois são meio

seletivos para *Salmonella spp.* e *Shigella* após o estriamento, a placa foi colocada na estufa a 37°C por 24h. O caldo verde brilhante é um meio que favorece o crescimento de coliformes totais e a partir da positividade dele é realizado o semeio no caldoEC que é um meio de cultivo seletivo para identificação de coliformes termotolerantes, também foi realizado semeadura em um tubo de caldo Rappaport que é utilizado para enriquecimento seletivo de salmonella, no tubo de caldo Rappaport foram inoculadas as colônias que cresceram no ágar XLD com o auxílio de uma alça de platina, e colocado na estufa a 37°C por 24 horas (Ministério da Saúde, 2014).

O isolamento e preparo das amostras foram fundamentados na Técnica do Número Mais Provável, essa técnica tem como objetivo quantificar o número total de microrganismos presentes em um alimento, verificar se há presença de coliformes totais e fecais, e identificar qual o tipo de bactéria que está presente, porque alguns meios de cultura fornece o favorecimento de crescimento de bactérias do tipo gram -negativas e outros o favorecimento de gram-positiva.

Os resultados são analisados entre 24 à 48 horas a 37°C na estufa, a contagem total de microrganismo é realizada nas placas de Ágar PCA. No caldo VB e caldo EC foram analisados se houve produção de gás no tubo de durhan e turbidez na análise visual, sendo indicativo de um resultado positivo para coliformes totais e fecais

Com os resultados obtidos da placa de ágar MacConkey, as colônias desse meio foram repicadas de forma isolada em outras placas de ágar MacConkey, cada placa para uma colônia diferente e posteriormente após serem inoculadas por 24 horas serão passadaspara os tubos de teste bioquímicos, o tubo T.S.I, S.I.M. e Citrato. O tubo T.S.I serve para identificar se a bactéria consegue produzir os açúcares Sacarose, Lactose e Glicose e a produção de Sulfeto de hidrogênio. O tubo S.I.M indica se a bactéria possui motilidade e indica se bactéria é índol positivo ou negativo e mostra se a bactéria produz sulfeto de hidrogênio. O ágar Citrato serve para indicar se a bactéria consegue ter o citrato como única fonte de energia (carbono). Cada colônia inoculada precisa de 1 tubo de cada um dos testes bioquímicos. Todas as quantidades de meios de cultura descritos até o momento servem para a quantidade de 1 amostra. E foram realizadas até o momento 8 amostras, todas com o mesmo procedimento e quantidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O número total de microrganismos, coliformes a 45ºC e a presença da *Salmonella spp*, obtidos das 8 amostras (4 amostras de carne suína e 4 amostras de caldo de cana), são apresentados no Quadro 1. Os resultados obtidos da amostra iniciativa da carne suína são

considerados satisfatórios, pois de acordo com a ANVISA a presença de Salmonella precisa ser ausente, em relação aos coliformes a 45°C não existem parâmetros de quantidade como critério para o alimento ser considerado impróprio. Os resultados do caldo de cana demonstram que 2 (50%) amostras apresentaram valores de coliformes a 45°C acima do permitido pela RDC nº 12/2001, porém as 4 amostras demonstraram ausência de *Salmonella spp*.

Também foram identificados na análise microbiológica cepas de outros microrganismos que não foram objeto deste estudo, pertencentes à família das enterobactérias, como *Enterobacter spp*., *Klebsiella spp*., *Shigella spp*., *Proteus sp.* e *EColi*.

Quadro 1 – Resultados microbiológicos do número total de microrganismos,coliformes fecais a 45ºC e a presença de *Salmonella spp.*

AMOSTRAS	SUÍNO			CALDO DE CANA		
	Nº total de Microrganismos (UFC/g)	Coliformes a 45ºC (NMP/g)	Cepas sugestivas Salmonella	Nº total de Microrganismos (UFC/g)	Coliformes a 45°C (NMP/g)	Cepas sugestivas Salmonella
1	70.030	>1100	0	148.000	>1100	0
2	81.000	>1100	0	148.000	>1100	0
3	138.660	240	0	133.370	3,6	0
4	490	0	0	1.200	23	0

A cadeia alimentar, desde a produção até o produto final para consumo, tem muitos pontos de contaminação em potencial. Medidas de controle devem ser implementadas durante a produção de alimentos para garantir a inocuidade dos produtos. Uma série de intervenções de segurança devem ser adotadas e executadas até que o produto chegue para consumo, fazendo que haja um mínimo de carga microbiana (MILLER et al., 2004).

Então realizamos análises de alimentos comercializados em mercados, feiras e vias públicas (trailer), e vendidos na cidade de Foz do Iguaçu/PR com objetivo de avaliar as condições higiênico-sanitárias, sabendo que esses parâmetros refletem na qualidade do alimento, a higiene do ambiente e o cuidado com o manuseio. Por esse motivo entendemos a importância de identificar a enterobactéria *Salmonella spp* devido sua patogenicidade veiculadas a alimentos, tornando se uma das principais zoonoses de saúde pública (SALES, 2015).

Alimentos comercializados em vias públicas, tendem a ter grande potencial para ocasionar distúrbios gastrointestinais, em função da presença de microrganismos patogênicos, devido às más condições higiênicas. Essas condições estão associadas a temperatura ambiental elevada (OLIVEIRA, 2006).

O deficiente preparo de alguns manipuladores, falta de orientação no manuseio

correto, indisponibilidade de infraestrutura, são fatores que podem apresentar risco para a saúde da população. O caldo de cana, um dos alimentos analisados nesta pesquisa quando manipulado nessas condições se torna um grande risco para consumo, lembrando também que muitos dos locais fabricam gelo domesticamente, utilizando água proveniente de rededе abastecimento, fazem limpezas das mãos e das moendas usando apenas água.

Os estudos feitos com análise microbiológica dos suínos por outros autores (BERENDS, 1996) mostraram resultados positivos na identificação de *Salmonella spp*, diferentemente desse estudo, que mostrou ausência do patógeno em todas as amostras; entretanto os resultados obtidos são também preocupantes, pois outros microrganismos como *E. coli*, *Proteus* e *Klebsiella* podem ser oportunistas e causar infecções.

Nas amostras analisadas obtivemos um resultado satisfatório em relação a presença de *Salmonella spp* que foi ausente, porém foram encontradas outras enterobactérias como a *Shigella* considerada indicadores de higiênico sanitário da manipulação dos alimentos *e a Escherichia coli* pertencente ao grupo de coliforme fecais, dessa forma é considerado indicador de contaminação fecal. De acordo com estudos realizados demonstram que a maioria dos manipuladores dos alimentos em feiras abertas e mercados já tinham recebido algum tipo de formação sobre a inocuidade dos alimentos, porém a supervisão e o controle da rotina dos serviços de alimentação também devem ser efetuados para garantir que os procedimentos sejam implantados de forma eficaz (RIBEIRO, 2010)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos nas amostras mostram que atualmente, mesmo com a progressão de alimentos em boas condições de consumo, ainda temos muitas ocorrências de alimentos contaminados, entendemos que adotar boas práticas de higiene nos setores de produção, comercialização e durante o preparo minimiza a presença dos microrganismos encontrados. A presença dos microrganismos pode ser tanto benéfica como prejudicial podendo contaminar alimentos e causando doenças em seus hospedeiros, enquanto outros são importantes na produção de alimento e bebidas, assim o estudo da microbiologia em alimentos é indispensável para qualidade da saúde humana e animal (BEZERRA, 2015).

Os resultados evidenciam principalmente a presença de bactérias como *E.coli*, *Klebsiella spp*., *Proteus spp*., *Enterobacter spp*., e *Shigella spp*., que são microrganismos oportunistas e podem causar intoxicações e/ou infecções ocasionadas por alimentos.

Todos os alimentos que consumimos atualmente tem uma quantia de microrganismos, mas em quantidades maiores que o permitido se tornam impróprios para o consumo. De acordo com a Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) cada tipo de alimento possui uma quantidade determinada de microrganismos, sendo assim se o alimento tiver uma quantidade

maior que o permitido, ele não está em condições de consumo.

Todos os alimentos que consumimos atualmente tem uma quantia de microrganismos, mas em quantidades maiores que o permitido se tornam impróprios para o consumo. De acordo com a RDC cada tipo de alimento possui uma quantidade determinada de microrganismos, sendo assim se o alimento tiver uma quantidade maior que o permitido, ele não está em condições de consumo.

REFERÊNCIAS

AMSON, G. V. Levantamento de dados epidemiológicos relativos à ocorrências/ surtos de doenças transmitidas por alimentos (dtas) no estado do paraná – Brasil, no período de 1978 a 2000. **Ciênc. Agrotec.,** Lavras, v. 30, n. 6, p. 1139-1145, nov./dez., 2006.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DA INDÚSTRIA PRODUTORA E EXPORTADORA DE CARNE SUÍNA (ABIPECS). Carne suína brasileira. Disponível em: http://www.abipecs.org.br.

BERENDS, B. R.; URLINGS, H. A. P.; SNIJDERS, J. M. A.; VAN KNAPEN, F.Identification and quantification of risk factors in animal management and transport regarding Salmonella spp. in pigs. **International Journal of Food Microbiology**, Amsterdam, v. 30, n. 1-2, p. 37-53, 1996.

BEZERRA, N. S. Pesquisa de Salmonella spp. e microrganismos indicadores higiênico-sanitários em hortaliças comercializadas em estabelecimento formal e não formal de João Pessoa-PB. **Diss. Universidade Federal da Paraíba**, 2015.

FURLANETO, L.; MENDES, S. Análise microbiológica de especiarias comercializadas em feira livre e em hipermercados. **Alimentos e Nutrição**, Araraquara, v.15, n.2, p.87- 91, 2004.

KICH, J. D.; SHWARZ, P.; NOGUEIRA, M. G. Aspectos Epidemiológicos da contaminação por Salmonella em suínos no Brasil. **Suinocultura Industrial**, São Paulo, v. 30, n 214, p. 16-20, 2008.

MATSUBARA, E. N. Condição higiênico-sanitária de meias-carcaças de suínos após o abate e depois do resfriamento e análise da utilização de Lista de Verificação para avaliar boas práticas no abate de suínos. 2005. **Dissertação de Mestrado (Mestrado em epidemiologia Experimental Aplicada às Zoonoses) – Faculdade de Medicina Veterinária e Zootecnia, Universidade de São Paulo**, São Paulo 2005.

MILLER, G. Y.; LIU, X.; MCNAMARA, P. E.; BARBER, D. A. The influence of Salmonella in pigs pre-harvest on Salmonella human health costs and risk from pork, In: **American Agricultural Economics Association Annual Meeting**, Denver, Colorado, p. 1-37, 2004.

OLIVEIRA, A. B. A.; PAULA, C. M. D.; CAPALONGA, R.; CARDOSO, M. R. I.; TONDO, E. C. 2010. Doenças transmitidas por alimentos, principais agentes etiológicos e aspectos gerais: uma revisão. **Revista HCPA**, Porto Alegre v. 30, p. 279-285, setembro, 2010.

RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA - RDC Nº 12, DE 02 DE JANEIRO DE 2001.

RIBEIRO, F. A. M. **Álcool e açúcar: uma via de mão dupla.** In: ROSSAFA, L. A. (Coord.). Álcool combustível – série indústria em perspectiva. Brasília: Instituto Evaldo Lodi, p. 48-57,

2008.

RODRIGUES, K. L.; MOREIRA, A. N.; ALMEIDA, A. T. S.; CHIOCHETTA, D.; RODRIGUES, M. J.; BROD, C. S.; CARVALHAl, J. B.; ALEIXO, J. A. G. 2004. Intoxicação estafilocócica em restaurante institucional. **Ciência Rural**, Santa Maria, v.34, n.1, p.297-299, janeiro - fevereiro, 2004.

TAVECHIO, A. T.; GHILARDi, A. C.; PERESI, J. T.; FUZIHARA, T. O.; YONAMINE, E. K.; JAKABI, M.; FERNANDES, S. A. Salmonella serotypes isolated from nonhuman sources in São Paulo, Brazil, from 1996 though 2000. **Journal of Food Protection**, v. 65, n. 6, p.1041-1044. 2002.

WELKER, C. A. D.; BOTH, J. M. C.; LONGARAY, S. M.; HAAS, S.; SOEIRO, M. L. T.; RAMOS, L. C. Análise microbiológica dos alimentos envolvidos em surtos de doenças transmitidas por alimentos DTA ocorridos no Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Brasileira de Biociência**, Porto Alegre, v.8, n.1, p.44-48, jan.-mar. 2010.

O USO DE ANTIMICROBIANOS EM AMBIENTES HOSPITALARES: REVISÃO DE LITERATURA

Andrielle da Silva Rosa[1], Beatriz Castro Santana da Silva[1], Diandra Loebens[1], Gabriela Frigo Cologni[1], Gabriel Tigre[1], Leila Maria Ferreira da Silva[1], Waynne Lopes Ribeiro[2], Layse Fernanda Antonio de Souza[3], Jean Colacite[3], Carina Sperotto Librelotto[3], Elisson Furlan Figueiredo[3]

INTRODUÇÃO

Os antimicrobianos são fármacos que inibem ou destroem o crescimento dos microrganismos e melhoram o prognóstico de doenças infecciosas. Eles podem ser utilizados de forma profilática (pacientes que não apresentam sinais ou sintomas de infecção e tem como objetivo prevenir o surgimento em situações de alto risco) ou, de forma terapêutica (pacientes com sinais e sintomas clínicos de infecção e tem como objetivo curar uma doença infecciosa ou combater o agente infeccioso situado em determinado foco de infecção). Atualmente, os antimicrobianos estão entre os fármacos mais prescritos em ambientes hospitalares (JACOBY, 2008).

A prescrição é um documento escrito de alta importância, com competências de âmbito legal, técnico e clínico. É um instrumento essencial para a indicação terapêutica, devendo conter informações de identificação do paciente e do tratamento a ser utilizado, informando a dose, a frequência e a duração do tratamento adequado ao perfil e à condição de saúde do paciente. Porém, no âmbito hospitalar muitas vezes medicamentos, entre eles os antibióticos, são prescritos de maneira inadequada. Cerca de 25% a 35% dos pacientes hospitalizados recebem antimicrobianos, tanto para indicações terapêuticas como profiláticas, durante o internamento. Sendo estimado, que mais de 50% das prescrições são inadequadas, tanto na via de administração, na dose e duração do tratamento, bem como na indicação do fármaco

[1] Acadêmicos do Curso de Farmácia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mentora, Farmacêutica

[3] Docentes dos Cursos de Biomedicina e Farmácia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: layse.souza@uniamerica.br

carina.librelotto@descomplica.com.br

(ONZI; HOFFMAN; CAMARGO, 2011).

No ambiente hospitalar, uma das consequências mais importantes do uso indiscriminado de antimicrobianos é a resistência bacteriana, do qual a terapia antimicrobiana é rotineira, e as cepas multirresistentes são selecionadas e propagadas com mais facilidade (ROCHA; CARNEIRO; CASTILHO, 2009). Além de afetar o paciente que o utiliza, atinge também a microbiota ambiental do hospital, contribuindo com o aumento da morbidade, mortalidade, prolongamento no tempo de internação e provocando a elevação nos custos do tratamento (CARNEIRO et al., 2011).

O programa de Controle de Infecção Hospitalar (PCIH) criado em 1988, estabelece que o farmacêutico será o provedor do uso racional de antimicrobianos, uma vez que este profissional da saúde tem o estudo e acompreensão necessária sobre essa classe terapêutica, além de conhecimento e domínio sobre agentes antissépticos, desinfetantes e esterilizantes. O farmacêutico fica então com o objetivo de constatar o controle do uso de antimicrobianos no ambiente hospitalar além de identificar novas maneiras que contribuam para diminuir infecções hospitalares (SOUZA et al., 2013).

O profissional farmacêutico deve ter uma visão ampla sobre a ocorrência de prescrições desnecessárias, interações medicamentosas que causam danos à saúde do paciente de forma individual, relacionar o uso desses medicamentos com a indicação terapêutica, sempre visando o bem-estar e a segurança do paciente (SOUZA et al., 2013).

Tendo em vista a relevância do uso disseminado dos antimicrobianos como tratamento e profilaxia de enfermidades, este estudo tem como objetivo promover uma revisão bibliográfica acerca do panorama dos antimicrobianos mais utilizados nos serviços hospitalares brasileiros.

METODOLOGIA

Para a realização deste estudo foi efetuado uma revisão bibliográfica entre os meses de março e abril de 2021, na qual foram pesquisados e selecionados artigos das plataformas de dados Scientific Eletronic Library Online (Scielo) e Google Acadêmico.

Para a pesquisa dos artigos fez-se o uso das seguintes palavras-chaves: resistência antimicrobiana, controle de infecção hospitalar, prescrição de antimicrobianos e antimicrobianos em ambientes hospitalares. Na busca obteve-se um total de 27 artigos que estavam dentro do objetivo proposto da revisão bibliográfica. Como critérios de inclusão foram selecionados somente artigos no idioma português ou inglês e que abordassem o assunto deste trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os antimicrobianos são uma das classes de medicamentos mais prescritas mundialmente. São utilizados para inibir ou combater o crescimento de determinados microrganismos, porém, muitas vezes são indicados sem necessidade ou com imprecisão, facilitando o desenvolvimento de resistência bacteriana e, consequentemente prejudicando o tratamento adequado (KADOSAKI; SOUSA; BORGES, 2012).

Cerca de 40% dos pacientes hospitalizados são tratados com antimicrobianos. Estudos trazem que a idade destes pacientes é bastante variável, de 0 a 100 anos, e a média de idade entre eles é de 52,6 anos. No que tange ao uso de antimicrobianos, a faixa etária que prevalece dos usuários para os quais as prescrições se destinam são de 0-9 anos (24%), seguido pela faixa etária de 20-29 anos (17%). A maioria dos usuários são do sexo feminino (56%) (RODRIGUES; BERTOLDI, 2010).

As infecções mais prevalentes são as infecções respiratórias (pneumonias, amigdalite, faringite, entre outras), seguido pelas infecções de pele e tegumento (erisipela, celulite infecciosa, inflamações de glândulas, infecções do pé diabético, lesões invasivas decorrentes de processo neoplásico, entre outras) e por fim, infecções do trato urinário (cistite, uretrite, pielonefrite, entre outras) (LOPES, 2016). A prática de uso profilático encontra-se também bastante difundida, estando presente em mais de 90% dos procedimentos cirúrgicos (CARNEIRO et al., 2011).

Quanto aos medicamentos mais prescritos em ambiente hospitalar de acordo com a classificação da AnatomicTherapeuticChemical (ATC), as classes terapêuticas mais prevalentes são os analgésicos e antipiréticos, seguido dos antimicrobianos de uso sistêmico, além dos anti-inflamatórios e antirreumáticos. No âmbito dos antimicrobianos mais utilizados, as cefalosporinas são as mais frequentes (43,4%), seguidas das penicilinas (16,3%), fluoroquinolonas (13,0%), aminoglicosídeos (9,7%), entre outros (17,6%). Esses grupos são responsáveis por mais de 80% dos antimicrobianos consumidos (RODRIGUES; BERTOLDI, 2010).

O levofloxacino injetável aparece como antibacteriano mais prescrito, com 32% das prescrições. Logo em seguida, a ceftriaxona injetável aparece representando 26% dos tratamentos para infecções respiratórias. Houve também uma quantidade notável de prescrições de ampicilina/sulbactam injetável (LOPES, 2016).

Em se tratando do uso de antimicrobianos de acordo com as faixas etárias, entre crianças e adolescentes (0 a 19 anos) os antimicrobianos mais utilizados são as penicilinas, representando 1/3 dos usos, seguido pelos aminoglicosídeos (27,8%) e pelas cefalosporinas (22,1%). Já na faixa etária dos 20 aos 49 anos, cerca de 60% dos usos são de cefalosporinas, sendo o segundo grupo de antimicrobiano mais utilizado o das penicilinas (13,8%). A partir dos 50 anos, os antimicrobianos mais utilizados também são as cefalosporinas, só que em

menores proporções, seguidos pelas fluoroquinolonas e pelas penicilinas em segundo e terceiro lugares, respectivamente (RODRIGUES; BERTOLDI, 2010).

O combate à resistência bacteriana é um problema de saúde pública global, que deve ser resolvido sob vários aspectos. Compreender os processos relacionados aos efeitos dos antibióticos e ao surgimento de resistência aos medicamentos, o planejamento, síntese e avaliação farmacológica de novos e mais eficazes medicamentos antimicrobianos, suas subsequentes aplicações de tratamento racional e a adoção de práticas de controle de infecção no ambiente hospitalar representam diferentes ferramentas de ações contínuas e inter-relacionadas no confronto à resistência antimicrobiana (SILVEIRA et al, 2006).

Diversos estudos têm demonstrado que o advento de resistência, embora mais dramático no contexto hospitalar e particularmente entre pacientes gravemente enfermos, também se tem disseminado entre microrganismos comunitários causadores de infecções de alta prevalência, como as urinárias, de trato respiratório e de pele/partes moles (ZIMERMAN, 2010).

A falta de detecção de confirmação microbiológica laboratorial também foi verificada nos estudos selecionados, os quais correlacionam esse fato à escolha incorreta do antimicrobiano empírico. Destaca-se a relevância das culturas, pois favorecem a elaboração de prevalências locais/setoriais e de protocolos de esquemas iniciais, com menor espectro de ação e maior resolutividade (CARNEIRO et al., 2011).

O farmacêutico é um dos profissionais capacitados para ser protagonista no controle e uso racional dos antimicrobianos. Ele tem entre as suas atribuições no ambiente hospitalar a verificação das prescrições médicas quanto a reações adversas, alergias, interações medicamentosas, legibilidade das receitas, via de administração, frequência, aprazamento entre outras funções (HAGA et al, 2014). A contribuição desse profissional transpassa pelo acompanhamento sistemático da farmacoterapia, para garantir a segurança, a necessidade do uso, a efetividade dos processos, possível toxicidade das substâncias, visando garantir os melhores resultados deste tratamento (SANTOS et al., 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como os estudos demonstram que o uso de antimicrobianos em ambiente hospitalar tem sido inadequado, desnecessário ou exagerado, é imprescindível que a prescrição desses medicamentos seja analisada de maneira adequada. O farmacêutico pode ser um agente importante no monitoramento quanto à indicação, posologia e administração

de tais fármacos.

AGRADECIMENTOS

Agradecimentos a nossa Docente Professora Layse de Souza e nossa mentora Waynne, que nos acompanhou durante toda elaboração, desenvolvimento, pesquisa e correção deste Projeto Integrador de Extensão. A UniAmérica, pela oportunidade e espaço de produzir e mostrar tal Projeto.

REFERÊNCIAS

Carneiro, Marcelo; Lazaroto, Dóris. O uso de antimicrobianos em um hospital de ensino: uma breve avaliação. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42302011000400016. Acesso em: 16 de abril 2021

D'Athayde Rodrigues, Fernanda; DâmasoBertoldi, Andréa. Perfil da utilização de antimicrobianos em um hospital privado. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/250028513_Perfil_da_utilizacao_de_antimicrobianos_em_um_hospital_privado. Acesso em: 16 de abril 2021

Souza Lopes, Ana Clara. Perfil do uso de antibacterianos no pronto socorro de um hospital regional do distrito federal. Disponível em: 2016_AnaClaraLopes_tcc.pdf (unb.br). Acesso em 18 de abril 2021

Noemi Vieira, Priscila; Vicentino Vieira, Suellen Laís. Uso irracional e resistência a anrimicrobianos em hospitais. Disponível em: revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/6130. V.21, n. 3 (2017)>Vieira. Acesso em 16 de abril de 2021

Oliveira Dantas, Joyce; Cendón Porto, Susana; de Mendonça Neto, Pedro Teles; Macêdo Lima, Márcia Maria; Fraga Lobo, Iza Maria. Avaliação da prescrição de antimicrobianos de uso restrito em um hospital universitário. Disponível em: http://jic-abih.com.br/index.php/jic/article/view/82. Acesso em 18 de abril 2021

Pozza Silveira, Gustavo; Nome, Faruk; Gesser ,José Carlos, Mandolesi; Sá Marcus; Terenzi, Hernán. Estratégias utilizadas no combate a resistência bacteriana / Recentachievementstocombatbacterial. Disponível em: resistancehttps://www.scielo.br/j/qn/a/8357FZYbtRVJB3R5pKFGP6v/?lang=pt#. Acesso em 11 de maio 2021

Quele Santos, Lilia. USO RACIONAL DE ANTIMICROBIANOS E NO AMBIENTE HOSPITALAR. Disponível em: http://revista.uepb.edu.br/index.php/biofarm/article/view/4762. Acesso em: 10 de maio de 2021

Rosa; Ribeiro, Gustavo. Avaliação da prescrição de antimicrobianos de uso restrito em um hospital do sul de Santa Catarina. Disponível em: Medicina - TubarãoAvaliação da prescrição de antimicrobianos de uso restrito em um hospital do sul de Santa Catarina (unisul.br) . Acesso em 10 de maio de 2021

Santos, Fabricio Silva dos; Souza Farias, Francinete de; Costa, Gisele Pereira; Oliveira, Lucas Barbosa. Atuação do farmacêutico no controle do uso de antimicrobianos no âmbito hospitalar

/ Performance ofthepharmacist in thecontrolofthe use ofantimicrobials in the hospital environment. Home >Vol 6, nº 12 (2020). Disponível em: https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/21218. Acesso em: 11 de maio de 2021

Schneider, Aline; Dal Molin, Gislaine; Uecker, Marilei; Codinotti, Maristela; Fatima Colet, Christiane de. Avaliação das prescrições aviadas na unidade de pronto atendimento no município de Ijuí/RS. v. 12, n. 2, 2014. Disponível em: http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1411. Acesso em: 16 de abril 2021

Silva, Rafael Almeida da; Nascimento, Beatriz; Oliveira, Lins de; Alves da Silva, Luiza Pinheiro; Oliveira, Maria; Costa Chaves, Gabriela. Resistência a Antimicrobianos: a formulação da resposta no âmbito da saúde global, 16 Nov 2020. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/sdeb/2020.v44n126/607-623/. Acesso em: 11 de maio de 2021

FISIOTERAPIA

Durante todo o curso há a vivência da prática profissional por meio de projetos realizados na comunidade em parceria com fisioterapeutas, empresas, hospitais, unidades básicas de saúde, clinicas entre outros , capacitando o aluno para atuar e lidar com os problemas de saúde dos mais simples aos mais complexos, incluindo as principais áreas como: Ortopedia, Cardiologia, Respiratória, Neurologia, Pediatria, UTI, Gerontologia, Dermatofuncional, Saúde da Mulher e Saúde coletiva.

ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA PARALISIA FACIAL PERIFÉRICA

Carolina Beatriz dos Santos[1], Gislaine de Oliveira Alves[1], Fernanda Fernandes Hammes[1], Jhenifer Paola Arzamendia Rozas[1], Rondineli dos Santos Frias[2], Maurícia Cristina de Lima[2], Margarete Pereira Ferreira Lindgren[3]

INTRODUÇÃO

A Paralisia Facial Periférica (PFP), é uma patologia decorrente de uma lesão no VII nervo facial, responsável pela distribuição de dezessete pares de músculos faciais. Dentre as causas que podem ocasionar a PFP, estão, a fadiga extrema, o estresse, mudanças repentinas de temperatura, imunidade enfraquecida, tumores e trauma. (DA CRUZ; SULZBACH; TORRES, 2021).

As manifestações dessa patologia, incluem a assimetria da face, dificuldades para se comunicar e se alimentar, além de contrações involuntárias. Esses efeitos são significativos sobre as condições de vida dos indivíduos afetados pela doença, pois, devido ao comprometimento funcional, os mesmos sofrem com problemas emocionais e baixa autoestima (MEDEIROS, et al, 2020).

Neste caso, o profissional fisioterapeuta possui um papel fundamental, visto que, o mesmo busca restabelecer os movimentos dos músculos faciais, através de técnicas de treinamento miofascial, crioestimulação, Facilitação NeuroMuscular Proprioceptiva, entre outras. (TAVARES; DE SOUZA; DE JESUS, 2018).

Para avaliar a severidade da Paralisia Facial Periférica, os profissionais utilizam a Escala de House-Brackmann, através da simetria da face em repouso, grau de movimento dos músculos da face e movimentos involuntários específicos. (SILVA, et al, 2016).

[1]Acadêmicas do 3º e 7º períodos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Fisioterapeuta do Sest Senat; Pós-graduado em Fisioterapia Neurofuncional; Professor do Centro Universitário UniAmérica.

[2]Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de São Paulo (USP), Mestre em reabilitação e inclusão, Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória; docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3]Mestre em Ciência da Motricidade Humana, Pós graduação em Fisioterapia Cardiorrespiratória, Ortopedia, Traumatologia, Uroginecologia, Curso em Neurologia e Neuro Pediatria e Psicomotricidade.

E-mail do autor correspondente: rondineli.frias@uniamerica.br

Mediante ao exposto, esse projeto tem como objetivo, identificar a abordagem fisioterapêutica na paralisia facial periférica.

METODOLOGIA

O presente estudo é do tipo qualitativo, realizado através de artigos e embasamento de profissionais da área de fisioterapia, realizado por meio de artigos retirados do Google Acadêmico.

Na primeira etapa, foi feito pesquisa e leitura de artigos sobre paralisia facial periférica e os tratamentos indicados para esta patologia. Já na segunda etapa, foi elaborado um questionário através da plataforma do *Google Forms* pelo link (https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSezeJbxxDCzEkmwmFYGaCA6Bg2cYCZtuBMFNT3MpprwWX_hmA/viewform?usp=sf_link), o qual foi enviado para uma amostra de profissionais fisioterapeutas por meio do aplicativo Instagram.

Como critério de inclusão foram: Profissionais da área de fisioterapia que atuam no Brasil, mediante ciência e assinatura no termo de consentimento livre esclarecido (TCLE), para o responsável estar ciente e autorizar a participação do estudo. Os critérios de exclusão foram: Não ser fisioterapeuta.

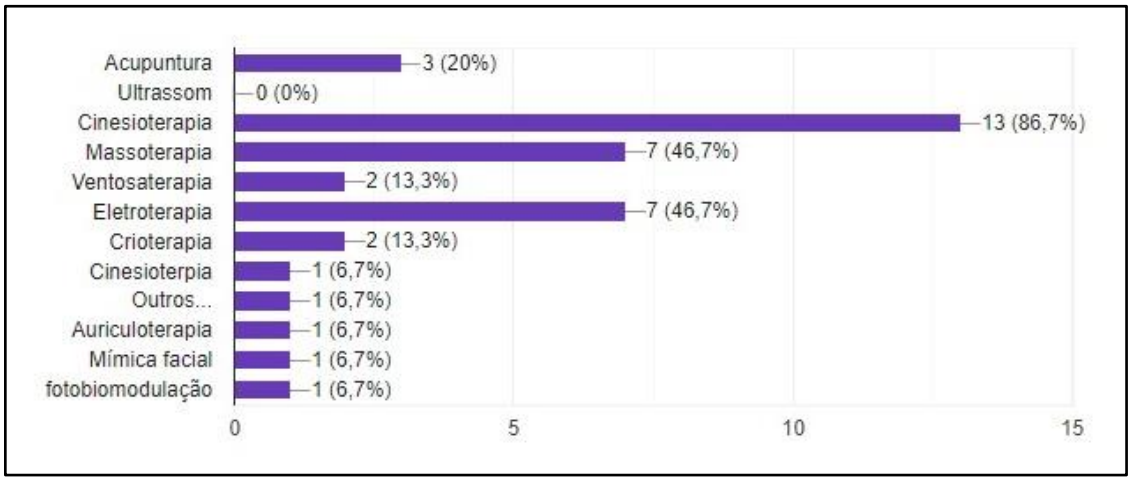
O projeto será desenvolvido no ambiente virtual por meio de um formulário online criado na plataforma google forms e será divulgado por meio do aplicativo de rede social Instagram, que é um aplicativo online, o qual tem como função o compartilhamento de fotos e vídeos entre seus usuários, que permite aplicar filtros e compartilhá-los em modo público ou privado, em uma variedade de serviços de redes sociais.

RESULTADOS

Participaram deste estudo 15 profissionais fisioterapeutas, sendo de ambos os sexos e faixa etária entre 20 a 50 anos de idade. Verifica-se no respectivo estudo que a grande maioria dos profissionais são especializados em Fisioterapia Traumato Ortopédica, sendo 53,3% do total. Ainda de acordo com o questionário, podemos concluir que todos os profissionais já atuaram frente a paralisia facial periférica, como podemos observar nos gráficos a seguir:

No *gráfico 1 - Formas de atuação*, observa-se que a cinesioterapia foi a abordagem mais usada frente a paralisia facial periférica, correspondendo a 93,4% do total. Referente às outras formas de atuação, 46,7% utilizam a massoterapia e eletroterapia como forma de estimulação, 13,3% ventosaterapia e crioterapia, e 6,7% auriculoterapia, fotobiomodulação, mímica facial e outros.

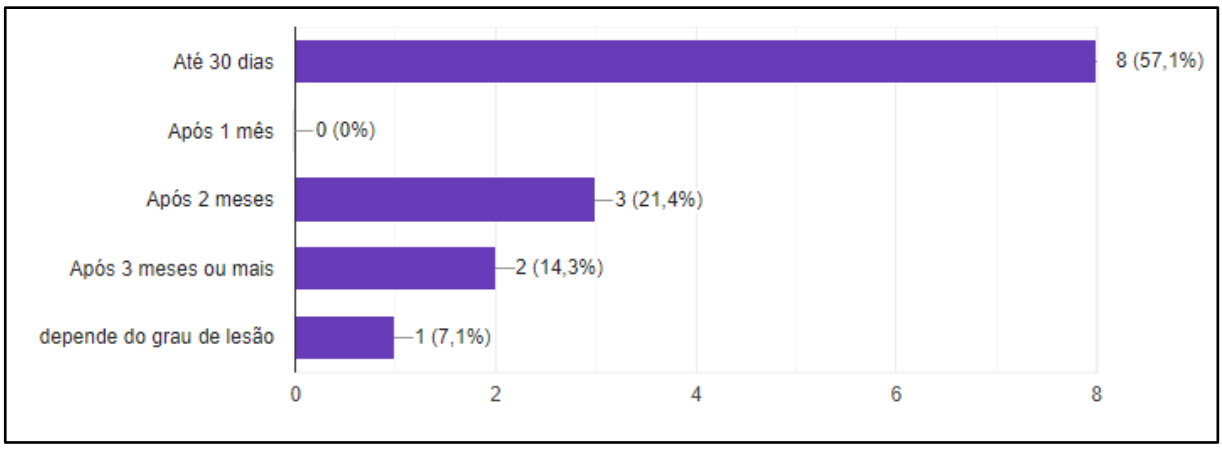
Gráfico 1 - Formas de atuação



Fonte: Da própria pesquisa.

Conforme o *gráfico 2 - Períodos de intervenção*, o tratamento em até 30 dias, é o que surte mais efeito, sendo 57,1% das respostas. Já os tratamentos que têm efeito após 2 meses possuem 21,4%, após 3 meses ou mais 14,3%, e dependendo do grau da lesão 7,1%.

Gráfico 2 - Períodos de intervenção



Fonte: Da própria pesquisa.

DISCUSSÃO

De acordo com este estudo, a cinesioterapia foi o tratamento mais utilizado pelos fisioterapeutas, sendo o método mais eficaz na reabilitação da PFP, este resultado condiz com o estudo de Garanhani (2017), onde os pacientes com paralisia facial periférica foram tratados com cinesioterapia e obtiveram melhoras significativas. Portanto, este tratamento seria o padrão ouro usado para essa patologia.

Segundo Amorim (2017), o período de tratamento inclui vários métodos de terapia que obtém bons resultados, sendo ele os principais citados, a massoterapia de relaxamento na hemiface não comprometida, massoterapia estimulante na hemiface acometida, crioterapia e cinesioterapia. O tratamento através da cinesioterapia é composto por mímica facial e

reeducação dos músculos da face através do *biofeedback* com eletrodos de superfície.

A amostra atual aponta que o tratamento surte efeito em até 30 dias e na minoria aponta que pode levar 3 meses ou mais, dependendo da lesão, sendo estes resultados, similares ao resultado da amostra de Amorim (2017), que relata que a recuperação depende da lesão e da cooperação do paciente e que assim, na maioria dos casos o tratamento se estende de 1 a 3 meses. Já a amostra de Tavares, et al (2018), relata que uma abordagem interdisciplinar composta por fisioterapia, fonoaudiologia, psicologia e terapia medicamentosa, três vezes por semana, pode resultar na melhora em cinco semanas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nas informações coletadas constatou-se que, os fisioterapeutas que já atuaram frente a paralisia facial, destacaram a cinesioterapia como principal técnica de intervenção, somando um total de 93,4% dos participantes. Destaca-se ainda que o tempo de tratamento mais apontado na pesquisa é o que surte efeito em até 30 dias.

O produto desenvolvido foi um vídeo explicativo onde indicamos os resultados da pesquisa, abordando alguns exercícios de cinesioterapia, com ênfase na auto estimulação através da terapia manual para pacientes que possuem paralisia facial periférica. Acesso em: *http://bit.ly/PRODUTODAPESQUISA*

REFERÊNCIAS

AMORIM, FRANCIMEIRE TAVARES RAMALHO. Paralisia Facial Periférica: **Tratamento Através da Acupuntura e Fisioterapia**. Cite. Recife, 2017. Acesso em: 10 de maio de 2021. Disponível em: http://www.cdof.com.br/PARALISIA%20FACIAL%20PERIF%C9RICA%20TRATAMENTO.pdf

DA CRUZ, Joina França; SULZBACH, Larissa Luz; DA COSTA TORRES, Daniel. ELETROTERAPIA NO TRATAMENTO DA PARALISIA FACIAL PERIFÉRICA: REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida-CPAQV Journal**, v. 13, n. 1, 2020. Acesso em: 08 de março de 2021. Disponível em: http://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=641

DE MEDEIROS, Sarah Fernanda Dantas et al. Bem-estar e comprometimento motor facial em pacientes com paralisia facial periférica: um estudo transversal. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 10, n. 3, p. 470-477, 2020. Acesso em: 08 de março de 2021. Disponível em: https://www5.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/3108/3397

GARANHANI, Márcia Regina et al. Fisioterapia na paralisia facial periférica: estudo retrospectivo. **Revista Brasileira de Otorrinolaringologia**, v. 73, n. 1, p. 112-115, 2017. Acesso em: 10 de maio de 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-72992007000100018&script=sci_arttext&tlng=pt

SILVA, Mabile Francine Ferreira. et al. “Aplicação da escala psicossocial de aparência facial na avaliação da paralisia facial periférica: estudo piloto.” **Audiologu-Communication Res.** vol.21 São Paulo Epub Apr 01, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2317-64312016000100303&script=sci_arttext&tlng=pt>

TAVARES, Alex Douglas Conceição; DE SOUZA, Wesley Pereira; DE JESUS, Elaine Andrade. Intervenção fisioterapêutica no tratamento de paciente com paralisia facial periférica: estudo de caso. **Saúde e Pesquisa**, v. 11, n. 1, p. 179-189, 2018. Acesso em: 08 de março de 2021. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?as_ylo=2017&q=paralisia+facial+periferica&hl=pt-BR&as_sdt=0,5

ASMA x NATAÇÃO: EFEITOS NO SISTEMA RESPIRATÓRIO INFANTIL

Aline Frias Ceolin[1], Camille Eduarda Michaliski[1], Érica Ethieni Tavares[1], Fernanda da Costa Silva[1], Juliana de Oliveira[1], Maurícia Cristina de Lima[2], Fernanda da Silva Pumi Alliana[3]

INTRODUÇÃO

A asma é uma doença que possui um caráter crônico, porém que se agudiza, para isso ocorrer é necessário a presença de um gatilho, provocado pela exposição ou contato com alérgenos, tais como: poeira, mofo, pelo de animais e ou substâncias irritantes como perfumes, materiais de limpeza, poluentes, fumaça entre outros. Tais alérgenos, disparam a liberação de fatores intrínsecos que provocam uma hiperrreatividade brônquica na tentativa de defender o organismo, porém o prejudica (FREITAS et al., 2019).

Sabe-se que as lesões brônquicas causadas pela agudizarão da asma, se diagnosticada na hora certa e de forma adequada, são reversíveis, preveníveis e tratáveis, ao contrário das Doenças Pulmonares Obstrutivas Crônicas (DPOC) que são irreversíveis (CAMPOS, 2018).

Um dos esportes mais procurados para as crianças asmáticas é a natação. A água interfere diretamente no sistema pulmonar quando o corpo é imerso na vertical, por meio da pressão hidrostática, a qual aguenta atua diretamente sobre a mecânica da caixa torácica a cada ciclo respiratório. Dessa forma, no decorrer da imersão com a cabeça fora da água, são alteradas a mecânica e função pulmonar, de modo a interferir no comprimento e nas atividades dos músculos respiratórios (FAGUNDES, et al, 2017). A natação pode proporcionar para as crianças, um fortalecimento do diafragma e junto a ele os músculos respiratórios auxiliares, com isso facilita a expansão do tórax, podendo melhorar as condições respiratórias. (PERNAMBUCO, et al, 2019). É importante lembrar que a prática da natação não cura a asma, mas pode ajudar a minimizar as crises causadas pela doença, como uma forma de terapia

[1] Acadêmicas do 1°, 2ª, e 3° períodos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de São Paulo (USP). Mestre em Reabilitação e Inclusão, Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória; docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Mestre em Saúde Pública na Região de Fronteiras pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE. Especialista em Fisioterapia em Terapia Intensiva Adulto; Acupuntura e Neurofuncional.

Email do autor correspondente: mauricia@uniamerica.br

auxiliar não farmacológica que melhora a condição física do asmático (JUNG, 2020).

Diante disso, busca-se responder a seguinte pergunta norteadora: quais os efeitos da natação no sistema respiratório de crianças com asma? Para tanto visa avaliar os efeitos da natação sobre o sistema respiratório infantil, analisando porque a natação é um esporte muito procurado para o tratamento de doenças respiratórias e quais são os resultados da prática dessa modalidade.

METODOLOGIA

Estudo do tipo revisão Integrativa da Literatura (RIL), onde o levantamento da pesquisa foi realizado por meio do Google Acadêmico e *Scientific Electronic Library online* (SciELO). Foram selecionados por meio do Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), as seguintes chaves de busca: Sistema Respiratório AND Natação; Natação AND Exercício*;* Asma AND Nataçao; *Asthma AND Swimming; Respiratory System AND Swimming; Exercise AND Swimming.*

Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos anos de 2015 a 2020, na língua portuguesa, de acordo com o tema do projeto, com o acesso completo do conteúdo. Os critérios foram artigos publicados em anos anteriores ao de 2015, que não eram pertinentes ao tema proposto, que não estavam disponíveis na íntegra e fontes de informações não fidedignas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa totalizou 11 artigos, publicados nos anos de 2016 a 2020. Na Tabela 1, foram descritos a apresentação do título, autores dos artigos, ano de publicação, tipos de estudo, objetivos e os resultados apresentados.

A natação é um esporte muito indicado para pacientes asmáticos, pois induz uma broncoconstrição menos severa que outros esportes. Esse efeito ocorre por conta de uma grande umidade presente na superfície da água, durante a natação o ar é inalado com essa umidade, o que reduz a perda de água durante a respiração e tende a diminuir a osmolaridade do muco dentro das vias aéreas (BASTOS, et al, 2017).

Entretanto, existem evidências mostrando que o cloro que é utilizado para desinfetar as piscinas seja prejudicial às vias aéreas dos praticantes de natação. A interpretação é apoiada pelos estudos de biomarcadores que mostram os produtos para cloroformizar, podendo causar ruptura crônica ou aguda das barreiras epiteliais dos pulmões. Devem ser incentivadas piscinas que não tem água clorada ou com aumento da ventilação nos ambientes. Ambientes fechados podem provocar irritação nas vias aéreas e quando a prática

ocorre em ambiente aberto, os sintomas diminuem (SCARPA, et al, 2018).

Os benefícios em relação a natação estão relacionados com o auxílio a expiração, pois a água exerce pressão sobre a caixa torácica ajudando na diminuição da amplitude do tórax auxilia também no fortalecimento dos músculos torácicos, melhorando a elasticidade e volume dos pulmões, aumentando a capacidade de absorção de oxigênio, favorecendo a expiração, reduzindo a hiperinsuflação pulmonar, quando comparada a outros esportes que tendem a aumentar a resistência das vias aéreas (SILVA, et al).

Tabela 1: Síntese de Artigos

Título	Autores e ano	Tipo de estudo	Objetivos	Resultados
Nadando contra a asma: análise da relevância da natação no tratamento de indivíduos com asma.	Freitas, 2019	Revisão bibliográfica	Analisar os efeitos da natação na asma e na qualidade de vida.	Melhora a integração social, condicionamento cardiorrespiratório e aumenta a qualidade de vida.
Interface entre a natação e o tratamento da asma sob a perspectiva do paciente asmático	Matias, Oliveira, 2017.	Pesquisa qualitativa	Analisar a conexão entre a natação e o tratamento da asma	Melhora a capacidade cardiorrespiratória, interação social.
Efeitos da natação no pico expiratório de crianças asmáticas	Santos, Et al 2019.	Pesquisa qualitativa	Avaliar os efeitos da natação em crianças asmáticas.	Reduz as crises, melhora a força da função respiratória.
Benefícios da natação no tratamento da asma benefits of swimming in treating asthma	Silva, Averbart, 2020.	Revisão da literatura.	Investigar a natação como tratamento da asma e verificar se a atividade aquática é segura e eficaz.	O cloro pode ser prejudicial às vias aéreas, e o ideal é um ambiente bem ventilado.
Atividade muscular acessória da respiração após programa de reeducação respiratória e natação em asmáticos	Silva, Et al 2016.	Pesquisa qualitativa	Avaliar a força dos músculos respiratórios.	O programa de natação reduz o uso de músculos acessórios e melhora a força expiratória.
Efeito da imersão em água aquecida sobre o sistema respiratório	Fagundes, Silva, 2017	Observacional exploratória	Avaliar os efeitos do uso de água aquecida sobre o sistema respiratório de estagiários de hidroterapia.	Aumenta a força muscular inspiratória.
O efeito do treinamento de natação em crianças asmáticas	Bastos, Leite, 2017.	Revisão integrativa de literatura	Analisar os efeitos da natação em crianças asmáticas.	Natação melhora o tratamento
A natação como aliada ao processo de tratamento da asma em crianças: uma pesquisa integrativa	Jung, Borges, Goulart, 2020.	Revisão integrativa.	Analisar a prática da natação em crianças asmáticas.	Efeito protetor, pela umidade do ar inspirado diminui a osmolaridade do muco das vias aéreas.
Estudo da percepção dos benefícios da natação em crianças asmáticas.	Scarpa, Ferreira, 2018.	Revisão da literatura.	Verificar os efeitos da natação na qualidade de vida de crianças com asma.	Melhora a qualidade de vida.
Efeitos da natação no pico expiratório de crianças asmáticas.	Pernambuco, et al, 2019.	Observacional exploratória	Avaliar os efeitos da natação em crianças asmáticas	A natação melhora a força expiratória.

Na água ocorre uma diminuição da complacência pulmonar em valores de 50%, entretanto o tempo inspiratório e a frequência respiratória mantêm-se inalteradas. Na imersão, a pressão hidrostática trabalha para contração do diafragma durante a inspiração, resultando em um exercício para essa musculatura, além de auxiliar na sua elevação e dessa maneira na saída do ar durante a expiração. Além disso, na imersão com a água até o processo xifóide, o abdome é empurrado para dentro e a caixa torácica realizando a expansão na expiração final, assim o diafragma mostrará um aumento em seu tamanho, dando a ele uma vantagem contrátil, desloca-se, também causando uma redução do volume de reserva expiratório e volume residual (FAGUNDES, et al, 2017).

A natação também influencia no sistema cardiovascular, pois aumenta a circulação sanguínea pela necessidade dos músculos de um fluxo maior de oxigênio para a realização dos exercícios. Ela torna-se favorável para as crianças asmáticas pois fortalece o diafragma e os músculos respiratórios auxiliares, desencadeando um ritmo respiratório muito melhor para a criança (PERNAMBUCO, et al, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A natação é o esporte mais procurado para auxiliar o tratamento da asma em crianças, lembrando que não a cura, mas pode amenizar seus sintomas. Sendo assim, os benefícios da natação estão relacionados ao auxílio da expiração, desencadeando um ritmo respiratório melhor para a criança, podendo fortalecer o diafragma e os músculos acessórios da respiração facilitando a expansão do tórax.

A maioria dos autores concordam que a natação traz benefícios para o sistema respiratório infantil. A água interfere diretamente no sistema pulmonar, melhorando as condições respiratórias, dando maior qualidade de vida para os portadores de asma.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a nossa professora orientadora, Dra. Maurícia Cristina de Lima, e a nossa mentora, Fernanda da Silva Pumi Alliana, por contribuírem com o desenvolvimento deste projeto sempre sendo muito atenciosos e competentes.

REFERÊNCIAS

FREITAS. E, ET AL. **Nadando contra a asma: análise da relevância da natação no tratamento de indivíduos com asma**. Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu.

08/2019. Acesso em: 14/03/2021. Disponível em: <**https://core.ac.uk/download/pdf/922929811.pdf**>.

CAMPOS. S.H; UNEIER. C;E. **Asma e DPOC: está na hora de mudar conceitos e o foco do tratamento.** Revista oficial da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia ASBAI. 26/02/2018. Acesso em: 14/03/2021. Disponível em: <http://aaai-asbai.org.br/detalhe_artigo.asp?id=871>.

FAGUNDES, A. A; SILVA, R. F. **Efeitos da imersão em água aquecida sobre a capacidade inspiratória.** Fisioterapia em Movimento, [S.l.], v. 19, n. 4, ago. 2017. ISSN 1980-5918. Acesso em: 03/05/2021. Disponível em: < https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/salao_ensino_extensao/article/view/17092#:~:text=O%20trabalho%20respirat%C3%B3rio%20%C3%A9%20aumentado,caixa%20tor%C3%A1cica%20e%20membros%20inferiores. >.

MATIAS. J,L,P. et al.8 **Interface entre a natação e o tratamento da asma sob a perspectiva do paciente asmático**. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 18, n. 4, p. 296-301, out. 2017. ISSN 2177-4005. Acesso em: 12/04/2021. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/10511>.

PERNAMBUCO, C, S. et al. (2019). **Efeitos da natação em crianças asmáticas**. *Revista De Investigación En Actividades Acuáticas*, *3*(6), 41-44. Acesso em: 12/04/2021. Disponível em: <https://doi.org/10.21134/riaa.v3i6.379>.

SILVA. M,C,R. et al. **Atividade muscular acessória da respiração após programa de reeducação respiratória e natação em asmáticos**. UFSM. 30/12/2016. Acesso em: 12/04/2021. Disponível em: <https://rpcd.fade.up.pt/_arquivo/artigos_soltos/2016-3/01.pdf>.

JUNG. T,R. **A natação como aliada ao processo de tratamento da asma em crianças: uma pesquisa integrativa**. UCS. 09/07/2020. Acesso em: 12/04/2021. Disponível em: <https://repositorio.ucs.br/xmlui/bitstream/handle/11338/6737/TCC%20Tatiana%20Ribeiro%20Jung.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

SILVA, S. et al. **Benefícios da natação no tratamento da asma Benefits of swimming in treating asthma.** RIUNI. 2020. Acesso em: 12/04/2021. Disponível em < https://riuni.unisul.br/handle/12345/10964 >

PERNAMBUCO, C. S. et al. **Efeitos da natação no pico expiratório de crianças asmáticas.** *Revista De Investigación En Actividades Acuáticas*. 30/10/2019. Acesso em : 12/04/2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Carlos-Soares-Pernambuco/publication/341046321_EFEITOS_DA_NATACAO_EM_CRIANCAS_ASMATICAS/links/5ec35af0a6fdcc90d6826f2a/EFEITOS-DA-NATACAO-EM-CRIANCAS-ASMATICAS.pdf >

BASTOS, A. S; LEITE, R. A. T. **O efeito do treinamento de natação em crianças asmáticas**. 2017. Acesso em 03/05/2021. Disponível em: https://www.ibmr.br/files/tcc/o-efeito-do-treinamento-de-natacao-em-criancas-asmasticas-aloani-da-silva-bastos-e-renato-antunes-teixeira-leite.pdf

SCARPA, M; F; M. et al. **Estudo da percepção dos benefícios da natação em crianças asmáticas.** UNIMEP. 2018. Acesso em 17/05/2021. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-unimep/index.php/sr/article/view/3628/2326>.

ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA PARA TRATAMENTO DO SÍNDROME DA FIBROMIALGIA

Isabelle Fernandes Vieira[1] , Shirley Huilen Nobili[1], Mariano Exequiel Martín[1], Mauricia Cristina de Lima [2], Magali Perez Osinski[3]

INTRODUÇÃO

A síndrome da fibromialgia (FM) é uma síndrome clínica que se manifesta com dor crônica no corpo todo, principalmente na musculatura, pois envolve alterações nas múltiplas vias ascendentes e descendentes do sistema nervoso central, bem como nas vias periféricas, levando ao aumento da sensibilidade à dor. A FM tem sintomas como fadiga (cansaço), sono não reparador (a pessoa acorda cansada), alterações de memórias e atenção, doenças psiquiátricas como ansiedade e depressão (JAIR FURST, 2019).

Pesquisadores realizaram testes sensoriais quantitativos e os resultados em pacientes com FM identificou se um aumento anormal da atividade cerebral relacionada à dor dentro do tálamo, ínsula, cingulado anterior, S1 e córtex pré-frontal (a chamada “matriz da dor”), pesquisas mais recentes focaram na “conectividades” alteradas entre várias redes cerebrais interconectadas nesses pacientes (STAND et al., 2011).

A etiopatogenia, os diagnósticos e os critérios de classificação da fibromialgia ainda são debatidos e, consequentemente, as estratégias de tratamento dessa condição. A fibromialgia é a terceira condição musculoesquelética mais frequente e sua prevalência aumenta com a idade (SARZI-PUNITT et al., 2020).

Diante disso, este estudo visa analisar os efeitos da Fisioterapia no tratamento de uma paciente com Fibromialgia.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

[1] Acadêmicos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Fisioterapeuta. Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de São Paulo (USP). Mestre em Reabilitação e Inclusão. Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória. Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica.

[3] Fisioterapeuta. Especialista em Pilates Terapêutico.

E-mail do autor correspondente: mauricia@uniamerica.com

Trata-se de um estudo observacional e experimental, com 4 pacientes do gênero feminino, de entre 45 e 58 anos, todas residentes na cidade de Puerto Iguazú, Argentina, com diagnóstico clínico de fibromialgia, sendo encaminhadas por médico reumatologista para avaliação e tratamento fisioterapêutico.

Foi aplicado um programa de atividade física, exercícios de alongamentos e fortalecimento para melhorar a capacidade de movimento articular e aliviar as dores. Em esse programa encontram-se os seguintes exercícios: Flexão lombar trabalha o fortalecimento da lombar. Flexões laterais de tronco trabalham unilateralmente oblíquos do abdômen e músculos extensores da coluna como o quadrado lombar e os eretores espinhais. As rotações da coluna vertebral trabalham na redução do tônus da musculatura axial, diminuindo a rigidez do tronco, músculo lombar, iliocostal do tórax e iliocostal do pescoço. Mobilização de quadris trabalha o glúteo maior, pectíneo e obturador interno e externo. Avanços trabalham glúteos, quadril, isquiotibiais, nuca, panturrilha, quadríceps e perna. Extensão do quadril trabalha o glúteo e a parte inferior das costas da perna. Elevação de perna trabalha os quadris, glúteos e pernas. Série de abdominais, trabalha os músculos do reto abdominal e oblíquos. O levantamento de pernas é um exercício de força que trabalha o iliopsoas. A mobilidade dos braços em abdução, melhora a mobilidade articular do ombro e cintura escapular. Mobilização da cintura escapular trabalha os músculos do ombro e do trapézio e também ajuda a mobilidade das articulações nessa área.

Foi aplicada a escala visual analógica (EVA), antes e após os atendimentos, segundo Jones Dupree et al. (2015). Para avaliar a qualidade de vida da paciente foi aplicado o Questionário de Impacto da Fibromialgia (QIF) (MARQUES et al., 2006).

O estudo e intervenções foram aplicadas pelos acadêmicos de fisioterapia responsáveis, sob supervisão do mentor Fisioterapeuta. Foi realizado um programa de exercícios, os quais foram de alongamentos e fortalecimentos, e a escala EVA para avaliar a dor das pacientes. O programa de atendimento proposto, foi de dez atendimentos, que ocorreram duas vezes por semana, na terça e na quinta de 16:00 às 17:00. O primeiro atendimento foi no centro Vitalis em Puerto Iguazú.

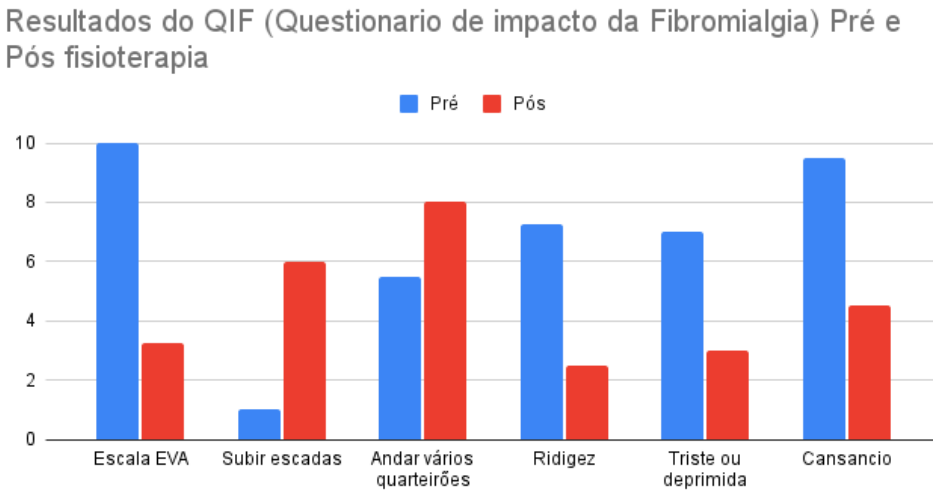
RESULTADOS E DISCUSSÃO

A mostra foi composta por 4 pacientes, todas do sexo feminino, com diagnóstico clínico de fibromialgia. As pacientes relataram ao princípio do tratamento dores nas seguintes regiões: joelho, ombros, pernas e cervical.

Nos resultados da escala EVA, as quatro pacientes relataram nível 10, indicando quão forte a dor ao começar os exercícios aplicados, ao finalizar a terceira semana do programa fisioterapêutico, a dor relatada foi de 2 a 4.

No gráfico 1 verificam-se os resultados do questionário QIF, mostrando as dificuldades que as pacientes tiveram ao realizar as atividades antes e após o programa fisioterapêutico.

Gráfico 1:



Segundo PEREIRA et.al. (2017) a prática regular de atividade física diminui a rigidez, melhora o condicionamento, o ânimo e reduz as dores, também incentiva a liberação de substâncias do próprio organismo como as endorfinas. Também fazer exercícios com levantamento de peso deixa a pessoa mais resistente às dores reduzindo a ansiedade e a depressão, consequências típicas da doença.

Segundo Souza, (2009), os exercícios físico são benéficos no controle da FM, pois os seus efeitos são refletidos no corpo todo, porém outro fator influenciador conforme apontam as pesquisas é o sono desregulado que tem muitos efeitos maléficos contra essa doença, seus sintomas incluem alterações e dificuldades na noite de sono e insônia, o tempo saudável para descanso são de 8 horas por noite, além de fornecer energia e disposição ao corpo, melhora o bem estar em geral, sendo assim importante no controle da fibromialgia, quando não há esse momento de relaxamento o corpo todo se mantém sempre agitado e as dores se destacam mais.

Segundo Pimenta et al. (2018) e muito comum que a fibromialgia leve a anormalidades no sistema nervoso, mudando a forma com que os pacientes lidam com a estresse e a fadiga constante leva a gerar isolamento de atividades, ansiedade, falta de energia, sentimento de culpa e muito outros sintomas que levam a depressão. seguir um tratamento adequado da fibromialgia junto com o tratamento da depressão é fundamental para que a síndrome seja controlada.

Segundo (MANDAL, 2019) A osteoporose deixa os ossos fraturas frágeis e inclinadas. Uma grande proporção de pacientes da fibromialgia pode desenvolver a osteoporose. A osteoporose afeta geralmente pacientes da fibromialgia entre as idades de 51 a 60 anos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho demonstrou os efeitos de um programa fisioterapêutico, com resultados positivos em relação à síndrome da fibromialgia. Desta forma verifica-se que a efetividade do protocolo de exercícios aplicado para as pacientes, pode promover a redução da dor, diminuição da rigidez e cansaço, e prevenir maiores complicações em relação às limitações funcionais que a doença provoca.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, Raquel Munhoz da Silveira et al. Fibromialgia: nível de atividade física e qualidade do sono. Motriz: Revista de Educação Física [online]. 2011, v. 17, n. 3 [Acessado 7 Junho 2021] , pp. 468-476. Disponível em: Epub 03 Nov 2011. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742011000300010> Acesso em 7 de junho 2021

CELIA PEREIRA, importância da atividade física no tratamento da fibromialgia, 26 out 2017.<https://saude.abril.com.br/medicina/a-importancia-da-atividade-fisica-no-tratamento-da-fibromialgia/> Acesso 14 de maio 2021.

CHINN, S., CALDWELL, W. & GRITSENKO, K. Fibromyalgia Pathogenesis and Treatment Options Update. *Curr Pain Headache Rep* 20, 25 (2016). <https://doi.org/10.1007/s11916-016-0556-x> Acesso em 29 de março de 2021.

JAIR FURST, guia de Mayo clinic para la fibromialgia, 24 set. 2019.<https://newsnetwork.mayoclinic.org/discussion/new-mayo-clinic-press-book-offers-help-hope-to-fibromyalgia-patients/> Acesso em 15 de março 2021.

JONES, DUPREE, Recomendações para treinamento de resistência em pacientes com fibromialgia, v. 17, n. 1, p.1-2, 17 set. 2015. Springer Nature.<https://worldwidescience.org/topicpages/j/jateadas+ou+nao.html> Acesso em 25 de abril 2021.

MARQUES, A.P. et. al. Questionário do impacto da fibromialgia, jan 2006<https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Questionario-de-Impacto-da-Fibromialgia-fonte-MARQUES-A-P-et-al-2006_fig1_279464893#:~:text=O%20Question%C3%A1rio%20de%20Impacto%20na,maior%20ser%C3%A1%20o%20esco…> Acesso em 16 de março de 2021.

RICHARD. HARRIS , DANIEL J. CLAUW , DAVID J. SCOTT , SAMUEL A. MCLEAN , RICHARD H. GRACELY E JON-KAR ZUBIETA Journal of Neuroscience 12 de setembro de 2007, 27 <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2849-07.2007> Acesso em 29 de março de 2021.

SARZI-PUTTINI, P., GIORGI, V., MAROTTO, D. *et al.* Fibromyalgia: an update on clinical characteristics, aetiopathogenesis and treatment. *Nat Rev Rheumatol* 16, 645–660 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41584-020-00506-w> Acesso em 29 de março de 2021.

STAREPRAVO, Fernando Augusto; CAVICHIOLI, Fernando Renato; REIS, Leoncio José de Almeida. A ocorrência histórica do lazer: Reflexões a partir da perspectiva configuracional. Revista Brasileira de Ciências e Esporte. Campinas, v.30, n.3, p.63-78, maio, 2009. Disponível

em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/248> Acesso em: 21 de janeiro de 2020.

STAUD R. Brain imaging in fibromyalgia syndrome. Clin Exp Rheumatol. 2011 Nov-Dec;29(6 Suppl 69):S109-17. Epub 2012 Jan 3. <https://www.clinexprheumatol.org/pubmed/find-pii.asp?pii=22243558&pii=22243558> Acesso em 29 de março de 2021.

TATIANA PIMENTA. fibromialgia sintomas e sua relação com a depressão, 17 sep 2018.<https://www.vittude.com/blog/fibromialgia-sintomas-depressao/#:~:text=Devido%20%C3%A0s%20dores%20cr%C3%B4nicas%2C%20%C3%A9,sintomas%20que%20desencadeiam%20a%20depress%C3%A3o.> Acesso em 10 de junho de 2021.

DORES MUSCULOESQUELÉTICAS RELACIONADAS A VESTIMENTA POLICIAL

Edwin Georg Squair[1], João Pedro Chavez Piaia[1], João Victor Goldschmidt[1], Raiane vitória de Oliveira Albuquerque [1], Valéria Ribeiro de Lima [1], Maurícia Cristina de Lima[2] , João Fábio Galeano Arco[3]

INTRODUÇÃO

A polícia tem um papel muito importante para a sociedade gerando segurança e harmonia para a população combatendo a criminalidade e violência, desta forma, proporciona-se que as leis sejam efetivadas. Durante as pesquisas realizadas com os policiais foram observadas queixas em relação às dores no corpo, diante disso, surgiu o interesse em investigar a influência da vestimenta na causa ou agravamento das dores (SANTOS et al. 2015).

Um policial tem sua jornada de trabalho com turnos de até 12 horas, exercendo caminhadas, corridas ou até mesmo serviços administrativos estressantes, fazendo com que eles tenham um bom preparo físico e mental. nessas atividades, estão sempre fardados onde possuem seus equipamentos de proteção pessoal (EPI's) são colete balístico com peso de 1,6 kg a 2,6 kg para homens e 1,1kg a 1,8 kg para mulheres e acessórios como: armas letais e não letais, suas munições, algema, lanterna, cinto de guarnição e outros componentes com peso de variando de 6 kg até 27 kg (MORAIS SANTOS et al., 2020).

Com essa rotina extensa e cansativa, ficando muito tempo sentado dentro da viatura e com o sobrecarregamento de peso não é uma coisa muito boa, ainda mais se os equipamentos estiverem "atrapalhando" e criando um desconforto, dificultando muitas vezes seus movimentos causando uma grande perda na qualidade de vida e bem-estar dos policiais. As principais áreas afetadas por sinais de desconforto musculoesquelético são na região lombar, dorsal, joelhos e pescoço, podendo ocasionar as seguintes patologias: artrite, fibromialgia e

[1] Acadêmicos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Fisioterapeuta. Doutora em Ciências, docente do curso de Fisioterapia do curso de Fisioterapia no Centro Universitário UniAmérica.

[3] Fisioterapeuta Osteopata DO (IBO-RJ).

E-mail do autor correspondente: mauricia@uniamerica.br

lombalgia. (MARINS et al., 2020).

Diante do respectivo projeto, busca-se responder a seguinte questão: será que a vestimenta policial gera limitações nos movimentos e dores musculoesqueléticas? Sendo assim este estudo busca como objetivo geral analisar e prevenir as dores musculoesqueléticas relacionadas ao sobrepeso dos equipamentos usados na vestimenta dos policiais.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Estudo realizado no curso de graduação de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas, no módulo de Projeto Integrador, com período de fevereiro a junho de 2021. A natureza do projeto será descritiva, transversal e observacional. O estudo será realizado na cidade de Foz do Iguaçu/PR e terá como apoio de pesquisa a instituição da PRF da cidade que auxiliará respondendo o questionário criado pelos integrantes do projeto.

Para a realização da pesquisa será elaborado um questionário com 10 perguntas relacionadas às dores e aos movimentos que são incapacitados a fazer por conta da vestimenta. Essas perguntas serão enviadas virtualmente devido a pandemia causada pelo Vírus (COVID-19).

O questionário será elaborador pelo Google Forms e será enviado por meio do email ou pela rede social (Whatsapp) dos policiais com o respectivo link: https://docs.google.com/forms/d/1wysG37nMwc5e1v3weRXqTm2hMZEDif6L_XRDiSECZCA/edit

Serão analisados artigos com o intuito de auxiliar a pesquisa com buscas por informações como casos de policiais que relataram dores musculoesqueléticas. Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos que relatam sobre a temática abordada no projeto, na língua portuguesa, atualizados no período de 2015 a 2020, as palavras-chave utilizadas para a pesquisa dos artigos foram: dores musculoesqueléticas, sobrepeso de equipamentos, patologias por carregamento excessivo de peso, como aliviar as dores musculoesqueléticas e equipamento policial.

Como produto será elaborado uma série de exercícios com o intuito de ajudar e prevenir com a Fisioterapia os casos de dores relatados pelos policiais decorrentes da utilização de equipamentos de trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram obtidas 139 respostas no questionário enviado, sendo 127 Policiais Rodoviários Federais e 12 Policiais Militares, com idade variando entre 24 e 67 anos, com a maioria com

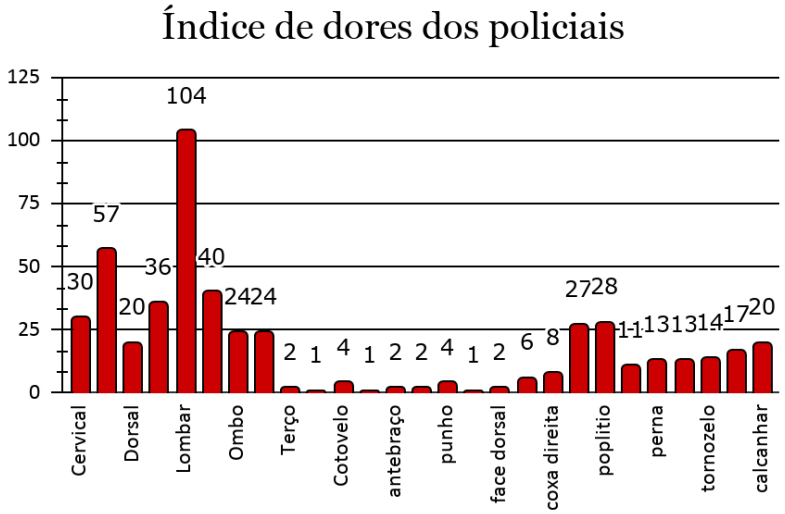
escala de carga horária de vinte e quatro horas e folga setenta e duas horas.

As regiões corporais que mais predominaram nas respostas, foram a lombar (74,82%), o trapézio (41%), poplíteos (39,56%), ombros (34,53%) e os glúteos (28,77%). De acordo com Marins et al (2020) a frequência de sintomas musculoesqueléticos variou entre 42-52% para região lombar, 34-43% para joelhos, 7-32% para ombros, 7-27% para punhos/mãos/dedos, 29-42% para pescoço.

Verificou-se que a faixa etária dos 85 policiais foi entre 24 e 45 anos (61,15%) e 54 policiais variando entre 46 e 67 anos (38,84%), o tempo de serviço variou de 1 a 10 anos 43 policiais (31,76%) e mais de 10 anos 92 policiais (68,14%). Santos et al (2020) verificou em seu estudo 4 policiais com idade entre 30 e 40 anos (61,8%) e 21 policiais de idade entre 40 a 50 anos (38,2%), se observou 8 policiais com tempo de serviço até 10 anos(14,5%) e 47 polícias com mais de 10 anos (85,5%).

Em relação às atividades físicas semanais referentes, 10 (7,2%) pessoas disseram que não praticam nenhuma atividade física, 49 (35,2%) fazem 1 a 2 vezes na semana e 80 (57,6%) disseram que realizam mais de 3 vezes por semana. Segundo Fantini et al (2014) dos 16,2% trabalhadores que praticam atividade física, apenas 4,6% relatam tal prática três ou mais vezes por semana. Já no perfil trabalhador saudável, 98,6% participam de atividade de lazer e, dos 71,3% trabalhadores que praticam atividade física, a frequência de três ou mais vezes por semana foi observada em 37,1% dos casos.

Gráfico 1 - Partes do corpo com maior índice de dor



Ao final do turno de trabalho de cada policial avaliado, foi observado que dos 139 indivíduos apenas 16 (11,5%) não se sentem fatigados no final do turno e 123 (88,5%) se sentem bem cansados. O índice de dor foi apresentado com uma escala de 0 a 10 e a dor

relatada por eles teve uma média de 6 (18,7%). Quando perguntado sobre a realização de alongamentos antes do início das atividades laborais, 105 (76%) dos policiais não realizam os alongamentos podendo assim, ser mais propensos a problemas osteomusculares. De acordo com Souza et al. (2017) foi observado que em relação ao nível de fadiga no final do turno de trabalho dos policiais que fizeram parte da pesquisa, 56,7% mencionaram fadiga moderada; 33,3% fadiga intensa; 3,3% fadiga insuportável; 3,3% fadiga leve; e 3,3% nenhuma fadiga e também foram observados o nível de dor na região dorso-lombar, 53,3% se queixaram de dor moderada; 20% de muita dor; 16,7% de pouca dor; 6,7% de dor .

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados obtidos após a colaboração dos policiais em responder o questionário esclareceu e confirmou que o trabalho exaustivo e pesado pode sim alterar a qualidade de vida e o bem-estar deles. Os resultados foram muito esclarecedores quanto a proposta trabalhada e constatado que sim, a vestimenta policial gera limitações nos movimentos e dores musculoesqueléticas, principalmente o cinto tático e o colete balístico. Os resultados obtidos podem ajudar a alertar não só aos policiais quanto à sociedade em sua principal atuação, ao risco também oferecido quando não estiver em ação, a prática constante de alongamentos, de exercícios e o não exageramento de sobrepeso no corpo durante suas atividades laborais. Como futuras pesquisas pode-se pensar em atividades para reduzir a incidência de dor e avaliar possíveis mudanças nos equipamentos de proteção sem que fiquem mais vulneráveis.

REFERÊNCIAS

SANTOS, Mairana Maria Angélica et al. A influência do uso do colete balístico nas patologias relacionadas a postura em policiais militares. 2015. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/1712/1/MMAS%2009122015.pdf> Acesso em: 10 de março de 2021.

MARINS, Eduardo Frio. Impactos do uso de equipamentos de proteção pessoal sobre parâmetros fisiológicos e motores de policiais rodoviários federais,2017. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/ppgef/files/2018/03/Disserta%C3%A7%C3%A3o-Eduardo-Frio-Marins.pdf> Acesso em: 31 de março de 2021.

DE MORAIS SANTOS, Helen Caroline; VIANA, Fabiana Cury; DA SILVA, Deivid Kennedy. RELAÇÃO ENTRE DOR MUSCULOESQUELÉTICA E CONDIÇÕES DE TRABALHO DE POLICIAIS MILITARES. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 6, n. 2, p. 356-372, 2020. Disponível em: <http://www.psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/V6N2A24/454> Acesso em: 31 de março de 2021.

MARINS, Eduardo Frio et al. Frequência de sintomas musculoesqueléticos entre policiais: revisão sistemática. **BrJP**, v. 3, n. 2, p. 164-169, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/brjp/v3n2/pt_1806-0013-brjp-20200034.pdf> Acesso em: 31 de março de 2021.

LIMA, Andressa Gomes de et al. INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NAS LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS, EM POLICIAIS, CAUSADAS PELO USO DE MATERIAIS BÉLICOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA. 2019. Disponível em: <http://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/2456/1/Artigo.pdf> Acesso em: 31 de março de 2021.

FANTINI, Adriana Judith Esteves; ASSUNÇÃO, Ada Ávila; MACHADO, Ana Flávia. Dor musculoesquelética e vulnerabilidade ocupacional em trabalhadores do setor público municipal em Belo Horizonte, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 4727-4738, 2014. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2014.v19n12/4727-4738/pt/> Acesso em: 26 de maio de 2021

DOS SANTOS MONTEIRO, Jefferson et al. Avaliação da qualidade de vida, sintomas osteomusculares e fadiga em policiais militares. **ARCHIVES OF HEALTH INVESTIGATION**, v. 9, n. 1, 2020.Disponível em<https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/4967/pdf_1> acesso em: 26 de maio de 2021.

SANTOS, Mairana Maria Angélica; SOUZA, Erivaldo Lopes de; BARROSO, Bárbara Iansã de Lima. Análise sobre a percepção de policiais militares sobre o conforto do colete balístico. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 24, n. 2, p. 157-162, 2017.Disponível em< https://www.scielo.br/j/fp/a/bSd3FwH957kLmWyqdHQKQkM/?lang=pt> acesso em 07/06/2021.

GAMETERAPIA NA REABILITAÇÃO MOTORA DE PACIENTES COM A DOENÇA DE PARKINSON

Andressa Schneider Rizzi[1], Daria de Souza Inacio[1], Enio Henrique Vazata[1], João Vitor Wilde[1], Maurícia Cristina de Lima[2], Rodimar Roberto Casaril Filho[3]

INTRODUÇÃO

Retratada primordialmente por James Parkinson no seu ensaio intitulado "*An Essay on the Shaking Pulse"* (1807), a doença de Parkinson (DP) é um dos transtornos que mais acomete os idosos em seus movimentos. É definida por alguns sinais clínicos fundamentais: tremor de repouso, rigidez, bradicinesia e instabilidade postural. Mostra como manifestações secundárias, incoordenação motora, micrografia, embaçamento da visão, disartria, edema, sialorréia, face em máscara, deformidade de mão e pé, distonia, escoliose, cifose, demência, depressão (SOUZA, et. al. 2011).

De acordo com De Santana (2015), a DP é uma patologia neurodegenerativa crônica que desenvolve a morte dos neurônios situados na substância negra (porção heterogênea do mesencéfalo encarregado pela produção de dopamina no cérebro) comprometendo a produção de dopamina no organismo, resultando em algumas complicações tanto motoras como cognitivas, algumas dessas complicações motoras podemos encontrar congelamento e rigidez muscular, tremores, instabilidade postural, e as cognitivas podemos encontrar disfunções neuropsiquiátricas como distúrbio do sono, depressão, disfunções sensoriais, entre outras. A maior parte dos casos se apresenta em pacientes entre 50 e 70 anos, sendo mais comum em homens que mulheres.

A DP pode ser tratado de duas maneiras, o tratamento farmacológico e o tratamento físico, o tratamento farmacológico é especialmente através da levodopa, um precursor neurotransmissor da dopamina, ele atua no aumento de dopamina no organismo, já o físico prioriza atividades físicas em todas as etapas da doença, seja do estágio 1 ao estágio 5

[1] Acadêmicos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Doutora em Ciências da Saúde, docente do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Pós-Graduando em Acupuntura, Fisioterapeuta graduado no Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E- mail do autor correspondente: mauricia@uniamerica.br

(CRUZ, 2014).

Sendo assim, os estudos utilizando a gameterapia como ajuda no tratamento de pacientes com DP, procuram entender os resultados alcançados com o uso de aparelhos eletrônicos como Nintendo WII, X-box Connect, entre outros, utilizando a Realidade Virtual (RV) ou a Realidade Virtual Não Imersiva (RVNI). A RV é uma forma de interação entre os humanos e as máquinas, que favorece os movimentos, a interação do paciente com personagens, atividades e ambientes tridimensionais criados pelo computador, mas com representações cada vez mais próximas da realidade, já a RVNI é a forma de interação no qual o usuário é parcialmente transportado para o mundo virtual por um monitor, mas continua a sentir-se predominantemente no mundo real. (DE SANTANA, 2015).

Portanto, o objetivo desse projeto foi analisar os efeitos dos exercícios utilizando a RV e RVNI, com o uso da gameterapia aplicados na fisioterapia para tratar a doença de Parkinson.

MATERIAL E MÉTODOS

Estudo do tipo revisão bibliográfica. Foi realizado no período de fevereiro a junho de 2021. Como critérios de inclusão das pesquisas, utilizou-se artigos publicados no Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com a temática do projeto, utilizando artigos publicados nos últimos 5 anos (2015 a 2020). Os subsequentes descritores, em português, foram designados: doença de Parkinson AND gameterapia; gameterapia OR doença de Parkinson; Doença de Parkinson AND realidade virtual; gameterapia AND Reabilitação; doença de Parkinson OR gameterapia; gerontotecnologia AND quedas.

Foram-se excluídos todos os artigos que não correspondem com a pesquisa ou que fujam da temática ao decorrer do projeto, assim como trabalhos de conclusão de curso (TCC), dissertações, teses e livros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados 13 artigos nas seguintes plataformas: Google Acadêmico (n=11) e Biblioteca Virtual de Saúde (n=2). Após a exclusão de artigos que não se enquadraram na metodologia do projeto, resultaram 11 estudos identificados na tabela 1 (APÊNDICE 1).

Pimentel et al. (2015), relatam melhora no equilíbrio e postura dos portadores da DP. O estudo contou com 6 pacientes, sendo 66,66% homens e 33,33% mulheres. Foram 12 sessões aplicadas com duração de 50 minutos cada, 3 vezes por semana, com melhora do equilíbrio dos pacientes. Reforçando estes resultados, Ramos et al. (2018) analisaram a influência da RV no equilíbrio e qualidade de vida de portadores da DP, com melhora significativa do equilíbrio corpóreo do indivíduo, assim como a qualidade de vida do mesmo.

O estudo de Nogueira et al. (2017) afirma os resultados de Pimentel et al. (2015) e Ramos et al. (2018), já que na Escala de Equilíbrio de Berg foi verificado um aumento significativo das dimensões 2 e 3 (provas estacionárias) e dimensão 4 (transferências) após a intervenção com RV. No protocolo de intervenção realizado com o uso da RV, os quais o paciente movimenta o corpo, foram realizadas atividades duas vezes por semana, por 10 semanas totalizando 20 sessões.

Segundo Sanguinetti et al. (2016) os portadores de DP que participaram da avaliação individual (40 minutos, 2 vezes por semana durante 6 meses) com RVNI, relataram efetividade na mobilidade descreveram a sensação de corpo mais solto, facilidade para subir escadas e força para andar. Após 3 meses descreveram melhora na cognição, na memória, identificaram a diminuição de tremor, rigidez, dor e episódios de cãibras moderadas. Depois de 6 meses de tratamento, alguns relataram que não houveram mais mudanças e outros declararam melhora em ações domésticas. Sobre bem estar emocional, os participantes afirmaram mais alegria, calma e vontade ao realizar as tarefas.

Já Santana et al. (2015) corrobora os resultados de Sanguinetti et al. (2016), eles utilizaram a Escala de Hoehn & Yahr (HY) e um Questionário da DP (PDQ-39). Foram selecionados 14 pacientes, que passaram por 20 sessões individuais. Após o tratamento concluíram que a RVNI melhorou tanto a mobilidade e cognição quanto o bem estar. O estudo de Taveira et al. (2015) também utilizou HY e PDQ-39, incluindo 6 pacientes, submetidos a 12 sessões em dupla. Os encontros foram organizados para que estivessem com a medicação em dia, mas a gameterapia não teve grande influência na QV.

Outros estudos concluíram que a gameterapia tem maior efeito sobre o domínio cognitivo de atenção dos pacientes (NOGUEIRA et al, 2020). Mendes et al. (2015) analisaram melhora no desempenho dos pacientes em tarefas virtuais no Xbox Kinect, em 7 pacientes, que estavam em tratamento com Levodopa, e concluíram que esses jogos podem ser atribuídos na terapia para DP por apresentarem resultados efetivos na capacidade motora e cognitiva dos pacientes. Já Santos et al. (2017) verificaram que a aplicação de pesos durante as sessões de terapia utilizando RV com ênfase na abdução de ombros não apresentaram efetividade nos resultados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A terapia por realidade virtual na DP entre o estágio 1 e 3, pode melhorar a rigidez muscular, tremores, equilíbrio, estresse e depressão. Sugere-se novos estudos para analisar outros possíveis resultados e com um número maior da amostra pesquisada.

REFERÊNCIAS

CRUZ, Alana Pedral. O uso da realidade virtual como ferramenta de inovação para reabilitação de pacientes com a doença de Parkinson: uma revisão sistemática. Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saude-UNIT-SERGIPE, v. 2, n. 3, p. 97-110, 2014. Disponível em:<https://periodicos.set.edu.br/cadernobiologicas/article/view/2029/1189 > acesso em: 04 de março de 2021

DE SANTANA, Charleny Mary Ferreira et al. Efeitos do tratamento com realidade virtual não imersiva na qualidade de vida de indivíduos com Parkinson. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 18, n. 1, p. 49-58, 2015.
Disponivel em:<https://core.ac.uk/download/pdf/234552452.pdf > acesso em: 04 de março de 2021

HAASE, Deisy Cristina Bem Venutti; MACHADO, Daniele Cruz; DE OLIVEIRA, Janaisa Gomes Dias. Atuação da fisioterapia no paciente com doença de Parkinson. Fisioterapia em Movimento, v. 21, n. 1, 2017. Disponível em:<A Doença de Parkinson e o Processo de Envelhecimento Motor | Revista Neurociências (unifesp.br) > acesso em: 15 de março de 2021.

SANTOS, Laudiane Reis et al. Gameterapia na Doença de Parkinson: influência da adição de carga e diferentes níveis de dificuldade sobre a amplitude de movimento de abdução de ombro. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 25, n. 4, p. 32-38, 2017.Disponível em:<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/6892 > acesso em: 04 de março de 2021.

PIMENTEL, Marcela Monteiro et al. Influência da gameterapia sobre o equilíbrio de portadores de doença de Parkinson. In: Anais do 4º Congresso Internacional de Envelhecimento. 2015. p. 101-7 Disponível em:<http://editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2015/TRABALHO_EV040_MD4_SA5_ID1275_27082015223613.pdf > acesso em: 10 de maio de 2021

TAVEIRA, Raíssa Souza et al. INFLUÊNCIA DA GAMETERAPIA SOBRE A QUALIDADE DE VIDA EM PORTADORES DA DOENÇA DE PARKINSON. Disponível em:<http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2015/TRABALHO_EV040_MD4_SA5_ID1276_08092015223113.pdf> acesso em: 03 de maio de 2021.

DA COSTA NOGUEIRA, Maíra Lopes et al. Efeito da gameterapia sobre a capacidade cognitiva de indivíduos portadores de doença de Parkinson. Brazilian Journal of Health Review, v. 3, n. 5, p. 12946-12956, 2020.
Disponível em:<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/17006> acesso em: 03 de maio de 2021.

DA COSTA NOGUEIRA, Maíra Lopes et al. Efeito da gameterapia sobre a capacidade cognitiva de indivíduos portadores de doença de parkinson. Brazilian Journal of Health Review, v. 3, n. 5, p. 12946-12956, 2020. Disponível em:<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/17006> acesso em: 03 de maio de 2021.

SILVA, Gabriela Letícia Oliveira et al. Repercussões do treinamento com realidade virtual não imersiva nas habilidades motoras manuais de pessoas com doença de Parkinson. Acta fisiátrica, v. 26, n. 1, p. 43-48, 2019. Disponível em:<Repercussões do treinamento com realidade virtual não imersiva nas habilidades motoras manuais de pessoas com doença de Parkinson | Acta fisiátrica;26(1): 43-48, mar. 2019. | LILACS (bvsalud.org)> acesso em: 10 de maio de 2021.

DE MENEZES SANGUINETTI, Danielle Carneiro et al. Qualidade de vida de pessoas com

doença de Parkinson após o tratamento com realidade virtual não imersiva. Revista Acta Fisiátrica, v. 23, n. 2, p. 85-88, 2016. Disponível em:<https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/137623/133276> acesso em: 03 de maio de 2021.

NOGUEIRA, Paula Cristina et al. Efeito da terapia por realidade virtual no equilíbrio de indivíduos acometidos pela doença de Parkinson. Fisioterapia Brasil, v. 18, n. 5, 2017. Disponível em:<Efeito da terapia por realidade virtual no equilíbrio de indivíduos acometidos pela doença de Parkinson | Fisioter. Bras;18(5): f:547-I:552, 2017. | LILACS (bvsalud.org) > acesso em: 03 de maio de 2021

DE ANDRADE RAMOS, Roberta Ariane et al. Realidade virtual na reabilitação de portadores da doença de Parkinson. Fisioterapia Brasil, v. 17, n. 3, p. 179-187, 2016. Disponível em:<https://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/475/1436> acesso em: 10 de maio de 2021.

SANTOS, Laudiane Reis et al. Gameterapia na Doença de Parkinson: influência da adição de carga e diferentes níveis de dificuldade sobre a amplitude de movimento de abdução de ombro. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 25, n. 4, p. 32-38, 2017. Disponível em:<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/04/882613/game-terapia-na-doenca-de-parkinson-influencia-da-adicao-de-car_ndVG1KX.pdf> acesso em: 10 de maio de 2021.

DE SANTANA, Charleny Mary Ferreira et al. Efeitos do tratamento com realidade virtual não imersiva na qualidade de vida de indivíduos com Parkinson. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 18, n. 1, p. 49-58, 2015. Disponível em:<https://www.redalyc.org/pdf/4038/403839881006.pdf> acesso em: 10 de maio de 2021.

DA COSTA RAMOS, Marllon Thadeu et al. A INFLUÊNCIA DA REALIDADE VIRTUAL NO EQUILÍBRIO E NA QUALIDADE DE VIDA DOS PORTADORES DE DOENÇA DE PARKINSON. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, v. 16, n. 1, 2018. Disponível em:<http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/3529/pdf_775#> acesso em: 10 de maio de 2021.

Tabela 1 – Resultados obtidos em cada artigo.

N	Título	Autor/ano	Metodologia	N	Objetivo	Resultados
1	Influência da gameterapia sobre o equilíbrio de portadores de doença de Parkinson.	Pimentel et al. 2015	Longitudinal, clínico, duplo-cego, descritivo, com abordagem quantitativa	6	Avaliar o efeito da gameterapia sobre o equilíbrio em indivíduos portadores de DP.	Com a ajuda da gameterapia eles conseguiram modular o equilíbrio dos pacientes até mesmo após 30 dias da última sessão.
2	Influência da gameterapia sobre a qualidade de vida em portadores da doença de Parkinson.	Taveira et al. 2015	Longitudinal, clínico, duplo-cego, descritivo, com abordagem quantitativa.	6	Realizou-se o presente estudo cujo objetivo foi avaliar a influência da gameterapia sobre a QV dos indivíduos com DP	Foi observado que a gameterapia não teve influência na qualidade de vida nos escores do PDQ-39 quando foram comparados o antes e depois do tratamento.
3	Efeito da terapia por realidade virtual no equilíbrio de indivíduos acometidos pela doença de Parkinson.	Nogueira et al. 2017	Estudo clínico, quase experimental	9	Avaliar o efeito da terapia por RVI no equilíbrio postural de indivíduos acometidos pela DP	Foi observado que a terapia com RV teve efeitos positivos na melhora do equilíbrio dos portadores de DP do estudo.
4	Efeito da gameterapia sobre a capacidade cognitiva de indivíduos portadores de doença de Parkinson.	Nogueira et al. 2020	Longitudinal, experimental, duplo-cego, randomizado, descritivo e analítico, com abordagem quantitativa.	6	Analisar o efeito da Gameterapia sobre a capacidade cognitiva de indivíduos portadores da Doença de Parkinson.	Entre as funções cognitivas avaliadas pelo SCOPA, não obtiveram resultados significativos antes e depois do tratamento, somente o domínio cognitivo de atenção obteve resultados.
5	Qualidade de vida de pessoas com doença de Parkinson após o tratamento com realidade virtual não imersiva.	Sanguinetti et al. 2016	Estudo experimental, do tipo ensaio clínico não controlado	14	Analisar a influência do tratamento com jogos em realidade virtual não imersiva (RVNI) na qualidade de vida (QV) de pessoas com DP	Após 3 meses do tratamento com RVNI, tiveram significância estatística principalmente na mobilidade, estigma, cognição, bem estar emocional e pontuação total do PDQ-39
6	Repercussões do treinamento com realidade virtual não imersiva nas habilidades motoras manuais de pessoas com doença de Parkinson.	Silva et al. 2019	Estudo de intervenção, do tipo ensaio clínico não controlado, de natureza quantitativa.	10	Analisar as repercussões do treinamento com RVNI nas habilidades motoras manuais de pessoas com DP	Com a ajuda de RVNI, tiveram melhoras ou mantiveram as habilidades motoras após o treino com as técnicas escolhidas.
7	Realidade virtual na reabilitação de portadores da doença de Parkinson.	Ramos et al. 2016	Estudo quasi-experimental, de caráter longitudinal.	11	Verificar a influência da RV com a utilização do Wii Fit™, na melhora do equilíbrio, da qualidade de vida e do medo de quedas destes pacientes.	O estudo não apresentou resultados positivos, porém ficou claro que a realidade virtual pode ser associada à fisioterapia tradicional.
8	Pacientes com a Doença de Parkinson são capazes de melhorar seu desempenho em tarefas virtuais do Xbox Kinect®: "uma série de casos"	Mendes et al. 2015	Estudo de série de casos	7	Investigar as modificações de desempenho de PDP, decorrentes do treino, por meio das mudanças nas pontuações de jogos do XK, em cada sessão.	Foi apresentado uma melhora da capacidade dos pacientes com os jogos do XK, porém ela depende da demanda e da presença de fatores facilitadores de aprendizagem.
9	Gameterapia na Doença de Parkinson: influência da adição de carga e diferentes níveis de dificuldade sobre a amplitude de movimento de abdução de ombro	Santos et al. 2017	Estudo transversal experimental	10	Identificar a influência da adição de carga em diferentes níveis de dificuldades de jogos virtuais sobre a amplitude de movimento de abdução de ombro de indivíduos com DP	Com o uso de cargas durante os jogos, não obtiveram diferença significativa na amplitude de abdução de ombros.
10	Efeitos do tratamento com realidade virtual não imersiva na qualidade de vida de indivíduos com Parkinson	Santana et al. 2015	Estudo experimental, do tipo ensaio clínico não controlado, de natureza quantitativa	14	Verificar os efeitos do tratamento com RVNI na qualidade de vida de indivíduos com doença de Parkinson.	Tiveram resultados positivos com a RVNI na QV dos pacientes.
11	A influência da realidade virtual no equilíbrio e na qualidade de vida dos portadores da doença de Parkinson	Ramos et al. 2018	Estudo experimental e longitudinal	6	Avaliar a influência da realidade virtual no equilíbrio e na qualidade de vida dos portadores de DP	Concluíram que a RV influencia positivamente o equilíbrio e a qualidade de vida dos portadores de DP.

LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ATLETAS DE TÊNIS DE MESA

Mohammad Bashar Antar Atary[1], Rafael Vieira da Costa [1],Vanessa Antunes Roque da Silva[1], Rondineli dos Santos Frias[2] , Maurícia Cristina de Lima[2], Fabiano Gonçalves de Araújo[3]

INTRODUÇÃO

O tênis de mesa é um esporte que está crescendo cada vez mais, principalmente nas escolas públicas. Vem promovendo benefícios e proporciona mudanças positivas no desenvolvimento e no comportamento. É um esporte que trabalha com todo o organismo, ajuda no desenvolvimento da coordenação motora, no raciocínio rápido, no controle emocional entre outros fatores de seus praticantes (Sabino, et al 2015).

A busca de resultados no âmbito competitivo impõe a diversos atletas altas cargas de treinamentos, incluindo treinos de força, resistência, agilidade, técnico e tático, os quais podem resultar em lesões por sobrecarga. Apesar deste esporte não ter contato físico entre os atletas e ser considerado de pouco impacto em comparação com outros esportes que utilizam raquetes, como o tênis e o badminton, é possível observar um grande índice de lesões nesses atletas que não podem deixar de serem levados a sério pois os mesmos participam de programas de treinamento intensivo que podem chegar até a oito horas diárias (SHIMAZAKI, et al, 2012).

[1]Acadêmico do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de São Paulo (USP), Mestre em reabilitação e inclusão, Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória; docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Graduado pela faculdade União das Américas, Pós graduação em Fisioterapia Neurofuncional, supervisor de estágios e professor do Centro Universitário UniAmérica.

[3] Doutor em Educação, docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente
rondineli.frias@uniamerica.br
mauricia@uniamerica.br

Na atuação do tênis de mesa as lesões são muito frequentes, independente se são atletas amadores ou profissionais, o impacto de alguma lesão pode ser percebido pelo tempo que os atletas ficam afastados das mesas, por isso que a prevenção tem uma imensa importância. E perante isso, o objetivo geral deste projeto é elaborar um protocolo de tratamento e prevenção das principais lesões músculo esqueléticas dos atletas do tênis de mesa(CÉSAR, et al,2002).

Foi elaborado um formulário on-line para investigar o perfil sociodemográfico e as lesões mais frequentes nos atletas de tênis de mesa. E após analisar este perfil levantou-se prevalências musculoesqueléticas nos mesmos e então foi elaborado propostas de avaliação e um programa de tratamento com base nas lesões.

Este projeto tem como objetivo elaborar um protocolo de tratamento e prevenção das principais lesões músculo esqueléticas dos atletas do tênis de mesa.

METODOLOGIA

Estudo observacional experimental, através de uma pesquisa elaborada por meio da plataforma do google forms, com os atletas da Associação de tênis de Mesa de Foz do Iguaçu.

O Grupo "FozTM" (Foz do Iguaçu Tênis de Mesa) surgiu no ano de 2016 através da parceria entre praticantes, atletas, técnicos e entusiastas da modalidade no município de Foz do Iguaçu. Em 2019 foi criada a Associação de Tênis de Mesa de Foz do Iguaçu - ATMFOZ, que atua no fomento da modalidade. Atualmente conta com 2 núcleos, o centro de treinamento - Fox e o núcleo no GRESFI.

Os critérios de Inclusão para a pesquisa foram: Ter entre 14 à 60 anos, e aceite do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Já os Critérios de exclusão são: ter menos de 14 anos e mais de 60, não aceitar o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Os atletas de Tênis de mesa responderam a um questionário de 16 questões, elaboradas pelos autores, com questões sobre: Idade, Altura, se já sofreu alguma lesão e onde sofreu, qual o tipo de lesão que sofreu, entre outros (Apêndice 1 - encurtador.com.br/lnNQS).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir de um questionário feito através do google forms proporcionado especificamente aos atletas de tênis de mesa, o qual colaboraram 12 participantes, e que nos possibilitou analisar algumas questões de grande relevância para o entendimento deste projeto. Dentre umas das questões que foram propostas aos atletas que sugerem a idade, foi possível verificar que a média de idade é de 32 anos.

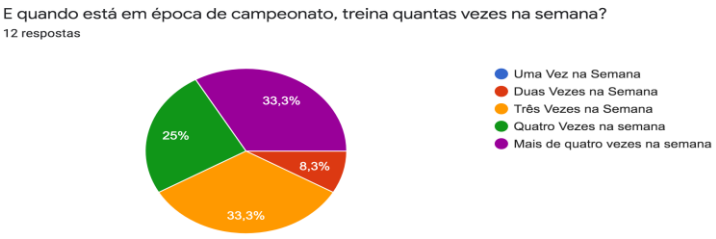
Quanto às horas de sono foi possível verificar que 75% desses atletas dormem entre

7-8 horas por dia, e 25% 4-6 horas por dia.

No estudo do Christian (2018) Para pessoas praticantes deste esporte, é ideal dormir de 5 a 9 horas. O sono é essencial para prática de qualquer esporte, e mais importante ainda é que este sono seja de qualidade e não somente longo.

Friedrich (2020) diz que Iniciantes e atletas mais avançados verão mais benefícios treinando 3-4 vezes por semana. O principal é lembrar de reservar um dia para repouso físico entre as sessões

Gráfico 1: Quantas vezes na semana o atleta treina durante as épocas de campeonato?



Fonte: Gráfico da pesquisa.

Concluímos também que a maioria dos atletas já tiveram algum tipo de lesão em alguma parte do corpo (66.7%). Da mesma forma no estudo de GEOS (2008),Quase metade das lesões, 46% (171) foram diagnosticadas como contusões, 13% (48) foram entorses e 10% (35) rupturas de fibras musculares. Além de contusões na região da cabeça.

Perguntamos a esses mesmos atletas, Qual o tipo de lesão eles teriam sofrido no local assinalado pelo mesmo. e assim obtivemos as seguintes respostas.

Tabela: Relação das lesões

Partes do corpo	**Quantidade de Atletas lesionados**	**Tipo da lesão**
Tornozelo	2	Torção
Joelho	3	STC
Mão	1	Tendinite
Punho	3	Artralgia/torção
Cotovelo	3	Epicondilite/ STC
Ombro	3	Clavícula

É possível compreender, como sendo uns dos locais em que mais ocorrem lesões é no ombro seguido de cotovelo e punho, possivelmente causada pelas inúmeras repetições realizadas por esses atletas. No estudo de Takahashi (2019) podemos comparar que a

maioria das lesões acontece em membros inferiores (entre 31% e 67%), seguido pelos membros superiores (20% – 49%) e por último, o tronco (3% – 21%).

E através da comissão de reumatologia ocupacional (2011) sobre epicondilite lateral vemos que a grande maioria dos eventos, entretanto, não possui uma causa identificada. Esta condição patológica ocorre principalmente pelo envolvimento da origem do tendão extensor radial curto do carpo e, em menor grau, pela porção ântero-medial do tendão extensor comum dos dedos.

No estudo do ReumatoCare (2020) falando sobre a causa de (STC) A síndrome do túnel do carpo (STC) é uma doença que causa o formigamento das mãos e pode estar associada a dor e diminuição da força. Ela é causada por lesão do nervo mediano, localizado no punho, e afeta pessoas de todas as idades e podendo ser tratada com órteses, medicamentos, infiltrações.

No estudo do Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia (INTO)(2009) a torção ou entorse do tornozelo é uma lesão muito frequente, na qual os ligamentos são alongados até se romperem. Ela pode ocorrer quando pisamos em falso num buraco ou degrau, fazendo com que o pé gire para dentro devido ao peso do corpo, comprometendo os ligamentos do lado de fora – em geral, os mais acometidos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio desta revisão bibliográfica/ questionário aplicado é possível concluir que os lugares onde mais ocorrem lesões nos atletas são ombro, cotovelos e punho, possivelmente decorrente das repetições e também dos treinos intensos.

Este trabalho tem como objetivo colaborar com os estudos sobre as lesões dos atletas de tênis de mesa e também buscar um método preventivo para que se possa diminuir ou evitar a ocorrência de lesões, os quais cabem aos profissionais e atletas produzir e reproduzir os métodos que futuramente podem ser aplicados durante os treinos.

É possível se dizer que os objetivos com este projeto foram alcançados, pois através deles foram apresentados fatores que explicam os motivos pelos quais os atletas se lesionaram e os locais onde foram lesionados.

Desta forma, os métodos de prevenção podem ser elaborados e aplicados como forma de controle de lesões.

REFERÊNCIAS

Macêdo, Luciana Leandro Silva, TÊNIS DE MESA PARA TODOS, Fórum de Integração Ensino, Pesquisa, Extensão e Inovação Tecnológica do IFRR, v.2 n.2 p.1-3, dezembro, 2015. Disponível em: <encurtador.com.br/qtIKT> acesso em: 04 de março de 2021.

SHIMAZAKI, Eliezer de Almeida , Franciele Marques Vanderlei ,Dino de Aguiar Cintra Filho , Luiz Carlos Marques Vanderlei , Carlos Marcelo Pastre , Fabio Nascimento Bastos.

Exploração de fatores de risco para lesões desportivas em atletas de tênis de mesa. Fisioterapia e Pesquisa, v. 19, n. 2, p. 158-164, 2012. <https://www.scielo.br/j/fp/a/mLxBWmbMTYgJnfnLG8fsfKG/?lang=pt&format=pdf> acesso em 06 de março de 2021.

PETRI, FÁBIO CÉSAR PETRI, REYNALDO COSTA RODRIGUES, MOISÉS COHEN, RENE JORGE ABDALLA. Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com a prática do tênis de mesa. Rev Bras Ortop, v. 37, n. 8, p. 358-62, 2018. <https://cdn.publisher.gn1.link/rbo.org.br/pdf/37-7/2002_ago_08.pdf> acesso em 04 de março de 2021.

DRUMOND, Christian. QUANTAS HORAS DE SONO UM ATLETA DEVE TER, 04-2018, Disponível em <encurtador.com.br/eiDS4> Acesso em: 15 de março de 2021.
Friedrich, QUANTO ME EXERCITAR POR SEMANA PARA EMAGRECER, runtastic, São Paulo, 2020.

GEOS, As lesões mais comuns em Jogos Olímpicos, Cirurgia de Joelho e Traumatologia Esportiva,Vol. 34, No. 4, abril, 2019, Disponível em<http://rodrigogoes.com/2019/04/03/lesoes-jogos-olimpicos/> acesso 22 do junho 2021.

Ocupacional, Epicondilite Lateral, sociedade brasileira de resumatologia, , São Paulo, 2011
Chu,Síndrome do Túnel do Carpo, ReumatoCare, curitiba, 2020

PREVALÊNCIA DE LESÕES EM ATLETAS AMADORES DE FUTSAL NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU/PR

Rodrigo Oliveira de Souza[1], Eduardo Felipe Santos[1], Gustavo André Pereira Zorrilla[1], Rockson André Fritzen[1], Maurícia Cristina Lima[2], Rondineli dos Santos Frias[2], Alaércio Farias [3]

INTRODUÇÃO

Segundo a Confederação Brasileira de Futsal de Salão -CBFs, o futebol de salão ou futsal, é considerado um esporte mundialmente famoso, atraindo cada vez mais populações para a prática do jogo. Em virtude dos espaços para sua prática, é conhecido como um dos esportes mais dispersos no Brasil, sendo praticado por mais de 12 milhões de brasileiros (BERTOLLA, ET AL, 2007).

De acordo com Souza, et al (2010), nos últimos anos, o futsal vem exigindo muito da capacidade física e mental dos atletas. É uma modalidade esportiva que requer muitos movimentos, súbita aceleração e desaceleração, além da brusca mudança de direção, expondo as estruturas osteomusculares a grandes impactos e riscos de lesões.

Para Tavares et al (2019), a lesão no esporte é descrita como qualquer queixa física do atleta relatada durante uma partida de jogo ou treino, independentemente se o atleta necessita de atenção médica ou afastamento das atividades. De acordo com Nascimento (2018), os treinamentos de alto impacto e de forma repetitiva, acarretam aos atletas de futsal a hipertrofia muscular e a diminuição da amplitude de movimento (ADM), gerando desequilíbrio dos músculos agonista e antagonistas, ocasionando lesões e alterações posturais.

A fisioterapia desportiva desenvolve um papel importante na prevenção de lesões em

[1] Acadêmicos do 1º e 10º períodos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Doutora em Ciências da Saúde, docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Especialista em Fisioterapia neurofuncional, docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Especialista em Fisioterapia desportiva, com foco maior na prevenção da lesão e reabilitação de joelho, São Miguel do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: mauricia@uniamerica.br

atletas, assim como na reabilitação dos mesmos, com protocolos de exercícios que buscam a melhora de equilíbrio, fortalecimento e alongamento muscular. É primordial a atuação do fisioterapeuta durante as realizações de treinamento e competições, não somente para tratar as lesões, mas também propor a esses atletas orientações de treinamentos preventivos (RIBAS, 2017; CALLEGARI, 2016).

Deste modo, o presente estudo tem como objetivo analisar a prevalência de lesões musculoesqueléticas em atletas amadores de futsal no Município de Foz do Iguaçu/PR, assim como avaliar locais anatômicos mais propensos a lesões e orientar a prevenção de lesões osteomusculares.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como observacional transversal e será realizado na cidade de Foz do Iguaçu/PR. Como critérios de inclusão para a pesquisa, o participante deverá ser atleta de futsal, ter idade acima de 18 anos, ser ativo nos treinos no mínimo 2 vezes por semanas no período de 6 meses e concordar com a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Os critérios de exclusão para a pesquisa são: participante com lesões não relacionadas ao futsal, não ter participado de treinos ou jogos durante 6 meses consecutivos, não usuários de internet e não concordar com o TCLE.

O termo de Consentimento Livre Esclarecido foi apresentado ao participante do estudo na primeira etapa do questionário. Nele, foi detalhado os objetivos, riscos e benefícios do estudo. Após a exposição do texto, o participante foi questionado sobre a concordância dos critérios, permitindo o mesmo avançar para a próxima etapa ou declinar da participação.

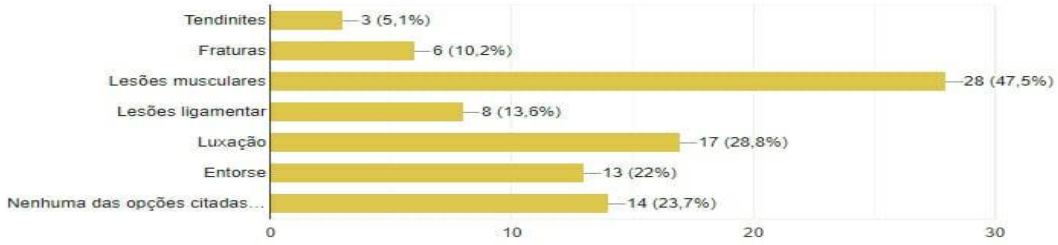
A coleta de dados do presente estudo foi realizada de forma online, por meio do WhatsApp de cada voluntário. Os pesquisadores se fizeram presentes nesse ambiente de interação social, ao longo dos meses de abril e maio de 2021, divulgando, estimulando e acompanhando o preenchimento do instrumento. O questionário foi elaborado no *Google Forms*, contendo 11 perguntas estruturadas, relacionadas aos dados epidemiológicos, histórico de lesões e cirurgias, assim como comorbidades, o qual foi enviado o link: https://docs.google.com/forms/d/1N03GHkxHpwuNK0EP57DlafZ4Sf1kvsX7sE02fJZGXvA/edit por meio do WhatsApp dos respectivos voluntários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram registrados no estudo 62 atletas amadores de futsal de ambos os sexos, sendo 12,9% feminino e 87,0% masculino. Resultados semelhantes ao estudo de Rangel et al, (2018) com 63 atletas universitários, sendo eles 34 masculino (54%) e 19 feminino (46%).

Destaca-se que 72,6% dos atletas já sofreram algum tipo de lesão e 27,4% relataram não apresentar nenhum tipo de lesão associada. Os gráficos 1 e 2 apresentam quais tipos de lesões esses atletas vivenciaram e os locais anatômicos mais acometidos.

Gráfico 1- Tipos de lesão mais frequentes.

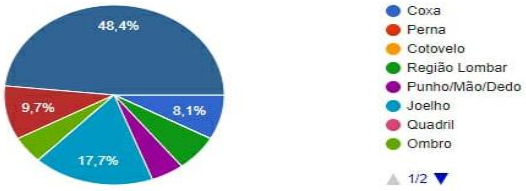


Os locais mais acometidos durante a prática de futsal foram as lesões musculares (47,5%) e as luxações (28,8%). Já em relação aos locais anatômicos mais acometidos, prevaleceram a coxa (38,3%) e o joelho (36,7%). Serrano et al, (2013) relatam que as lesões mais acometidas na prática do futsal foram a entorse de tornozelo (48,8%) e a ruptura muscular (14,8%). Em relação aos locais anatômicos mais acometidas, predominou-se a articulação tíbiotársica (50,6%) seguida da perna (18,3%).

Gráfico 2- Locais anatômicos mais acometidos.

Estima-se que 48,9% dos atletas analisados apresentam alguma lesão ou desconforto. Observa-se nos gráficos 2 e 3, que a região mais acometida foi a coxa. Tais resultados corroboram Zanuto e Filho (2010), onde cerca de 50% dos atletas relatam ter sentido algum desconforto nos últimos 7 dias e que 38% destes apresentaram dores principalmente na região da coxa.

Gráfico 3- No momento atual, apresenta alguma lesão ou desconforto em qual região.



Em relação a quantidade de atletas que já sofreram algum tipo de lesão devido a prática do futsal, o presente estudo destaca que 72,6% dos atletas já sofreram algum tipo de lesão e apenas 27,4% não apresentaram nenhuma lesão associada. Já os registros apresentados no estudo de Ferreira et al, (2017) destacam que 91,6% dos atletas já sofreram algum tipo de lesão e apenas 8,3% desses atletas não apresentam alguma lesão associada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Constatou-se nos jogadores de futsal uma alta incidência de lesões osteomusculares, sendo a luxação do joelho, coxa e tornozelo os mais relatados. Sugere-se novos estudos, que busquem dados referentes a movimentos e atividades que possam causar essas lesões musculoesqueléticas durante a prática do futsal, auxiliando a indicação de exercícios preventivos. O produto foi realizado por meio de uma Live com a presença de 2 fisioterapeutas, debatendo assuntos referente a aplicação do tratamento preventivo em atletas de futsal.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaríamos de agradecer a Deus pelo projeto concluído. Aos orientadores Prof. Drª Maurícia Cristina Lima e Prof. Rondineli dos Santos Frias, pelo suporte, correções e incentivos prestados. Ao fisioterapeuta Alaércio Faria, por aceitar ser nosso mentor, se dedicando em nos auxiliar e proporcionar conhecimento profissional.

REFERÊNCIAS

BERTOLA, Flávia; BARONI, Bruno Manfredini; JUNIOR, Ernesto Cesar Pinto Leal; OLTRAMARI, José Davi. Efeito de um programa de treinamento utilizando o método Pilates® na flexibilidade de atletas juvenis de futsal. **Rev Bras Med Esporte**. Vol. 13, Nº 4 – Jul/Ago, 2007. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/rbme/a/8wZrYLxNKPwV74zqdzb5sHK/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 22 de Março de 2021.

CALLEGARI, Bianca; CÂMARA, Cibele de Nazaré da Silva; REZENDE, Marília Maniglia de Resende. Fisioterapia e prevenção de lesões esportivas. **Fisioterapia Brasil**-*15*(3), mai/Jun, 2014. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/343/599> Acesso em: 22 de Março de 2021.

FERREIRA, Marcelo César; MEDONÇA, Raphael Henrique Polastri; BATISTA, Clícia Gabriella; NORONHA, Fabrício Jácome; TESSUTTI, Lucas Samuel; CASTRO, Henrique de Oliveira; PIRES, Flávio de Oliveira. Prevalência de lesões no futsal: estudo de caso com uma equipe masculina adulta. **Coleção Pesquisa em Educação Física** - vol.16, n.1, 2017. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Henrique-Castro/publication/315471988_Prevalencia_de_lesoes_no_futsal_estudo_de_caso_com_uma_equipe_masculina_adulta/links/58d134bcaca272380eca210b/Prevalencia-de-lesoes-no-futsal-estudo-de-caso-com-uma-equipe-masculina-adulta.pdf>Acesso em: 24 de Maio de 2021.

NASCIMENTO, Matheus Almeida. Lesões Esportivas Em Atletas Profissionais De Futsal No Brasil:Incidência, Prevenção e Tratamento. **Saúde e Desenvolvimento**, v. 13, n. 7,2018. Disponível em: <https://www.cadernosuninter.com/index.php/saude-e-desenvolvimento/article/view/1037> Acesso em: 23 de Março de 2021.

RANGEL, Gabriel de Oliveira; JUNIOR, Cabral Altair; SILVA, Marcelo, Bruno, Almeida;

CAMÕES, José Camilo. Prevalência de lesões em atletas universitários praticantes de Futsal. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo. v.10. n.41. Suplementar 2. p.663-672. Jan./Dez. 2018. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6816975> Acesso em: 24 de Maio de 2021.

RIBAS, Letícia Oscar; SCHEDLER, Filipe Boeira; PACHECO, Ivan; PACHECO, Adriana Moré. Propriocepção e reforço muscular na estabilidade do tornozelo em atletas de futsal feminino**. Rev Bras Med Esporte** – Vol. 23, No 5 – Set/Out, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/mPT37m9tmDKn8jHx5jf9x4Q/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 25 de Março de 2021.

SERRANO, João Manuel; SHAHIDIAN, Shakib; VOSER Rogério da Cunha; LEITE, Nuno. Incidência e fatores de risco de lesões em jogadores de futsal portugueses. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte** – Vol. 19, No 2 – Mar/Abr 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/7pLJcnVBY35VwtLwJFM4DYx/?format=pdf&lang=pt>Acesso em: 26 de Maio de 2021.

SOUZA, Cláudio Teodoro; MADEIROS, Cleber; SILVIA, Luciano Acordi; SILVEIRA, Tiago Cesar; SILVEIRA, Paulo Cesar; PINHO, Cleber Aurino; SCHEFFER, Débora da Luz; PINHO, Ricardo Aurino. Avaliação sérica de danos musculares e oxidativos em atletas após partida de futsal. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 12, n. 4, p. 269-274, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/SQ6Sj68C53B8mjBbs8tzczz/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 22 de Março de 2021.

TAVARES, Marília Padilha Martins; FARO, Heloiana Karoliny Campos; JUNIOR, Luiz Fernando de Farias; PEDRO, Moraes Dutra Agrícola; NETO Luiz Inácio do Nascimento; SILVA, Samara Karla Anselmo; FONTELES, André Igor; MACHADO, Daniel Gomes da Silva). Número de lesões e variáveis associadas em atletas universitárias de futsal e futebol feminino. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo. v.13. n.83. p.531-539. Maio/Jun. 2019. Disponível em: <http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1725/1226> Acesso em: 23 de Março de 2021.

ZANUTO, Everton Alex Carvalho; HARADA, Hiroyuki; FILHO, Luís Roberto Almeida Gabriel. Análise epidemiológica de lesões e perfil físico de atletas do futebol amador na região do Oeste Paulista. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte** RevBras Med Esporte – Vol. 16, No 2 – Mar/Abr, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/8fpy68XZG8WQzy39XMMRpws/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 26 de Maio de 2021.

PREVENÇÃO DE LESÕES MUSCULOSQUELÉTICAS EM PROFESSORES E FUNCIONÁRIOS DO SETOR ADMINISTRATIVO QUE ATUAM EM HOME OFFICE.

Adriel Henrique de Oliveira Alves[1], Eric Lopes Dias[1], Heloísa Trevisan Carvalho[1], Maurício Comin Amboni[1], Maurícia Cristina de Lima[2], Rondineli dos Santos Frias[2], Aline Daiane Lipke[3]

INTRODUÇÃO

No início de 2020, devido ao alto nível de contágio do vírus Covid19, foi decretado em muitos países o distanciamento social. Com ausência de intervenções farmacêuticas como vacinas e remédios comprovadamente eficazes e com o intuito de minimizar a propagação no Brasil, foi adotado o distanciamento social como medida de contenção. Portanto, os setores públicos e empresas privadas foram “obrigadas” a adotarem o home office como alternativa de se manterem ativas no mercado. (FERGUSON et al, 2020; NETO, 2020)

A sociedade ainda está em processo de aprendizagem para lidar com todas as mudanças provocadas pela pandemia. A posição sentada é a mais adotada nos ambientes de trabalho, entretanto, a manutenção dessa posição por tempo prolongado acarreta adoção de postura inapropriada, devido à sobrecarga na coluna durante horas, que pode causar lesões e dores. Diante disto, torna-se importante prevenir a prevalência de dores osteomusculares em home office, para acrescentar em relação à qualidade de vida destes indivíduos no ambiente de trabalho (MESQUITA, 2020; SILVA, 2017)

Diante disso, exercícios como a Ginástica Laboral apresentam-se como importantes ferramentas para redução de problemas oriundos da adoção de posturas incorretas nos diversos ambientes de trabalho, assim como de movimentos executados de forma repetitiva

[1] Acadêmico do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de São Paulo (USP), Mestre em Reabilitação e Inclusão, Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória e Respiratória pela Associação Brasileira de Fisioterapia.

[2] Fisioterapeuta do Sest Senat; Pós-graduação em Fisioterapia Neurofuncional; Docente da faculdade União das Américas.

[3] Fisioterapeuta da Essencial Clínica e Pilates; formada pelo Centro Universitário Vale do Iguaçu - 2019.

Email do autor correspondente: mauricia@uniamerica.br

e prolongada. (FERNANDES, 2019)

A presente pesquisa teve como objetivo avaliar as principais queixas e aplicar um protocolo com exercícios visando a prevenção de lesões musculoesqueléticas em professores e funcionários do setor administrativo que atuam em home office.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional transversal, realizado de forma online onde foram analisadas as principais queixas e possíveis lesões de professores e profissionais do setor administrativo, com o objetivo de criar um protocolo de exercícios e orientações ergonômicas.

No primeiro momento apresentado o projeto os participantes tiveram acesso ao formulário através do Google Forms (Apêndice 1 - https://forms.gle/nAhJmKznDU3uSQeF8) onde responderam algumas questões sobre suas queixas, lesões e ambiente de trabalho. Logo após esse momento os participantes acessaram a página do instagram, acompanhando dicas, e realizando o protocolo de Ginástica Laboral, para auxiliar na jornada de trabalho deles.

Após a aplicação desse protocolo, novamente foi disponibilizado para os participantes responderem o formulário, onde pode-se ter conclusões.

São critérios de inclusão ser professor ou funcionário do setor administrativo trabalhando em Home office ou em escritório, participar das atividades propostas pela pesquisa, e assinar o TCLE.

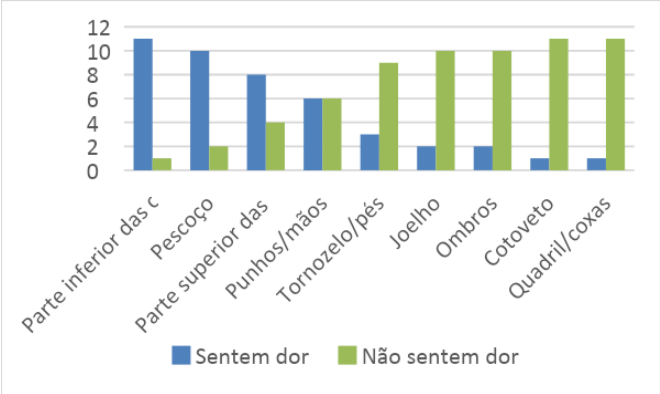
São critérios de exclusão, não ser professor ou funcionário do setor administrativo trabalhando em Home office ou em escritório, não participar de todas as atividades propostas, e não assinar o TCLE.

RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com 12 colaboradores que responderam ao questionário, quanto à “duração da jornada de trabalho”, os dados da pesquisa revelam que 67% dos funcionários realizam sua jornada de trabalho com duração de sete a nove horas/dia de segunda a sexta e 33% realizam sua jornada com duração de quatro a seis horas/dia de segunda a sexta, relatando duas pausas de 15 minutos.

No gráfico 1 pode-se observar que todos os trabalhadores referiram dor nos segmentos corporais. Pode-se verificar, no gráfico 1, a análise do percentual do desconforto físico (dor) em relação aos segmentos corporais afetados, antes da implantação do Protocolo de exercícios. Os dados revelam que a coluna obteve maior incidência de dor, evidenciando 66% antes do programa, seguido dos punhos/mãos, tornozelo/pés.

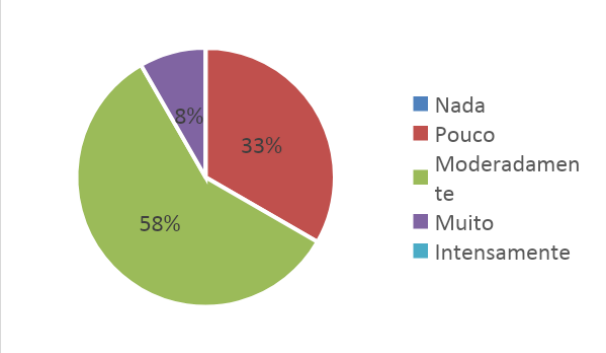
Gráfico 1. Incidência de dor.



Fonte: pesquisa própria.

Durante as últimas 4 semanas antes da intervenção, quanto a forma em que a dor interferiu em sua jornada de trabalho, observou-se que cerca de 58% dos colaboradores sentiam que suas dores os interferiam moderadamente, 33% sentiam pouca interferência e apenas 9% sentia muita interferência durante o período laboral.

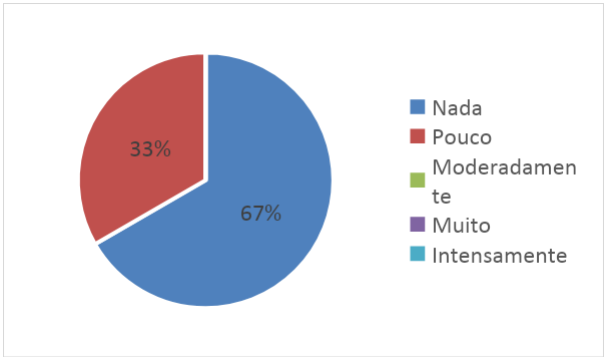
Gráfico 2. Interferência da dor no trabalho durante as últimas 4 semanas (antes do protocolo).



Fonte: pesquisa própria.

Após quatro semanas com a disponibilização do protocolo, todos os participantes relataram melhora significativa em relação à dor, sendo que 67% não tinham mais interferência da dor em seu trabalho e 33% dos colaboradores tiveram pouca interferência.

Gráfico 3. Interferência da dor no trabalho durante as últimas 4 semanas (depois do protocolo).



Fonte: pesquisa própria

A pesquisa demonstra que a Ginástica Laboral pode beneficiar as condições sintomatológicas e, também, influencia positivamente no nível de satisfação dos funcionários,

pois, após o protocolo os colaboradores relataram ter contribuído para sua motivação, melhor disposição e melhor humor para realização de suas atividades durante a jornada de trabalho, contribuindo em sua qualidade de vida.

DISCUSSÃO

Segundo Barros, Ângelo e Uchôa (2011) quando mantida por um longo período, a posição sentada pode acarretar certo déficit muscular e articular, bem como na flexibilidade e mobilidade, além de fadiga nos músculos posteriores da coluna que, em conjunto, comprometem o alinhamento e estabilidade da mesma, estes fatores biomecânicos são causas relevantes para o aparecimento de dor lombar, o que foi ao encontro dos achados nesta pesquisa.

A ginástica laboral pode auxiliar na promoção da saúde do trabalhador, possibilitando mudanças individuais, e melhoria na qualidade de vida com a redução da dor nas diferentes regiões corporais. Outros estudos apontaram que além do alívio das dores corporais, a ginástica laboral pode proporcionar outros benefícios como: a diminuição dos casos de LER/DORT, aumento da produtividade e maior retorno financeiro para empresas,diminuição do estresse, melhoria do estilo de vida e aumento da conscientização corporal, melhora significativa do percentual de gordura, da pressão arterial e da flexibilidade. (DUARTE, 2020; BENELI et al. 2017)

PRODUTO

O Produto deste projeto foi uma cartilha com o protocolo de exercícios de ginástica laboral e orientações posturais e ergonômicas disponibilizados aos colaboradores e publicado na página “Fisio&vida” da plataforma Instagram. (Apêndice 2- https://cutt.ly/7nK1dQo)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desse estudo foi possível verificar a existência de um alto percentual de trabalhadores acometidos por algum desconforto ou dor, com maior incidência nas regiões da coluna lombar, e punho, mãos, tornozelos, e pés, e apesar dos resultados positivos da prática de ginástica laboral no alívio da dor musculoesquelética, o estudo apresenta resultados muito variáveis pelo período aplicado, sendo difícil a padronização dos resultados extraídos. Podendo assim concluir que a ginástica laboral realizada durante um período maior pode contribuir significativamente com a diminuição ou ausência de dor em funcionários que trabalham no setor administrativo ou em Home Office.

REFERÊNCIAS

BARROS, S. S; ÂNGELO, R. C. O; UCHÔA, P. B.L. Lombalgia ocupacional e a postura sentada. São Paulo, Rev Dor, v. 12, n. 3, p: 226-30, 2011.

BENELI, Leandro Melo; ACOSTA, Barbara Farina. Efeitos de um programa de ginástica laboral sobre a incidência de dor em funcionários de uma empresa de software. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 4, n. 1, p. 66-76, 2017.

CREF 3/SC. Ginástica laboral: como contratar serviços de qualidade. Publicação Comissão

de Ginástica Laboral, 2013.

DOS SANTOS DUARTE, Mariana et al. O impacto de um programa de ginástica laboral mensurado através do questionário nórdico de sintomas. **e-Scientia**, v. 10, n. 1, p. 1-12, 2017.
DUARTE, Thalita Vasconcelos; LIMA, Michelle Faria. APLICAÇÃO DA GINÁSTICA LABORAL NA PREVENÇÃO DE LER/DORT NO SETOR ADMINISTRATIVO DA PREFEITURA MUNICIPAL DE PARACATU-MG. **HUMANIDADES E TECNOLOGIA (FINOM)**, v. 23, n. 1, p. 383-404, 2020.

FERGUSON, Jessica et al. Characteristics and outcomes of coronavirus disease patients under nonsurge conditions, Northern California, USA, March–April 2020. **Emerging infectious diseases**, v. 26, n. 8, p. 1679, 2020.

FERNANDES, Ciro Henrique de Araújo; SANTOS, Pedro Vieira Souza. Ergonomia: Uma revisão da literatura acerca da ginástica laboral. **Nucleus**, v. 16, n. 2, p. 211-220, 2019.
GONZAGA, JESSÉ. GINÁSTICA LABORAL: CONTRIBUIÇÕES PARA OS COLABORADORES DO SESI SENAI APARECIDA DE GOIÂNIA. 2020.

MESQUITA, Driely Fernanda. ERGONOMIA NA ERA DO TELETRABALHO: IMPACTOS PARA A SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO. 2020.

NETO, Pedro Luiz de Oliveira Costa. UMA REFLEXÃO SOBRE A PRÁTICA DO HOME OFFICE NO CENÁRIO DA PANDEMIA COVID19. 2020.

NETO, M. G; SAMPAIO, S. G; SANTOS, P. S. Frequência e fatores associados a dores musculoesqueléticas em estudantes universitários. Revista Pesquisa em Fisioterapia, v. 6, n. 1, p: 26-34, 2016.

NUTRIÇÃO

O curso forma profissionais competentes para atuar em alimentação e nutrição humana. Os desafios abrangem temas como: nutrição nas fases da vida, saúde publica, higiene, alimentos, gestão e planejamento de unidades de alimentação e nutrição, nutrição esportiva, desenvolvimento de alimentos, entre outros. O curso contempla estágios curriculares nas áreas de nutrição clinica, unidades de alimentação e nutrição, e saúde pública dentro da sua formação.

A FALTA DE OPÇÕES VEGETARIANAS NOS RESTAURANTES

Roberta Winter da Silva[1],Stefany Slongo Matricardi[1], Geane Bárbara Silva Fernandes[2], Cássia Regina Bruno Nascimento[3].

INTRODUÇÃO

O vegetarianismo é uma dieta que não há ingestão de carne, entretanto dentro dessa dieta existem vários setores, ovolactovegetariano, lactovegetariano, ovovegetariano, vegetariano estrito. Ovolactovegetariano consome ovo, leite e seus derivados, o lactovegetariano consome leite e seus derivados, e o ovoVegetariano consome ovo e seus derivados. Vegetariano estrito não consome produtos de origem animal em sua dieta. Já o veganismo é um estilo de vida que procura eliminar toda a exploração animal em todos os produtos (SVB, 2017).

A maior dificuldade em ser vegetariano é a pouca opção de alimentos em bares e restaurantes com alimentação sem o uso de carne e derivados. A adesão da alimentação vegetariana causa desconforto em almoços de família, *happy hours*, jantares e etc. O ato de alimentar-se fora gera um desconforto para o vegetariano, pois sofre com a falta de opção. A culinária e os alimentos de origem animal são os mais usados, a maioria dos pratos típicos de cada região acompanha-se carne e seus derivados (FERREIRA e MIRAGLIA, 2017).

O fato de os vegetarianos excluírem a carne de sua dieta vai muito além da saúde, é uma questão ética. A alimentação com derivados de animais está enraizada em nossa sociedade desde que éramos primatas, por isso torna-se difícil isentar os derivados de animal da alimentação, fazendo com que o processo para uma alimentação sem carne se torne difícil (NUNES, 2010).

Diante da dificuldade que as pessoas encontram quando optam por esta forma de alimentação, o objetivo do trabalho foi realizar um levantamento sobre a oferta de pratos

[1] Acadêmicos do curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Mentora – Nutricionista Clínica com especialidade em Nutrição Esportiva e Vegetariana/Vegana.

[3]Doutora em Ciências Fisiológicas – Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: stefanysmatricardi@hotmail.com

veganos/vegetarianos no cardápio de restaurantes da cidade de Foz do Iguaçu/PR.

METODOLOGIA

Foi desenvolvido um formulário *on line* no dia 10 de maio de 2021, através da plataforma *Google Forms*, e enviado por meio de mensagens via *WhatsApp* pelo link: https://docs.google.com/forms/d/1uPT9qI3ZpQlOYZTMIG7jlkAUFQLKGXVCopXjhNKmB0A/edit. Houve visita no ambiente físico de três restaurantes.

Participaram da pesquisa 31 restaurantes, no intuito de analisar a oferta de opção vegetariana nos cardápios, com as seguintes perguntas:

1- Existem opções de pratos veganos/vegetarianos no cardápio?

2- Possui alta demanda de pratos vegetarianos/veganos?

3- Caso possua uma alta demanda, qual seria a média de procura de pratos veganos/vegetarianos?

4- Se você possui opções vegetarianas/veganas em seu restaurante, quais opções você possui?

5- Possui interesse em adicionar opções vegetarianas/veganas em seu cardápio?

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 31 restaurantes que foram enviados o formulário, 14 responderam as perguntas. No questionamento “Existem opções de pratos veganos/vegetarianos no cardápio?”, doze restaurantes responderam que sim e quatro restaurantes responderam que não (Gráfico 1).

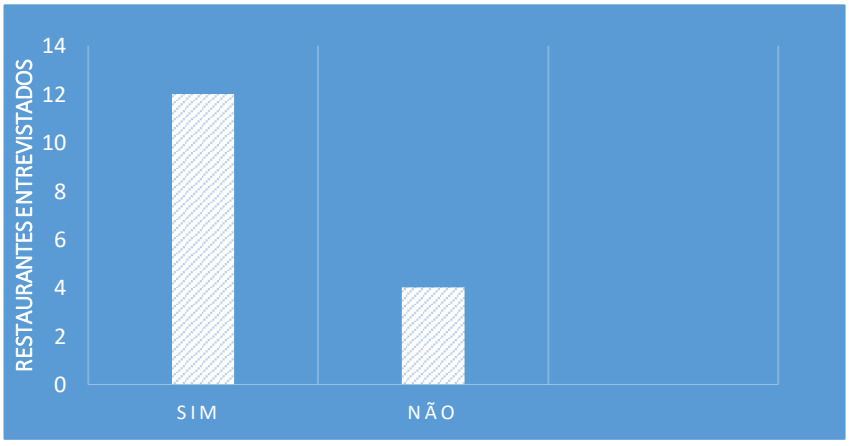


Gráfico 1. Pesquisa realizada sobre a falta de opções de alimentos vegetarianos nos cardápios de restaurantes da cidade de Foz do Iguaçu/PR. Pergunta realizada: Existem opções de pratos veganos/vegetarianos no cardápio?”; n = 16.

Os resultados obtidos para a pergunta “Possui alta demanda de pratos veganos/vegetarianos?”, três restaurantes responderam que sim e treze responderam que não (Gráfico 2).

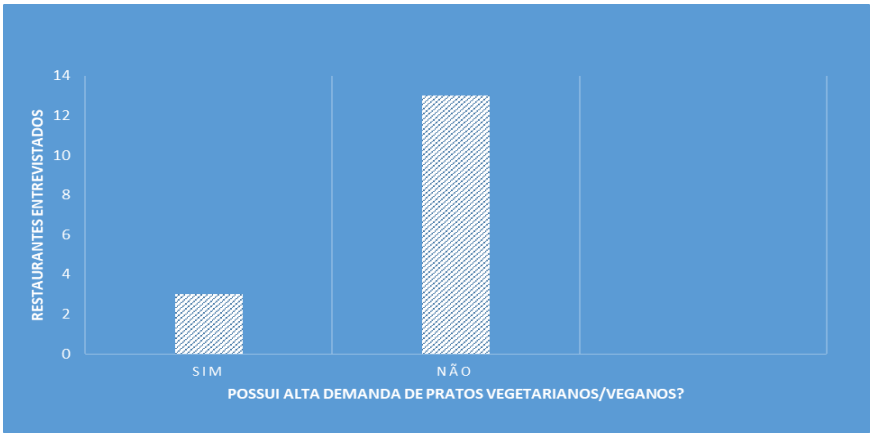


Gráfico 2. Pesquisa realizada sobre a demanda dos pratos veganos/vegetarianos nos restaurantes da cidade de Foz do Iguaçu/PR, n = 16.

Os resultados obtidos para a pergunta “Se você possui opções vegetarianos/veganas em seu restaurante, quantas opções você possui?”, quatro restaurantes responderam nenhuma, dois restaurantes responderam uma, sete restaurantes responderam de duas a cinco opções, e três restaurantes que possuem de cinco opções ou mais (Gráfico 3).

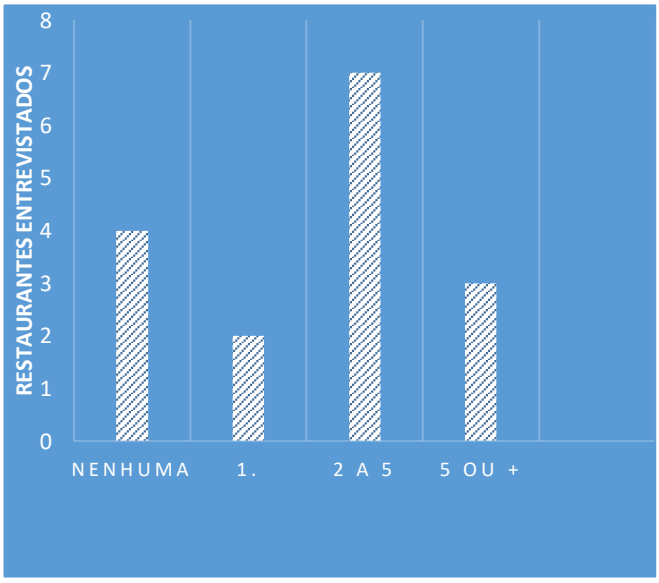


Gráfico 3. Pesquisa realizada sobre a falta de opções de alimentos vegetarianos nos cardápios de restaurantes da cidade de Foz do Iguaçu/PR. Pergunta realizada: Se você possui

opções vegetarianos/veganas em seu restaurante, quantas opções você possui?"; n = 16.

Tendo em vista os gráficos, nota-se que muitos restaurantes são adeptos e possuem interesse em adicionar pratos vegetarianos/veganos em seus cardápios. Muitas vezes não existe alta demanda de pratos vegetarianos, e pelo fato de os restaurantes não divulgarem suas opções, faz com que os clientes vegetarianos não tenham conhecimento das opções e acabam não frequentando o restaurante.

A sociedade vegetariana vem crescendo de maneira significante, os restaurantes tendem cada vez aumentar suas opções. Segundo o artigo ''Os desafios de ser vegetariano na "terra do churrasco" '' mostra-se que, 8% da população das principais capitais brasileiras já se declara vegetarianos, sendo 15,2 milhões de pessoas que aderem a escolha de vida sem carne, representando um crescimento deste público nos últimos anos (FERREIRA e MIRAGLIA, 2017)

Com base na pesquisa de campo realizada, nota-se que a maioria dos locais pesquisados possuem opções vegetarianas em seus cardápios, mas nem todos são adeptos e possuem conhecimento sobre o vegetarianismo/veganismo, fazendo com que sirvam pratos com derivados de leite, ovos ou gordura animal. A gastronomia vegetariana necessita critério e cuidado na utilização de ingredientes. Ao descrever alimentos como *meet free* (livre de carne) ou denominá-los como vegetarianos, as empresas e restaurantes devem fazê-lo com muito cuidado: "para uma dieta vegetariana, uma pitada de carne é demais" (MATSUMOTO, 2002). Vegetarianos também gostam de pratos preparados, e não se limitam a comer folhas ou soja e os seus derivados (DE SOUZA FRANCO, 2005).

Considerando que a maioria dos restaurantes possui de duas a cinco opções para o público vegetariano/vegano, nem todos são adeptos e realmente entendem sobre esse estilo de vida. Existem muitos pratos que se intitulam como veganos/vegetarianos e acompanham derivados de leite, ovos, gordura animal e soro dos derivados de animais. Levando em conta as informações, são poucos os restaurantes que oferecem opções para os vegetarianos/veganos, fazendo com que fique mais difícil a sociedade vegetariana se alimentar fora de casa (ARNONI e MASTELLA, 2020).

CONCLUSÃO

Alguns restaurantes possuem opções vegetarianas em seu cardápio, mas muitas vezes por falta de divulgação dos mesmos, o público vegetariano não tem conhecimento dessas opções, fazendo com que não frequente esses restaurantes, diminuindo a demanda. Espera-se que, com as informações levantadas no presente trabalho, possa haver intervenções com estratégias que foquem a conscientização de donos de restaurantes para o

fornecimento de opções vegetarianas em seus cardápios.

REFERÊNCIAS

ARNONI, F.; MASTELLA, M. Análise da oferta de opções vegetarianas em bares e restaurantes não especializados. **Revista Hospitalidade**, 17(3): 1, 2020.

DE SOUZA F.; REGO, E. A. Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo Turismo - **Visão e Ação**, 7(3): 469-482, 2005.

FERREIRA, P. G.; MIRAGLIA, F. Os desafios de ser vegetariano na ¨terra do churrasco¨. **Revista** Hígia, 2(1): 1-14, 2017.

NUNES, E. Vegetarianismo além da dieta: ativismo vegano em São Paulo. **PUCSP**. 2010.

VEGETARIANISMO. Sociedade Vegetariana Brasileira, 2017. Disponível em: <https://www.svb.org.br/vegetarianismo1/o-que-e> Acesso em 14 de abril de 2021.

ANÁLISE DE PERIGOS E PONTOS CRÍTICOS DE CONTROLE NA PRODUÇÃO DE ALIMENTOS DE UMA ONG DO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU.

Isabella Lemos Andraues de Sousa[1],Joyce Ferreira Aragão de Lima[1], Milena Malikoski[1], PietraVettorello Guareschi[1,] Raquel Roberta Marques Salvatti[1,] Suyan Emmanuelle Lobo Alexandre[2], Ana Manuela Ordoñez[3].

INTRODUÇÃO

As unidades de alimentação e nutrição (UAN) são estruturas do setor de alimentação coletiva, que têm como objetivo fornecer refeições adequadas nutricionalmente e que também apresentem padrão higiênico-sanitário satisfatório para consumo. O monitoramento das condições higiênico-sanitárias durante o preparo dos alimentos tem como objetivo controlar os pontos críticos, já que contaminações de várias fontes podem estar presentes nas fases do preparo. Desse modo a segurança dos alimentos é um motivo de preocupação, dado que as doenças transmitidas por alimentos (DTA) são um fator de risco para a saúde dos consumidores (SUSIN et al., 2017).

Os episódios de doenças de origem alimentar, em particular aquelas provocadas por microrganismos patogênicos, caracterizam um problema de saúde pública em países em desenvolvimento e também em países desenvolvidos (SEZEFREDO el al., 2016).

Várias doenças transmitidas por alimentos são causadas em virtude de algum erro básico de manipulação durante o preparo da refeição, tendo que grande parte dessas falhas seriam evitadas se o manipulador tivesse conhecimento básico sobre as boas práticas de conservação e manipulação dos alimentos (SEZEFREDO el al., 2016).

Práticas de educação em saúde, assim como o treinamento de manipuladores de alimentos, devem ser aumentadas e utilizadas de forma constante dentro das UAN (BOAVENTURA et al., 2017)

A propagação de informações a respeito de como prevenir as doenças transmita por alimentos pode compor um instrumento eficiente na redução de sua ocorrência e causar alterações epidemiológicas consideráveis (MARMETINI et al., 2010)

A educação constante dos manipuladores de alimentos, sobre boas práticas de higiene e manipulação auxilia para a diminuição da ocorrência de DTAs (MARMETINI et al., 2010).

[1]Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário Comunitário União das Américas – Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Mentora, Nutricionista, Foz Iguaçu, Paraná.
[3]Docente de Projeto Integrador. Mestre em saúde da criança e do adolescente. Centro Universitário Comunitário União das Américas – Descomplica.

Esse trabalho teve como objetivo instruir os manipuladores acerca das boas práticas de manipulação e produção de alimentos e auxiliar na melhoria das instalações internas corrigindo os pontos críticos presentes no fluxo de preparo dos alimentos.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

.

O estudo foi realizado em uma Organização não governamental (ONG) no município de Foz do Iguaçu, que atende crianças na faixa de 6 a 17 anos, no contra turno escolar, com o intuito de atender a demanda de adequação dos processos de manipulação e produção de alimentos.

Para a fundamentação teórica deste projeto foi realizada pesquisa de artigos científicos, utilizando chaves de busca obtidas por meio de consulta a base de descritores: Boas práticas, manipulação e produção de alimentos, manipuladores de alimentos e vigilância sanitária. Foram selecionadas e utilizadas as seguintes chaves de busca: doenças transmitidas por alimentos, segurança alimentar, higiene dos alimentos e boas práticas de fabricação.

As buscas foram realizadas nas bases de dados: *Scielo, PubMed, Scholar Google.* Foram recuperados 18 artigos, dos quais foram selecionados 10 trabalhos para compor o quadro de revisão deste projeto, com abordagem dos temas: Noções de alimentação saudável e manipulação de alimentos, implantação de boas práticas em uma unidade de alimentação e nutrição, agentes patogênicos nas mãos dos manipuladores, papel da vigilância sanitária na prevenção das doenças transmitidas por alimentos, percepção sobre higiene dos manipuladores de alimentos, condição higiênica sanitária dos locais de preparação de alimento.

Durante o projeto foram realizadas três visitas ao local demandante. A primeira visita foi destinada para conhecimento do local, com o objetivo de reunir as informações necessárias para prosseguir com o estudo. A segunda visita foi realizada juntamente com a mentora do projeto e teve como finalidade a realização da checagem dos pontos críticos e necessidades de adequações e melhorias.

A equipe local é composta por 16 funcionários e 12 voluntários. A infraestrutura do local é dividida nas seguintes áreas: refeitório, cozinha, dispensa, vestiário masculino, vestiário feminino, quadra poliesportiva, sala de dança, sala de artesanato, biblioteca, sala de informática, sala de serigrafia, estufa de verduras e legumes e campo de futebol. O horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira das 08:00 as 12:00 e das 13:30 as 17:30 e nos sábados das 08:00 as 12:00.

O plano de ação consistiu em elaborar uma palestra, sobre boas práticas de

manipulação e produção de alimentos e no desenvolvimento de procedimento operacional padrão (POP) para a higienização de garrafas pets, utilizada para fazer gelo e do coador de pano para café, e aplicação de checklist.

Na terceira visita foi aplicado um treinamento de boas práticas de manipulação, onde foram utilizados recursos visuais na forma de slides, com conteúdo de boas práticas de manipulação de alimentos, armazenamento, preparo, higiene pessoal dos manipuladores, higienização das mãos e a influência disso na produção e na contaminação dos alimentos e preparos. O treinamento baseou-se na Resolução da Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, conforme a RDC n 216/2004.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As doenças transmitidas por alimentos (DTAs) são causadas por alimentos e/ou água contaminados por agentes químicos, físicos ou biológicos. A Ingestão de alimentos contaminados pode causar sintomas leves, ou graves, podendo levar a hospitalização e morte (BRASIL, 2021).

Quando duas ou mais pessoas aparecem com sintomas semelhantes após a ingestão do mesmo alimento contaminado, pode-se constatar um surto alimentar. Segundo o boletim epidemiológico publicado no ano de 2021, foram notificados 9.030 surtos de Doenças de Transmissão Hídrica e Alimentar (DTHA), com 160.702 doentes e 146 óbitos no Brasil, entre os anos de 2007 a 2019 (BRASIL, 2021).

De acordo com o Ministério da Saúde, os principais agentes biológicos envolvidos nos surtos alimentares são: *Salmonella, Escherichia coli, Staphylococcus aureus, Coliformes, Bacillus cereus, Rotavírus, Norovírus.* Os sintomas dependerão do agente etiológico envolvido, podendo ocorrer desconfortos abdominais, náuseas, até casos extremos, como desidratação grave, diarreia sanguinolenta e insuficiência renal aguada (BRASIL, 2021).

Para evitar casos de surtos na ONG acompanhada, foi realizado treinamento de boas práticas de manipulação para os funcionários. SILVA (2009), mostrou melhoria das condições higiênico-sanitárias após a capacitação de boas práticas de manipulação.

Além da capacitação dos profissionais, foi disponibilizada a ferramenta de Procedimento Operacional Padrão (POP), que é caracterizado como uma sistematização de processos, garantindo ao indivíduo ou equipe ordenar procedimentos, evitando desvio de funções e ações impróprias que prejudiquem aspectos higiênico-sanitárias, podendo ser um aliado no local da manipulação de alimentos para evitar a contaminação (SILVA, 2006).

A adequação da estrutura do local é fundamental também para as questões de higiene-sanitária, impedindo por exemplo, a invasão e proliferação de vetores e pragas. Sendo assim, foi realizado um checklist da estrutura das dependências de manipulação dos alimentos na

unidade local, para auxiliar que a estrutura esteja adequada. Segundo a RDC Nº216, de 15 de setembro de 2004, as instalações físicas como piso, parede e teto devem possuir revestimento liso, impermeável e lavável. Devem ser mantidos íntegros, conservados, livres de rachaduras, trincas, goteiras, vazamentos, infiltrações, bolores, descascamentos, dentre outros e não devem transmitir contaminantes aos alimentos (RDC Nº216, de 15 de setembro de 2004).

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Este projeto buscou trazer contribuições iniciais nesse complexo debate do trabalho da saúde nas ONGs no campo da higiene sanitária, demonstrando que o treinamento dos colaboradores e conscientização da equipe são essenciais para garantir a segurança higiênico sanitária durante a manipulação de alimentos.

REFERÊNCIAS

BOAVENTURA, Luara Thabata Alves et al. Conhecimento de manipuladores de alimentos sobre higiene pessoal e boas práticas na produção de alimentos. Revista Univap, v. 23, n. 43, p. 53-62, 2017.

BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico – Doenças Tropicais Negligenciadas. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em saúde – Brasília : Ministério da Saúde, 2021.

MARMETINI,P.R.;RONQUI,L.; ALVARENGA,O.V.A importância das boas praticas de manipulação para os estabelecimentos que manipulam alimentos. Revista CientificaFacimed, p. 263-273, 2010.

SILVA, Ana Clara Martins. Impacto da capacitação em Boas Práticas de Fabricação na presença de Staphylococcus aureus e Escherichia coli em mãos e fossas nasais de manipuladores de panificadoras e confeitarias da região central de Goiânia-Goiás, 2009. 76 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde - Medicina) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2009.

SILVA, Lázaro Fleck. Procedimento operacional padronizado de higienização como requisito para segurança alimentar em unidade de alimentação, 2006. 71 f. Dissertação (Mestrado em ciência e tecnologia de alimentos). Universidade Federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul, 2006.

SUSIN, Viviana et al. Condições higiênico-sanitárias, estruturais e de funcionamento de Unidades de Alimentação e Nutrição. Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia, v. 5, n. 1, p. 60-68, 2017.

SEZEFREDO, Tatiane Simplicio et al. História em quadrinhos para ensino e prevenção das doenças transmitidas por alimentos. Arquivos de Ciências da Saúde, v. 23, n. 2, p. 81-86, 2016.

CONCILIAÇÃO DA ROTINA DE ESTUDOS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Isabela da Rocha Sugamosto de Paula[1], Jihan Hammoud[1], Sulamita Araújo[1], Tauane Maysa Lammel[1], Paula Gabriela Teixeira Barbosa Pinto[1], Annanayra Teixeira[2]
Cássia Regina Bruno Nascimento[3].

INTRODUÇÃO

Quando inseridos na vida universitária, muitos estudantes necessitam sair da casa de seus pais para residir em alojamentos, pensões, quitinetes, repúblicas, apartamentos ou casas mantidas pela família. Por esse motivo, vários não tinham o hábito de realizar as três refeições consideradas principais (desjejum, almoço e jantar), seja pela falta de tempo, ou por conta da questão financeira (VIEIRA *et al*., 2002).

Ressalta-se também, que por essa falta de tempo, e má distribuição das refeições, os estudantes universitários acabam consumindo uma alimentação "não saudável" por preferirem alimentos como biscoitos industrializados, doces, *fast foods*, salgados fritos e refrigerantes, do que consumirem alimentos mais saudáveis como frutas, verduras, oleaginosas e outras (DUARTE *et al*., 2013).

Ademais, a falta de organização do tempo dos estudantes é uma adversidade em suas vidas, visto que eles têm a necessidade de encaixar na sua rotina as atividades acadêmicas, o relacionamento interpessoal, atividades de lazer, hábitos saudáveis de alimentação, de sono e outros (BASSO *et al*., 2013). Em vista disso, o objetivo do presente trabalho é auxiliar e apresentar para os estudantes universitários que vivem uma rotina atribulada, diferentes maneiras de se alimentar de forma adequada e facilitada, através de dicas práticas sobre organização e alimentação gostosa e saudável.

METODOLOGIA

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mentora, Nutricionista, especialista em nutrição funcional , CRN 10123;

[3] Doutora em Ciências Fisiológicas, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

A forma adotada para informar os estudantes sobre como conciliar a rotina de estudos com alimentação saudável, foi através da página “Nutrição Uniamérica” da rede social *Instagram*. A página tem 364 seguidores e é abastecida com informações desenvolvidas por alunos do curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica. Os materiais publicados foram baseados em artigos científicos encontrados por buscas nas bases de dados *Scielo* e *Google* acadêmico. Foi desenvolvido um logotipo que demonstre o objetivo do trabalho: Turbine seu cérebro”. As postagens foram realizadas no período de maio a junho de 2021. Através do Departamento de *Marketing*, foi realizado matéria jornalística na página da UniAmérica sobre o Projeto Integrador de Extensão “Conciliação da rotina de estudos e alimentação saudável”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em virtude da página utilizada para realização das postagens ser direcionada para todo o curso de nutrição da UniAmérica, o grupo criou o logotipo “Turbine seu cérebro” para facilitar a identificação do trabalho, sendo assim, ele foi inserido em todas as postagens realizadas no *Instagram* de Nutrição UniAmérica (Figura 1).

Figura 1. Logotipo desenvolvido para ser inserido nas postagens com informações sobre “Conciliação da rotina de estudos e alimentação saudável”, na rede social *Instagram* “Nutrição UniAmérica”.

Os temas abordados nas postagens publicadas abrangeram temas que se referem aos benefícios dos alimentos, como as castanhas, o grão de bico, a crepioca, a batata doce e o frango.

Na publicação referente às castanhas (Figura 2), foi contemplado informações sobre variados minerais. Dentre as funções que desempenham no organismo, as castanhas catalisam a formação da hemoglobina, formam tecido conjuntivo, são ricas em gorduras mono e poli-insaturadas, previnem doenças cardiovasculares e entre outros benefícios (Pesce, 2009).

Figura 2. Publicação postada na rede social *instagram* referente às castanhas, do Projeto Integrador de Extensão: "Conciliação da rotina de estudos e alimentação saudável".

Da mesma forma, a informação sobre o grão de bico abrange sua composição nutricional. É um grão rico em proteínas, vitaminas e minerais (DUARTE E CALADO, 2014), podendo ajudar na saúde do coração, melhorar o humor e a saúde da mulher (RAPHAELLI, PEREIRA E BAMPI, 2021). Já a crepioca é rápida em seu preparo, possui baixo custo, é rica em proteína e vitamina K, não contém sódio, glúten ou gorduras. Seus ingredientes são: um ovo, uma colher de tapioca e uma pitada de sal. A batata doce, além de seu preparo prático e versátil, traz diversos benefícios à saúde. Auxilia na prevenção de doenças cardiovasculares e no tratamento de diabetes, auxilia na hidratação da pele e dos cabelos por conta dos altos níveis do nutriente betacaroteno, fornece alta concentração de energia, contribuindo para o aumento da massa muscular, contribui para um bom funcionamento do intestino devido a sua grande quantidade de fibras (CAMPOS, 2014). O frango tem papel importante na alimentação, além de versátil, é uma carne magra, fonte de vários nutrientes (VENTURINI, SARCINELLI, SILVA, 2007). Fornece ao nosso organismo proteína, ácidos graxos monoinsaturados e ácidos graxos insaturados, entre outros benefícios.

As postagens que se referiram sobre o comportamento alimentar envolvem a autodisciplina e a falta de organização como influência na alimentação. A autodisciplina é a capacidade de realizar o que precisa ser feito independente das circunstâncias adversas para alcançar um objetivo ou meta (LEITE, TAMAYO E GUNTHER, 2017). Alguns passos que podem ser seguidos para auxiliar na autodisciplina: Ter convicção do que deseja alcançar; organizar a rotina diária; aprender a dizer não; buscar incentivos; estar preparado para imprevistos. A alimentação saudável tem ligação direta com a organização ou com a falta dela (BASSO et al., 2013). Algumas maneiras de conciliar a rotina e a alimentação: Organizar os compromissos fixos; separar um tempo do dia para descansar. Deve-se utilizar planilhas no *Excel*, *planners* e notas do celular para auxiliar na tarefa do dia a dia. Fazer as compras uma vez na semana de acordo com o cardápio é uma forma de organização.

A dica de higienização acrescenta a necessidade de segurança alimentar. Assim que os alimentos chegam em casa é importante fazer a higienização de cada item. Em relação às verduras, legumes e frutas, o uso de água sanitária sem perfume ou desinfetante na fórmula é recomendado, na proporção de uma colher de sopa para cada litro de água. Esses alimentos

devem ser mergulhados nessa mistura por 15 minutos, e em seguida deve-se lavar os alimentos com água corrente e limp

Figura 4. Publicação postada na rede social *instagram* referente a importância da higienização dos alimentos, do Projeto Integrador de Extensão: “Conciliação da rotina de estudos e alimentação saudável”.

De acordo com os dados exibidos o número de pessoas que interagiram em forma de curtidas chegou a um total de 184 curtidas em 8 publicações: Você gosta de castanhas? (21 curtidas); *Snack* de grão de bico (21 curtidas); Crepioca (42 curtidas); Autodisciplina. O que é? Como obter? (13 curtidas); A influência direta da falta de organização na alimentação (31 curtidas); Higienização dos alimentos (18); Batata-doce (28); Frango (10 curtidas).

Foi publicada uma matéria no site da instituição no dia 18 de maio de 2021 referente ao projeto: conciliação da rotina de estudos com uma alimentação saudável (Figura 3). Uma etapa para divulgação do tema do Projeto Integrador de Extensão, tendo em vista alcançar um grupo maior de pessoas.

Figura 3. Publicação com o tema do Projeto Integrador de Extensão, vinculada pelo Departamento de *Marketing* do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das postagens no perfil do *Instagram*, houve a possibilidade de levar informações que ajudem os estudantes na rotina diária, com dicas de receitas de substituições saudáveis e de como a organização ajuda na rotina alimentar. Desta forma, espera-se melhorar a vida e alimentação desse público que necessita de nutrientes para a realização de

suas tarefas e ganho de conhecimento através dos estudos.

REFERÊNCIAS

BASSO, C., et al. Organização de tempo e métodos de estudo: Oficinas com estudantes universitários. **Revista Brasileira**, 14(2): 277-288, 2013.

CAMPOS, V. R. **Elaboração de um snack de batata-doce (Ipomea Batatas)**. 2014. 42 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Londrina, 2014.

DUARTE, I.; CALADO, J. M. G. Proteaginosas - o regresso do grão-de-bico. In: Livro de Resumos do Simpósio Nacional de Culturas Agroindustriais: Potencialidades e Perspetivas, **Évora**, 19-20, 2014.

DUARTE, F. M.; ALMEIDA, S. D. S.; MARTINS, K. A. Alimentação fora do domicílio de universitários de alguns cursos da área da saúde de uma instituição privada. **O mundo da Saúde**, 37(3): 288-298, 2013.

LEITE, U. R.; TAMAYO, A; GUNTHER, H. Organização do uso do tempo e valores de universitários. Avaliação Psicológica, 2(1): 57-66, 2003.

PESCE, C. 2009. **Oleaginosas da Amazônia**. Pará, Brasil, Editora: IICA, 2009.

RAPHAELLI, C. O.; PEREIRA, E. S.; BAMPI, S. R. **Importância da alimentação e da nutrição no climatério.** In: Saúde, meio ambiente e tecnologia no cuidado interdisciplinar, 2021-04-24, capítulo 5, pp. 21-57.

VENTURINI, K. S.; SARCINELLI, M. F.; SILVA, L. C. Características da carne de frango. **Boletim Técnico-Pie-Ufes**, p. 1307, 2007.

VIEIRA, V. C. R. et al., Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Revista de Nutrição** [online], 15(3), 2002.

DESENVOLVIMENTO DE CARDÁPIO PARA ESCOLA DE INGLÊS

Aline Franco França[1], Anabel Bussolo[1], Hévelyn Cristine Salamon[1], Lucas Eduardo Périco[1], Mariana Batista de Carvalho Alves[1], Letícia Possato Ghellere[2], Paula Manfredi[3]

Palavras chaves: Doença celíaca, Intolerância à lactose e alimentação escolar.

INTRODUÇÃO

Quando se fala em alimentação saudável, é necessário saber que alimentação é um direito assegurado pela Constituição Federal (1988): “Esse direito pressupõe uma alimentação adequada, tanto do ponto de vista de quantidade como de qualidade, garantindo a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN).” Dessa forma, é de suma importância voltar o olhar sobre a alimentação das crianças e adolescentes escolares, pois há doenças como Doença Celíaca (DC) e a Intolerância à Lactose que acometem muitas pessoas de forma silenciosa (SOUZA; NASCIMENTO, 2019).

Crianças e adolescentes que sofrem dessas doenças necessitam de uma atenção especial na hora de realizar suas refeições, uma vez que, em contato com alimentos que contém glúten e/ou lactose, pode desencadear reações prejudiciais à saúde. Portanto, é indispensável que as escolas juntamente com o nutricionista forneçam um cardápio adequado e justo para todos, respeitando seus hábitos, culturas e necessidades alimentares de cada um. (SOUZA; NASCIMENTO, 2019).

Em virtude disso, o objetivo desse trabalho foi desenvolver um cardápio adequado para todas as crianças de uma escola de idiomas de Foz do Iguaçu, considerando suas particularidades.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado por meio de uma pesquisa bibliográfica, onde buscou-se informações a respeito das alergias alimentares no âmbito escolar, em específico a Intolerância à Lactose e Doença Celíaca, a fim de compreender qual a importância de um cardápio escolar adaptado e a dificuldade dessa elaboração ao desenvolve-lo para determinada Escola de Inglês em Foz do Iguaçu. Foram selecionados dez artigos para montar

[1] Acadêmico do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Nutricionista, Pós Graduada em Nutrição Clínica e Funcional

[3] Nutricionista, Mestra em envelhecimento humano, docente do curso de Nutrição do Centro de Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná

o quadro de revisão, nos quais abordavam temáticas sobre a doença celíaca, intolerância à lactose, adaptação dos manipuladores nas escolas em relação às alergias e suas dificuldades no âmbito escolar. As pesquisas bibliográficas foram realizadas com base no Google Acadêmico, no Scielo e Pub Med.

Para o auxílio da elaboração do cardápio, além da pesquisa bibliográfica, foi realizado um encontro com a coordenadora responsável pela Escola de Idiomas, onde foram coletadas mais informações sobre o local e os alunos, bem como suas preferências e aversões alimentares.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A alimentação infantil nas escolas é um assunto complexo a se tratar, pois requer muitos cuidados e muitas vezes, os pais não tem entendimento ou tem pouco tempo para tratar disso com seus filhos, passando a oferecer alimentos rotineiros para o lanche da escola, como alimentos processados e ultraprocessados. O problema neste caso, é que quando essas crianças chegam a um ambiente escolar, há grandes chances de rejeição diante dos alimentos ofertados por conta da falta de hábito de consumo e uma sensação de obrigatoriedade, que retira o prazer da alimentação. Tornar esse momento atrativo vai além de inserir cores e sabores nos alimentos, é também considerar a individualidade de cada aluno e se há presença de patologias. (RAMOS et al., 2019).

Uma das patologias alimentares que merece destaque é doença celíaca, que vêm se tornando uma doença muito frequente e falada nos últimos anos. Os indivíduos apresentam esse diagnóstico por não terem a capacidade de absorver o glúten que está presente nos alimentos que consomem. Os sintomas podem ser dores abdominais, fadiga crônica, diarreia, anemia, náuseas, entre outros. (LEMES et al., 2019).

Celíacos só tem uma forma de tratamento, esse tratamento requer que o paciente retire de sua dieta todos os alimentos que contém glúten, ou seja, a dieta desse paciente se torna totalmente restrita, fazendo-se necessário modificar toda a alimentação e utilizar ingredientes alternativos. (LEMES et al., 2019).

Além da doença celíaca, a intolerância à lactose é outra patologia alimentar que vem se tornando frequente. A intolerância à lactose é causada pela deficiência da produção da enzima lactase, responsável pela hidrólise da lactose, dificultando a absorção, digestão e metabolização de produtos lácteos e seus derivados. (DE SOUZA, et al, 2018).

Para atender a essa necessidade, com o apoio da mentora do projeto, foi desenvolvido um cardápio alimentar com oito refeições diferentes para duas vezes na semana, adaptado para crianças e adolescentes entre 05 a 13 anos com intolerância à lactose e doença celíaca (anexo I).

No cardápio foram utilizados alimentos sem glúten e alimentos para dietas com

restrição a lactose, bem como outros alimentos que são recomendados e auxiliam na nutrição e desenvolvimento de crianças dessa faixa etária.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados, é notável a necessidade da implantação de cardápios adaptados nas escolas, pois é direito de todos os alunos uma alimentação segura, saudável e prazerosa.

Ainda, é dever dos pais informar e orientarem a instituição de ensino sobre a doença do aluno para assim receber uma alimentação adequada.

Ademais, é possível perceber a importância de um profissional nutricionista no ambiente escolar, pois dessa forma será realizada a avaliação dos alunos e elaboração adequada do cardápio escolar.

REFERÊNCIAS

BOITO, Tainara et al. Avaliação de Cardápios de uma escola de Educação Infantil. **Revista Contexto & Saúde**, v. 19, n. 36, p. 14-19, 2019. Disponível em: < https://revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/8276>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

DE LIMA RAMOS, Maria Gabriele et al. Educação alimentar infantil: técnicas de como deixar os alimentos mais atrativos para crianças. **Revista Caravana**, v. 4, n. 2, 2019. Disponível em: < http://caravana.ifpe.edu.br/index.php/caravana/article/view/438>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

DE OLIVEIRA LEMES, Erick et al**. Pesquisa sobre a Intolerância, Diagnóstico e Alternativas para os Pacientes com Intolerância ao Glúten**. Ensaios e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde, v. 23, n. 1, p. 40-46, 2019. Disponível em: < https://revista.pgsskroton.com/index.php/ensaioeciencia/article/view/4177>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

DE SOUZA, Daniela Sant'Ana et al. Perfil epidemiológico de crianças e adolescentes com intolerância à lactose. **Inova Saúde**, v. 7, n. 1, p. 60-76, 2018. Disponível em: <http://periodicos.unesc.net/Inovasaude/article/view/2990>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

DE SOUZA, Mayara Alexsandra Vieira; DO NASCIMENTO, Amanda Bagolin. Percepção de nutricionistas e manipuladores de alimentos a respeito da alimentação escolar para celíacos. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN**, v. 10, n. 1, p. 72-80, 2019. Disponível em: <https://rasbran.emnuvens.com.br/rasbran/article/view/959>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

MATHIÚS, Laís Adrieli et al. Aspectos atuais da intolerância à lactose. **Rev. Odontol. Araçatuba (Online)**, p. 46-52, 2016. Disponível em: < https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-857031>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

QUILICI, Flávio Antonio; MISSIO, Alessandra. Intolerância a lactose. **Sociedade Integrada de gastroenterologia**. Campinas-SP, 2004. Disponível em: <http://eupossoisso.com/wp-content/uploads/2015/02/intolerancia.pdf>. Acesso em: 21 de novembro de 2021.

APÊNDICES:
APÊNCICE I

CARDÁPIO DA ESCOLA YÁZIGI

	BEBIDA	LANCHE PRINCIPAL	SOBREMESA
SEG/TER	Suco de polpa de laranja.	Pão sem glúten + queijo sem lactose + alface+ tomate e orégano.	Salada de frutas (mínimo 4 frutas) Sugestão: laranja, banana, maçã, mamão.
QUA/QUI	Suco de polpa de morango.	Torta salgada de frango com legumes.	Iogurte sem lactose.
SEG/TER	Suco de polpa de uva.	Panqueca saudável de mel e banana.	Pipoca.
QUA/QUI	Suco de polpa de acerola com laranja.	Pão de queijo sem lactose.	Bolo de fubá sem glúten e sem lactose + fruta.
SEG/TER	Vitamina de morango e banana (leite zero lactose).	Muffin de brócolis e cenoura.	Cookies saudável de chocolate.
QUA/QUI	Suco de polpa de abacaxi com hortelã.	Pão de polvilho com frango/carne moída.	Sorvete de frutas congeladas.
SEG/TER	Suco de polpa de melancia.	Bolinho de espinafre (opção de substituição, pão de queijo sem lactose).	Gelinho de frutas com água ou leite sem lactose.
QUA/QUI	Chá mate com suco de laranja.	Panqueca de fubá (opção de substituição, pizza de queijo e tomate).	Bolo de banana com aveia sem glúten e sem lactose.

EDUCAÇÃO CONTINUADA EM NUTRIÇÃO PARA AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE EM FOZ DO IGUAÇU

Bárbara Eloise da Costa Campos[1], Célia Deonilce Martinez[1], Rubens Erbetson Paula[1], Suellen Silva do Nascimento[1], Aline Führ[2], Cassia Regina Bruno do Nascimento[3]

INTRODUÇÃO

O Programa de Agentes Comunitários de Saúde (PACS) foi oficialmente implantado pelo Ministério da Saúde (MS) em 1991. O propósito da iniciativa é que o Agente Comunitário de Saúde (ACS) possa atuar no acolhimento da comunidade, criando vínculo e intermediando o contato direto com a Equipe Saúde da Família (ESF), melhorando as condições de saúde de cada indivíduo (BRASIL, 2021a).

São funções do ACS: Cadastrar e trabalhar junto com as famílias conforme base geográfica que está instalada a Unidade Básica de Saúde (UBS); orientar as famílias sobre os serviços disponíveis e de que forma podem ser utilizados; realizar atividades programadas; realizar acompanhamento através de visitas domiciliares para todas as famílias cadastradas sob sua responsabilidade; desenvolver programas que promovam a integração entre a comunidade e a equipe de saúde; promover atividades educativas que promovam a saúde, prevenção de doenças e agravos e de vigilância à saúde (BRASIL, 2021b)

O ACS sendo membro da ESF, surge da comunidade e por isso faz parte da realidade da comunidade do local, geralmente onde mora e trabalha. A partir do convívio com a comunidade, tem acesso a crenças e histórias de vida de cada família onde atua, assim, ele consegue entender as razões que levam o usuário a aderir ou a recusar determinados tipos de tratamentos e cuidados (PARANAGUÁ et al., 2009).

No município de Foz do Iguaçu existem 29 UBS onde atuam 320 ACS. No ato da contratação dos ACS a única exigência é que tenham cursado o Ensino Médio, sem nenhuma qualificação na área da saúde. Quando se fala em saúde há uma grande demanda de

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mentora , nutricionista da Secretaria Municipal de Saúde de Foz do Iguaçu, Paraná;

[3] Doutora em Ciências Fisiológicas, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

situações na comunidade que devem ser analisadas como: moradia, condições de trabalho, crenças, educação, alimentação, modo como a comunidade promove o lazer em família, organização dos serviços de saúde, no meio ambiente, a forma como o ACS atua na comunidade, valorização das culturas locais, no dever do governo em melhorar as condições de vida da população (BRASIL, 2021b).

Percebendo a necessidade de promover qualidade de vida para todos os ciclos de vida dos integrantes da comunidade que são cadastrados no projeto ESF, faz-se necessário promover e capacitar os ACS quanto a orientações nutricionais. Portanto, o objetivo deste trabalho foi realizar uma revisão bibliográfica sobre a necessidade das orientações nutricionais a serem levadas por agentes do Programa de Agentes Comunitários de Saúde.

METODOLOGIA

Para o estudo foram analisados artigos nacionais, em língua portuguesa, da base de dados do *SCIELO* (*Scientific Electronic Library Online*) e *Google* Acadêmico. Foram encontrados 20 artigos, más foram utilizados somente 10 referentes à educação nutricional e dificuldades que o agente comunitário de saúde tem em abordar temáticas sobre alimentação saudável. Os descritores utilizados foram: “agentes comunitários de saúde, saúde pública, Unidade Básica de Saúde”. Adotou-se os seguintes critérios de inclusão: artigos escritos em Português Brasileiro, artigos publicados nos últimos dez anos e aqueles relacionados com agentes comunitários de saúde, os critérios de exclusão foram: artigo em outro idioma, publicações mais antigas, e artigos que não se relacionavam com o objetivo da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) tem o papel fundamental na comunidade, pois encoraja o indivíduo e a coletividade para uma mudança de vida, dando os direitos de tomar novas escolhas, substituindo velhos hábitos nocivos à saúde por novas condutas que são melhores. A prevenção e a promoção da saúde podem se concretizar de forma plena quando o Profissional Nutricionista é responsável na elaboração e ampliação destes saberes através da EAN, atuando em conjunto com outros profissionais que podem servir como intermediários da transmissão de suas informações (BEZERRA, 2020).

O profissional de nutrição exerce a função de conscientizar e promover saúde na sociedade, através da esfera básica de saúde, compartilha seus conhecimentos teóricos e práticos das ciências nutricionais para o bem coletivo, no entanto, muitos profissionais da saúde não compreendem o seu papel, o desconhecimento, dificulta a disseminação dos benefícios realizados através destes saberes (ANDRADE, 2018).

Segundo Santos, Maurício e Santos, Monique (2021), o processo educativo da nutrição social ainda hoje se apresenta insuficiente, não aplicando os métodos de aprendizagem de forma coerente, existindo uma extrema necessidade para o aperfeiçoamento das estratégias pedagógicas.

Alguns profissionais da saúde não compreendem que a transmissão do saber se pauta na compreensão das necessidades da comunidade nos seus âmbitos mais básicos, como conhecer a situação econômica e as limitações físicas daquela coletividade poderiam permitir a melhoria da educação (SANTOS; SANTOS, 2021).

A percepção de saúde é um conceito muito amplo que precisa ser investigado, é necessário que se desenvolva em todas as regiões novas políticas públicas que enfatize as causas das circunstâncias de saúde e vida atual nos indivíduos (FONSECA et al., 2012; PEREIRA; OLIVEIRA, 2013).

Segundo Dick et al. (2017), os profissionais da área saúde deve ser capazes de apontar nas pessoas com risco ou em situações patológicas, oportunidades reversíveis de mudança das atitudes pessoais, como a substituição de costumes que agravam a saúde por novas atitudes, por isto a importância da educação continuada em saúde na cidadania se faz necessária para conscientizar e também promover o bem-estar, os conhecimentos transmitidos devem e podem transformar toda a coletividade.

No contexto de vulnerabilidade social a insegurança alimentar é a que mais se destaca entre as piores crises, os promotores da saúde devem estar preparados para atuarem em comunidades desprovidas de recursos financeiros, no estado do Maranhão, um pouco mais que a metade da população está em situação de vulnerabilidade alimentar (BRITO et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo mostra o quanto é importante o trabalho dos agentes comunitários de saúde e dos nutricionistas, que o incentivo a políticas de ensino voltadas à prática de uma alimentação saudável é necessário, em todas situações socioeconômicas e faixas etárias. No âmbito da saúde, na sociedade, como extensão de trabalho do nutricionista, o agente comunitário de saúde serve de amparo ao transmitir as informações de nutrição dentro das comunidades para o processo de conscientização, mudança dos hábitos alimentares na prevenção e promoção da saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, N. M. P; SANTOS, G. M. G. C. O conhecimento sobre nutrição de profissionais

de saúde em unidades básicas de saúde do município de londrina-pr. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, v. 28, n. 55, p. 39-52, 2018.

BEZERRA, R. K. C. Educação Alimentar e Nutricional no âmbito da Estratégia Saúde na Família: uma revisão integrativa. **Revista Sítio Novo**, v. 4, n. 3, p. 256-264, 2020.

BRASIL. PORTAL da Secretária de Atenção Primária a Saúde. Agente Comunitário de Saúde, In: **Ministério da Saúde**, 2021a. Disponível em: https://aps.saude.gov.br/ape/esf/esf/composicao. Acesso em: 16 de jun. 2021.

BRASIL. O TRABALHO DO AGENTE COMUNITÁRIO DE SAÚDE. In: **Secretaria de Políticas de Saúde**, 2021b. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd09_05a.pdf. Acesso em: 23 maio 2021.

BRITO, A. P., et al. Fatores associados à insegurança alimentar e nutricional em comunidade carente. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 33, n. 1, p. 1-11, 2020.

DICK, A. B., et al. Práticas de Educação em Saúde em Domicílio: A extensão universitária como cenário de Intervenções a um Indivíduo Hipertenso. **Caderno Pedagógico** (Lajeado Online), v. 14, n. 2, p. 14-85, 2017.

FONSECA, F., et al. Avaliação em saúde e repercussões no trabalho do agente comunitário de saúde. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 21, n. 3, p. 519-527, 2012.

PARANAGUÁ, T. T. B., et al. As práticas integrativas na estratégia saúde da família: visão dos agentes comunitários de saúde. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 17, n.1, p. 75-80, 2009.

PEREIRA, I. C; OLVEIRA, M. A. C. O trabalho do agente comunitário na promoção da saúde: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 66, n. 3, p. 412-419, 2013.

SANTOS, M. L. D. S; SANTOS, M. L. A educação alimentar e nutricional enquanto estratégia libertadora de promoção de saúde e empoderamento social. **Journal of Multiprofessional Health Research**, v. 2, n. 1, p. 75-84, 2021.

IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO DE EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Amabely Cristina Pacifico[1], Helana Hamze Khamis[1], Joyce Ferreira Aragão de Lima[1], Maguida Paula Mota Silva Machado[1], Raquel Roberta Marques Salvatti[1], Aline Luiza Funr[2], Cássia Regina Bruno Nascimento[3]

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno oferece inúmeros benefícios para mãe e a criança. Nenhum outro alimento ou leite industrializado modificado é capaz de oferecer ao lactente o que há no leite materno. Além de nutrir a criança adequadamente e protegê-la contra diversas doenças, amamentar proporciona a mãe uma recuperação pós-parto mais rápida, maior redução do peso no pós-parto, redução do risco de tumores de mama e ovário, e favorece o vínculo afetivo entre a mãe e a criança (FRANCESCHINI,2018).

São várias evidências sobre os benefícios do aleitamento materno na saúde infantil, em especial na prevenção e na proteção contra doenças infecciosas intestinais e respiratórias, obesidade infantil, além da redução no risco da mortalidade infantil (DEVINCENZI,2019).

Ter uma alimentação saudável nos primeiros anos de vida é fundamental, pois práticas alimentares inadequadas nesse período podem prejudicar a saúde da criança e deixar sequelas, como atraso no crescimento linear, dificuldades de ordem intelectual e maior chance de aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis. Além disso, é no início da vida que são formados os hábitos alimentares, os quais repercutem no estado nutricional e de saúde dos indivíduos por toda a sua existência (FRANCESCHINI,2018).

O Ministério da Saúde (MS) realiza diversas pesquisas e programas para compreender quais os possíveis determinantes de índices tão baixos em nosso país do aleitamento materno exclusivo (BRASIL,2016). Em 2012 foi lançada a Estratégia Amamenta Alimenta Brasil (EAAB), que tem como objetivo qualificar os profissionais da atenção básica para a promoção do aleitamento materno e da alimentação complementar saudável para crianças de zero a

[1] Acadêmico do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Gerente do Serviço de Nutrição e Alimento da Secretaria Municipal de Saúde de Foz do Iguaçu/PR;

[3] Doutorado em Ciências Fisiológica, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

dois de idade (BRASIL,2016).

A Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil qualifica o processo de trabalho dos profissionais da atenção básica no incentivo a promoção do aleitamento materno e da alimentação saudável para crianças menores de dois anos no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Para a realização da estratégia os estados e municípios se organizam para formar os profissionais da atenção básica por meio de duas ações: formação de tutores e oficinas de trabalho na Unidade de Saúde Básica (UBS), onde são desenvolvidas, atividades teóricas e práticas, leituras e discussões de texto, troca de experiência, dinâmicas de grupo, conhecimento da realidade local, sínteses e planos de ação. (BRASIL,2016).

Uma vez que a amamentação não é apenas um ato instintivo, a mulher necessita de apoio para amamentar, pois fatores econômicos, sociais, psicológicos e comportamentais podem influenciar positivamente ou negativamente essa prática. Dessa forma, o agente de saúde deve estar devidamente capacitado para avaliar e respeitar a necessidade individual de cada nutriz (BRASIL,2016).

Diante do programa apresentado pelo governo, o objetivo deste trabalho é realizar uma revisão bibliográfica sobre a importância do trabalho informativo realizado por agentes de saúde para levar o conhecimento às lactantes sobre os benefícios da amamentação.

METODOLOGIA

Foi realizada pesquisa bibliográfica de artigos científicos através de bases de dados: *Scielo* e *Google* Acadêmico. As palavras chaves utilizadas para a pesquisa foram em língua Portuguesa: “Agentes de Saúde”, “Amamentação”, e a combinações “Capacitação” e “Hábitos Alimentares”.

O período de coleta de dados foi estabelecido para artigos publicados de 2001 a 2019, totalizando 18 artigos, e selecionado 10 artigos que obedeciam aos critérios de inclusão e exclusão. Vários trabalhos de prevalência no Brasil foram encontrados, com bons resultados na capacitação de agentes de saúde. Porém, só foram selecionados aqueles que se encaixavam nos critérios estabelecidos. Os critérios de inclusão foram artigos científicos que fornecessem informações sobre capacitação de agentes de saúde e a sua importância no atendimento à saúde da família. Os critérios de exclusão seguiram o fator de relevância em relação ao objetivo do trabalho em questão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os registros de literatura mostram a importância da amamentação, sendo o leite materno o alimento ideal para o bebê tem sido recomendado como alimento exclusivo até os

seis primeiros meses de vida. O aleitamento materno é de extrema importância para a sobrevivência e crescimento do bebê pois atende todas as necessidades nutricionais, imunológicas e emocionais do recém-nascido (MOIMAZ, 2016).

Os resultados mostram que as equipes de saúde são fundamentais para que haja uma relação mais dinâmica entre mãe e filho. As estratégias são de baixo custo e proporcionam melhor impacto na amamentação dos bebês, levando em consideração manuais que auxiliam as mesmas na hora de assimilar as práticas (RELVAS, CALDEIRA,2008).

Almeida (2015) refere em seu trabalho a importância da equipe multidisciplinar como sendo mais eficaz do que apenas envolver um profissional, tornando mais afetivo a implantação das práticas. Juntos, podem se sentir mais capacitados e partilharem conhecimentos e experiências. Esse apoio deve partir de gestões municipais, estaduais e federais, e essas equipes dividirão conteúdos programáticos, melhorando na abordagem do tema nas Unidades de Saúde.

As visitas pós-parto devem ser realizadas antecipadamente, pois quando feitas tardiamente, muitas mulheres se adaptam a culturas e partem de práticas realizados no meio social em que vivem, e a lactante se prende a aprovação desse grupo e deixa de praticar de forma instintiva e biológica (ICHISATO,2001).

Existem várias práticas que atrapalham o desenvolvimento da amamentação, como o uso de chupetas e mamadeiras e a introdução alimentar adiantada. A prevalência do aleitamento e a proporção de tempo que ele dura, está relativamente baixa de acordo cm as recomendações de tempo pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Alguns problemas foram observados, como número de consultas de pré-natal, uso de álcool ou tabaco, tempo da primeira mamada e uso de chupetas e mamadeiras (CHAVES, LAMOUNIER,2007). Tais problemas podem ser minimizados se houver conhecimento das mães sobre as consequências da falta do aleitamento materno ou o desmame precoce, na saúde de seus filhos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, a falta de informação das mães pode afetar na prática alimentar de seus filhos, desde a amamentação até a introdução de alimentos de forma precoce. A Estratégia Amamenta Alimenta Brasil implantada pelo governo no ano de 2012, que visa capacitar os profissionais de saúde para promoção do aleitamento materno e da alimentação complementar, implica na melhoria da saúde das crianças, pois pode contribuir para a

formação de hábitos alimentares saudáveis na infância e evitar muitas comorbidades na fase adulta.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. M.; LUZ, BARROS S. A.; UED, Fábio da Veiga. Apoio ao aleitamento materno pelos profissionais de saúde: revisão integrativa da literatura. **Revista Paulista de Pediatria**, 33(3): 355-362, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. SAÚDE DA CRIANÇA, Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. 2ª edição. Cadernos de Atenção Básica, no 23. Brasília – DF. 2016.

CALDEIRA, A. P.; FAGUNDES, G. C.; AGUIAR, G. N. Intervenção educacional em equipes do Programa de Saúde da Família para promoção da amamentação. **Revista de Saúde Pública**, 42:1027-1233, 2008.

CHAVES, R. G.; LAMOUNIER, J. A.; CÉSAR, C. C. Fatores associados com a duração do aleitamento materno. **Jornal de Pediatria**, 83(3):241-246, 2007.

DEVINCENZI, M. U. et al. O cuidado da mulher na amamentação: vivências e aprendizados. **Revista Ciência em Extensão**, 15(4):107-117, 2019.

FRANCESCHINI, S. C., et al. **Nutrição e saúde da criança**. Editora Rubio, 13ª edição, Revista e Ampliada, São Paulo, 2003. 1 edição. Rio de Janeiro, 2018.

ICHISATO, S. M. T.; SHIMO, A. K. K.. Aleitamento materno e as crenças alimentares. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 9(5):70-76, 2001.

LAMOUNIER, J. A.. O efeito de bicos e chupetas no aleitamento materno. **Jornal de Pediatria**, 79(4):284-286, 2003.

MOIMAZ, S. A. S. et al. Agentes comunitários de saúde e o aleitamento materno: desafios relacionados ao conhecimento e à prática. **Revista CEFAC**, 19(2): 198-212, 2016.

RELVAS, G. R. B.; BUCCINI, G. S.; VENANCIO, S. I. Avaliação do uso de um manual de apoio à implementação da " Estratégia amamenta e alimenta Brasil". **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**. 14:43322, 2019.

VÍTOLO, M. R. et al. Impacto da atualização de profissionais de saúde sobre as práticas de amamentação e alimentação complementar. **Cadernos de Saúde Pública**, 30, p. 1695-1707, 2014.

NUTRIÇÃO E A DOENÇA RENAL CRÔNICA

Camila Thainara dos Passos[1], Diandra Aparecida Dalsoto[1], Ketlyn Leithardt[1], Maria Helena da Silva dos Santos[1], Thainara Cariely Oliveira de Souza[1], Gislene Pinheiro Castanho[2], Ana Manuela Ordoñez[3].

INTRODUÇÃO

A doença renal crônica (DRC) é um problema de saúde pública, que consiste em lesão renal e perda progressiva e irreversível da função dos rins (glomerular, tubular e endócrina), sendo o diagnóstico caracterizado por filtração glomerular reduzida, excreção de albumina aumentada, ou ambos (CASTRO et al., 2017).

Alguns fatores estão associados ao desenvolvimento de DRC: hipertensão arterial, diabete mellitus e histórico familiar são os principais determinantes, indicando risco elevado. A DRC é dividida em seis estágios ou fases, que indicam a taxa de filtração glomerular e a gravidade da doença, sendo o último estágio a insuficiência renal crônica, que leva o paciente à hemodiálise e/ou necessidade de transplante renal (JUNIOR, 2014).

Para o êxito do tratamento da DRC, mudanças no estilo de vida são necessárias, como a prática de exercícios físicos e nutrição adequada. A alimentação tem um papel fundamental e associa-se ao estado de saúde do paciente. Assim, é necessário fazer o ajuste de alguns nutrientes que requerem cuidados especiais como proteína, fósforo, potássio e sódio, respeitando as individualidades clínicas do paciente, assim como suas subjetividades, cultura, aspectos sociais e econômicos (PEREIRA et al., 2020).

A informação é aliada do diagnóstico e tratamento da doença, facilitando no dia a dia e no bem estar do paciente. Assim, este projeto tem como objetivo auxiliar e orientar pacientes com DRC, sobre a importância de uma alimentação adequada no tratamento, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

MATERIAL E MÉTODOS

Com base no levantamento de artigos científicos através de busca nas plataformas

[1] Acadêmicas do Curso de Nutrição do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora Nutricionista da Clínica de Nefrologia, formada pela Faculdade União das Américas, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Nutricionista (Centro Universitário União das Américas), Mestre em Saúde da criança e do adolescente (UFPR), Especialista em Terapia Nutricional (UFPR e BRASPEN). Coordenadora e docente dos cursos de Nutrição e Engenharia de Alimentos Centro Universitário União das Américas.

PubMed e Google Acadêmico, foram selecionados 10 trabalhos publicados no período de 2003 a 2021 com classificação A1 a B3. Para verificação da classificação dos artigos utilizou-se a Plataforma Sucupira.

Na seleção dos artigos foi utilizado como método de inclusão/exclusão a relevância e interesse com o conteúdo a ser incluído na cartilha. Para isso, a seleção se deu a partir de diversos descritores, selecionados na plataforma Descritores em Ciências da Saúde (DECS) como: Doença Renal Crônica; Educação Nutricional; Terapia Nutricional; Alimentação; Nutrição; Micronutrientes.

Primeiramente, foi elaborado um primeiro esboço da cartilha informativa e entregue à Nefroclínica de Foz do Iguaçu, para verificação e validação dos dados, como forma de garantir a veracidade e relevância dos mesmos, além da aprovação para distribuição entre os pacientes que realizam tratamento no local.

Aprovado o esboço, a cartilha (Figuras 1 e 2) foi aprimorada, finalizada e entregue aos pacientes da Nefroclínica de Foz do Iguaçu.

Figura 1. Ilustração da cartilha informativa distribuída aos pacientes que realizam tratamento dialítico em uma Nefroclínica da cidade de Foz do Iguaçu.

Figura 2. Ilustração da cartilha informativa sobre Doença Renal Crônica distribuída aos pacientes que realizam tratamento dialítico em uma Nefro clínica da cidade de Foz do

Iguaçu.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A cartilha aborda temas que abrangem a ingestão de alguns nutrientes-chave no tratamento dialítico como a proteína, o sódio, potássio, fósforo e líquidos.

A intervenção nutricional no doente em hemodiálise tem como objetivo fornecer proteína suficiente para compensar as perdas dialíticas de ácidos aminoácidos essenciais, manter o balanço nitrogenado e prevenir o excesso de acumulação de produtos tóxicos (MIRA et al., 2017). As perdas de nutrientes durante o procedimento hemodialítico podem ser um fator importante para a desnutrição, uma vez que são perdidos, primariamente, aminoácidos, peptídeos e vitaminas hidrossolúveis. Dessa forma, a recomendação proteica é de 1,2 g/kg/dia e tem o objetivo de manter o balanço nitrogenado positivo ou neutro, podendo ser maior dependendo do nível de estresse e das necessidades metabólicas aumentadas do paciente (PINTO et al., 2020).

O aporte de fósforo deve ser limitado, para controlar a hiperfosfatemia e minimizar a osteodistrofia renal, complicações frequentes nesses pacientes. Está também relacionado com risco de doença cardiovascular, calcificação vascular e calcificação de tecidos moles, inclusive do coração, dos pulmões, dos rins e das articulações. Desse modo a adequação e quantificação do fósforo proveniente da alimentação assume um papel preponderante na prevenção e tratamento da hiperfosfatemia em pacientes submetidos ao tratamento dialítico (MIRA et al., 2017).

Alguns outros alimentos com teor elevado de fósforo devem ser limitados como os lacticínios, os alimentos processados, miúdos e as vísceras, conservas e enlatados, leguminosas secas, frutos oleaginosos, alimentos integrais, bolachas, bolos e produtos de pastelaria, gelados de leite e refrigerantes (MIRA et al., 2017). A recomendação dietética de fósforo é de 800 a 1.000 mg/dia e deve ser individualizada, pois depende de fatores como fase da doença, uso de calcitriol, tipo de doença óssea e concentração sérica de fósforo (PINTO et al., 2020).

O equilíbrio dos níveis de potássio deve exigir um cuidado especial por parte do Nutricionista, uma vez que a hiperglicemia pode causar arritmia ou mesmo infarto agudo do miocárdio. O potássio está presente em quase todos os alimentos, mas é amplamente conhecido por estar em maior concentração nas frutas, hortifrutis, tubérculos, leguminosas e também em alguns alimentos de origem animal (MIRA et al., 2017).

Nesse sentido, deve-se orientar ao paciente algumas medidas fáceis que o ajudarão a remover potássio dos alimentos. A fervura dos alimentos causa a sua desmineralização e, consequentemente, diminui o conteúdo de potássio, sódio e cálcio dos alimentos, tanto vegetais como animais. A fervura dos alimentos em duas águas com a rejeição da primeira água passados cerca de 10 minutos, vai otimizar a perda de potássio dos alimentos para cerca de metade do valor inicial (MIRA et al., 2017).

A restrição de sódio e líquidos é essencial para o controle da pressão sanguínea, do volume extracelular e para evitar ganhos de peso excessivos entre as sessões de diálise. Além da água, todo o tipo de bebidas (suco, leite, iogurte líquido, café, chá, entre outros), as sopas e os alimentos que são líquidos, devem ser contabilizados para o cálculo do volume de líquidos ingeridos diariamente. Existem algumas estratégias para ajudar a controlar a sensação de sede e evitar a ingestão de líquidos, tais como: congelar rodelas de limão, mastigar pastilhas e gomas, escovar os dentes e a língua, bochechar a boca com água morna, utilizar uma garrafa pequena de forma a controlar a quantidade de líquidos e evitar alimentos com elevado teor de açúcar, assim como de sódio. Este último deve ser também preferencialmente substituído por ervas aromáticas e especiarias no uso culinário (MIRA et al., 2017).

NUTRIÇÃO NA GESTAÇÃO

Brendha Chavez Xavier[1], Diandra Aparecida Dalsoto[1], Camila Thainara dos Passos[1], Ketlyn Leithardt[1], Maria Helena da Silva Santos[1], Cassia Regina Bruno Nascimento[2], Tânia Becker[3]

INTRODUÇÃO

A maternidade é um evento importante na vida das mulheres. No entanto, tem um significado diferente para uma mulher que se torna mãe na idade da educação escolar inicial, do que para uma mulher que se torna mãe em um estágio posterior da vida (RUSZKIEWICZ, 2012).

As vulnerabilidades a que gestantes adolescentes estão expostas reforçam a necessidade de captação precoce pelo serviço de pré-natal, ainda no primeiro trimestre de gestação, bem como a indissociabilidade entre este cuidado e o parto, que deve ser levada em consideração pelos gestores em saúde. A chegada tardia na atenção pré-natal dificulta o seguimento dos protocolos, colocando em risco o acesso aos cuidados preconizados, podendo ampliar as chances de resultados adversos (ALMEIDA, 2020).

No Brasil, ocorreu queda de 13,5% de nascidos vivos (NV) de mães adolescentes (10 a 19 anos) nos últimos dez anos. Essa redução foi notada em todas as regiões brasileiras, entre mães de 15 e 19 anos. O número de NV aumentou 5,0% entre aquelas de 10 a 14 anos na Região Norte e foi reduzido nas demais regiões, sendo maior no Sul (18,0%). A taxa de fecundidade específica de 15-19 anos diminuiu de 70,9/1.000 para 61,8/1.000 no período. A proporção de NV se associa inversamente ao Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), exceto no Nordeste, onde ocorreu importante redução, 18,0% entre as mães de 15 a 19 anos, e de 2% entre 10 e 14 anos (MONTEIRO, 2019).

As mudanças fisiológicas durante a gravidez resultam em mudanças nas necessidades nutricionais. Durante as primeiras 2–8 semanas de gravidez, ocorre o

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Doutora em Ciências Fisiológicas, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Professora e pedagoga da Escola Municipal - Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

crescimento básico do feto e o estado nutricional da mãe afeta o desenvolvimento embrionário inicial, a organogênese e o desenvolvimento neural. Durante o segundo e terceiro trimestre, os nutrientes fetais se acumulam para serem usados após o nascimento, portanto, é fundamental ter um suprimento adequado de todos os nutrientes essenciais (BELUSKA-YURKAN, 2019).

A importância de manter uma alimentação saudável e variada antes e durante a gravidez não deve ser subestimada. As deficiências nutricionais durante a gravidez continuam a ser uma preocupação de saúde pública, particularmente em populações desfavorecidas e de alto risco, mas a qualidade variável das evidências atuais torna a extensão total de sua carga difícil de quantificar. Além disso, estudos em grande escala e robustos durante a pré-concepção e durante a gravidez são necessários para avaliar todas as consequências das deficiências de macronutrientes e micronutrientes nos resultados da gravidez. Assim como, há necessidade de esclarecer o impacto potencial das intervenções nutricionais na melhoria desses resultados (MOUSA,2019).

Diante da necessidade de informação dos cuidados nutricionais na gestação, o objetivo deste trabalho é desenvolver material que leve orientações nutricionais para gestantes adolescentes atendidas pela guarda-mirim da cidade de Foz do Iguaçu/PR.

METODOLOGIA

A guarda-mirim de Foz do Iguaçu atende seis gestantes adolescentes com demanda para orientação nutricional.

Através do aplicativo *WhatsApp* foi criado um grupo composto pelas gestantes adolescentes e cinco alunos do Projeto Integrador de Extensão da UniAmérica. Foram desenvolvidos 18 infográficos e um vídeo com informações nutricionais que envolvem os nutrientes: folato, vitamina A, vitaminas do complexo B_1, B_2, B_3, B_6, B_{12}, vitamina C, D, E, cálcio, iodo, ferro, zinco, assim como o álcool e a cafeína. O tema sobre a importância da amamentação também foi abordado no material.

As informações foram enviadas diariamente durante três semanas nos meses de abril e maio de 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os infográficos (Figura 1) apresentam informações sobre amamentação e os nutrientes: folato, vitamina A, vitaminas do complexo B (B_1, B_2, B_3, B_6, B_{12}), Vitamina C, D, E, cálcio, iodo, ferro, zinco, além de álcool e cafeína. O vídeo (Figura 2) apresenta as

informações nutricionais com os mesmos nutrientes, com exceção da amamentação. O vídeo foi desenvolvido no aplicativo *PowToon*, com duração de 2m08s, e realizado o *download* para ser disponibilizado no grupo.
(link https://www.youtube.com/watch?v=IZXoExVoDq8)

(A) (B) (C)

Figura 1. Três infográficos apresentados em grupo de *WhatsApp* de gestantes adolescentes atendidas pela guarda-mirim de Foz do Iguaçu/PR. (A) Infográfico com informações sobre cálcio; (B) Infográfico com informações sobre ácido fólico; (C) Infográfico com informações sobre zinco.

Figura 2. Vídeo apresentado em grupo de *WhatsApp* de gestantes adolescentes atendidas guarda-mirim de Foz do Iguaçu/PR.

Os assuntos abordados nos infográficos foram os nutrientes citados acima, destacando a importância de cada um deles para uma gestação mais saudável. O folato é essencial para a gestação saudável, contribui para evitar anemia, parto prematuro e depressão pós-parto da mãe, além de ser o nutriente mais importante para a formação da medula espinhal e do cérebro do bebê. A deficiência de folato resulta no acúmulo de homocisteína, o que pode aumentar o risco de resultados adversos, incluindo pré-eclâmpsia

e anomalias fetais (MOUSA, 2019).

A vitamina A é necessária durante a gravidez para apoiar o crescimento e a manutenção dos tecidos do feto e para fornecer reservas fetais e auxiliar no metabolismo materno. Já as vitaminas do complexo B são essenciais devido ao aumento das necessidades de energia e proteína, principalmente durante o terceiro trimestre. A vitamina C reduz o risco de pré-eclâmpsia, assim como a vitamina D. A vitamina D reduz o risco de anemia materna auxiliando na absorção do ferro, na cicatrização e no crescimento normal, o feto depende totalmente dos estoques maternos de vitamina D para seu desenvolvimento (MOUSA, 2019).

Por sua vez, a vitamina E evita o estresse oxidativo, que nos bebês podem causar doenças crônicas no pulmão, no coração e em outros órgãos, é um antioxidante que ajuda a proteger as células. O cálcio contribui para a formação do esqueleto do bebê, auxilia na formação do feto e na regulação dos batimentos cardíacos. Já o iodo mantém equilibrados os processos metabólicos de crescimento e desenvolvimento do cérebro e do sistema nervoso do bebê, uma ingestão adequada de iodo está ligada a uma menor probabilidade de experimentar efeitos adversos associados ao hipertireoidismo pós-parto (MOUSA, 2019).

Por fim, o ferro e o zinco, o primeiro é um nutriente e cofator vital para a síntese de hemoglobina e mioglobina, bem como para várias funções celulares, incluindo transporte de oxigênio, respiração, crescimento, regulação gênica e o funcionamento adequado de enzimas dependentes de ferro, sua deficiência é associada a um maior risco de nascimento prematuro, bebês com baixo peso ao nascer ou pequenos para a idade gestacional, função materna prejudicada e defesas diminuídas contra infecções, bem como desenvolvimento psicomotor anormal e função cognitiva na infância. O segundo, é um importante componente catalítico de mais de 200 enzimas e componente estrutural de vários nucleotídeos, proteínas e hormônios. A deficiência de zinco na gravidez foi associada a imunidade prejudicada, trabalho de parto prolongado, partos prematuros e pós-termo, retardo de crescimento intrauterino, baixo peso ao nascer e hipertensão induzida pela gravidez (MOUSA, 2019).

Além desses nutrientes importantes, foi ressaltado o cuidado com o consumo de álcool e cafeína, e a importância de evitá-los durante a gestação. O consumo excessivo de cafeína pode promover vasoconstrição nas circulações uterina e placentária e aumentar a frequência cardíaca fetal e arritmias, com efeitos potencialmente prejudiciais no crescimento e desenvolvimento fetal. O álcool por sua vez, aumenta os riscos de aborto espontâneo no primeiro trimestre, parto prematuro e bebês pequenos para a idade gestacional (MOUSA, 2019).

Não houve interação por parte das adolescentes no grupo do *WhatsApp*, porém não houve saída voluntária, com todas permanecendo no grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O material disponibilizado contém informações que envolvem todos os nutrientes mais importantes para a boa gestação, necessários para o desenvolvimento fetal adequado e sem prejuízos à saúde da mãe.

Espera-se que com as informações fornecidas, as adolescentes gestantes possam ter maior atenção em sua alimentação e assim garantir uma gestação saudável e de melhor qualidade, com um desenvolvimento e crescimento adequado do bebê.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. H. V., et al*. Prematuridade* e gravidez na adolescência no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 36(12): 2011-2012, 2020.

MONTEIRO, D. L. M., et al., Adolescent pregnancy trends in the last decade. **Revista da Associação Médica Brasileira**, 65(9), 2019.

BALANDA-BALDYGA, A., et al., Attitudes of teenage mothers towards pregnancy and childbirth, **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(4): 1411, 2020.

MOUSA, A.; NAQASH, A.; LIM, S. Macronutrient and micronutrient intake during pregnancy: An overview of recent evidence, **Nutrients**, 11(2): 443, 2019.

ORIENTAÇÕES ALIMENTARES PARA 5º COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR

Camila Thainara dos Passos[1] Carla Cristina da Silva[1], Luan Matheus dos Santos Rodrigues[1], Luciana Ingrid Farias[1], Patricia Sayuri Nagai[1], Sidnei Francisco Dellani[2], Paula Manfredi[3]

INTRODUÇÃO

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um programa muito importante pois diminui a evasão dos alunos nas escolas, uma vez que proporciona uma alimentação saudável que visa atender as necessidades diárias (FERREIRA; ALVES; MELLO, 2019). Apesar de ser um programa que visa o atendimento de todos os alunos, a realidade escolar pode ser outra. Em um estudo feito por Cesar et. al (2020), foram destacados alguns motivos que levam os alunos a não consumirem a alimentação escolar. Dentre eles estão o tempo demorado de espera em fila e intervalo muito curto.

Apesar de o início do PNAE ter se dado na década de 1950, foi somente no ano de 2003 que os nutricionistas passaram a integrar a coordenação geral do programa no âmbito federal (NOGUEIRA et.al., 2016). A atuação do nutricionista no PNAE vai da elaboração do cardápio, a realização de testes de aceitabilidade, monitoramento do estado nutricional, até a participação em órgãos de planejamento, gestão e execução (CHAVES et.al., 2013). Porém, atualmente é possível observar ainda escolas sem a supervisão e direcionamento de um profissional da nutrição, como o 5º Colégio da Polícia Militar de Foz do Iguaçu, uma instituição de ensino fundamental e médio da Polícia Militar do Paraná, que possui vínculo com a Secretaria Estadual de Educação.

O 5º Colégio da Polícia Militar apresentou uma demanda em relação à dificuldade de montar cardápios saudáveis e atrativos para os alunos com os produtos disponíveis. O objetivo desse projeto é criar um guia com informações para auxiliar a montagem de cardápios no dia a dia da escola. Adicionalmente, foi desenvolvido um e-book com receitas adaptadas à realidade da escola.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Graduado em segurança pública, policial militar do estado do Paraná, soldado auxiliar da divisão administrativa do 5º Colégio da Polícia Militar do Paraná.
[3] Nutricionista. Docente do curso de Nutrição do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Buscando atender as necessidades nutricionais dos mais de 900 alunos do 5º Colégio da Polícia Militar de Foz do Iguaçu, foi elaborado um guia de receitas práticas e fáceis, além de dicas para montagem e elaboração das refeições servidas.

Por se tratar de uma instituição pública de ensino, o 5º CPM de Foz do Iguaçu segue as normas do governo estadual do Paraná em conjunto com as diretrizes do PNAE para o recebimento dos alimentos.

No 5º CPM o recebimento dos alimentos acontece da seguinte forma, duas vezes ao ano o colégio recebe os alimentos não perecíveis, como macarrão, arroz, etc., semanalmente recebe a parte de verduras e hortaliças, da agricultura local e de forma irregular recebe as carnes, causando um problema de gerenciamento.

Para compreender o funcionamento da cozinha do colégio foi feita uma visita no local, averiguando a parte de estoque, o ambiente, o armazenamento dos alimentos e as principais queixas e dificuldades encontradas no local.

Após a visita, entendendo as principais dificuldades e conhecendo o estoque e disponibilidade dos alimentos, foi elaborado um guia de receitas com os alimentos disponíveis no colégio, apresentando possíveis substituições para serem feitas a depender dos alimentos de acesso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Pela disponibilidade de insumos ser incerta, foi compreendido que a melhor forma de auxiliar o colégio seria na montagem de uma cartilha informativa, que busca orientar os colaboradores do colégio a montar refeições nutritivas com as opções recebidas.

Portanto, foi elaborado e apresentado ao colégio uma cartilha (figura 1) com opções de receitas salgadas e doces, guia de montagem de cardápios e uma opção de cardápio semanal (figura 2), levando em consideração os insumos disponíveis.

Figura 1. Guia de montagem de cardápios + RECEITAS

Figura 2. Opção de cardápio semanal

Para a montagem de cardápios, um desafio que surge é adequação nutricional das refeições oferecidas na escola. O PNAE estabelece que 20% das necessidades nutricionais diárias dos alunos, deve ser oferecido para os matriculados na educação básica. Segundo o estudo de (VERLY-JUNIOR et.al, 2021) “é improvável a obtenção de cardápios que atendam a todas as normas do PNAE”.

Apesar disso, ações devem ser realizadas para que os alunos tenham uma alimentação mais saudável e nutritiva possível. Práticas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) podem ser aplicadas a fim de estimular os alunos a fazerem escolhas mais saudáveis, ou ainda não evitar de consumir alimentos *in natura* quando ofertados junto à merenda escolar. Estas práticas são previstas pelo PNAE, apesar de parecer haver uma lacuna entre o que é recomendado pelo programa e o que é executado nas escolas. Ainda, a

predominância na abordagem tradicional destas práticas pode ser um fator limitante para a construção do conhecimento. (SILVA et al, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, as orientações elaboradas durante o projeto auxiliou de forma didática os responsáveis pela alimentação dos alunos nessa instituição de ensino público. Ainda, com base nos dados coletados e no projeto desenvolvido, podemos observar como a alimentação nas escolas públicas brasileiras é desafiadora. A incerteza em relação à disponibilidade dos insumos é uma das principais dificuldades que essas instituições passam diariamente. Planejar e preparar as refeições é um trabalho que se torna ainda mais difícil quando há recebimento irregular de insumos ou quantidades inadequadas de alguns alimentos.

REFERÊNCIAS

CESAR, Josiane Tiborski *et al*. Adesão à alimentação escolar e fatores associados em adolescentes de escolas públicas na região Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 3, p. 977-988, mar. 2020. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020253.10742018

CHAVES, Lorena Gonçalves et al. Reflexões sobre a atuação do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 917-926, 2013. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/med/assets/csc/v18n4/03.p>. Acesso em: dia 13 set. 2021.

FERREIRA, Helen Gonçalves Romeiro; ALVES, Rodrigo Gomes; MELLO, Silvia Conceição Reis Pereira. O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE): ALIMENTAÇÃO E APRENDIZAGEM. **Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro**, [S.l.], v. 22, n. 44, p. 90-113, abr. 2019. ISSN 2177-8337. Disponível em: <http://revistaauditorium.jfrj.jus.br/index.php/revistasjrj/article/view/150>. Acesso em: 13 set. 2021. doi: https://doi.org/10.30749/2177-8337.v2n44p90-113.

NOGUEIRA, Rosana Maria; BARONE, Bruna; BARROS, Thiara Teixeira de; GUIMARÃES, Kátia Regina Leoni Silva Lima de Queiroz; RODRIGUES, Nilo Sérgio Sabbião; BEHRENS, Jorge Herman. Sixty years of the National Food Program in Brazil. **Revista de Nutrição**, [S.L.], v. 29, n. 2, p. 253-267, abr. 2016. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1678-98652016000200009. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rn/a/LxDxW9GNSt7x5LFydzKbMgH/?lang=en. Acesso em: 13 set. 2021.

VERLY-JUNIOR, Eliseu *et al*. Viabilidade no atendimento às normas do Programa Nacional de Alimentação Escolar e sua relação com custo dos cardápios. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, p. 749-756, fev. 2021.

ORIENTAÇÕES PARA MANUSEIO, HIGIENE E PREPARO CORRETOS DE DIETAS ENTERAIS PARA PACIENTES ACAMADOS E EM ALTA HOSPITALAR

Debora Luiza Nogueira [1], Kauany Aparecida dos Santos Batista [1], Marcela da Silva [1], Marcelo Pavelski Caldani [1], Monali Fernanda Lopes de Oliveira [1], Aline Luiza Führ [2], Paula Manfredi [3]

INTRODUÇÃO

A terapia nutricional enteral domiciliar (TNED) é indicada quando há restrição de utilização da via oral para alimentação. Por motivo de traumas, neoplasias, distúrbios neurológicos, neurodegenerativos, alterações no processo de deglutição e problemas de má absorção. O suporte nutricional enteral objetiva manter ou recuperar o estado nutricional do paciente, quando o paciente não atinge pelo menos 70% de suas necessidades nutricionais diárias (GRAMLICH; MUNDI, 2018).

Os usuários de terapia de nutrição enteral (TNE) que se encontram internados devem ser orientados sobre a forma de administração da dieta no domicílio, preferencialmente com até 72 horas de antecedência da alta hospitalar. Importante essa antecedência, para poderem se planejar e organizar o ambiente domiciliar para conferir boas práticas de TNED. Esse cenário ainda não é perfeito, pois o profissional responsável pela alta utiliza linguagem técnica, o que dificulta o entendimento do paciente e seus familiares. Além disso, há situações em que apenas é entregue a orientação de alta, não considerando o grau de instrução do cuidador no entendimento das informações (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016).

O preparo da dieta enteral artesanal, quer seja no ambiente hospitalar ou domiciliar, sofre alternância na composição em virtude dos ingredientes que a compõem, uma vez que esta é preparada de acordo com os alimentos frescos usualmente consumidos pela família, tendo como benefício a redução de custos, a contribuição para diminuição dos efeitos colaterais dos medicamentos, a manutenção do estado nutricional, além de permitir que o paciente receba a TNE em domicílio, prevenindo dos riscos do ambiente hospitalar e a alternância de leitos (BENTO et al., 2017; CUTCHMA et al., 2016; MENEGASSI et al., 2007).

Pela problemática apresentada, o objetivo do projeto foi elaborar materiais explicativos

[1] Acadêmicos do curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – Uniamerica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor Aline Luiza Führ, graduada na UFFS, residente na UNILA, mestre em Ciências de Alimentos na UEM, nutricionista clínica, coordenadora na Secretaria Municipal de Saúde, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Paula Manfredi, mestre em Envelhecimento Humano, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: paula.manfredi@uniamerica.br

aos cuidadores e familiares de pacientes acamados que necessitam de nutrição enteral objetivando orientá-los no que diz respeito à higiene e manuseio necessários e corretos desta dieta.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para constituição dos materiais explicativos foi realizada pesquisa de artigos científicos nacionais, em língua portuguesa, na base de dados SciELO e Google Acadêmico, utilizando as palavras-chave: nutrição enteral, dietas enterais artesanais, pacientes acamados. Foram selecionados 10 artigos científicos e consulta nos materiais utilizados pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Foram elaborados 5 vídeos a partir das mesmas informações, através do programa/site Powtoon. A cartilha que contem 64 páginas e foi elaborada no Canva e ambos estarão disponíveis para os cuidadores/familiares, e serão publicados no site da Secretaria de Atenção Básica de Foz do Iguaçu.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O resultado deste trabalho foi a elaboração da cartilha e de quatro vídeos explicativos em formato de animação, com os seguintes temas: Higiene do manipulador de dietas enterais, Higiene do local de preparo e Manipulação de dietas enterais, Higiene de utensílios e sonda utilizados na introdução de dietas enterais, além do Posicionamento correto do paciente para introdução da dieta enteral.

Além dos vídeos, foi elaborada uma cartilha explicativa, composta por 64 páginas intitulada Cartilha de Orientação Nutricional Enteral Domiciliar – Informações aos pacientes e cuidadores, onde também contém informações e orientações sobre como manusear, higienizar e preparar dietas enterais artesanais, com o intuito de ajudar cuidadores, familiares e até mesmo aos pacientes, para que não haja qualquer tipo de contaminação das respectivas dietas e do paciente. A imagem da capa da cartilha elaborada está disponível na figura 1.

Figura 1. Capa da cartilha de Orientação Nutricional Enteral Domiciliar – Informações aos pacientes e cuidadores.

O manipulador de alimentos é qualquer pessoa que entra em contato direto ou indireto com o alimento, preparando os alimentos. O responsável deve manter sempre as unhas limpas, curtas, sem esmalte ou base. É proibido o uso de adornos para evitar a contaminação dos alimentos a partir dos microrganismos. Os cabelos devem estar presos dentro de toucas ou lenços para evitar a queda de fios sobre os alimentos. A higienização das mãos deve ser sempre realizada: antes e após manipular alimentos, antes de começar qualquer atividade na cozinha, após utilizar o banheiro. A higiene de ambientes (pisos, paredes, portas, ralos, janelas, banheiros etc.) deve ser realizada da seguinte forma: remover a sujeira, lavar com detergente neutro e, com o auxílio de esponja específica para essa atividade, enxaguar com água corrente, retirar o excesso de água com auxílio de rodo, desinfetar com solução clorada para ambientes. Preparo da solução clorada: 01 Colher de sopa de água sanitária para cada litro de água (FERNANDES, *et al*., 2015).

A higiene dos alimentos manipulados é importante para garantir a saúde das pessoas que irão consumi-los. Os alimentos devem estar livres de sujidades visíveis e não visíveis a olho nu, contaminações e deterioração por microrganismos (FERNANDES, *et al*., 2015).

A lavagem da sonda de alimentação enteral é feita com objetivo de prevenir a obstrução e contaminação microbiológica da mesma, devido a resíduos alimentares ou acúmulo de medicamentos aderidos à sua parede. Além disso, a água veiculada proporciona hidratação ao indivíduo em uso de terapia enteral domiciliar (LAIS, *et al*., 2018).

Para a administração da dieta enteral, alguns cuidados devem ser tomados relacionados ao posicionamento do paciente. Se o paciente estiver acamado, elevar a cabeceira da cama em 45 graus antes de iniciar o gotejamento da dieta, administrar a dieta lentamente, sendo recomendado um tempo de no mínimo 1 hora. Manter a cabeceira da cama elevada por, pelo menos, 30 minutos após a administração da dieta para evitar regurgitações, aspirações e

vômitos. Se o paciente não estiver acamado, mantê-lo sentado durante toda a administração da dieta e após a mesma por 20 a 30 minutos. (MENEZES; FORTES, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, em relação ao problema apresentado e diante das pesquisas realizadas, a criação da cartilha e vídeos explicativos podem ser utilizados como alternativa para a manutenção das informações aos cuidadores de pacientes em terapia nutricional enteral, foi constatado a dificuldade que os cuidadores de pacientes em terapia nutricional enteral apresentam quando esse paciente recebe alta hospitalar, destacando-se o fato de que as orientações recebidas no hospital podem ser insuficientes.

REFERÊNCIAS

BENTO, A. P. L.; GARCIA, R. W. D.; JÚNIOR, A. A. J. Dieta enteral manipulada com alimentos com qualidade nutricional e baixo custo. Rev. Nutri., São Paulo, 2017.

CUTCHMA, G. et al. Fórmulas alimentares: influência no estado nutricional, condição clínica e complicações na terapia nutricional domiciliar. Nutr. clín. diet. hosp., Paraná, v. 36, n.2, p. 45-54, fev. 2016.

FERNANDES, L.; GUIMARÃES, M.P.S.; FERNANDES, A.S. OMENU - Reservatório de Metabolismo e Nutrição. Universidade Federal de Minas Gerais. Cartilha sobre Aperfeiçoamento em Boas Práticas de Manipulação e Conservação de Alimentos, 2015.

GRAMLICH, L.; JIN, J.; MUNDI, M.S. Home enteral nutrition: towards a standard of care. Nutrients. [Internet]. 2018.

LAIS, L.L.; VALE, S.H.L. (organizadoras). Guia de Nutrição Enteral Ambulatorial e Domiciliar. Elaborada por Verônica Pinheiro da Silva CRB-15/692.Natal: Edição do Autor, 2018. 79 p.: il.

MENEGASSI, B. et al. Características físico-químicas e qualidade nutricional de dietas enterais não-industrializadas. Alim. Nutri., São Paulo,v.18, n.2, p. 127-132, 2007.

MENEZES, C.S.; FORTES, R.C. Livro Manual de orientações sobre Terapia Nutricional Enteral Domiciliar: Informações aos pacientes e cuidadores, v. 2 n. 2 (2018): Portal de Livros Abertos da Editora JRG.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada e Temática. Manual de terapia nutricional na atenção especializada hospitalar no âmbito do Sistema Único de Saúde – SUS [Internet]. – Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

SANTOS, V. F. N.; BOTTONI, A.; MORAIS, T. B. Qualidade nutricional e microbiológica de dietas enterais artesanais padronizadas preparadas nas residências de pacientes em terapia nutricional domiciliar. Rev. Nutr. v. 26 n. 2, p. 205-214, 2013.

PROJETO DE PESQUISA SOBRE O PERFIL ALIMENTAR DAS CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS EM UBS DO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU – PARANÁ

Daiane Melo Lima[1], Larissa Natalia Chauvet Otremba[1], Thielen Alves Maciel[1], Vanessa Correia Favarinl[1], Sirlei Patricia de Souza [2], Cassia Regina Bruno Nascimento[3]

INTRODUÇÃO

A amamentação além de promover uma maior interação entre mãe e filho traz diversos benefícios de saúde para ambos, como físico, fisiológico, cognitivo e emocional para o bebê, atuando diretamente no melhor desenvolvimento e contribuindo de maneira física e psíquica para a mãe (BRASILa, 2009).

Embora seja de suma importância para o desenvolvimento e saúde do bebê, as taxas de aleitamento materno no Brasil ainda estão muito abaixo do recomendado e isto pode ocorrer por diversos motivos, como a falta de informação ou rede de apoio por parte da família com a puérpera e o bebê, ou até mesmo pela falta de capacitação dos profissionais que os atendem (BRASILa, 2009).

Como recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo Ministério da Saúde, o aleitamento materno deve ocorrer de maneira exclusiva até os 6 meses e complementar até os dois anos de idade (BRASILa, 2009).

Com o índice de aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade muito abaixo do recomendado, muitas mães acabam incluindo na alimentação do seu filho alimentos como água, chá, açúcares, leite em pó industrializado ou de origem animal, neste mesmo período (OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Além da interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo, existe a prática de uma introdução alimentar inadequada que ocorre dos seis meses até os dois anos de idade, em que envolve inclusive a oferta de alimentos industrializados para estas crianças

[1] Acadêmicas do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, de Foz do Iguaçu/PR;

[2] Mestre em Tecnologia de Alimentos, de Foz do Iguaçu/PR;

[3] Doutora em Fisiologia, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, de Foz do Iguaçu/PR.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

(OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Uma maneira de avaliar o consumo alimentar destas crianças relacionadas às práticas de aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementar até os dois anos de idade da Atenção Básica de Saúde é utilizar o Marcador de Consumo Alimentar (MCA) do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) (GONÇALVES *et al.*, 2019).

Através da aplicação do MCA do SISVAN, é possível avaliar como está o padrão alimentar individual e coletivo da população da Atenção Básica de Saúde atendida, conhecer seus bons e maus hábitos alimentares e promover ações que visem à melhoria na qualidade da alimentação desta população (BRASILb, 2015).

Conhecer a alimentação do indivíduo ou do coletivo e promover ações que visem a melhoria na qualidade destas alimentações nada mais é do que uma maneira de melhorar as outras ações que visam a prevenção e tratamento de doenças, como as doenças crônicas não transmissíveis, que são realizadas diariamente nas Atenções Básicas de Saúde (BRASILb, 2015).

Desta maneira, o presente trabalho tem como objetivo desenvolver projeto de pesquisa para realização da aplicação do MCA do SISVAN em crianças de zero a 24 meses, nas Unidades Básicas de Saúde – UBS do município de Foz do Iguaçu – Paraná, com o intuito de avaliar às práticas de aleitamento materno exclusivo e qualidade da alimentação complementar ofertada a estas crianças.

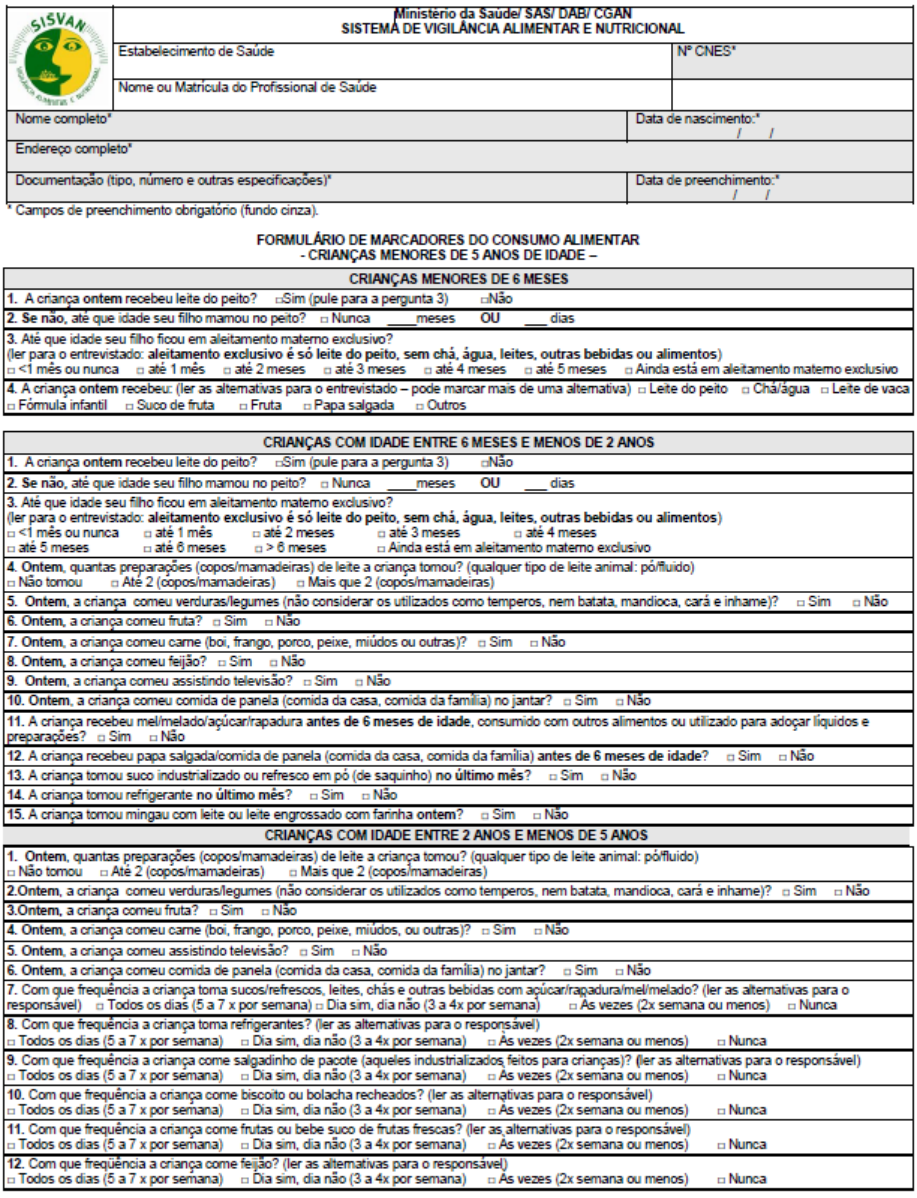
METODOLOGIA

Trata-se de um projeto de pesquisa, com base inquisitiva, objetivando averiguar os indicadores positivos e negativos de consumo alimentar fornecidos pelo MCA (Figura 1), em crianças menores de dois anos. O projeto de pesquisa será desenvolvido no período de junho, julho e agosto de 2021, para ser submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) envolvendo seres humanos do Centro Universitário União das Américas, em agosto de 2021.

A pesquisa apresentada utilizará como instrumento um formulário que identifica os dados do cidadão atendido pelo Cartão Nacional de Saúde, o local onde o atendimento é realizado e um conjunto de perguntas dinâmicas, correspondentes à idade da criança e organizadas em blocos com preenchimento obrigatório, e sua aplicação se dá em âmbito da Atenção Básica e levanta os alimentos consumidos pela criança no dia anterior.

Quanto à prática alimentar de crianças menores de seis meses, o MCA avalia se o aleitamento materno exclusivo está ocorrendo, e no caso de introdução alimentar precoce, identifica quais são os alimentos ofertados. Em relação à prática alimentar que compreende a idade dos seis aos 23 meses, o MCA avalia a continuidade do aleitamento materno, o consumo de carboidratos (arroz, batata, inhame, mandioca, farinha ou macarrão), feijão,

carnes, hortaliças, frutas, iogurte, bem consumo o consumo de alimentos ultraprocessados. Pretende-se coletar os dados no segundo semestre de 2021, após a aprovação da pesquisa pelo CEP.



Ministério da Saúde/ SAS/ DAB/ CGAN
SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Estabelecimento de Saúde	Nº CNES*
Nome ou Matrícula do Profissional de Saúde	
Nome completo*	Data de nascimento:* / /
Endereço completo*	
Documentação (tipo, número e outras especificações)*	Data de preenchimento:* / /

* Campos de preenchimento obrigatório (fundo cinza).

FORMULÁRIO DE MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR
- CRIANÇAS MENORES DE 5 ANOS DE IDADE –

CRIANÇAS MENORES DE 6 MESES

1. A criança **ontem** recebeu leite do peito? □Sim (pule para a pergunta 3) □Não
2. **Se não**, até que idade seu filho mamou no peito? □ Nunca ____meses **OU** ___ dias
3. Até que idade seu filho ficou em aleitamento materno exclusivo?
(ler para o entrevistado: **aleitamento exclusivo é só leite do peito, sem chá, água, leites, outras bebidas ou alimentos**)
□ <1 mês ou nunca □ até 1 mês □ até 2 meses □ até 3 meses □ até 4 meses □ até 5 meses □ Ainda está em aleitamento materno exclusivo
4. A criança **ontem** recebeu: (ler as alternativas para o entrevistado – pode marcar mais de uma alternativa) □ Leite do peito □ Chá/água □ Leite de vaca □ Fórmula infantil □ Suco de fruta □ Fruta □ Papa salgada □ Outros

CRIANÇAS COM IDADE ENTRE 6 MESES E MENOS DE 2 ANOS

1. A criança **ontem** recebeu leite do peito? □Sim (pule para a pergunta 3) □Não
2. **Se não**, até que idade seu filho mamou no peito? □ Nunca ____meses **OU** ___ dias
3. Até que idade seu filho ficou em aleitamento materno exclusivo?
(ler para o entrevistado: **aleitamento exclusivo é só leite do peito, sem chá, água, leites, outras bebidas ou alimentos**)
□ <1 mês ou nunca □ até 1 mês □ até 2 meses □ até 3 meses □ até 4 meses
□ até 5 meses □ até 6 meses □ > 6 meses □ Ainda está em aleitamento materno exclusivo
4. **Ontem**, quantas preparações (copos/mamadeiras) de leite a criança tomou? (qualquer tipo de leite animal: pó/fluido)
□ Não tomou □ Até 2 (copos/mamadeiras) □ Mais que 2 (copos/mamadeiras)
5. **Ontem**, a criança comeu verduras/legumes (não considerar os utilizados como temperos, nem batata, mandioca, cará e inhame)? □ Sim □ Não
6. **Ontem**, a criança comeu fruta? □ Sim □ Não
7. **Ontem**, a criança comeu carne (boi, frango, porco, peixe, miúdos ou outras)? □ Sim □ Não
8. **Ontem**, a criança comeu feijão? □ Sim □ Não
9. **Ontem**, a criança comeu assistindo televisão? □ Sim □ Não
10. **Ontem**, a criança comeu comida de panela (comida da casa, comida da família) no jantar? □ Sim □ Não
11. A criança recebeu mel/melado/açúcar/rapadura **antes de 6 meses de idade**, consumido com outros alimentos ou utilizado para adoçar líquidos e preparações? □ Sim □ Não
12. A criança recebeu papa salgada/comida de panela (comida da casa, comida da família) **antes de 6 meses de idade**? □ Sim □ Não
13. A criança tomou suco industrializado ou refresco em pó (de saquinho) **no último mês**? □ Sim □ Não
14. A criança tomou refrigerante **no último mês**? □ Sim □ Não
15. A criança tomou mingau com leite ou leite engrossado com farinha **ontem**? □ Sim □ Não

CRIANÇAS COM IDADE ENTRE 2 ANOS E MENOS DE 5 ANOS

1. **Ontem**, quantas preparações (copos/mamadeiras) de leite a criança tomou? (qualquer tipo de leite animal: pó/fluido)
□ Não tomou □ Até 2 (copos/mamadeiras) □ Mais que 2 (copos/mamadeiras)
2. **Ontem**, a criança comeu verduras/legumes (não considerar os utilizados como temperos, nem batata, mandioca, cará e inhame)? □ Sim □ Não
3. **Ontem**, a criança comeu fruta? □ Sim □ Não
4. **Ontem**, a criança comeu carne (boi, frango, porco, peixe, miúdos, ou outras)? □ Sim □ Não
5. **Ontem**, a criança comeu assistindo televisão? □ Sim □ Não
6. **Ontem**, a criança comeu comida de panela (comida da casa, comida da família) no jantar? □ Sim □ Não
7. Com que frequência a criança toma sucos/refrescos, leites, chás e outras bebidas com açúcar/rapadura/mel/melado? (ler as alternativas para o responsável) □ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca
8. Com que frequência a criança toma refrigerantes? (ler as alternativas para o responsável)
□ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca
9. Com que frequência a criança come salgadinho de pacote (aqueles industrializados feitos para crianças)? (ler as alternativas para o responsável)
□ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca
10. Com que frequência a criança come biscoito ou bolacha recheados? (ler as alternativas para o responsável)
□ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca
11. Com que frequência a criança come frutas ou bebe suco de frutas frescas? (ler as alternativas para o responsável)
□ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca
12. Com que freqüência a criança come feijão? (ler as alternativas para o responsável)
□ Todos os dias (5 a 7 x por semana) □ Dia sim, dia não (3 a 4x por semana) □ Às vezes (2x semana ou menos) □ Nunca

Figura 1 – Marcador de Consumo Alimentar para ser aplicado em Unidades Básicas de Saúde – UBS do município de Foz do Iguaçu/PR.

Tais informações levantadas pelo MCA poderão potencializar as rotinas de acolhimento das UBS, e direcionar a execução de estratégias públicas que protegem e promovem o aleitamento materno exclusivo e introdução alimentar saudável.

RESULTADOS ESPERADOS

Através do diagnóstico obtido pelo MCA, um relevante instrumento de apoio e promoção de saúde do SISVAN, será suprida a demanda de coleta de informações e avaliação do consumo alimentar de crianças menores de seis meses e dois anos ou mais, apresentada pela Secretaria de Saúde do município, auxiliando as equipes das UBS onde serão realizadas ações visando suprir as necessidades de nutrientes das crianças atendidas pelo Programa (BRASIL,2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os padrões da sociedade, onde nitidamente há um histórico de desmame precoce, sobretudo no Brasil, bem como, a falta de informação e preparo das mães e das famílias no geral, principalmente das que tem o seu primeiro filho, é evidente que há uma deficiência nas UBS em relação à atenção para esta população. Essa deficiência ocorre por parte das mães com os seus recém-nascidos, os quais, por sua vez, estão em um momento importantíssimo da vida, em especial na construção da imunidade do organismo e, consequentemente, na prevenção de diversas doenças.

É certo que, o leite materno é o principalmente alimento do recém-nascido, o qual deve obrigatoriamente ser ofertado até os seis meses, não havendo necessidade de acrescentar qualquer alimento na dieta do mesmo, nem mesmo a água, pois apenas o leite da mãe já é suficiente para o desenvolvimento inicial do bebê.

Assim sendo, em razão do objetivo final do presente trabalho é examinar como está sendo exercido o aleitamento materno, seja ele exclusivo durante os primeiros seis meses do bebê, seja ele complementar após a introdução alimentar até os dois anos de idade da criança, espera-se que haja um engajamento das equipes nas UBS de Foz do Iguaçu – Paraná.

Neste sentido, obtendo as informações e as estatísticas de cada UBS da referida cidade, serão realizadas ações dentro de cada repartição, com o intuito de orientar as mães, para que assim, possam promover uma melhor qualidade de vida para o seu filho, assim como, repassar os seus aprendizados para as próximas gerações.

REFERÊNCIAS

BRASILa. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.

BRASILb. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção

Básica. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
GONÇALVES, S. S.; SILVA, S. A.; ANDRADE, R. C. S.; SPANIOL, A. M.; NILSON, E. A. F.; MOURA, I. F. Marcadores de consumo alimentar e baixo peso em crianças menores de 6 meses acompanhadas no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, Brasil, 2015. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, 28(2), 2019.

OLIVEIRA, Rafael Alves Mata de; CÔNSOLO, Fernanda Zanoni; FREITAS, Karine de Cássia; PEGOLO, Giovana Eliza. Aleitamento materno exclusivo e introdução de alimentos industrializados nos primeiros dois anos de vida. **Multitemas**, 23(54), 2018.

REIMPLANTAÇÃO DA ESTRATÉGIA AMAMENTA E ALIMENTA BRASIL NO MUNICÍPIO DE FOZ DO IGUAÇU – PR

Isabella Lemos[1], Maria Emilia Narvaez[1], Milena Malikoski[1], Pietra Vettorello[1], Thainara Cariely Oliveira de Souza[1], Aline Luiza Führ[2], Cássia Regina Bruno Nascimento[3]

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Ciência de Alimentos, Nutricionista da secretaria de saúde do município de Foz do Iguaçu;

[3]Doutora em Ciências Fisiológicas, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: cassia.bruno@uniamerica.br

INTRODUÇÃO

A interrupção do aleitamento materno precoce ou não adesão do aleitamento, assim como, a introdução alimentar inadequada influencia negativamente no crescimento e desenvolvimento infantil, contribuindo para que a criança não atinja o potencial de crescimento esperado, e colaborando no aparecimento de morbidades (BRASILa, 2015).

Devido aos males ocasionados pela introdução alimentar inadequada e interrupção do aleitamento materno precoce ou não adesão do aleitamento, e a quantidade considerável de crianças que são afetadas por esses fatores, foi criada no ano de 2012 a “Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil” no Sistema Único de Saúde (OLIVEIRA, 2016).

Essa estratégia nacional tem como objetivo qualificar os profissionais da atenção básica, para promover, incentivar e reforçar o aleitamento materno e a alimentação complementar saudável, melhorando dessa forma a assistência prestada por esses profissionais para as mães e as crianças menores de dois anos (BRASILa, 2015).

Ações para a promoção desses atos são essenciais para prevenção de doenças e complicações na infância. Por essa razão, a prefeitura municipal de Foz do Iguaçu está reimplantando a “Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil” e o presente estudo tem objetivo qualificar a equipe de saúde da família com informações nutricionais que possa atender a população beneficiada.

METODOLOGIA

Durante os meses de abril e maio do ano de 2021, foram escolhidos quatro temas iniciais que auxiliarão na mudança da realidade da educação em saúde dos profissionais. Os temas abordados foram escolhidos após pesquisas em livros e artigos científicos a cerca do

assunto, são eles: “A importância da amamentação exclusiva nos seis primeiros meses de vida”, “Introdução alimentar”, “Crença da produção insuficiente de leite” e “Dificuldades na pega da mama”.

Foram desenvolvidos vídeos educativos com o intuito de auxiliar na capacitação das equipes de saúde da família que fazem parte da “Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil” no Sistema Único de Saúde, para a orientação no público materno-infantil, na promoção do aleitamento materno e a alimentação complementar, além de auxiliar na reimplantação da estratégia Amamenta e Alimenta Brasil. O processo de criação de vídeos foi desenvolvido de acordo com as seguintes etapas: a) Leitura de artigos científicos sobre amamentação, alimentação complementar e nutrição materno-infantil. b) Escolha dos temas para os vídeos educativos com o objetivo de auxiliar na capacitação das equipes de saúde da família. c) Elaboração dos vídeos educativos para a orientação no público materno-infantil. d) Envio dos vídeos para a Secretária Municipal de Saúde de Foz do Iguaçu para serem disponibilizados para as equipes de saúde da família.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os vídeos produzidos abordaram temas que abrangem o aleitamento materno exclusivo e alimentação complementar. Eles foram postados no *Youtube*, para posterior utilização, com o objetivo de ensinar os profissionais sobre o assunto, para que tenham uma abordagem mais assertiva com as mães.

Tabela 1 – Temas dos vídeos produzidos e tempo de duração.

ORDEM DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO/TEMA	DURAÇÃO
1°	Leite materno fraco e produção insuficiente de leite	5m:30s
2°	Introdução alimentar e guia alimentar para crianças menores de 2 anos	9m:55s
3°	Dificuldade na pega da mama	6m:08s
4°	A importância da amamentação exclusiva nos 6 primeiros meses de vida.	4m:28s

A

B

C

D

Figura 1 – Vídeos produzidos que abordam temas que abrangem o aleitamento materno exclusivo e alimentação complementar com o intuito de auxiliar na capacitação das equipes de saúde da família que fazem parte da "Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil" no Sistema Único de Saúde. Vídeo 1: Leite materno fraco e produção insuficiente de leite (A); Vídeo 2: Introdução alimentar e guia alimentar para crianças menores de 2 anos (B); Vídeo 3: Dificuldade na pega da mama (C); Vídeo 4: A importância da amamentação exclusiva nos 6 primeiros meses de vida (D).

O primeiro vídeo que teve como tema "Leite materno fraco e produção insuficiente de leite" abordou e esclareceu duas dúvidas recorrentes que existem sobre a amamentação, leite fraco e a produção insuficiente do leite. A figura do leite fraco, nos dias de hoje, é uma das principais causas da complementação precoce descrita pelas mães (SOUZA e ALMEIDA, 2005). Uma boa relação dos profissionais de saúde com a lactante, permite identificar as necessidades e dúvidas de cada uma delas, esses e outros mitos e crenças adquiridas geralmente através da cultura familiar, que interferem no período e na manutenção do aleitamento, possibilitando aos profissionais atuar mais eficazmente na resolução dos problemas e prolongando a duração da lactação (MARQUES, COTTA e PRIORE, 2011). O leite humano contém todos os nutrientes de que a criança precisa até os seus seis meses de vida, e seu aspecto aguado é uma característica normal, portanto está sempre em boas

condições para o consumo da criança, A mãe, por muitas vezes desconhecer essas características do leite humano, pode desconfiar da sua capacidade de produzir leite de "qualidade" para a criança, podendo iniciar a introdução de outros alimentos na alimentação do bebê e é aí que o profissional de saúde deve atuar: informando a lactante sobre a composição do leite materno (SOUZA E ALMEIDA, 2005).

O segundo vídeo teve o tema “Introdução alimentar e guia alimentar para crianças menores de dois anos”, que enfatizou sobre a importância de uma alimentação adequada. Nesse cenário, os profissionais de saúde têm importante papel na promoção da alimentação adequada e saudável diante das transformações sociais vivenciadas pela sociedade brasileira, que impactaram sobre suas condições de saúde e nutrição, sendo então necessária a apresentação dessas recomendações. A diretriz de promoção da alimentação adequada e saudável objetiva proporcionar aos indivíduos a realização de práticas alimentares apropriadas. Essa diretriz também é uma prioridade na Política nacional de Promoção da saúde e, deve ser implementada pelos gestores e profissionais privilegiando a participação popular (BRASILb, 2014).

O terceiro vídeo, apresentou o tema “Dificuldade na pega da mama”. É comum a lactante sentir uma pequena dor nos mamilos no início das mamadas, pela forte sucção deles e da aréola. Essa dor pode ser considerada normal e não deve continuar além da primeira semana. Porém ter muita dor e machucados, apesar de muito comuns, não é normal e requer intervenção. A causa mais comum de dor para amamentar se deve ao posicionamento e pega inadequados. Portanto, o profissional de saúde tem o papel de identificar e compreender o aleitamento materno e nesse contexto auxiliar a lactante. É necessário buscar formas de interagir com essas mães, para passar informações sobre a importância de adotar práticas saudáveis no aleitamento materno. O profissional precisa estar preparado para prestar assistência eficaz, solidária, integral e contextualizada, obtendo uma relação de respeito com a história de vida de cada mulher, e ajudar nas suas dificuldades e inseguranças (CASTRO e ARAÚJO, 2006).

Por fim, o quarto e último vídeo teve o tema “A importância da amamentação exclusiva nos 6 primeiros meses de vida”, que fala sobre os benefícios da amamentação para o bebê e a mãe, a importância da relação do profissional de saúde com a lactante para o sucesso de uma amamentação exclusiva até o sexto mês. Apesar de todas as evidências científicas provando a superioridade da amamentação exclusiva diante de outras formas de alimentar a criança, a prevalência no Brasil está abaixo das recomendações. O profissional de saúde tem papel fundamental na reversão desse quadro. E para isso precisa estar preparado, pois seu trabalho de promoção ao aleitamento materno não será bem sucedido se ele não tiver um olhar atento, abrangente, sempre levando em consideração os aspectos emocionais, a cultura, reconhecendo a mulher como protagonista do seu processo de amamentar,

valorizando-a, escutando-a e empoderando-a. Muitas mães não gostam do tipo de apoio recebido. Isso pode ser devido a diferenças entre as percepções do que é apoio na amamentação. As mães que estão amamentando querem e precisam de suporte ativo e informações precisas, para se sentirem confiantes, mas o suporte oferecido pelos profissionais. O profissional precisa entender que tipo de apoio e informação as mães desejam, precisam e esperam deles (BRASILc, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O incentivo de profissionais de saúde, em conjunto com o Município, deve expor o tema alimentação infantil de uma forma clara e convincente, pois irá ajudar as mães sobre a amamentação e alimentação complementar, e com isso tornar um hábito mais frequente para que crianças tenham um bom desenvolvimento e consequentemente uma boa saúde.

Espera-se com este trabalho, ajudar na reimplantação do Programa Federal, através do conhecimento sobre nutrição infantil.

REFERÊNCIAS

BRASILa. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde: manual de implementação / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASILb. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Departamento de atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira**.** Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASILc. Ministério da Saúde. **Saúde da criança**. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CASTRO, L. M. C. P.; ARAÚJO, L. D. S. Aspectos socioculturais da amamentação. In: **Aleitamento materno: manual prático**. 2. ed. Londrina: PML, 2006, p. 41-49.

MARQUES, E. S.; COTTA, R. M. M.; PRIORE, S. E. Myths and beliefs surrounding breastfeeding. **Ciencia & saude coletiva**, 16(5): 2461, 2011.

OLIVEIRA, G. S. **Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil: histórico e perspectivas**. 2016. 27 f. Monografia (Bacherelado em Nutrição) – Universidade de Brasília, Brasília, 2016.

PEDAGOGIA

O licenciado em Pedagogia tem em sua formação a essência do respeito e responsabilidade por suas ações. Vivencia experiências reais para além da sala de aula, tais elementos qualificam o acadêmico para que através da utilização de metodologias ativas, compreendam e sistematizem assuntos educacionais e dominem metodologias que fomentem e contribuam para a aprendizagem.

A CONTRIBUIÇÃO DA PSICOMOTRICIDADE PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA NA EDUCAÇÃO INFANTIL.

Alessandra Wismann Pinto[1], Daniela Carvallo Rosa[1], Maria Luiza Souza Novaes[1], Nádia Marques Leão Gallina[1], Daniela Minuceli de Paiva[2] Fátima Bergonsi[2].

[1] Acadêmico do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: fatima@uniamerica.br e daniela.paiva@uniamerica.br

INTRODUÇÃO

A psicomotricidade é a ciência que tem como objeto de estudo o homem através doseu corpo em movimento e a relação entre o mundo interno e externo. Assim, a mesma está relacionada ao processo de maturação, onde o corpo é a origem das aquisições cognitivas, afetivas e orgânicas. Sendo assim ela desenvolve diferentes aspectos do ser humano. Considerando isso, na infância é de extrema relevância a sua aplicação, já que nesta fase em que o indivíduo vem a apresentar e pôr em prática a conscientização sobre o seu própriocorpo, a trabalhar e executar a motricidade, o movimento, a afetividade e o psicológico.

Segundo Lapierre e Lapierre (2002) citado por Muchinski (2015) apontaram quedeve-se trabalhar com crianças nos primeiros anos. No entanto, é comum que na educação a vida seja focada apenas no cuidado. No entanto, a criança aos 18 meses tem recursos potenciais que permitem abrir o processo de aprendizagem. Assim é importante realizaratividades de distúrbios psicomotores na faixa etária de 0 a 3 anos, pois nessa idade, as crianças têm muitas habilidades que requerem estimulação e mediação para melhorá-las.

> Muitos estudiosos, mesmo de correntes de pensamento diversas, concordam sobre o fato de que os primeiros anos de vida são fundamentais para a maturação da criança. De maneira particular, é opinião compartilhada que já aos três anos todo indivíduo tenha adquirido as características principais da própria personalidade (VECCHIATO, 2003, p. 33).

Nessa análise, Lê Boulch (1988, p. 27) explica: “Ao nascer, para desenvolver, não apenas o potencial da tecnologia madura orgânico, mas principalmente comunicação com outras pessoas.” Como mencionado anteriormente na primeira infância, a interação da criança com outras pessoas será o fator decisivo que afetará o desenvolvimento dela.

Desta forma, pode-se observar que o trabalho psicomotor que auxilia o processo de aprendizagem na primeira infância é muito importante. Para tais atividades, o professor terá a possibilidade de interagir com a criança para manter contato direto e íntimo. Como Bueno (1998, p. 58) apontou.

Os problemas de aprendizagem estão intimamente relacionados aos transtornos psicomotores, com base em sua formação, história, conceitos filosóficos e até mesmo metodologia específica baseada no tempo. O desenvolvimento e estimulação dos elementos básicos da atividade mental é um pré-requisito para a aprendizagem e pode ajudar a resolver problemas relacionados às dificuldades de aprendizagem. Assim, ao atuar na educação. É muito importante estimular a linguagem, os conceitos espaciais e as capacidades de controle físico das crianças de uma forma saudável e levantar questões e ideias, apresentar desafios para os estágios iniciais de crescimento das crianças de uma forma inovadora e estruturá-los e controlá-los. Se não houver estimulação suficiente, não haverá tecido corporal, a parte do movimento não será desperdiçada e será difícil de desenvolver.

As propostas pedagógicas devem levar em conta as vivências e os conhecimentos construídos pelas crianças. Desse modo, essas propostas devem ser elaboradas de forma que destaque e priorize o protagonismo da criança na construção do seu conhecimento, em consequência, elas aprendem e se desenvolvem principalmente brincando, criando brincadeiras e movimentando-se, pois é a partir disso que elas fazem descobertas, formam ideias e ampliam seus conhecimentos.

> Uma criança que tem voz, que tem seus gostos valorizados, onde ela seja capaz de se manifestar em diferentes possibilidades de expressão (desenho, dança, fala, sentimentos), em que a escola possa proporcionar maneiras de expandir sua curiosidade e criatividade. A criança aqui é entendida como cidadão de direito que pode interagir com o meio a sua volta pelo sentir, pensar, observar, analisar e a partirdaí agir e apropriar-se do conhecimento. (MENDES, p. 24, 2020).

Dessa forma, as crianças precisam de incentivos, provocações e estímulos de suas curiosidades, sempre considerando o seu protagonismo, de forma que ela não perca o interesse pelo seu aprendizado.

Os educadores precisam ser mediadores das práticas educacionais, elaborando estratégias para abordarem a educação psicomotora de modo que facilite e contribua na aprendizagem das crianças e que principalmente elas possam desenvolver, através da estimulação e incentivo, habilidades fundamentais para o seu desenvolvimento.

Contudo, se nada disso for levado em conta no desenvolvimento infantil nas creches, pré-escolas e escolas, estarão matando a vontade de aprender e a curiosidade da criança. Pois, se as propostas de jogos, brincadeiras e atividades não forem desenvolvidas e aplicadas de forma adequada, é principalmente, não houver estímulos por parte dos

professores, as crianças ficam desmotivadas e não se interessam pelo seu aprendizado

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Tendo em vista a questão de pesquisa da contribuição do movimento mental para o desenvolvimento da educação infantil, bem como sua falta de memória coletiva em Lê Boulch e Lapierre, será apresentada uma investigação sobre a abordagem teórica para orientação e manutenção da pesquisa. Portanto, com base no esboço, mostraremos a contribuição dos movimentos mentais a partir de algumas tendências ideológicas e, por fim, o caminho metodológico que norteará a pesquisa. Por meio desse projeto, buscamos acompanhar as necessidades de incentivo ao desempenho infantil, levar conhecimento aos professores da rede escolar, focar no desenvolvimento de forma coletiva e clara, focar na coordenação motora cinética, lateral e fina dos movimentos emocionais. Compreenda sugestões de desenvolvimento alternativo e priorize os protagonistas das crianças, construindo seus conhecimentos. Relacionar um conhecimento prévio do aluno com pré-requisito na aprendizagem e podendo ajudar a resolver problemas e dificuldades no desenvolvimento psicomotor, sendo pensado e assimilando de várias formas, que o desenvolvimento não é empenhado ao mesmo tempo, são forma de processo desenvoltura pela criança. E a partir de uma visão ampla sobre o assunto pesquisado, partimos para o aprofundamento teórico e com enfoque no desenvolvimento e aprendizado da criança na educação infantil, e por meio disso, desenvolver um olhar metodológico.

.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Depois desse percurso teórico e bibliográfico, que durante a pesquisa a Psicomotricidade realmente faz a diferença no desenvolvimento da criança. Desenvolver a psicomotricidade torna-se indispensável no ensino infantil para o crescimento saudável de qualquer criança e ser humano, isso deve ser observado e estimulado para assim praticar e desenvolver.

Compreende-se que a Psicomotricidade é uma ciência no qual seu objetivo principal é fazer com que o aluno descubra seu próprio corpo em relação ao seu mundo interno e externo, e sua capacidade de movimentação. Também pode se dizer que o papel da Psicomotricidade é auxiliar a aprender e integrar sua corporeidade, a consciência sobre o movimento. O movimento psicomotor é construído pela criança, que exige uma consciência e um autocontrole sobre a motricidade.

A psicomotricidade torna-se assim a ciência da educação, procurando educar o movimento desenvolvendo assim as funções de sua inteligência. Assim, (NASCIMENTO, 1986, p.1), esclarece que “Sem o suporte psicomotor, o pensamento não poderá ter acesso

aossímbolos e à abstração". Sendo assim a autora ainda afirma que "O desenvolvimento psicomotor evolui o desenvolvimento mental". Deste modo é necessário que a criança se desenvolva por completo, tendo um desenvolvimento psicomotor harmonioso, para poder explorar e ampliar suas habilidades básicas.

Na educação das crianças deve acontecer a associação de movimentos eficazes, juntamente com situações do dia a dia, que são simples gestos que podem mudar uma criança por inteira. Uma criança com um psicomotor bem trabalhado, não terá dificuldades emescrever, ler e até mesmo interagir com um grupo de pessoas. Então é fundamental que Profissionais da Educação e pais fiquem atentos ao desenvolvimento dos filhos e que tenham compreensão que além de corpo, a psicomotricidade formará mente e alma também, pois a contribuição desta, está presente nas escolas para essa formação global de nossas crianças.

Através desta pesquisa bibliográfica possamos compreender melhor que a psicomotricidade traz diferentes benefícios para a aprendizagem da criança, na leitura, escrita,concentração e raciocínio lógico, e o quão importante é trabalhar e desenvolver logo dentro doensino infantil. E que a criança possa se expressar e desenvolver as interações psicossociais utilizando e expondo práticas psíquicas, sensório motoras, cognitivas, linguísticas, afetivas, sócio emocionais, e criativas utilizando do movimento corporal. E pode atuar também de diversas formas para prevenção e terapias.

REFERÊNCIAS

A IMPORTÂNCIA DA PSICOMOTRICIDADE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL, **Instituto neuro saber**, 2017. Disponível em: https://institutoneurosaber.com.br/a-importancia-da-psicomotricidade-para-educacao-infantil/.Acesso em 02/04/2021

ALMEIDA, Pinheiro M.T. **Atividades Lúdicas**: Jogos para animação de grupos. 2° ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

BESSA, Larissa Aparecida Silva; MACIEL, Rosana Mendes. **A Importância da Psicomotricidade no Desenvolvimento das Crianças nos Anos Iniciais**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 01, Ed. 01, Vol. 12, pp. 59-78, dezembro de 2016.

CASTILHA, Fábio André. **Aspectos Pedagógicos da Capoeira.** Passo Fundo: Méritos, 2012.
DOS SANTOS, Alessandra, Costa, Gisele M. Tonin da. **A psicomotricidade na Educação Infantil: um enfoque psicopedagógico.** Revista de educação do Ideau**.** Vol. 10, Nº 22. Julho – Dezembro 2015. ISSN: 1809-6220. Disponível em: https://www.getulio.ideau.com.br/wp-content/files_mf/39aa38262d02c2edb9c379b1fe67796e278_1.pdf

MENDES, Lucimara Vieira da Silva. **O Brincar e o Desenvolvimento Psicomotor na Educação Infantil.** Revista Gestão e Educação - Julho/2020.
Vol. 2, N° 3. 13 de Julho de 2020. Disponível em: http://revista.faconnect.com.br/index.php/GeE/article/view/20

O QUE É PSICOMOTRICIDADE, **Associação Brasileira de Psicomotricidade**, 1980. Disponível em: https://psicomotricidade.com.br/sobre/o-que-e-psicomotricidade/. Acesso em 09/04/2021.

ROSSI, Francieli, S. **Considerações sobre a Psicomotricidade na Educação Infantil**. Revista Vozes dos Vales da UFVJM. Minas Gerais, maio, ano 2012.

SCHWARTZ, E A. **Dinâmica Lúdica**, Barueri:Manole,2004.

SILVA, Daniele, A; **A Importância da Psicomotricidade na Educação Infantil**. Revista faculdade de ciências na educação e na saúde – FACES. Brasília, novembro, ano 2013.

SILVA, NASCIMENTO, E. **Atividades Recreativas na 1° Infância**. 2° ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

SILVA, E N. **Atividades Recreativas na primeira infância**, Rio de Janeiro:Sprint,2000.

A LITERATURA E O SEU PODER

Aline Amaris Neves[1], Debora Pereira de Lara [1], Marizete Fernandes [1], Raquel de Fatima Santos[1], Cassiano Galli [2], Amanda Silva Pereira Berg Berg[3], Jennifer Ferezin[4],

INTRODUÇÃO

A literatura é uma ferramenta fundamental para o desenvolvimento das crianças. Através dela estimula a imaginação, auxilia no desenvolvimento de ideias, expandindo conhecimento e fazendo, não só as crianças, mas os adultos sentirem diversas emoções como alegria, tristeza e curiosidade. Quanto mais cedo a criança estiver em contato com os livros, melhor será sua desenvoltura e comunicação.

Segundo Abramovich (2001) é através da história que se pode descobrir outros lugares, outros tempos, outros jeitos de agir e de ser. As histórias fazem com que imaginação voe longe, para um mundo completamente diferente, em que fantasiamos nossos maiores sonhos. Através da leitura vencemos qualquer tipo de medo, e vivemos como se não houvesse nada ao nosso redor. A leitura tem a capacidade de ajudar no desenvolvimento cognitivo, afetivo, na oralidade e na escrita.

O ponto principal na hora de contar histórias é saber despertar emoções. Dessa forma, pode se afirmar que contar histórias é uma arte, pois quem conta desperta alegria e encantamento a quem escuta (ABRAMOVICH,2001). Por essa razão a ONG “Um Chute para o Futuro”, localizada no Jardim Irmã em Foz do Iguaçu, trouxe a necessidade de um projeto para despertar o gosto pela leitura, que devido à pandemia, as crianças ficaram desmotivadas com a leitura. Trabalhou-se a partir da seguinte problemática: como demonstrar para as crianças a importância da leitura nas nossas vidas e as descobertas que ela implica?

Este projeto teve por objetivo principal despertar a imaginação e o gosto pela leitura, tendo em vista a importância que o aluno desde cedo adquira, o hábito da leitura abrindo-lhe as portas para um novo mundo cheio de conhecimentos e possibilidades.

[1] Acadêmicos do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentor. Cassiano Ricardo Galli, Graduado em letras, foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: amanda.berg@uniamerica.br
[4] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: jennifer.ferrezin@uniamerica.br

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Inicialmente foi realizada uma reunião com o coordenador Cleiton para entender a demanda, características, quantidade de crianças por turma e o acesso delas a leitura. Se observou através das aplicações das atividades que as crianças estavam com um rendimento baixo, e segundo o pedagogo, 70% dessas crianças não tiveram acesso à leitura durante a pandemia. Com esses dados levantados foram iniciadas pesquisas para analisar como seriam aplicadas as contações de histórias e em que local seria adequado.

Na primeira aplicação aconteceu uma roda de conversa onde contou-se uma história com o tema “Navio dos sentimentos”. O objetivo era expressar nas crianças as suas emoções, sentimentos e resgatar suas memórias afetivas. Foram utilizados balões e canetas coloridas para que eles enchessem e desenhassem algumas emoções que ocorreram durante o seu dia. Na sequência cada criança falou sobre o seu desenho.

No segundo encontro foi contada a história do Mágico de Oz. A proposta apresentada foi que escrevessem ou desenhassem “como seria a vida dos sonhos“ estimulando a imaginação deles. No término da atividade duas histórias foram sorteadas para apresentar aos colegas.

No último encontro a proposta era que eles escolhessem um livro em grupo e produzissem um breve teatro relatando a história que eles tinham elegido. Cada grupo teve 20 minutos para se organizar para começar a apresentação. Foi um momento de grande aprendizado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No decorrer das aplicações do projeto, usando a contação de histórias e atividades propostas, conseguiu-se despertar nas crianças a curiosidade, imaginação e o gosto pela leitura. Durante os encontros elas se envolveram nas brincadeiras, interagiram com a proposta demonstrando imaginação, criatividade em suas produções.

Em um dos encontros em especial, após a contação da história “Navio dos Sentimentos”, notou-se que as crianças envolvidas conseguiram se expressar e compartilhar seus medos, suas angustias e aflições, pois percebeu-se a importância que isso teve para elas, gerando uma conexão com a sua realidade. Muitas crianças compartilharam seus sentimentos, sonhos, rotina através de desenhos e falas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

A contação de história tem o poder de aguçar a imaginação infantil. Tem um papel significativo na formação da criança, despertam emoções e sentimentos reais.

Os contos apresentados para as crianças da ONG, ainda que antigos, desperta a imaginação e o prazer em ouvir ou ler os livros. É relevante enfatizar que houve uma grande dificuldade na organização do projeto, mas o grupo buscou desempenhar-se nas escolhas das aplicações para o desenvolvimento dos objetivos.

Buscou-se através deste projeto abordar a importância da leitura na vida das crianças e inseri-las novamente neste mundo mágico que é a leitura, pois devido a pandemia os alunos não tiveram mais contato com os livros.

O resultado final foi gratificante, pois o envolvimento das crianças no projeto foi positivo. Percebeu se a necessidade de realizar projetos como esse em outros momentos para resgatar o interesse das crianças pelo livro, pela visita a biblioteca, o contar e criar novas histórias. Quantas coisas novas foram aprendidas, foi válido saber que as crianças tiveram a oportunidade de conquistar novos conhecimentos através da contação de história.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradecemos a Deus, por ter permitido chegar até aqui sem desanimar durante a realização deste projeto. Aos nossos familiares que nos incentivaram nos momentos difíceis e pelo apoio demonstrado ao longo do projeto. As professoras pelas correções e ensinamentos que nos permitiu apresentar um melhor desempenho no processo de formação profissional, e paciência com a qual guiaram nossa aprendizagem. As colegas que se dedicaram para que este projeto desse certo. Agradecemos pelo companheirismo de cada uma e pelas trocas de experiência que nos permitiram crescer não só como pessoa, mas também como acadêmicas.

Agradecemos também a ONG pelo apoio e por abrir as portas para nos receber, e pelo fornecimento de dados e matérias que foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho.

REFERÊNCIAS

ABRAMOVICH, Frannf. **Literatura Infantil:** São Paulo: Scipione,2001.

CAVALCANTI, Joana. **Caminhos da literatura infantil e juvenil**: dinâmicas e vivências na ação pedagógica. 3° Ed. São Paulo: Paulus, 2009.

COELHO, Betty**. Contar histórias: uma arte sem idade.** São Paulo: Ática, 1997

BAMBERGER, Richard. **Como incentivar o hábito de leitura**. Trad. De Octavio Mendes Cajado.6. ed. São Paulo, Ática, 1995.

BETTELHEIM, Bruno. **A psicanálise dos contos de fadas.** São Paulo: Paz e Terra S/A, 2009.

BUSATTO, Cléo. Contar e encantar – **Pequenos segredos da narrativa**. Petrópolis: Vozes, 2003.

APRENDIZAGEM CRIATIVA E CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS COMO INCENTIVO À LEITURA

Andressa Ticiane da Silva Pita[1], Emily de Freitas Oliveira Rodrigues[1], Matheus Rosa do Nascimento[1], Heloísa Corrêa da Silva Guardiano[2], Amanda Silva Pereira Berg[3], Jennifer Ferezin[3]

INTRODUÇÃO

A contação de história é uma prática antiga, uma maneira lúdica de ensinar e auxiliar no desenvolvimento físico, cognitivo e socioemocional dos alunos, proporcionando uma construção de identidades culturais via memória oral. Bamberger (2002) ressalta a importância de se contar e ler histórias, apresentar e falar sobre livros, pois com essa forma de abordagem há uma maior contribuição para o desenvolvimento do vocabulário e também para a motivação da leitura. A metodologia de contação de histórias na educação infantil busca a melhoria contínua do ensino e enfrenta desafios para atender às necessidades de cada geração que precisa mudar conceitos e métodos de sala de aula.

Pensando nessa mudança, buscou-se apresentar a aprendizagem criativa como forma de auxiliar nos desenvolvimentos das habilidades emocionais, motora e cognitiva das crianças. Facilita na aprendizagem de alunos com distúrbios de aprendizagem, pois é através dela que o professor explora o ritmo que cada estudante aprende, buscando não estabelecer um único método de ensino. A liberdade e autonomia são determinantes nesta aprendizagem, deste modo, os alunos sendo crianças ou jovens aprendem a executar suas atividades com mais confiança ao conseguirem lidar bem com suas emoções e habilidades.

Essa metodologia parte do princípio de aprender algo por meio de atividades que envolvam o criar, e leva em consideração os quatro P's da aprendizagem criativa, que são: Pensar Brincando, Paixão, Pares e Projetos, que servem de estímulo e visam um aprendizado mais significativo. Trazendo para o viés do incentivo à leitura podemos pensar em recursos-pedagógicos que façam as crianças perceberem o quanto a leitura é importante e incrível, indo muito além de algo considerado estático ou massante, exploram diversas ferramentas para trabalhar o incentivo a prática da leitura e junto dela, outras competências como a fala, autonomia, criatividade, pensamento crítico e colaboração. Pode-se perceber o quão

[1] Acadêmicos do Curso de Pedagogia da Uniamérica Descomplica – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Graduada em Letras-Inglês - Especialista em Educação Infantil e Alfabetização, Franca, São Paulo. E-mail: *heloisagkonishi@gmail.com*
[3] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. e-mail: amanda.berg@descomplica.com.br e Jennifer.ferezim@descomplica.com.br

prejudicial pode ser a metodologia tradicional, acompanhada de aulas expositivas e de um professor que não busca o protagonismo do aluno, especialmente nos anos iniciais onde a ludicidade e a mão na massa, que procura tornar o aprendizado mais significativo para os alunos. A prática e a experimentação poderiam e deveriam estar mais presentes, fazendo com que o educando se torne parte deste processo e não apenas alguém que reproduz.

A leitura é tão importante quanto o brincar para uma criança, pois auxilia no desenvolvimento psicomotor, aumentando o vocabulário, auxiliando na evolução da inteligência, da comunicação, estimulando a consciência corporal e cognitiva dos alunos. Estimula a criatividade, melhora a escrita, incentiva atitudes de maneira ética, entre outros. Sendo assim, este projeto buscou incentivar a leitura em crianças de 06 a 12 anos do Conselho Comunitário da Vila C, um bairro socialmente vulnerável, por meio de contação de histórias e aprendizagem criativa, de forma com que as crianças entendessem a importância e de se ter o hábito da leitura.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

.

Em todas as aplicações foram realizadas dinâmicas de apresentação, onde as crianças, com o auxílio de um barbante, precisavam dizer o seu nome, de um animal ou objeto que iniciava com a letra inicial de seu nome. A dinâmica auxiliava no processo de abertura e confiança por parte das crianças para com os aplicadores como uma forma de introduzir a proposta a ser trabalhada de forma leve e lúdica, com o intuito de interagir com a equipe e uns com os outros. O novelo de barbante por sua vez servia como um brinquedo pedagógico pois, ao ser arremessado de uma criança para outra, formava um emaranhado que causava diversão e interação entre os participantes.

A primeira aplicação do projeto aconteceu por meio de uma atividade que envolvia o uso da criatividade e de materiais artísticos diversos, onde as crianças que participaram tiveram de representar a história que escutaram em uma cartolina branca utilizando materiais, tais como: figuras, revistas, jornais, tintas, tesoura, cola e etc. O objetivo era estimular a memória e criar significado para a história envolvendo os participantes de forma lúdica e interativa, desenvolvendo competências como trabalho em equipe, pensamento crítico, memória e criatividade.

No segundo encontro de aplicação do projeto, foi desenvolvido a dinâmica da caixa, usando objetos aleatórios e sortidos, os mesmos precisavam contar uma história e dar continuidade, até o último objeto onde deveriam dar um fim coerente e criativo. Para a dinâmica foi utilizada uma caixa de papelão revestida com um TNT preto, e com uma abertura ao centro por onde os objetos eram retirados. Os objetos por sua vez não possuíam ligação entre si e foram coletados aleatoriamente de diversos espaços. As próprias crianças retiravam

os objetos e criavam a história. Para finalizar foi disponibilizado folhas de papel A4 e lápis de colorir para que elas representassem a história contada, como forma de consolidar a atividade, estimulando a ludicidade, o tato, e principalmente a criatividade e memória dos participantes.

No terceiro encontro, foram apresentadas à turma de 2° ano as histórias dos 3 Porquinhos e Bela Adormecida por meio do teatro de sombras. Partindo dessas histórias foi desenvolvida uma dinâmica na qual as crianças foram convidadas a representar os personagens da narração para os colegas. As crianças ficaram atrás do palco feito com uma caixa de papelão com abertura coberta com papel manteiga, e o professor com uma lanterna para dar o efeito de luz e sombra. Ao final da atividade foram disponibilizadas folhas de papel A4 e lápis de colorir onde os pequenos representaram as personagens e momentos que mais chamaram a sua atenção, com a intenção de despertar o seu interesse para a leitura e estimular a criatividade.

Ao final de cada aplicação foi realizada uma roda de conversa, para promover uma discussão entre os participantes acerca de tudo o que havia sido trabalhado, quais pontos poderiam ter sido melhor desenvolvidos e quais foram positivos na atividade, bem como mostrar os resultados obtidos ao longo do processo de aplicação. Essa etapa era de extrema importância, pois era onde se podia avaliar a aplicação e os resultados da atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao todo foram realizadas três aplicações e outras duas visitas no Conselho Comunitário da Vila C, sempre acompanhadas dos funcionários do local e dos professores regentes das turmas na qual as atividades eram aplicadas. As crianças, por sua vez, tinham entre 6 e 12 anos, e participavam dos encontros por cerca de uma hora. Durante os períodos de desenvolvimento, as atividades propostas despertaram interesse por parte dos alunos que se dispuseram a participar e interagiram durante todos os momentos. O que auxiliou nesse resultado durante a aplicação foram as dinâmicas realizadas antes da atividade, que de certa forma serviram como um quebra gelo e geravam uma ligação entre os aplicadores e os participantes.

Os momentos de roda final foram cruciais para a identificação dos efeitos, sucesso ou fracasso da atividade, pois nesse momento eram evidenciados não só os resultados físicos criados, mas também a discussão onde os participantes expunham tudo o que eles haviam desenvolvido. Nas atividades que envolviam memorização, os mesmos sempre demonstraram atingir este objetivo com sucesso, lembrando das histórias com riqueza em detalhes e propriedade e registrando elas de forma precisa. Já nos momentos onde precisavam usar da criatividade para representar ou executar alguma tarefa, os estudantes foram extremamente bem, sempre executando com muita facilidade e explorando diversas

formas de expressão e técnicas de representação visual, tais como: história em quadrinho, pintura com tinta, colagem e releitura, por exemplo.

Ao longo dos encontros foi possível constatar o sucesso na utilização de atividades que geram significado para alcançar determinado objetivo, e no caso deste projeto o incentivo a leitura, que por meio de atividades lúdicas e mão na massa que envolviam sempre curiosidade, interação e trabalho em pares. Mostraram crianças realmente interessadas em leitura e suas diversas técnicas, sempre atingindo os objetivos das atividades propostas de forma completa. No decorrer deste projeto as principais competências trabalhadas constatadas por meio de repetição no momento de consolidação e roda final foram: criatividade, trabalho em equipe, memória e comunicação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Por meio deste estudo buscou-se ressaltar através da contação de histórias e aprendizagem criativa as variadas possibilidades de instigar nas crianças a importância da leitura no seu cotidiano, utilizando meios lúdicos para desenvolver o imaginário e as capacidades cognitivas, com o intuito de estimular a leitura de forma prazerosa.

Compreendeu-se a importância de ter nas escolas leitores assíduos que possuem o pensamento crítico mais elevado, entendendo que é ali na educação infantil e fundamental que o educador precisa de maneiras distintas, incentivá-los a buscar novas leituras desde os pequenos até a comunidade no geral. O hábito da leitura promove a formação de um cidadão crítico que luta por um mundo melhor e mais justo.

REFERÊNCIAS

CRUZ, Cleide Maria da; SILVA, Fábio Bernardo. **A leitura e sua relevância no processo de ensino aprendizagem: o papel do professor na contação de história como incentivo ao hábito da leitura**. Mato grosso: revista saberes docentes, v. 5, n. 10, 01 out. 2020. Anual. Disponível em: <http://www.revista.ajes.edu.br/index.php/rsd/article/view/76/54#>. Acesso em: 20 out. 2021.

GIACOMOLLI, Leodete & PEREIRA, Lisanil da Conceição Patrocínio. **Literatura e a contação de história na educação infantil in revista de comunicação científica**. Vol. 9, pgs.162-173, 2021. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/rcc/index> acesso em: 21 out. 2021.

SILVEIRA, Danielli Maria Neves da. **A importância da criatividade: estudo de caso sobre diferentes abordagens na contação de história na educação infantil.** Revista científica multidisciplinar núcleo do conhecimento. Ano 03, ed. 06, vol. 04, pp. 81-102, junho de 2018. Issn:2448-0959. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/criatividade> acesso em: 21 out. 2021.

SISTO, Celso. **Textos e pretextos sobre a arte de contar histórias**. Belo horizonte: Aletria, 2012.

RODRIGUES, Edvânia Braz Teixeira. **Cultura, arte e contação de histórias.** Goiânia, 2005.

RESNICK, Mitchel. **Jardim de infância para a vida toda: por uma aprendizagem criativa, mao na massa e relevante para todos**. Porto Alegre: ed. Penso, 2020.

AUTOCUIDADO PARA MULHERES PELA PERSPECTIVA DA GESTALT-TERAPIA

Celyneh Zaluski Belo[1], Giovana Bonomo Bampi[1], Jozelaine Zavacki Roseti[1], JulianaCosta Nicolau da Silva[1], Lethicia Marques Martins[2], Lissia Pinheiro Shataloff [3]

INTRODUÇÃO

O autocuidado pode ser definido como uma ação aprendida pelo indivíduo, em situações concretas do cotidiano, voltada para si e para a autorregulação, em atitudes que beneficiam a qualidade de vida, saúde e bem-estar. Tendo como objetivo o desenvolvimentodo sujeito, essa habilidade pode ser adquirida ou desenvolvida ao longo da vida e envolve prestar atenção em si, se colocando como prioridade. Pode envolver ações voltadas tanto para o cuidado exterior quanto para o interior, entendendo suas próprias necessidades e desejos, buscando se perceber, se conhecer e se valorizar. Logo, o autocuidado está diretamente ligado à autoestima e autoimagem. (SILVA, 2009).

O presente projeto abordará o autocuidado pela perspectiva da Gestalt-terapia. De acordo com Joyce e Sills (2016), uma boa prática da Gestalt deve ser composta por cinco características, sendo elas: Enfoque nas experiências do aqui e agora (*awareness*), compromisso com a relação criada entre os participantes, uma relação dialógica, perspectivade campo e ações criativas e experimentais.

Os encontros se baseiam no Ciclo do contato, elaborado por Goodman e adaptado por Ênio Brito Pinto, que considera oito principais fases no ciclo.

> "[...] sensação, ou percepção de alguma necessidade; a conscientização dessa necessidade (*awareness)*; a mobilização para atender essa necessidade*;* ação proveniente dessa mobilização; a interação que essa ação provoca; o contato final movido pela necessidade; o fechamento proveniente desse contato final e por fim a retirada para que um novo ciclo se inicie, num processo ao longo de toda a vida." Ênio Brito Pinto, 2015

[1] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Psicóloga Clínica, Mentora do Projeto;

[3] Psicóloga Clínica, Professora Orientadora do Projeto.

Email do autor correspondente: psicologia.foz@descomplica.com.br

Diante disso, o presente projeto tem como finalidade a promoção de reflexões acercado autocuidado para mulheres, por meio da percepção das sensações, ampliação da *awareness*, reflexões acerca de ações de autocuidado e percepções sobre autoconhecimento.

MÉTODO

O projeto foi desenvolvido de modo remoto, através de encontros online pela plataforma *Uniamérica Blackboard Collaborate*. Foram realizados 4 encontros, sendo um encontro por semana, aos sábados e com duração de 1 hora e 30 minutos cada encontro. Como critérios de inclusão e exclusão foi levantado o sexo e a idade das participantes, sendo aceitas apenas pessoas do sexo feminino com mais de 18 anos. Houve um total de 12 inscrições que foram realizadas através do *link* na bio do *Instagram* da Escola de Saúde Colaborativa, parceira do projeto.

Durante os encontros online, foi solicitado aos participantes que abrissem a câmera eáudio para criar um *rapport*. O intuito era abordar o autocuidado com as mulheres com base nas fases do contato, trazendo no primeiro encontro a sensação; no segundo encontro a *awareness*, dando ênfase nas necessidades e limites; no terceiro encontro a mobilização e ação com enfoque na prática do autocuidado no dia a dia e, no quarto encontro a retirada e fechamento dos encontros. Nos encontros foram sendo realizados experimentos, dinâmicas e debates com base nos slides de breve explicação teórica, sendo acordado que cada integrante do grupo ficaria responsável por um dos encontros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto contou com 12 participantes de diferentes idades, conforme gráfico abaixo:

Gráfico 1: Idade das participantes

No perfil das participantes houveram diferentes níveis de escolaridade, tais como:

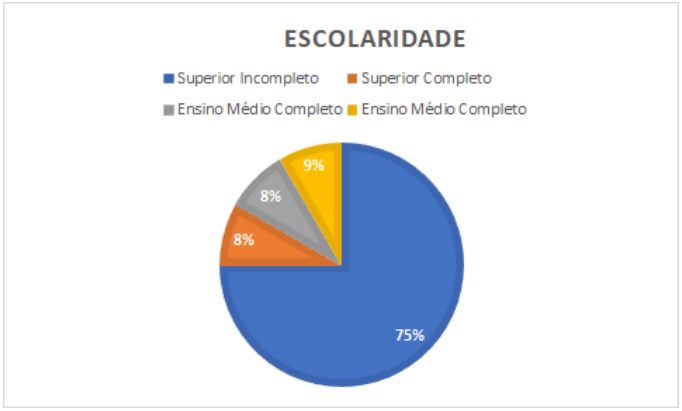


Gráfico 2: Escolaridade das participantes

Ao que diz respeito ao Estado das participantes, estão majoritariamente localizadas no Paraná:

Gráfico 3: Estado das participantes

Durante os encontros, foram coletados resultados qualitativos das participantes, que ao trazerem seus relatos e experiências de vida foram contribuindo para os debates e crescimento do grupo, os encontros foram baseados no Ciclo do contato, adaptado por Ênio Brito Pinto (2015), que considera oito principais fases no ciclo.

Dentre os referenciais teóricos utilizados está o livro *Ciclo do Contato* de Jorge Ponciano Ribeiro (2007), abordando assuntos como: A relação, o organismo-campo e como os indivíduos se ajustam e assimilam novos estímulos.

No formulário inicial, foram questionadas as expectativas das participantes em relaçãoao projeto. Estão descritas a seguir alguns comentários das participantes:

Participante 1: "Através do autocuidado, melhorar a relação comigo, reconhecendo minhaprópria importância.”.

Participante 2: “Ter o hábito de praticar o que foi passado no projeto.”

Participante 3: “Aprender a me acolher e não me cobrar de maneira excessiva”.

Participante 4: “Aprender artifícios para melhorar meu autoconhecimento”.

Ao final dos encontros, as participantes responderam ao formulário *feedback*, com a seguinte pergunta: Suas expectativas quanto ao projeto e ao conteúdo passado foram atingidas? Obteve-se as seguintes respostas:

Participante 1: “Me percebi mais aberta ao cuidado comigo mesma e ele se tornando parte da minha rotina”.

Participante 2: “Gostei muito do conteúdo, que foi passado, tivemos atividades mais dinâmicas, e teorias passadas com uma linguagem simples de entender. Também gostei do acolhimento das meninas com as participantes”.

Participante 3: “Os encontros superaram as minhas expectativas pois as reflexões foram sempre muito significativas e construtivas”.

Além disso, a seguinte pergunta foi feita: Você teve algum sentimento, passou por alguma reflexão ou mudança de atitude, em relação a sua autoconfiança e/ou autoestima, durante o percurso das oficinas? Foram trazidas as seguintes reflexões:

Participante 1: “Sim, com relação a mudança percebi que poderia mudar principalmente internamente, com relação a minha “relação” comigo mesma”.

Participante 2: “Sim, abordar o autocuidado e nossa interiorização foi ótimo”.

Participante 3: “Em relação a minha autoconfiança e autoestima, acredito que nada tenha mudado. Entretanto, o projeto me trouxe noção sobre a importância de cuidar de mim, ouvir meu corpo, entender seus sinais, e investir no meu autoconhecimento. acredito que essa sejauma prática que tenha efeito a longo prazo, e o projeto me deu um bom sentimento sobre aspráticas do autoconhecimento”.

Participante 4: “Sim, principalmente no encontro sobre retirada, que me fez perceber que muitas coisas que eu encerrava ou não e que me deixavam com sentimento de culpa, na verdade era algo necessário para o meu bem-estar, que encerrar algum ciclo, era também uma forma de autocuidado comigo mesma”.

Os experimentos e dinâmicas propostos durante os encontros foram delimitados de acordo com as demandas trazidas pelas participantes, o que colabora com Joyce e Sills (2016), sobre a Gestalt-Terapia partir do princípio de que o indivíduo possui as capacidades necessárias para a solução de seus problemas ou enfrentamento das adversidades, todavia,por algum motivo, seja por algo que ocorreu na infância ou no momento atual, pode ficar fixado em padrões disfuncionais, tendo isso em vista, observa-se a importância de encontrar ajustamentos criativos funcionais para o enfrentamento da crise ou resolução do problema, utilizando o compromisso com o vínculo criado entre as participantes, em uma relação

dialógica pela perspectiva de campo e ações criativas e experimentais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No contexto de pandemia em que nos encontramos, e com os impactos da COVID-19na vida da população, é notável a relevância de projetos que permitam aos indivíduos se expressarem, compartilhando suas vivências pessoais e auxiliando na promoção do autocuidado.

Através dos resultados apresentados, pode-se concluir que a realização deste projeto trouxe repercussões positivas tanto para as participantes quanto para as acadêmicas.

REFERÊNCIAS

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo do contato**. São Paulo: Summus, 1997.

JOYCE, P.; SILLS, C. **Técnicas em Gestalt: aconselhamento e psicoterapia.** Tradução de Vera Joscelyne. Petrópolis: Vozes, 2016.

Pinto, E. B. (2015). **Elementos para uma compreensão diagnóstica em psicoterapia: o ciclo docontato e os modos de ser.** São Paulo: Summus Editorial.

REIS MESQUITA, Giovana. **Aqui-e-Agora na gestalt-terapia: um diálogo com a sociologia da contemporaneidade.** Revista da Abordagem Gestáltica: *Phenomenological Studies*, Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt Terapia de Goiânia. Goiânia, 2011. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735615009.pdf>. Acesso em: 30 de agosto, 2021.

SILVA, Irene de Jesus et al. **Cuidado, autocuidado e cuidado de si: uma compreensão paradigmática para o cuidado de enfermagem.** Revista da Escola de Enfermagem da USP. 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342009000300028>. Acesso em: 04 de outubro de 2021.

STEVENS, J. O. (1988). **Tornar-se presente: Experimento de crescimento em gestalt-terapia.** São Paulo: Summus Editorial.

DESENVOLVENDO HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS EM FUNCIONÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ATENDIMENTO A CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM FOZ DO IGUAÇU - PR.

Diego Martins Dias[1], Eduardo Alves Gomes[1], Fara Sabrina Markievich[1], Maria Eduarda Muller dos Santos[1], Maria Gorette Tigre[1], Roberta Campos[1], Vitor Vinícius Tavares da Silva[1], Lissia Pinheiro[2]

[1]Acadêmicos (as) do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2]Psicóloga. Coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente:psicologia@uniamerica.br

INTRODUÇÃO

Em Foz do Iguaçu, no estado do Paraná, a população é de aproximadamente 260 mil habitantes (IBGE Cidades). E, para o atendimento assistencial de sua população conta com a participação das Organizações Não Governamentais - as ONGs. Esta participação está prevista na Lei maior e nas demais leis específicas.

A Associação objeto deste estudo é uma instituição não-governamental e sem fins lucrativos, fundada em 1991 por um religioso italiano pertencente à Congregação Pequenos Irmãos do Evangelho. Atende medida socioeducativa e acolhimento para crianças, adolescentes e famílias, em situação vulnerável. A perspectiva das atividades desenvolvidas nesta ONG é o aprofundamento das ações educativas, preventivas e curativas, subdividida em 4 programas. A iniciativa é uma parceria com a secretaria municipal de saúde e conta com o atendimento de 55 funcionários, distribuídos entre os programas.

Entendendo ser um grande desafio para os profissionais atuarem como protagonistas nas medidas socioeducacionais e acolhimento, este projeto, objetivou promover aprendizagem significativa sobre habilidades socioemocionais (HSE) associada à construção do conhecimento com os funcionários desta organização não governamental para aprimorar o relacionamento interpessoal. Os objetivos específicos definidos para as intervenções foram: a) Instrumentalizar os funcionários para lidarem com as situações de conflitos e estresse; b) Aprimorar os relacionamentos interpessoais entre os funcionários, ampliando seus recursos internos e potencialidades; c) Promover a comunicação não-violenta e comunicação assertiva entre os integrantes da equipe da instituição.

Denomina-se competências socioemocionais um grupo de habilidades importantes para o desenvolvimento global das pessoas que envolve aspectos sócio afetivos, emocionais, comportamentais e morais. A partir desse grupo de competência as pessoas direcionam seus

comportamentos, respondendo às relações sociais de forma mais adequada, ou em qualquer outro ambiente que esteja inserido (Muszkati e Oliveira, 2021).

De acordo com um grupo de pesquisadores, que se dedicam ao estudo das HSE, entre essas habilidades que podem ser apreendidas e que facilita a convivência das pessoas se encontram:

> **Assertividade.** É a maneira de se comportar na qual a pessoa não é agressiva, nem passiva. Nem agride, nem se submete à vontade de outras pessoas; Mas sim expressa as suas convicções e defende os seus direitos, respeitando os direitos, pensamentos e sentimentos dos outros.
> **Empatia.** É a habilidade que nos permite compreender, ainda que não estejamos de acordo, o ponto de vista dos demais, e demonstrar-lhes que estamos entendendo.
> **Saber escutar.** Consiste em escutar com atenção, saber o que a pessoa deseja nos comunicar e transmitir-lhe que recebemos a mensagem.
> **Definir um problema.** É habilidade que nos permite ser capazes de analisar uma situação tendo em conta todos os fatores que intervêm nela.
> **Avaliar soluções.** É a habilidade que nos permite, no momento de tomar uma decisão, analisar as consequências que terão as soluções propostas para as pessoas implicadas.
> **Negociação.** É a habilidade que tem como objetivo encontrar uma solução que seja aceita e resulte justa e adequada aos interesses das pessoas implicadas (GROP, 2009, p. 119).

Assim, é fundamental que todas as pessoas desenvolvam tais habilidades, principalmente os trabalhadores desta instituição pela natureza do seu labor, tendo em vista o atendimento de crianças e adolescentes em estado de vulnerabilidade. Justifica-se essa proposta de trabalho, por entender que tais habilidades se dominadas pelo profissional poderá auxiliar na prevenção de conflitos ou na resolução de problemas, uma vez que dependendo de cada situação vivenciada no local de trabalho há maneiras diferentes de agir, de forma a favorecer a relação com o outro. É justificável também pelo fato de que, as crianças e os adolescentes juntamente com seus familiares têm direito de ser atendidos por profissionais qualificados, Por outro lado, os trabalhadores têm direito de formação continuada.

Dessa forma, os funcionários em questão poderão aprimorar suas habilidades socioemocionais, para assim, além de aumentar a qualidade de suas ações diante do atendimento para com a demanda, poderão reivindicar seus direitos sem negar o direito dos demais. Contudo, a ideia é que os profissionais estejam preparados para facilitar a prevenção de conflitos por meio da empatia, da comunicação assertiva e ou não violenta, além da identificação e resolução de possíveis problemas vivenciados dentro e fora da instituição. A iniciativa almeja promover um ambiente ainda mais harmonioso no atendimento à demanda atendida por esta instituição, refletindo na eficiência e excelência na execução de suas atividades laborais.

MÉTODO

Participantes:

Equipe técnica do programa Casa da Criança (05 funcionários) Família Acolhedora (06 funcionários) e funcionários do setor administrativo (02 funcionários) .

Instrumentos:

Computador, aplicativo meet, texto digital, palestrantes especializados, vídeos; ficha de inscrição via docx, questionário de satisfação via formulário google .

Procedimentos:

Em decorrência da pandemia da covid 19 e o consequente distanciamento social, todos os contatos foram realizados via whatsApp. E, para a execução do projeto foram realizados quatro encontros on-line (plataforma *meet*), sendo que, em cada encontro era trabalhado uma habilidade socioemocional diferente. No primeiro encontro o tema foi "Comunicação Assertiva e não violenta", neste encontro tivemos a participação da Psicóloga Thainá Velazquez, a qual, palestrou e fez dinâmica relacionado ao tema. No segundo, "Empatia", no terceiro, "Resolução de problema e tomada de decisão", e no quarto, "Relacionamento Interpessoal". Neste encontro, tivemos a participação do Neuropsicopedagogo Rodrigo Boucinha da Silva. Em cada encontro abordou-se alguns tópicos correlacionados com o tema, bem como, realizou-se uma dinâmica para interagir com os participantes, após, abria-se espaço para debate. Ao final, para coleta de dados, aplicou-se o questionário de satisfação com questões fechadas (modelo da escala Likert) aberta. Como produto final, deixou-se na instituição um fichário com várias dicas de atividades sobre habilidades socioemocionais para serem desenvolvidas com crianças e adolescentes e até mesmo com as famílias.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção desenvolvida na instituição objeto de pesquisa, buscou promover aprendizagem sobre as habilidades socioemocionais (HSE) para com os funcionários, com vistas a aprimorar de forma significativa o relacionamento interpessoal entre a equipe e com a demanda atendida.

Entre os participantes desta formação estavam: 3 Assistentes Sociais, 2 Auxiliares Administrativos, 2 Coordenadores Técnicos, 3 Orientadoras Sociais, 1 Pedagoga e 2 Psicólogas. Em relação ao nível de estudo destes participantes, todos possuem curso Superior. Paralelo a intervenção promovida, buscou-se investigar a percepção destes funcionários sobre as HSE. A seguir, serão exploradas algumas informações obtidas com o questionário.

Sabe-se que o desenvolvimento das HSE são imprescindíveis nas instituições, por tornar estes ambientes melhores preparados para dirimir conflitos, aproximar os grupos de

trabalho e tornar os espaços mais harmônicos. A partir disso, buscou-se verificar junto aos trabalhadores desta instituição, se eles já haviam participado de outros projetos seguindo a mesma temática. O seguinte questionamento foi realizado: Você já participou de outros projetos que abordassem temáticas relacionadas às habilidades socioemocionais?

Dos 13 participantes 07 (53,8%) responderam que já haviam participado de cursos sobre as HSE e 06 (46,2%) não tinham participado. É importante que as instituições oportunize seus funcionários em formação continuada envolvendo entre outras, esta temática, pois, de acordo com Damásio (2017, p. 244) estudos indicam que "pessoas com maiores níveis de HSE apresentam atitudes mais positivas em relação a si mesmo, incluindo maior autoestima, autoeficácia, maior persistência frente a objetivos, melhores relacionamentos interpessoais, maior comprometimento (...)".

Na questão posterior perguntou-se: Em sua atuação profissional e vida pessoal, a empatia é importante? Porquê? Todas as respostas tabuladas seguiram o mesmo padrão: "Sim, a todo momento precisamos nos colocar no lugar do outro, principalmente quando nos referimos às famílias e participantes"; "É muito importante, para sempre ter um olhar diferente para o outro". A compreensão do conceito de empatia entre estes trabalhadores é de extrema importância uma vez que, a maioria da demanda atendida por eles vêm de comunidades carentes, com famílias muitas vezes desestruturadas com baixo ou nenhum poder aquisitivo e até mesmo, aquelas famílias que têm poder aquisitivo, mas encontra-se com uma criança e ou adolescente em situação de risco social. Para Muszkati e Oliveira (2021) a empatia é a capacidade da pessoa além de reconhecer e compreender o que a outra pessoa está sentindo, também ser solidário ao próximo, projetando em si mesmo um sentimento semelhante, se colocando no lugar do outro e promovendo uma resposta emocional condizente com a situação.

Com o intuito de desvelar a absorção dos conteúdos trabalhados durante a capacitação dos participantes em relação às HSE, foram realizadas 03 afirmações no questionário, respondidas a partir da escala Likert. A primeira afirmativa, foi: "A experiência adquirida com a formação sobre as habilidades socioemocionais vai contribuir com minha prática profissional e pessoal". Para tal afirmação, 08 pessoas concordam totalmente, 04 concordaram e 01 pessoa discordou totalmente".

Na segunda afirmação trazia-se: "O conhecimento adquirido com o tema 'Resolução de problemas e tomada de decisões' servirá de instrumento para auxiliar a equipe na resolução de conflitos e tomada de decisão". Nesta afirmativa 09 pessoas concordaram totalmente e 04 concordaram.

Na terceira e última afirmação, mencionava-se: "Um relacionamento interpessoal sadio no ambiente de trabalho, evita conflitos, ajuda a promover feedbacks honestos, apoio durante momentos de crise, melhor divisão das tarefas e melhora do clima organizacional.virá

de instrumento para auxiliar a equipe nas resolução de conflitos e tomada de decisão".Nesta questão, 08 pessoas concordaram totalmente e 05 concordaram.

Analisando as respostas de tais afirmações, percebe-se que, de fato, os conteúdos abordados na capacitação foram absorvidos pelos participantes, que compreenderam a relevância e a aplicabilidade das HSE no cotidiano de suas atividades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As habilidades socioemocionais favorecem as relações entre as pessoas, por isso, é importante desenvolvê-las em todos os ambientes, incluindo o ambiente organizacional. Constatou-se que, dos trabalhadores 46,2% não haviam participado de cursos relacionados às HSE, entretanto, a partir desta capacitação, todos puderam ter contato com o tema. Na percepção dos funcionários, o aprendizado obtido com a formação ministrada será útil para aprimorar o relacionamento pessoal e profissional, refletindo positivamente no atendimento para com as crianças, adolescentes e seus familiares dentro e fora da instituição.

REFERÊNCIAS

DAMÁSIO, B. Mensurando habilidades socioemocionais de crianças e adolescentes: desenvolvimento e validação de uma bateria. (Nota técnica). Bruno Figueiredo Magalhães. Rio de Janeiro: Departamento de Psicometria da Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2017.

GROP: Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica. Barcelona. España. Projeto e realização: Parramón Ediciones, S.A. Editor Jesús Araújo. Textos e realização de atividades: Rafael Bisquerra Alzina, Núria Pérez Escoda, Montserrat Cuadrado Bonilla, Èlia López Cassà, Gemma Filella Guiu, Meritxell Obiols Soler, 1ª ed. março de 2009, Parramón Ediciones, SA.

IBGE CIDADES. Panorama Foz do Iguaçu. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pr/foz-do-iguacu/panorama>. Acesso em 01 de maio. 2021.

OLIVEIRA, Patricia Vieira de; MUSZKAT, Mauro. Revisão integrativa sobre métodos e estratégias para promoção de habilidades socioemocionais. Rev. psicopedag., São Paulo , v. 38, n. 115, p. 91-103, abr. 2021 . Disponível em <http://dx.doi.org/10.51207/2179-4057.20210008>. Acesso em 15 jun. 2021.

ESTRUTURA AVALIATIVA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS

Juliana Scroccaro[1], Karina Polyceno[1], Karolina Vieira Vissoto[1], Larissa Oliva[1], Maria Luiza Souza Novaes[1] Aline Niemeyer[2], Amanda Silva Pereira Berg[3], Jennifer Rafaela Serafim Ferezim[3].

INTRODUÇÃO

As habilidades socioemocionais (HSE) são capacidades individuais que se manifestam no modo de pensar, sentir e nos comportamentos ou atitudes para se relacionar consigo mesmo e com os outros, estabelecer objetivos, tomar decisões e enfrentar situações adversas ou novas. (INSTITUTO AYRTON SENNA, 2020). As mesmas devem ser desenvolvidas com intencionalidade nas instituições de ensino, junto com as habilidades cognitivas, promovendo integralmente o ser humano.

A demandante Yázigi é uma escola de idiomas (inglês, espanhol e intercâmbio) que proporciona o programa bilíngue, ofertado no contraturno chamado Explore, é focado em aprendizagem criativa e no desenvolvimento de competências socioemocionais (comunicação, empatia, colaboração, pensamento crítico, autonomia e criatividade) através de atividades integradas nos eixos da Arte, Corpo e Tecnologia.

Na sala de aula cada mediador permanece com no máximo dez alunos, sendo que as aulas ocorrem duas vezes por semana, distribuídas em ciclos contendo uma hora cada, fazendo a rotação entre os ciclos, ou seja, cada aluno participa de dois ciclos e uma hora de aula de inglês. O programa encontra dificuldade em mensurar as habilidades socioemocionais de forma concreta, a fim de mostrar progresso no desenvolvimento pessoal das crianças. Diante deste cenário, nos deparamos com a seguinte problemática: Como mensurar o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos alunos de 6 a 10 anos do projeto Explore da Escola de Inglês Yazigi?

Este trabalho teve como objetivo sugerir uma estrutura avaliativa que mensure o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, de acordo com a metodologia de ensino utilizada no Explore.

Em 2014 ocorreu o Fórum Internacional de Políticas Públicas - Educar para as competências do século 21 - promovido pelo MEC, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas

[1] Acadêmicos do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Graduada em Direito, Graduada em Psicologia, Professora, Especialização em Educação e Psicologia Positiva.
[3] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. e-mail: amanda.berg@descomplica.com.br e Jennifer.ferezim@descomplica.com.br

Educacionais Anísio Teixeira, *Organisation for Economic Coperation and Development* e o Instituto Ayrton Senna - o qual reuniu lideranças educacionais de vários países para compartilhar conhecimentos sobre as habilidades socioemocionais tendo como foco as melhores práticas para a aprendizagem e progresso social (ABED, 2016). Diante deste fato para escopo deste trabalho, escolheu-se trabalhar com os estudos realizados pelo Instituto Ayrton Senna, pois apresenta maior proximidade da abordagem das habilidades socioemocionais utilizadas pela Escola Yazigi.

METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, com abordagem qualitativa de natureza aplicada, tendo como objetivo a pesquisa exploratória e o estudo de caso. O tempo de duração do projeto foi de um semestre. Os participantes foram os alunos entre seis e quatorze anos e os mediadores do programa Explore da escola de idiomas Yázigi de Foz do Iguaçu-PR. Utilizamos como material gravador de áudio, caderno e caneta, Excel e Word.

Foram promovidas reuniões com especialistas das áreas da: psicologia, pedagogia, psicopedagogia e tecnologias educacionais, assim como reuniões de alinhamento com a escola, com o propósito de aprofundamento e entendimento da metodologia da instituição e compreensão da demanda.

Foram realizadas quatro visitas na escola de idiomas: na primeira ocorreu uma entrevista semiestruturada que foi gravada com a permissão da entrevistada, os dados foram transcritos e utilizados para entendimento posterior. Na segunda foi observação de campo realizada no período da manhã e estavam presentes na aula dez alunos e dois mediadores. Na terceira reunião foram realizados ajustes e alinhamentos com a diretora pedagógica e duas mediadoras, sobre alguns pontos que haviam ficado pendentes e dúvidas que surgiram durante a pesquisa. E por último a apresentação dos resultados do projeto para a diretora pedagógica.

As visitas em campo do projeto foram divididas entre as integrantes, assim como algumas etapas do estudo teórico e a construção dos documentos entregue à escola, porém houveram trocas constantes de informações. A elaboração dos documentos foi feita a partir da descrição dos conceitos das habilidades socioemocionais, e dos descritores elaborados com embasamento teórico dos estudos realizados pelo Instituto Ayrton Senna. Além disso foram trazidos exemplos observados em campo para melhor compreensão.

Como forma de apresentar e agrupar a estrutura avaliativa, foi usado um fluxograma com as etapas da avaliação: Alinhamento com os professores, Anamnese, Registro, Rubrica, Portifólio, Autoavaliação e Feedback. Entendeu-se que apenas um método não seria cabível

de mensurar as habilidades socioemocionais e cada uma é importante para chegar em um resultado concreto.

A Anamnese foi elaborada em três formatos: em forma de entrevista, via on-line pelo Google Forms e arquivo para preenchimento, a escolher conforme necessidade da escola e das famílias. Para a etapa de Registro foi criado um documento de anotações para registro das ocorrências importantes do dia, e uma tabela com palavras-chave para check. A Rubrica foi feita a partir das habilidades socioemocionais e para cada habilidade foi elaborado cinco descritores, com porcentagem designados a cada.

Para Portifólio foram deixadas sugestões de como poderia ser construído (em Docs, Word, papel) e as etapas que deveria conter. Dada a metodologia tecnológica da escola, a sugestão foi o Webfolio (Portifólio Digital), apresentando como recurso para a sua construção, o Google Sites.

Na etapa da Autoavaliação, foi elaborado um jogo em que as crianças pudessem ser avaliadas de forma lúdica sem que soubessem, foi proposto a aplicação da atividade ao final do ciclo. A intenção do jogo seria que as crianças percebessem nelas o desenvolvimento das habilidades mediante a conceituação e indagações da mediadora.

Quanto ao Feedback frisou-se que ele deve estar presente em todo o processo de aprendizagem, sendo feito de maneira geral ao final de cada aula. Foram deixadas dicas de como realizar um bom Feedback, e foi sugerido que ao final de cada ciclo fosse feito um Feedback Oral direcionado ao aluno, com uma linguagem adequada a faixa etária (se possível na presença dos pais) e um feedback escrito, direcionado aos pais sobre o desenvolvimento do aluno, enviado via mensagem, e-mail ou folha impressa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado da pesquisa foram elaborados dois documentos, o Relatório Yázigi produzido com o intuito de explicar o porquê da estrutura avaliativa proposta, contendo o objetivo de cada etapa, a justificativa da escolha e uma sugestão da aplicação do procedimento; a elaboração do Fluxograma da Estrutura Avaliativa, elaborado em forma de painel para acesso rápido, o qual é composto por documentos anexo referente a cada etapa da estrutura.

Na reunião final apresentamos o Relatório Yázigi com as etapas da estrutura avaliativa e o Fluxograma com seus respectivos modelos de documentos. A diretora pedagógica ouviu a proposta e fez colocações sobre sua aplicabilidade. Um ponto importante esclarecido na apresentação foi o de que eram sugestões de aplicação, e que quando desenhada a estrutura foi considerado o dia observado e os dados levantados.

Um segundo ponto levado foi o de que o projeto havia sido repensado como uma

consultoria, dado a complexidade da aplicação e acompanhamento dentro do período de um semestre de projeto integrador. Neste sentido foi entregue a proposta para aplicação na escola para o próximo ano, e foi cogitado o acompanhamento da aplicação por meio de projeto de extensão.

Foi mencionada a importância de alinhamento com os professores sobre o que observar para avaliar assim como a constante manutenção dos processos. Certamente a estrutura apresentada não pode ser tratada como algo fixo e imutável, ela deve ser revista sempre que necessário conforme o perfil das crianças e necessidade da escola e das famílias. Foi pontuada a questão de os mediadores não serem pedagogos e a necessidade de uma linguagem de fácil compreensão.

O retorno da escola ao projeto foi positivo, a diretora pedagógica mencionou sobre incluir a estrutura avaliativa no calendário do próximo ano, e que no planejamento irá considerar o tempo necessário para realizá-las, assim como a viabilidade da proposta. Foi informado sobre a possibilidade de não conseguir aplicar toda a estrutura. Foram apontadas questões sobre a checagem exaustiva dos critérios de avaliação e a adaptação dos professores quanto a estrutura, e foi constatado que é algo que precisará de aplicação para posterior análise e talvez reformulações.

CONCLUSÃO

Os documentos elaborados neste projeto integrador proporcionaram à escola de línguas Yázigi, uma estrutura avaliativa que pudesse mensurar de forma concreta o desenvolvimento das habilidades socioemocionais de crianças de seis a quatorze anos.

Este projeto proporcionou ao grupo um estudo sobre o papel da avaliação como meio de concretizar o desenvolvimento das crianças e não como uma forma de punição.

Compreendeu-se a importância do registro diário como um meio tangível que ajuda o professor a ter uma visão global do desenvolvimento do aluno (GUEDES e NASCIMENTO, 2018). Já a rubrica apresentou uma forma de padronização dos critérios avaliativos do início ao fim para todos os alunos, sendo uma ferramenta que possibilita avaliar a construção e o desenvolvimento e não apenas a entrega final (MARCHETI, 2020).

Quanto ao Portfólio entendeu-se ser uma forma de avaliação dinâmica em que o aluno é protagonista, através dele é possível uma reflexão crítica, além disso ele está inserido na esfera da autoavaliação (HERNÁNDEZ; 2000, apud ALVES; 2003). Na autoavaliação, o grande desafio deste trabalho por se tratar de crianças, deve fornecer ao aluno uma percepção sobre o próprio desempenho proporcionando-lhe autoconhecimento e a possibilidade de identificar e corrigir seus erros (BIBIANO, 2010). O Feedback, por sua vez,

mostra sua importância no processo de ajuda para mudanças de comportamento, assim como o alcance dos objetivos (MOSCOVICI, 2011 apud FARIA 2017).

Certamente este projeto corroborou para a importância do processo avaliativo, como ferramenta de acompanhamento do desenvolvimento da criança, assim como a necessidade de mensurar de forma concreta as habilidades socioemocionais. Ao elaborar os documentos entendeu-se a complexidade da avaliação e a real intencionalidade por trás dela.

REFERÊNCIAS

ABED, Anita Lilian Zuppo. **O desenvolvimento das habilidades socioemocionais como caminho para a aprendizagem e o sucesso escolar de alunos da educação básica.** Constr. psicopedag. [online]. 2016, vol.24, n.25, pp. 8-27. ISSN 1415-

ALVES, Leonir Pessate. **PORTFÓLIOS COMO INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOS PROCESSOS DE ENSINAGEM.** 2003. Disponível em:<http://www.anped.org.br/biblioteca/item/portfolios-como-instrumentos-de-avaliacao-dos-processos-de-ensinagem>. Acesso em: 04/10/21.

BIBIANO, Bianca**. Autoavaliação: Como ajudar seus alunos nesse processo,** 2010. Disponível em: https://novaescola.org.br/conteudo/432/autoavaliacao-como-ajudar-seus-alunos-nesse-processo. Acesso em: 05/10/21.

FARIA, Sandra Cristina dos Reis Guimarães. **Feedback- Diálogo para o desenvolvimento da pessoa e da organização.** CEUB- Educação Superior, 2017. Disponível em:https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/12169. Acesso em: 04/10/21.

GUEDES, Adrianne Ogêda; NASCIMENTO, Anelise Monteiro do. **Nos passos da experiência: registro e pesquisa na educação infantil**. 2018, vol.48, n.170, pp.1230-1235.

INTITUTO AYRTON SENNA. **Competências socioemocionais para contextos de crise. 2020**. Disponível em: https://institutoayrtonsenna.org.br/pt-br/socioemocionais-para-crises.html. Acesso em: 20/09/2021.

MARCHETI, Ana Paula do Carmo. **Rubricas: um importante instrumento para correção de desempenho discente.** Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar. Mossoró, v.6, n.16, abril de 2020.

ESTRUTURA AVALIATIVA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS

Juliana Scroccaro[1], Karina Polyceno[1], Karolina Vieira Vissoto[1], Larissa Oliva[1], Maria Luiza Souza Novaes[1] Aline Niemeyer[2], Amanda Silva Pereira Berg[3], Jennifer Rafaela Serafim Ferezim[3].

INTRODUÇÃO

As habilidades socioemocionais (HSE) são capacidades individuais que se manifestam no modo de pensar, sentir e nos comportamentos ou atitudes para se relacionar consigo mesmo e com os outros, estabelecer objetivos, tomar decisões e enfrentar situações adversas ou novas. (INSTITUTO AYRTON SENNA, 2020). As mesmas devem ser desenvolvidas com intencionalidade nas instituições de ensino, junto com as habilidades cognitivas, promovendo integralmente o ser humano.

A demandante Yázigi é uma escola de idiomas (inglês, espanhol e intercâmbio) que proporciona o programa bilíngue, ofertado no contraturno chamado Explore, é focado em aprendizagem criativa e no desenvolvimento de competências socioemocionais (comunicação, empatia, colaboração, pensamento crítico, autonomia e criatividade) através de atividades integradas nos eixos da Arte, Corpo e Tecnologia.

Na sala de aula cada mediador permanece com no máximo dez alunos, sendo que as aulas ocorrem duas vezes por semana, distribuídas em ciclos contendo uma hora cada, fazendo a rotação entre os ciclos, ou seja, cada aluno participa de dois ciclos e uma hora de aula de inglês. O programa encontra dificuldade em mensurar as habilidades socioemocionais de forma concreta, a fim de mostrar progresso no desenvolvimento pessoal das crianças. Diante deste cenário, nos deparamos com a seguinte problemática: Como mensurar o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos alunos de 6 a 10 anos do projeto Explore da Escola de Inglês Yazigi?

Este trabalho teve como objetivo sugerir uma estrutura avaliativa que mensure o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, de acordo com a metodologia de ensino utilizada no Explore.

Em 2014 ocorreu o Fórum Internacional de Políticas Públicas - Educar para as competências do século 21 - promovido pelo MEC, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas

[1] Acadêmicos do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Graduada em Direito, Graduada em Psicologia, Professora, Especialização em Educação e Psicologia Positiva.
[3] Docente do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. e-mail: amanda.berg@descomplica.com.br e Jennifer.ferezim@descomplica.com.br

Educacionais Anísio Teixeira, *Organisation for Economic Coperation and Development* e o Instituto Ayrton Senna - o qual reuniu lideranças educacionais de vários países para compartilhar conhecimentos sobre as habilidades socioemocionais tendo como foco as melhores práticas para a aprendizagem e progresso social (ABED, 2016). Diante deste fato para escopo deste trabalho, escolheu-se trabalhar com os estudos realizados pelo Instituto Ayrton Senna, pois apresenta maior proximidade da abordagem das habilidades socioemocionais utilizadas pela Escola Yazigi.

METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, com abordagem qualitativa de natureza aplicada, tendo como objetivo a pesquisa exploratória e o estudo de caso. O tempo de duração do projeto foi de um semestre. Os participantes foram os alunos entre seis e quatorze anos e os mediadores do programa Explore da escola de idiomas Yázigi de Foz do Iguaçu-PR. Utilizamos como material gravador de áudio, caderno e caneta, Excel e Word.

Foram promovidas reuniões com especialistas das áreas da: psicologia, pedagogia, psicopedagogia e tecnologias educacionais, assim como reuniões de alinhamento com a escola, com o propósito de aprofundamento e entendimento da metodologia da instituição e compreensão da demanda.

Foram realizadas quatro visitas na escola de idiomas: na primeira ocorreu uma entrevista semiestruturada que foi gravada com a permissão da entrevistada, os dados foram transcritos e utilizados para entendimento posterior. Na segunda foi observação de campo realizada no período da manhã e estavam presentes na aula dez alunos e dois mediadores. Na terceira reunião foram realizados ajustes e alinhamentos com a diretora pedagógica e duas mediadoras, sobre alguns pontos que haviam ficado pendentes e dúvidas que surgiram durante a pesquisa. E por último a apresentação dos resultados do projeto para a diretora pedagógica.

As visitas em campo do projeto foram divididas entre as integrantes, assim como algumas etapas do estudo teórico e a construção dos documentos entregue à escola, porém houveram trocas constantes de informações. A elaboração dos documentos foi feita a partir da descrição dos conceitos das habilidades socioemocionais, e dos descritores elaborados com embasamento teórico dos estudos realizados pelo Instituto Ayrton Senna. Além disso foram trazidos exemplos observados em campo para melhor compreensão.

Como forma de apresentar e agrupar a estrutura avaliativa, foi usado um fluxograma com as etapas da avaliação: Alinhamento com os professores, Anamnese, Registro, Rubrica, Portifólio, Autoavaliação e Feedback. Entendeu-se que apenas um método não seria cabível de mensurar as habilidades socioemocionais e cada uma é importante para chegar em um

resultado concreto.

A Anamnese foi elaborada em três formatos: em forma de entrevista, via on-line pelo Google Forms e arquivo para preenchimento, a escolher conforme necessidade da escola e das famílias. Para a etapa de Registro foi criado um documento de anotações para registro das ocorrências importantes do dia, e uma tabela com palavras-chave para check. A Rubrica foi feita a partir das habilidades socioemocionais e para cada habilidade foi elaborado cinco descritores, com porcentagem designados a cada.

Para Portifólio foram deixadas sugestões de como poderia ser construído (em Docs, Word, papel) e as etapas que deveria conter. Dada a metodologia tecnológica da escola, a sugestão foi o Webfolio (Portifólio Digital), apresentando como recurso para a sua construção, o Google Sites.

Na etapa da Autoavaliação, foi elaborado um jogo em que as crianças pudessem ser avaliadas de forma lúdica sem que soubessem, foi proposto a aplicação da atividade ao final do ciclo. A intenção do jogo seria que as crianças percebessem nelas o desenvolvimento das habilidades mediante a conceituação e indagações da mediadora.

Quanto ao Feedback frisou-se que ele deve estar presente em todo o processo de aprendizagem, sendo feito de maneira geral ao final de cada aula. Foram deixadas dicas de como realizar um bom Feedback, e foi sugerido que ao final de cada ciclo fosse feito um Feedback Oral direcionado ao aluno, com uma linguagem adequada a faixa etária (se possível na presença dos pais) e um feedback escrito, direcionado aos pais sobre o desenvolvimento do aluno, enviado via mensagem, e-mail ou folha impressa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado da pesquisa foram elaborados dois documentos, o Relatório Yázigi produzido com o intuito de explicar o porquê da estrutura avaliativa proposta, contendo o objetivo de cada etapa, a justificativa da escolha e uma sugestão da aplicação do procedimento; a elaboração do Fluxograma da Estrutura Avaliativa, elaborado em forma de painel para acesso rápido, o qual é composto por documentos anexo referente a cada etapa da estrutura.

Na reunião final apresentamos o Relatório Yázigi com as etapas da estrutura avaliativa e o Fluxograma com seus respectivos modelos de documentos. A diretora pedagógica ouviu a proposta e fez colocações sobre sua aplicabilidade. Um ponto importante esclarecido na apresentação foi o de que eram sugestões de aplicação, e que quando desenhada a estrutura foi considerado o dia observado e os dados levantados.

Um segundo ponto levado foi o de que o projeto havia sido repensado como uma consultoria, dado a complexidade da aplicação e acompanhamento dentro do período de um

semestre de projeto integrador. Neste sentido foi entregue a proposta para aplicação na escola para o próximo ano, e foi cogitado o acompanhamento da aplicação por meio de projeto de extensão.

Foi mencionada a importância de alinhamento com os professores sobre o que observar para avaliar assim como a constante manutenção dos processos. Certamente a estrutura apresentada não pode ser tratada como algo fixo e imutável, ela deve ser revista sempre que necessário conforme o perfil das crianças e necessidade da escola e das famílias. Foi pontuada a questão de os mediadores não serem pedagogos e a necessidade de uma linguagem de fácil compreensão.

O retorno da escola ao projeto foi positivo, a diretora pedagógica mencionou sobre incluir a estrutura avaliativa no calendário do próximo ano, e que no planejamento irá considerar o tempo necessário para realizá-las, assim como a viabilidade da proposta. Foi informado sobre a possibilidade de não conseguir aplicar toda a estrutura. Foram apontadas questões sobre a checagem exaustiva dos critérios de avaliação e a adaptação dos professores quanto a estrutura, e foi constatado que é algo que precisará de aplicação para posterior análise e talvez reformulações.

CONCLUSÃO

Os documentos elaborados neste projeto integrador proporcionaram à escola de línguas Yázigi, uma estrutura avaliativa que pudesse mensurar de forma concreta o desenvolvimento das habilidades socioemocionais de crianças de seis a quatorze anos.

Este projeto proporcionou ao grupo um estudo sobre o papel da avaliação como meio de concretizar o desenvolvimento das crianças e não como uma forma de punição.

Compreendeu-se a importância do registro diário como um meio tangível que ajuda o professor a ter uma visão global do desenvolvimento do aluno (GUEDES e NASCIMENTO, 2018). Já a rubrica apresentou uma forma de padronização dos critérios avaliativos do início ao fim para todos os alunos, sendo uma ferramenta que possibilita avaliar a construção e o desenvolvimento e não apenas a entrega final (MARCHETI, 2020).

Quanto ao Portfólio entendeu-se ser uma forma de avaliação dinâmica em que o aluno é protagonista, através dele é possível uma reflexão crítica, além disso ele está inserido na esfera da autoavaliação (HERNÁNDEZ; 2000, apud ALVES; 2003). Na autoavaliação, o grande desafio deste trabalho por se tratar de crianças, deve fornecer ao aluno uma percepção sobre o próprio desempenho proporcionando-lhe autoconhecimento e a possibilidade de identificar e corrigir seus erros (BIBIANO, 2010). O Feedback, por sua vez, mostra sua importância no processo de ajuda para mudanças de comportamento, assim como

o alcance dos objetivos (MOSCOVICI, 2011 apud FARIA 2017).

Certamente este projeto corroborou para a importância do processo avaliativo, como ferramenta de acompanhamento do desenvolvimento da criança, assim como a necessidade de mensurar de forma concreta as habilidades socioemocionais. Ao elaborar os documentos entendeu-se a complexidade da avaliação e a real intencionalidade por trás dela.

REFERÊNCIAS

ABED, Anita Lilian Zuppo. **O desenvolvimento das habilidades socioemocionais como caminho para a aprendizagem e o sucesso escolar de alunos da educação básica.** Constr. psicopedag. [online]. 2016, vol.24, n.25, pp. 8-27. ISSN 1415-

ALVES, Leonir Pessate. **PORTFÓLIOS COMO INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOS PROCESSOS DE ENSINAGEM.** 2003. Disponível em:<http://www.anped.org.br/biblioteca/item/portfolios-como-instrumentos-de-avaliacao-dos-processos-de-ensinagem>. Acesso em: 04/10/21.

BIBIANO, Bianca**. Autoavaliação: Como ajudar seus alunos nesse processo,** 2010. Disponível em: https://novaescola.org.br/conteudo/432/autoavaliacao-como-ajudar-seus-alunos-nesse-processo. Acesso em: 05/10/21.

FARIA, Sandra Cristina dos Reis Guimarães. **Feedback- Diálogo para o desenvolvimento da pessoa e da organização.** CEUB- Educação Superior, 2017. Disponível em:https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/12169. Acesso em: 04/10/21.

GUEDES, Adrianne Ogêda; NASCIMENTO, Anelise Monteiro do. **Nos passos da experiência: registro e pesquisa na educação infantil**. 2018, vol.48, n.170, pp.1230-1235.

INTITUTO AYRTON SENNA. **Competências socioemocionais para contextos de crise. 2020**. Disponível em: https://institutoayrtonsenna.org.br/pt-br/socioemocionais-para-crises.html. Acesso em: 20/09/2021.

MARCHETI, Ana Paula do Carmo. **Rubricas: um importante instrumento para correção de desempenho discente.** Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar. Mossoró, v.6, n.16, abril de 2020.

INFORMAÇÃO EDUCATIVA E PREVENTIVA EM ACIDENTES E ATAQUES DE ANIMAISSILVESTRES

Amanda Caroline Centenaro[1], Ketlin Rech[1], Marcela Fabri Cardoso Vicente[1], Daniela Andressa Minuceli de Paiva[2], Fátima Regina Bergonsi Debald[2]

INTRODUÇÃO

O município de Foz do Iguaçu, localizado no estado do Paraná, Brasil é um dos mais conhecidos destinos turísticos do Brasil, possuindo diversas atrações e uma natureza exuberante. Faz parte desses destinos o Parque Nacional do Iguaçu, onde fica localizado um lugar que encanta a todos por sua beleza, as fascinantes Cataratas do Iguaçu, uma cachoeira com 275 quedas d'água. Dentro desse contexto, no Parque Nacional do Iguaçu, que é também uma área de preservação ambiental e animal há uma grande extensão de Mata Atlântica por isso o contato com espécies silvestres é comum em nossa região.

Considerando as especificidades da nossa cidade, essa pesquisa surgiu do interesse em saber principalmente se as pessoas que residem aqui estão preparadas e sabem o que fazer caso tenham contato ou sofram acidentes com animais silvestres. Sendo assim, a pergunta que norteou a pesquisa foi a seguinte: Como informar a população de Foz do Iguaçu sobre como proceder em caso de acidentes ou ataques de animais silvestres?

Teve-se como objetivo conscientizar a população de Foz do Iguaçu sobre a prevenção e como proceder caso sofram algum acidente ou ataque de animal silvestre, bem como identificar sintomas ocasionados por acidentes de animais silvestres, possíveis tratamentos e consequências dos acidentes para a saúde humana, identificar doenças transmitidas por animais silvestres, saber o que fazer e onde recorrer caso os indivíduos encontrem algum animal em sua residência, ou na rua, enfim, fora do seu habitat natural.

Os teóricos que embasaram a pesquisa foram Behling et. al (2013), Silva (2011),Silva (2016), Silva et. al (2019), Chagas; D'Agostini; Betrame (2010), Gil (2002), bem comoo Boletim Epidemiológico da Secretaria de Vigilância em Saúde, Ministério da Saúde (2018). A pesquisa apoiou-se em Behling et al. (2013), que realizaram em 2009 um Programa

[1] Acadêmica do curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu-PR.

[2]Docentes do curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu – PR.

E-mail dos autores correspondentes: danielapaiva560@gmail.com

de Educação Ambiental (PEA) em parceria com o Núcleo de Reabilitação daFauna Silvestre (NURFS) e Centro de Triagem de Animais Silvestres (CETAS) naUniversidade Federal de Pelotas (UFPEL). O Programa promoveu diversas atividades em diferentes locais: a própria sede do NURFS e outros materiais da área**.**

Behling et al. (2013) também destacam a importância da atividade extensionista realizada pela Universidade, que proporciona a formação integral dos estudantes envolvidos e contribui ainda com a sociedade, ou seja, através de projetos de extensão é possível encontrar soluções para demandas reais da sociedade aliando-se a prática à teoria aprendida. Desta forma, o nosso projeto de extensão buscou conscientizar as pessoas sobre os acidentes com animais silvestres, sendo que o mesmo se aproxima com a comunidade.

Verificou-se através das pesquisas que os animais silvestres podem transmitir a raiva ao ser humano e a outros animais. Brasil (2005 *apud* Silva, p. 11, 2011) descreve essa doença como sendo uma "[...] encefalite aguda causada por vírus". Silva (2016), aponta que a raiva é composta por diferentes ciclos, sendo um deles conhecido como silvestre, por ser transmitido por mamíferos silvestres. Brasil (2005 *apud* Silva, 2011), afirma ainda que todos os mamíferos estão sujeitos à infecção que ocorre pela penetração do vírus presente na saliva do animal por meio de mordedura, arranhadura ou lambedura, sendo muito perigosa, pois ocasiona a morte do indivíduo infectado em quase 100% dos casos.

É importante destacar que conforme aponta a Organização Pan-Americana de Saúde (2006 apud Silva, 2011), os países da América que mais apresentaram casos deraiva são o Brasil, Colômbia e Peru, decorrentes do grande número de agressões por morcego hematófago.

Para Silva (2011), atualmente o número de casos da doença transmitidos por morcegos vêm aumentando e o grande desafio é detectar precocemente a circulação do vírus em animais silvestres, além de manter o controle da doença através da vacinação de animais domésticos.

Com relação a outros animais silvestres, Martins; Becil (2018 *apud* Silva et. al, 2019) afirmam que, na região das Américas os acidentes por abelhas têm se tornado um problema preocupante, pois, esses acidentes podem evoluir para quadros clínicos graves em humanos e até mesmo levar à morte do indivíduo.

Em conformidade a Brazil et al. (2009 apud Chagas; D'Agostini; Betrame, 2010), os acidentes ocasionados por aranhas são um problema de saúde pública, principalmente nas regiões tropicais do mundo. O Brasil está localizado entre o trópico de capricórnio e a linha do Equador, sendo assim, um país tropical.

Os escorpiões também causam acidentes e ataques no Brasil. Partindo-se de um panorama mais atualizado sobre esses acidentes, segundo o Boletim Epidemiológico da Secretaria de Vigilância em Saúde, Ministério da Saúde (2018), acidentes escorpiônicos, ou

escorpionismo são caracterizados pelo envenenamento causado pela inoculação do veneno, que é chamado de peçonha, os principais causadores de acidentes por animais peçonhentos no Brasil são os escorpiões.

Conforme os autores que embasaram a pesquisa, acidentes com animais silvestres são comuns em algumas regiões do Brasil e nossa pesquisa, aplicada no contexto em que vivemos também demonstrou que em nossa região, acidentes e ataques de animais silvestres são frequentes, sendo necessário um projeto que traga informações à população.

METODOLOGIA

Com relação à metodologia aplicada na pesquisa, foi realizada uma pesquisa de cunho qualitativo com aplicação de questionário semiestruturado feito na plataforma do G*oogle Forms*. Para Gil (2002), na pesquisa qualitativa é possível definir uma sequência de atividades, que pressupõe a redução, categorização e interpretação dos dados coletados para a produção do relatório.

Com relação ao questionário, que foi o nosso instrumento de pesquisa, "[...] Por questionário entende-se um conjunto de questões que são respondidas por escrito pelo pesquisado." (GIL, 2002, p.114).

Em nossa pesquisa foi criado um questionário semiestruturado na plataforma *Google Forms* com algumas perguntas fechadas e abertas de respostas curtas. A aplicação se deu via whatsapp, sendo enviado e compartilhado o link do questionário para familiares, amigos, colegas de trabalho e pessoas que conhecemos, foi ainda enviado para um grande número de professores e acadêmicos do Centro Universitário União das Américas.

Segundo o site do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), a população de Foz do Iguaçu em 2020 era formada por 258.248 de pessoas, no entanto, nesse ano de 2021, o público alvo da pesquisa foi composto por 101 pessoas adultas do município, que possuem entre 18 a 51 anos ou mais.

A partir da aplicação do questionário, com base nos animais silvestres causadores de acidentes ou ataques aos entrevistados, buscamos produzir material informativo sobre os seguintes animais: abelha, vespa, aranha, cobra, escorpião, lagarta Lonomia, morcego, macaco e quati, porém, houve um recorte na pesquisa e o material produzido foi sobre a abelha africanizada, vespa, aranha Armadeira, Marrom e Caranguejeira, cobra Jararaca, Coral e Cascavel, escorpião Amarelo, lagarta *Lonomia*, morcego, Macaco-prego e quati, por serem esses os mais presentes em nossa região.

Os materiais informativos produzidos foram um *e-book* e diversas publicações que foram realizadas na página da rede social *instagram* do Curso de Pedagogia da Uniamérica. O *e-book* também foi disponibilizado de forma *online* no Portal NTM (Núcleo de Tecnologia

Educacional Municipal de Foz do Iguaçu, o que possibilitou que os professores da rede Municipal de Ensino tenham acesso e possam baixar esse material para aplicar com seus alunos. Foi ainda distribuído de forma impressa em duas UPAs (Unidades de Pronto Atendimento) e três UBS (Unidades Básicas de Saúde) específicas de Foz do Iguaçu e a comunidade em geral teve acesso a essas informações educativas e preventivas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compreendemos que o nosso projeto foi bem recebido pela comunidade e foi de grande valia, pois acreditamos que as informações do *e-book* e das publicações na página de instagram do curso de Pedagogia da Uniamérica irão contribuir para prevenir possíveis acidentes e ataques de animais silvestres e ainda possibilitar que as pessoas saibam como proceder e onde recorrer caso isso aconteça com elas mesmas ou com algum familiar ou conhecido.

Através da disponibilização do *e-book* de forma online no Portal NTM, os professores da rede Municipal de Ensino terão acesso e poderão baixar esse material para aplicar em suas aulas. Já com a disponibilização do *e-book* impresso em algumas UPAs (Unidades de Pronto Atendimento) e UBS (Unidades Básicas de Saúde), a comunidade em geral teve acesso a essas informações educativas e preventivas, o que contribuiu para a obtenção de conhecimentos e para que apliquem o que aprenderam em sua vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Consideramos que a pesquisa buscou atender uma demanda real da sociedade e possibilitou aproximar a Universidade da comunidade local, sendo muito significativa e contribuiu para a nossa formação e futuro profissional.

É importante destacar que através do projeto buscou-se também uma sensibilização para a preservação dos animais silvestres, pois durante o desenvolvimento da pesquisa sempre buscou-se enfatizar que esses animais não são “vilões”, muitas vezes somos nós que invadimos seu espaço ou destruímos seu habitat através de queimadas, desmatamentos, entre outros e posteriormente faz com que busquem outros locais para viver, como por exemplo a zona urbana, ocasionando possíveis encontros, contatos eacidentes.

REFERÊNCIAS

BEHLING, Greici Maia et al. **Contribuições das ações de educação ambiental do nurfs/cetas-ufpel na preservação da fauna silvestre.** In: SEMINÁRIO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA REGIÃO SUL, 31, 2013, Santa Catarina. Anais eletrônicos... Santa Catarina: UFSC, 2013. Disponível em:

<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/117268/Meio%20Ambiente%20%20Programa%20de%20educa%c3%a7%c3%a3o%20ambiental%20do%20NURFS-CETAS%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 26 mar. 2021.

BRASIL. Secretaria de Vigilância em Saúde. Ministério da Saúde. Coordenação-Geral de Vigilância de Zoonoses e Doenças de Transmissão Vetorial, CGZV, DEIDT, SVS. DOURADO, Flávio Santos; PEREIRA, Lúcia Regina Montebello. **Boletim Epidemiológico**. Acidentes escorpiônicos no Brasil, 2018. v. 50, n. 28, p. 17, outubro 2019. Disponível em: <https://antigo.saude.gov.br/images/pdf/2019/outubro/04/BE-multitematico-n28.pdf>. Acesso em: 10 mai. 2021.

CHAGAS, Flávia Bernardo; D'AGOSTINI, Fernanda Maurer; BETRAME, Vilma. Aspectos epidemiológicos dos acidentes por aranhas no Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Evidência**, Joaçaba, SC, v. 10, n. 1-2, p. 121-130, janeiro/dezembro 2010. Disponível em:<https://core.ac.uk/download/pdf/235126677.pdf>. Acesso em: 26 mar. 2021.
Disponível em: **Foz do Iguaçu**. <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/pr/foz-do-iguacu.html>. Acesso em: 12 abr. 2021.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª edição. São Paulo: Atlas, 2002. Disponível em: <http://www.uece.br/nucleodelinguasitaperi/dmdocuments/gil_como_elaborar_projeto_de_pesquisa.pdf>. Acesso em: 10 maio 2021.

SILVA, Joelma Silvestre dos Santos. **Vigilância epidemiológica da raiva silvestre no município de Chã Grande, Pernambuco**. 2016. 68 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Biológicas) – Universidade Federal de Pernambuco - Núcleo de Biologia - Centro Acadêmico da Vitória, Vitória de Santo Antão, 2016. Disponível em:<https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/25260/1/JOELMA%20SILVESTRE%20DOS%20SANTOS%20SILVA.pdf >. Acesso em: 25 mar. 2021.

SILVA, Suely Ruth. **Análise dos atendimentos antirrábico humano pós-exposição às agressões por animais silvestres, em Pernambuco**. 2011. 47 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães - Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2011. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/28882/1/418.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2021.

SILVA, William Nicoleti Turazza da et al. Perfil epidemiológico dos acidentes causados por picadas de abelhas no estado de Minas Gerais, Brasil. **Revista Saúde e Meio Ambiente – RESMA**, Três Lagoas, MS, v. 9, n. 3, p. 50-63, agosto/dezembro 2019. Edição especial. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/8645>. Acesso em: 28 mar. 2021.

PSICOLOGIA

O Curso de Psicologia tem como objetivo preparar psicólogos qualificados capaz de intervir no comportamento humano, considerando seus aspectos biológicos, afetivos, cognitivos e sociais com ética e respeito a todos para atuar na busca do bem-estar e da saúde mental daspessoas, nas áreas clínica, escolar, organizacional, hospitalar e comunitária e nos diferentesespaços possibilitados pela profissão alicerçados em princípios éticos, considerando as necessidades sociais tendo em vista a promoção da qualidade de vida dos indivíduos, grupos,organizações ecomunidades.

A FALA ASSERTIVA COMO INSTRUMENTO DE CUIDADO

Ana Carolina Lordani de Paula1, Ana Julia Beltrame Fernandes1, Antonia Cristina Pereira1, Natalia Thomé de Alencar1, Núria Gaviolli de Souza1, Pedro Henrique Peres de Lírio2, Lissia Pinheiro Shataloff3.

INTRODUÇÃO

A Casa de Proteção Temporária (CDPT) é uma entidade fundada há 25 anos, a qual acolhe crianças e adolescentes de 0 a 18 anos que por algum motivo ou violação de direitos foram afastadas de suas famílias, ocorrendo isso em última instância, após as famílias já terem passado por todos os outros encaminhamentos da rede de assistência às famílias. A entidade tem o seu papel voltado para trabalhar no restabelecimento do vínculo familiar de origem, visando o retorno dos acolhidos para as famílias, contudo, caso não ocorra a adesão de tais familiares, as crianças são encaminhadas para a adoção.

O acolhimento institucional é uma medida de proteção prevista pela Lei Federal n° 8069/1990 no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), utilizada com crianças e adolescentes que foram retiradas do convívio familiar, tendo em vista que tiveram seus direitos violados ou ameaçados, sofrendo negligências, maus tratos, violências, abusos ou abandono por conta de seus familiares ou responsáveis, sendo caracterizada como uma medida provisória de proteção.

Tendo em vista a importância do trabalho realizado com as crianças, é necessário oferecer uma atenção também para as cuidadoras responsáveis pelas mesmas, dessa forma, a cuidadora precisa estar vinculada de forma afetiva com os acolhidos para colaborar com a construção de um ambiente familiar, contudo, é necessário evitar tomar posse dos mesmos. As cuidadoras possuem uma ambiguidade nos seus diferentes papéis, podendo serem vistas como mães para a criança, cuidadoras para a instituição, mas para o Estado são vistas como trabalhadoras (MEDEIROS; MARTINS, 2018).

Portanto, o projeto se justifica devido ao fato da instituição solicitar que ocorresse uma intervenção com as cuidadoras. Dessa forma, percebe-se a necessidade de serem trabalhadas as habilidades socioemocionais, levando em consideração que o bom desenvolvimento dessas habilidades pode proporcionar uma melhora no desempenho profissional, pois, envolvem as competências emocionais, sociais e éticas que influenciam como, por exemplo, uma pessoa se relaciona com o ambiente e com outros indivíduos, pode auxiliar no controle das ações,

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Psicólogo, graduado em psicologia pelo Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente e coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: psicologia.foz@descomplica.com.br

sentimentos e emoções, além de ajudar no alcance dos objetivos pessoais e profissionais, e também enfrentar as frustrações. Algumas das habilidades socioemocionais que foram abordadas são o trabalho em equipe, autorregulação emocional e a comunicação. Desse modo, o projeto levanta a seguinte questão norteadora: "Como é possível aprimorar a comunicação assertiva das cuidadoras de uma casa de acolhimento em Foz do Iguaçu?", possuindo como objetivo geral fomentar uma comunicação assertiva entre as cuidadoras e os acolhidos da instituição, e como objetivos específicos viabilizar uma comunicação eficaz e não violenta com as cuidadoras da casa, apresentando técnicas, benefícios e exemplos delas vividas; promover a melhora das habilidades socioemocionais, focando nos relacionamentos e autorregulação emocional; e propiciar um ambiente mais ético com as cuidadoras dentro das regras da instituição.

MÉTODO

O projeto foi realizado na Casa de Proteção Temporária (CDPT), obtendo a participação de 9 funcionárias, sendo as cuidadoras responsáveis pelas crianças e adolescentes abrigados, ocorrendo 4 encontros, durante as sextas-feiras, no período vespertino com duração de 1 hora e 30 minutos por encontro.

Como forma de obter informações a respeito das cuidadoras, ocorreu uma conversa com a psicóloga responsável pela instituição em que a mesma relatou a necessidade de ser trabalhada a comunicação, ética e sigilo e o trabalho em equipe. Dessa forma, como instrumento, foi elaborado um questionário no início visando conhecer mais as cuidadoras sendo abordado sobre relações interpessoais, comunicação e autorregulação emocional, e outro questionário final sendo verificada a eficácia do projeto e se foi possível auxiliá-las.

Contudo, o projeto foi dividido em três etapas, sendo a primeira a conversa com a psicóloga da instituição para a verificação da demanda e conhecimento da instituição, a segunda etapa iniciou-se as intervenções, sendo abordado no primeiro encontro a respeito das habilidades socioemocionais, o segundo encontro sobre a autorregulação emocional, o terceiro encontro sobre a comunicação não violenta e o quarto encontro acerca do trabalho em equipe e a importância da ética e sigilo, ocorrendo também a finalização do projeto, e na terceira etapa, ocorreu um *feedback* das cuidadoras sobre as intervenções e do grupo para as cuidadoras, assim como, uma devolutiva para a psicóloga da instituição sobre as necessidades que as cuidadoras apresentaram durantes os encontros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao se tratar do primeiro levantamento de informações a respeito da instituição, e através do contato com a psicóloga, percebeu-se que as principais demandas da equipe

técnica e dos funcionários seria a necessidade de serem aprimorados as habilidades socioemocionais, comunicação, ética e sigilo, pois, a falta dessas habilidades dificulta no

processo de criação de vínculo e manejo para lidar com as situações que as cuidadoras enfrentam no seu dia a dia.

Dessa forma, ao questionar se através dos encontros foi possível fornecer uma melhora nas habilidades socioemocionais das cuidadoras, 77,8% (n=7) responderam que ocorreu uma grande melhora. O desenvolvimento das habilidades socioemocionais, envolve a capacidade de avaliar e entender as emoções, de lidar com conflitos e desafios, estabelecer metas e objetivos, possuir cooperação e colaboração, aprimorar a empatia e o trabalho em equipe, necessitando também do desenvolvimento do autoconhecimento e autorregulação emocional, podendo auxiliar no processo de uma comunicação mais assertiva e tomadas de decisões conscientes, assegurando uma construção de relações de confiança, adquirindo as atitudes e habilidades necessárias para respeitar as diferenças e agir positivamente para o bem comum (GROSS, 1999).

Ao longo do processo de amadurecimento de uma criança, é necessário que seja desenvolvido um bom vínculo entre a mesma e seus responsáveis, mas, devido à ausência da família para as crianças abrigadas, é importante que o cuidador crie um vínculo com o acolhido, substituindo tal ausência, servindo como um suporte tanto material quanto afetivo. O vínculo afetivo é uma maneira de se relacionar com o outro, estando ligado tanto emocionalmente quanto comportamentalmente. A relação entre cuidador e acolhido serve como uma busca pela segurança e apoio, sendo em momentos de adversidades, assim como, em momentos de prazeres, contudo, para isso, é importante que o cuidador se responsabilize, fornecendo a atenção necessária às crianças se fazendo disponível para gerar em sua casa de acolhimento um ambiente de fortalecimento e construção de vínculos saudáveis dos acolhidos (SILVA; GERMANO, 2015). Dessa forma, ao questionar as cuidadoras, se através das intervenções foi possível gerar uma melhora no relacionamento entre a cuidadora e o acolhido, 100% (n=9), responderam que ocorreu uma ótima melhora.

Quanto à melhora no relacionamento entre cuidadora para com cuidadora, 77,8% (n=7), responderam que ocorreu uma melhora positiva no relacionamento, sendo assim, a importância de se trabalhar o relacionamento interpessoal, se dá pelo fato de que, o bom relacionamento no trabalho, é importante, pois, auxiliam na motivação, produtividade e ganho de resultados dos funcionários, devido ao fato de conseguirem realizar as atividades com maior eficiência e competência, sabendo que podem contar com a ajuda dos demais membros de sua equipe (DANTAS; HENRIQUE, 2020).

Contudo, ao questionar se as cuidadoras conseguiram vincular os temas vistos ao longo do projeto com as vivências de seu dia a dia, 77,8% (n=7), responderam que conseguiram colocar em prática e vincular os temas com seu cotidiano. Ao perguntar sobre qual dos encontros foram mais importantes para as cuidadoras 77,8% (n=7), escolheram o

tema de ética e sigilo e trabalho em equipe, e 33,3% (n=3), responderam que o encontro sobre comunicação não violenta foi o mais importante, podendo ser escolhido nessa pergunta mais de uma opção.

Desse modo, ao perguntar sobre qual encontro as cuidadoras mais gostaram, 22,2% (n=2) responderam ter sido sobre o tema de habilidades socioemocionais, 33,3% (n=3), responderam comunicação não violenta e 88,9% (n=8), escolheram o tema sobre ética e sigilo e trabalho em equipe, sendo ainda acrescentado por uma das cuidadoras que o último encontro serviu como forma de alcançar o objetivo das intervenções, pois, através deste encontro, as cuidadoras puderam expor suas fraquezas e necessidades, e mencionaram as áreas onde mais precisam de ajuda e reconhecendo também os esforços que as colegas já realizam para que seja possível tornar o ambiente de trabalho mais agradável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre as principais dificuldades vistas no decorrer do projeto, se encontra o processo de conseguir reunir as funcionárias em um horário que fosse possível realizar as intervenções, tendo em vista que, a instituição solicitou que o projeto ocorresse, contudo, não possuíam muitos dias e horários disponíveis para as intervenções. Dessa forma, outra dificuldade encontrada foi o atraso por parte das cuidadoras para chegarem ao local onde ocorriam as intervenções, devido ao fato de terem que trazer as crianças junto para não as deixarem sozinhas. Algumas das cuidadoras também apresentavam dificuldades para ler e escrever, sendo assim, as atividades foram mais lúdicas e figurativas para facilitar a compreensão de todas.

Sendo assim, o projeto possuiu uma grande contribuição, pelo motivo de poder ser trabalhado tais temas com as participantes, sendo de grande valia as vivências apresentadas durante dos encontros. Portanto, foi possível aprimorar a comunicação assertiva e eficaz das cuidadoras através das intervenções a respeito das habilidades socioemocionais, trabalho em equipe, comunicação não violenta e a autorregulação emocional.

Cabe mencionar também que o projeto teve uma ótima adesão, pois, mesmo nos dias de folga as cuidadoras compareceram à instituição para participar das intervenções. Dessa forma, percebe-se que foi possível alcançar os objetivos do projeto, pois, através dos questionários que foram aplicados no primeiro e último encontro, foi possível verificar a eficácia das intervenções. Sendo assim, segundo os resultados dos questionários, pode-se concluir que houve uma evolução em relação a mudança no relacionamento tanto entre as próprias cuidadoras, quanto entre as cuidadoras e os acolhidos.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Lei nº 8069, de 13 de julho de 1990, Estatuto da Criança e do Adolescente, 1990.

DANTAS, A. A.; HENRIQUES, F. R. Relacionamento Interpessoal no ambiente de trabalho. Revista Científica Integrada, Ribeirão Preto, 2020. Disponível em: <https://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes-anteriores/volume-4-edicao5/417 1-rci-relacionamento-interpessoal-122020/file>. Acesso em 29 de out. 2021.

GROSS, J. J. (1999). Regulação Emocional: Passado, presente e futuro. Cognição e Emoção, *13*(5), 551-573. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/026999399379186>. Acesso em: 29 de out. 2021

MEDEIROS, B. C. D.; MARTINS, J. B. O Estabelecimento de Vínculos entre Cuidadores e Crianças no Contexto das Instituições de Acolhimento: um Estudo Teórico. Psicologia: 110 Ciência e Profissão, v. 38, n. 1, p. 74-87, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141498932018000100074&script=sci_abstract&tlng=p. Acesso em: 28 de set. 2021.

SILVA, M. R. C.; GERMANO, Z. Perspectiva psicanalítica do vínculo afetivo: O cuidador na relação com a criança em situação de acolhimento. Psicol. Ensino & Form., São Paulo, v. 6, n. 2, p. 37-53, 2015. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sciarttext&pid=S2177-20612015000200004&lg=pt&nrm=iso>. Acesso em 29 out. 2021.

A PROMOÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE COPING E DO SENTIDO DE VIDA EM ADICTOS.

Deborah Luiza Guerra[1], Eliel José de Queiroz Junior[1], Helmar Silva de Andrade[1], Luana Ramm Sachet[1], Bruna de Moraes Aguiar[2], Valdirene Ines Meselira Royer[3].

INTRODUÇÃO

Na visão de Antoniazzi, Dell''Aglio e Bandeira (1998), o conceito de *Coping* tem sido descrito como o conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptação a circunstâncias adversas ou estressantes. Os esforços despendidos pelos indivíduos para lidar com estas situações estressantes, crônicas ou agudas, têm se constituído em objeto de estudo da Psicologia Social, Clínica e da Personalidade, encontrando-se fortemente atrelado ao estudo das diferenças individuais. O modo como o sujeito enfrenta determinadas situações está associado a traços da personalidade do indivíduo. Para Gazzaniga & Heatherton (2005), ocorre uma reciprocidade na interação do indivíduo e do ambiente no qual vive, de modo que a personalidade influencia a formação de comportamentos perante determinadas formas de respostas e objetivos apresentados em cada situação. Sendo assim, o problema do comportamento adictivo, em especial o abuso de álcool e outras drogas, traz, no seu bojo, características da personalidade do adicto, mas também da mesologia ao qual a personalidade foi exposta. Para Miller e Rollnick (2001), uma característica que define os comportamentos adictivos é que eles envolvem a busca de gratificação imediata à custa de prejuízos a longo prazo. Muito embora a pessoa, com frequência, encontre-se bastante ciente das consequências danosas e tenha resolvido controlar ou abandonar o comportamento adictivo, é comum retornar ao antigo padrão.

A Logoterapia envolve o sentido de vida dos indivíduos, desenvolvida no cunho fenomenológico existencial e humanista e se caracteriza pela investigação da experiência imediata com base na motivação humana, principalmente na liberdade e no encontro do sentido de vida. Ela tem como propositor, Victor Frankl que, segundo o mesmo (1985), define a psicoterapia orientada para a subjetividade do ser humano, pois a análise existencial corrobora para o sentido de vida. Para a Logoterapia, há nas emoções humanas uma relação profunda mais com a sabedoria do que a racionalidade em si. Pois o ato de chorar, por exemplo, aparece ao senso comum como algo tão inútil e destituído de sentido, do mesmo jeito que o próprio arrepender-se de uma culpa. Mas tanto a culpa quanto o arrependimento têm o seu sentido na história interior do indivíduo e isto se torna relevante na análise

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Professora-orientadora do projeto.
[3] Mentora do projeto.

existencial do ser humano. Em julho de 2021, o grupo de acadêmicos recebeu uma proposta de intervenção em uma Casa de Apoio para adictos ex-moradores de rua. A Casa possuía fins religiosos, porém, não lucrativos ou governamentais. Ao longo do projeto, o grupo se deparou com uma visão mais ampla sobre as adicções, desconstruindo concepções ou apriorismos entre os integrantes, da mesma forma, os adictos relataram terem a compreensão melhorada acerca do papel da Psicologia. Em função de estudo prévio sobre a condição da marginalização social, o grupo objetivou trabalhar habilidades relacionadas ao *Coping* e à Logoterapia no sentido de vida e no autoconhecimento.

MÉTODO

Este artigo foi desenvolvido a partir do método vivencial, aplicado no campo do autoconhecimento e do sentido de vida, utilizando-se os fundamentos das abordagens do *Coping* e da Logoterapia. A equipe trabalhou com um público de 12 internos, do sexo masculino, de uma Casa de Apoio de uma instituição religiosa sem fins lucrativos; sendo que, ao longo dos encontros, o número de participantes variou de 8 a 12 ao longo dos encontros por razões e motivos externos ao projeto. O método vivencial, segundo Dias, Oliveira e Freitas (2011), está relacionado ao treinamento de habilidades sociais e se baseia em, ao menos, 4 premissas: 1. Treinamento e avaliação de habilidades sociais; 2. Promoção de ambiente de apoio mútuo; 3. Oportunidade de feedback, discussão, observação e descrição das experiências interpessoais entre os participantes; 4. Aprendizagem de habilidades sociais em grupo. Assim, as dinâmicas ocorreram de forma interativa, utilizando as ferramentas de rodas de conversa e debates, onde os internos eram voluntários para contribuírem com o grupo através de suas experiências nos temas de cada encontro. Para a contribuição do grupo de forma segura, oportunizando feedbacks e discussões enriquecedoras, o grupo acordou combinados para a boa convivência durante os encontros. Além disso, o método vivencial foi contemplado pela discussão e apresentação de 5 habilidades-chaves relacionadas ao *Coping* e à Logoterapia: 1. Autoconhecimento; 2. Autorresponsabilidade; 3. Intercooperação; 4. Resiliência; e 5. Gratidão. Houve também a disponibilização de um Caderno do Autoconhecimento aos internos, a fim de incentivar o treino das habilidades discutidas.

Tabela 1. Procedimento dos encontros.

Procedimento	
Etapa 1: 17/09, 2h de duração.	*Quebra-gelo* com os internos, trabalhando a habilidade do autoconhecimento a partir da escolha dos participantes por um animal com o qual apresenta-se afinidade.
Etapa 2: 01/10, 2h de duração.	Tema das “escolhas de vida importantes", a partir de *storytelling,* uma roda de conversa e da disponibilização de um vídeo com a explicitação do

	protagonismo pessoal e a autorresponsabilidade.
Etapa 3: 08/10, 2h de duração.	A temática da intercooperação foi ressaltada, além, também, de autorresponsabilidade, a partir da pergunta "Como eu posso ajudar meu colega a partir dos meus talentos pessoais?". Para tanto, o grupo montou um teatro e, através deste, abriu para o debate e contribuição dos participantes.
Etapa 4: 15/10, 2h de duração.	Técnica do *Brainstorming* e o conceito de *Coping* explicitamente trabalhado, a partir do levantamento de estratégias para situações aversivas ou estressantes do dia a dia.
Etapa 5: 29/10, 2h de duração.	Houve caráter comemorativo, em que foi feita uma roda de conversa com o tema da gratidão enquanto impulsionadora das motivações pessoais sadias, incentivando a reflexão sobre rede de apoio (pessoas pelas quais tenho gratidão) e também demarcando os agradecimentos do grupo (acadêmicos) com relação à oportunidade para realizar o projeto. Foi feito um *coffeebreak* e entregue os certificados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O grupo observou a contribuição positiva e despojada dos internos enquanto um ponto ótimo à discussão da marginalização social pela qual o dependente químico e o morador de rua passam. No projeto, havia uma nítida discrepância cultural entre os internos, sendo que, alguns possuíam curso superior, por exemplo, já outros, não sabiam ler ou escrever. O ambiente seguro proporcionado para a abertura da experiência interpares parece ter sido um fator a contribuição positiva, uma vez que, segundo a casuística expressa por Lima (2008), o local de fala pode ter predisposto à empatização interpares. Dentre os vários relatos, o grupo buscou apresentar as 5 participações que mais chamaram atenção da equipe de acadêmicos:

Tabela 2. Participações marcantes.

Nº	Personagem	Contribuição/Participação
1	Interno L	O Interno L participou ativamente dos encontros, deixando uma impressão muito positiva. Utilizava o Caderno de Autoconhecimento que fora disponibilizado pela equipe e demonstrava muito interesse em mudar de vida. Ainda assim, o Interno L saiu da Casa de Apoio, não deixando notícia se fora por uma falha na reabilitação ou se foi em função da alta rigidez que os padrões religiosos evangélicos pentecostais ao longo da proposta de reabilitação.
2	Interno N	Interno N é um senhor, por volta de 60 anos. Um pouco quieto e de aspecto cabisbaixo. Ao longo dos encontros, vimos as contribuições do Interno N subir de nível, trazendo riqueza de experiência de vida. No último encontro, Interno N agradeceu a oportunidade e disse que, de todos os projetos dos quais ele havia participado, esse havia sido o mais significativo. Esse relato pode ter sido um ponto de validação da efetividade do trabalho desenvolvido, a equipe ficou muito contente.

3	Interno R	Interno R é um homem, em torno dos 50 anos, que acaba de ser batizado. Apresentou, no segundo encontro, aversão explícita às ideias da Ciência. Mais tarde, deixa a casa de apoio para casar-se. Antes de sair, se desculpa com a equipe, deixando claro que passou a entender a importância que as contribuições da Ciência têm a oferecer a muitas pessoas, ainda que expresse não ser o seu caso.
4	Interno T	Interno T é um homem com ficha de violência. Ao longo dos primeiros encontros, apresentou-se controverso às temáticas levantadas; porém, no terceiro encontro, expressou reconhecimento com a encenação feita. A partir daí, sua participação nos encontros ficou mais ativa e positiva.
5	Pastor W	Pastor W foi um participante do 2º encontro. Por ser ex-adicto, a contribuição dele na atividade gerou um espelhamento nos outros participantes, que passaram a dar mais atenção ao projeto.

Segundo Miller e Rollnick (2001), a autorresponsabilidade é temática importante a ser trabalhada no meio da adicção, uma vez que há a predominância da vitimização perante as adversidades da vida. O tema da autorresponsabilidade foi um destaque no projeto, mas o grupo ainda percebe uma necessidade de trabalhar mais esse assunto com os internos. A permanência dessa demanda pode ter sido propiciada pelo ambiente religioso intenso e rígido, em que se percebeu a terceirização de responsabilidades ao divino. O grupo teve esforços para que a temática da autorresponsabilidade fosse trabalhada de forma respeitosa e que pudesse somar à espiritualidade sadia da Casa de Apoio, ainda assim, alguns internos apresentaram-se aversivos à temática. Isso pode estar relacionado ao contexto de mudança radical pelo qual eles buscam passar. O grupo também observou que, embora os dados do processo de reabilitação apresentem bastante problemas (apenas 1 a cada 10 se recupera), o aspecto religioso permitiu uma rede de apoio sólida, aumentando as perspectivas de futuro para muitos internos que buscam se aprofundar no evangelho; como é o caso do interno M, que adquiriu uma bolsa de estudos para ir à China quando deixar o processo. Além disso, cabe ressaltar que muitos internos deixaram de usar o Caderno de Autoconhecimento oferecido pelos acadêmicos, alguns alegando que apenas precisavam da Bíblia, outros por desmotivação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Observou que, apesar da rotatividade dos internos durante o processo de intervenção, a busca em promover a responsabilização da própria vida pessoal de cada interno foi uma constante ao longo de todo trabalho de intervenção. Dentro deste aspecto, podemos notar que cada interno utilizou sobre uma ótica muito singular quanto às adoções das soluções pessoais, trazendo para a equipe de interventores da Psicologia um desafio em respeitar o credo dos participantes e ao mesmo tempo se manter fidedigno aos termos laico da *ciência psicológica.* A organização entendeu a contribuição do trabalho feito junto aos adictos, aceitando de maneira satisfatória as propostas trazidas pela equipe de Psicologia. Dentro dos objetivos específicos traçados pela equipe de acadêmicos de psicologia junto à casa de apoio

foram às estratégias de enfrentamento que foi atingido disponibilizando as vivências e planos aos adictos com o intuito de trazer as próprias responsabilidades de melhoria na vida pessoal. Assim, pode-se concluir que os esforços foram atingidos principalmente no âmbito das reflexões significativas no universo intrapsíquico dos adictos, proporcionando a eles uma perspectiva diferenciada na vida pessoal.

REFERÊNCIAS

ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. **O conceito de coping: uma revisão teórica.** Estudos de Psicologia (Natal), v. 3, p. 273-294, 1998.

DIAS, Talita Pereira; OLIVEIRA, Paula Almeida de; FREITAS, Maria Luiza França de Pontes. **O método vivencial no campo das Habilidades Sociais: construção histórico-conceitual e sua aplicação.** Estudos e Pesquisas em Psicologia, Rio de Janeiro (RJ), v. 11, n. 2, p. 472-487, agosto 2011.

FRANKL, V. E. (1985). **Em busca de sentido.** Petrópolis: Vozes 1985.

GAZZANIGA, Michael; HEATHERTON, Todd; HALPERN, Diane. **Ciência psicológica**. Artmed Editora, 2005.

LIMA, Aluísio Ferreira de. **Dependência de drogas e psicologia social: um estudo sobre o sentido das oficinas terapêuticas e o uso de drogas a partir da teoria de identidade.** Psicologia & Sociedade [online]. 2008, v. 20, n. 1 [Acessado 23 Agosto 2021] , pp. 91-101. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000100010>. Epub 24 Jun 2008. ISSN 1807-0310. https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000100010.

MILLER, William R.; ROLLNICK, Stephen. **Entrevista Motivacional: preparando as pessoas para a mudança de comportamento adictivos**. Artmed, 2001.

ÁLCOOL ENTRE ADOLESCENTES: UMA DISCUSSÃO NECESSÁRIA

Amanda Dias Gomes[1]; Deborah Mayara Schlosser Leite[1] ; Evelin Beatriz Vieira da Luz[1] ; Maria Julia Lara da Silva [2] ; Maria das Graças Souza [3]

INTRODUÇÃO

Durante o processo da adolescência o jovem percorre uma complexidade em seu desenvolvimento pessoal e a reconstrução da sua identidade. A mudança cultural, além do rompimento social, familiar e modificação no ambiente contribuem como fatores de pressão e risco para esse grupo (NETO, 2003).

O consumo de álcool persiste como uma defasagem de medidas profiláticas na saúde pública, sobretudo na adolescência, tendo em vista que esse período geralmente ocorre o despertar da curiosidade e as primeiras experiências com o consumo (ATANÁZIO, SANTOS, SILVA, SALDANHA, 2013).

Através do olhar multifatorial, destaca-se os amigos como o pilar de maior influência no início e na manutenção do consumo de bebidas alcoólicas (NAPOLI, 2006). Além disso, o álcool remete a fatores de atividades ilegais, prejuízo escolar e comportamentos agressivos, fazendo com que a imersão no alcoolismo se torne mais propício durante essa faixa etária (HEAVYRUNNER, HOLLIST, 2010).

Logo, o presente projeto levantará a seguinte questão norteadora: “como conscientizar os alunos da Associação Fraternidade Aliança (AFA) em relação ao consumo precoce de bebidas alcoólicas?”. Em suma, a intervenção terá esse norte considerando a necessidade de ofertar informações sobre as consequências e medidas preventivas, além de instigar a criticidade e a autoanálise dos jovens em relação à problemática.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Após a demanda solicitada pela AFA devido ao consumo de álcool entre jovens e adolescentes foi quando nossa intervenção para os orientar teve início. O projeto consistiu em

[1] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Técnica em Informática pelo Instituto Federal do Paraná (IFPR) e Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[3] Psicóloga, docente e orientadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: graca.souza@descomplica.com.br

4 encontros, aos quais foram realizados diretamente nas instituições da AFA com um grupo de adolescentes entre 12 a 17 anos, também estavam presentes nos encontros os professores responsáveis pela turma. Devido a disponibilidade de horário da AFA foram realizados os encontros no período da primeira aula dos mesmos, das 13:30h às 14:30h, nos dias 18, 21, 25 e 28 de outubro. Nestes encontros foram abordados os seguintes temas:

No primeiro encontro foram realizadas a apresentação do projeto e das acadêmicas, uma dinâmica de quebra gelo para conhecermos melhor os participantes, seguido de uma palestra sobre “A banalização do álcool entre adolescentes”.

Já no segundo encontro, foi realizado uma atividade sobre a influência midiática, familiar e das amizades sobre o uso do álcool, e sua influência nos jovens.

Com relação ao terceiro encontro, tivemos a participação do Luís coordenador dos Alcoólicos Anônimos e do José Felício, participante do AA, eles realizaram uma palestra sobre como o álcool influencia na saúde física e mental com exemplos vivenciados pelos mesmos.

E no último encontro, que foi o quarto, foi realizada uma palestra com os motivos mais frequentes entre os jovens e suas consequências no que diz respeito às válvulas de escape, realização da dinâmica e encerramento com o formulário de mensuração.

Os encontros tiveram a média de 17 a 27 alunos, os quais eram bem participativos. Ao final do projeto, foi deixado como produto, uma cápsula com chocolates e uma mensagem aos participantes, os quais possuíam um incentivo a não beber escrito.

Figura 1

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base no primeiro formulário percebemos que, 100% (n=25) dos presentes responderam ao formulário, sendo uma turma de 35 alunos, deles 56% (n=14) se identificam

como sendo sexo masculino e 44% (n=11) se identificam como sendo feminino. Dos quais 44% (n=11) possuem menos de 13 anos (outros), 36% (n=9) possuem 14 anos de idade, 12% (n=3) possuem 15 anos, 4% n (n=1) possuem 16 anos e 4% (n=1) possuem 17 anos de idade.

Ao se tratar da primeira questão, sendo ela: “Você faz uso de bebida alcoólica?” Ao responder, 76% (n=19) afirmaram não consumir bebidas alcoólicas, 16% (n=4) responderam beber às vezes, e 8% (n=2) bebem com frequência. Na segunda questão sobre “Qual a frequência?” Entre eles, 16% (n=5) ingerem raramente e 4% (n=1) ingerem com frequência recorrente. Quanto à terceira questão sendo ela: “Nas ocasiões em que bebe, você acha que?” 72% (n=18) responderam que nunca bebem, 16% (n=5) afirmam beber raramente, 4% (n=1) não responderam, 4% (n=1) afirma beber sempre, 4% (n=1) responderam beber de vez em quando. Esses resultados não diferem muito do levantamento nacional realizado (Pinsky, Zaleski e Caetano, 2007), no qual aproximadamente 66% eram abstinentes. Apesar de ser a maioria, é preciso lembrar que o uso de álcool para menores de 18 anos é ilegal, por isso o número de adolescentes que bebem deve ser ressaltado.

Na quarta questão: “Você acredita que o álcool prejudica a saúde?" 76% (n=19) acreditam ser prejudicial, 16% (n=4) responderam que não o acham prejudicial e 8% (n=2) acreditam que talvez seja prejudicial. Com relação a quinta questão: “Qual dos grupos abaixo gera maior diferença em relação ao consumo do álcool?” 80% (n=20) afirmam que são os amigos, 12% (n=3) responderam ser a família, 4% (n=1) diz ser a mídia e 4% (n=1) não respondeu, de acordo com um estudo realizado com adolescentes de escolas públicas de Diamantina/MG (PAIVA, 2015), alunos que possuíam melhores amigos que consumiam álcool, apresentaram 10,49 vezes mais chance de estar no grupo dos que consumiram bebida em “binge” (uso pesado e episódico de álcool), assim percebe-se a relação entre os amigos e a bebida alcoólica. Assim como a família, que também influencia na vida do adolescente, de acordo com SCHENKER (2003), a família passa seus valores e crenças para os filhos, e está diretamente ligada ao desenvolvimento saudável ou não saudável dos seus membros. Já na última questão: “Em sua opinião, qual seria a diferença entre consumo e dependência química?" 32% (n=8) não soube responder, 12% (n=3) não respondeu e 56% (n=14) responderam citando exemplos, a seguir algumas das respostas: “nenhuma, a maioria das pessoas sabem do risco que isso representa a saude, para mim se a pessoa consome sabendo do risco ela é dependente” e “a diferença é grande. as pessoas que consome o alcool pode evitar agora a pessoa que depende do alcool não pode”

No último encontro, após as intervenções, realizamos a aplicação de um segundo formulário onde tivemos a participação de 62% (n=22) do alunos da turma, onde 50% (n=11) se identificam como sendo sexo masculino, 45,45% (n=10) se identificam como sendo feminino e 4,45% (n=1) diz não se aplicar. Dos jovens presentes 9,09% (n=2) possuem 16 ou 17 anos de idade, 13,63% (n=3) possuem 15 anos de idade, 22,72% (n=5) possuem 14 anos

de idade, 31,81% (n=7) possuem 13 anos de idade, 18,18% (n=4) possuem 12 anos de idade e 4,45% (n=1) possuem 11 anos de idade.

Na primeira questão: “Você conseguiu identificar situações pessoais de influência e consumo indevido de álcool?” 77,27% (n=17) conseguem identificar, 18,18% (n=4) não consegue e 4,45% (n=1) não sabe dizer. Se tratando da segunda questão: “De 0 até 10, que nota você daria para o projeto?” 77,27% (n=17) deram nota 10, 13,63% (n=3) deram nota 9 e 4,45% (n=1) deu nota 8. Quanto à quarta questão: “Qual a sua opinião sobre o tema depois dos encontros?” 81,81% (n=18) acharam o tema interessante e útil de ser trabalhado e 18,18% (n=4) não responderam. Com relação à quinta questão: “O que você achou sobre o projeto e sobre as apresentações?” 95,45 (n=21) afirmam ter aprendido algo no decorrer do projeto e o acharam interessante, e 4,54 (n=1) diz não compreender o propósito do projeto.

E por fim, quando questionamos: “Você acha que os nossos encontros te ensinaram algo sobre o consumo do álcool?” Obtivemos um resultado de 100% (n=22) positivo.

Assim podemos concluir que com este resultado, os participantes conseguiram aprender e compreender algo após as apresentações, assim foi realizado o objetivo principal do projeto o qual foi conscientizar sobre o álcool, para que os mesmos saibam os riscos do consumo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De maneira geral, pode-se dizer que os objetivos gerais e específicos foram atendidos, afinal, a conscientização para que estes jovens saibam dos riscos, desvantagens e alternativas para substituir o álcool foram realizadas. A conscientização foi realizada por meio das palestras, as quais conseguimos alavancar sobre o consumo precoce do álcool entre os jovens. Portanto, foi de grande aprendizado realizar este projeto e para os que porventura forem dar continuidade ao mesmo, que pesquisem melhores formas de prevenção do álcool e influências relacionadas aos amigos e familiares.

REFERÊNCIAS

SCHENKER, Miriam; MINAYO, Maria Cecília de Souza. A implicação da família no uso abusivo de drogas: uma revisão crítica. Ciência & Saúde Coletiva, v. 8, p. 299-306, 2003.

ROBERTA, Luciana Donola Cardoso; MALBERGIER André. A influência dos amigos no consumo de drogas entre adolescentes. São Paulo. Universidade de São Paulo. 2014. Disponível em: SciELO - Brasil - A influência dos amigos no consumo de drogas entre adolescentes A influência dos amigos no consumo de drogas entre adolescentes. Acesso em: 19 november 2021.

PAIVA, Paula Cristina Pelli et al. Consumo de álcool em binge por adolescentes escolares de 12 anos de idade e sua associação com sexo, condição socioeconômica e consumo de álcool por melhores amigos e familiares. Ciência & Saúde Coletiva, v. 20, p. 3427-3435, 2015.

GASPAR Tania; GONÇALVES Adriana; RAMOS Vitor, MATOS Margarida G. Desvantagens socioeconômicas, etnicidade e consumo de álcool na adolescência. Análise Psicológica. 2006. Disponível em: Desvantagem socio-económica, etnicidade e consumo de álcool na adolescência | Gaspar | Análise Psicológica (ispa.pt). Acesso em: 19 november 2021.

Laranjeira R, Pinsky I, Zaleski M, Caetano R. I Levantamento Nacional sobre os Padrões de Consumo de Álcool na População Brasileira. Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas; 2007.

AMORIM, Rosa; LOUREIRO, Luís; SEQUEIRA, Carlos. Literacia em saúde mental sobre o abuso do álcool. Sociedade Portuguesa de Enfermagem. 2018. Disponível em: Repositório Comum: Literacia em saúde mental sobre abuso de álcool: Um estudo com adolescentes portugueses (rcaap.pt). Acesso em: 19 november 2021.

AUTOCUIDADO: A IMPORTANCIA PARA O BEM-ESTAR E A SAÚDE MENTAL.

Anna Beatriz Dos Santos Ribeiro[1], Carolina Mendes[1], Jéssica Carla Villani[1], João Recke[1], Lucimara Santos De Oliveira[1], Larissa Davel[1], Lissia Pinheiro Shataloff[2] .

INTRODUÇÃO

Em grande parte da rotina das pessoas existem fatores que podem interferir nas escolhas de seus hábitos. O cuidar de si, mesmo sendo algo extremamente importante, algumas vezes pode passar despercebido e acabar sendo deixado de lado, para outro momento.

Quando o nosso emocional não está bem, nosso corpo pode manifestar vários sintomas, e na busca de uma vida saudável, equilibrar corpo e mente é um desafio. Segundo Foucault (2010), o corpo-mente é uma unidade transcendente e singular, que existe para gerar autoconsciência e responsabilidade sobre a própria vida, sendo necessário existir um processo de aprendizagem e prática.

> O autocuidado é a atividade que os indivíduos praticam em seu benefício para manter a vida, a saúde e o bem-estar. A ação do autocuidado é a capacidade do indivíduo de se engajar tornando-se agente do seu autocuidado e desenvolver-se no processo de viver o dia a dia, por meio de um processo espontâneo de aprendizagem, George (2000).

A proposta do Projeto autocuidado teve como objetivo incentivar a reflexão dos atuais hábitos de vida, sobre a importância para o bem-estar e a saúde mental. O fato de trazer mudanças nos atuais hábitos do cotidiano, mesmo que sejam pequenas ações podem refletir em grandes resultados na autoestima.

MATERIAL E MÉTODOS

O projeto teve sua execução e apresentação integralmente de online, tendo em vista

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mestre em Psicologia Social e das Organizações, docente e coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

o atual momento de pandemia (COVID-19). Após iniciou-se a divulgação através do site da Escola de Saúde Colaborativa e WhatsApp. Os interessados deveriam fazer suas inscrições através do site utilizado para realizar a divulgação do projeto.

Todos inscritos que confirmaram sua participação foram adicionados em um grupo do WhatsApp, para receberem todas as informações sobre os encontros do projeto. A participação foi aberta para o público de todas as idades, e com a intenção de atingir pessoas de todos os gêneros. Ao total foram 16 participantes.

Como instrumentos para a realização do projeto fez-se o uso de materiais auxiliares. Como base de apoio para os encontros foi utilizada a plataforma online do Blackboard. Para exibição de conteúdo utilizou-se de slides (PowerPoint), imagens ilustravas (Canva e Adobe Illustrator), vídeos (YouTube). A técnica adotada foi um formulário com perguntas reflexivas para ser preenchido individualmente, e roda de conversa com trocas de experiências. Foram realizados 3 encontros semanais, com duração de 1 hora, das 19:30 às 20:30 horas.

Encontro 1: Apresentação do tema, saúde mental e a importância do hábito do autocuidado. Entrega do formulário para análise pessoal com algumas perguntas reflexivas para ser preenchido no decorrer dos encontros. Apresentação de um vídeo sobre o tema. Dinâmica sobre o que você entende sobre autocuidado.

Encontro 2- Apresentação do tema: a importância de desenvolver hábitos de autocuidado. Apresentação de um vídeo sobre o tema. Cartilha didática com exemplos práticos de hábitos de autocuidado. Finalizando com espaço aberto para compartilhar reflexões e trocas de experiências.

Encontro 3- Apresentação do tema: autocuidado: a importância para o bem-estar e a saúde mental. Momento de relaxamento com uma música. Entrega de um planner semanal virtual para organização dos hábitos pessoais de autocuidado. Finalizando com trocas de experiências.

Figura 1– Banner de divulgação do projeto:

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o intuito de ter um retorno (feedback) sobre o presente projeto, foi criado um formulário no Google Formulários. O link desse formulário foi disponibilizado via WhatsApp ao final do terceiro e último encontro. As perguntas tinham o objetivo de apontar o quão importante foi o tema escolhido, e também saber o quanto contribuiu para os participantes. Selecionamos 2 das 5 perguntas do questionário para breve ilustração.

Gráfico 1 – As informações, e temas abordados durante os encontros contribuíram:

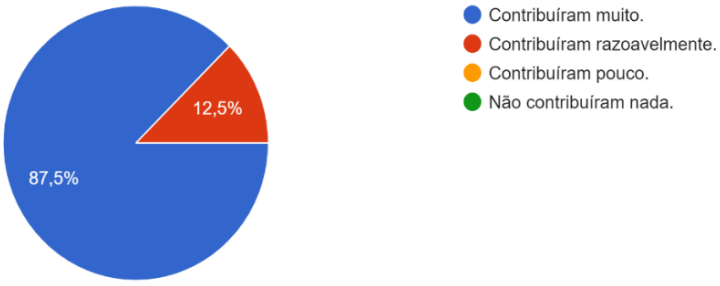
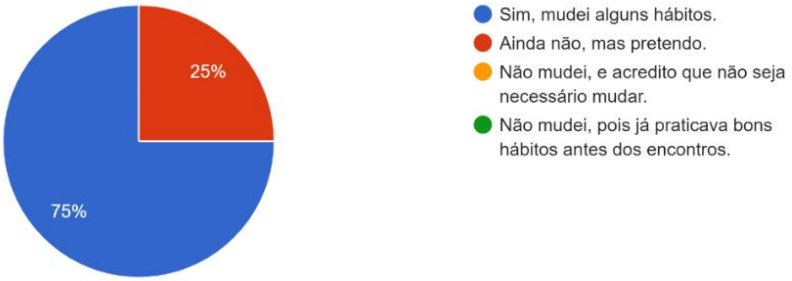


Gráfico 2 – Você considera que mudou algum hábito do seu dia a dia, de forma positiva depois que participou dos encontros:



CONSIDERAÇÕES FINAIS

O fato de trazer mudanças nos atuais hábitos do cotidiano, mesmo que sejam através de pequenas ações podem ter grandes resultados na autoestima das pessoas. Existem várias formas de autocuidado, o importante é inserir na rotina momentos que sejam prazerosos de serem feitos.

Através do projeto concluímos que a prática do autocuidado quando inserida no dia a dia traz diversos benefícios. Quanto mais as pessoas cuidam se si, melhores elas se sentem, já que o autocuidado tem ligação com a autoestima, sentimentos e pensamentos.

Uma constatação feita foi que inicialmente no primeiro encontro os participantes mostraram-se um pouco tímidos para falar e abrir a câmera, tendo em vista que os encontros foram on-line. Uma prática positiva adotada foi aderir a metodologia interativa com os participantes, trabalhando assim em formato de troca de experiências.

AGRADECIMENTOS

A nossa professora orientadora Lissia Pinheiro Shataloff, por nos ensinar e orientar durante o desenvolvimento e execução do projeto.

A Larissa Davel, nossa orientadora sempre muito atenciosa que em vários momentos nos auxiliou nas correções.

Ao nosso mentor Tiago Ribeiro da Silva, que sempre foi prestativo e apoiador, pelas orientações produtivas que recebemos e a confiança depositada para a realização do projeto.

A todos os envolvidos durante os feedbacks em aulas, pelo esforço e a dedicação de nos ensinar e tirar nossas dúvidas.

REFERÊNCIAS

BOLSONI, Vicensi Betania. O Cuidado de Si e o Corpo em Michel Foucault: perspectivas para uma educação corporal não instrumentalizadora. Disponível em: <http://www.ucs.br/etc/conferencias/index.php/anpedsul/9anpedsul/paper/viewFile/1577/920>. Acesso em: 28 mar.2021.

GEORGE, Julia B. et al. Teorias de enfermagem: os fundamentos à prática profissional. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000. Disponível em: <file:///C:/Users/jessi/Downloads/document.pdf>. Acesso em: 28 mar.2021.

O AUTOCUIDADO É SINAL DE LIBERDADE. 26 abril.2017. Disponível em: <https://amenteemaravilhosa.com.br/autocuidado-sinal-liberdade-foucault>. Acesso em 28/03/2021.

AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE INSÔNIA EM PARTICIPANTES DO CURSO DORMIR BEM: A IMPORTÂNCIA DO SONO PARA A SAÚDE

Beatriz de Sousa Santa Cruz[1], Carolina Madureira Castro Paula[1], Diermisson de Sousa Figueiredo[1], Lara Younes[1], Silvia Helena Ferreira Santiago[1], Tiago Ribeiro da Silva[2], Lissia Pinheiro Shataloff [3], Ana Cláudia Monzon Zampoli[4]

INTRODUÇÃO

A insônia é um distúrbio conhecido e comum na vida da população e possui como característica a dificuldade de iniciar o sono ou mantê-lo durante a noite resultando em sintomas, como fadiga e alterações no humor (VARELA *et al*., 2005). Caracterizada como transtorno do sono, a insônia é consequência de emoções e atos do cotidiano, tal como a falta de atividades físicas, uso de medicamentos, consumo excessivo de cafeína, ansiedade e estresse (VARELA *et al*., 2005). A insônia pode ser classificada como aguda, onde geralmente é causada por um fator identificável e pontual apresentando duração menor do que três semanas, ou crônica, se manifestando várias vezes ao ano, por pelo menos dois anos, quando precisa ser analisada sistematicamente para identificar a sua causa (BERLIM, *et al*., 2005). Outra classificação importante para a insônia é realizada de acordo com a intensidade dos sintomas e com o prejuízo psicossocial a ela associados, sendo classificada como leve, moderada ou grave (BERLIM, *et al*., 2005).

Em 2014 foi realizado um estudo pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) onde constatou-se que 76% da população brasileira possui pelo menos uma queixa relacionada ao distúrbio do sono (HIROTSU *et al*., 2014). Neste contexto, Bacelar *et al. (*2019) defende que a insônia ocorre pelo estabelecimento de um ciclo psicofisiológico vicioso que inclui a adoção de hábitos desfavoráveis ao processo do sono. Para restabelecer o padrão de sono de qualidade é necessária a dissolução deste ciclo vicioso através de métodos educativos e práticas de intervenção psicológica. A intervenção por meio de atividades educativas enriquecidas com trocas de experiências contribui para a melhoria da qualidade do sono dos indivíduos e apresenta resultados, como a promoção da saúde, o

[1]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Coordenador da Escola de saúde colaborativa Uniamérica. Mentor do Projeto Integrador.

[3]Docente e Coordenadora do curso de Psicologia Uniamérica. Orientadora do Projeto Integrador.

[4]Docente do curso de Psicologia Uniamérica.

E-mail do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

aperfeiçoamento do autocuidado e o aumento da qualidade de vida (BICHARA *et al*., 2019). De acordo com Średniawa *et al*. (2019), mudanças nos hábitos de vida, como a redução de estresse e a prática de atividades físicas, influenciam positivamente na melhoria da qualidade do sono. Além disso, a implantação de um diário do sono favorece a percepção e o detalhamento do próprio padrão de sono pelo indivíduo. Este instrumento auxilia na percepção dos fatores que podem diminuir a qualidade do sono, desencadeando na insônia (BACELAR *et al*., 2019).

Diante do contexto, este trabalho tem como objetivo analisar a prevalência de insônia em participantes do curso ”dormir bem: a importância do sono para a saúde”, assim como substanciar a importância do sono, promover a educação em saúde, orientar sobre a higiene do sono, e consequentemente, colaborar para uma melhoria na qualidade de vida dos participantes.

METODOLOGIA

O presente estudo, de abordagem qualitativa, foi realizado através do curso “dormir bem”: a importância do sono para a saúde. Para a realização da pesquisa, foi utilizado o espaço da Escola de Saúde Colaborativa Uniamérica que visa promover atividades de educação em saúde, baseadas em uma abordagem colaborativa, onde os participantes são estimulados a serem estudantes da própria saúde visando gerar um aprendizado colaborativo para a melhoria do autocuidado dos participantes.

Para isto, em uma primeira etapa o convite para o curso foi elaborado através da plataforma de design gráfico CANVA para divulgação através das redes sociais da escola de saúde Uniamérica. As inscrições foram feitas através do preenchimento de um formulário com e-mail, telefone e consentimento dos participantes e posteriormente ocorreu o contato com os inscritos e a formação de um grupo no WhatsApp para a transmissão de informações sobre o curso.

Para a realização do curso, foram elaborados encontros virtuais, através da plataforma BlackBoard com duração de uma hora, em que os acadêmicos realizaram atividades educativas sobre insônia, sono e higiene do sono. Como instrumentos foram utilizados: aplicação de questionários, recursos de multimídia, orientações e relatos de experiências. O critério de inclusão para a participação no curso foi a inscrição juntamente com o consentimento dos participantes. Como população da pesquisa, foram inscritos 10 participantes com idade entre 16 e 63 anos e residentes nos estados do Paraná, Santa Catarina e Minas Gerais.

No primeiro encontro foi aplicado um questionário desenvolvido pelos acadêmicos com perguntas de abordagem qualitativa através da plataforma *googleforms,* com o objetivo de analisar a qualidade do sono dos inscritos. Em seguida foi feita a apresentação sobre o tema

e entrega do diário do sono para avaliação individual da rotina do sono. Nos encontros subsequentes foram abordados os temas higiene do sono e a prática de hábitos saudáveis de saúde. O curso contou com a participação de um médico psiquiatra e um terapeuta ocupacional os quais realizaram orientações e responderam dúvidas dos participantes sobre qualidade do sono.

Após o encerramento do último encontro foi aplicado um novo questionário desenvolvido pelos acadêmicos, de abordagem qualitativa, visando à avaliação da intervenção e a entrega de uma cartilha com orientações sobre higiene do sono. Posteriormente, foi realizada a análise dos questionários e a avaliação da efetividade da intervenção na melhoria da qualidade do sono dos participantes.

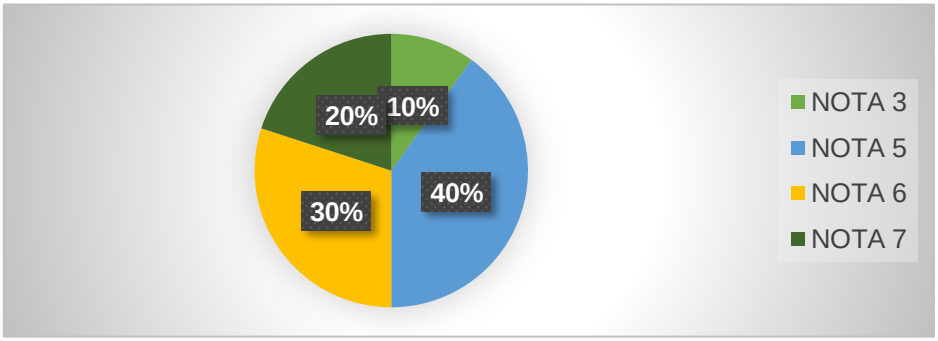
RESULTADOS E DISCUSSÃO

O curso iniciou-se com 10 participantes e finalizou-se com 09, ocorrendo apenas uma desistência. Como limitação da pesquisa obteve-se a realização dos encontros virtualmente, onde a possibilidade de maior número de dinâmicas e interações foi reduzida. Em contrapartida, os encontros virtuais possibilitaram o alcance a pessoas de outras regiões.

As respostas ao primeiro questionário (inicial) mostraram que a prática mais comum entre os participantes é o uso de aparelhos eletrônicos à noite (60%). Em relação à qualidade do sono em uma escala de 0 a 10, antes da intervenção educativa, 50% dos participantes atribuíram nota inferior a 5, sendo 3 a menor nota atribuída (gráfico 1). O resultado obtido correlaciona com o que Varela *et al*. (2005) relata, a insônia é consequência de atos do cotidiano, o uso de aparelhos eletrônicos à noite dificulta o relaxamento devido a incidência constante de luz, prejudicando a secreção da melatonina, hormônio importante para o sono.

Destarte, o distúrbio do sono afeta de forma direta a saúde física e mental e, independente da faixa etária, é um fator primordial para a qualidade de vida, contribuindo para a redução dos níveis de estresse e ansiedade (BICHARA *et al*., 2019).

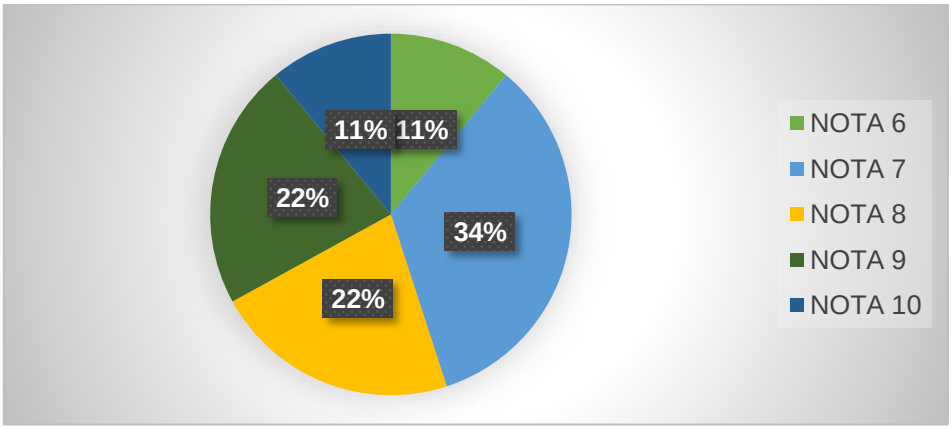
Gráfico 1. Avaliação inicial da qualidade do sono, antes da participação no curso, em uma escala de 0 a 10 (n=10).



A análise do segundo questionário mostrou que para 100% dos participantes a participação no curso contribuiu para a implantação de novos hábitos e para 70% a intervenção contribuiu para a melhoria da qualidade do sono. Em relação à qualidade do sono

em uma escala de 0 a 10, após a intervenção educativa, 100% dos participantes atribuíram nota superior a 6, sendo esta a menor nota atribuída (gráfico 2).

Gráfico 2. Avaliação da qualidade do sono, após participação do curso, em uma escala de 0 a 10 (n=9).



Desta forma, verificou-se que a participação no curso motivou os participantes a adotarem novos hábitos adequando-os ao seu estilo de vida. Os resultados obtidos corroboraram com o que foi discutido por Średniawa *et al*. (2019), sobre a as mudanças nos hábitos de vida, como redução de estresse, prática de atividades físicas e a influência na qualidade do sono mostrando a importância da autoeducação e intervenção educativa para a melhora do sono.

Seguindo o planejamento do estudo, o plano de ação aplicado foi o diário do sono de Carney *et al*. (2012) que favorece a percepção e o detalhamento do padrão de sono pelo indivíduo e auxilia na percepção dos fatores que diminuem a qualidade do sono, desencadeando a insônia (BACELAR *et al*., 2019). O preenchimento do diário do sono ajudou no autoconhecimento do padrão de sono, conforme relato dos participantes. Os inscritos também receberam um guia com orientações sobre a importância do sono, hábitos saudáveis e teste de cronotipo, para preencherem e consultarem quando necessário contribuindo para a disseminação do conhecimento adquirido e tornando o participante um agente multiplicador de informações, conforme relato de uma participante ao ser perguntada se indicaria a participação no curso para outras pessoas:

> *"Sim, o curso me fez olhar para o sono como uma das partes mais importantes do meu dia. Algo que eu não considerava muito, virava as noites, dormia tarde, mexia no celular na cama até bater o sono e jantava tarde. Foram pequenas mudanças que trouxeram resultados incríveis. Fiquei muito feliz e satisfeita. Muita gratidão"*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da presente pesquisa, foi possível verificar que a qualidade do sono dos participantes apresentou melhora considerável. Além da higiene do sono, os participantes

conseguiram iniciar a mudança em seus hábitos de vida, como começar a praticar atividade física, evitar cochilos durante o dia e diminuir o uso de eletrônicos durante a noite. Apesar de observar-se a alta prevalência de insônia nos participantes, podemos destacar a efetividade da intervenção educativa na melhoria da qualidade de vida, gerando aprendizado e maior capacidade de autocuidado em todos os envolvidos.

REFERÊNCIAS

BACELAR, Andrea et al. **Insônia: do diagnostico ao tratamento**. São Caetano, SP: Difusão Editora, 2019.

BERLIM, M.T. et al. **Diretrizes e algoritmo para manejo da insônia**. Porto Alegre, RS: Artmed, 2005.

BICHARA, Isadora Montoaneli et al. Educação e medidas não farmacológicas que promovam uma boa qualidade do sono: uma necessidade emergente para os idosos. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 35-42, 2019. Disponível em: https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/8214. Acesso em 10 mar. 2021.

CARNEY, C.E. The consensus sleep diary: standardizing prospective sleep selfmonitoring. **Sleep Science**, [s. l], v. 35, n. 02, p. 287-302, 2012. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22294820/. Acesso em 10 mar. 2021.

HIROTSU et al. Sleep complaints in the Brazilian population: Impact of socioeconomic factors. **Sleep Science**, [S.I], p. 35-41, 2014. Disponível em: http://sleepscience.org.br/details/181/en-US/sleep-complaints-in-the-brazilian-population--impact-of-socioeconomic-factors. Acesso em 10 mar. 2021.

ROPKE, Lucilene Maria et al. Efeito da atividade física na qualidade do sono e qualidade de vida: revisão sistematizada. **Archives Of Health Investigation**, [S.L.], v. 6, n. 12, p. 06-12, 2018. Disponível em: https://archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/2258. Acesso em 10 mar. 2021.

SREDNIAWA, Anna et al. Insomnia and the level of stress among students in Krakow, Poland. **Trends In Psychiatry And Psychotherapy**, [S.L.], v. 41, n. 1, p. 60-68, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/trends/a/fmKTwCGdGKv6LHvjgZXjZNc/?lang=en. Acesso em 15 mar. 2021.

VARELA, Maria José V et al. Insônia. **Revista Neurociências**, [S.L.], v. 13, n. 4, p. 183-189, 2019. Disponível em: https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8791. Acesso em 20 mar. 2021.

CONTRIBUIÇÕES DE COMO INICIAR O ATENDIMENTO NA CLÍNICA DE PSICOLOGIA

Chaveli Prietto[1]Jozelaine Zavacki Roseti[1] Juliana Costa Nicolau da Silva[1]Sarah Mohamad Ghattas[1] Bruna de Moraes Aguiar[2]

INTRODUÇÃO

Quando se pensa no profissional da Psicologia, geralmente a primeira imagem que vem na cabeça é a atuação do psicólogo clínico, no entanto trata-se de um curso com formação generalista, permitindo assim que o formando tenha contato com diversas áreas dentro da psicologia, tais como: educação, trabalho, instituições sociais, jurídicas e esporte.

Nas instituições universitárias tradicionais, é preciso estimular ainda mais a pesquisa,além dos conteúdos determinados, com um currículo não-fechado que vise a interdisciplinaridade, tendo em vista que é comum nessas instituições que os estágios sejamrealizados apenas em um ou dois semestres no final da graduação (ABDALLA, 2008).

Portanto, para o psicólogo clínico, fora os saberes referentes à psicologia, como abordagens teóricas, saberes relacionados à área biomédica, como classificação de transtornos e questões biológicas, é necessário conhecimento sobre aspectos burocráticos, sociais, éticos, técnicos, buscando o desenvolvimento de habilidades e competências necessárias para a atuação multiprofissional e interdisciplinar na Psicologia Clínica.

Para isso é necessário conhecimento sobre aspectos burocráticos, sociais, éticos, técnicos, buscando o desenvolvimento de habilidades e competências necessárias para a atuação multiprofissional e interdisciplinar na Psicologia Clínica (MELLO, 2019). Desta maneira e considerando o cenário imposto pela pandemia do Covid-19, que impede a divulgação ou realização de atividades presenciais, esse projeto integrador tem como objetivo

[1] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas –UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Análise do Comportamento, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas e, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email: bruna.aguiar@uniamerica.br

contribuir com informações relevantes, através de encontros online, sobre como iniciar acarreira em Psicologia Clínica.

METODOLOGIA

Local: Ferramenta de vídeo (Google Meet) para os encontros online. **Participantes**: Houve 34 inscrições no projeto e uma média de 17 participantes em cada encontro, sendo acadêmicos dos últimos períodos de psicologia e psicólogos que queiram iniciar a carreira ematendimentos clínicos. **Ferramentas**: Computador; celular; mídia social (Instagram e WhatsApp); ferramenta de videochamada (Google Meet); Power Point; formulário de inscriçãodesenvolvido pelas acadêmicas (Google Forms). **Procedimentos:** As etapas de organização do projeto foram: **1° etapa:** Criação do perfil de Instagram; confecção de imagens de capa e perfil para estas páginas e elaboração das postagens de divulgação. **2° etapa:** As inscriçõesdos participantes foram realizadas por meio do formulário do Google (Google Forms). **3° etapa:** Abertura de grupo no WhatsApp, para serem enviados os links dos encontros (GoogleMeet). **4° etapa:** Estruturação dos encontros e **5º etapa:** realização dos encontros. Foram realizados 4 encontros online pela plataforma do Google Meet, com duração de uma hora e trinta minutos cada. Sendo divididas entre: na primeira meia hora do encontro: uma apresentação teórica das acadêmicas com conteúdos pesquisados sobre o tema do encontro,apresentação dos psicólogos convidados com foco na prática e dúvidas.

Encontro 1: Foi realizada a orientações sobre os processos burocráticos no início deatendimento clínico. Houve uma apresentação teoria dos acadêmicos responsáveis pelo projeto e a participação de psicólogos convidados para apresentar sua experiência sobre o tema em questão. **Encontro 2:** Foi realizada a instruções de como fazer o atendimento clínicoonline. Houve uma apresentação teoria dos acadêmicos responsáveis pelo projeto e aparticipação de psicólogos convidados para apresentar sua experiência sobre o tema em questão. **Encontro 3:** Como o psicólogo pode realizar suas divulgações na Internet de maneira ética? Houve uma apresentação teoria dos acadêmicos responsáveis pelo projeto ea participação de psicólogos convidados para apresentar sua experiência sobre o tema em questão. **Encontro 4:** Reflexões sobre os primeiros atendimentos clínicos e seus desafios. Houve uma apresentação teoria dos acadêmicos responsáveis pelo projeto e a participação de psicólogos convidados para apresentar sua experiência sobre o tema em questão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Houve 34 inscrições no projeto e uma média de 17 participantes em cada encontro.

Foram trazidas questões relacionadas sobre processos burocráticos; primeiros atendimentos,

divulgação de maneira Ética, TICs- (Tecnologias da Informação e da Comunicação) e até mesmo sobre medo ou insegurança, servindo assim de um espaço de acolhimento e troca deexperiências.

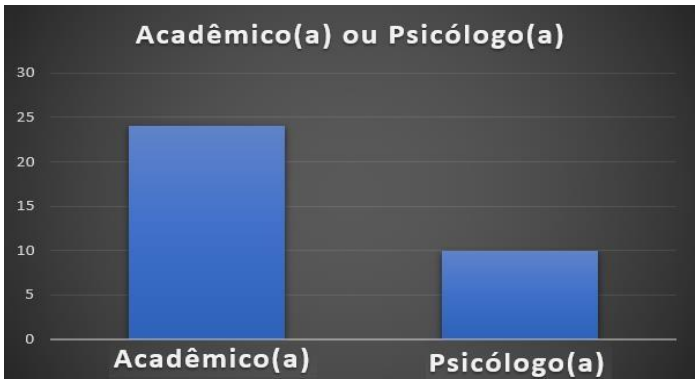


Gráfico 1 - Profissão do participante.

Pelo gráfico 1, pode ser verificado que a maioria dos participantes foram acadêmicos de psicologia, totalizando 24 e 10 Psicólogos.

Gráfico 2 - Região do participante.

Pelo gráfico 2, pode-se verificar que quanto a região dos participantes a maioria é de Foz do Iguaçu – Paraná e uma pequena parcela é de outras cidades, países e estados comoSão Paulo e Argentina.

Gráfico 3 - Idade do participante.

A média de idade dos participantes foi bem variada. Sendo dos 19 aos 51 anos, noentanto a maioria estava entre 19 e 25 anos.

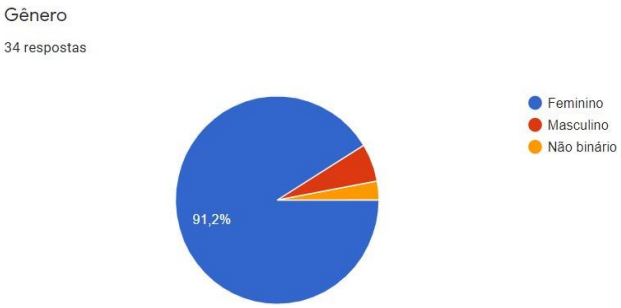


Gráfico 4 - Gênero do participante.

A maioria dos participantes é do gênero feminino, porém houve um participante do gênero masculino e um não-binário. Ao longo dos encontros, os participantes relataram que se sentiam melhores por perceberem não estar sozinhos nos seus receios. Durante os encontros, os inscritos participaram de maneira ativa, fazendo perguntas e comentários sobrea temática e até mesmo falaram sobre suas dificuldades, contribuindo para a troca de vivências com o grupo. Percebeu-se que os psicólogos não começaram com a agenda cheia,nem mesmo com uma clínica totalmente pronta e até mesmo não sabiam exatamente como fazer a divulgação na Internet. Com isso, identificou-se que foi essencial a diversidade de profissionais contando sua trajetória na Psicologia Clínica, reforçando que é necessário não se comparar com outros profissionais, porque cada carreira é única.

Entre as questões abordadas nos encontros, foi importante ressaltar que os participantes aprofundaram principalmente nas normas do CFP neste contexto de pandemia.Segundo Brasil (2020), o Conselho Regional de Psicologia do Paraná, reflete a prestação deserviços psicológicos por meio de TICs- (Tecnologias da Informação e da Comunicação), regulamentada pela Resolução CFP n° 011/2018 e Resolução CFP nº 004/2020. Outra dúvidapertinente foi relacionada a divulgação de maneira ética, segundo a Cartilha Psicologia e Ética nas Redes Sociais (2019) as divulgações na Internet são ferramentas utilizadas para que os psicólogos possam mostrar seus serviços e captar pacientes, no entanto para conquistar essa visibilidade positiva, é essencial realizar um trabalho consciente e seguindo o Código de Ética.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluímos através deste projeto que, não é raro encontrar profissionais cém-

formados e mesmo acadêmicos de psicologia, apresentarem algum nível de ansiedade a respeito do início da carreira no atendimento clínico. Algumas vezes por não ter conhecimentos específicos, experiência ou mesmo pela sensação de não ter as competênciasnecessárias para esta prática.

Foi possível, de maneira geral, contribuir com informações relevantes, sobre como iniciar a carreira em Psicologia Clínica. Este projeto foi favorável em mão dupla, tanto para osparticipantes, quanto para as acadêmicas envolvidas no projeto. Por meio da participação donosso público, percebeu-se o engajamento deles quando os psicólogos compartilhavam informações sobre os aspectos que envolvem os primeiros atendimentos na carreira do psicólogo. Foram fornecidas orientações sobre abertura da clínica, instruções sobre a respectiva teoria e os psicólogos convidados apresentaram formas de realizar divulgação ética em psicologia, além de prover conhecimentos sobre psicoterapia online.

Desta forma, parece importante ressaltar a necessidade de futuros trabalhos a respeitodesse tema, não somente para os acadêmicos de psicologia, mas também para aqueles profissionais que estejam interessados em iniciar a sua carreira na clínica. Tendo em vista isso, é possível observar que os objetivos gerais e os específicos foram atendidos durante osencontros.

REFERÊNCIAS

ABDALLA, Ively Guimarães; BATISTA, Sylvia Helena; BATISTA, Nildo Alves. Desafios do ensino de psicologia clínica em cursos de psicologia. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 28, n. 4, p. 806-819, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932008000400012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 Mar. 2021.

BRASIL. Conselho Regional de Psicologia do Paraná | CRP-PR. *Atendimento online, como fazer?*. 2020. Disponível em: <https://crppr.org.br/como-fazer-atendimento-online/> Acesso em 11 abr. 2021

Cartilha Psicologia e Ética nas Redes Sociais (2019) **Conselho Regional de Psicologia 11ª Região**. Disponívelem:<http://www.crp11.org.br/upload/CARTILHA%20PSICOLOGIA%20E%20%C3%89TICA%20NAS%20 REDES%20SOCIAIS.pdf>. Acesso em: 26 de Abr. de 2021

MELLO, Raquel Antunes de; TEO, Carla Rosane Paz Arruda. Psicologia: **entre a Atuação e a Formação para o Sistema Único de Saúde.** Psicol. cienc. prof., Brasília , v. 39, e186511, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932019000100142&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 18 Apr. 2021.

CAPACITAÇÃO EM HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS PARA FUNCIONÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ACOLHIMENTO INFANTO JUVENIL EM FOZ DO IGUAÇU/PR

Carolina Bof[1]; Eduardo Alves Gomes[1] ; Lilyana Khamis[1] ; Maria Gorette Tigre[1] ; Maria das Graças Souza[2]

INTRODUÇÃO

Com o avanço tecnológico e a globalização as relações de trabalho passaram a ser horizontais, exigindo com isso novas competências dos trabalhadores, tais como, trabalho em equipe, gestão de relacionamentos, liderança entre outras. Nesta direção Tolfo (2002) explica que, uma perspectiva horizontal de trabalho demanda do trabalhador não apenas a qualificação profissional, entendida como as capacidades técnicas, mas também o desenvolvimento de competências.

Dentro deste novo contexto, as competências socioemocionais (HSE) ganharam destaque. Denomina-se competências socioemocionais um grupo de habilidades importantes para o desenvolvimento global das pessoas, as quais envolvem aspectos socioafetivos, emocionais, comportamentais e morais. A partir desse grupo de competências, as pessoas direcionam seus comportamentos, respondendo às relações sociais de forma mais adequada (OLIVEIRA e MUSZKAT, 2021).

Para Gondim, Morais e Brantes (2014, p. 395) “As competências socioemocionais, a seu turno, funcionam como via pela qual as demais competências são expressas e desenvolvidas”. O domínio dos aspectos afetivos e motivacionais permitem a aprendizagem, desenvolvimento e transferências dessas capacidades para contextos laborais.

Segundo Gondim (2014) às competências socioemocionais se desenvolvem nos ambientes educacionais e laborais, sendo assim essas competências não são inatas e envolvem o aprender sobre as emoções por meio dos relacionamentos intra e interpessoal. Exemplos destas habilidades são: a empatia, a comunicação assertiva e não violenta, a escuta ativa, a mediação de conflitos, entre outras.

Partindo desta discussão sobre HSE, este estudo busca responder ao seguinte questionamento: De que forma as habilidades socioemocionais impactam no ambiente de

[1]Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Professora orientadora. Psicóloga. Mestre em Saúde Púbica em Região de Fronteira. Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
E-mail do autor correspondente: graca.souza@descomplica.com.br

trabalho? Este problema surge a partir da demanda de uma instituição não governamental de Acolhimento Infanto Juvenil em Foz do Iguaçu - PR. Além de buscar responder ao problema de pesquisa, este projeto também tem por objetivo geral promover formação sobre habilidades socioemocionais visando aprimorar o relacionamento interpessoal da equipe. Os objetivos específicos definidos para as intervenções foram: a) Capacitar os funcionários para lidarem com as situações de conflitos e estresse; b) Aperfeiçoar os relacionamentos interpessoais entre os funcionários versus a demanda atendida, ampliando seus recursos internos e potencialidades para a mediação de conflitos; e c) Evidenciar a importância da comunicação não-violenta e ou comunicação assertiva e da empatia e da escuta ativa para o sucesso do relacionamento interpessoal entre a equipe e a demanda atendida.

O presente projeto foi relevante pela compreensão que o domínio das competências socioemocionais tem o potencial de melhorar o relacionamento interpessoal, refletindo em harmonia organizacional, e por se tratar de uma instituição que prestam atendimento a criança e adolescentes em vulnerabilidade e risco social e seus familiares, essa capacitação refletiu positivamente no atendimento desta demanda, e trouxe benefício para o profissional tanto pessoal como profissional. Nesta direção, conforme Damásio (2017), o desenvolvimento das HSE é imprescindível nas instituições, por tornar os profissionais mais bem preparados para dirimir conflitos, aproximar os grupos de trabalho e tornar os espaços mais harmônicos.

MÉTODO

Este projeto foi desenvolvido junto aos funcionários da Unidade de Acolhimento Infanto Juvenil de uma instituição não governamental de Foz de Iguaçu. Ao todo foram 22 funcionários atendidos desde a equipe técnica até funcionários dos serviços de limpeza e cozinha.

Para a execução deste projeto foram utilizados os seguintes materiais e instrumentos: computador, texto digital, vídeos; ficha de inscrição, questionário inicial e avaliação via formulário Google Forms, além de folhas coloridas, cartolina, cola e canetas hidrocor.

A capacitação foi desenvolvida em cinco encontros, todos presenciais. As temáticas abordadas se dividiram da seguinte maneira: primeiro encontro - Relacionamento Intrapessoal; segundo encontro - Relacionamento Interpessoal e Empatia; terceiro encontro - Comunicação e suas diferentes formas e Escuta Ativa e quarto encontro - Mediação de Conflitos. O quinto encontro foi uma confraternização entre os participantes e a entrega da certificação, além do formulário de avaliação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nas diversas profissões, exige-se habilidades e técnica para exercer as funções laborais, sendo que alguns requerem maior nível de estudos das técnicas específicas, outras

menos. Contudo, de acordo com Grzesiak (2015) a formação e as habilidades técnicas auxiliam o sujeito para entrar em um emprego, no entanto, são as habilidades sociais juntamente com as habilidades técnicas que darão oportunidades diversas no futuro, pois, não adianta às pessoas terem habilidades técnicas e ser inflexível, bem como ter dificuldades de admitir erros e não saber se relacionar com o outro. Em outras palavras, os trabalhadores, independentemente da idade e profissão que exerçam, para ter sucesso em sua vida laboral além de saber a técnica específica de sua profissão é fundamental desenvolver ou aprimorar as habilidades socioemocionais para o sucesso da vida laboral.

Considerando a importância destas habilidades, nos primeiros encontros com as duas equipes, foi realizado o seguinte questionamento: Você já participou de capacitação que abordaram temáticas relacionadas às habilidades socioemocionais? 71,4% dos trabalhadores responderam que não haviam participado.

Em relação a ausência de capacitações sobre HSE junto aos funcionários, Grzesiak (2015) faz uma crítica, ele afirma que a importância das habilidades sociais é muitas vezes subestimada, pois há maior treinamento das habilidades técnicas, por algum motivo, muitas empresas esperam que os trabalhadores saibam ter um comportamento assertivo no trabalho, chegando na hora certa, tomando decisão positiva do ponto de vista da organização, ser amigável com todos e desenvolver seu trabalho com qualidade, sem dar treinamento sobre as habilidades socioemocionais, ignorando o fator importante que a deficiência destas, é motivo de frustrações e prejuízos tanto no local do trabalho como na vida pessoal. dos trabalhadores, refletindo negativamente na demanda atendida.

Em relação a dificuldades enfrentadas pelos funcionários no ambiente de trabalho da UAI, destacou-se o trabalho em equipe, a comunicação e a escuta ativa, sendo que a maioria dos colaboradores, acreditam que a comunicação às vezes não é clara nem assertiva e que as informações nunca chegam a todos os colaboradores de maneira igual e ao mesmo tempo.

Demonstrando a importância dessa capacitação, ao final dos encontros os funcionários da instituição responderam a um novo formulário. Dentre as perguntas contidas no documento selecionamos as seguintes: Você acredita que a aprendizagem e o desenvolvimento das habilidades socioemocionais impactam no ambiente pessoal e de trabalho? A capacitação sobre habilidades socioemocionais contribuiu para sua prática profissional? Dê um exemplo. Nas duas questões 100% afirmaram que sim. Em relação aos exemplos, foram: “prestar atenção no próximo e ouvir mais os companheiros de trabalho.” “me ajudou a me posicionar melhor.” “Contribuiu, pois, nos mostra como gerenciar nossas emoções no trabalho.” “Com certeza, principalmente relacionamento com o outro, como: empatia, ética, responsabilidade, entre outros.” Outrossim, 100% responderam que recomendaria a iniciativa deste projeto a outras instituições.

O nosso objetivo de capacitação em habilidades socioemocionais para os

funcionários, foi concretizado com sucesso e o feedback do mesmo, materializou-se, no último formulário onde foi solicitado para os mesmos deixarem algum comentário a respeito do projeto em questão, e as respostas foram as seguintes, “Parabéns a todos pelo tempo e dedicação ao trabalho”. “Parabéns a todos os envolvidos, saio da capacitação me conhecendo e conhecendo os outros ao meu redor melhor”. ”Obrigada pelo ótimo trabalho desenvolvido”. “Maravilhoso eu gostaria de participar mais vezes”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A preocupação com o estado emocional dos funcionários e o acompanhamento das HSE no ambiente de trabalho vêm se tornando uma prática cada vez mais comum no meio organizacional, essas habilidades favorecem as relações entre as pessoas, por isso é importante desenvolvê-las em todos os ambientes, incluindo o organizacional.

Na percepção dos funcionários da UAI, a aprendizagem e o desenvolvimento das habilidades socioemocionais impactam no ambiente de trabalho, pois fornecem instrumentos capazes de melhorar a comunicação e o relacionamento entre todos os envolvidos, refletindo positivamente no atendimento para com a demanda.

REFERÊNCIAS

DAMÁSIO, Bruno Figueiredo. **Mensurando habilidades socioemocionais de crianças e adolescentes: desenvolvimento e validação de uma bateria**. (Nota técnica). Bruno Figueiredo Magalhães. Rio de Janeiro: Departamento de Psicometria da Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v25n4/v25n4a24.pdf>. Acesso em: 05 maio. 2021.

FEITOSA, M. R.; MÁXIMO, A. L. P. A influência do relacionamento interpessoal no ambiente de trabalho: um estudo bibliográfico. In: **Semana de Iniciação Científica**, 6., Juazeiro do Norte. Anais. Juazeiro do Norte: Faculdade do Juazeiro do Norte, 2015. p. 1-7. Disponível em:<https://www.academia.edu/download/54483121/AINFLUENCIADORELACIONAMENTOINTERPESSOALNOAMBIENTEDETRABALHOUMESTUDOBIBLIOGRAFICO.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2021.

GILLEN, T. **Entendendo a assertividade**. In: _____. (org). Assertividade. São Paulo: Nobel, 2001.

GRZESIAK, Mateusz. **Por que habilidades sociais são tão importantes**. Disponível em: <http://www.administradores.com.br/artigos/carreira/porque-habilidades-sociais-soft-skills-sao-tao-importantes/92297/ >. Acesso em: 20 de ago. 2021.

GONDIM, Sônia Maria Guedes; MORAIS, Franciane Andrade de; BRANTES, Carolina dos Anjos Almeida. Competências socioemocionais: fator-chave no desenvolvimento de competências para o trabalho. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Florianópolis, v. 14, n. 4, p. 394-406, dez. 2014. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-

66572014000400006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 06 set. 2021.

OLIVEIRA, Patricia Vieira de; MUSZKAT, Mauro. Revisão integrativa sobre métodos e estratégias para promoção de habilidades socioemocionais. **Rev. Psicopedagogia**, São Paulo, v. 38, n. 115, p. 91-103, abr. 2021 . Disponível em <http://dx.doi.org/10.51207/2179-4057.20210008>. Acesso em: 15 jun. 2021.

PORTELLA, M. **Estratégias de treinamento em habilidades sociais**. Centro de Psicologia Aplicada e Formação / Terapia Cognitiva comportamental. 1. ed. Rio de Janeiro: Santos, 2011. 408 p.

TOLFO, S. R. A carreira profissional e seus movimentos. **Revista de Psicologia Organizacional e do Trabalho**, v. 2, n. 2, p. 39-63, 2002. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/6847>. Acesso em: 20 de set. 2021

CONEXÃO DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Marcond Marchi[153]Maria da Consolação Teixeira[1]Rossana Maria Vidal Hatti[1] Gisele krahenhofer[1] ; Graça Souza[2] ,Roberta Bouchardet[3]

INTRODUÇÃO

Este projeto integrador surgiu da demanda de um colégio na região de Foz do Iguaçu, buscando um trabalho de reconexão dos alunos com o colégio, a partir de quatro eixos principais surgidos com a pandemia do COVID-19: perdas e o luto, stress e ansiedade, escolhas profissionais e projeto de vida. O objetivo do projeto integrador, portanto, foi a psicoeducação e a instrumentalização dos alunos para lidar com esses temas.

O Luto, primeiro tema abordado, é assunto de interesse da Psicologia desde Freud na sua obra Luto e Melancolia editado em 1917 e traduzido para o português em 1996 (TAVARES, 2012). Diversas abordagens para o processo do luto surgiram ao longo do tempo, como a abordagem de 5 estágios de Elisabeth Kübler-Ross (KUBLER-ROSS, 1985), a inclusão do estádio do Significado em Kübler-Ross & Kessler (2005), e finalmente o Luto Dual proposto por Stroebe & Schut (1999) e abordada especialmente em Stroebe e Schut (2001). O Luto é especialmente importante na adolescência, pois a relação com a morte, a mortalidade e os limites são questionados, e a suposição da imortalidade encontra-se presente (RODRIGUEZ e KOVÁCS, 2005). A expressão e compreensão saudável do luto torna-se uma ferramenta essencial para o adolescente, conforme Domingos e Maluf (2003). Essa instrumentalização pode ser facilitada através de recursos de informação, tais como a cartilha “O processo de luto a partir das diferentes perdas em tempos de pandemia” (BOLASÉLL et al., 2020) e atividades desenhadas com este intuito, propostas adiante no delineamento das atividades.

Em relação à ansiedade, a saúde mental dos estudantes também tem sido um campo de discussões em função do aumento dos níveis de ansiedade (Cao et al., 2020). Apesar da satisfação de muitos estudantes com a transposição das atividades para o

[153]Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2]Professora orientadora. Psicóloga. Mestre em Saúde Púbica em Região de Fronteira. Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3]Mentora. Psicóloga. Psicóloga Clínica, especialista em Terapia Cognitivo-comportamental (TCC). Graduada em Psicologia, pós-graduada em TCC e em Administração Financeira.

Email do autor correspondente: gracasouza@descomplica.com.br

ambiente virtual de aprendizagem, muitas dificuldades são relatadas em relação às aulas online, como maior probabilidade de distração, falta de disciplina para os estudos, conexões instáveis, ambientes barulhentos e falta de equipamentos profissionais (Sun et al., 2020).

Cao et al. (2020), ao comparar os períodos pré-pandemia e pandêmico apontam um aumento significativo de sintomas depressivos e sugerem acompanhamento psicológico, alimentação saudável e prática de atividade física, valorização do sono (ALVES, PEREIRA, 2017 e TAVEIRA, 2005).

O tema Profissão é estudado por Aiello e Machado (2000), que observam dificuldades na aprendizagem por ter passado por um ensino fundamental sem base, déficit cognitivo, pressão dos pais para seguir a mesma profissão e dificuldades financeiras, ressaltando o retorno financeiro como critério de escolha. Estas observações nortearam as técnicas aplicadas durante o projeto, seguindo recomendações citadas no artigo (Aiello Vaisberg & Machado, 2000), visando incentivar a reflexão sobre o que gostaria de ser no futuro, quais seus sonhos, o predomínio em todos os casos foi a indecisão, ansiedade, imaturidade e uma insegurança real de uma vida futura .

Finalmente, a temática do Projeto de Vida está fortemente presente (BOCK & LIEBESNY, 2003) em projetos de vida e adolescentes de escolas, o estudo, o trabalho e a família - sendo o trabalho o elemento central; porém o trabalho que aparece nos projetos de vida pesquisados refere-se exclusivamente à sobrevivência, resultando em ganho financeiro para compra e usufruto de bens. Não aparecem elementos críticos em relação ao trabalho que lhe confiram um caráter de contribuição social, envolvendo a transformação da realidade. Cristina, Kabbas e Lópes (2001), acreditam que a via do trabalho é suficiente para acessar um outro patamar material e existencial. Já para Fonseca (1989 apud MACHADO, 2004), os projetos de vida são como a realização de uma vocação, de um chamamento que nasce de aspectos individuais e sociais, ou seja, é o resultado da conjunção entre aspirações individuais e interesses coletivos.

MÉTODO

Foram realizados quatro encontros presenciais, sendo três no auditório da Uniamérica e um na Escola Almirante Tamandaré, todos com duração de uma hora e meia, abordando as temáticas Luto, Estresse, Profissões e Projeto de Vida. Foi dada preferência ao auditório da UniAmérica, devido ao número de alunos (60 alunos) e a necessidade da observância do distanciamento social. O auditório impõe algumas limitações naturais no formato das atividades, por exemplo, rodas de conversa tornam-se inviáveis, tornando os

debates (com o auxílio dos microfones sem fio), exposições e vídeo-projeções ações mais atraentes pedagogicamente. As atividades foram divididas em blocos, compostos de 1 vídeo-projeção, breve exposição sobre o vídeo seguido de um debate com os alunos. Optou-se por vídeos de curta duração (5 minutos ou menos), 2 a 3 minutos de exposição a fim de provocar o debate, e mais 15-20 minutos de debate.

O encontro 1, sobre Perdas e Luto, foi estruturado de maneira a passar 3 informações básicas sobre o luto: a) O luto como um fato natural. O vídeo utilizado para provocar o debate foi "O Velório do Tony Stark | Vingadores: Últimato" (Em: <https://youtu.be/-b1VbWbEvFU>). Este vídeo, por sua natureza, também ajudou a estabelecer *rapport* com os alunos rapidamente; b) O luto como um processo oscilante, dinâmico e desafiador, mas possível de ser vivido. Usamos o vídeo "DIA DOS MORTOS NO MÉXICO" (Em: <https://youtu.be/GAMp_ODw190>); e c) O luto como um processo potencialmente transformador e de auto-descoberta. Encerramos com "A IMPORTÂNCIA DO LUTO E DO SEGUIR EM FRENTE" (Em: <https://youtu.be/Ap6tJNH5ri4>).

A Ansiedade e Stress foi trabalhada utilizando a Dinâmica das Bexigas com 20 perguntas, ajustadas ao público adolescente, objetivando identificar os níveis de estresse dos adolescentes bem como a psicoeducação, trabalhando a resiliência, suportabilidade de incômodos e reconhecimento das emoções. Após a atividade, os balões foram estourados. Apresentamos a Técnica da Respiração Diafragmática ou respiração profunda, que objetiva minimizar os sintomas de estresse e ansiedade, aumentando a oxigenação cerebral. Os resultados são percebidos como uma acalmia e relaxamento geral e teve ótima receptividade dos estudantes. Também apresentamos o CIS, capaz de acolher os alunos que estiverem passando por demandas e dificuldades.

No terceiro encontro abordamos a temática da orientação profissional. Apresentamos vídeo falando de orientação profissional, sendo que debatemos com eles a questão de estudar e trabalhar, a influência dos pais, novas oportunidades de trabalhos, realidade e a prática profissional e perspectivas, como curso superior e formação e trabalho no exterior. Foi possível observar de acordo com a participação dos alunos que a maioria

ainda está construindo essas perspectivas, porém vários deles já encontram-se encaixados no mercado de trabalho e buscando ativamente uma carreira.

Finalmente, no Projeto de Vida, abordamos a possibilidade de ter um projeto de vida pessoal nesta fase da vida. De acordo com as diretrizes do novo ensino médio (estabelecidas na Lei nº 13.415/2017, artigo 3º): “Os currículos do ensino médio deverão considerar a formação integral do aluno, de maneira a adotar um trabalho voltado para a construção de seu Projeto de Vida e para sua formação nos aspectos físicos, cognitivos e socioemocionais”, portanto, tal tema deveria ser ativamente desenvolvido na escola. Contudo, observamos que este é um assunto desafiador para os alunos e requer um trabalho mais extensivo, mesmo sendo um tema bem recebido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A demanda apresentada pela escola foi ampla, englobando 4 áreas que por si só poderiam compor projetos integradores separados. Entendemos, contudo, que o atendimento das demandas, em conjunto, se fazia necessário para assistir as necessidades dos alunos, mesmo às custas de um aprofundamento. Os feedbacks obtidos dos alunos foram qualitativos e obtidos espontaneamente. Também observamos a participação e a mobilização dos diferentes agrupamentos ao longo das atividades. A resposta dos alunos variou de neutra a muito positiva ao longo de todas as atividades. Não foram anotadas manifestações negativas em relação às atividades propriamente ditas.

Observamos a patologização do luto, da ansiedade e do stress nas atividades correspondentes, ou seja, a percepção, por mais de 50% dos alunos, desses estados como doentios e passíveis de medicação. Esse dado (inesperado pelos pesquisadores) mostrou a necessidade de um melhor entendimento da visão do luto, da ansiedade e do stress no público-alvo, por um lado, e por outro ratificou a escolha da apresentação dos temas como parte da condição humana.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades tiveram boa receptividade de modo geral, contudo percebemos, ao contrário de nossa expectativa, que o Projeto de Vida é um tema pouco pensado e pouco desenvolvido, enquanto Profissão e Trabalho já estão presentes nas reflexões de grande parte dos alunos, com parte deles já ativamente atuando no mercado profissional como estagiários.

Recomendamos trabalhos visando viabilizar a observância de orientações já existentes em legislação, como a Lei nº 13.415/2017, que podem ajudar na instrumentalização dos estudantes para a vida adulta.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao diretor da Escola Estadual Almirante Tamandaré em disponibilizar a presença de 60 alunos no auditório da Uniamérica por 3 manhãs. E por permitir trabalhar com estes alunos no espaço da escola durante o horário de aula. Agradecemos aos 4 professores que estiveram junto conosco nos 4 encontros. Agradecemos a presença e participação dos alunos, em especial aos que ficaram mais próximos a nós, relatando suas experiências de luto, de projeto de vida, de participação ativa nas dinâmicas.

REFERÊNCIAS

BARRETO, M.A.; AIELLO-VAISBERG, T. **"Escolha profissional e dramática do viver adolescente"** Psicologia & Sociedade; 19 (1): 107-114, jan/abr. 2007

BOLASÉLL, L. T., NUNES, F. R. C., VALANDRO, G. S., RITTMANN, I., MARKUS, J., WEIDE, J. N., SEIBT, L. T., VERDE, L. V., & RODRIGUES, C. S. M. (2020). **O processo de luto a partir das diferentes perdas em tempos de pandemia.** Porto Alegre: PUCRS. Projeto gráfico: Luciana Gomes.

DOMINGOS, B. e MALUF, M. R. **Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos.** Psicologia: Reflexão e Crítica [online]. 2003, v. 16, n. 3 [Acessado 27 Setembro 2021] , pp. 577-589. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102- 79722003000300016>.
RODRIGUEZ, Cláudia Fernanda; KOVACS, Maria Julia.
Falando de morte comadolescente. Estud. pesqui. psicol., Rio de Janeiro , v. 5, n. 1, p. 127-143, jun. 2005 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-428120 05000100009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2021.

STROEBE, M e SCHUT, Henk. **The dual process model of bereavement: rationale and description.** Death studies, v. 23, p. 197-224, 1999. Washington DC: American Psychological Association, 2001.

TANIS, Bernardo. **Especificidade no processo de elaboração do luto na adolescência.** Rev. bras. psicanál, São Paulo , v. 43, n. 3, p. 39-50, set. 2009 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X 20090003000 05&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2021.

TAVARES, Pedro Heliodoro. Luto e melancolia. Rev. bras. psicanál, São Paulo , v. 46, n. 4, p. 212-216, dez. 2012 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script =sci_arttext&pid=S0486-641X2012000400020&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 06 dez. 2021.

WILLHELM, Alice Rodrigues; ANDRETTA, Ilana; UNGARETTI, Mariana Steiger. **Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade.** Contextos Clínic, São Leopoldo , v. 8, n. 1, p. 79-86, jun. 2015 . Disponível em <http:// pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822015000100009&lng=pt&n rm=iso>. acessos em 26 set. 2021. http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2015.81.08.

CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE DE ADOLESCENTES ACOLHIDOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE FOZ DO IGUAÇU/PR

Beatriz de Sousa Santa Cruz1, Lara Younes[1], Louise Marcelle Taborda[1], Marlene Jerônima Braga dos Santos Rodrigues1 Silvia Helena Ferreira Santiago[1], Lissia Pinheiro Shataloff[2] Amanda Palmar[3]

INTRODUÇÃO

A identidade pessoal em adolescentes tem sua formação e transformação biopsicossocial influenciada por três fatores, são eles interpessoais, intrapessoais e culturais.A construção da identidade é formada ao longo da vida, entretanto, a adolescência apresentaas transformações mais significativas do indivíduo. Essa transformação vem acompanhada da necessidade da tomada de novas decisões, crises e conflitos internos (SCHOEN- FERREIRA; AZNAR-FARIAS; SILVARES, 2003).

Autoconhecimento e autoestima estão relacionados à qualidade de vida e bem-estar de qualquer indivíduo, assim como aos aspectos avaliativos que o sujeito desenvolve a seu respeito, baseado em suas capacidades e desempenhos, ou seja, o indivíduo realiza uma autoavaliação de acordo com suas habilidades e a imagem que tem de si. Desta forma, torna- se expressiva a importância de atividades e exercícios que trabalhem a autoidentidade e quedê aos adolescentes a possibilidade de se sentirem pertencentes à sociedade e com visão defuturo (ANDRADE; SOUZA, 2010).

O projeto de extensão buscou contribuir com a construção da identidade de adolescentes usuários de substâncias psicoativas, com idade entre 14 e 17 anos, acolhidos em uma residência terapêutica na cidade de Foz do Iguaçu. Trata-se de uma associação civil,sem fins lucrativos, mantida pela Prefeitura Municipal, Itaipu Binacional e doações da comunidade. A demanda surgiu a partir de um pedido da instituição à universidade, para quea UniAmérica Descomplica pudesse auxiliar nas atividades de psicoeducação com os acolhidos. Neste contexto, a construção da identidade foi sugerida como estratégia deprevenção ao uso de drogas.

1. Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas–UniAmérica. Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
2. Psicóloga. Professora orientadora do projeto.
3. Psicóloga. Mentora do projeto.

METODOLOGIA

O presente projeto realizou uma pesquisa exploratória qualitativa com adolescentes usuários de substâncias psicoativas, acolhidos em uma residência terapêutica. A escolha dopúblico de pesquisa foi feita a partir do acolhimento atual da instituição. O método utilizado para a coleta de dados foi a observação dos participantes e conversas intencionais. A instituição e os adolescentes foram informados sobre a confidencialidade dos dados e a preservação de suas identidades. A intervenção foi dividida em quatro encontros, sendo dois realizados no espaço do Centro Universitário UniAmérica Descomplica e dois na instituição acolhedora. As atividades foram desenvolvidas a partir da formação de rodas de conversa e dinâmicas de grupo, fundamentadas por Buzi e Payá (2013) e com duração de 01h30min.

No primeiro encontro foi realizada uma dinâmica quebra-gelo através da formação deuma roda com os adolescentes e de perguntas estruturadas como: *Qual a sua comida favorita? Qual o seu estilo musical? O que você gosta de fazer no tempo livre? Qual profissãodeseja seguir?* Em seguida foi feita a dinâmica troca de sentimentos, em que foram disponibilizados em uma mesa doze cartões, escritos em metade deles característicaspositivas e na outra metade características negativas. Os adolescentes foram orientados a escolher dois cartões, um com a característica que consideram ter a mais e outro com a característica que tem a menos. Depois da escolha feita, foi permitido um momento para escreverem quais razões levaram a estas escolhas. Após, foram orientados a devolverem para a mesa a característica que consideravam de sobra e a pegarem outra característica quenecessitavam adquirir. No final da dinâmica foi realizado um momento de discussão, em quecada adolescente, apresentou suas escolhas e como pretende adquirir as novascaracterísticas.

Seguindo a intervenção proposta, no segundo encontro foi realizada a dinâmica Desafio Secreto. Os adolescentes foram posicionados em círculo e orientados a escrever umdesafio para que outro colega realizasse, assinar e devolver para a moderadora. Em seguida,a moderadora devolveu o papel para o próprio remetente e anunciou que cada um iria realizarseu próprio desafio. Após a realização dos desafios, foi feito um momento de reflexão sobre a importância da empatia. Posteriormente, foi realizada a dinâmica da empatia, em que cadaadolescente foi instruído a escrever suas principais angústias ou situações difíceis vivenciadas sem se identificarem. Após, os papéis foram devolvidos para a moderadora, queleu cada angústia e orientou a levantar a mão quem se identificava com aquele relato. As acadêmicas também participaram da dinâmica para fortalecer o vínculo com os adolescentese no final houve um momento de reflexão sobre a dinâmica.

No terceiro encontro foi realizada a dinâmica relação com o trabalho, momento em que foram fornecidos lápis, canetas e figuras impressas de diferentes profissionais, como professor, bombeiro, policial, motorista, encanador, eletricista, cozinheiro, gari, médico, enfermeiro, farmacêutico, jardineiro, veterinário e pedreiro. Os adolescentes foram estimulados a escolherem três figuras que representassem possíveis profissões de interesse.Em seguida, as acadêmicas estimularam a reflexão de posturas importantes para o desenvolvimento do exercício profissional. Em seguida, os adolescentes participaram de uma roda de conversa com um rapaz que vivenciou as mesmas dificuldades e passou por um processo de ressignificação na sua vida.

Para a realização do quarto encontro a dinâmica escolhida foi a troca de elogios, ondeforam usados cartões com diferentes elogios e colocados em uma mesa. Cada adolescente pegou um cartão que identificava com o seu colega e vice-versa. Em seguida os adolescentesforam estimulados a falarem o motivo de suas escolhas e se concordavam com as atribuiçõesrecebidas.

A finalização do projeto foi feita durante a feira de profissões da UniAmérica Descomplica, através da exposição de cartaz com figuras e frases de prevenção ao uso de drogas na adolescência e a realização de um desafio com os adolescentes participantes por meio de perguntas sobre prevenção ao uso de drogas: *Quais os fatores de risco para o abusode drogas? Quais os fatores de proteção para o uso de drogas? Se as drogas fazem mal, porque as pessoas consomem? De que forma os jovens podem participar de uma prevenção aouso de drogas?*

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As acadêmicas realizaram duas reuniões com parte da equipe da instituição. Nelas foram traçados o plano de trabalho e o cronograma de realização dos encontros, a fim de atender os cinco adolescentes acolhidos naquele momento. Como limitação do projeto, obteve-se a baixa adesão da instituição quanto a seguir o cronograma, desmarcando por vezes as atividades programadas. Os encontros não foram feitos com a periodicidade planejada e quando realizados, não se obteve a formação de vínculo dos adolescentes com as acadêmicas, além do baixo engajamento com as atividades propostas. Esse entrave levou a intervenção com apenas dois adolescentes, que se mostraram desmotivados na participação do projeto, impossibilitando alcançar os resultados pretendidos.

Durante o acompanhamento observou-se falta de coesão entre a equipe e pouco interesse com a intervenção proposta. O resultado corrobora com o que é discutido por Scopinho e Rossi (2017). Segundo as autoras, a falta de capacitação profissional adequada

e as deficiências na comunicação enfraquecem a equipe assistencial, tornando insatisfatório o trabalho de cuidado e realizando o mínimo necessário para a manutenção da rotina na instituição. A existência dessas fissuras sugere a falta de equilíbrio entre a qualidade docuidado ofertado e a remuneração adequada, situação geradora de insatisfações e baixo vínculo institucional, aumentando a rotatividade de funcionários (SCOPINHO; ROSSI, 2017).Borgeaud-Garciandía (2009) argumenta sobre as questões intrínsecas ao trabalho de cuidado em instituições sociais. Falta de reconhecimento social, pouca afetividade e baixaqualificação, interferem negativamente nas relações subjetivas e condições de trabalho,
prejudicando a motivação continuada aplicada ao trabalho assistencial.

Mesmo diante das dificuldades encontradas, as acadêmicas observaram o esforço departe da equipe para a construção de diálogo e vínculo com os acolhidos, em um contexto complexo e desafiador. Como estratégia de cuidado principal, encontra-se, a redução de danos, desenvolvida através de orientações quanto a redução do uso de drogas e o fortalecimento de vínculos com amigos e pessoas de confiança.

O projeto evidenciou a importância do trabalho em equipe, visto que dele depende a sustentação da atividade desenvolvida. Estratégia favorecedora da integralidade do cuidado e que auxilia na resolução de conflitos, promoção de trabalho solidário, compartilhado e criativo (EXNER; SURJUS; ARGENTO, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, os objetivos do projeto não foram satisfatoriamente atendidos. Observou-se a necessidade de compreender as possíveis lacunas existentes no serviço antes de executar a intervenção com os usuários. Evidencia-se a importância do diagnóstico psicossocial na instituição e a ampliação de intervenções com a equipe assistencial, visandoa melhoria do processo de cuidado.

Devido a importância da sensibilização sobre o uso abusivo de drogas por adolescentes, as acadêmicas apresentaram um trabalho na feira de profissões UniAmérica Descomplica abordando a temática. Esta atividade buscou ampliar o acesso dos adolescentese visitantes da feira ao tema, objetivando a conscientização sobre o uso de substâncias psicoativas. Os adolescentes participaram ativamente nas atividades propostas e promoveram forte debate sobre o uso de drogas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Edson Ribeiro de; SOUZA, Edinilsa Ramos de. Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia. **Psicologia Clínica**, [S.L.], v. 22, n. 2, p. 179-195, 2010. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: https://www.scielo.br/j/pc/a/7nn34JCRGyVSYssHqmgjLMs/abstract/?lang=pt. Acesso em: 10 set. 2021.

BORGEAUD-GARCIANDÍA. Aproximaciones a las teorias del care. Debates pasados. Propuestas recientes em torno al care como trabajo. Revista Latinoamericana deEstudios del Trabajo. **Revista Latinoamericana de Estudios del Trabajo**, BuenosAires, v. 22, n. 2, p. 137-156, jul. 2009. Disponível em: https://www.academia.edu/23421955/Aproximaciones_a_las_teor%C3%ADas_del_care._Debates_pasados._Propuestas_recientes_en_torno_al_care_como_trabajo. Acesso em: 03 nov. 2021.

BUZI, Neliana; PAYÁ, Roberta. **Dinâmicas de Grupo e Atividades ClínicasAplicadas ao Uso de Substâncias Psicoativas**. 1ed, São Paulo, Roca, 2013.

EXNER, Camila; SURJUS, Luciana Togni de Lima e Silva; ARGENTO, Fernanda de Almeida Pimentel. Saúde mental infantojuvenil: estratégias de cuidado em unidade de acolhimento. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health**, *[S. l.]*, v. 12, n. 31, p. 60-86, 2020. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/69735. Acesso em: 3 set. 2021.

SCOPINHO, Rosemeire Aparecida; ROSSI, Anadélia. Entre a caridade, a filantropia e os direitos sociais: representações sociais de trabalhadoras do care. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S.L.], v. 34, n. 1, p. 75-85, mar. 2017. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1982-02752017000100008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/estpsi/a/rhymzxnGbgqxCppv63VTkFr/abstract/?lang=pt. Acesso em: 03nov. 2021.

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena; AZNAR-FARIAS, Maria; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. **Estudos de Psicologia (Natal)**, [S.L.], v. 8, n. 1, p. 107-115, abr. 2003. FapUNIFESP(SciELO). Disponível em: https://www.scielo.br/j/epsic/a/X5DFFZCZsb4pmrLchTsQVpb/abstract/?lang=pt. Acesso em: 10 set. 2021.

.

CONTRIBUIÇÃO NA INGRESSÃO DE JOVENS NO MERCADO DE TRABALHO E ENSINO SUPERIOR

Eduarda Gomes [1], Nathália Cristina Mascarello [1], Rebeca Siqueira Santos [1], Louisy Mathias Rosa [2], Lucas Renato Rampim Latrônico [3]

INTRODUÇÃO

O presente projeto visou contribuir com a promoção de informações a respeito da ingressão de adolescentes do 3° Ano do ensino médio na vida adulta, com ênfase no processo da escolha de um curso de ensino superior, além do cargo que deseja atuar no mercado de trabalho.

O período da adolescência é marcado pelo início de um questionamento constante em relação ao futuro, o que na maioria das vezes os deixa ansiosos por estarem entrando na fase adulta, então se baseiam em experiências já vividas, questionando como será seu eu do futuro. O jovem recorre a suas experiências passadas e reflete a respeito do que pode vir a se tornar por viver em um campo de virtudes e ser o autor de seu próprio destino (CÁRDENAS, 2000, apud. DE OLIVEIRA; PINTO; SOUZA, 2003).

Ao ingressarem no 3°ano do Ensino Médio os adolescentes começam a programar uma visão de seu futuro e pensar em profissão, formação e emprego. A decisão em qual profissão o indivíduo quer atuar se torna mais necessária do que fazer um curso superior, porém não anula a grande importância do estudo. O jovem baseia a escolha ocupacional em sua crise de identidade, observando seus gostos e sua capacidade em exercer tal função, assim se coloca de forma com que os anseios, expectativas e habilidades sejam supridas ao concluir a escolha de uma profissão (DE OLIVEIRA; PINTO; SOUZA, 2003).

Por mais que pensem no futuro, esses adolescentes acabam não indo atrás de informações a respeito, por isso é importante que tenham alguém para lhes ajudar na busca desses dados (BOHOSLAVSKY, 1998; MOREIRA, 2001, apud. DE OLIVEIRA; PINTO; SOUZA, 2003).

Segundo Lassance, Grocks e Francisco (1993), o ingresso no ensino superior tem sido visto pelo jovem como parte de sua própria evolução como se fosse natural e necessário adentrar em uma instituição de ensino superior logo após o término do ensino médio, vendo

[1] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora: Psic. Louisy Mathias Rosa, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Pós-graduado em Psicologia, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: lucas_latronico@descomplica.com.br

isso como a única porta de entrada para o mercado de trabalho. Essa visão que o jovem tem do ensino superior projeta uma visão negativa do ensino médio como se deixassem de lado o papel de preparar o jovem para conviver em sociedade e se transformasse em uma forma de preparação para o vestibular (LASSANCE; GROCKS; FRANCISCO, 1993, apud. SPARTA; GOMES, 2005).

Portanto, muitos adolescentes prestes a se formar no ensino médio não sabem informações básicas a respeito de como o ensino superior e o mercado de trabalho funcionam. Então surge a dúvida, o medo, a insegurança e mais um excesso de emoções negativas nessa passagem da adolescência para a vida adulta. Por isso torna-se necessário a intervenção proposta para promover as informações relevantes aos adolescentes nesse processo de transição para a vida profissional do indivíduo.

METODOLOGIA

O projeto foi realizado no Colégio Estadual Cívico Militar com duas turmas do período da manhã do 3° Ano do ensino médio, totalizando 47 alunos (Figuras 1 e 2). O desenvolvimento do projeto aconteceu em oito encontros com duração de 45 minutos nas sextas-feiras consecutivas, durante os meses de outubro e novembro. As ferramentas utilizadas foram: Canva® (plataforma online de design gráfico), Notebook, Impressora, Folhas A4, canetas esferográficas e Projetor.

Os encontros foram realizados presencialmente, sendo abordados temas que envolveram a importância da escolha de uma profissão a ser seguida e a inserção no mercado de trabalho. Durante o projeto foram realizadas rodas de conversa com o intuito de fomentar a busca dos adolescentes para decidir o seu futuro e instigá-los a falar sobre isso nessas rodas de conversa, estimulando a participação através da conversação entre as mediadoras e os alunos.

Foram realizados quatro encontros ao total, e cada encontro foi organizado da seguinte forma: no primeiro encontro foi apresentado o tema do projeto integrador aos alunos e aplicado um questionário de identidade vocacional. Durante o segundo encontro foi realizado o Feedback do questionário entregue no encontro anterior e ocorreu a apresentação de informações sobre políticas públicas, desânimo, e ansiedade que surgem durante a inserção no ensino superior. No terceiro encontro foram abordados assuntos sobre mercado de trabalho, como fazer um currículo, como se portar em uma entrevista de cargo e situações encontradas durante esse processo de ingresso no mercado de trabalho como a ansiedade e o desânimo. O quarto e último encontro foi destinado à finalização do projeto, com agradecimentos aos participantes e despedida com distribuição de bombons.

Figura 1. Turma do 3°A (Foto com autorização do uso de imagem dos alunos).

Figura 2. Turma do 3°B (Foto com autorização do uso de imagem dos alunos).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quando a demanda foi apresentada às acadêmicas, a coordenação do colégio relatou que os alunos estavam com dificuldades na tomada de decisão sobre qual carreira desejavam atuar, além de estarem demonstrando pouco interesse após a volta às aulas presenciais. Entretanto, foi observado que os alunos demonstraram curiosidade desde o primeiro encontro do projeto. Diferente do que era esperado, os alunos queriam saber mais sobre o tema que seria discutido. Dessa forma, não foram identificadas as demandas apresentadas inicialmente, sendo percebido uma falta de informação sobre o processo de entrada no ensino superior e no mercado de trabalho. Dessa forma, o objetivo dos encontros foi de trabalhar as dúvidas sobre políticas públicas de educação e dificuldades enfrentadas no mercado de trabalho.

Foi apresentado aos alunos a seguinte questão para obtenção do feedback: "Vocês acham que o que foi discutido nesses encontros ajudaram vocês de alguma forma? Levanta a mão quem acha que sim.” Por conseguinte, todos levantaram as mãos e disseram ser muito gratos pelas rodas de conversa, pois através delas eles tiveram a oportunidade de esclarecer dúvidas e compartilhar experiências, sendo isso extremamente relevante para suas carreiras.

Além do que foi explicitado, de acordo com De Oliveira, Pinto e Souza (2003), a

adolescência é a fase em que a autonomia está em processo de desenvolvimento, nesse período evidenciam-se dúvidas sobre o futuro acadêmico e profissional. Os autores apresentaram que as escolas possuem o papel de preparar o ingresso dos alunos ao ensino superior, porém a realidade vivenciada na maioria dos estudantes brasileiros desestimula o seguimento de determinadas carreiras e a entrada na vida acadêmica (DE OLIVEIRA; PINTO; SOUZA, 2003).

Assim, na intervenção realizada no projeto, foi notado que a escola busca preparar os alunos a respeito da formação acadêmica e mercado de trabalho, porém ela foca mais em fornecer informações sobre o segundo assunto e deixa de tratar questões sobre políticas públicas para inserção no ensino superior. Dessa forma, foram trabalhadas questões relacionadas ao mercado de trabalho, porém os alunos apresentaram domínio do assunto. A respeito do ensino superior os alunos sabiam o que queriam fazer, mas não possuíam conhecimento dos processos para essa inserção (DE OLIVEIRA; PINTO; SOUZA, 2003).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que, os objetivos propostos no início do projeto foram alcançados. Dessa forma, o projeto foi de extrema importância para o desenvolvimento profissional dos alunos, visto que o conteúdo discutido foi colocado em prática, despertando interesse dos alunos sobre a temática.

REFERÊNCIAS

DE OLIVEIRA, Maria Cláudia Santos Lopes; PINTO, Raquel Gomes; SOUZA, Alessandra da Silva. Perspectivas de futuro entre adolescentes: universidade, trabalho e relacionamentos na transição para a vida adulta. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 11, n. 1, p. 16-27, jun. 2003 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2003000100003 & lng= pt\ nrm=iso>. Acesso em 20 set. 2021.

SARRIERA, Jorge Castellá; CRISTINA, Marli Appel Silva; LOPES, Pigatto Kabbas Vanessa Beckencamp. Formação da identidade ocupacional em adolescentes. **Estudos de Psicologia (Natal) [online].** 2001, v. 6, n. 1 [Acessado 20 Setembro 2021] , pp. 27-32. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2001000100004>. Epub 16 Ago 2001. ISSN 1678-4669. https://doi.org/10.1590/S1413-294X2001000100004.

SPARTA, Mônica; GOMES, William B. Importância Atribuída ao Ingresso na Educação Superior por Alunos do Ensino Médio. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, vol. 6, núm. 2, dezembro de 2005, pp. 45-53 Associação Brasileira de Orientação Profissional São Paulo, Brasil. Disponível em <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203016893005.pdf>. Acesso em 20 set. 2021.

CONTRIBUIÇÕES PARA IMPLEMENTAÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO-VIOLENTA EM UMA UNIDADE PRISIONAL DE FOZ DO IGUAÇU

Carolina Herculano de Oliveira[1] ; Chaveli Prietto ; Lize Lotte Hagedorn ; Rogério Borges Conceição ; Bruna de Moraes Aguiar[2]

INTRODUÇÃO

Conforme Chaves (2018), há alguns anos o Paraná esteve próximo de ser o segundo estado em número de mulheres presas no Brasil, e a hipóteses que este fato ocorria em função do tráfico de drogas, que ainda é a grande razão criminal que as conduz à prisão e se intensificava em função de termos no Paraná uma tríplice fronteira significativa neste cenário. As presas aparentemente apresentam características carregadas de estigmas e existem inúmeras histórias dentro da penitenciária feminina, relatos de toda uma vida, experiências de dor, onde, muitas dessas mulheres são atingidas até o momento do encarceramento. A prisão, entendida como a representação de um local de reprodução da exclusão social, abriga não somente uma multiplicidade de atos violentos, mas pessoas com diferentes histórias de vida e de conflitos (SCHERER, ZEYNE ALVES PIRES et.al., 2020). A comunicação não-violenta (CNV) é uma abordagem de comunicação e resolução de conflitos proposta pelo psicólogo americano Marshall Rosenberg. De acordo com Rosenberg (2003), a comunicação não-violenta se refere ao nosso estado compassivo natural, é uma linguagem que nos ajuda a transformar velhos padrões de defesa e agressividade em compaixão, empatia, atenção e respeito mútuo entre os interlocutores.

A comunicação não-violenta conhecida popularmente por CNV, possui uma série de recursos grupais, “considerando os fatos externos, auto-observação, contato com sentimentos e crenças, percepções das necessidades individuais e do outro, admissão e celebração das diferenças” (Silveira e Reis, 2019, p.2 e 3). Para isto é importante implementar na sociedade recursos que propiciem formas mais positivas de se comunicar, fortalecer as conexões tal como oferece a CNV. Para Rosenberg, os pilares fundamentais da CNV, são: a observação

[1]Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Análise do Comportamento e docente do curso de Psicologia do Centro União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

dos fatos sem avaliação nem julgamento; identificação dos sentimentos, respeito aos fatos observados (habilidade de detectar como nos sentimos perante aquela circunstância); reconhecimento das necessidades relacionadas aos sentimentos identificados (reconhecer quais de nossas carências estão relacionadas aos sentimentos) e a elaboração de pedidos claros, concretos e específicos para enriquecer nossa vida (a petição de mudança que fazemos ao outro) (MARTINOT, 2016).

MÉTODO

O público-alvo deste projeto foram doze mulheres encarceradas na penitenciária feminina de Foz do Iguaçu. Foram escolhidas duas celas de maneira aleatória, por questões de segurança. O projeto foi realizado na modalidade online, com duração de uma hora aproximadamente, proposta essa desenvolvida devido ao contexto de pandemia e as restrições da instituição. Para a realização do projeto, foram necessárias as seguintes ferramentas: plataforma do Meet, caneta, papel e lápis. No que diz respeito ao critério de inclusão, foram escolhidas duas celas de maneira aleatória, por questões de segurança.

O projeto foi dividido em quatro encontros: No primeiro foi abordado o tema *Observação de fatos*: a atividade consistiu em realizar um exercício sobre separar a observação de avaliação. Por meio do slide apresentado, foi solicitado que elas façam os exercícios, com o objetivo de um olhar mais empático para os comportamentos e situações que envolvam outras pessoas. Os exercícios apresentados no formato de frases em que eram mostradas apenas as observações, sem nenhum julgamento associado.

O segundo encontro foi realizado sobre a *identificação e expressão de sentimentos*, o principal objetivo foi possibilitar que as mulheres possam ter autoconhecimento e uma melhora na comunicação entre elas. No primeiro momento, foi apresentada uma fala sobre o conceito de sentimentos, a importância de identificar e expressar os mesmos enquanto nos comunicamos. Logo foi aplicado um exercício que consiste em apresentar fotos com diferentes situações de comunicação, e pedir para as participantes falarem se essas pessoas estão se comunicando de forma violenta ou não. No terceiro encontro foi realizada uma atividade sobre o *reconhecimento das necessidades* que estão por trás de nossos sentimentos, levando a aceitar a responsabilidade pelo que fazemos. O objetivo da atividade foi o reconhecimento da raiz das nossas emoções, que é o terceiro pilar da CNV. Através de dez afirmações, elas marcaram as afirmações em que a pessoa está assumindo a responsabilidade por seus sentimentos. Finalmente o quarto encontro foi aplicado uma atividade sobre a *elaboração de pedidos claros*, que consiste em colocar de maneira prática a CNV de forma vivencial e com conteúdos do cotidiano do grupo (exercício por meio do slide

de apresentação).

RESULTADO E DISCUSSÃO

Os encontros foram realizados com a participação das detentas da penitenciária feminina de Foz do Iguaçu. As participantes foram ativas no decorrer dos encontros, demonstrando entendimento nos exercícios apresentados, contribuindo para a troca de vivências com o grupo e trazendo reflexões pessoais, por exemplo: a importância de não julgar o outro no processo de comunicação e observar primeiro, outra fala trouxe a questão que a sociedade mesma julga muito as pessoas que estão ou estiveram em prisão.

. Em um dos encontros, refletiram acerca de expressar seus sentimentos, trazendo relatos tais como: *"sinto-me feliz porque minha sogra está do meu lado, sinto-me feliz porque tenho amigos de verdade".* Em outro encontro, foi trabalhado a prática do ato de saber quais são as necessidades delas, alguns dos relatos foram: *"tenho necessidade de ver os familiares, tenho necessidade de sair da penitenciária, ter mais oportunidades de salário".*

"O primeiro componente da CNV acarreta necessariamente distinguir observação de avaliação" (ROSENBERG, 2006), assim, o autor enfatiza que todo ser humano precisa observar com clareza sem avaliar no momento da comunicação, porque desta forma expressamos claramente a outra pessoa como estamos. Portanto, combinando as observações com as avaliações, os outros podem interpretar isso como uma crítica e apresentar resistência no que falamos. Esta linha de raciocínio foi expressa por uma das participantes: "*Vou levar para a vida a parte onde devemos observar mais do que julgar e ser mais diretos no que queremos, para não deixar dúvidas aos outros*", relata. Outra presa destaca: *"Aprender sobre comunicação não violenta me ajudou muito a julgar menos e observar mais"*.

Durante os encontros, foram registradas várias falas das participantes. Por exemplo, uma das detentas relata que este projeto foi muito importante para ela, pois aprendeu a se comunicar melhor com as pessoas, ressaltando a importância de aprender para crescer cada vez mais. Martinot (2016), destaca que a CNV proporciona ao sujeito uma condição de construir vínculos de confiança com o outro, nos contextos social, afetivo, familiar e profissional. Desta forma, a CNV é uma ferramenta que nos convida à autorreflexão sobre os comportamentos e condições que nos influenciam.

Tivemos o relato de uma das presas, expressando: *"Para mim foi muito bom para aprender as coisas, muito bom aprender como se comunicar com as pessoas."* Neste sentido a CNV considera que é um meio para conectar uma alma à outra, permitindo a cura e nos ajudando a expressar com toda a sinceridade, considerando-a muito essencial de ser

ensinada a todas as pessoas, assim como o ato de escrever, ler e realizar operações matemáticas. A CNV, é uma ferramenta para a resolução de conflitos, ou seja, um modo de viver, de pensar e de ser (ROSENBERG, 2006).

É importante no momento de comunicarmos, ter a capacidade de expressar as nossas necessidades e sentimentos relacionados aos nossos desejos, para isto, devemos utilizar uma linguagem objetiva, positiva e clara, expondo ao outro aquilo que realmente queremos, para que desta forma, possamos ver as nossas necessidades atendidas (MARTINOT, 2016). A respeito dos elementos de uma comunicação não-violenta, uma das detentas expressa: "*Agora aprendi que devo expressar o que quero, porque aquilo é importante"*.

Segundo Martinot (2016), a CNV é fundamental para reformular a maneira pela qual ouvimos os outros e nos expressamos. A partir disto, as nossas falas deixam de ser automáticas e repetitivas, e podemos passar a nos expressar de forma consciente, com clareza e honestidade. Outro relato trazido para um dos encontros, é o seguinte: *"O projeto para mim trouxe melhoras no meu pensamento, como agir na observação, na comunicação e com as minhas necessidades".*

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através deste projeto, entende-se que a CNV é conhecida superficialmente, portanto pouco praticada, pode-se dizer que é uma ferramenta convidando a uma reflexão profunda. Considera-se que o presente projeto atingiu seus objetivos, visto que proporcionou-se um espaço de diálogo com as participantes, compartilhando informações sobre a CNV. Nos encontros percebeu-se que as detentas realizaram uma autorreflexão de como estavam se comunicando, na identificação e expressão de sentimentos, reconhecendo as suas necessidades, e de como elaborar pedidos claros aos outros. Este projeto possibilitou um conhecimento de mão dupla, tanto para as participantes quanto para os acadêmicos, trazendo uma aprendizagem pessoal e importância no exercício da nossa profissão.

REFERÊNCIAS

CHAVES, Karine Belmont. Atendimento Psicológico às Mulheres Presas-Transitando pela Psicologia Jurídica no Sistema Prisional: Experiência de Trabalho em Foz do Iguaçu, PR. Revista Pleiade, v. 12, n. 23, p. 72-80, 2018.

MARTINOT, A. F. A importância da CNV–COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA na realização do processo de autoconhecimento. Revista Educação-UNG-Ser, 2016. 11, no 1, p. 58-77. 2016. Disponível em: <http://revistas.ung.br/index.php/educacao/article/view/2174/1699> Acesso em 06 setem. 2021.

ROSENBERG, M. B. Comunicação não-violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais / Marshall B. Rosenberg; (tradução Mário Vilela); - São Paulo: Ágora, 2021.

SCHERER, ZEYNE ALVES PIRES ET AL. Limites e desafios para o acesso das mulheres privadas de liberdade e egressas do sistema prisional nas Redes de Atenção à Saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem [online]**. 2020, v. 73, n. 3 , e20180781. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0781>. Acesso em 13 Dezembro 2021.

SILVEIRA, E.; REIS, P. L. A. COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA E JUSTIÇA RESTAURATIVA COMO ESTRATÉGIA DE LINGUAGEM NA RESOLUÇÃO DE CONFLITO. **Anais do IV seminário internacional de políticas públicas, intersetorialidade e família**. 2019. Disponível em <https://editora.pucrs.br/anais/sipinf/assets/edicoes/2019/artigo/26.pd> Acesso em 01 setem. 2021.

VIEIRA, M. D. M.; GOI, J. P.; HAUSER, E. E. JUSTIÇA RESTAURATIVA E A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA: REFLETINDO SOBRE PROCESSOS DIALOGAIS E CULTURA DE PAZ. In: **III CONGRESSO NACIONAL CIÊNCIAS CRIMINAIS E DIREITOS HUMANOS**. 2019.

CONTRIBUIÇÕES PARA O DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO SEXUAL JUVENIL PARA RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS

Adrielly Farinelli[1] Camila Silva Cordeiro[1] Edson Phelipe Alves de Freitas[1] Paula Oliveira dos Santos[1] Bruna de Moraes Aguiar[2] Rafaela Zago de Mello[3]

INTRODUÇÃO

Segundo Justo (2005), a adolescência é um período marcado por diversas mudanças biológicas, psíquicas e sociais que contribuem com as expressões da juventude, sendo vista como um período de autenticidade, onde compreende-se a fase da qualificação adulta e abandono da infância. Conforme Louro (1997) a escola delimita espaços. Servindo-se de símbolos e códigos, ela afirma o que cada um pode (ou não pode) fazer, ela separa e institui. Informa o 'lugar' dos pequenos e dos grandes, dos meninos e dasmeninas. De acordo com Murta et al (2013) esses marcadores sociais a exemplo a masculinidade e feminilidade assim construídas afetam o modo como são manejados e reconhecidos os conflitos nas relações amorosas. A violência no namoro é definida, conforme Cornelius e Resseguie (2007 apud MURTA et al., 2013) como qualquer comportamento para controlar ou dominar o parceiro manifestando-se por meios físicos, psicológicos ou sexuais, gerando sofrimento e danos para a saúde e o desenvolvimento, ocorrendo em relações de curta duração (ficar) ou longa (namoro, noivado). E de acordo com a OMS (2010) a violência no namoro configura-se como um precursor para a ocorrênciada violência intrafamiliar.

Relações íntimas caracterizadas por maus tratos têm sido identificadas como um problema relevantes na saúde de jovens de diferentes países (BLÁZQUEZ et al, 2008; World Health Organization [WHO], 2010; WUBS et al., 2009 apud MURTA et al, 2013). De acordo com Oliveira et al. (2011) 86% dos jovens já estiveram envolvidos em situações de violência no namoro com o parceiro, sejam como vítimas, perpetradores ou ambos. Martins (2017) aponta que há relevantes conexões entre violência, juventude e relações íntimas, tanto no ambiente doméstico como fora dele, em sua maioria envolvendo parentes, parceiros afetivos ou ex-companheiros.

[1] Acadêmicos de Psicologia do Centro Universitário UniAmérica Descomplica, Foz doIguaçu, Paraná;
[2] Psicóloga Mestre em Análise do Comportamento e Orientadora do Projeto;
[3] Psicóloga e Professora Especialista em Gestão Pública. Mentora do projeto.E-mail

do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

O presente trabalho objetivou contribuir para o desenvolvimento físico, psicológico, social e afetivo em adolescentes para prevenir a ocorrência de situações de violência no namoro, através da promoção de um espaço de escuta, acolhimento e expressividade dos adolescentes sobre questões associadas a relacionamentos, valores, atitudes e demais aspectos, promoção de informações para o reconhecimento das situações de violência no namoro e treinamento e desenvolvimento de habilidades de tomada de decisão;pensamento crítico, comunicação e redução de riscos relacionados por meio de atividades práticas e rodas de conversa.

MÉTODO

O presente projeto foi desenvolvido em uma Escola Estadual do município de Foz do Iguaçu - Paraná, tendo como público-alvo adolescentes que estivessem cursando as turmas do Ensino Médio. Os encontros foram divididos em duas etapas. A primeira foi a realização de uma psicoeducação, através de uma roda de conversa, a partir da percepção dos participantes abordando a temática da violência, características, tipificação rede de apoio, além de estratégias e instituições de enfrentamento. Esta intervenção foi aplicada separadamente com os alunos das turmas do 1º, 2º e 3º ano do Ensino Médio, dos turnos matutino e noturno, com duração de 40 minutos. A segunda etapa foi a realização de um júri simulado, objetivando o desenvolvimento do pensamento crítico, argumentação e resolução de conflitos. Este encontro teve duração de 2 horas, e foi realizado com alunos que se voluntariaram a participar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram dos encontros um total de 148 alunos. Responderam sobre histórico de relacionamento 75%, deste total 33% nunca estiveram envolvidos em nenhum tipo de relacionamento, 38% estiveram ou estão em relacionamentos que consideram saudáveis e 27% estiveram ou estão em relacionamentos que consideram abusivos. Na realização da prática grupal interclasse participaram 24 alunos, 62% do sexo feminino, 37% do sexo masculino. A partir das intervenções foram obtidos os seguintes dados qualitativos:

Histórico de relacionamentos abusivos com violências sutis.

“Eu era abusivo, tinha muito ciúme, controlava” *“Não me deixava sair com ninguém, pegava meu celular escondido”* *“ colocava coisa na minha cabeça, tudo o que eu fazia era louca, estava exagerando”*
Histórico de relacionamentos abusivos com violências explícitas

“Tinha ciúmes demais e descontava a raiva em mim” *“Já passei por todo tipo de violência.. psicológica, física, verbal sexual”“As vezes eu batia na pessoa, quando batia funcionava”*
Normalização de atitudes de violência no namoro
“Não passei por nenhum relacionamento abusivo, mas sofri abuso verbal” *“Fiquei 3 anos em um relacionamento abusivo e só descobri que foi abusivo agora”* *“Ficou falando mal de mim nas redes sociais, inventando histórias… nem sabia que tinhanome para isso”*
Ocorrência de violência intrafamiliar/doméstica:
“Meu pai é muito rude, bruto, com ele não tem conversa, se tentar discutir ele bate” *“O relacionamento com meus pais é muito tóxico, me agridem física e psicologicamente,* *hoje tô com problemas psicológicos por conta disso”* *“Meu pai e namorado me batiam, meu pai não gostava do meu relacionamento e era muito agressivo, tinha arma e me ameaçava de morte”*
Intenção de enfrentamento da violência explícita orientada para o término
“Se não terminar pode acontecer pior” *“Tem que terminar, se acontece 1 vez, acontece outra”* *“Meu último relacionamento, terminei por conta disso, ele me violentava psicologicamente,xingava, batia”*
Intenção de enfrentamento da violência sutil orientada para a resignação
“Controlava a minha vida, redes sociais, vestimentas. … Minhas amigas e família alertavam mas eu não via” *“ Não podia falar o que me incomodava e no final eu acabava pedindo desculpas”* *“Invadiu minhas redes sociais e mudou a senha (após término), fui na casa dele e conversei com a mãe, demos um tempo e agora tá melhor que antes, precisava disso”*

As intervenções, mesmo que breves, foram positivas no sentido de trazer para a consciência dos participantes sobre o que é, características e como reconhecer a violência, o que pode ser corroborado segundo Fernandes et al. (2013) que apontam que a informação sobre a violência para adolescentes tem impacto positivo no conhecimento e procura de ajuda. Contribuindo para a intervenção precoce e diminuição da violência nas relações de intimidade. Conforme Cornelius, Shorey e Beebe (2010 apud MURTA et al, 2017) déficits em habilidades de negociação em conflitos e em regulação das emoções estão associados a perpetração de violência entre parceiros jovens. Informação que pode ser

verificada nos discursos apresentados de dificuldade no manejo da raiva e agressão física ou verbal subsequente. O discurso dos participantes apresenta índices alarmantes de violência intrafamiliar e doméstica, o que configura um fator preditor de risco para a violência no namoro e posterior violência intrafamiliar. Conforme aponta Murta et al. (2016, 2017), adolescentes e jovens que vivenciaram situações de violência em sua família de origem podem ter maior dificuldade em construir vínculos afetivos seguros na vida adulta, além de apresentar prejuízos para tomar consciência, compreender, aceitar e manejar emoções negativas, e inibir comportamentos impulsivos, e ensinam por modelação o uso de estratégias negativas na resolução de conflitos. Diversos adolescentes alegaram ainda já manifestarem problemas psicológicos associados à ocorrência de situações de violência, seja ela familiar ou nas relações de namoro, que pode ser verificado a partir de Caridade e Machado (2006 apud MURTA et al., 2013) que apontam que a violência no namoro está associada a danos à saúde mental, como depressão, ansiedade, TEPT, abuso de drogas e outros.

Apesar dos achados deste trabalho possuírem índices inferiores aos de pesquisas anteriores, como a de Sebastião, Alexandre e Ferreira (2010 apud FERNANDES, CATARINO e CUSTÓDIO, 2013), que aponta para uma taxa de 95% de adolescentes que estiveram envolvidos em pelo menos uma situação de violência no namoro, há uma limitação desta pesquisa visto que não houve uma análise aprofundada de se realmente não houveram tantas situações de violência no namoro como a literatura aponta, ou esses dados abaixo da média ocorrem pela dificuldade de reconhecimento de violências mais sutis por parte dos participantes, informação considerada a partir de Ismail et al., (2007 apud FERNANDES et al. 2013) e Machado et al., (2003 apud FERNANDES et al. 2013), que postulam que a prevalência da violência na intimidade juvenil e dos fatores que contribuem para ela, são muitas vezes desvalorizados ou minimizados quer pelas vítimas quer pelos agressores. Outra característica advinda dos achados é a bidirecionalidade das violências percebidas, visto que participantes relataram simultaneidade na prática de violência, ora como autores de violência, ora como vítimas de agressão, dado corroborado por Sebastião, Alexandre e Ferreira (2010 apud FERNANDES et al. 2013), que sem se referirem especificamente ao tipo de comportamento e ao sexo consideram que muitos adolescentes experienciam simultaneamente a condição de vítimas, agressores e observadores. Entretanto a partir do discurso, houve uma predominância de vitimização por partes das participantes do sexo feminino, corrobora os achados citados por Fernandes et al. (2002), Williams et al. (2008) e Caridade (2008), que sugerem valores de vitimização feminina superiores à masculina.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados indicam a vivência dos adolescentes em situação de violência, seja como vítimas ou perpetradores, além do desconhecimento/não reconhecimento de violências que não sejam de caráter físico, e consequente naturalização de alguns tipos de violências. Devido o interesse manifestado pelos participantes durante o feedback constatou-se a necessidade e interesse pela continuidade do projeto abarcando não somente a violência no namoro mas em outros contextos. Portanto é verificada a necessidade de que a realização de atividades preventivas sejam continuadas, em caráter universal, seletivo e indicado, objetivando fornecer informações, que visem a psicoeducaçãosobre as tipificações da violência, sanando dúvidas sobre violência e relacionamentos, orientando sobre instituições de acolhimento, proteção e prevenção às situações de violência, fortalecimento da rede de apoio, desenvolvimento de habilidades interpessoais e atitudes frente a situações de conflito nas relações de intimidade para além do contexto de namoro.

REFERÊNCIAS

CARIDADE, Sônia; MACHADO, Carla. Violência nas Relações Juvenis de Intimidade: Uma revisão da teoria, da investigação e da prática. **PSICOLOGIA**, [S.I.], v. 27, n. 1, 2013.

FERNANDES, Maria Isabel Domingues; CATARINO, Helena; CUSTÓDIO, Susana Margarida Rodrigues. Importância dos programas de prevenção de violência no namoro. **Série Monográfica Educação e Investigação em Saúde**, n. 5, p. 99-106, 2013.

JUSTO, José Sterza. O" ficar" na adolescência e paradigmas de relacionamento amoroso da contemporaneidade. **Revista do Departamento de Psicologia. UFF**, v. 17, p. 61-77, 2005.

LOURO, Guacira Lopes. **O Corpo Educado**: Pedagogias da Sexualidade. 2ª Edição. Belo Horizonte, MG: Autêntica, 2000.

MARTINS, Ana Paula Antunes. Violência no namoro e nas relações íntimas entre jovens: Considerações preliminares sobre o problema no Brasil. **Gênero**, Niterói, v. 17, n. 2, p. 9-28, 1.sem 2017.

MATOS, Marlene et al. Prevenção da violência nas relações de namoro: Intervenção com jovens em contexto escolar. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 55-75, 2006.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Violência e saúde**. Editora Fiocruz, 2006.

MURTA, Sheila Giardini et al. Efeitos de um Programa de Prevenção à Violência no Namoro. **Psico- USF**, Bragança Paulista, v. 21, n. 2, p. 381-393, Mai./Ago. 2016.

MURTA, Sheila Giardini et al. Prevenção à Violência no Namoro e Promoção de Habilidades de Vida em Adolescentes. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 263-288, 2013.

CONTRIBUIÇÕES PARA MANEJO DE ANSIEDADE EM MULHERES COM MÚLTIPLASJORNADAS DE TRABALHO

Ana Flávia Cottet[1] Fabiana Maria Tramontin[1] Raila Loeblein[1]Sheila Schornen[1] Suellen Kuhn[1]
Bruna Aguiar[2] Larissa Fernandes[3]

INTRODUÇÃO

O cenário de maior participação da mulher no mercado de trabalho, têm ocorrido com desigualdades salariais e das atividades domésticas entre os gêneros, além das responsabilidades com a maternidade, juntamente à contribuição na rendafamiliar. Tais fatores, têm contribuído para o desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade (AMARAL, 2009)

Ademais, Kinrys e Wygant (2005) ressaltam que os Transtornos de Ansiedade prejudicam o desempenho do indivíduo nas mais diversas esferas, seja familiar, social, pessoal e profissional, e devido às diversidades de gênero as mulheres apresentam maior número de Transtornos de Ansiedade e sobrecarga. (KINRYS,WYGANT, 2005)

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2018) a prevalência dos transtornos de ansiedade em mulheres é de 4,6% em comparação ao 2,6% no nível mundial. Mulheres com alta sobrecarga doméstica apresentaram prevalência de Transtornos de Ansiedade mais elevada (48,1%) do que mulheres com baixa sobrecarga (22,5%) (ARAÚJO, et al, 2005)

Diante do exposto, o presente projeto delimitou como principal intuito a psicoeducação acerca do Transtorno de Ansiedade, estratégias de manejo e enfrentamento diante da demanda apresentada pelo grupo de mulheres advogadas da cidade de Foz do Iguaçu - PR.

OBJETIVO GERAL E ESPECÍFICOS

O objetivo geral deste projeto é auxiliar no desenvolvimento do repertório de manejo

[1] Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas –Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Professora do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas –Uniamérica Foz do Iguaçu, Paraná;

[3] Mentora do projeto integrador.

Email do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

da ansiedade. Para que isso aconteça, é necessário que os seguintes objetivos específicos sejam cumpridos:

- Realizar psicoeducação acerca da ansiedade;
- Contribuir para a percepção dos fatores que desencadeiam ansiedade;
- Instrumentalizar as participantes com técnicas de manejo da ansiedade.

MÉTODO

O projeto em questão foi realizado com sete mulheres que atuam como advogadas na cidade de Foz do Iguaçu - PR e tem como demanda em comum a sobrecarga causada pelas múltiplas jornadas de trabalho, e consequentemente a ansiedade. O mesmo aconteceu através de quatro encontros online, realizados de forma síncrona através da plataforma *Google Meet*®, aos sábados a partir das 13 horas, com duração média de uma hora e trinta minutos, sendo separados em duas etapas, sendo elas psicoeducação e instrumentalização.

No primeiro encontro foi realizado a psicoeducação sobre a ansiedade e os tipos de ansiedade, as facilitadoras explicavam os temas e logo após realizaram roda de conversa com as participantes para assimilação de tema e troca de experiências. No segundo encontro foi realizada a psicoeducação acerca da relação entre ansiedade e estresse, relacionando os sintomas físicos e psicológicos dessas, além de apresentar os níveis de estresse que como podem ocorrer.

Já os dois últimos tiveram como foco a apresentação de técnicas para manejo da ansiedade, sendo elas a técnica A.C.A.L.M.E.S.E. e a técnica de aterramento. Nesses encontros realizamos a psicoeducação da técnica, seguido da execução da mesma e discussão da sua aplicação.

É válido ressaltar que este projeto trata-se de um estudo qualitativo que terá como base para resultados e possíveis discussões os relatos apresentados pelas participantes durante os encontros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados os feedbacks das participantes sobre o projeto realizado, e entre os mais significativos, observou-se feedbacks em que as participantes reconhecem a importância de manter ações de autocuidado diário, associando a importância do autoconhecimento, e como isso pode ajudar no manejo de seus sintomas de ansiedade. Outro ponto importante que pode-se observar foi acerca do reconhecimento da necessidade e importância da busca por atendimento profissional para o cuidado da saúde mental, sendo ele através de psicoterapia. Convém ressaltar que esse reconhecimento pode ser observado

de forma generalizada entre todas as participantes.

Com relação aos feedbacks sobre a participação do projeto, ressalta-se a seguir aqueles que foram importante para identificação dos resultados:

F. (25 anos) - *"Aprendi diversas técnicas para controlar e lidar com a ansiedade, técnicas de respiração e mentalização de alguns passos que foram essenciais para mim"* Ao relatar sobre o que mais considerou relevante citou - *"Sem dúvidas a necessidade de autoconhecimento. Muitas situações em que eu me colocava ou pelas quais eu passava só consegui identificar após as reuniões do projeto".*

A. (35 anos): - *"Aprendi estratégias para diminuir a ansiedade; sinais de alerta para buscar ajuda psicológica; consciência sobre autocuidado e sua importância".*

Um dos objetivos deste projeto era contribuir para a percepção dos fatores que desencadeiam ansiedade nas participantes, e após a psicoeducação sobre essatemática, e as técnicas que trazem momento de reflexão, algumas participantes trouxeram relatos acerca da identificação dessas fontes sendo destaque o contexto de trabalho, metas a serem atingidas, e medo do futuro. Esses relatos mostram que a metodologia de psicoeducação e instrumentalização, com adição de momentos de reflexão, podem auxiliar nesse processo de reconhecimento.

Sendo assim, com relação a metodologia utilizada para realização do projeto, a psicoeducação mostrou-se uma ferramenta que traz resultados positivos ao instrumentalizar um grupo sobre temas de saúde, em especial a saúde mental. Torres e Monteiro (2006) apontam essa ideia em seus estudos sobre educação em saúde:

> "as ações educativas em saúde podem capacitar indivíduos e grupos na construção de novos conhecimentos, conduzindo a uma prática consciente de comportamentos preventivos ou de promoção da saúde. Essas ações ampliam as possibilidades de controle das doenças, de reabilitação e de tomada de decisões que favoreçam uma vida saudável" (TORRES, MONTEIRO, 2006)

Acerca das técnicas utilizadas para instrumentalização, pode-se notar que o resultado varia muito para cada indivíduo, pois depende de aspectos singulares, como a concentração. As participantes trouxeram os seguintes relatos:

V. (36 anos): *"tive dificuldade em utilizar a técnica A.C.A.L.M.E.S.E., acabava perdendo o foco e tendo que repetir por diversas vezes"*. Entretanto, a participante relatou o seguinte: "*sei que não estava concentrada, o ronco de meu esposo me atrapalha muito e eu estava*

com muito sono".

R. (24 anos): *"utilizei uma música calma durante a técnica, e isso contribuiu para minha concentração e controle de minha respiração, gostei bastante".*

F. (25 anos) relata ter usado a técnica durante o temporal: *"estava com medo, e fiz opasso a passo, depois refletir acerca do que me causava aquilo, e fiquei surpresa com o resultado".*

É importante ressaltar que os resultados positivos obtidos neste projeto têm como grande contribuição o vínculo já existente entre as participantes, e que foi possível observar através dos relatos das mesmas ao longo do projeto que o mesmose fortaleceu ainda mais durante as intervenções. Um dos relatos das participantes que evidencia este ponto, é de V. (36 anos) - "*Esse projeto foi essencial para integraras participantes como um grupo, além de colaborar de forma individual ao possibilitar que cada uma expressasse suas emoções e compartilhassem seus desafios, levando ao crescimento pessoal e empoderamento feminino"*

A importância do vínculo nos grupos é identificado como um fator importante para que o objetivo do mesmo seja alcançado. Soares e Cervi (2020) destacam que quando o grupo se torna algo significativo para os indivíduos envolvidos, então os

indivíduos se tornam significativos uns para os outros, possibilitando o processo de aprendizagem. Os autores destacam ainda,

> "Além disso, o trabalho grupal dá a possibilidade dos membros poderem elaborar suas questões que os perturbam: preocupações, angústia, articulando a todos uma solução" (SOARES, CERVI, 2020)

É válido ressaltar que além da importância da interação entre o grupo, todas as participantes ressaltaram, durante as conversas e debates acerca da ansiedade, que possuem uma ótima rede de apoio, o que acaba por contribuir no enfrentamento das situações causadoras de ansiedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi considerado que os resultados desse projeto foram positivos, pois as participantes através de seus relatos reconheceram a importância do cuidado com a saúde mental, em especial relacionado à ansiedade e à busca pela psicoterapia. As limitações do

projeto referem-se a limitação do tempo para a execução, levantando a importância de realizar mais trabalhos relacionados à ansiedade e múltiplas jornadasem mulheres.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Graziele Alves; VIEIRA, Adriane. **A Mulher e a Tripla Jornada de Trabalho:: a arte de ser beija-flor.** XIII Encontro da Anpad, São Paulo, v. 5, n. 8, p. 01-16, set. 2009

KINRYS, G.; WYGANT, L. E. **Transtornos de ansiedade em mulheres: gênero influencia otratamento?**. Revista Brasileira de Psiquiatria, 2005.

PINHO, P. S.; ARAÚJO, T. M. **Associação entre sobrecarga doméstica e transtornos mentais comuns em mulheres**. Revista Brasileira de Epidemiologia, 2010.

ROLIM, Josiane Alves. **Manejo da Ansiedade no Enfrentamento da Covid-19.** Revista Enfermagem e Saúde Coletiva, São Paulo, v. 2, n. 4, p. 64-74, ago. 2020.

SOARES, M.C.; CERVI, T. **A essência do vínculo para o grupo operativo.** Rev., Salão do Conhecimento, Unijuí, 2020.

TORRES, H.C.; MONTEIRO, M.R.P. **Educação em saúde sobre doenças crônicas não transmissíveis no programa saúde da família em Belo Horizonte/MG.** REME - Rev. Min. Enf.; v. 10, n. 4, 2006.

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: AUXILIANDO NO MANEJO DAS EMOÇÕES DOS COLABORADORES DO NÚCLEO CRIANÇA DE VALOR

Angelita Venson de Bruns[159], Jéssica Carla Villani[1], Jocelaine Volkmer[1], Maria Eduarda Kalckmann Winkert[1], Leonardo Celoto de Assis[2], Lissia Pinheiro Shataloff[3], Vanessa Jacqueline Monti Chavez[3].

INTRODUÇÃO

O cuidado de quem cuida surge com a necessidade de auxiliar o indivíduo que por muitas vezes encontra-se em uma situação de sofrimento, angústia, baixa autoestima, estresse, devido às demandas de trabalho. Por vezes o cuidador pode-se encontrar em situações de difícil compreensão, sem saber qual a melhor conduta para resolução. Acredita-se que uma maneira adequada de administrar isso seja através das próprias emoções, exercendo a psicologia positiva.

A atividade de cuidar gera no profissional uma série de sentimentos e expectativas. O significante cuidar veicula, nestas pessoas, muitos significados: proteger, zelar, fazer algo em prol da alguém, prevenir agravos, promover saúde, bem estar físico, mental e social (DUTRA; CORRÊA, 2015). O ato de cuidar envolve um sentimento de empatia entre os envolvidos, tornando o cuidador capaz de compreender com maior clareza a necessidade do outro.

A proposta do Projeto Cuidando de Quem Cuida tem como objetivo auxiliar no manejo das emoções dos colaboradores do Núcleo Criança de Valor por meio da psicologia positiva. Compreendendo como esses colaboradores são afetados diante das situações diversas de vulnerabilidade que ocorrem durante a rotina de trabalho, no atendimento das crianças e seus familiares. Direcionando as perspectivas e pensamentos com uma postura voltada aos seus potenciais, adquirindo novas formas de compreender e lidar com as situações, pois a Psicologia Positiva não desconsidera as dificuldades, mas busca dar enfoque maior nas questões positivas, como qualidades e competências (SELIGMAN; CSIKSZENTMIHALYI, 2014; SILVA; BOEHS, 2017).

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O projeto foi realizado no Núcleo Criança de Valor, localizado na cidade de Foz do

[159] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Bacharel em Psicologia. Mentor do Projeto Integrador de Extensão.
[3] Professoras Orientadoras do Projeto Integrador de Extensão do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Iguaçu - PR. Na primeira etapa do projeto foi realizada uma reunião de forma online com a coordenadora e a pedagoga da organização. Após a reunião ocorreu uma pesquisa para a identificação da demanda, com todos os demais colaboradores. Em seguida os encontros com os temas definidos para auxiliar na demanda apontada. No total participaram 7 colaboradores por encontro, de gêneros mistos e cargos variados.

Como instrumentos para a realização do projeto fez-se o uso de materiais auxiliares. A base de apoio para a reunião online foi a plataforma *Google Meet*. Para os encontros presenciais utilizou-se sala com cadeiras, *notebook*, televisão, balões, papel, lápis de escrever, lápis de cor, clipe. Para a exibição de conteúdo, apresentações (*Canva* e *PowerPoint*), vídeo (*YouTube*). A pesquisa de demanda e de resultado (*Google Forms*); *WhatsApp*. Foram realizados 5 encontros no decorrer das semanas, com duração de 1 hora e 30 minutos cada, das 09:00 às 10:30 horas.

1° etapa: Reunião online do grupo do projeto com a coordenadora e com a pedagoga da instituição para alinhar a demanda e iniciar o planejamento das intervenções. Definição de datas e horários para realização dos encontros.

2° etapa: Primeiro encontro com o público-alvo do projeto. Contextualização sobre o Projeto Integrador de Extensão, cronograma, regras. Dinâmica das expectativas com objetivo de identificar as expectativas dos participantes, e utilizá-las para aplicar nos próximos encontros, visando atender ao máximo as necessidades do público. Fechamento com uma técnica de relaxamento.

3° etapa: Debate sobre as diferenças e semelhanças entre emoções e sentimentos, apresentação sobre resiliência. Dinâmica “ressignificando sentimentos”, o objetivo desta dinâmica foi ilustrar a possibilidade da ressignificação dos sentimentos considerados negativos, utilizando a psicologia positiva para dar uma nova perspectiva a esses sentimentos, tornando possível o seu manejo de um modo mais eficaz diante de situações adversas. Fechamento com roda de conversa.

4° etapa: Dinâmica inicial de energização. Leitura e dinâmica da história “árvore generosa”, com o objetivo de refletir sobre as responsabilidades e limites das atividades do trabalho social, abordando as questões como auto cuidado, generosidade e disponibilidade. Além da importância da forma em que se olha para situações “difíceis”, não deixando as situações de lado, mas concentrando-se em aspectos positivos da sua existência. E por último o fechamento com uma técnica de relaxamento.

5° etapa: Dinâmica para estimular a criatividade “*brainstorm”*, para auxiliar em soluções de

questões institucionais que surgirem. Por exemplo: a criação de algum evento para as crianças ou a resolução de um problema por meio de uma nova visão. Feedback com as expectativas da etapa 2, aplicação de questionário final e fechamento com técnica de relaxamento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para chegar-se à demanda de forma mais concreta e assim ser possível direcionar os esforços de forma mais clara, foi desenvolvido como ferramenta de pesquisa, um questionário estruturado, com 13 perguntas sendo 8 questões sobre os dados sociodemográficos e 5 sobre o trabalho realizado na NCV, aplicado nos 13 colaboradores dainstituição, com questões de múltipla escolha, fechadas e abertas.

Os seguintes resultados foram considerados os mais relevantes para a definição da demanda e das intervenções realizadas: **30%** dos participantes disseram que o assédio e abuso sexual é a situação que mais surge no dia a dia da instituição com as crianças e que lhes trazem emoções conflitantes; outros **30%** apontaram a situação de pobreza e **15%** manifestaram a questão do abandono. **46%** dos participantes apontaram que o sentimento que mais afeta é o de sentir-se responsável além da capacidade de intervenção. E outros **15%** que acreditam se sentirem impotentes diante das situações.

Para medir qual foi o impacto causado pelas intervenções na equipe do NCV, foi desenvolvida uma avaliação final, com o mesmo método utilizado no levantamento das demandas e os resultados mais relevantes foram os seguintes: **78%** dos participantes concordam que o projeto gerou reflexões sobre a forma que lidam com os seus sentimentos e **100%** concordam que os recursos apresentados auxiliarão no cotidiano de trabalho. **89%** dos participantes concordaram que a intervenção com o tema o tema "limites das responsabilidades no trabalho social" provocou reflexões construtivas sobre como estabelecer esses limites. **78%** dos participantes com base na experiência que tiveram nesse projeto, teriam interesse em participar em possíveis projetos futuros.

A última questão da avaliação final, foi uma pergunta aberta onde os participantes poderiam relatar como foi a sua experiência de participar das intervenções. Segue abaixo as mais relevantes:

"Técnica da respiração, ressignificar meus sentimentos, olhar o lado positivo de um fato negativo. "

"O ressignificar as situações não só do trabalho, mas em todas as áreas. O saberdizer não ou algo que não gostou, sendo sempre clara. Gratidão por esse tempo."

"Os encontros me fizeram refletir sobre as minhas atitudes no dia a dia, na questão de como lidar com as minhas emoções."

"Aprendi a técnica de controlar minhas ansiedades e dizer não às pessoas com maiscarinho pra não machucar."

"Eu estava passando por um momento de conflito com a construção da minha casa ede alguns problemas, mas esses momentos me ajudaram muito a superar. Gostei também do momento da respiração, foi bom para mim, vou levar para minha vida e gostaria de fazer com meus filhos e meus pais."

Os resultados da pesquisa inicial demonstraram o que Freitas (2016 apud GAMA, 2017) denomina de "Carga Emocional Específica", que decorre de a própria natureza do trabalho envolver uma vertente emocional, onde o trabalhador precisa lidar com seus sentimentos e com os sentimentos de outras pessoas, gerando esgotamento emocional. No caso do NCV, sendo uma instituição do terceiro setor, os trabalhadores deste local recebem com frequência demandas de vulnerabilidade social, tendo que lidar com os seus sentimentos diante dessas situações e com os sentimentos dessas pessoas em situação vulnerável.

Sabendo que o Terceiro Setor foi criado para atuar no combate às desigualdades, éfato que as instituições e seus colaboradores rotineiramente se deparam com as mais complexas situações sociais, sendo assim, é possível que a demanda encontrada nos colaboradores do NCV, esteja presente em demais instituições deste Setor, pois a razão da demanda está presente em todos esses locais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a constatação de uma sobrecarga emocional na equipe de colaboradores do NCV, devido às demandas sociais complexas e o excesso de trabalho, sendo alguns desses trabalhos além da sua especialidade, utilizamos a psicologia positiva como base para nosso projeto e através das rodas de conversa e das dinâmicas planejadas, concluímos que a prática do manejo das emoções, quando inserida no dia a dia da equipe, pode resultar diversos benefícios, entre eles: como lidar com sentimentos e estabelecer limites.

Diante dos resultados da pesquisa final, é possível afirmar que as breves intervenções deste projeto contribuíram no manejo das emoções dos colaboradores do Núcleo Criança de Valor. Portanto, para que tais resultados sejam ainda mais exitosos e

alcancem mais instituições, urge a necessidade de olhar mais atentamente para a saúde mental dos colaboradores do Terceiro Setor.

REFERÊNCIAS

CASTRO, Angélica Maria Ferreira de Melo et al . Validade discriminante entre regulação emocional e resiliência. **Aval. psicol.**, Itatiba, v. 16, n. 2, p. 241-248, abr. 2017. Disponível

em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712017000200016&ln g=pt&nrm=iso>. Acesso em: 05 nov. 2021.

CUBO, Robson. **5 pilares da Felicidade do Modelo PERMA.** [*S. l.*], 4 out. 2021. Disponível em: https://motivaplan.com/5-pilares-da-felicidade-do-modelo-perma/. Acesso em: 3 out. 2021.

DUTRA, Wagner Honorato; CORRÊA, Rosa Maria. O Grupo Operativo como Instrumento Terapêutico-Pedagógico de Promoção à Saúde Mental no Trabalho. **Scielo Brasil**. 2014. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/pcp/a/pcqkSPgpHddh875KbSR8cwM/?lang=pt>Acesso em: 16 de setembro de 2021.

FIGUEIREDO, Gislayne Cristina de; FAUSTINO, Heitor Henrique. Violência e vulnerabilidade social: impacto da intervenção psicosocioeducativa na garantia de direitos. **Laplage em Revista**, [S. l.], v. 4, n. 3, p. p.225-239, 2018. Disponível em: https://laplageemrevista.editorialaar.com/index.php/lpg1/article/view/404. Acesso em: 5 nov. 2021.

GAMA, Joana Abelha. **A produção social do risco nas relações laborais: os riscos psicossociais numa instituição do terceiro setor**. 2017. Relatório de Estágio (Mestrado em Sociologia) - Universidade de Évora, [*S. l.*], 2017. Disponível em: http://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/21805/1/Mestrado%20Sociologia%20-%20Rec ursos%20Humanos%20e%20Desenvolvimento%20-%20Joana%20Abelha%20Gama%20-%20A%20produ%c3%a7%c3%a3o%20social%20do%20risco%20nas%20rela%c3%a7%c3%b 5es%20laborais pdf. Acesso em: 5 nov. 2021.

PUCRS, Online. **A Psicologia Positiva e sua aplicação nos contextos do trabalho**. v. 51 n. 3 (2020). Disponível em: https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/32384. Acesso em: 29 set. 2021.

SELIGMAN, Martin. **Florescer:** A nova ciência das emoções positivas, da compreensão, da felicidade e do bem-estar. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011. 368 p. ISBN 9788539002863.

YUNES, Maria Angela Mattar. Psicologia positiva e resiliência:: o foco no indivíduo e na família. **Psicologia em Estudo**, [*S. l.*], v. 8, p. 75-84, 24 mar. 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/8NB6nkqmK49dWHJYbqXLFDB/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 3 out. 2021.

ZIMMERMANN, Barbara Machado, BERNI, Liana Bohrer. **A importância da aplicação da psicologia positiva na saúde e segurança ocupacional: uma revisão.** v. 21, n. 1, p. 187-198, 2020. Disponível em: https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/3139/2564. Acesso em 06 nov. 2021.

DESENVOLVIMENTO DE ATIVIDADES E LEVANTAMENTO TEÓRICO PARA A UTILIZAÇÃO NA ESTRUTURAÇÃO DE UM APLICATIVO SOBRE O TEMA EMPATIA.

Angela Freire Britez[1], Eduarda Borella[1], Jucyara Domanski[1], Maria Izabel Batista de Barros[1], Lucas Renato Rapim Latrônico[2], Luciana Gomes[3]

INTRODUÇÃO

A empatia é definida por Hoffman (1987, p.48) como “uma resposta afetiva mais apropriada à situação de outra pessoa do que à sua própria situação”, a empatia mostra-se um elemento importante que influencia positivamente os indivíduos, assim proporcionando relações de qualidade o e desenvolvimento de habilidades interpessoais, pois ela motiva o cuidado com o outro (DENHAM, 1998).

Sendo considerada um constructo multidimensional a empatia abrange aspectos cognitivos, afetivos e comportamentais. A empatia emocional consiste em se conectar emocionalmente com o outro assim não só compreendendo suas emoções, mas sim às sentindo em certa circunstância, ou seja, a capacidade de sentir as emoções de outros indivíduos devido uma sincronização emocional (SINGER; DECETY, 2015). A Empatia Cognitiva é a compreensão e o discernimento do estado mental do outro, suas vontades e intenções (SINGER; DECETY, 2015).

A empatia pode ser entendida como uma característica natural dos seres humanos, compreendida por teóricos evolucionistas como uma habilidade que teria sido selecionada diversas vezes devido sua influência na convivência em grupo. A empatia exerce grande papel na sociedade, sendo um elemento essencial na vida em grupo e considerada um dos pilares da moralidade humana (HAUSER, 2006). Embora essa característica possa ser comumente encontrada nos indivíduos, a empatia, segundo Rogers (1986, 2001), não é apenas um reflexo ao comportamento de outro indivíduo, mas uma habilidade que pode ser desenvolvida e aprendida em que duas ou mais pessoas se conectam de forma cognitiva e afetiva. Devido seus benefícios para com as relações interpessoais dos indivíduos e que, mesmo que natural, possa ser aprendida a promoção e o incentivo do desenvolvimento desta habilidade é essencial.

Nos últimos anos a tecnologia tem feito parte do cotidiano de uma parcela das

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Especialista de Análise do Comportamento e professor orientador do curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Amáricas – UniA

[3] Psicóloga clínica e graduada em Marketing.

pessoas, desde a infância até a velhice, suprindo demandas dos indivíduos visando praticidade nas vidas agitadas e até conforto. Segundo um informativo publicado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), o percentual de pessoas com acesso à internet no país era de 79,1% no ano de 2018 e a porcentagem de adultos com celulares para uso próprio era de 90,3% no mesmo ano. Com a evolução da tecnologia e facilidade de conexão com a internet houve aprimoramento em aparelhos e modificação da forma de uso deles, o maior exemplo são os celulares que anteriormente eram utilizados para fazerem chamadas e atualmente tem diferentes funções devido aos aplicativos. Atualmente há aplicativos em variadas áreas no mercado, incluindo a alimentação, transporte, entretenimento e saúde. Os *Mhealth* são aplicativos voltados para a promoção da saúde, estímulo de práticas saudáveis e monitoramento de pacientes e atualmente tem se voltado para a promoção da saúde mental.

Tendo em mente o valor da empatia é possível compreender que sua promoção é importante e sabendo da grande quantidade de usuários de celulares e a relevância dos aplicativos *Mhealths*, graduandos do curso de Engenharia de Software em parceria com graduandas do curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário UniAmérica Descomplica iniciaram o processo de desenvolvimento de um aplicativo com o objetivo a promoção de empatia em jovens e adolescentes.

O objetivo foi, através deste projeto, auxiliar na estrutura e na criação de atividades que se relacionem com os aspectos cognitivo, afetivo e comportamental da empatia para o aplicativo, facilitando a linguagem e o acesso ao conteúdo para os graduandos de Engenharia de Software buscando apresentar recursos que possam ser utilizados no desenvolvimento de práticas de ações empáticas para o aplicativo e juntamente com o acompanhamento de *feedback* e reuniões de acompanhamento para o avanço das etapas do aplicativo.

MÉTODO

O projeto foi realizado no Centro Universitário - UniAmérica Descomplica, contando com a colaboração de 4 graduandos de Engenharia de Software, separado em cinco etapas, sendo do dia 04 de outubro até o dia 08 de novembro, ocorrendo os encontros em todos os domingos e segundas-feiras. Para o desenvolvimento do projeto foram realizadas um total de 5 etapas, contando com 10 encontros, sendo eles divididos entre encontros dos graduandos de Psicologia, para realização de levantamento teórico e elaboração de atividade, e os encontros juntamente com os alunos de Engenharia de *Software,* para a realização de *feedback* e acompanhamento de conteúdo ao final de cada etapa.

A primeira etapa, ocorreu do dia 04 de novembro ao dia 11 de outubro, sendo abordado o tema “compreensão das emoções e sua aplicação na empatia”, foram realizados o levantamento teórico do assunto e o desenvolvimento de atividades que abordassem a relação do reconhecimento das emoções com a empatia, foram elaborados atividades que

buscassem trabalhar o desenvolvimento dessa compreensão no usuário, através de expressões artísticas como músicas, poemas e pinturas que buscam representar um determinada emoção. Como exemplo de atividade é oferecido ao usuário uma determinada expressão artística, seguido das perguntas “como você acha que o autor se sentiu nessa música/pintura/poema?” e “Por que você acha que ele se sentiu assim.

A segunda etapa ocorreu do dia 11 de outubro ao dia 18 de outubro e esta etapa do projeto teve como tema a comunicação e escuta empática. Durante este período foi feito tanto o levantamento de teórico abordando a comunicação empática e certos tópicos da Comunicação Não Violenta, os relacionando e demonstrando sua importância para o processo empático, quanto para o desenvolvimento de sugestões de atividades os usuários serão incentivados a utilizar os conceitos de forma prática. “Que tal hoje, nas suas interações você observar sem avaliar?” e “Tire um tempo do seu dia para falar com uma pessoa e realizar a escuta empática" são exemplos de atividades sugeridas para serem implementadas no aplicativo.

A terceira etapa ocorreu do dia 18 de outubro ao dia 25 de outubro, sendo abordado o tema “empatia autorreferida e autocompaixão”, dentro desse período foram realizados o levantamento teórico com o objetivo de se expressar como a auto-empatia e a autocompaixão são ferramentas que auxiliam no desenvolvimento do processo empático, tendo em mente que são necessários o autocuidado e o olhar para si, para se conseguir compreender e acolher as emoções do outro de forma saudável. Como exemplo de atividades, foram apresentados aos usuários “Ei, lembre-se de que todos podemos errar, seja gentil consigo mesmo” e “Hoje pense em no mínimo três aspectos seus que você goste”

A quarta etapa, aconteceu do dia 25 de outubro até o dia 01 de novembro, sendo como foco “empatia e as relações interpessoais", foram se realizados o levantamento teórico, tendo como objetivo apresentar a empatia como uma ferramenta positiva no desenvolvimento de relações e na manutenção da rede de apoio. Apresentando também atividades como “chame um amigo para conversar sobre momentos bons que vocês compartilharam” e “tire um tempo para observar as pessoas as suas voltas, encontre uma característica que você gostou em alguém e diga a essa pessoa”.

A quinta e última etapa, ocorreu 01 de novembro até o dia 08 de novembro, tendo como tema “comportamento pró-social”, dentro desse período foi realizado o levantamento teórico, se apresentando a ligação do comportamento pró-social com a empatia, seja através do incentivo de comportamentos verbais e não-verbais, tendo como foco a ajuda, conforto e gratificação, buscando o benefício do outro, através disso foram realizadas atividades como “Pesquise sobre ONGs que existem em sua cidade, leia sobre elas e caso alguma chame a sua atenção a divulgue ou, se tiver condições e vontade, faça uma doação” e “Separe que estão em boas condições, que você não as usa e doe para uma ONG ou alguém que está

precisando”.

Figura 1. Cronograma

ETAPAS	TEMAS	ATIVIDADES	FORMATO	ENTREGA DO MATERIAL
1 (04/10 a 11/10)	Compreensão das emoções e sua aplicação na empatia.	Elaboração de atividades e reunião de *feedback*.	Documento Word	11/10
2 (11/10 a 18/10)	Comunicação e escuta empática.	Elaboração de atividades e reunião de *feedback*.	Documento Word	18/10
3 (18/10 a 25/10)	Empatia autorreferida e autocompaixão.	Elaboração de atividades e reunião de *feedback*.	Documento Word	25/10
4 (25/10 a 01/11)	Empatia e relações interpessoais	Elaboração de atividades e reunião de *feedback*.	Documento Word	01/11
5 (01/11 a 08/11)	Comportamentos pró-social.	Elaboração de atividades e reunião de *feedback*.	Documento Word	08/11

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Até a realização do final do projeto os resultados são inconclusivos, pois o aplicativo se encontra em sua reta final para o lançamento. É esperado que através de toda literatura, pesquisa e desenvolvimento técnico realizado, os usuários, que utilizarão o aplicativo, encontrem disponíveis, as ferramentas necessárias para se aplicar e desenvolver a empatia no seu dia a dia de forma prática e dinâmica.

Atrelado a isso Touros (2018) apresenta que, pela busca de tornar os cuidados psicológicos mais acessíveis, estima-se que mais de 10 mil aplicativos na área do *Mhealth* se apresentem disponíveis para *download*, sendo um número que está em constante crescimento. Voltando a atenção ao crescimento de aplicativos voltados ao bem-estar físico e psíquico, podem-se ser observados dois pontos, um positivo e outro negativo, por um lado pode se perceber como as pessoas estão voltando o olhar mais para si e seu bem-estar, mas em contrapartida deve-se atentar ao desenvolvimento de estudos que comprovem a eficácia desses softwares, que garantam que os mesmo apresentam estudos e pesquisas com base científica por trás de seu desenvolvimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

A empatia é um tema com relevância devido a sua influência positiva nas relações interpessoais e pessoais dos indivíduos, pois ela gera o cuidado, compreensão e acolhimento com o outro, também é um tema que apresenta grande pluralidade teórica por

conta de sua multidimensionalidade, com isso é incentivado que se desenvolvam pesquisas que busquem explorar os diferentes aspectos da empatia e aprimorar as pesquisas já existentes, também é incentivado que se realizem estudos que comprovem a eficácia do aplicativo desenvolvido.

REFERÊNCIAS

DENHAM, Susanne. (1998). Emotional development in young children. New York: The Guilford Press.

HAUSER, Marc. (2006). Moral minds: The nature of right and wrong. New York: Harper Perennial. Disponivel em: https://www.researchgate.net/publication/226211593_Marc_D_Hauser_Moral_minds_How_nature_designed_our_universal_sense_of_right_and_wrong. Acesso em: 26. set. 2021

HOFFMAN, Martin. Luttier (1989). Empathy, role-taking, guilt and development of altruistic motives. In N. Eisenberg, J., Roykowsky, & E. Staub, E. (Eds.), Social and moral values: individual and societal perspectives (pp. 139-152). Hillsdale: N. J. Erbaum. Diponível em: https://eric.ed.gov/?id=ED085109. Acesso em: 22 set. 2021.

IBGE- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATISTICA. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101705_informativo.pdf. Acesso 26 set. 2021.

ROGERS, Carl. (2001b). Tornar-se pessoa (5a ed., M. J. C Ferreira & A. Lamparelli, trads.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1985)

SINGER, Tania.; DECETY, Jean. Social neuroscience of empathy. In: DECETY, J.; CACIOPPO, J. T. (Ed.). The Oxford handbook of social neurosciences. Oxford: Oxford University, 2015. p. 551-564.

TOROUS, John; NICHOLAS, Jennifer; LARSEN, Mark E.; FIRTH, Joseph; CHRISTENSE, Helen. Clinical review of user engagement with mental health smartphone apps: evidence, theory and improvements. Evidence-Based Mental Health, [s. l.], v. 21, n. 3, 2018, p. 116-119. DOI: https://doi.org/10.1136/eb-2018- 102891. Disponível em: https://ebmh.bmj.com/content/21/3/116. Acesso em: 14 de novembro de 2021.

EMPREENDEDORISMO NA PSICOLOGIA

Ana Cristina da Silva Alves[1], Carla Patricia de Souza Cavalari[1], Fernanda Winck Rizzotto[1], Bruna de Moraes Aguiar[2]

INTRODUÇÃO

Anualmente, milhares de pessoas fazem a escolha de ingressar em uma faculdade de psicologia. Para as pessoas em situação de reorientação de carreira, psicologia vem como forma de suprir a necessidade de estar em uma profissão que faz sentido, desejo de ajudar o próximo, entre outras razões. Para os jovens que estão ingressando no mundo da graduação pela primeira vez, a escolha se torna mais complexa. Frente ao cenário preocupante do mercado de trabalho e a diminuição dos empregos ofertados, os jovens buscam carreiras onde possam atuar como autônomos ou de maneira individual (GUEDES; ZIMMER; SANTOS, 2018 apud ALENCAR; MORAIS, 2020).

Segundo Mattos e Souza (2019), ocorreram alterações nos campos de atuação do psicólogo por influência tanto das mudanças no mercado de trabalho como um todo, decorrentes dos avanços tecnológicos e da globalização, quanto de fatores diretamente relacionados à Psicologia, como os avanços teóricos da área e a implementação da saúde pública. Os autores também relacionam a trajetória profissional dos psicólogos com a formação acadêmica que receberam. Diante disso, consideram que o cenário atual exige mudanças nessa formação para a preparação adequada do futuro profissional para um mercado caracterizado pela atuação em áreas emergentes. Ainda que estudos como o de Rizzato e Moran (2013), descrevam crenças e características predominantes na personalidade de pessoas consideradas empreendedoras para Mattos e Souza (2019), as competências constantes nas Diretrizes Curriculares Nacionais, do Conselho Nacional de Educação, uma vez desenvolvidas podem tornar os estudantes aptos à inovação por trazerem a possibilidade de diversidade na formação.

Diante das inquietações manifestadas por acadêmicos dos períodos finais do Curso de Psicologia do Centro Universitário Uniamérica Descomplica e de profissionais recém-formados, as autoras idealizaram este projeto com o intuito de facilitar o percurso do novo

[1] Acadêmica do Curso da Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mestre em Análise do Comportamento e professora orientadora - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná; Email do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

psicólogo no mundo do empreendedorismo e da autonomia profissional. Para tanto, foi proposto oferecer um ciclo de quatro palestras na modalidade online, abordando aspectos práticos do pós-faculdade contando com a participação voluntária de profissionais qualificados em cada um dos eixos temáticos, visando atender o objetivo geral de contribuir para promoção do empreendedorismo na prática da Psicologia. Os objetivos específicos serão: (a) Esclarecer o que é empreendedorismo e sua aplicabilidade na psicologia; (b) Apresentar relato de experiência de psicólogo com atuação empreendedora em um nicho de mercado; (c) Orientar estudantes e egressos do curso de Psicologia sobre regularização profissional e ética na divulgação dos serviços de psicologia.

MÉTODO

O projeto teve caráter quali-quantitativo, o público-alvo foram estudantes de psicologia e egressos na área. A participação foi voluntária, sendo realizada através de inscrição na plataforma *Google Forms*. Os encontros ocorreram na plataforma *Google Meet*, de forma síncrona, sendo um grupo aberto e temático, com possibilidade de tirar dúvidas durante a palestra. O *link* foi encaminhado através da forma de contato escolhida pelo inscrito (*e-mail ou whatsapp*). Para divulgação do projeto foi estruturada arte gráfica que foi compartilhada através de mídias digitais, onde as idealizadoras do projeto realizaram o compartilhamento do link de inscrição em grupos de estudantes e egressos de psicologia.

Foram ministradas 4 palestras, com duração de 1 hora, contando com um palestrante voluntário para cada tema abordado. A abertura e mediação dos encontros foi feita pelas organizadoras. A primeira palestra: Empreendedorismo na Psicologia; apresentada por coordenador de um espaço destinado à incubação de novas empresas em Foz do Iguaçu, com ênfase na conceituação e aplicabilidade do conceito de empreendedorismo na psicologia. A segunda palestra: Relato de experiência empreendedora; ministrada por psicóloga que empreende em um nicho de mercado. A terceira palestra: Legislação e Ética na divulgação de serviços da psicologia; ministrada por psicóloga docente do curso de psicologia que apresentou aos participantes as resoluções e orientações para divulgação dos serviços de psicologia, em especial no contexto digital. A quarta palestra: Processo de regularização para prestação dos serviços de psicologia, com psicóloga recém-formada que apresentou relato prático de sua experiência de regularização profissional, compartilhando o fluxograma das ações para solicitação e cadastro profissional junto ao órgão regulamentador CRP-PR.

Os dados quantitativos referem-se à quantidade de inscritos no projeto e de participantes em cada encontro. Já os dados qualitativos coletados serão analisados de acordo com a teoria de análise de conteúdos de Campos (2004), e referem-se aos feedbacks

e comentários coletados ao longo dos encontros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1: Resultados Quantitativos (Número de Participantes)

Total de Inscritos	Total de Participantes - Palestra 1	Total de Participantes - Palestra 2	Total de Participantes - Palestra 3	Total de Participantes - Palestra 4
45	8	10	7	8

Salienta-se que as integrantes da equipe organizadora não foram contabilizadas neste. Em comparação com os participantes da palestra 1, 2, 3 e 4, foi percebida a participação de inscritos distintos, tendo apenas um inscrito participado de todas. Além disso, houveram inscritos interessados em participar especificamente da palestra 2, tendo ao final dela cancelado inscrição para as demais palestras.

A primeira palestra promoveu diferentes reflexões sobre o empreendedorismo, dentre elas o exposto por Cavalcanti e colaboradores (2018), que explicam que mesmo o empreendedorismo tendo primariamente como pano de fundo a busca pelo sucesso comercial, atualmente está ganhando espaço o chamado empreendedorismo sustentável, que visa valores sociais e ambientais e não a pura e simples geração de riqueza.

A segunda palestra evidenciou que independente de qual for a definição ou motivação, o empreendedorismo depende de fatores que se inter-relacionam e se complementam, conforme afirmam Cavalcanti e colaboradores (2018). São eles: inovação, oportunidade, características pessoais do empreendedor, características culturais e ambientais, características do negócio e o trabalho em redes profissional e pessoal. Os autores concluem que independentemente de todas as características citadas, o principal de todo o processo é o indivíduo com as influências que sofre sobre ações e decisões.

A Nota Técnica CRP-PR 002-2019 foi elaborada pelo Conselho Regional de Psicologia do Paraná para orientar os(as) psicólogos(as) sobre as diretrizes a serem seguidas por esses profissionais em relação à prestação e publicidade de seus serviços, seja em qual for a área da Psicologia que atuem. Foi embasada em legislações anteriores expedidas tanto pelo CFP, quanto pelo próprio CRP-PR relativas ao assunto, devido principalmente ao fato de a divulgação de serviços psicológicos ser com frequência objeto de questionamentos éticos (CRP, 2019). Tal aspecto foi evidenciado na terceira palestra, considerando sua relevância para estruturação do *marketing* profissional.

A quarta palestra tornou evidente, que a etapa final da graduação é compreendida como um novo recomeço, marcado por uma transição da faculdade para o mercado de trabalho. Realidade abordada no trabalho de Mattos e Souza (2019), que tanto a sociedade quanto o órgão regulamentador da profissão devem desenvolver alternativas que viabilizem a inserção profissional. Cabe salientar que foram apresentados exemplos disso na palestra, como o processo de cadastro junto ao CRP- PR ser praticamente todo *online* e com desconto na anuidade para recém-formados.

Tabela 2: Resultados Qualitativos (*Feedbacks* de participantes)

"Apenas agradecer pelo projeto. Contribuiu muito com as informações passadas, mesmo eu não conseguindo participar de todos os encontros!" P1
"...já deixo aqui minha gratidão, pela elucidação e esclarecimento sobre essas questões mais burocráticas e que a gente acaba não vendo na faculdade e são tão importantes para nosso processo de formação!..." P2
"Me esclareceu de tantas formas que nem sei como agradecer!!" P3
"*Foi um ótimo projeto meninas, contribuiu demais nessa fase.*" P4

A respeito dos *feedbacks* recebidos, uma análise possível tem relação com o tratado por Alencar e Morais (2020) e por outros autores, que ao analisarem o perfil de estudantes de Psicologia, concluíram a existência de predominância na escolha da carreira, da vontade de ajudar ao próximo e da restrição quanto à escolha de atuação em áreas que requeiram perfil ligado à gestão e empreendedorismo. Por outro lado, mesmo que tenham o impulso de empreender, não são preparados para isso na graduação. Cabe descrever que, além do impacto que o projeto teve na vida dos participantes, também para as organizadoras foram promovidas reflexões importantes sobre o empreendedorismo na Psicologia e as possibilidades de inovação na prática. Por se encontrarem em situação educacional similar ao do público-alvo do projeto, as palestras auxiliaram-nas a esclarecer os procedimentos pós-formatura e as competências necessárias para empreender na profissão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que é pertinente integrar na formação dos psicólogos, conteúdos que promovam competências para atuação além da clínica, cabendo considerar que a sociedade está em constante transformação, afetando o mercado de trabalho e consequente trajetória profissional. Além disso, a transição entre ser estudante e profissional, é um processo

complexo que envolve aspectos internos e externos como: situação socioeconômica do país, demandas do mercado de trabalho, exigências profissionais e competências e características pessoais. Sendo importante a ampliação de possibilidades de atuação.

Pode-se dizer que os objetivos do trabalho foram atingidos. Todavia, um dificultador do processo foi o de possivelmente não terem sido contemplados todos os interessados em participar inicialmente da palestra, considerando que parte deles teriam disponibilidade em horário distinto do que foi realizado, conforme apurado em pesquisa prévia para definição de dia e horário. Outro dificultador, tem relação com os tramites feitos para palestra de representante do CRP-PR, sendo que a realização do convite para participação em final de semana inviabilizou o aceite. Sugere-se a continuidade deste trabalho com a elaboração de um *e-book* informativo.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Olívia Lima Guerreiro; MORAIS, Diana Maria Cavalcante. Âncoras de carreira e escolha profissional dos estudantes de psicologia de uma instituição particular de ensino superior em Fortaleza, Ceará. p. 89-96 In: LASSANCE, Maria Célia Pacheco. **Desafios e oportunidades atuais do trabalho e da carreira** / Campinas, SP, 2020. 392 p. Disponível em: <https://abopbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/10/ABOP_2020_v3.pdf#page=89.> Acesso em: 23 ago. 2021.

CAMPOS, Claudinei José Gomes; Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem** [online]. 2004, vol.57, n.5, pp.611-614. ISSN 0034-7167.Disponível em: http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672004000500019. Acesso em: 27 set. 2021..·

CAVALCANTI, Marly; FARAH, Osvaldo Elias; MARCONDES, Luciana Passos. Empreendedorismo: entre o sonho e a realidade In: _____. (Orgs.). **Empreendedorismo estratégico: Criação e gestão de pequenas empresas.** 2ª Ed. São Paulo: Cengage, 2018, p. 3-7.

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA DO PARANÁ. **NOTA TÉCNICA CRP-PR 002-2019**: Orienta as(os) profissionais de Psicologia sobre publicidade profissional. Curitiba: CRP-PR, 2019.

MATTOS, Valéria de Bettio; SOUZA, Gabriela Amâncio. Entre a tradição e inovação da prática profissional do psicólogo:considerações sobre atuação dos egressos da Universidade Federal de Santa Catarina - Brasil. **Creativity and Educational Innovation Review**, n. 3, 2019, p.p. 86-103. ISSN 2603-6061. Disponível em: https://ojs.uv.es/index.php/creativity/article/view/15995. Acesso em: 16 ago. 2021.

RIZZATO, Sálvio de Castro e Costa; MORAN, Maria Consuelo. Empreendedorismo e personalidade: o perfil em estudantes brasileiros. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Florianópolis, v. 13, n. 3, p. 279-291, dez. 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v13n3/v13n3a06.pdf.> Acessos em 23 ago. 2021.

ENFRENTAMENTO PSICOLÓGICO DE PROFISSIONAIS DA SAÚDE EM SITUAÇÕES DE INCERTEZA

Analu Gallotti Silveira[1] Gabriella Dalla Corte Dias[1] Gustavo Stefanelli Guimarães[1] Mikaely Regina dos Santos Salvador[1] Bruna de Moraes Aguiar[2] Ana Patrícia Basgal[3]

INTRODUÇÃO

Ser um profissional da área da saúde pode implicar em estar constantemente envolvido com situações estressantes deste contexto, sendo comum até mesmo a rotatividade de funcionários neste setor. O profissional da saúde realiza seu trabalho num ambiente carregado de experiências intensas, como: lidar com a dor e o sofrimento, mortes e recuperações, favorecendo o desenvolvimento do estresse (SILVA E PINHEIRO, 2013).

Um fator que corroborou e que ampliou os elementos estressores na realidade dos profissionais da saúde foi a pandemia do COVID-19, que está sendo vivenciada desde o ano de 2019, alterando a rotina da população mundial e trazendo consigo inseguranças e incertezas em diversos âmbitos. De acordo com os autores Ornell, Schuch, Sordi e Kessler (2020), a rápida escalada da doença tornou a saúde física o principal objeto de atenção dos profissionais de saúde, entretanto, os impactos de uma pandemia podem ir muito além de danos físicos, sendo necessário levar em conta os efeitos nocivos e prolongados que resultam em sofrimento psíquico. O estresse, por si só, é compreendido como uma reação psicofisiológica natural e inerente ao ser humano, que o auxilia na adaptação ao vivenciar o que é diferente, desconhecido, novo ou temido, que pode se mostrar como uma ameaça à sobrevivência deste. É diante dessa desconfortável sensação gerada no organismo, bem como os pensamentos e sentimentos à ela associados, que o ser humano busca estratégias de enfrentamento (coping) para superá-la e voltar a sua homeostase (LIPP; MALAGRIS, 2011, LIPP, s/d). Entretanto, quando uma pessoa não possui um repertório de enfrentamento saudáveis suficientes para lidar com determinadas situações estressoras, que extrapolam

[1]Acadêmica(o) do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, PR.

[2]Mestre em Análise do Comportamento, Professora no Centro Universitário União dasAméricas (UNIAMÉRICA) e psicóloga clínica, Foz do Iguaçu, PR.

[3]Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental, Psicóloga Clínica em Foz do Iguaçu, PR.

Email do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

sua capacidade de tolerância às circunstâncias em questão, ela acaba se encontrando em uma maior vulnerabilidade e fragilidade perante as adversidades.

Em vista disso, a secretaria da saúde mental do município de Foz do Iguaçu contatou o Centro Universitário Uniamérica + Descomplica, onde foi comunicado aos acadêmicos do curso de Psicologia a necessidade de serem trabalhadas formas de enfrentamento psicológico em situações do cotidiano profissional e pessoal dos funcionários da saúde do município. Sendo assim, o objetivo geral deste projeto delimita-se em: promover a conscientização de estratégias de enfrentamento psicológico em tempos de crise. E os objetivos específicos: apresentar os conceitos de trauma psíquico e crescimento pós-traumático; compreender o que são estratégias de coping; apresentar recursos que possam ser utilizados para lidar com as incertezas no cotidiano.

MÉTODO

O Projeto Integrador foi realizado a partir de encontros presenciais com os gestores , médicos e agentes comunitários de saúde das Unidades Básicas de Saúde do município de Foz do Iguaçu no auditório da Fundação Cultural, em colaboração com a Secretária de Saúde Mental. Cada encontro teve a duração de 1 hora e 30 minutos, os quais foram realizados nas segundas-feiras nos dias 27 de setembro, 02, 18 e 25 de outubro de 2021, no horário das 10h30 até às 12h00.

No primeiro encontro, realizou-se a apresentação dos objetivos do projeto e seus respectivos integrantes, bem como um acolhimento dos participantes e escuta das demandas e expectativas para o trabalho.

No segundo encontro, foi proposta uma reflexão sobre o “quão presentes estamos nas atividades do dia-a-dia”. Em seguida, foi realizado um exercício de mindfulness para trabalhar a consciência corporal e a "atenção plena". Por último, foi apresentada uma técnica da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) para ajudar os profissionais em momentos de esgotamento, os ensinando estratégias saudáveis para lidar com o que não conseguem mudar.

O terceiro encontro, teve como temática a importância dos relacionamentos positivos para o bem-estar pessoal e profissional. Foi apresentada uma técnica utilizada pela psicologia positiva chamada Comunicação Construtiva Ativa com o foco desenvolver a capacidade de responder a bons eventos, estar mais presente durante a comunicação propiciando um vínculo mais forte a partir da ampliação de emoções positivas durante a interação.

No quarto encontro, foi realizado o fechamento do projeto. Foi aberto espaço para que os participantes pudessem compartilhar suas percepções, aprendizados e dificuldades ao longo do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao final do projeto integrador, obteve-se um total de 13 inscritos, sendo 8 a média de participantes (majoritariamente mulheres): 9 participantes no primeiro encontro, 8 no segundo, 7 no terceiro e 8 no quarto.

De acordo com as respostas fornecidas no formulário de avaliação do projeto: Aspectos que poderiam melhorar: "o projeto poderia ser mais longo", "poderia abrir para mais pessoas", "poderia ter duração de seis meses", "poderia realizar o projeto também com outros grupos em vulnerabilidades, como é o caso dos adolescentes que estão sofrendo com a pandemia". Dificuldades dos participantes: De modo geral as dificuldades dos participantes foram em torno do tempo, dificuldade de sair da UBS em função da correria. Um dos participantes relatou dificuldade em expor os sentimentos.

Observa-se, através do relato dos participantes, que os objetivos do projeto foram cumpridos. Sendo apresentado durante os encontros a conscientização do enfrentamento psicológico nos tempos de crise e apresentando os conceitos de traumas psíquicos e crescimento pós-traumático. Também foi possível compreender quais as estratégias de coping dos participantes e também foram apresentados novos recursos para serem utilizados no dia-a-dia. Tal resultado pode ser observado a partir dos depoimentos dos participantes, sendo mencionados aqui alguns deles como exemplo:

P. 1: "Gostei muito da iniciativa, nos possibilitou ferramentas a mais para lidar com questões em que normalmente não sabemos como lidar e nem mesmo para onde correr por conta das tensões cotidianas. Foi muito importante ouvir os colegas compartilhando suas experiências, trazendo a percepção dos acertos e equívocos que acabamos por deixar despercebidos dentro dos processos de trabalho e na vida particular. Foi emocionante o reconhecimento e momento de gratidão no encerramento, me fez imaginar como todos fazemos coisas boas para as pessoas e nem imaginamos, e poder ver a emoção que causa o reconhecimento, do muito importante , me tocou muito. Só tenho a agradecer a todos vocês."

P. 2: "tiver um olhar diferente aos acontecimentos e também como intervir nas dificuldades encontradas por mim e pelos servidores que trabalham comigo, também mediante os usuários."."

P. 3: "[...] percebi quando posso escolher como agir diante das situações que me

causam estresse; [...] percebi comportamentos que não quero mais ter e entender um pouco mais sobre meu caminhar em minhas relações tanto na vida pessoal quanto no trabalho."

P. 4: “foram momentos do meu dia em que vivenciei um estado de espírito mais calmo, pude falar de situações estressoras do meu trabalho, pude escutar de colegas situações em que eu ajudei elas no passado e eu não sabia que tinha feito tanta diferença, aprendi técnicas de relaamento e concentração."

Através dos relatos, notou-se uma prevalência de situações estressantes dentro do contexto de trabalho destes profissionais, que acaba favorecendo o desenvolvimento do estresse, como afirma (SILVA E PINHEIRO, 2013). Contudo, percebeu-se um impacto positivo, através dos encontros, no cotidiano laboral dos participantes. Tal fato é observado pela: capacidade ampliada de reavaliação dos problemas e situações; aumento do repertório de coping. Ambas apresentadas nos relatos. Isso é significativo enquanto resultado deste projeto, visto que, se diante de situações estressoras o indivíduo apresentar estratégias de enfrentamento adaptativas ao contexto, há maior probabilidade de recuperação da homeostase interna do indivíduo (LIPP; MALAGRIS, 2011, LIPP, s/d).

CONCLUSÃO

Assim como a fundamentação teórica aborda, foi possível ter um contato de perto com essa realidade tão complexa da atuação dos profissionais da área da saúde, observando, através de seus relatos, os desafios que eles precisam enfrentar diariamente em sua rotina profissional. A partir dos resultados obtidos com as intervenções ao longo dos quatro encontros realizados neste projeto integrador, observa-se que foi possível atingir os objetivos estabelecidos, principalmente quanto a identificação de estratégias de coping e quais recursos eles possuem para adaptar-se ao contexto de trabalho forma mais adaptativa. Contudo, para resultados mais efetivos e duradouros observa-se a necessidade de realizar um projeto com maior número de encontros, de forma que seja possível dar maior profundidade nas temáticas abordadas com os participantes, para que eles possamressignificar as próprias estratégias de coping para um modo mais saudável em seu contexto pessoal e profissional.

REFERÊNCIAS

LEMOS, Patrícia M.; CAVALCANTE JÚNIOR, Francisco S. Psicologia de Orientação Positiva: Uma Proposta de Intervenção no Trabalho com Grupos em Saúde Mental. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 14, n. 01, p. 233-242, 2009.

LIPP, Marilda Apud CRUZ, Letícia do Prado. Estratégias de enfrentamento do stress ocupacional adotadas por profissionais da saúde no serviço de pronto atendimento. 2019.

ORNELL, Felipe; SCHUCH, Jaqueline B.; SORDI, Anne O.; KESSLER, Felix H. P. Pandemia de Medo e COVID-19: Impacto na Saúde Mental e Possíveis Estratégias. **Revista Debates in Psychiatry** - Ahead of print 2020.

PASSARELI, Paola M.; SILVA, José A. da. Psicologia Positiva e o Estudo do Bem-estar Subjetivo.
Estudos de Psicologia - Campinas, v. 24, n. 4, p. 513-517, outubro - dezembro 2007.

SELIGMAN, M. E. P. (2011). Florescer - uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar. Rio de Janeiro: Objetiva.

SELIGMAN, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2001). Positive psychology: an introduction. **American Psychologist**, 55(1), 5-14.

SNYDER, C. R., & Lopez, S. J. (2009). Psicologia Positiva: Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas (R. C. Costa, Trad.). São Paulo, SP: Artmed.

SELIGMAN, M., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive Psychotherapy. **American Psychologist**, 61, 774-788. doi: 10.1037/0003-066X.61.8.774.

SILVA, Fabiola, SANTOS, Camila Bretas. A relação entre a Síndrome de Burnout e o comprometimento organizacional em profissionais da saúde. 2019. Tese de Doutorado. Mestrado em Administração.

ESTRESSE ACADÊMICO EM TEMPOS DE CRISE: MANEJO E ENFRENTAMENTO

Larissa de Jesus Silva[1], Maick Kevin Rokenbach Yeung[1], Pedro Dalcin Casalino[1], Richard da Silva Marques[1], Natan Luís Silva[2], Lucas Renato Rampim Latrônico[3]

INTRODUÇÃO

No contexto da epidemia da COVID-19, alguns dos principais estressores estão relacionados às medidas de isolamento social que podem levar à frustração e ao tédio, bem como ao acúmulo de tarefas, incluindo a realização de atividades normalmente feitas fora de casa (*homeschooling e homeworking*, por exemplo), à falta de suprimentos, à inadequação das informações e às dificuldades econômicas. Relacionam-se também à COVID-19, o medo de contrair a doença, a preocupação com a saúde própria e dos entes queridos, o estigma da doença e os riscos do trabalho, no caso de profissionais da saúde e de serviços vitais (BROOKS et al., 2020; QIU et al., 2020; BAVEL et al., 2020).

A ansiedade e o estresse, e sintomas depressivos têm sido frequentes no período da pandemia (WANG et al., 2020). Os efeitos desses impactos alcançaram o ensino superior, visto que o movimento de adaptação que foi demandado para os estudantes ao ensino remoto foi de maneira abrupta. Também é percebido que as mudanças curriculares e de metodologia afetam o desempenho acadêmico (SAINZ; SAINZ;CAPILLA, 2020).

Desde antes do período de pandemia tornou-se foco o estudo da prevalência dos sintomas depressivos, de ansiedade e estresse em acadêmicos, algo que foi de interesse não só da área da saúde mas também de toda a sociedade (LEÃO, 2018). Considerando as mudanças de metodologia que foram realizadas há mais de um ano, considerando também a presente data deste artigo, percebe-se que estão aumentando o número de estudos que visam pesquisar este público durante a pandemia.

Visto que, segundo Wang et. al. (2020), a ansiedade, o estresse, e sintomas depressivos têm sido frequentes no período da pandemia, pode-se constatar que os estudantes também sofrem os efeitos psíquicos dessa pandemia. Considerando todo esse movimento, é esperado que os índices de estresse aumentem na população em geral. Diante do exposto, salienta-se a necessidade de realização de um projeto que instrumentalize os

[1]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná

[2]Psicólogo e mentor do projeto;

[3]Psicólogo e orientador do projeto.

Email do autor correspondente: lucas.latronico@uniamerica.br

acadêmicos acerca do estresse.

METODOLOGIA

Os participantes foram jovens e/ou adultos estudantes matriculados na instituição de ensino superior Centro Universitário Uniamérica, localizada na cidade de Foz do Iguaçu - PR. Os encontros foram realizados através da plataforma de reunião do *Google Meet*, sendo que nestes foram trabalhados temas diferentes através da psicoeducação, foram realizadas apresentações de vídeos e atividades interativas, bem como enquetes através da plataforma *Google Forms*.

Para a realização deste projeto, considera-se importante haver os devidos cuidados para evitar a contaminação pelo COVID-19. O trabalho apresenta em seu cronograma um total de 4 encontros com os participantes, que serão realizados a cada 7 dias via *Google Meet*.

Inicialmente disponibilizou-se aos acadêmicos um formulário de inscrição por uma semana, com o objetivo de coletar os dados dos participantes, e em seguida foi criado um grupo no *WhatsApp*, para compartilhamento das informações dos encontros.

No primeiro encontro a equipe elaborou um arquivo de *powerpoint* que proporcionou algumas informações sobre a equipe, duração dos encontros e objetivos do trabalho. Com a continuação dos slides, o público será instruído para realizar o preenchimento de um inventário, também elaborado pelo grupo com base no inventário de sintomas de estresse, para que seja possível a coleta de dados quantitativos que podem servir como indicadores de níveis de estresse no público. Após o preenchimento dos dados pelos participantes, deverá ser estimulado um diálogo com o público com a questão “o que vocês acham que é o estresse?”.

O segundo encontro foi iniciado com uma apresentação sobre os transtornos relacionados ao estresse, bem como a importância do autoconhecimento para o manejo do estresse. Após a apresentação, a fim de exercitar a auto observação,abriu-se espaço para discussão com o questionamento de como os participantes percebem os próprios sinais de estresse, os estímulos que identificam como causadores e como agem quando se veem em uma situação estressora.

No terceiro encontro foram apresentados os resultados da primeira aplicação do questionário para o público de forma geral, mantendo o sigilo das informações. Trazer como as emoções influenciam no processo de aprendizagem, bem como discutir sobre os resultados e ferramentas que podem ajudar no manejo do estresse e na promoção de repertório de enfrentamento. Levantar a discussão sobre hipóteses de ferramentas que poderão ser utilizadas pelo público nos próximos 15 dias.

No quarto encontro foi discutido em grupo sobre automonitoramento e auto-observação como formas de autoconhecimento e de repertório de enfrentamento;

Encerramento e abertura para *feedback*.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Moreira, Vasconcellos e Heath (2015), às atividades rotineiras do ensino superior podem ser geradoras de ansiedade e estresse entre os universitários. Ressaltando que a intensidade e frequência com que o universitário é exposto aos eventos estressores podem impactar negativamente a qualidade de aprendizagem e dos processos cognitivos (BORINE; WANDERLEY; BASSITT, 2015; MELO et a, 2012). Durante os encontros do projeto, pelos dados quanti-qualis, foi possível constatar que o estresse é presente nos estudantes universitários, ainda mais com o movimento de ensino remoto que foi implantado no período de pandemia.

Foi possível constatar que houve um impacto evidente nos processos de adaptação e muitos participantes relataram diversas dificuldades durante o projeto sobre as atividades que estão sendo realizadas de modo remoto. A discrepância da quantidade de participantes é compreensiva. A comparação realizada pelos dados da primeira e segunda aplicação dá evidências de que houve a diminuição da frequência de sintomas maiores, associados ao estresse. No final do projeto, alguns participantes citaram que conseguiram exercitar a auto observação comportamental e que estão conseguindo ter visão das situações que são estressoras. Exercícios de relaxamento também entraram como uma ferramenta para os estudantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante perceber o nível do estresse acadêmico para continuar promovendo trabalhos que visem o enriquecimento e fortalecimento do repertório de enfrentamento do estudante diante das situações que são aversivas que afetam o rendimento acadêmico e que podem prejudicar o processo de aprendizagem. Um trabalho que promova a saúde mental dos universitários, assim como um espaço de escuta qualificada das demandas dos estudantes, é um modo de diminuir a adversidade do processo educacional e ajudar a instituição a promover adaptações que dêem suporte aos estudantes mesmo fora do contexto de pandemia.

REFERÊNCIAS

BAVEL, J. J. V. et al. Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. Nat Hum Behav. 2020. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32355299/. Acesso em: 25 jun. 2021.

BORINE, R. C. C.; WANDERLEY, K. S.; BASSITT, D. P. (2015). Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. Estudos Interdisciplinares em

Psicologia, 6(1), 100-118.

BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence.V. 395, p. 912-920. 2020. Disponivel em: https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(20)30460-8/fulltext#%20. Acesso em: 25 Jun. 2021.

MELO, W. V. et al. Avaliação da ansiedade e do viés de atenção no canal visual para estímulos emocionais em uma amostra não clínica. Estudos de Psicologia (Natal) [online]. v. 17, n. 1, p. 107-114. 2012. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000100013. Acesso em: 25 Jun 2021.

MOREIRA, S. N. T.; VASCONCELLOS, R. L. S. S.; HEATH, N. (2015). Estresse na Formação médica: Como lidar com essa realidade?. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 39(4), 558-564. doi: 10.1590/1981-52712015v39n4e03072014.

QIU, J. et al. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. Gen Psychiatr. 2020. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32215365/. Acesso em: 25 Jun. 2021.

SAINZ, I.; SAINZ, J.; CAPILLA, A. Efeitos da crise do COVID-19 na educação. 2020. Disponível em: https://www.oei.es/uploads/files/news/covid19/1747/informe-covid-19pt.pdf. Acesso em: 10 de Abril de 2021.

LEÃO, A. M. et al. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Rev. bras. educ. med.**, Brasília , v. 42, n. 4, p. 55-65, Dec. 2018 . Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 22 Mar. 2021.

GESTALT AQUI-AGORA: FORTALECENDO O AUTOCUIDADO EM GRUPO DE PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE MEDIANEIRA-PARANÁ

Julia Capelini Leonhart[1], Mayckon José Grassi[1], Thuane Conti Sostisso[1], Ketty Ritter da Silva[1], Lissia Pinheiro Shataloff[2], Lethicia Marques dos Santos Martins[3]

INTRODUÇÃO

Na atualidade, constata-se que um trabalho pode exigir do colaborador inúmeras demandas, e pensando no lugar de um professor, as imposições podem ser ainda maiores, principalmente por levar em conta o número de diferentes indivíduos e necessidades que eles têm contato diariamente. De acordo com pesquisas, a docência possui potencial patogênico, incluindo a presença de sintomas físicos, devido a diversos fatores, tais como: carga excessiva de trabalho, remuneração inadequada, falta de cooperação entre pares (CODO, 1999).

Considerando os aspectos trazidos acima, para o funcionamento considerado saudável do professor em relação à saúde mental, é necessário que este seja capaz de utilizar ao máximo seus recursos internos e externos para lidar com o mundo, como sugere Pinto (2009a, p. 52, apud XAVIER e DALTRO, 2015).

Como aborda Cardoso (2013), para a Gestalt-Terapia, o homem é visto como um ser livre e responsável por construir sua própria existência, ou seja, surge no mundo sem definição prévia, um vir-a-ser. A Gestalt-Terapia configura-se, então, como uma abordagem existencial que propõe uma reflexão acerca da existência humana, buscando a ampliação de consciência por parte do indivíduo de si no mundo, capacitando-o a fazer escolhas autênticas e responsáveis, organizando sua vida de maneira que seja significativa para si mesmo, tendo em vista a concepção de homem como ser no mundo em relação, sempre aberto para aperfeiçoar seu projeto existencial (CARDOSO, 2013). É a partir da relação do professor com o mundo que este pode dar conta dos aspectos que necessitam de atualização, e consequentemente, desenvolver ajustamentos criativos para lidar com as situações vivenciadas no dia a dia, inclusive de sua profissão.

Este processo de aprendizado para encarar os desafios diários, faz parte do que Perls aborda como um processo de amadurecimento. Segundo Perls (1977a, p. 49 apud LIMA,

[1]Acadêmico do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2] Professora Orientadora, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Psicóloga clínica pela abordagem da Gestalt Terapia e mentora do projeto.
E-mail do autor correspondente: psicologia@uniameria.br

2019), "amadurecer é transcender do apoio ambiental para o auto-apoio", ou seja, dentro da Gestalt-Terapia o processo de autocuidado tem como referências cuidados externos, mas que a partir do amadurecimento o ser humano vai ficando capaz de perceber as próprias necessidades e limites, elaborando autonomia e se desenvolvendo. Sendo assim, pode-se dizer que o professor, a partir do desenvolvimento destas habilidades é capacitado para gerir a si mesmo - cuidar de si -, e também para voltar-se ao mundo e as inúmeras demandas da docência - cuidar do outro - como um processo sempre em andamento, estando consciente de seus processos e se auto regulando conforme as demandas surgem nas diversas áreas da sua vida.

A autorregulação organísmica é um conceito que pode auxiliar a entender a tendência do ser humano de atualizar a si mesmo, como um impulso básico para a busca do bem-estar, do prazer e da harmonia. É então uma capacidade adaptativa para reagir às mudanças e de buscar novos arranjos de ser no mundo. Patricia Lima (2014), faz um convite à autorregulação, através de uma atenção à experiência pessoal de cada um, buscando então um contato pleno com as emoções, sensações e pensamentos, para então identificar as necessidades que surgem a cada momento e que possibilitam encontrar maneiras criativas de se autorregular.

Nesta vivência relacionada com os professores, um modelo grupal para o trabalho das demandas abordadas até então, tem o foco no aprendizado com o modo próprio e singular de estar com, e em cada situação, contexto e ambiente, mas também focando nas relações interpessoais entre os membros, e este processo é promotor de uma experiência emocional atualizadora a partir da vivência. Desta maneira, o grupo de apoio tem como objetivo salientar e auxiliar os participantes no desenvolvimento de autocuidado, criando um ambiente acolhedor para facilitar a percepção e contato com as necessidades emocionais que podem acarretar em melhorias nos relacionamentos intra e interpessoais. Sendo assim, estes objetivos serão buscados principalmente através da ampliação de awareness que possibilita a atualização dos ajustamentos criativos como forma de autocuidado.

METODOLOGIA

O projeto foi ofertado para os professores por meio da ONG SOS VIDA, onde os mesmos participavam de uma capacitação com foco na prevenção do bullying, autolesão e suicídio. Neste primeiro momento, os professores interessados puderam responder um formulário demonstrando seu interesse, e posteriormente informados sobre dia e horário dos encontros, além de informá-los sobre o uso da plataforma utilizada. Os encontros foram realizados de forma online, por meio da plataforma Google Meet. Os participantes foram 7 professores da rede municipal de ensino da cidade de Medianeira - PR. E durante os encontros, foram utilizados como instrumentos os experimentos e exercícios do aporte teórico e prático da Gestalt-Terapia, além de cartas e jogos terapêuticos.

O primeiro encontro teve como objetivo estabelecer o contrato com os participantes, e iniciar o vínculo entre grupo, assim como o levantamento de demandas. Para isso, foi realizado um acolhimento aos participantes, propiciando um espaço de fala, e através das cartinhas terapêuticas “Saúde Mental” e perguntas realizadas pelas facilitadoras, foi possível ampliar as demandas trazidas pelo grupo. Para finalizar, foi utilizada a música “Paciência” do Lenine, verificando o que cada um levava consigo do encontro.

Já no segundo encontro, a proposta foi propiciar o contato com suas emoções e necessidades presentes no aqui-agora, além de refletir sobre a importância de olhar para estes fatores como forma de nutrir o autocuidado. Foi realizado uma presentificação do aqui-agora, e depois, um desenho das emoções presentes através do exercício. Um ponto importante é o momento de partilha após os exercícios, que propiciam reflexão e consequentemente ampliação de awareness com relação às ações que podem ser realizadas ao longo dos dias para atender estas necessidades.

O terceiro encontro teve como objetivo auxiliar os participantes a entrar em contato com suas potencialidades através do exercício da “Criança Divina”, onde o facilitador fez algumas perguntas com o propósito de resgatar os potenciais da criança interior, e também de pensar em como esses potenciais podem auxiliar no enfrentamento de questões vivenciadas hoje na profissão dos mesmos. Após o experimento será reservado um momento para o relato das experiências de cada um.

No quarto encontro, foi possibilitado aos participantes um momento de contato maior com suas necessidades do presente juntamente com um olhar para o futuro e para onde e como querem chegar lá, através de suas crianças divinas. A reflexão foi realizada através da atividade da “Ponte”, onde o facilitador conduziu algumas perguntas para elaborar um desenho com dois bonecos - do presente e do futuro - observando como as ações de autocuidado hoje podem impactar no que se espera do futuro de cada um, refletindo sobre as prioridades, necessidades e emoções. Ao final, cada participante pôde compartilhar suas reflexões e tomadas de consciência, utilizou-se a música, “Tocando em Frente” para fechar o encontro.

No último encontro, o objetivo foi de fechar a demanda dos encontros, e buscar maneiras de encontrar autocuidado em pequenas ações no dia a dia de cada um através do exercício “Lugar Seguro”, e como cada um vivencia sua perspectiva de autocuidado. Também foi aberto um espaço de compartilhar como cada um vivenciou a experiência do grupo.

Para o fechamento do projeto foi realizada uma pesquisa através do Google Forms, onde os participantes compartilharam a percepção sobre: os facilitadores do projeto, o material e exercícios utilizados, organização do grupo, tempo de duração do projeto, comentários positivos e comentários que visem a melhoria do projeto. Além disso, no decorrer dos encontros os participantes compartilharam ações de autocuidado que fazem sentido para

cada um, e todas essas práticas resultaram em uma “Caixa do Autocuidado”, que foi organizada pelo grupo e entregue a cada um no final do projeto, possibilitando um material concreto para a continuidade das reflexões e suporte mesmo após a finalização do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O grupo de apoio emocional proporcionou uma vivência peculiar para os participantes como podemos observar no relato a seguir G:*“Parar um minuto no dia foi muito importante para tomar consciência do que estou sentindo, das minhas emoções”, B:“Estou buscando crescimento pessoal e, percebo hoje uma lacuna emocional em relação a isso”.* Segundo Santos (2017), a experiência grupal faz com que o indivíduo se perceba em sua forma de existir, na identificação e diferenciação na experiência do contato com o outro. Todos estes processos facilitam a ampliação das tomadas de consciência, ou “awareness”, presentes no aqui-agora. (SANTOS, 2017).

Através da ampliação da awareness facilitada pela vivência do grupo, os participantes puderam perceber quais eram suas necessidades que predominavam no momento presente para poderem satisfazê-las, fechando as gestalten abertas, favorecendo desta maneira um processo de fluidez que facilita a regulação organísmica (YONTEF, 1998). Se percebe em alguns relatos sobre a percepção das necessidades, que decorreu após um experimento utilizando desenho: B:*“O desenho foi o resultado do momento, e o momento de parar e pensar foi importante, preciso de mais momentos assim”, C:“Desenhei e fiquei pensando sobre as pedras que para mim tem a ver com prioridades e neste momento significa cuidar da minha saúde e de mim”*. Desta forma observamos a concordância com a experiência e a teoria, Yontef (1998) salienta que a awareness é uma forma de experienciar, estar em contato, ter consciência da própria consciência e das necessidades emergentes, estando ciente dos eventos de maior importância no campo que constitui o indivíduo e o meio (YONTEF 1998).

Sobre a experiência grupal, salienta Pinheiro (2015) que quando acontece de um participante dar um retorno para outro participante trata-se de um momento de grande potencial transformador dos grupos, que possibilitam ampliação de awareness e atualização dos ajustamentos criativos (PINHEIRO, 2015), o que pode-se perceber, principalmente na melhoria do autocuidado e ajuda mútua conforme observamos nos seguintes relatos: B:*“aprendi muito, a ter autocuidado e cuidar mais de mim”, C:“Foi criada uma atmosfera aconchegante! As dinâmicas de grupo foram excelentes! Nos revelaram sentimentos que não invocamos com frequência”, G:“Através do projeto tive a oportunidade de me perceber com mais delicadeza, antes eu queria carregar o mundo nas costas. Só gratidão”.* Desta maneira, o grupo possibilitou momentos de experiência, escuta, acolhimento, que aconteceram através da troca no aqui-agora, e que consequentemente, também proporcionaram o crescimento das potencialidades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em virtude do que foi observado, o projeto alcançou de forma geral seus objetivos propostos no início, o que foi validado através da troca realizada entre o grupo a cada encontro, principalmente pelos relatos, sendo compartilhado que o projeto auxiliou no desenvolvimento de ações que visam o autocuidado dos professores.

Isto foi possível por meio de um ambiente sigiloso e de acolhimento, onde os participantes puderam entrar em contato com suas necessidades emocionais, possibilitando a ampliação de awareness em relação ao autocuidado, podendo observar até mesmo em seus ambientes de trabalho, ações que puderam colocar em prática. Através da reflexão acerca do autocuidado e suas práticas, os participantes realizaram ajustamentos criativos para a superação de situações vivenciadas no dia a dia, onde cada um pode verificar como aplicar ações dentro da subjetividade de suas vivências, auxiliando, neste sentido, o desenvolvimento geral do autocuidado de cada um. Uma sugestão de melhoria para projetos futuros, é a de um maior tempo para a realização dos encontros, e consequentemente um maior aprofundamento nos temas relacionados ao autocuidado. Para finalizar, o projeto no geral é uma prática necessária para a categoria dos professores, onde estes enfrentam vivências de sobrecarga, e através desse espaço de fala e cuidado, podem ter consciência de seus recursos internos e da utilização dos mesmos sendo uma valorização essencial para esta profissão que já tem em si o cuidado para os outros.

REFERÊNCIAS

SOUZA, Farney Vinícios Pinto. Adoecimento mental e o trabalho do professor. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, p. 103-117, 2018.

BALENSEFER DA. **Assédio moral a professores e a Síndrome de Burnout: implicações jurídicas no âmbito trabalhista.** Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria, 2015.

PERLS, P. S. HEFFERLINE.; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summuns, 1997.

CARDOSO, Claudia. Lins. **A Face Existencial da Gestalt-Terapia**. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima. Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. São Paulo: Summus, 2013.

PERLS, F. (1977a). **A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia**. Rio de Janeiro, RJ: Zahar Editores.

LIMA, Patricia Valle de Albuquerque. Gestalt-terapia e Cuidado. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 19, n. SPE, p. 1051-1066, 2019.

PINTO, Ênio Brito. **Psicoterapia de curta duração na abordagem gestáltica: elementos para a prática clínica.** São Paulo: Summus; 2009.

XAVIER, Luanna Carvalho; DALTRO, Mônica Ramos. Reflexões sobre as práticas de autocuidado realizadas por psicólogos (as). **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 4, n. 1, 2016.

YONTEF, G. M. **Processo, Diálogo e Awareness: ensaios em Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 1998.

PINHEIRO, M. **O afeto e o afetar nas relações de grupo: um olhar a partir da Gestalt-terapia.** 1º. ed. Rio de Janeiro: Viaverita, 2015.

SANTOS, Jaqueline de Lima Braz; SAMPAIO, Janaina Maria Vidal; JÚNIOR, Ebenezer Teixeira de Souza; PEDRO, Fabiane de Souza; BRAGA, Lídia Cristina da Silva. **Terapia Comunitária Integrativa e Seu Diálogo com a Gestalt-Terapia.** Revista IGT na Rede, Rio de Janeiro, RJ, v. 14, n. 27, 2017

IDENTIFICAÇÃO DOS VALORES PESSOAIS BASEADOS NAS CRENÇAS PARA SUPERAÇÃO DAS ADVERSIDADES.

Ana Carolina Pires Prestes[1], André Shataloff[2], Ari José dos Santos Checchia[3] , Milena Backes Dal Pont[4], Lissia Pinheiro Shataloff[5]

INTRODUÇÃO

A crença está relacionada com o verbo crer, acreditar sendo necessário entender os efeitos das crenças nos valores e comportamentos. Segundo Morin (2002), considera dois tipos de pensamento: o racional e o mítico. Desta forma o racional estaria ligado a lógica, a razão e o mítico abarcando a esfera imaginária, permeando pelos mitos, religiões e crenças.

Crenças limitantes são resultados das interpretações negativas e de experiências que vivemos. No momento que ao identificar uma situação, as nossas decisões sofrem influências daquele padrão, impedindo a mudança de paradigmas. Por mais que precisar da realidade, ela é constituída através do nosso sistema de crenças e valores. A realidade em si é percebida através das informações que se obtivam durante a trajetória. A maior dificuldade em identificar as crenças limitantes, são a autossabotagem, vitimização, e a defesa do Ego, que tenta lhe provar que seus pensamentos e sentimentos destrutivos são corretos e engessados em sua personalidade.

De acordo com Bilsky (2009), conforme a teoria de valores de Schwartz, valores são crenças e metas conscientes norteando ações, objetivos, representando respostas a três exigências: as necessidades individuais; as exigências da interação social; e os requisitos para o bem-estar e a sobrevivência da coletividade.

[1]Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[3]Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[4]Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[5]Mestre em Psicologia, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

E-mail do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

Segundo Martins (2019), no próprio ambiente de trabalho é comum observar pessoas com valores diferentes, entrando em choque ou mesmo expressando valores contrários dos colegas as quais ocorrem contradições entre o que se fala e o comportamento.

O otimismo segundo Santos (2020), passou a ser estudado com objetivo de testar a sua associação ao processo de adaptação e a qualidade de vida. Percebe-se que os otimistas têm diante alguma adversidade, tendência de melhor confrontar as dificuldades demonstrando confiança e persistência. Santos considera que o otimismo é um fenômeno adaptativo importante para o bem-estar, qualidade de vida e ajustamento psicológico.

Quanto a tolerância, um indivíduo que possui este atributo é mais assertivo em suas tomadas de decisão, tanto profissionalmente quanto em sua vida pessoal. Os tolerantes são capazes de estabelecer relacionamentos saudáveis em cenários de estrese, habilidades em gestão de conflitos, competência fundamental para promover um clima organizacional positivo.

Outro atributo para ajudar na ressignificação de crenças seria a criatividade. De acordo com os autores Mouchird e Lubart (2002) basicamente, a criatividade pode ser conceituada como um conjunto de capacidades que permitem uma pessoa comportar-se de modos novos e adaptativos em determinados contextos (apud BRITO et al., 2009).

Já a flexibilidade de uma individuo é a qualidade de compreender, aceitar ou assumir opiniões, ideias ou pensamentos de outras pessoas. A capacidade de um indivíduo conseguir realizar várias atividades ou ocupações ao mesmo tempo pode ser considerada um tipo de flexibilidade. PIRES (2013)

Quanto mais flexibilidade a pessoa desenvolver, mais possibilidades de superar, ressignificar as crenças limitantes, não ficando preso a ideias cristalizadas.

Outro atributo trabalhado, foi a responsabilidade. A responsabilidade não é só cumprimento da obrigação, de um modo geral envolve culpa pelas implicações, sejam positivas ou negativas. Quando você se prontifica a realizar uma tarefa, e desenvolve a atividade conforme o planejado, pode se dizer que foi um ato responsável.

Este projeto aplicou seis abordagens para se buscar trabalhar com as crenças limitantes através do estudo dos valores pessoais. Sendo estes: a) Otimismo; b) Tolerância; c) Criatividade; d) Flexibilidade; e) Responsabilidade.

O desafio de se trabalhar com resiliência perante as necessidades diárias em profissionais da Guarda Mirim em Foz do Iguaçu, que vem enfrentando estresse e sobrecarga de trabalho necessitando de técnicas para superação das adversidades. Crenças limitantes e a falta de mapeamento pessoal dos valores, favorecem a estagnação e desmotivação. Ao entender quais valores podem fortalecer e ressignificar crenças buscamos dar subsídios ao fortalecimento da equipe atendida.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Público alvo: São 5 participantes, funcionários da Guarda Mirim. Sendo assistentes sociais, educadores físicos, pedagogos e psicólogos.

Período de trabalho: Início de 15/03/2021 à 03/05/2021.

Materiais utilizados: Computador ligado à internet; Tela de Projeção; Google Meet; WhatsApp; Papel e caneta.

Procedimentos

Os trabalhos iniciaram em visitas à instituição para apresentação da proposta de intervenção, bem como aplicação de dinâmicas de grupo. Visando fortalecer todo período de aplicação de mediações junto ao grupo de trabalho.

O início foi de se fazer uma interação para identificarmos a necessidade do grupo. Depois do diagnóstico passamos a trabalhar como os valores, desde o entendimento e o autodescobrimento quais eram os mais inegociáveis da turma. A partir deste ponto foram elencados valores mestres que iriam alavancar os demais, ao modo de base favorável a se atingir a resiliência. Trabalhamos parte da turma online enquanto existia um revezamento presencial. Foram feitos no total 08 encontros, sendo o último, roda de conversa favorável a explanação individual mais profunda do que representou a ação do projeto. Todos os encontros tiveram a duração de 1h, recebendo o apoio da Guarda Mirim durante o período.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quanto aos resultados, observamos a identificação dos principais valores de cada um dos integrantes do grupo, que ao solicitar os 5 valores principais alguns eram comuns entre os integrantes.

Entretanto foi proposto o objetivo de alavancar a resiliência dos participantes as questões de responsabilidade, flexibilidade, tolerância, criatividade e otimismo, trazendo a condição de que todos temos isso em certo grau, mas que sempre pode ser melhorado.

Resultado este que foi observado pelos próprios integrantes ao decorrer das suas atividades nesse período, relatado por eles também que levaram todos os aprendizados e resultados positivos desse projeto para a vida pessoal e em seu dia a dia.

As características, valores explorados não são fixados, podem ser expandidos melhorados, e em todos os encontros foram desenvolvidos os valores trabalhados, por meio de dinâmicas interativas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No feedback final, do último encontro, todos tiveram a oportunidade de se manifestar. E um relato chamou a atenção: “Ontem teve uma discussão lá em casa, e refleti o que aprendemos aqui sobre tolerância, parei e agi de outro jeito, que se fosse antigamente, teria piorado as coisas. Refleti, ser mais tolerante e tudo se resolveu de maneira positiva. Queria agradecer a paciência de vocês”. Admitimos ter ocorrida evolução, crescimento, da turma em paralelo as nossas ações. Entretanto, foi muito positiva a interação da equipe e público-alvo possibilitando resultados satisfatórios.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio da Professora Lissia Pinheiro no atendimento das necessidades do grupo, estando sempre disponível a ajuda.

REFERÊNCIAS

PORTO, Juliana Barreiros; TAMAYO, Álvaro. Estrutura dos valores pessoais: a relação entre valores gerais e laborais. Psic.: Teor. e Pesq., Brasília , v. 23, n. 1, p. 63-70, Mar. 2007 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722007000100008&lng=en&nrm=iso>. access on 28 Mar. 2021.

SORAGGI, Fernanda; PASCHOAL, Tatiane. Relação entre bem-estar no trabalho, valores pessoais e oportunidades de alcance de valores pessoais no trabalho. Estud. pesqui. psicol., Rio de Janeiro , v. 11, n. 2, p. 614-632, ago. 2011 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812011000200016&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

BANDEIRA, Cláudia de Moraes; NATIVIDADE, Jean Carlos; GIACOMONI, Claudia Hofheinz. As Relações de Otimismo e Bem-Estar Subjetivo entre Pais e Filhos. Psico-USF, Itatiba , v. 20, n. 2, p. 249-257, Aug. 2015 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712015000200249&lng=en&nrm=iso>. access on 28 Mar. 2021.

SANTOS, Laís; FARO, André. Otimismo: teoria e aplicabilidade para a psicologia. Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande , v. 12, n. 2, p. 123-139, ago. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2020000200009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

CARLOMAGNO, Lívia Lopes Lucas et al . Relações entre criatividade, esperança, otimismo e desempenho profissional. Temas psicol., Ribeirão Preto , v. 22, n. 2, p. 497-508, dez. 2014 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2014000200019&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

DE OLIVEIRA PATARO, Cristina Satiê. Pensamento, crenças e complexidade humana. Ciênc.

cogn., Rio de Janeiro , v. 12, p. 134-149, nov. 2007 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212007000300013&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

MORIN, E. (2002a). O Método 1: a natureza da natureza (Heineberg, I., Trad.). Porto Alegre: Sulina (Original publicado em 1977).

PIRES*, Anderson Clayton. Sistema de estruturação de crenças sociointerativo: Estruturação de crenças, lógicas de interação e processos de contingenciamento. Psicol inf., São Paulo , v. 17, n. 17, p. 133-191, dez. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092013000200010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

BILSKY, Wolfgang. A estrutura de valores: sua estabilidade para além de instrumentos, teorias, idade e culturas. RAM, Rev. Adm. Mackenzie (Online), São Paulo , v. 10, n. 3, p. 12-33, June 2009 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-69712009000300003&lng=en&nrm=iso>. access on 28 Mar. 2021.

MARTINS, T. O. et al. A Influência dos Valores e Crenças no Comportamento Humano. Universidade FUMEC - Faculdade de Ciências Empresariais – FACE, Belo Horizonte, 2019. Disponível em: <URL>. http://izabelahendrix.edu.br/pesquisa/anais/arquivos2019/ciencias-humanas/a-influencia-dos-valores-e-crencas-no-comportamento-humano-pag-271-284.pdf. Acesso em: 26 març. 2021.

BRITO, Ronnie Fagundes de; VANZIN, Tarcisio; ULBRICHT, Vânia. Reflexões sobre o conceito de criatividade: sua relação com a biologia do conhecer. Ciênc. cogn., Rio de Janeiro , v. 14, n. 3, p. 204-213, nov. 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212009000300017&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 mar. 2021.

NÃO SOU MAIS CRIANÇA, MAS AINDA NÃO SOU ADULTO, E AGORA? OFICINA EDUCATIVA ACERCA DO UNIVERSO DA SEXUALIDADE VOLTADA PARA A PERSPECTIVA ADOLESCENTE

Ana Julia Guimarães de Castro França Leite[1], Andréia Feldaus Velazquez[1], Gabriela da Silva Pessoa[1], Luiza Maria Gama Gonzalez[1], Carla Elias de Moura[2], Lissia Pinheiro Shataloff[3], Anderson Miranda Rodrigues[4]

[1]Acadêmicas do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2]Psicóloga e Mestre em Ensino pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3]Mestre em Psicologia Social, docente e coordenadora do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[4] Psicólogo, Especialista em Transtorno do Espectro Autista, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

INTRODUÇÃO

Segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei 8.069 de 1990, a adolescência é o período do desenvolvimento humano que corresponde dos 12 aos 18 anos de idade, e a maturidade reprodutiva é um marco desse processo, também conhecido como puberdade (LIMA *et al.*, 2018). Durante a adolescência são estabelecidos e desenvolvidos comportamentos que provavelmente irão se repetir ao longo da vida do indivíduo, inclusive, os padrões de comportamento pertencentes à área da sexualidade. Nessa etapa de intensas transformações biopsicossociais costuma-se ocorrer a iniciação da vida sexual e muitas vezes, esse processo acontece sem a orientação de uma pessoa responsável que possibilite ao adolescente, uma tomada de decisão consciente considerando desejo, prazer, prevenção contra Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST's), além de uma possível gravidez indesejada (CEDARO *et al*., 2012).

No ano de 2012 foi realizada uma pesquisa com alunos da rede estadual matriculados no ensino médio na cidade de Cuiabá, estado do Mato Grosso, Brasil. A pesquisa foi elaborada com o intuito de identificar mitos e tabus acerca da sexualidade segundo a percepção dos alunos. De acordo com Martins *et al*. (2012, p.25)

> Os adolescentes acreditam que bebida alcoólica e drogas aumentam o desejo

> sexual; não relacionam a possibilidade de gravidez com a prática de sexo interfemural sem proteção; acreditam que não há riscos de gravidez durante o período menstrual; os sem experiência sexual não souberam assinalar o que influencia no prazer da relação sexual; entre os sexualmente ativos houve a presença de respostas como “quanto maior o pênis do garoto maior o prazer das meninas” e “o menino sempre terá mais prazer do que a menina”; para acontecer a relação sexual é preciso amar o parceiro (para as meninas) e apenas sentir atração (para os meninos); para os meninos há preferência em se casar com alguém virgem.

Em meados de 2005 foi desenvolvida uma oficina com adolescentes matriculados no ensino público da cidade de Londrina, estado do Paraná, Brasil. A oficina abordou a temática da sexualidade e, a partir dela, foi avaliado o grau de conhecimento dos discentes acerca do tema antes e após terem participado das oficinas. Segundo a pesquisa, após a participação o conhecimento dos alunos foi expandido em vários aspectos relacionados à sexualidade, além de gravidez e infecções sexualmente transmissíveis. (CAMARGO; FERRARI, 2005).

A partir destes dados e pesquisas relacionadas à temática e da demanda existente relacionada à educação sexual para adolescentes dentro da instituição não governamental intitulada Guarda Mirim, no município de Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil, constatou-se a necessidade de elaborar um conteúdo educativo e elucidativo para esses jovens.

METODOLOGIA

Destaca-se a importância de proporcionar aos adolescentes espaços e/ou oficinas para orientações e discussões sobre a temática sexualidade, assim sendo, foi proposta uma oficina onde os participantes tiraram dúvidas acerca do assunto, como também, receberam orientações de prevenção para os possíveis riscos existentes de uma vida sexual ativa e auxílio na quebra de tabus, contribuindo assim, para a saúde sexual destes futuros adultos. Buscou-se com esse trabalho oferecer para o grupo de adolescentes envolvido: instrução; conhecimento e aumento de repertório sobre a temática da sexualidade voltada ao preparo para vida adulta; abordar questões pertinentes relacionadas a sexualidade e a vivência dos adolescentes; levantar discussões sobre quebras de tabus; além de discutir a temática fora do padrão restritamente heteronormativo e relacioná-la aos aspectos voltados à saúde.

O presente projeto teve como intuito ser aplicado no formato de discussão on-line via plataforma que disponibiliza chamadas de vídeo, tendo como participantes em média 25 adolescentes dentro da faixa etária de 14 a 17 anos da instituição não governamental intitulada Guarda Mirim, na cidade de Foz do Iguaçu, Paraná.

Os materiais utilizados foram computadores, a plataforma de vídeo denominado *Meet* da *Google* como forma de conexão com os adolescentes, além de recursos gráficos como

vídeos, imagens ilustrativas e questionários on-line para obter possíveis resultados da aplicação.

A aplicação teve início no dia 1 de abril de 2021 e terminou no dia 13 de maio de 2021. A oficina foi desenvolvida ao longo de 7 encontros com cerca de 1 hora cada, por meio da plataforma *Meet* da *Google*. Cada encontro abordou assuntos específicos acerca da sexualidade e da vivência adolescente, sendo eles: autoconhecimento e respeito; o corpo humano e a sexualidade, o universo LGBTQIA+, concepção humana, métodos contraceptivos e infecções sexualmente transmissíveis.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das informações levantadas nos questionários aplicados foi possível observar que 87% dos participantes afirmaram que assuntos acerca da sexualidade são pouco abordados no ambiente familiar. Os locais onde mais aprenderam sobre o assunto foram com os amigos, na internet e na escola.

Quanto ao nível de conhecimento sobre sexualidade, a gritante maioria, aproximadamente 98% dos participantes afirmaram terem conhecimentos no mínimo satisfatórios sobre o assunto, porém, os resultados revelaram grandes dificuldades quanto à prevenção de ISTs, período fértil e métodos contraceptivos.

Durante os encontros, os alunos se mostraram interessados, interativos durante as reuniões, tirando dúvidas e compartilhando vivências. Em seus *feedbacks* finais se mostraram satisfeitos com a oficina que participaram.

Costa, *et al.* (2001, p. 223) afirma que a sexualidade e a educação afetivo-sexual são questões imprescindíveis a serem enfrentadas e discutidas por toda a sociedade, tendo em vista que os meios de comunicação utilizam as questões da sexualidade de forma banalizada, sem contribuir para que o adolescente reflita e possa estabelecer critérios de causa e efeito na forma de encarar e se comportar frente ao exercício da sexualidade. Na família, a maioria dos diálogos sobre sexualidade são voltados às advertências contra possíveis infecções sexualmente transmissíveis e higiene no período menstrual. A maioria dos pais não reconhece que os filhos necessitam de orientação objetiva e clara, para que estabeleçam critérios de causa e efeito frente aos seus atos.

Os adolescentes, por não estarem informados ou subsidiados pelas informações de adultos esclarecidos e com aporte de conhecimento confiável e satisfatório, aprendem e disseminam informações inadequadas, além preconceitos que, somados ao comportamento onipotente característico da adolescência, contribuem para que as experiências sexuais possam condicionar riscos. (COSTA, *ET AL.*, 2001)

É fundamental considerar que tanto a família quanto a escola, como também os profissionais de saúde podem contribuir para que adolescentes vivenciem a sexualidade e

suas relações afetivas de forma satisfatória e sem riscos, vinculada ao respeito mútuo e sem discriminação de gênero.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Comparando os resultados obtidos por meio de um questionário enviado aos participantes no início e ao final dos encontros, conclui-se que a troca e envolvimento nas oficinas tiveram relevância e aprendizado, agregando aos adolescentes maior aporte de conhecimento sobre a temática, além de proporcionar maior repertório sobre qualidade e bem-estar relacionados a sexualidade que poderão ser utilizados no decorrer da vida. Foram abordadas as questões de sexualidade e quebrados alguns tabus sobre e os adolescentes demonstraram interesse e engajamento no processo de aprendizado, portanto, conclui-se que o objetivo principal do projeto foi alcançado.

REFERÊNCIAS

CAMARGO, Elisana Ágatha Iakmiu; FERRARI, Rosângela Aparecida Pimenta. **Adolescentes: conhecimentos sobre sexualidade antes e após a participação em oficinas de prevenção.** Ciência e saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 937-946, 4 maio 2009. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v14n3/30.pdf. Acesso em: 14 mar. 2021.

CEDARO, José Luciano *et al*. **Adolescência e sexualidade: um estudo exploratório em uma escola de Porto Velho – Ro.** Psicologia: ciência e profissão, Brasília, v. 32, n. 2, p. 320-339, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932012000200005&script=sci_arttext&tlng=p. Acesso em: 28 fev. 2021.

COSTA, Maria Conceição O. *et al*. Sexualidade na adolescência: desenvolvimento, vivência e propostas de intervenção. **Jornal de Pediatria**, v. 77, n. 2, p. 217-224, 2001. Disponível em: http://www.jped.com.br/conteudo/01-77-s217/port.pdf

LIMA, Caroline Costa Nunes *et al*. Desenvolvimento humano: infância, adolescência e vida adulta. *In*: **Desenvolvimento infantil**. Porto Alegre: [*s. n.*], 2018. p. 27-37. Disponível em: https://sagahcm.sagah.com.br/sagahcm/sagah_ua_dinamica/9436111#leia. Acesso em: 28 fev. 2021.

MARTINS, Christine Baccarat de Godoy *et al*. **Sexualidade na adolescência: mitos e tabus.** Ciencia y enfermeria, Chile, v. 18, n. 3, p. 25-37, 2012. Disponível em: https://www.redalyc.org/pdf/3704/370441811004.pdf. Acesso em: 28 fev. 2021.

PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA CASA CIVIL. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 28 fev. 2021.

O AUTOCUIDADO COMO FERRAMENTA NO COMBATE DA SOBRECARGA CAUSADA PELA MÚLTIPLA JORNADA DE TRABALHO FEMININO

Ana Flávia Cottet[1], Fabiana Maria Tramontin[1], Raila Loeblein[1], Sheila de Souza Schornen[1], Suellen Kuhn[1], Lucas Renato Rampim Latrônico[2]

[1] Graduandas do curso de Psicologia pelo Centro Universitário Uniamérica.

[2] Psicólogo e professor orientador do projeto. E-mail: lucas.latronico@uniamerica.br

INTRODUÇÃO

As mulheres ao longo de um processo histórico conseguiram muitas conquistas após batalharem e protestarem por seus direitos. Dentre essas conquistas podemos destacar o direito ao estudo e ao trabalho. As mulheres possuem um grande destaque no mercado de trabalho. Segundo Neves (2013) em sua pesquisa sobre a sobrecarga feminina, trazem dados apontados pela Organização Internacional do Trabalho (2011) onde apontam que apesar de tais conquistas importantes, as mulheres ainda enfrentam dificuldades relacionadas ao gênero. Dentre essas dificuldades, está a desigualdade salarial de gênero, onde mulheres recebem um salário desigual em comparação aos homens mesmo executando a mesma função, além de outras dificuldades encontradas pelas mulheres. Ainda sobre esses mesmos dados, apesar do incontestável avanço das mulheres no mercado de trabalho, principalmente devido à maior escolarização delas, a permanência das desigualdades é visível “na medida em que ainda existe um forte contingente feminino concentrado no trabalho doméstico, caracterizado por situações de precariedade, baixa proteção social, condições inadequadas de trabalho, baixos salários e informalidade” (NEVES, 2013, COSTA, 2018). Essa problemática está relacionada à divisão desigual do trabalho, onde a maioria das mulheres, mesmo com seus empregos, precisam continuar executando trabalhos domésticos, o que não ocorre com os homens que se dedicam exclusivamente aos seus empregos. Além disso a renda salarial das mulheres é vista como um complemento à renda dos homens.

Ávila e Portes (2012) corroboram que o tempo “livre” também é destinado ao cumprimento de uma série de ocupações dedicadas ao trabalho doméstico ou escolar. Estes autores afirmam que o planejamento e o uso racional do tempo é uma das mais importantes estratégias de conciliação entre as diferentes jornadas de trabalhos levadas pelas mulheres.

Considerando essa problemática da sobrecarga das mulheres devido às suas múltiplas jornadas de trabalho, foi que se construiu a ideia da elaboração de um projeto que auxilie as mulheres no autocuidado com a saúde física e mental, e a partir disso buscou-se responder a seguinte questão norteadora: como o autocuidado pode servir de ferramenta no combate a sobrecarga ocasionada pelas múltiplas jornadas femininas?

A partir disso, o principal objetivo foi promover o autocuidado como ferramenta contra a sobrecarga das jornadas múltiplas de trabalho, e em adição promover o autoconhecimento, fortalecer o vínculo entre as participantes e instrumentalizá-las com ferramentas e estratégias de autocuidado.

METODOLOGIA

O projeto se desenvolveu através de cinco encontros virtuais pela plataforma *Google Meet* ® com participação de onze advogadas que residem na cidade de Foz do Iguaçu - PR. Os encontros tinham uma estrutura para todos eles, onde primeiramente as facilitadoras começavam fazendo atualização da semana com as participantes como uma forma de "quebrar o gelo" e promover interação entre elas. Depois era perguntado o que cada uma tinha de conhecimento sobre o tema a ser discutido. Então a psicoeducação sobre o tema do encontro era feito, trazendo sempre uma atividade que possibilitasse a compreensão das participantes e fixação. Dicas eram apresentadas no final de como poderiam aprimorar o tema relacionado ao autocuidado e um feedback final do encontro. Os temas abordados foram autocuidado e autoconhecimento, autocuidado e as emoções, manejo do estresse e ansiedade, autocuidado e autoestima, inserção do autocuidado na produtividade.

Como forma de avaliação foi criado pelas próprias facilitadoras pela plataforma *Google Forms* ®, um questionário sobre autocuidado, com perguntas abertas e fechadas. O mesmo foi aplicado no primeiro e último encontro, com o objetivo de levantamento de dados acerca do desenvolvimento desta habilidade no decorrer do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

O questionário aplicado no início e no final das intervenções tem como forma de avaliação uma escala do tipo likert de 5 pontos, na qual 1 é discordo totalmente e 5 concordo totalmente. Na Tabela 1 estão apresentadas as médias iniciais e finais com relação a cada pergunta:

Perguntas realizadas	Média antes	Média depois
1) Quando sinto alguma dor ou mal estar físico, busco formas de solucionar o problema	4,5	4,2
2) Busco ter alimentações saudáveis durante a semana com certa regularidade	2,7	4,1
3) Busco fazer atividades físicas com frequência	2,2	3,1
4) Frequentemente me sinto descansada após uma noite de sono	1,5	3

5) Faço uso de medicamentos sem acompanhamento adequado	1,7	1,4
6) Busco reservar um tempo de minha rotina para cuidar de mim	2,2	4
7) Quando necessário, reservo um tempo para fazer atividades que gosto sozinha	3	4,2
8) Com frequência tiro um tempo para cuidar de mim mesma e aproveitar a minha própria companhia	2	3,8
9)Tenho facilidade em fazer novas amizades	3,1	3,7
10) Tenho facilidade em pedir ajuda quando necessário	2,2	3,1
11) Ao longo da vida, criei vínculos com pessoas que posso contar	3,4	4,5
12) Frequentemente tomo providências para manter minha segurança e de minha família	4,7	4,7
13) Sou atuante na minha crença ou religião	3,2	2,2
14) Procuro alternativas para lidar com a sobrecarga causada pelas múltiplas tarefas	2,4	3,2
15) Já procurei realizar acompanhamento com um psicólogo em algum momento da vida	1,7	4

Tabela 1 - Resultados do questionário

Dentro os dados quantitativos apresentados na Tabela 1, as questões 2, 3 e 4, relacionadas à saúde física das participantes tiveram um aumento significativo das médias durante o período de aplicação do projeto. Isso pode estar relacionado aos encontros de autoconhecimento e o incentivo de inserirem atividades de autocuidado em suas rotinas, o aumento de média que ocorreu nas questões 6, 7 e 8, relacionadas ao tempo reservado em suas rotinas para atividades prazerosas, reforçam esse argumento.

Outro ponto de destaque apresentado, foi o aumento de média que ocorreu na questão 11, devido ao curto período de aplicação do projeto, o que pode ter ocorrido foi uma mudança de perspectiva dessa área na vida das participantes e/ou uma procura mais ativa por meios que aliviam a sobrecarga sofrida pelas mesmas. Isso pode ser reforçado pelo aumento nas médias das questões 14 e 15, demonstrando que ocorreu aumento da procura por alternativas, entre elas, a procura por acompanhamento psicológico na questão 15.

Entre as demais questões, a questão 9, 10 e 12 apresentaram melhora ou se mantiveram estáveis, o que demonstra potenciais pontos a serem trabalhados durante o projeto de extensão. Enquanto as questões 1, 5 e 13 apresentaram decaimento o que pode sugerir uma mudança de perspectivas das participantes sobre o tema, esses pontos podem

ser retomados e reavaliados em projetos futuros, podendo originar temas para encontros.

Além dos resultados obtidos através da aplicação do formulário, algumas falas, comentários e mensagens nos apresentam um resultado qualitativo muito importante a validade do projeto, como por exemplo:

"O projeto me ajudou a cuidar de mim mesma e prestar atenção nos meus sentimentos"

"O dia a dia não nos permitia pensar em nós. O projeto me fez parar para refletir no que posso melhorar para o meu bem estar, pessoal, emocional, físico."

"O projeto tem me feito refletir sobre o meu autocuidado. As conversas me ajudam a verificar que não estou sozinha nesta jornada e que é normal eu não me sentir alegre todos os dias. "

Trabalhar o tema autocuidado através de grupos, e com psicoeducação, onde a possibilidade de troca de experiências é possível demonstrou ser uma forma eficiente do engajamento para praticar o autocuidado, isso porque uma psicoeducação e reflexão prévias sobre os temas eram proporcionados aos participantes. Em um estudo de Oliveira e colaboradores (2018) em que oficinas de autocuidado em grupo foram realizadas, os autores observaram que as atividades propostas para o autocuidado era melhor desenvolvidas, quando partiam de uma troca de informações prévias, fazendo com que melhorassem a percepção sobre o próprio autocuidado, implicando na mudança do estilo de vida das participantes (OLIVEIRA, et al, 2018)

O engajamento das participantes para o projeto, teve forte contribuição de uma participação colaborativa e que estimulava o protagonismo das mesmas, onde as facilitadoras buscaram fazer ligação do tema autocuidado com demandas solicitadas pelas próprias participantes. Isso possibilitou uma participação ativa das participantes durante os encontros e nas práticas de autocuidado que relataram realizar durante a semana. Essa troca colaborativa entre participantes e facilitadoras, é vista como um fator importante para a mudança das participantes, em um estudo realizado por De Sá e colaboradores (2017) onde um projeto para trabalhar estratégias de autocuidado em saúde mental com um grupo de mulheres, onde foi possível observar que a escolha dos temas pelas próprias participantes, para serem trabalhados, possibilitou a sensibilização das mesmas para participar de forma positiva no cuidado com a saúde mental (DE SÁ, et al, 2017)

Com relação aos relatos que as participantes traziam que ao tentar realizar uma atividade para si mesmas, se sentiam culpadas e sentiam que passavam mais tempo fazendo algo para outras pessoas do que para si mesmas, foi apontado como problemática nos estudos de Coelho (2002) que falava sobre as múltiplas jornadas de trabalho, em que as mulheres acabam usando o tempo livre não para cuidar de si, mas para dedicar ainda mais o tempo para o cuidado com os filhos e da casa, foi possível observar essa realidade nas falas

das participantes.

Nota-se que os pontos de destaque da tabela foram referentes a atenção das mesmas na importância em manter um tempo produtivo de autocuidado durante a rotina, também a percepção do quanto é importante a atuação do psicólogo diante desses momentos, quanto a qualidade de vida segundo os resultados apresentados houve melhora significativa na qualidade do sono das mesmas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nota-se segundo os resultados obtidos que as participantes compreenderam o principal intuito do projeto que é a importância do autocuidado, e buscaram entender sobre suas emoções e aprender a lidar com elas de maneiras mais assertivas, principalmente diante do contexto atual de pandemia onde questões de ansiedade e estresse se intensificam.

Diante dos resultados e feedbacks obtidos percebe-se que o projeto teve um impacto positivo sobre as participantes, não apenas no desenvolvimento do autocuidado, mas também sobre a autoestima, motivação e manejo das emoções.

REFERÊNCIAS

COSTA, Fabiana A. **Mulher, trabalho e família:** os impactos do trabalho na subjetividade da mulher em suas relações familiares. *Pont. Univ. Católica de Minas Gerais,* 2018.

COELHO, Taysa S. **A condição feminina:** dupla jornada de trabalho. III simpósio de assistentes sociais, 2002.

DE SÁ, B. A.; RAMOS, D.C.P.; SANTOS, D.S. **Alternativas e estratégias de autocuidado em saúde mental: relato de experiência de um projeto de extensão.** Rev., de Pesquisa Interdisciplinar, Cajazeiras, n. 2, p. 660-671, 2017.

OLIVEIRA, F.A.; et al. **Atividades de educação em saúde realizadas com grupo de idosas para promoção do autocuidado em saúde.** Rev, Eletr. de Extensão, ISSN, Florianópolis, v. 15, n. 28, p. 137-150, 2018.

SANTOS, Taysa S. **A condição feminina:** dupla jornada de trabalho. III simpósio de assistentes sociais.

O CORPO COMO ATESTADO DE COMPETÊNCIA: A CONSTRUÇÃO DO IDEAL DE BELEZA CORPORAL E A PRESSÃO ESTÉTICA EM ACADÊMICAS DOS CURSOS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA

Fernanda Della Libera[1], Patrícia de Souza Pinheiro[1],Sabrina Meneghim Koxne[1], Michelle Luiza de Rosso[1], Bruna Aguiar[2].

1. INTRODUÇÃO

Os padrões estéticos são culturalmente impostos pelas sociedades e tem como principal alvo os corpos e mentes femininas (WOLF, 2019). Considerando a relevância deste tema, este projeto aborda a dominação de mulheres, especificamente com um grupo de acadêmicas dos cursos de Nutrição e Educação Física, através dos padrões inatingíveis determinados pela indústria da beleza que se associam diretamente à escolha profissional das participantes.

Beauvoir (1949) aponta em seus estudos que os distúrbios referentes à autoimagem e a pressão estética em mulheres são alguns dos mecanismos de controle edificados pela sociedade capitalista vigente. De acordo com Rocha et al. (2019) esse instrumento de manipulação é amparado pelos meios de comunicação e mídias sociais, mais notórios pelo uso da publicidade.

De acordo com Wolf (2019) o mito da beleza faz parte de um contexto onde a mulher é posta como produto, levada a performar um ideal de feminilidade compulsória, manipulada a consumir tudo que é propositalmente e articuladamente disposto a ela através de um sistema de controle capitalista machista.

[1]Acadêmicas do curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2]Professora orientadora do presente projeto e do curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: bruna.aguiar@descomplica.com.br

Uma pesquisa realizada por Castro (2016), com acadêmicos dos cursos de graduação em Nutrição e Educação Física, aborda o desprezo à gordura corporal e o culto ao corpo magro marcantes nas sociedades do Ocidente. O estudo constata que acadêmicos dessas áreas frequentemente associam a magreza ao sucesso e autodomínio, contrapondo a gordura e obesidade, percebidas como fracasso físico e moral.

Castro (2016) constatou que para os acadêmicos das áreas de Nutrição e Educação Física, o corpo magro é importante, e muitas vezes determinante, para se obter prestígio profissional, já que o corpo seria um modelo de promoção do próprio marketing, sustentando o discurso de que para a atuação clínica, principalmente, é necessário ser magra para que haja credibilidade e demonstração de competência.

Um estudo realizado por Schons (2010) constatou que o contato direto de nutricionistas com pessoas que almejam a perda de peso corporal, onde o "modelo" saudável está ligado a padrões estéticos de magreza, tem impacto na percepção de sucesso profissional destas mulheres, que a relacionam com a própria imagem corporal, e as tornam mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares.

Diante deste contexto, onde o corpo perpassa a imagem, tornando-se um potente fator de afetação da subjetividade feminina e carreira profissional, as autoras Mônica Cristine Fort, Ivania Skura e Cristina Brisolara (2016), exploram a ligação entre identidade, imagem corporal e aceitação, chamando a atenção para problemas na saúde mental como ansiedade e depressão.

Este projeto tem como intuito promover reflexões críticas sobre como as representações sociais do corpo magro e musculoso estão fortemente vinculadas ao conceito de sucesso profissional nas áreas de Nutrição e Educação Física, como essas questões refletem na relação e simbolismo do próprio corpo e do corpo de outras mulheres. Oportunizando o debate acerca da influência das mídias na padronização da beleza, da centralidade do corpo feminino como mecanismo de controle e em que instância a formação e atuação destes profissionais corrobora na perpetuação destes padrões socialmente estruturados.

MÉTODO

O projeto foi realizado de forma online, através da plataforma digital *Jitsi Meet*®. O *Jitsi Meet*® é uma ferramenta de cunho corporativo que foi pensada e desenvolvida especificamente para a realização de reuniões em vídeo a distância.

O público-alvo desse projeto foi composto por 10 acadêmicas, de 17 a 23 anos, dos cursos de Nutrição e Educação Física de uma instituição particular de ensino superior de

Foz do Iguaçu, Paraná. O critério de inclusão do público alvo deu-se por estes cursos estarem diretamente associados à imagem do corpo, hábitos alimentares e exercícios físicos, onde o modelo saudável frequentemente está associado a padrões estéticos de magreza, através de um formulário do *Google Forms*, foram levantadas questões sobre o tema com percepções das acadêmicas que demonstraram interesse em participar dos encontros preenchendo alguns dados pessoais.

Para a realização deste projeto, foram utilizados como ferramentas o *Jitsi Meet*® para a transmissão dos encontros, o *Mentimeter*® para dar início para a discussão sobre ostemas, *Youtube*® e *Instagram*® para a transmissão de vídeos, *WhatsApp*® para manter a comunicação com as participantes durante o projeto, *Pacote Office*® para fazer a lista de presença das integrantes durante os encontros e o formulário de feedback.

Foram realizados quatro encontros online, nas sextas-feiras, através da plataforma, das dezenove às vinte e uma horas. Com os temas: A pressão da imagem corporal nos cursos de nutrição e educação física; Corpo magro, musculoso e gordofobia; Pressão das mídias; e autopercepção.

O primeiro encontro teve como objetivo conhecer as participantes, fazer uma apresentação do projeto e dar início ao tema “A pressão da imagem corporal nos cursos de Nutrição e Educação Física”. No segundo encontro foi proposto a reflexão e discussão no que se refere ao “Corpo magro, musculoso e gordofobia”.

Para o terceiro encontro, foi abordado o tema “pressão das mídias”. No quarto e último encontro, foi abordado o tema “autopercepção”, com o intuito de propiciar um olhar voltado para questões que vão além da estética, finalizado com o envio de um formulário de feedback sobre o projeto para que as participantes respondessem. Todos os encontros foram estruturados a partir de roda de conversa para a troca de experiência entre todas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através da divulgação do formulação criado na plataforma *Google Forms*, obteve-se a resposta de 7 acadêmicas, sendo 9 do curso de nutrição e 1 do curso de educação física. Importante ressaltar a baixa adesão das acadêmicas de educação física, onde apenas uma demonstrou interesse em participar, porém não compareceu em nenhum encontro.

Após a aplicação da intervenção proposta, foi possível observar, através dos relatos das participantes durante os encontros, que existe uma pressão dentro do curso de Nutrição para que essas acadêmicas mantenham uma alimentação saudável e um corpo magro, o que está relacionado com a imagem profissional que elas se sentem sujeitadas a transmitir. Além da pressão interna do próprio curso, as participantes relataram que seus familiares e

amigos reproduzem comentários que impõem esse padrão. Isso pode ser observado nos relatos a seguir, que dizem: "*às vezes, quando saio com meus amigos e eles me veem comendo Burguer King, eles falam 'nossa, uma nutri comendo porcaria?'"* - participante D; *"é muito interessante ver que as pessoas do curso passam pela mesma coisa que eu, sinto muito essa pressão das pessoas perto de mim, que pra ser nutricionista eu preciso ser magra, mas eu não sabia o tamanho disso, tudo que tem por traz dessa pressão pra ser magra que a gente não entende"* - participante B.

Em uma pesquisa realizada por Castro e et. al. (2016), é possível perceber a influência dessas questões relacionadas à imagem corporal na construção da autoimagem, do estigma relacionado ao peso e do sentimento de não-pertencimento em relação à profissão. No estudo realizado pelo autor, alunas de Nutrição relataram que é necessário ser magra para passar confiança para o cliente e, com isso, percebe-se que o corpo magro é extremamente pertinente para o que é considerado sucesso profissional, visto como fonte de credibilidade e prestígio. Somando-se a isso, em um estudo realizado por Schons (2010) é constatado que a própria formação em Nutrição influencia no comportamento alimentar dessas acadêmicas e profissionais, devido à pressão dos clientes e delas mesmas diante da idealização corporal da sociedade.

Ao final da intervenção, observou-se, através dos relatos das acadêmicas, que o projeto foi proveitoso pois promoveu reflexões positivas para a experiência delas em relação à sua profissão. *"Fez eu me conhecer mais e abrir mais a mente para a minha profissão"* - participante A; *"pretendo continuar estudando sobre isso para enriquecer mais meu conhecimento sobre esse assunto"* - participante I; *"Nós precisamos cada vez mais conversar com as mulheres sobre esse assunto, trazendo a conscientização sobre como a pressão estética pode desenvolver transtornos alimentares e psicológicos muito sérios, vistoque a saúde é a questão mais importante para uma vida plena para os nossos pacientes"* - participante D; *"mais mulheres tinham que ter participado do que a gente participou"* - participante B; *"Aprendi mais ainda a olhar as mulheres com outros olhos, a dar mais importância, até porque pessoas da mesma turma que eu passava pelas mesma coisa e nunca havíamos conversado sobre isso. Agora, busco aplicar mais isso no meu dia a dia, conversar, ouvir, trocar experiências"* - participante H.

Castro e et.al. (2016) aponta que a desaprovação pelo corpo gordo pelos nutricionistas acarreta sofrimento no trabalho e nas relações sociais, além de representar uma decadência da contemporaneidade. Por isso, o autor ressalta a importância de trabalhar os simbolismos do corpo, assim como os ideais e a padronização da beleza.

Tendo em vista os relatos obtidos, nota-se o sofrimento e frustração destas acadêmicas para corresponder a uma imagem corporal dita como ideal, deste modo, percebe-se a relevância do projeto desenvolvido e da temática trabalhada com esse público,

visto que é uma demanda latente na sociedade atual e no contexto dessas mulheres. Destaca-se então a importância de mais projetos que possibilitem a reflexão e conscientização acerca do assunto, auxiliando no autoconhecimento e contribuindo na formação dessas estudantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto teve como intuito promover reflexões críticas em relação ao impacto da pressão estética feminina atrelada à competência profissional em estudantes de nutrição e educação física, onde obteve-se dados significativos sobre as temáticas trabalhadas.

No que se refere a limitações, houve apenas a inscrição de uma acadêmica do curso de educação física, a mesma não participou dos encontros. Em contrapartida, houve participação ativa nos encontros da maior parte das acadêmicas de nutrição, que contribuíram com o engajamento e aprendizado. Por fim, destaca-se o curto período de tempo disposto para a realização do projeto como um fator de impacto nos dados obtidos através das 4 intervenções.

Entretanto, apesar das limitações enfrentadas, obteve-se dados significativos através dos relatos das participantes, com reflexões sobre os temas, impactos pessoais e como os conceitos abordados estão atrelados à prática profissional em nutrição. Ademais, salienta-se a importância de um trabalho em prol da promoção de discussões sobre a pressão estética e os padrões de beleza existentes com mulheres que têm suas profissões ligadas à imagem corporal para uma ressignificação da imagem social atribuída ao corpo feminino.

REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo.** V 1. Fatos e mitos. Trad. de Sérgio Milliet. Título do original: “Le deuxième sexe”. São Paulo: Círculo do Livro, 1949.

CASTRO, Juliana Brandão Pinto et al. Alimentação, corpo e subjetividades na educação física e na nutrição: o ranço da adiposidade e a ascensão dos músculos. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 11, n. 3, p. 803-824, 2016.

FORT, Mônica Cristine; SKURA, Ivania; BRISOLARA, Cristina Brahm Cassel. Corpos jovens e magros: imposições midiáticas, pressões sociais, angústias pessoais. In: **CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO**. 2016. p. 01-15.

ROCHA, Ana Beatriz Pereira; SANTOS, Michelly; MAUX, Suelly. **Indústria da beleza como vetor da pressão estética**: A influência das novas mídias na imposição de padrões. Universidade Federal da Paraíba - João Pessoa. 2019.

SCHONS, Lucineia. Estudo sobre o comportamento alimentar de nutricionistas de Foz do Iguaçu (PR) e região com enfoque em transtornos alimentares. **Seminário Científico de Nutrição**. Foz do Iguaçu, 2010.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza:** como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2019.

O DESENVOLVIMENTO DO APEGO E DESAPEGO SAUDÁVEL NO CONTEXTO DO PROJETO FAMÍLIA ACOLHEDORA EM FOZ DO IGUAÇU

João Gustavo Sugamosto de Paula[1]; Renato Obikawa Kyosen[1] ; Jaqueline Mendes[1] ; Mohamad Kaled El Tassa[1] ; Josiane dos Santos Martins[2] ; Maria Graça de Souza[3]

INTRODUÇÃO

Dentre as diversas ONGs atuantes na região de Foz do Iguaçu, destaca-se o trabalho desenvolvido pela AFA - Associação Fraternidade Aliança. A AFA é uma entidade civil sem fins lucrativos, fundada em 1991 pelo Padre Arturo Paoli, e mantida por doações da comunidade e parcerias com o Poder Público para o desenvolvimento de projetos específicos.

Essa instituição desenvolve diversos programas sociais relacionados à saúde, à educação e à cultura, sobretudo, para pessoas em situação de vulnerabilidade e famílias carentes. Principalmente por meio de convênios assinados com o Poder Público, são ofertados serviços diversos, chamados programas, relacionados ao acolhimento de pessoas em situação de vulnerabilidade ou de dependência química, assim como ações de caráter educativo, com intuito profissionalizante ou cultural.

Em relação aos serviços de acolhimento familiar de crianças e jovens privados, por decisão da Justiça, do convívio com a sua família de origem, o programa de “Família Acolhedora”, em vigência desde 2013, tem demonstrado eficácia no auxílio àqueles que são retirados do seu devido convívio familiar, e proporcionado meios para um desenvolvimento saudável de crianças, muitas vezes, negligenciadas (KUABARA, 2016)

Ainda, uma vez que esse acolhimento é temporário, com prazo legal máximo de 18 meses, foram vários os casos bem-sucedidos de reinserção dos acolhidos às suas respectivas famílias de origem, ou ainda, de encaminhamento para adoção.

Assim, o presente projeto integrador teve o intuito de, por meio da compreensão do

[1] Acadêmico do Curso de Pedagogia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mentora. Psicóloga da Associação Fraternidade Aliança – AFA.

[3] Professora orientadora. Psicóloga. Mestre em Saúde Pública em Região de Fronteira. Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: gracasouza@descomplica.com.br

contexto vivenciado pelos participantes do programa “Família Acolhedora”, analisar e propor instrumentos para auxiliar o manejo referente ao acolhimento das crianças, sobretudo, no que se refere à questão do apego e desapego em relação aos acolhidos, tão necessários para que os propósitos do programa de acolhimento familiar sejam alcançados (BUSSINGER, 2014).

Desse modo, entende-se que o processo de formação do apego e desapego saudável entre as famílias voluntárias e as crianças atendidas pelo programa “Família Acolhedora” pode ser aprimorado (AMARAL COSTA, 2009), possibilitando, assim, a formação de vínculos afetivos norteados pela serenidade.

MATERIAL E METODOLOGIA

.

Considerando que a desinstitucionalização e ações relacionadas ao acolhimento familiar, nos últimos anos, têm sido objeto de vários estudos e publicações relacionadas a diferentes áreas do saber (SHONKOFF, *et al,* 2012), a fundamentação teórica deste projeto foi interdisciplinar (ROSSETTI-FERREIRA, *et al*, 2012).

No que se refere às intervenções psicossociais planejadas, foram realizados 4 encontros mensais, na sala de reuniões da sede da AFA, com as famílias que estão cadastradas no programa Família Acolhedora. As atividades foram realizadas no período noturno, às 19:00 horas, cada encontro com a duração de 1 hora e 30 minutos.

O primeiro encontro foi realizado no dia 13 de setembro, e o último foi feito em 06 de dezembro do corrente ano. As atividades e dinâmicas foram promovidas em um formato de roda de conversa, e os temas abordados versaram sobre a formação de vínculo afetivo, sua manutenção e ruptura. No entanto, o tópico mais relevante trabalhado nos encontros foi aquele referente ao apego e desapego no contexto do acolhimento familiar.

Em cada encontro, um integrante do grupo deste projeto foi o encarregado de ser o facilitador das dinâmicas aplicadas. Apesar de o modelo das intervenções ser aquele baseado em rodas de conversa, em cada encontro, diferentes dinâmicas foram propostas.

Para o primeiro encontro, em roda de conversa, após um breve resumo dos propósitos deste trabalho, os participantes do programa família acolhedora compartilharam as suas experiências, expondo momentos marcantes relacionados ao acolhimento. Nessa ocasião, todos os membros do grupo atuaram como facilitadores.

No encontro seguinte, o acadêmico Renato, como facilitador, ressaltou a importância do estabelecimento de vínculos através dos primeiros contatos visuais entre o acolhido e o acolhedor (SHONKOFF, *et al,* 2012), e desenvolveu dinâmicas com esse intuito entre os presentes.

Na terceira reunião, a acadêmica Jaqueline, como facilitadora, buscou que os presentes relataram experiências relevantes no acolhimento, sobretudo, no que se refere ao primeiro contato com a criança acolhida. Muitos dos presentes compartilharam aspectos que, na percepção deles, teriam sido fundamentais para a consolidação do apego da criança com a família acolhedora.

No último encontro, o qual foi conduzido pelos acadêmicos Mohamed e João, a temática do desapego do acolhido foi trazida através relatos que partiram dos próprios integrantes das famílias acolhedoras. Nesse momento, a descrição de várias experiências consideradas exitosas demonstrou a plena possibilidade de um “desapego saudável”, tanto por parte da família acolhedora, quanto da criança acolhida frisando sempre a importância do projeto família acolhedora e do papel dos acolhedores no processo de formação de caráter das crianças e adolescentes acolhidos.

Em todos os encontros houve tempo para uma discussão aberta, sendo propiciada fala àqueles que menos se manifestaram anteriormente. As reflexões puderam ser feitas em relação a todas as falas realizadas pelo grupo, ou seja, puderam ser postas sob escrutínio os dizeres dos outros, assim como as próprias falas emitidas pelo sujeito (MOURA, 2014).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro encontro, realizado em 13/09/2021, dezesseis pessoas estavam presentes, todas representantes de famílias que estavam acolhendo crianças atualmente. Do total, apenas uma delas era do sexo masculino. Após solicitado que falassem livremente sobre as respectivas experiências no programa “Família Acolhedora”, dez pessoas compartilharam vivências marcantes com os menores acolhidos. Todos os presentes concordaram sobre a importância das intervenções psicossociais ocorridas na AFA, onde, presencialmente, fosse possível realizar trocas de experiências em relação ao acolhimento familiar.

No segundo encontro, realizado em 04/10/2021, quinze pessoas estavam presentes, e mais uma vez, todas representantes de famílias que atualmente estavam acolhendo. Do total, apenas duas delas eram do sexo masculino. Nove pessoas participaram da dinâmica que consistia em, ficando uma delas no centro da sala, estabelecer contato com os outros, através de troca de olhares com os presentes. Todos os que participaram no centro da sala relataram certo desconforto inicial. No entanto, todos eles concordaram que o olhar acolhedor e receptivo dos demais presentes, após um certo tempo, proporcionou tranquilidade no decorrer da atividade. Os participantes da dinâmica demonstraram satisfação com a intervenção e concordaram sobre a sua utilidade no estabelecimento de vínculos afetivos e de confiança com a criança acolhida.

No terceiro encontro, ocorrido em 08/11/2021, compareceram dez pessoas, três delas

homens. Todos os presentes foram unânimes em relatar que cada criança acolhida possui uma personalidade diferente, e, portanto, a postura em relação ao primeiro contato com o acolhido poderia variar um pouco. Cinco participantes alegaram que procuram manter a mesma rotina da casa, mesmo com a vinda de uma nova criança acolhida. Quatro dos presentes relataram que algumas crianças acolhidas possuem maus hábitos alimentares e de higiene, e que, por isso, necessitam adotar uma postura mais disciplinadora. Todos os presentes afirmaram adotar uma total tolerância religiosa no caso de a criança acolhida possuir uma religião distinta daquela da família acolhedora.

No último dia de intervenção, ocorrido em 06/12/2021, compareceram dez pessoas, dentre elas, apenas um homem. Contextualizou-se o aspecto do desapego em relação à criança acolhida, sobretudo, quando encerra o período de acolhimento. Perguntados sobre os sentimentos que afloram nesse momento, todos os participantes disseram que a tristeza é sempre presente. Um dos presentes alegou que o sentimento de tristeza foi suprido com a possibilidade que teve em manter contato com a criança que tinha sido previamente acolhida. Outra participante reclamou que após o período de acolhimento, são raras as possibilidades de contato com a criança que foi acolhida. Os participantes concordaram que há uma tristeza com o fim de cada acolhimento, apesar disso, todos demonstraram motivação para continuarem no programa “Família Acolhedora”.

As reuniões com as famílias acolhedoras, promovidas mensalmente pela AFA, serem exigência para a capacitação daqueles que estão inscritos no programa “Família Acolhedora”, percebeu-se que compareceram aos encontros representantes de famílias que estavam efetivamente acolhendo alguma criança.

Mesmo sendo uma reunião aberta à família, a presença feminina é predominante. Aliás, dos relatos colhidos, mesmo dos homens participantes, notou-se que o protagonismo feminino vai desde a decisão de inscrever-se no programa, às questões do dia a dia do acolhimento da criança.

Mesmo aquelas famílias com anos de experiência no programa reconheceram que são muitas as maneiras de proporcionar um apego e um desapego tranquilo e saudável, e que, intervenções psicossociais como as que foram realizadas no presente projeto proporcionaram meios para melhor aprimorar essa habilidade.

Os participantes demonstraram plena consciência de que, mesmo sendo um período máximo de 18 meses de acolhimento da criança, o momento do desacolhimento é permeado de tristeza, e em alguns momentos, de sofrimento. No entanto, a percepção dos participantes é de que a experiência do acolhimento é marcante positivamente para todos os envolvidos (KUABARA, 2016), e, em relação às crianças acolhidas, fundamental para o seu desenvolvimento.

Como produto, foi elaborada uma pequena cartilha com base nas intervenções

realizadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O programa "Família Acolhedora", como decorrência da tendência à desinstitucionalização, tem se mostrado adequado ao atendimento de crianças temporariamente retiradas do convívio familiar de origem.

Ainda, o ambiente familiar é o mais propício para o acolhimento, mesmo que efêmero, de uma pessoa em desenvolvimento e, em alguns casos, com histórico de negligência.

No entanto, o acolhimento proporcionado pelas famílias participantes demanda a presença de um apego entre os envolvidos, e, posteriormente, de um natural desapego.

Tendo em vista como uma habilidade a ser desenvolvida, percebeu-se que os processos do apego e do desapego podem ser aprimorados pelos acolhedores; e isso, se reverte em benefício do bem-estar das próprias crianças acolhidas.

REFERÊNCIAS

AMARAL COSTA, Nina Rosa, *et al*. **Acolhimento Familiar: Uma Alternativa de Proteção para Crianças e Adolescentes**. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 22, n. 1, p. 111-118, 2009.

BUSSINGER, Rebeca Valadão; LIMA Nayra Erlene. **Análise das motivações das famílias candidatas ao Programa Família Acolhedora de Vitória-ES.** Argumentum, v. 6, n. 2, p. 218-232, jul./dez.2014.

KUABARA, Claudia Yuri Souza, *et al*. **Família acolhedora: o estabelecimento de relações objetais em situação de acolhimento**. Estilos da Clínica, v. 21 n.2. São Paulo, ago. 2016.

MARIANO, Pâmela Patricia, *et al*. **Cuidando de quem não tem família: percepção de mães acolhedoras sobre esta experiência**. Psicologia USP, v. 25, n. 1, p. 21-32, São Paulo, 2014.

MOURA, Adriana Ferro; LIMA, Maria Glória. **A reinvenção da roda: a roda de conversa: Um instrumento metodológico possível**. Revista Temas em Educação, v. 23, n. 1, p. 98-106, São Paulo, jan.-jun. 2014.

ROSSETTI-FERREIRA, Maria Clotilde, *et al*. **Acolhimento de crianças e adolescentes em situações de abandono, violência e rupturas**. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 25, n. 2, Porto Alegre, 2012.

SHONKOFF, Jack P., *et al*. **The Science of Neglect: The Persistent Absence of Responsive Care Disrupts the Developing Brain**. National Scientific Council on the Developing Child: Working Paper 12, 2012. Disponível em: <http://www.developingchild.harvard.edu>. Acesso em: 01 dez. 2021.

OFICINAS PSICOLÓGICAS PARA AUXILIAR NO DESENVOLVIMENTO DE UM APLICATIVO SOBRE EMPATIA

Angela Freire Britez [1] Eduarda Borella[1]Jucyara Chiarelli Domnski[1] Maria Izabel Batista de Barros[1]Bruna de Moraes Aguiar[2] Ingrid Dayling Baez Lopez[3]

INTRODUÇÃO

O termo empatia surgiu da palavra alemã *einfünlung*, na qual significa experienciar a emoção que é projetada em uma obra artística. Porém Titchener (1909), traduz o termo do alemão para o inglês, *empathy* considerando a empatia uma imitação física do sentimento do outro nos fazendo experienciar os mesmos sentimentos, todos os dias observamos as emoções nas pessoas que nos rodeiam, nos dando a chance de agirmos de diversas maneiras diante de uma situação e algumas dessas emoções nos comovem e acabamos por experienciar aquilo que o outro está sentindo.

Os estudos sobre a empatia são amplos e explorados por vários campos da psicologia, dando ao tema uma grande pluralidade-teórica pois, a empatia é uma habilidade social multidimensional, que abrange os componentes cognitivos, afetivos e comportamentais de um indivíduo (FALCONE, 1999).

Sendo assim, Hoffman (1989) definiu a empatia sendo a capacidade de um indivíduo colocar-se no lugar do outro, gerando um conhecimento sobre esse processo em busca de uma resposta afetiva que melhor se adeque a situação do outro e para Falcone (2008) o conceito de empatia é expresso como a compreensão, de forma acurada, bem como de compartilhamento e consideração das necessidades e perspectivas de alguém, expressando esse entendimento fazendo com que a outra pessoa se sinta compreendida e validada.

Vários estudos indicam que a habilidade empática proporciona vários benefícios para oindivíduo, sendo a empatia um poderoso recurso que permite que o indivíduo equilibre os seus interesses pessoais com o dos interesses do outro, proporcionando o desenvolvimento pessoal e o aumento do entendimento sobre a perspectiva do outro, beneficiando ao próximo e assim criando esse equilíbrio.

A empatia é um assunto que possui grande relevância em meio a sociedade, trazendo inúmeros benefícios para as relações interpessoais, por isso é considerada de grande interesse pelo seu papel na vida em grupo, sendo ela considerada um dos pilares da moralidade humana (HAUSER, 2006). Tendo uma grande importância para o acadêmico e o meio que ele está inserido pela sua relevância na atualidade, trazendo grandes contribuiçõesno desenvolvimento pessoal de conhecimento e grupal.

Tendo em mente que a empatia pode ser desenvolvida nos indivíduos e considerando a sua importância para a qualidade de vida das pessoas em grupo, alunos do curso de Engenharia de *Software* do Centro Universitário União das Américas (Foz do Iguaçu, PR) decidiram desenvolver um aplicativo voltado para o público jovem e adolescente visando o incentivo de forma dinâmica e interativa sobre a empatia. Mas como desenvolver a empatia no outro sem incentivá-la em nós mesmos?

Sendo assim, buscamos através do nosso projeto, contribuir para a compreensão conceitual e o desenvolvimento da habilidade de empatia em acadêmicos do curso de Engenharia de *Software* que pretendem montar um aplicativo sobre o tema. Criando assim uma orientação sobre o tema empatia e como ela pode ser desenvolvida, contando com atividades e dinâmicas para praticar a empatia, falando sobre o fortalecimento das relações interpessoais e buscando alcançar o despertar do olhar empático com o outro para o melhor desenvolvimento das relações.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O projeto foi realizado no Centro Universitário União das América - UniAmérica em Foz do Iguaçu, tendo como público-alvo um grupo de 4 graduando do curso de Engenharia de *Software* entre 19 e 22 anos. Ocorreu em um período de quatro semanas sendo eles nos dias, 16 de abril, 23 de abril, 07 de maio e 14 de maio, das 19:00 às 21:00.
Para o desenvolvimento prático do projeto foram realizados quatro encontros, sendo eles divididos entre teóricos e práticos.

O primeiro encontro ocorreu no dia 16 de abril de forma *online* através da plataforma *Meet* que é um serviço de comunicação por vídeo, a pedido dos participantes, intitulado - Empatia, uma das maiores ferramentas da atualidade - teve como foco a parte teórica do tema, sendo utilizado de slides e vídeos, para se abordar a empatia dentro da psicologia, sua importância nas relações dentro da pós-modernidade e desmistificar a visão de senso comum sobre o tema. Dentro do encontro foram realizadas discussões, debates pontuais e entregue um caderno com o mapa da empatia para cada um, servindo de exercício diário e para anotações ao decorrer de cada encontro.

O segundo encontro ocorreu no dia 23 de abril, presencialmente assim como os dias aseguir, foi intitulado - Empatia como ferramenta para aumentar a conexão consigo mesmo e com outras pessoas - foi abordado a importância da auto-empatia e do autoconhecimento, para uma melhor relação consigo mesmo e o desenvolvimento saudável das relações interpessoais através da empatia. Foram utilizados slides, vídeos, papel e caneta também contou com atividades complementares, sendo uma de introdução do pensamento empático, criando situações em que é necessário se colocar no lugar do outro, e outra de reflexão

pessoal, fazendo um gráfico da vida com seus pontos marcantes.

O terceiro encontro ocorreu no dia 07 de maio, tendo como tema principal - Como desenvolver a aplicar a empatia em ações do dia a dia - sendo trabalho facilitadores que auxiliam no desenvolvimento da empatia para a sua aplicação no meio durante sua rotina. Sendo utilizado slides, papel, lápis e caneta. Contando com duas atividades, uma sobre dar um salto imaginativo, onde se descrevia um personagem com uma problemática e se aplicava o olhar empático nele, a segunda atividade contou com o trabalho em grupo, em que os participantes deveriam desenhar algo que os representassem como grupo, porém com alguma limitação sendo ela auditiva, visual ou motora.

O quarto e último encontro ocorreu no dia 14 de maio, como título - Fortalecendo as relações e ampliando perspectivas, se colocando no lugar do outro - esse encontro teve como foco o estabelecimento de relações empáticas, como estabelecê-las e formá-las em meio a sociedade, contou com a utilização de slides, vídeos, papel e caneta, foi feito uma atividade em que os participantes deveriam escrever sua maior dificuldade para se empatizar e outro membro daria uma solução levando em consideração todo o processo da empatia. Nesse encontro também foi realizado um momento de *feedback* onde foi ouvido a visão dos participantes com relação aos encontros e considerações finais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o encerramento dos encontros foi possível observar o desenvolvimento da compreensão conceitual do tema empatia nos graduandos de Engenharia de Software, por meio do de sua participação e proatividade durante as oficinas. Ao decorrer do projeto e dos encontros foi se tornando notório a absorção do conteúdo, a priori poderia se observar que os participantes possuíam um conhecimento de senso comum sobre o tema “não sabia que a empatia poderia ser desenvolvida” (sic), mas de forma gradual foram desenvolvendo um conhecimento mais amplo e concreto, onde já conseguiam responder as dúvidas de seus colegas e aplicá-lo nas atividades, discussões e debates apresentadas durante os encontros.

Também aos passar de cada encontro foi se observando o desenvolvimento pessoal com relação ao tema: “entendi que poderia aprender mais e mudar, posso aprender mais e entender mais sobre o próximo” (sic), assim tendo um avanço não somente na compreensão do tema para a aplicação no *software*, mas ocorrendo uma análise para desenvolvimento pessoal da empatia.

Ao final dos encontros foi possível observar a compreensão, a captação dos conteúdos e o desenvolvimento das habilidades pessoais. Com as aplicações do conteúdo apresentado durante as oficinas, através dos materiais e atividades repassado aos graduandos, foi nos apresentados a forma de abordagem que eles tiveram com relação ao desenvolvimento do

software “o aplicativo foi desenvolvido se baseando nas ideias que surgiram ao longo do que íamos aprendendo nos encontros” (sic).

Um ponto importante a ser destacado é a percepção de uma compreensão mínima, de senso comum, sobre o tema, em meio a um contexto em que se alega que a empatia se encontra em seu auge, pode se observar um conhecimento muito superficial sobre ela e seus preceitos “eu sei o que é empatia, mas não sei como eu faço para agir e falar de forma empática" (sic). Segundo Harry C. Garner (2010, p.01), “[...] embora a maioria dos alunos entendesse a definição óbvia de ‘colocar-se no lugar de outra pessoa”, poucos deles eram capazes de explicar sua aplicação específica em operações e desenvolvimento profissional” mesmo que em âmbitos diferentes, esta afirmação corrobora para a compreensão de que os indivíduos não têm conhecimento genuíno sobre empatia e como esta pode ser aplicada e desenvolvida.

Isso pode ocorrer devido à complexidade do tema, a empatia possui uma grande pluralidade-teórica, sendo um tema que pode ser de difícil compreensão em seu conceito por completo e sua aplicação correta. Com o seu grande aumento de relevância em meio a sociedade, espalhando sua definição de senso comum, levando assim muitos a conhecerem aempatia na teoria, mas não saberem fazer a sua aplicação na prática.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os encontros tiveram como foco principal contribuir para a compreensão e o desenvolvimento da habilidade de empatia, sendo esse desenvolvido ao longo dos encontros, sendo esse objetivo alcançado, concluindo isso por meio das interações e desenvolvimento dos participantes ao longo do projeto, podendo se observar a compreensão e dominação do tema para o desenvolvimento do software e pessoal.

A empatia é um objeto de estudo muito amplo, sendo assim de extremo interesse a sua exploração por novos pesquisadores, se incentiva futuros trabalhos e se sugere a importância de se limitar o tema e o nicho trabalhado por conta de sua pluralidade teórica.

REFERÊNCIAS

FALCONE, Eliane. A avaliação de um programa de treinamento da empatia com universitários. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva,** *[S. l.]*, v. 1, n.1, p. 23-32, 1999. DOI: 10.31505/rbtcc.v1i1.267. Disponível em: http://rbtcc.webhostusp.sti.usp.br/index.php/RBTCC/article/view/267. Acesso em: 22 maio 2021.

FALCONE, Eliane. Mary. Oliveira.; GIL, Debora. Barbosa. & FERREIRA, Maria. Cristina. (2007). Um estudo comparativo da freqüência de verbalização empática entre psicoterapeutas de diferentes abordagens teóricas. **Estudos de Psicologia**, 24, 451-461. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-

166X2007000400005&lng=en&nrm=iso>. Accesso em: 22 Maio 2021.

GARNER, Harry C. Empatia: Habilidade de um Verdadeiro Líder. 2010. 49 f. **Dissertação (Mestrado) - Departamento de Comando e Liderança, James Madison** *University*, Virgínia, 2010. Disponível em: https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/military-review/Archives/Portuguese/MilitaryReview_20100430_art007POR.pdf. Acesso em: 21 maio 2021.

HAUSER, Marc. (2006). *Moral minds: The nature of right and wrong*. New York: ***Harper Perennia***l. Disponivel em: https://www.researchgate.net/publication/226211593_Marc_D_Hauser_Moral_minds_How_nature_designed_our_universal_sense_of_right_and_wrong. Acesso em: 22 maio. 2021

HOFFMAN, Martin. Luttier (1989). *Empathy, role-taking, guilt and development of altruistic motives*. In N. Eisenberg, J., Roykowsky, & E. Staub, E. (Eds.), ***Social and moral values: individual and societal perspectives*** (pp. 139-152). Hillsdale: N. J. Erbaum. Diponível em: https://eric.ed.gov/?id=ED085109. Acesso em: 22 maio 2021

ONU. ONU News. Um em cada três alunos em todo o mundo foi vítima de bullying **. ONU News**, [S. l.], ano 2020, p. 1, 5 nov. 2020. Disponível em: https://news.un.org/pt/story/2020/11/1731802. Acesso em: 19 março 2021.

SAMPAIO, Leonardo Rodrigues; CAMINO, Cleonice Pereira dos Santos; ROAZZI, Antonio. **Revisão de aspectos conceituais, teóricos e metodológicos da empatia.** Psicol. cienc. prof**.**, Brasília, v. 29, n. 2, p. 212-227, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000200002&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 22 maio 2021.

OS DESAFIOS DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Camila Silva Cordeiro[1]; Jessica Orestes[1] ; Luana Gomes de Matos Teixeira[1]; Mellyssa Slompo Bispo[1]; Bruna de Moraes Aguiar[2] ;Carina Beatriz Silva[3].

[1] Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[2] Mestre em Análise do Comportamento e docente do Curso de Psciologia do Centro Universitário União das Américas - UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.

[3] Assistente Social Pós-Graduada em Políticas de Atendimento à Criança e Adolescente em Situação de Risco com ênfase em Educação e Cidadania. Mentora do Projeto Integrador.

E-mail do autor correspondente: bruna.aguiar@uniamerica.com

INTRODUÇÃO

A adolescência é uma etapa do desenvolvimento humano de grande relevância na formação da identidade do indivíduo, caracterizada pela transição entre a infância e a fase adulta (ERIKSON, 1972). É um ciclo de mudanças físicas, cognitivas e emocionais (PAPALIA; OLDS; FELDMAM, 2010), tendo seu início demarcado pelo aparecimento progressivo dos caracteres sexuais secundários, em torno dos 11 aos 12 anos de idade, e a conclusão do desenvolvimento corporal, por volta dos 18 a 20 anos (RIBEIRO, 2000), variando conforme a subjetividade do indivíduo, suas experiências e o contexto social em que está inserido.

Nesse período, a gravidez precoce é um dos acontecimentos que mais afetam e dificultam os processos de desenvolvimento esperados para determinada faixa etária, com a incidência de alterações nos aspectos emocionais, comportamentais, educacionais, bem como a presença de riscos durante o parto, atingindo, do mesmo modo, o recém nascido, tornando-se um fator de risco para o parto prematuro, nascimento com baixo peso, entre outras complicações (SILVA et al., 2011), desencadeando mudanças na autopercepção a partir da maternidade e paternidade precoces (PAULICS, 2006), além de consequências psíquicas e mudanças identitárias, a partir da necessidade da reestruturação dos papéis sociais ocupados.

O vínculo materno-infantil é fundamental para o pleno desenvolvimento emocional, cognitivo e social da criança no percurso de sua vida. Winnicott (2000), ressalta que um bebê não pode existir sozinho, pois é essencialmente parte de uma relação onde se constitui a partir

do outro biologicamente e psiquicamente, possibilitando à mãe o papel de amparar eacolher o bebê, disponibilizando o perfil de mãe suficientemente boa, onde a mãe consegue suprir as necessidades da criança realizando três funções maternas: holding, sustentação física e emocional, a mãe como auxílio em uma rotina saudável; handling que atribui ao manejo de trocar fraldas, dar banho proporcionando bem estar físico e gradualmente integrando a vida psíquica; e a apresentação do objeto, que envolve a entrega ao bebê do objeto desejado, fazendo com que ele acredite que o mundo pode conter o que ele precisa edeseja. Para que esses bebês se tornem adultos saudáveis e independentes, é veemente necessária a compreensão desses princípios básicos.

Em razão disso, concluiu-se a relevância da orientação às adolescentes gestantes com relação ao tema e suas implicações para o desenvolvimento satisfatório do bebê, que se inicia durante a concepção na tuba uterina. Sendo assim, o presente estudo propõe uma intervenção social com um grupo de adolescentes gestantes da Guarda Mirim de Foz do Iguaçu, com a abordagem direcionada aos desafios do processo gestacional e de puerpério, visando a psicoeducação das participantes, para que desenvolvam o papel social da mãe de maneira saudável.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente projeto teve como público alvo um grupo de adolescentes gestantes inseridas na instituição social Guarda Mirim de Foz do Iguaçu - PR, com início em abril de 2021, tendo amparo referencial de artigos científicos, vídeos, entre outros, para a realização de três encontros virtuais. Os encontros foram estruturados e divididos por temáticas, com objetivo de atender as necessidades das participantes conforme a demanda apresentada.

Durante a organização dos encontros, houve a participação da Assistente Social da Instituição e também mentora do Projeto, Carina Beatriz Silva, que disponibilizou o contato das adolescentes convidadas. O convite foi realizado por meio de ligações telefônicas e mensagens via aplicativo *WhatsApp*.

O primeiro encontro tratou do tema “Mudanças Emocionais na Gravidez”, com o objetivo de identificar e compreender os sentimentos de ambivalência no período da gestação; O segundo encontro abordou a temática relacionada com a “Relação Mãe-Bêbe" e as implicações dessa relação para a construção do indivíduo como ser humano; O terceiro encontro abordou como tema Dificuldades no Período Gestacional com o propósito de instrução sobre as dificuldades enfrentadas nesse período.

Os encontros foram realizados através do aplicativo *Google Meet*, com duração média de 1h30, dispondo também da utilização do aplicativo *Canvas* para a construção do material

gráfico composto por slides, com o conteúdo e informações propostas para as participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

16 adolescentes foram convidadas a participarem dos encontros virtuais sobre os desafios do processo gestacional e de puerpério. Destas, somente 3, que já estão passando pelo puerpério, tiveram participação efetiva durante a realização dos encontros virtuais.

Em resumo, todas as participantes são adolescentes com faixa etária entre 15 e 18 anos, de classe baixa, residentes no município de Foz do Iguaçu, Paraná, participantes das atividades da Guarda Mirim, localizada na mesma cidade. A princípio, notou-se a baixa adesão entre as participantes do grupo,

Darvill, Skirton e Farrand (2010), afirmam que a vivência dos sentimentos pela gestante varia a cada trimestre. Nos primeiros meses, surgem manifestações de sentimentos de ambivalência, como dúvidas sobre estar grávida ou não, além de sentimentos de alegria, apreensão, irrealidade e, em alguns casos, rejeição do bebê e da gravidez que está ocorrendo no momento, podendo perdurar até o término da gestação. Portanto, nota-se a influência dessas mudanças emocionais na resistência manifestada pelas convidadas ao optarem por não fazer parte de um projeto que aborda o tema da gestação.

Segundo Santos (2006), durante a adolescência na classe baixa, a gravidez torna-se um projeto pessoal, uma vez que as adolescentes têm poucas perspectivas de vida. Uma das preocupações mais marcantes entre as participantes é a de que seus filhos tenham uma educação diferente da que receberam de seus pais, a qual foi representada pelas seguintes falas, durante a realização das atividades: “Não quero que ela passe pelas mesmas coisas que passei. Quero que cresça com muito amor de mim e do pai dela”; “Gostaria de conquistar uma casa própria e dar um bom estudo para minha filha porque hoje em dia estudo é tudo”; “Gostaria de ter minha casa própria, carro e meu próprio negócio para poder deixar algo pro meu príncipe” e “Um trabalho que eu ganhe bem para poder dar de tudo pra ela”, sendo assim, buscou-se promover a psicoeducação dessas adolescentes gestantes sobre os desafios do processo gestacional, para que se sintam preparadas a enfrentá-los com resiliência.

Considerando que a família possui grande influência na formação do indivíduo, Rodrigues, Guedes Sobrinho e da Silva (2000) mencionam que também compete a ela assegurar aos seus membros, bem-estar material, emocional e espiritual, além de convivência em um ambiente agradável. Esses valores morais, culturais, cívicos, materiais etc, precisam ser transmitidos não só através da instrução, mas, principalmente, através da educação. Sendo assim, parte do material apresentado durante os encontros teve como intuito informar sobre a importância da relação mãe-bebê, como um dos pilares para uma boa maternidade. Uma das participantes mencionou o desejo de oferecer ao seu filho condições favoráveis para seu pleno desenvolvimento, “Quero que ele cresça longe de conflitos com a família porque quando era pequena tinha muitas brigas”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a finalização dos encontros, observou-se que apesar da baixa adesão ao tema, os objetivos propostos pela intervenção foram alcançados, havendo a informação sobre os fatores de risco da gravidez; a instrução sobre o manejo das emoções no período gestacional e de puerpério; a informação sobre a importância da relação mãe-bebê e o acolhimento e promoção da resiliência das participantes.

Tendo por base os feedbacks fornecidos pelas participantes, foi possível compreender que as adolescentes gestantes da Guarda Mirim de Foz do Iguaçu não possuíam, de fato, acesso à psicoeducação sobre os desafios do processo gestacional e de puerpério, entretanto, obtinham conhecimentos gerais sobre o tema.

Sendo assim, reconheceu-se a relevância do tema para futuras intervenções, visto que é uma demanda comum relacionada ao público alvo. Portanto, faz-se necessária a promoção de projetos de psicoeducação para adolescentes gestantes em Foz do Iguaçu com relação aos desafios da gestação na adolescência.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, P. R. de; RIBEIRO, C. A.; SILVA, C. V. da. Mãe adolescente vivenciando o cuidado do filho: um modelo teórico. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 59, n. 1, p. 30-35, Feb. 2006. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S00 34-71672006000100006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 14 março 2021.

BARANKIN, T. Aperfeiçoar a resiliência de adolescentes e suas famílias. **Revista Adolescência e Saúde**, v. 10, n. 2, p. 17-22, 2013. Recuperado em 01 de maio, 2017, de: http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=401. Acesso em 15 março 2021.

DARVILL, R.; SKIRTON, H.; FARRAND, P. Psychological factors that impact on women’s

experiences of first-time motherhood: a qualitative study of the transition. **Midwifery**, v. 26, n. 3, p. 357-366, 2010. Acesso em 23 de maio de 2021.

DADOORIAN, D. Gravidez na adolescência: um novo olhar. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 23, n. 1, p. 84-91, Mar. 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S14 14-98932003000100012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 março 2021.

DIAS, A. C. G.; TEIXEIRA, M. A. P. Gravidez na adolescência: um olhar sobre um fenômeno complexo. **Paidéia,** Ribeirão Preto , v. 20, n. 45, p. 123-131, abr. 2010 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2010 000100015&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 18 março 2021.

ERIKSON, E. **Identidade, Juventude e Crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1972.

FARIAS, R. de; MORE, C. O. O. Repercussões da gravidez em adolescentes de 10 a 14 anos em contexto de vulnerabilidade social. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre , v. 25, n. 3, p. 596-604, 2012. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79220120003000 20&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 18 março 2021.

HAACK, K. R. et al. Resiliência em adolescentes em situação de vulnerabilidade social. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Juiz de Fora , v. 5, n. 2, p. 270-281, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202012000200007&lng=pt&nrm =iso>. Acesso em 18 março 2021.

OLIVEIRA, E. F. V. de; GAMA, S. G. N. da; SILVA, C. M. F. P. da. Gravidez na adolescência e outros fatores de risco para mortalidade fetale infantil no Município do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 26, n. 3, p. 567-578, Mar. 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-3 11X2010000300014&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 18 março 2021.

PAULICS, V. Atenção à gravidez na adolescência. São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo, 2006.Disponível em:http://stat.ijie.incubadora.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/1701 Acesso em: 25 junho 2021.

RODRIGUES, M. S. P.; GUEDES SOBRINHO, E. H.; SILVA, R. M. da. A família e sua importância na formação do cidadão. **Família, Saúde e Desenvolvimento**, [S.l.], dec. 2000. Disponível em:
<https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/4934/3754>. Acesso em 23 de maio de 2021.

SANTOS, Andréia dos; CARVALHO, Cristina Vilela de. Gravidez na adolescência: um estudo exploratório. **Bol. psicol**, São Paulo, v. 56, n. 125, p. 135-151, dez. 2006. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432006000200002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 21 março 2021.

SILVA, J.M.B. et.al. Percepção de adolescentes grávidas acerca de sua gestação. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, v.25, n.1, p.23-32, Jan./abr.2011. Disponível em <:http://www.portalseer.ufba. br/index.php/enfermagem/article/viewArticle/5234>. Acesso em 21 março 2021.

WINNICOTT, D. **A preocupação materna primária**. In: WINNICOTT, D. **Da pediatria à psicanálise:** Obras escolhidas. Rio de Janeiro: Editora Imago. 2000. p 218-232.

PANDEMIA DA COVID-19: IMPLICAÇÕES DE GÊNERO NA PERCEPÇÃO DE ADOLESCENTES SOBRE PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO

Anny Kauane Martins[1] Johanna Rosaly de La Cruz Chavez[2] Natalie de Lima Couto[3] Rafaela Meine4 Lissia Pinheiro[5]

INTRODUÇÃO

A pandemia da Covid-19 foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 11 de março de 2020. O novo coronavírus foi identificado pela primeira vez em Wuhan, na província de Hubei, República Popular da China. Segundo o portal de notícias G1, no dia 10 de abril já era constatado 100 mil mortes devido a COVID-19 e com esse avanço desenfreado dos casos, foi necessário tomar medidas mais severas de contenção, cada região do país adotou medidas diversas, porém, a mais disseminada foi o isolamento social. Segundo Santos et al. (2021) essa medida vem causando impactos à nível emocional, como: depressão, ansiedade, desinteresse, perda de apetite, desregulações no sono, entre outros.

Mediante esse cenário, o autocuidado com a saúde física e emocional precisou ser redobrado. De acordo com Ministério da Saúde (2017), conforme citado por Santos e Moraes (2019 p.4), “O autocuidado é uma função que permite às pessoas desempenharem por si, atividades que visam à preservação da vida, da saúde, do desenvolvimento e do bem-estar.” Isso mostra a importância do desenvolvimento das práticas de autocuidado em relação à saúde mental e como essas ações podem prevenir o adoecimento no futuro.

De acordo com Santos (2017) a adesão a essas práticas de cuidado em saúde pelos adolescentes podem sofrer influências das questões de gênero, entendendo esse como uma construção social que afeta a forma como as pessoas se relacionam consigo mesmo e com o outro.

[1] Acadêmica de Psicologia; Centro Universitário Uniamérica; Foz do Iguaçu, Paraná.

[2]Acadêmica de Psicologia; Centro Universitário Uniamérica; Foz do Iguaçu, Paraná.

[3]Acadêmica de Psicologia; Centro Universitário Uniamérica; Foz do Iguaçu, Paraná.

[4]Acadêmica de Psicologia; Centro Universitário Uniamérica; Foz do Iguaçu, Paraná.

[5]Professora orientadora de Projeto Integrador. Centro Universitário Uniamérica; Foz do Iguaçu.

Orientadora: Lissia Pinheiro Shataloff e Graça Souza

Mentor: psicólogo, Leonardo Celoto

Email do autor correspondente: lissia@uniamerica.br

> Na década de 1950, John Money, psicólogo e sexólogo norte-americano, foi o primeiro teórico a utilizar o termo gênero no sentido de relacioná-lo às diferenças entre o sexo anatômico e o sexo que ele considerava o sexo psicológico. Antes disso, existiam evidentemente os termos gênero linguístico, gênero textual, gênero biológico, entre outros, todos eles tendo em comum o fato de se relacionarem a algum tipo de classificação. (LATTANZIO; RIBEIRO, 2018, p.4)

Compreender a relação entre todos esses aspectos, permite estabelecer estratégias de intervenção mais conectadas com a realidade atual do público em questão. Entende-se que é fundamental abordar o tema autocuidado nesse cenário presenciado, pois a mudança de rotina e a falta de convívio social vem trazendo grandes impactos na sociedade. Os adolescentes, em específico, estão em uma fase de mudanças físicas, psicológicas e sociais, que diante desse momento consequentemente podem negligenciar seus cuidados pessoais. Abranger as diferentes ações entre os gêneros e seus conhecimentos quando se fala em autocuidado é o início para aplicar e estimular essa prática visando obter resultados positivos e que possam trazer melhorias para a saúde física e mental em tempo de isolamento social.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O projeto foi desenvolvido na Associação Fraternidade Aliança (AFA), com oito adolescentes do sexo feminino e masculino com idade entre 15 a 17 anos em cada oficina. Foram realizados três encontros de forma online, um encontro presencial para aplicação de questionário aos colaboradores da instituição e entrega da cartilha e um encontro online com duas acadêmicas de psicologia para levantamento de dados sobre a diferença entre encontros remotos e presenciais.

No primeiro encontro foi feito uma apresentação das integrantes e do projeto, com uma pergunta de quebra-gelo, foi aplicado uma dinâmica de grupo chamada brainstorm através do site mentimeter, foi utilizado um vídeo introdutório sobre o autocuidado e questionário sociodemográfico. No segundo encontro foi realizado uma introdução sobre saúde mental durante o isolamento social, foi realizada uma dinâmica utilizando o jogo kahoot com uma abordagem do assunto “como lidar com a ansiedade neste momento de pandemia”, foi utilizado um aúdio da Amanda Dreher, professora e pesquisadora na área de terapia integrativa, e aplicado um questionário sobre autocuidado nas implicações de gênero dos participantes.

No terceiro encontro foi realizada uma roda de conversa relacionada a hábitos saudáveis, foi utilizado vídeo introdutório abordando alimentação, sono e exercícios, feito uma dinâmica da rotina semanal ideal, aplicação do conceito higiene do sono, e questionário individual da temática.

No quarto encontro foi realizada a aplicação de um questionário para orientadores a fim de levantar dados sobre o ensino remoto na instituição e a entrega da cartilha com dicas de como trabalhar o autocuidado com adolescentes em tempos de pandemia e atividades para replicação. A última etapa do projeto foi um bate papo com acadêmicas de psicologia que passaram os seus relatos sobre suas experiências com projetos integradores desenvolvidos com adolescentes de forma online e presencial, a fim de levantar a percepção das diferenças desses dois métodos de ensino.

Figura 1– Adolescentes da Instituição AFA

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As pesquisadoras se depararam com desafios ao aplicar projeto online com adolescentes e os resultados não responderam a problemática inicial, mas sim trouxeram a tona outra situação mais emergente para o público-alvo, os colaboradores da instituição apontaram as mesmas dificuldades, os adolescentes estavam se queixando da modalidade remota e acadêmicos de psicologia da uniamérica relataram diferenças na aplicação de projetos remotos e presenciais com adolescentes.

A partir da experiência das pesquisadoras foi possível perceber grande dificuldade dos adolescentes se engajarem em encontros remotos, de mesmo modo, segundo Emanuelli (2011 apud Dosea et al. 2020), essa problemática tem sido recorrente nas instituições devido a falta de interação presencial entre alunos e professores.

Outro fator que influencia no impedimento da adaptação dos adolescentes em aulas online é que muitas instituições não possuem estrutura necessária para acessar uma internet de qualidade, conforme Kenski (2015 apud Dosea et al. 2020), isso mostra que além deles não terem interesse de participar de fato, a internet é um contribuinte para a falta de vontade dos participantes.

Quadro 1 - Relato dos orientadores da AFA sobre a relação dos adolescentes com atividades remotas.

Perguntas	Respostas
Você acredita ser viável o uso do método online dentro da realidade dos adolescentes que frequentam a AFA? Justifique sua resposta.	"Apesar de ser a metodologia mais utilizada atualmente, infelizmente mais de 80% do público atendido por nós não possui acesso a ferramentas tecnológicas ou internet de boa qualidade."
Você acredita que a instituição possui uma estrutura favorável e acessível para assistir aulas online? (Computadores para todos, cadeiras, internet de qualidade etc…) Justifique.	"Infelizmente não é a realidade da nossa instituição." "Atualmente não. Visto o número de alunos e a quantidade de máquinas disponíveis."
Você acredita que os adolescentes se adaptariam facilmente dessa forma e conseguiriam absorver o conteúdo com clareza? Justifique.	"Não, pois muitos já relataram dificuldade de aprendizagem em relação a metodologia remota, sendo para conteúdo escolar ou não."
Cite algumas frases que os adolescentes disseram durante as oficinas que tiveram de forma online.	"Eu não quero assistir"; "Eu já tenho que assistir em casa"; "Mas de novo essas palestras".

Quadro 2 - Relato de acadêmicos do curso de psicologia da uniamérica sobre a aplicação de projetos integradores com adolescentes em diferentes metodologias.

Método	Resposta
Online (durante a pandemia)	"No começo foi bem complicado deles falarem, não foram nada receptivos. A gente teve bastante problema com internet e eles só começaram a interagir mais quando o professor falou que ia dar nota para eles se participassem."
Presencial (antes da pandemia)	"Minha experiência na AFA foi ótima! Os adolescentes participavam de todas as atividades, conversavam com a gente durante, antes e depois sobre assuntos variados, formamos vínculo de verdade com vários participantes."

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir de pesquisas, experiências e relatos conclui-se que a viabilidade de trabalhar o autocuidado de forma remota com os adolescentes dessa instituição não foi plausível, pela falta de participação e engajamento não foi possível o levantamento de dados a fim de identificar as práticas de autocuidado adotadas pelos participantes, os resultados obtidos não ocorreram de acordo com a demanda inicial mas abriram uma nova vertente sobre uma problemática mais emergencial e significativa na instituição devido às condições atuais.

AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento desse projeto integrador contou com a ajuda de diversas pessoas, dentre as quais agradecemos:

A professora orientadora Lissia Pinheiro Shataloff, que durante seis meses nos acompanhou pontualmente, dando todo o auxílio necessário para a elaboração do projeto.

Ao nosso mentor Leonardo Celoto, que através de seus conhecimentos e orientações tornou possível a conclusão deste projeto.

A todos que participaram das pesquisas, pela colaboração e disposição no processo de obtenção de dados.

REFERÊNCIAS

COELHO, Ana Paula Santos et al. Saúde mental e qualidade de sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil, **Revista Research, Society and Development**, Bahia, set. 2020.

Disponível em: <https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/8074/7227>. Acesso em: 18 mar. 2021.

DE OLIVEIRA, Renata Marques et al. SAÚDE MENTAL E A COVID-19: INTERVENÇÕES VIRTUAIS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O ENFRENTAMENTO DA PANDEMIA. **Revista Expressa Extensão**, Minas Gerais, dez. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/download/19686/pdf >. Acesso em: 20 mar. 2021.

DISTRITO FEDERAL. Secretaria de Estado de Educação. Orientações de cuidado e autocuidado com a saúde física e mental em tempos de pandemia da Covid-19. Brasília, 2020.

DOSEA, G. S.; SANTOS DO ROSÁRIO, R. W.; ANDRADE SILVA, E.; REIS FIRMINO, L.; DOS SANTOS OLIVEIRA, A. M. Métodos ativos de aprendizagem no ensino online: a opinião de universitários durante a pandemia de covid-19. EDUCAÇÃO, *[S. l.]*, v. 10, n. 1, p. 137–148, 2020. Disponível em: https://periodicos.set.edu.br/educacao/article/view/9074. Acesso em: 27 maio. 2021.

DOS SANTOS, Daiane Silva et al. Impactos emocionais e fisiológicos do isolamento durante a pandemia de COVID-19. **Revista Enfermeria Actual,** Rio de Janeiro, n.3, nov. 2020. Disponível em: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/41929/45140>. Acesso em: 22 mar. 2021.

DOS SANTOS, Doralice Sisnande; MORAES, Ana Maria Caetano. Um olhar e um novo cuidado: oficina do autocuidado em cumprimento de medida socioeducativa. **Revista SocioEducação**, Rio de Janeiro, n.4, nov. 2019. Disponível em: <https://publicacoes.degase.rj.gov.br/index.php/revistasocioeducacao/article/view/109>. Acesso em: 22 mar. 2021.

LAGES, Mariana Nunes et al. Sexualidade na adolescência : intervenção, em contexto educativo, para a promoção do autocuidado. 116 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, n.9, 2009. Disponível em <http://tede2.pucrs.br/tede2/handle/tede/3587>. Acesso em: 18 mar. 2021.

LATTANZIO, Felippe Figueiredo; RIBEIRO, Paulo de Carvalho. NASCIMENTO E PRIMEIROS DESENVOLVIMENTOS DO CONCEITO DE GÊNERO. **Revista Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, n.4, dez. 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v30n3/02.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2021.

MONTALTI, Edimilson. Adolescentes têm piora no sono, alimentação, humor e aprendizado durante a pandemia de Covid-19, aponta pesquisa da Unicamp, UFMG e Fiocruz. Plataforma COVID-19 - FCM/UNICAMP, 2020. Disponível em: <https://www.fcm.unicamp.br/covid/populacao/adolescentes-tem-piora-no-sono-alimentacao-humor-e-aprendizado-durante-pandemia-de-covid>. Acesso em: 25 de abril de 2021.

SANTOS, Rodrigo Ribeiro dos, et al. Gênero e Práticas de Saúde: Singularidades do Autocuidado entre Adolescentes. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 37-57, jan./abr. 2017. Disponível em: < http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v9n1/v9n1a03.pdf>. Acesso em: 19 mar. 2021.

PILARES DA AUTOESTIMA: UMA ABORDAGEM PARA LEIGOS.

Ana Flavia Lopes[1] HeloisaDe Oliveira Kuiaski[2] Jéssica Caroline Morinigo Ribeiro[3] Sabrina Scheffer de Carvalho[4] Lissia Pinheiro Shataloff [5] Pamella Streb[6]

INTRODUÇÃO

O sentimento de desequilíbrio interno, o medo alarmante de perder contato consigo mesmo ou de nunca descobrir o seu verdadeiro “eu” são preocupações que atingem um indivíduo, durante algum momento de sua vida, podendo causar sentimentos de medo e ansiedade, resultando no decaimento da saúde mental e emocional. Sendo assim, um fator essencial e indicador de satisfação ou insatisfação do sujeito consigo mesmo e com o mundo que o cerca é a autoestima (SCHULTHEISZ; APRILE, 2013, p. 37 *apud* HUTZ; ZANON, 2011). Além disso, algumas pesquisas demonstram que ela está relacionada negativamente com a depressão e positivamente com indicadores de ajustamento emocional e estratégias de *coping* (ORTH; ROBINS; ROBERTS, 2008; KERNIS, 2005 *apud* HUTZ; ZANON, 2011).

Os primeiros estudos que introduziram o termo foram realizados por William James, declarando que: “o que sentimos por nós mesmos é determinado pela proporção entre nossas realizações e nossas supostas potencialidades; uma fração cujo denominador são nossas pretensões e o numerador, os nossos sucessos" (James, 1974: 200 apud ANDRADE; SOUZA, 2010). Contudo, o autor Branden (1995 apud ANDRADE; SOUZA, 2010) acabou por discordar do conceito atribuído e afirmou que a autoestima é algo que se encontra no interior do indivíduo. Estando ligada às operações mentais e não as condições externas boas ou maléficas. Também, o autor discorre que a autoestima é:

> “1. Confiança em nossa capacidade de pensar; confiança em nossa habilidade de dar conta dos desafios básicos da vida; e
> 2. Confiança em nosso direito de vencer e sermos felizes; a sensação de que temos valor e de que merecemos e podemos afirmar nossas necessidades e aquilo que queremos alcançar

[1] Acadêmica em Psicologia pelo Centro Universitário UniAmérica, Foz do Iguaçu, PR (UNIAMÉRICA).
2. Acadêmica em Psicologia pelo Centro Universitário UniAmérica, Foz do Iguaçu, PR (UNIAMÉRICA).
3. Acadêmica em Psicologia pelo Centro Universitário, Foz do Iguaçu, PR (UNIAMÉRICA).
4. Acadêmica em Psicologia pelo Centro Universitário, Foz do Iguaçu, PR (UNIAMÉRICA).
5. Professora orientadora pelo Centro Universitário UniAmérica, Foz do Iguaçu, PR (UNIAMÉRICA)
6. Psicóloga, mentora pela plataforma digital *Instagram* na página *@organideia.pamellastreb*

Email do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

> nossas metas e colher os frutos de nossos esforços. (BRANDEN, 2002, p.22 *apud* RUIZ et al., 2016, p. 28)"

Ainda para esse autor, a maneira que nos percebemos reflete em nossas ações, na vida profissional e pessoal (1994 *apud* ANDRADE; SOUZA, 2010). Para Ruiz et al. (2016, p. 29),

> "Quanto mais baixa for a sua autoestima, mais propenso estaremos a esquecer quem somos e maior a necessidade de provar quem somos. As relações serão mais impróprias, doentias, com dificuldades na comunicação e sentimentos de inferioridade diante do outro."

Consequentemente, faz-se necessário entender as atitudes internas que englobam o constructo da autoestima para integrá-las em nosso cotidiano com o intuito de preservar a saúde mental e condições psicoemocionais.

Para Branden (2002) a autoestima é uma necessidade básica do ser humano, pois ter uma autoestima saudável nos ajuda a permanecer no meio em que vivemos, é ela quem fornecerá o nosso bem-estar para a vida, portanto precisamos ser eficazes para alcançar o que desejamos, precisamos nos valorizar, nos respeitar, precisamos ter orgulho de quem somos, de nossas escolhas de nossas conquistas e nos amar acima de tudo. A auto estima de acordo com Branden (2002) é a base principal para o aspecto da nossa existência, precisamos dela para ter confiança em nossa capacidade de pensar, de enfrentar os desafios diários da vida, precisamos ter confiança o suficiente para sermos bem sucedidos e felizes, uma boa auto estima è capaz de nos fazer sentir dignos e merecedores de nossas realizações.

Os objetivos do trabalho baseiam-se na pesquisa sobre os constituintes da autoestima, mais especificamente, compreender a percepção do público-alvo sobre autoconhecimento, autoeficácia, autoconceito, auto reforço e autoimagem. Com isso, procura-se responder à questão: Como transmitir conteúdo científico à leigos através da mídia digital?

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

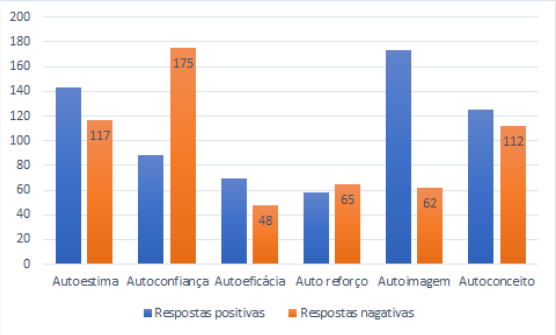
A pesquisa desenvolvida no projeto foi respondida por cerca de 200 pessoas sem critérios específicos. A pesquisa estava a disposição de todos os 4.498 seguidores da página @organideia.pamellastreb, foi criada através de enquetes nos *stories* e durou um

(01) mês dando início no dia 04/03/2021 e se encerrando no dia 04/04/2021.

Durante todo este mês de pesquisa abordamos os pilares da autoestima como autoconhecimento e autoestima. Foram realizadas 5 perguntas de cada uma das temáticas durante a primeira semana, autoeficácia entra em nossa segunda semana de pesquisa, auto reforço passa a ser tema da nossa terceira semana de pesquisa, autoimagem foi a temática escolhida para a quarta semana e, por fim, autoconceito entrando em nossa quinta e, última semana de pesquisa, em cada uma dessas semanas foram realizadas 10 perguntas, onde foram apresentadas durante dois dias da semana nas quintas-feiras e nos domingos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

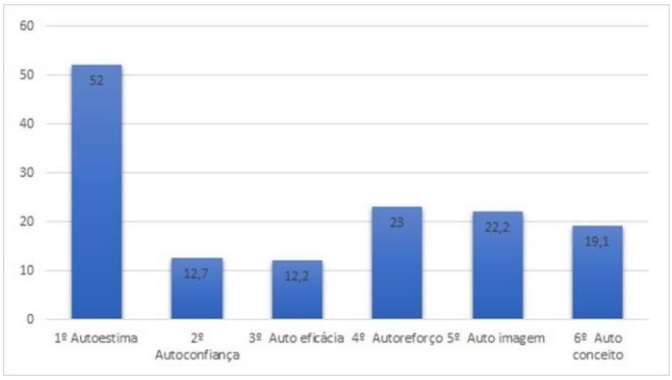
Gráfico 1 – Resultados Gerais



Para este primeiro gráfico, foi feito uma soma dos resultados positivos que estão representados de cor azul e os resultados negativos estão representados de cor laranja. Sendo assim, os resultados foram da seguinte maneira:

Na primeira temática que está nomeada de autoestima, consistiu em 143 respostas positivas e 117 respostas negativas. Na temática semana que está nomeada de autoconfiança, consistiu em 88 respostas positivas e 175 respostas negativas. Na terceira temática que está nomeada de autoeficácia, consistiu em 69 respostas positivas e 48 respostas negativas. Na quarta temática que está nomeada de auto reforço, consistiu em 58 respostas positivas e 65 respostas negativas. Na quinta temática que está nomeada de autoimagem, consistiu em 173 respostas positivas e 62 respostas negativas. Na sexta temática que está nomeada de autoconceito, consistiu em 125 respostas positivas e 112 respostas negativas;

Gráfico 2 – Resultados por pergunta



Neste gráfico, a cada semana foram somados os resultados separadamente e divididos pelo número de perguntas de cada semana (foram feitas 10 perguntas por semana), para sabermos a média de pessoas respondendo cada pergunta, ficou da seguinte maneira:

Primeira temática que está nomeada de autoestima, consistiu em 520 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 52 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas. Segunda temática que está nomeada de autoconfiança, consistiu em 127 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 12,7 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas. Terceira temática que está nomeada de autoeficácia, consistiu em 122 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 52 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas. Quarta temática que está nomeada de auto reforço, consistiu em 230 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 23 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas. Quinta temática que está nomeada de autoimagem, consistiu em 220 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 22,2 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas. Sexta temática que está nomeada de autoconceito, consistiu em 191 respostas no total, que dividimos por 10, que nos deu o resultado de 19,1 pessoas, que responderam a cada pergunta dessas semanas.

De acordo com Nathaniel Branden (2002) os seis pilares da autoestima, apesar de o público-alvo apresentar mais respostas positivas do que negativas, eles ainda não possuem uma autoestima saudável por apresentarem muitas respostas negativas em alguns pontos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos afirmar que houve o levantamento de dados sobre as temáticas, caracterizando os objetivos propostos como atendidos de maneira satisfatória. O fator decisivo foi o uso de mídias digitais para o levantamento, onde encontrou-se a questão:

“como transmitir à leigos conteúdos com palavras e estéticas mais acadêmicas?". Com sorte, a adaptação à plataforma ocorreu com empolgação e interesse.

Constata-se que essa adequação buscou técnicas estéticas (emojis e cores) e a “tradução” do linguajar de estudos/artigos em frases curtas e objetivas, com exemplos mais próximos à realidade cotidiana.

Por mais que os seguidores da página que participaram das enquetes, na sua maioria, revelam estarem positivos, com boa autoestima mesmo durante a pandemia do COVID-19. Para uma melhor validação desse resultado e de suas respostas seria, portanto, necessário ampliar o alcance do público-alvo bem como ampliar os critérios da pesquisa. Pelo interesse na temática através dos resultados e engajamento percebeu-se a importância desse tipo de temática nas redes sociais seja para promoção ou prevenção principalmente em tempos atuais.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Edson Ribeiro de; SOUZA, Edinilsa Ramos de. Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia. Psicol. clin., Rio de Janeiro , v. 22, n. 2, p. 179-195, 2010 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652010000200012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 mar. 2021.

BRANDEN, Nathaniel. Auto-estima e os seus seis pilares. 7. ed. [S. l.: s. n.], 2002. 398 p.

HUTZ, Claudio Simon; ZANON, Cristian. Revisão da apadtação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg: Revision of the adaptation, validation, and normatization of the Roserberg self-esteem scale. Aval. psicol., Porto Alegre , v. 10, n. 1, p. 41-49, abr. 2011 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 24 mar. 2021.

RUIZ, J. E. L.; MUZZETI, L. R.; MÚRCIA, M.; FARIA, P. S. P.; FREITAS, S. F. de; SOUZA, T. B. de. Os seis pilares da autoestima e a integração corpo e mente. Temas em Educação e Saúde, [S. l.], v. 11, 2016. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/9167. Acesso em: 22 mar. 2021.

SCHULTHEISZ, Thais Sisti De Vincenzo; APRILE, Maria Rita. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. Revista Equilíbrio Corporal e Saúde, [s. l.], v. 5, n. 1, 2013. Disponível em: https://revista.pgsskroton.com/index.php/reces/article/view/22. Acesso em: 24 mar.

PILARES E RAMIFICAÇÕES DO ASSÉDIO E DO RELACIONAMENTO ABUSIVO NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS

Amanda Dias Gomes[1] Evelin Beatriz Vieira da Luz[1] Kauan Grigio de Almeida[1] Lilyana Hamze Khamis[1] Luana Ramm Sachet[1] Lissia Pinheiro Shataloff [2] Anderson Miranda[3] Maria das Graças Souza[4]

INTRODUÇÃO

Conceitualmente o termo assédio refere-se ao comportamento inconveniente, inadequado entre indivíduos inseridos em uma relação interpessoal, seja ela no âmbito do trabalho ou na convivência particular. Conforme o Sétimo Anuário de Pesquisa e Extensão da UNOESC, o termo relacionamento abusivo, configura-se um conjunto de sinais em uma convivência, caracterizando-se pela sobreposição de poder e rompimento da tolerância, tendo potencial de apresentar atos de violência física, psicológica ou sexual.

Conforme o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE,2019) o ambiente trabalhista persiste com uma desigualdade salarial significativa, sendo fornecido uma renda mensal para o público masculino de 79,5% maior em relação ao salário das mulheres. Em paralelo, esta estimativa configura um cenário enraizado de desigualdade de gênero, sendo um fator que contribui - sobretudo entre as mulheres - compondo as maiores vítimas atingidas pelo assédio e as consequências de um relacionamento disfuncional, como a violência física, psicológica e material.

Além disso, o relacionamento abusivo, em sua maioria, apresenta uma violência ofuscada de afeto. Com isso, a percepção da vítima imersa nesse contexto hostil impede sua retirada precoce da relação. Por isso, a agressão é capaz de envolver uma maior brutalidade conforme o tempo de relacionamento. Segundo dados do Relatório Mundial de Violência e Saúde, a Organização Mundial de Saúde em 2002 classificou os possíveis tipos de violência, sendo eles: violência autoinfligida, consistindo em comportamentos suicidas e abusivos; a interpessoal que caracteriza a brutalidade em um contexto familiar ou entre parceiros; e a coletiva, configurando as esferas sociais, políticas e econômicas. Considerando a violência e a sobreposição de poder, este projeto se debruçou sobre a seguinte demanda de pesquisa: Como os jovens da Guarda Mirim de Foz do Iguaçu - PR poderiam identificar e enfrentar as

[1] Graduandos em Psicologia pela Faculdade União das Américas (UNIAMÉRICA), Foz do Iguaçu, PR.
[2] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[4]Psicóloga. Mestre. Mentora do Projeto Integrador.
E-mail do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

relações de assédio e convívio disfuncional, tendo como norte a amizade, o namoro e o ambiente de trabalho. A discussão possui relevância no meio acadêmico e social, pois, pontua e debate uma problemática recorrente na sociedade contemporânea, que perpetua na desigualdade de gênero, na agressividade, e na disparidade do mercado de trabalho.

MÉTODOS

Um plano de trabalho foi desenvolvido pelo grupo, com o intuito de delimitar o projeto. Nesse plano foram demarcados seis encontros, com duração de uma hora, através da plataforma do Google Meet, tendo a participação de 15 jovens da Guarda Mirim. Em cada encontro um tópico foi proposto como foco de trabalho a partir de explicações, vídeos, formulários e dinâmicas, a fim de melhorar a compreensão e proporcionar a reflexão aos jovens.

No primeiro encontro, foi abordado a introdução da problemática do projeto, destacando o que seria trabalhado ao longo dos encontros. Junto a explicação, foi apresentado alguns vídeos, acompanhado de uma dinâmica que consistia em saber qual o domínio os jovens teriam sobre o tema assédio e relacionamento abusivo, com isso, o grupo tinha um direcionamento para onde ir e como prosseguir com as apresentações.

No segundo, terceiro e quarto encontro foram trabalhados, respectivamente, o assédio e relacionamentos abusivos no namoro, na amizade e no trabalho. Nesses encontros, houve a explicação de cada problemática, utilizando como suporte vídeos exemplificadores, dinâmicas e formulários para melhor cativação dos jovens. Os formulários foram bastante trabalhados para que no fim do projeto o grupo tenha um retorno do seu impacto de suas apresentações aos jovens da Guarda Mirim, em entender se o objetivo de trazer a reflexão a eles foi cumprido.

No quinto encontro, ocorreu a participação da acadêmica de psicologia da Uniamérica, Amanda Palmar, com o propósito de abordar comportamentos opostos relacionados ao assédio e a disfuncionalidade nas relações. No sexto e último encontro, houve o resumo dos pontos principais da demanda, acompanhado do feedback verbal e quantitativo dos alunos, por meio de um formulário sendo mensurado o impacto das apresentações e os conhecimentos absorvidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao ser iniciado o primeiro encontro, foi realizado uma dinâmica de perguntas para ver o quanto os participantes sabiam sobre o tema antes de iniciar as explicações e a apresentação do conteúdo e para ter uma base do que trabalhar nos encontros seguintes, como não teve o retorno das respostas dos participantes para as perguntas, foi possível perceber que o

conhecimento dos participantes era muito vago com relação ao tema. Ao fim do encontro foi enviado um formulário no grupo da turma do Whatsapp e percebemos que, 22,8% (n=8) dos alunos assistiram às palestras e somente 40% (n=14) responderam ao questionário enviado. Com base nas respostas foi possível adquirir os seguintes dados dos participantes, cerca de 71,4% (n=10) possuem 17 anos ou mais, 14,3% (n=2) possuem 16 anos e 14,3% (n=2) possuem 15 anos de idade. Entre eles 50% (n=7) se identificam como sendo do sexo femenino e 50% (n=7) do sexo masculino. Ao se tratar da primeira questão, sendo ela: "Você conhece uma pessoa que vivenciou algum tipo de assédio ou esteve em relacionamento abusivo?" Ao responder, 78,6% (n=11) afirmam ter conhecimento e 21,4% (n=3) responderam não ter. Na segunda questão sobre: "Você sabe a quem recorrer quando identificar uma relação interpessoal abusiva?" 42,9% (n=6) responderam que sim, 42,9% (n=6) diz não ter certeza e 14,3% (n=2) responderam que não. Quanto à terceira questão sendo ela: "Você sabe identificar uma situação de assédio?" 78,6% (n=11) responderam que sim e 21,4% (n=3) responderam que não. Na quarta questão, sobre: "Você conhece leis de proteção contra o assédio?" 50% (n=7) responderam que não e 21,4% (n=3) responderam que talvez e apenas 28,6% (n=4) dos alunos conheciam as leis.

Nos outros encontros ocorreu a apresentação junto com algumas dinâmicas e formulários, entre eles o que mais se destacou, se trata do assédio e o relacionamento abusivo no namoro. A dinâmica se baseava em apenas um questionário no qual os participantes selecionavam uma ou mais opção de acordo com o que se encaixava na realidade deles, com o propósito de apresentar algumas características de um relacionamento abusivo. Ao se ter acesso as respostas, é possível concluir o quão importante foi trabalhar esse tema com os jovens, pois de fato eles conseguiram refletir sobre o propósito da dinâmica. Ao todo cerca de 37,1% (n=13) da turma responderam ao questionário, logo abaixo temos o total de opções que cada um selecionou.

Tabela 1 - Características sobre o relacionamento abusivo no namoro.

Seu(a) parceiro(a) já:	Respostas
Te empurrou, te chutou ou te estapeou.	4
Te humilhou ou menosprezou.	7
Te pressionou a ingerir álcool ou drogas.	1
Agiu de forma possessiva justificando o ciúmes.	6
Espalhou mentiras sobre você.	1
Te incomoda de um jeito inconveniente nas redes sociais.	4

Possui comportamentos que te causam medo.	6
Tenta controlar sua vestimenta e modo de agir.	3
Ficou impaciente de forma desnecessária.	9

No sexto e último encontro foi finalizado o tema, sendo enviado um formulário com o propósito de avaliar o conhecimento atual dos alunos com relação ao conteúdo, com base nas seguintes questões: “Qual o nível de entendimento sobre o assédio e o relacionamento abusivo antes do nosso projeto?” 66,7% (n=6) responderam ser médio, 22,2% (n=2) responderam ser avançado e 11,1% (n=1) respondeu ser baixo. Na segunda questão, sobre: ”Qual o entendimento sobre o assédio e as relações tóxicas após a finalização do nosso projeto? 88,9% (n=8) responderam avançado e 11,1% (n=1) responderam ter conhecimento avançado, e não obtivemos nenhuma afirmação de ser baixo. Ao se tratar da terceira questão: “Após as realizações dos encontros você consegue diferenciar um relacionamento saudável e uma relação abusiva?” 100% (n=9) dos alunos responderam que sim. Por fim, na quarta questão, sobre: “Você conseguiu aprender sobre as leis de proteção e os canais de denúncia sobre as problemáticas abordadas?” 66,7% (n=6) dos participantes responderam que sim e 33,3% (n=3) responderam talvez, e não ocorreu nenhuma afirmação negativa. Diante disso, após os resultados ao final de todos os encontros, foi possível perceber que o objetivo inicial do projeto foi alcançado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Após ser concluído entre os participantes a necessidade de discussão do assédio e das relações abusivas, buscou-se fornecer informações para os estudantes da Guarda Mirim sobre os canais de denúncia e as ramificações da problemática. Constatou-se pouca participação e interação durante os encontros com os palestrantes. Mesmo com esse obstáculo, após a finalização do projeto o número de jovens engajados nessa problemática teria aumentado. Os mesmos relataram uma melhor percepção em suas relações pessoais no que diz respeito à convivência sadia e tóxica.

REFERÊNCIAS:

DEMARCO, Taisa. **Relacionamento Abusivo: A Violência Disfarçada de Afeto**. 7º Ciclo de debate em psicologia, UNOESC, 2019. Disponível em:https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/apeuv/article/view/21228. Acesso em: 10 de junho de 2021.

Etienne G. Krug, Linda L. Dahlberg, James A. Mercy, Anthony B. Zwi e Rafael Lozano.

Relatório Mundial de Violência e Saúde. Organização Mundial da Saúde, Genebra, 2002.

FRANCISCO, Carlos Bernardo. **A Dignidade da Pessoa Humana nas Relações do Trabalho.** Revista do TRT da 2ª Região, São Paulo, n. 4/2010, p. 69-119.Acesso em: 18 de junho de 2021. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/1939/78804/2010_berardo_carlos_assedio_moral.pdf?sequence=1

MAIA, Laura Rodrigues. **A Cultura do Machismo e sua Influência na Manutenção dos Relacionamento Abusivos.** UNISUL, abril, 2017. Disponível em: http://www.riuni.unisul.br/handle/12345/3896. Acesso em: 10 de junho de 2021.

PROGRAMA PARA A QUALIDADE DE VIDA: UMA PROPOSTA DE DESENVOLVIMENTO DO BEM ESTAR ATRAVÉS DA PSICOLOGIA POSITIVA

Celyneh Zaluski Belo[1] Juliana Costa Nicolau da Silva[1] Silvana Angelina Viana Rodrigues[1]
Talissa Cardoso Rossi de Oliveira[1] Lucas Renato Rampim Latrônico[2]

INTRODUÇÃO

A Psicologia Positiva tem como finalidade possibilitar uma maior compreensão científica de forma equilibrada sobre as experiências humanas, a fim de, suplementar, não substituir ou remover, o sofrimento humano, mas corroborar para lidar com a situação problema. Neste sentido, a psicologia positiva pode auxiliar o indivíduo a desenvolver uma vida com sentido e com mais satisfação e reduzir seu sofrimento. (SELIGMA et al., 2005).

O bem-estar subjetivo é considerado como um importante componente da Psicologia Positiva. Além disso, define-se o bem-estar como uma avaliação estritamente pessoal feita acerca de afetos e da satisfação com a vida, corroborando com a maneira como vemos a nós mesmos e as outras pessoas, resultando em maior prazer e satisfação em vivenciar as situações cotidianas. (DIENER, 2009).

De acordo com Diener (2012), a definição de bem-estar se trata de uma avaliação estritamente pessoal, devendo levar em consideração aspectos afetos e a satisfação com a vida, a interpretação é individual, variável de indivíduo para indivíduo a partir de cada vivência objetiva. Além disso, o autor afirma que o bem-estar é o nome científico referente como o próprio indivíduo avalia suas vidas, se trata de uma avaliação cognitiva e afetiva de alguém sobre a sua vida como um todo (DIENER, 2012).

Diante disso, faz-se necessário o desenvolvimento de intervenções eficientes, de maneira online, para reduzir o sofrimento psicológico das pessoas. Para suprir tal demanda, objetivou-se a criação de um programa com o objetivo geral de promover a qualidade de vida e o bem estar do público-alvo da Escola de Saúde Colaborativa do CIS (*Centro Integrado de Saúde*).

METODOLOGIA

O presente projeto foi realizado através da Escola de Saúde Colaborativa do Centro

[1] Acadêmicas de psicologia do Centro Universitário União das Américas, (UNIAMÉRICA);
[2] Psicólogo. Professor orientador do projeto.

lucas.latronico@uniamerica.br

Integrado de Saúde Uniamérica (CIS) utilizando-se de uma plataforma online, a ferramenta de vídeo *(Google Meet).* A pesquisa se iniciou com a inscrição de 21 pessoas pelo formulário inicial que as acadêmicas realizaram através do *Google Forms*. Houve uma média de 12 pessoas a cada encontro.

Os materiais e instrumentos utilizados para o projeto foram escolhidos visando contribuir para a promoção da qualidade de vida e bem estar através da psicologia positiva. No primeiro momento foi disponibilizado um formulário de inscrição através do site divulgado pela Escola de Saúde Colaborativa do CIS para inscrição de pessoas adultas interessadas em participar dos encontros.

Foi aplicado o formulário de inscrição, assim como, aplicação da Versão Brasileira da Escala de Florescimento PERMA-Profiler (SELIGMAN, 2011) e a Escala de Forças Pessoais VIA (PETERSON; SELIGMAN, 2004). Além disso, utilizou-se da técnica “visita da gratidão”. Foram realizados quatro encontros semanalmente, com duração de 1h30min cada.

Para a realização do projeto, foi utilizada a seguinte formatação dos encontros: apresentação da base teórica, dinâmica de integração, troca de experiências e tarefas de casa. Foram trabalhadas as seguintes temáticas nos 4 encontros: Aprendendo sobre as Emoções Positivas, Descobrindo o estado de Flow, Identificando as realizações pessoais e A importância dos relacionamentos positivos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compreende-se que no decorrer dos 4 encontros realizados é complexo afirmar que houve uma mudança radical na vida e no bem estar dos participantes, mesmo que durante a semana lembrássemos no grupo de *Whatsapp* a realização das tarefas, dicas de leituras e material utilizado durante o projeto.

Ao todo, 21 pessoas se inscreveram, sendo 20 pessoas do gênero feminino e 1 do masculino, com idade entre 19 anos a 61 anos de idade, sendo (46%) dos participantes do Estado do Paraná, (40%) Minas Gerais, (7%) São Paulo e (7%) Santa Catarina. Desta forma, nota-se maior interesse e engajamento do público feminino em participar do projeto.

Foi feita a análise de dados do PERMA geral.

	Escala INICIAL Perma	Escala FINAL Perma	Diferença dos percentuais
	Perma Geral	Perma Geral	
P1	4,80	8,62	3,82
P2	6,50	7,18	0,68
P3	8,43	8,75	0,32
P4	4,31	6,75	2,44
P5	6,37	6,31	-0,06
P6	5,93	6,50	0,57
P7	9,00	9,12	0,12
P8	5,43	8,06	2,63
P9	7,43	8,50	1,07
Média do Grupo:	**6,46**	**7,75**	**1,29**

Tabela 1: Análise de dados do PERMA geral

Média de todos os participantes	**Escala INICIAL Perma**	**Escala FINAL Perma**	**Diferença**
P - Emoção positiva	6,21	7,44	1,23
E - Engajamento	6,14	7,47	1,33
R - Relacionamentos Positivos	6,87	7,84	0,97
M - Sentido da Vida	6,36	7,44	1,08
A - Realização	5,84	6,84	1,00

Tabela 2: Análise de dados do PERMA

Feedback das participantes do projeto:

Ao final dos encontros, alguns participantes relataram sobre sua participação no projeto: *“Quero agradecer enormemente a cada uma das facilitadoras pelo trabalho e pela gentileza em propor este curso. Aprendi a olhar a vida com mais amor, com vocês.”;“O curso me trouxe mais conhecimento pessoal e compartilhar também com meus pacientes. Parabéns meninas pelo carinho, que vocês se realizem em tudo que vocês estão buscando."*

Percebe-se, a partir da comparação do preenchimento da Versão Brasileira da Escala de Florescimento PERMA-Profiler (SELIGMAN, 2011) antes e depois dos encontros, que houve um aumento dos valores da escala, com exceção do participante 5.

A partir da análise da tabela, nota-se que todos os participantes que estavam com o score abaixo de 5 e 6, tiveram um aumento da nota na aplicação final da escala, com relação ao item "Perma Geral". Durante os encontros, as pesquisadoras avaliaram que os inscritos participaram de forma ativa, fazendo comentários sobre o assunto tratado e contando sobre suas experiências pessoais, contribuindo para a troca de vivências do grupo, aspecto almejado pela Escola de Saúde Colaborativa.

Além disso, no decorrer dos encontros, as técnicas utilizadas foram adaptadas a partir das demandas trazidas pelos participantes. Nota-se que, a quantidade de encontros, previamente estabelecida a partir das orientações do treinamento da Escola de Saúde Colaborativa, foi suficiente para perceber efeitos sadios dos participantes a partir de seus relatos (dados qualitativos) e comparação da aplicação da Escala Perma (SELIGMAN, 2011).

Contribuindo com Calvetti et al, 2007, ao afirmarem que o foco nas experiências positivas pode contribuir para a prevenção e promoção de saúde, ajudando também nos mecanismos de enfrentamento das doenças (Calvetti et al., 2007). Além dos encontros, foi disponibilizado para os participantes do projeto um ebook: Desenvolvendo o Bem Estar Através da Psicologia Positiva.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do cenário da pandemia e todos os efeitos da Covid-19 na vida das pessoas, nota-se cada vez mais a relevância de projetos que permitam aos indivíduos se auto-expressarem, compartilhando suas experiências pessoais e também que auxiliem no desenvolvimento do bem-estar. Através dos resultados, pode-se concluir que a realização do Programa para a qualidade de vida: Uma proposta de desenvolvimento do bem estar através da Psicologia Positiva trouxe repercussões benéficas para os participantes e até mesmo para as pesquisadoras.

REFERÊNCIAS

DIENER, E. Subject Well-Being. In: Diener, E (ed). **The Science of Well-Being-The Collective Works of Diener.** Nova York: Springer, 2009.

DINER, E,; WIRTZ, D.; TOV, W.; KIM- PRIETO,C,; CHOI,D.; OiShi, S.; BISWAS-DIENER, R. New measures of well-being: **Flourishing and positive and negative feelings. Social Indicators Research**, 39, 247-266, 2009.

DINER, E.; BIWAS-DIENER, R. H**appines-Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth**. Oxford: Blackwll, 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O que você precisa saber sobre COVID-19.** Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>. Acesso em: 15 de março, 2021.

RIBEIRO, E.G; SOUZA, E.L. e ELER, R. **Saúde Mental na Perspectiva do Enfrentamento à COVID -19: Manejo das Consequências Relacionadas ao Isolamento Social.** Rev. Enfermagem e Saúde Coletiva, São Paulo, 4(2)47-57, 2020. Disponível em: <https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/59/68>. Acesso em: 16/03/2021.

SELIGMAN, M. E. P. (2004). *F**elicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente.*** Rio de Janeiro: Objetiva. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000110&pid=S0103-166X20070004000100023&lng>. Acesso em: 16/03/2021.

SELIGMAN, M. E. P. (2011). **Florescer - uma nova e visionária interpretação da felicidade e do bem-estar.** Rio de Janeiro: Objetiva.

SELIGMAN, M. E. P., STEEN, T. A., Park, N., & PETERSON, C. (2005). **Positive psychology progress: empirical validation of interventions.** ***American Psychologist****, 60* (5), 410-421. [Links]https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000112&pid=S0103-166X200700040001000024

World Health Organization. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19.** 11 de março, 2020. Disponível em <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>. Acesso em: 15 de março, 2021.

PROJETO DE COMPREENSÃO E APOIO AOS CONFLITOS FAMILIARES NA GUARDA MIRIM

Ana de Paula[1] Deborah Mayara Schlosser Leite[2] Guilherme Arenhart[3] Maria Julia Larada Silva[4] Raphael Faouakhiri[5] Lissia Pinheiro Shataloff[6] Ana Cláudia Monzon Zampoli[7] Ana Paula da Rosa[8]

INTRODUÇÃO

A presença de uma relação saudável tem grande peso na vida da criança em sua formação e saúde mental. Além de ser a primeira socialização é onde a identidade de uma criança é formada (TEODORO, 2010).

Um estudo revelou que a presença de uma relação saudável dentro de casa é um dos principais fatores para a prevenção de psicopatologias — que estão diretamente ligados ao tipo de cuidado que a criança recebeu e suas relações parentais (TEODORO, 2010). Já Batista e Oliveira (2004) descobriram que o suporte inadequado que a família oferecia, quando investigado na visão de adolescentes, estava negativamente associado com a depressão. Dos 154 adolescentes que participaram desse estudo, em relação aos fatores de risco para desencadeamento de depressão, 26% tinham passado por algum evento estressante nos últimos três meses e 27% deles relataram eventos estressantes relacionados a brigas e desavenças na família. Portanto, percebe-se a importância da família para proporcionar o desenvolvimento de pessoas mais saudáveis, neste sentido, este projeto tem como objetivo auxiliar adolescentes em conflitos com suas famílias.

Com base em nossa pesquisa das demandas, se definiu o objetivo geral como, “Orientar sobre a dinâmica das relações familiares no que tange aos conflitos e possíveis estratégias de enfrentamento para os jovens da Guarda Mirim” e objetivos específicos “Evidenciar a importância e o valor da família para os adolescentes, e criar estratégias de

[1]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[2]Técnica em Informática pelo Instituto Federal do Paraná (IFPR) e Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[3]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[4]Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;
[5]Graduado em Engenharia Elétrica pela Universidade Federal do Paraná, Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[6]Mestre em Psicologia Social, docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[7] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[8] Mentora psicóloga

Email do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

enfrentamento para resolução de conflitos familiares".

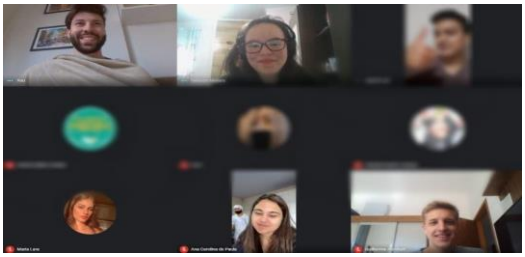
MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O projeto teve início após apresentação da demanda pela Guarda Mirim de Foz do Iguaçu, que solicitou o desenvolvimento de um projeto focado nas dificuldades intrafamiliares dos adolescentes assistidos pela instituição.

A partir disso, o projeto foi dividido em 6 encontros, que foram realizados online pela plataforma do *Google Meet*, no período da manhã, nos dias 9, 16 e 23 de abril, e 7, 14 e 21 de maio. Com duração de uma hora, das 8h às 9h da manhã. O Projeto tem como foco ajudar no manejo de conflitos entre familiares de adolescentes, por meio dos encontros tivemos como objetivo fazer com que estes jovens consigam um ambiente mais confortável para eles e seus familiares. Nos encontros utilizamos a plataforma do *Google Meet*, o *Google Forms* e o *Youtube*.

No primeiro encontro, fizemos uma apresentação de slides e uma atividade, na qual de forma anônima os participantes escreveram um pouco sobre seus momentos de apoio e momentos que não foram tão agradáveis que tiveram com seus familiares, aparecendo assim relatos que ocorreram. No segundo encontro, houve a aplicação de um questionário para compreender como é a relação dos alunos com suas famílias, logo em seguida foi proporcionado um momento de reflexão a respeito de estratégias de enfrentamento em relação a conflitos familiares. No terceiro encontro, foi apresentado informações sobre a comunicação não violenta, abordando sobre o que é e como praticá-la. Em seguida, um vídeo é passado para gerar reflexão sobre seus familiares em seu cotidiano. No quarto encontro foi explicado Quais são as cinco linguagens do amor (CHAPMAN, 1992) , em seguida é aplicado um teste rápido, para que descubram qual a linguagem de cada participante. Para finalizar o encontro foi aplicado o questionário desenvolvido pelos acadêmicos para avaliar a eficiência do projeto. No quinto encontro o objetivo foi concatenar todos os aprendizados durante o projeto e relembrar conceitos vistos, para isso foi utilizado um vídeo, e compartilhado atividades para fazer com a família proporcionando momentos de descontração e mudança da rotina. No sexto e último encontro foi realizada a apresentação de um vídeo da convidada Camila Brusnicki expondo sobre gatilhos, que são sensações as quais fazem com que a pessoa consiga resgatar lembranças e de certa forma reviver as mesmas sensações experimentadas no passado. diferenciando e explicando o que é, então realizado discussão e em seguida foi passado outro vídeo para aprofundar sobre o assunto, encerrando assim o encontro com um debate e discussão.

Figura 1– Imagem do quinto encontro



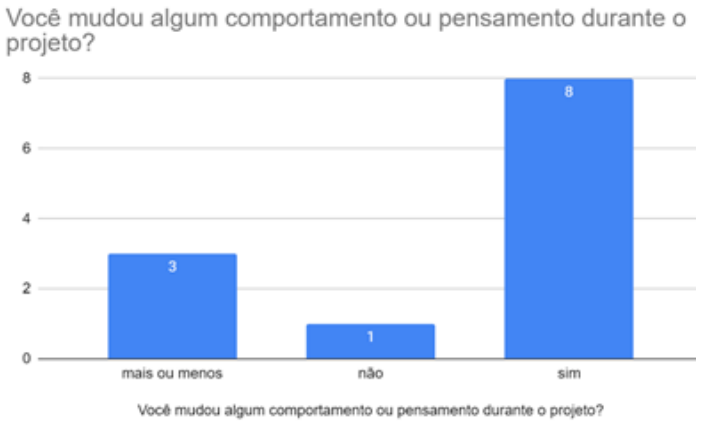
RESULTADOS E DISCUSSÃO

A turma tinha aproximadamente 20 alunos, estiveram presentes em média 8 alunos por encontro, sendo que 16 responderam o primeiro questionário e 12 o segundo. Os adolescentes que responderam o primeiro possuíam variadas estruturas familiares: 10 adolescentes moram com os pais/padrasto/madrasta e irmãos, entre eles 3 tem pai ausente e 1 mãe ausente, 1 deles também mora com os sobrinhos. 2 adolescentes moram com os avós, entre eles 1 possui irmãos por parte de mãe. 2 informaram que possuem irmãos, mas não falaram sobre os pais e 1 não informou sobre a estrutura familiar. 9 adolescentes disseram coisas positivas sobre a família, se davam bem entre eles, recebiam apoio, que eram maravilhosos e apesar das discussões se amavam, 3 deram respostas um pouco negativas, em que as relações estavam um pouco desgastadas, não havia amor e estão um pouco afastados e 1 não respondeu. A média das notas de 0 á 10 que eles deram para a família foi de 8,375. A maioria dos adolescentes considerou os conflitos como brigas, discussões, desentendimentos, falta de harmonia, falta de compreensão e separação. 43,8% (7) deles responderam que passam por conflitos familiares “Às vezes”, 31,3% (5) disse que “Raramente” e 25% (4) “Sempre” ou “Quase sempre”. Perguntados se os conflitos eram bem resolvidos, 68,8% (11) deles responderam que “mais ou menos”, 25% (4) que “sim” e 6,3% (1) que “não”. 68,8% (11) deles acham que a resolução de conflitos poderia ser melhor, 25% (4) que “Talvez” e 6,3% (1) “Não”. De acordo com eles, o diálogo, a compreensão, a calma, o pedido de desculpas e a empatia poderiam melhorar a resolução de conflitos. Entre os adolescentes, 11 se sentiam tristes, bravos, quietos, chateados e desconfortáveis com conflitos, 3 deles não sentiam tanto esse impacto. 50% (8) respondeu que “Às vezes” tem uma boa comunicação com a família, 37,6% “Sempre” ou “Quase sempre” e 12,5% “Raramente” tem uma boa comunicação. Perguntados se acham que a comunicação com a família poderia melhorar, 75% (12) disseram que “Sim”, 18,8% (3) que “Não” e 6,3% (1) que “Talvez”, perguntados sobre como poderia melhorar, eles responderam coisas conversar, saber lidar com as diferenças, compreensão e pedir desculpas, 1 deles não respondeu.

No segundo questionário, perguntamos o que pensavam sobre suas famílias, as respostas foram muito semelhantes com as do primeiro questionário, 9 respostas positivas como "Boa", "Perfeita", "Otima" e 3 neutras como "Família Normal' e "Ok.". A média das notas que eles deram para a família foi de 8,75. Sobre o que é conflito familiar para eles, também

tivemos respostas próximas às do primeiro questionário, sendo brigas, discussões, desentendimentos e separação. Também falaram de forma similar ao questionário anterior sobre como se sentiam com os conflitos familiares. A média das notas de 0 à 10 dadas pelos adolescentes para os encontros foi de 8,5, de quanto aprenderam foi de 7,5, de quanto utilizaram dos aprendizados até agora foi de 6,75. E de quanto eles se sentiram acolhidos pelo grupo, foi de 7,8, acreditamos que as respostas poderiam ter sido melhores se o projeto fosse presencial. Ao pedirmos críticas ou sugestões 9 responderam positivamente como "Nada, achei perfeito", "Eu gostei muito do projeto tive um aprendizado enorme, só a vergonha não deixa participar muito", "Projeto nota 1000," e "Acho que foram super bem, vários temas e pontos que realmente agregam ao dia a dia" 1 deles disse para não forçar ligar a webcam e o microfone e pediu dicas de como falar melhor com desconhecidos e 2 deles não responderam. Sobre o impacto do projeto, 10 adolescentes disseram coisas positivas, como “Entendi algumas coisas que por vezes não eram tão claras”, “Foi muito significativo, eu e minha família estamos um pouco afastados agora por causa da pandemia, estou tentando gerar um impacto com eles ao poucos”, “Ajudou a melhorar minha conexão com minha família, e ajuda a mudar minha visão sobre os outros”, “O projeto me ensinou a como agir com a minha família e coisas que eu nunca tinha ouvido falar”, “Significa bastante, ensina muita coisa, um impacto de compaixão pelo outro” e “Ele ajudou a melhorar minha interação familiar, e me auto ajudar também”, 1 resposta foi mais negativa “minha família não vai mudar”, e 1 não soube responder. 75% (9) dos adolescentes responderam que “talvez” saberiam agir de forma assertiva em caso de conflito familiar e 25% (3) que “não”. Perguntados se melhoraram a comunicação durante o projeto, 50% (6) deles disseram que “Mais ou menos”, 25% (3) que “Não” e 25% (3) que “Sim”. 66,7% dos adolescentes responderam que mudou algum comportamento ou pensamento durante o projeto, 25% que mudaram “Mais ou menos” e 8,3% não mudaram. Além disso, 66,7% (8) respondeu que pretende mudar algum comportamento após o fim do projeto, 25% (3) que “Mais ou menos" e 8,3% (1) não pretende. Demonstrando que em sua maioria os adolescentes foram afetados pelo projeto:

Gráfico 1 – Respostas à pergunta se mudou algum comportamento ou pensamento



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos dados iniciais e finais se tem um resultado o cumprimento de todos os objetivos listados. Quando abordado sobre o contexto familiar, o objetivo seria de que lembrassem mais dos bons momentos do que das situações de conflito, portanto foram apresentadas atividades que tinham como objetivo mostrar a importância da família, ressaltar boas lembranças, como também, identificar a melhor maneira que cada um tem de dar e receber amor, assim consolidar uma melhora no convívio familiar. Ao passar dos encontros ficou evidente que quando eram feitos momentos de uma maior interação em grupo, entre acadêmicos e alunos, se notava uma maior segurança em ambos para exporem situações que marcaram tanto de forma negativa como positiva.

REFERÊNCIAS

TEODORO, Maycoln LM; CARDOSO, Bruna Moraes; FREITAS, Ana Carolina Huff. Afetividade e conflito familiar e sua relação com a depressão em crianças e adolescentes. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 23, n. 2, p. 324-333, 2010. Acesso em: 21 de março de 2021. Disponível em : <https://www.scielo.br/j/prc/a/RMsQrPgLCRGWLdVFm9pV4Pd/?lang=pt>

BAPTISTA, Makilim N.; OLIVEIRA, Andréia A. Sintomatologia de depressão e suporte familiar em adolescentes: um estudo de correlação. Journal of Human Growth and Development, v. 14, n. 3, 2004. Acesso em: 21 de março de 2021. Disponível em :https://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/40168/43034

GODOY A, POSSA A. P, PALUDO C.,A importância da família. A família tem papel fundamental na formação do cidadão, pois ela é a primeira escola da vida. Data da Publicação da Notícia : 11/08/2018 - 08:56. Acesso em: 21 de março de 2021. Disponível em: http://www.norters.com.br/noticia/2052/colunistas/a-importancia-da-familia

ROSENBERG, Marshall B. Comunicação não-violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. Editora Agora, 2006.
CHAPMAN, Gary. As 5 linguagens do amor dos adolescentes: Como expressar um compromisso de amor a seu filho adolescente. 2018.

PROMOÇÃO DA AUTOESTIMA POR MEIO DA ARTE EM ADOLESCENTES DO CAPS-I

Isabela Rahmeier[1] Mara Mariza Leal Santos[1] Suély Cristina da Silva[1] Grace Nelli Martins dos Santos[2] Lucas Renato Rampim Latrônico[3]

INTRODUÇÃO

Para Paixão, et al (2019) apud Steiger (2014), a autoestima e a saúde mental na adolescência são variáveis importantes que estão relacionadas à saúde ou às experiências de aventura durante esse importante período de desenvolvimento. A autoestima é entendida como uma série de sentimentos e pensamentos relacionados aos próprios valores, habilidades, autoconfiança, habilidade e capacidade de enfrentar desafios, o que leva a uma atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo (ROSENBERG, 1965).

Veselska et al. (2009) investigou a associação entre a autoestima de adolescentes, resiliência e várias formas de comportamentos perigosos. Os dados mostram que a autoestima negativa parece desempenhar um papel importante nos comportamentos de risco de meninos e meninas. Por exemplo, neste estudo, a diminuição da autoestima foi um fator de risco para o uso de cigarro e maconha.

Em discussão com o Coordenador do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS-I), foi manifestada a necessidade de trazer algo diferente para promover a autoestima de adolescentes dentro do grupo selecionado pelas psicólogas do CAPS-I, que ao decorrer dos atendimentos realizados por elas os adolescentes trazem, dificuldades em socialização, autoconfiança, autoaceitação, autoconhecimento, apresentando comportamentos agressivos e pensamentos suicidas que já sofreram bullying na escola e esses fatores estariam influenciando na autoestima deles.

Por esse viés, introduzir como forma de trabalhar as necessidades de expressão desses adolescentes, viu-se na arteterapia uma forma de aflorar a percepção que cada uma tem sobre si e sobre o outro para um pleno desenvolvimento psicossocial, pois para Bosma (1994), a adolescência é o período de desenvolvimento da identidade pelas mudanças que ela comporta. Além disso, a arteterapia é um tratamento terapêutico que vem assumindo um papel de extrema importância como um estímulo terapêutico, demonstrando os sentimentos e emoções do portadores de transtorno psíquicos ao realizar as oficinas, que absorvendo

[1]Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Mentora do Projeto Integrador;

[3] Professor Orientador do Projeto Integrador.

Email do autor correspondente: lucas.latronico@uniamerica.br

conhecimentos das diversas áreas, sendo um meio de expressão, comunicação, e sendo tratados de uma maneira extra-hospitalares, visando resgatar os portadores de sofrimento psíquicos em sua integralidade, através de processos de autoconhecimento e transformação constituindo-se como uma prática transdisciplinar (PHILIPPINI, 2004).

Dessa forma, se nota a necessidade de trabalhar por meio da arte com adolescentes que frequentam o CAPS-I como forma de promover a autoestima. Assim, pautando na seguinte questão norteadora: Como promover por meio de oficinas de arte o desenvolvimento da Autoestima.

METODOLOGIA

Participaram dessa pesquisa 5 adolescentes entre 15 e 17 anos nas dependências do CAPSI Centro de Atenção Psicossocial (CAPS-I). Os instrumentos utilizados foram em forma de Oficinas de artes e Questionário de avaliação da autoestima (Quiles e Espada, 2010).

Neste questionário busca-se mensurar por intermédio de 17 itens se a autoestima se enquadra em baixa, média e máxima. Dessa forma, se a pontuação atinge de 0-5 se avalia como baixa, 6-10 média e 11-17 maxima.

Procedimentos: Por meio de cinco encontros semanais nas quintas-feiras, das 9:30 às 11:00 foi desenvolvido a promoção da autoestima com recursos artísticos entre eles: Colagem, Argila, Pintura e Isogravura. Além da aplicação do questionário de avaliação de autoestima como forma de mensurar os resultados do projeto antes e depois da realização.

No primeiro encontro, teve como objetivo a criação de vínculo com os participantes e validação da demanda, sendo realizado a dinâmica do espelho como forma de conhecer os participantes. Nessa dinâmica os participantes foram convidados um de cada vez olhar para dentro de uma caixa com um espelho colado, e dizer para os outros participantes o que eles estão vendo sem dizerem o que realmente tem dentro da caixa para os outros participantes que não abriram.

No segundo encontro, foi investigado a demanda de forma quantitativa e trazendo reflexões sobre a autoestima, com a utilização de revistas, jornais usados, cola, cartolina e tesoura. Assim, no primeiro momento aplicamos o Questionário de Avaliação da Autoestima seguido da dinâmica “Vamos falar de Autoestima?”, por meio dos materiais destacados anteriormente foi solicitado que recortassem e colassem imagens e palavras que representavam a Autoestima.

No terceiro encontro, trabalhamos a autoimagem dos adolescentes por meio da Argila e utilizamos o Baralho de “Escrita Criativa” como quebra gelo. Na modelagem da Argila representaram eles hoje em dia e como gostariam de estar.

No quarto encontro, com auxílio do Isopor, tinta guache, rolinho de espuma e lápis de

cor foram confeccionados desenhos do lugar de onde vieram e do lugar que queriam chegar para que fosse proporcionado um ambiente de escuta e acolhimento.

No último encontro, foram explorados os sentimentos e emoções dos adolescentes, por intermédio da pintura com temática livre para a discussão e fechamento de tudo que foi trabalhado durante os encontros e reaplicação do questionário e encerramento do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos com a pesquisa foram de caráter qualitativo e quantitativo. No que tange os dados quantitativos, se obteve com a aplicação do Questionário de Quiles & Espada (2010) antes e depois do projeto, a fim de mensurar os resultados.

Com relação ao critério de correção no questionário, de 0-5 pontos, a Autoestima seria classificada como baixa, 6-10 Autoestima média e 11-17 Autoestima alta, dessa forma, foram obtidos os seguintes resultados, conforme a tabela abaixo:

Tabela 3: Dados quantitativos

	Antes do Projeto	Depois do Projeto
P.1 (Feminino)	4 pontos	8 pontos
P.2 (Feminino)	6 pontos	6 pontos
P.3 (Feminino)	5 pontos	9 pontos
P.4 (Masculino)	8 pontos	15 pontos
P.5 (Masculino)	8 pontos	13 pontos

Evidencia-se com base os dados da tabela que antes do projeto, a Autoestima dos adolescentes se concentrava em média e baixa, e após a intervenção foi possível notar que a Arteterapia vem como uma ferramenta capaz de ampliar no indivíduo o conhecimento sobre si mesmo, passando a ser centralizada em média e alta, por consequência, promovendo sua autoestima e tendo a chance de desenvolver soluções emocionais, físicas e cognitivas para usufruir o prazer de fazer arte'' (TEIXEIRA, 2010).

Assim, estes resultados corroboram a perspectiva de Marsh (1992) e de Harter (1990) que indicam uma auto-estima mais baixa na adolescência do que em outras etapas do ciclo vital. Esta diminuição pode relacionar-se com as acentuadas transformações típicas da adolescência (Bowker, 2006; Faria & Azevedo, 2004), potencialmente indutoras de estresse Bowker (2006). Estes resultados podem, ainda, estar relacionados com o facto de se estar a formar identidade (Erikson, 1972) e com as características cognitivas, nomeadamente o acesso ao raciocínio hipotético dedutivo típico da adolescência.

Para Carvalho et al (2011), a prevalência de indicadores negativos de saúde mental, como tristeza, sentimento de solidão, pensamento de suicídio, dificuldades para dormir e planos de suicídio, é mais alta entre meninas.

Harter (1999) explica que as meninas apresentam mais conflitos durante o

desenvolvimento da autoimagem, pois valorizam mais os relacionamentos interpessoais e a opinião das outras pessoas a seu respeito, o que pode levá-las a índices mais baixos de autoestima.

Para os dados qualitativos buscou-se por meio da observação coletar os dados para avaliação a respeito do público-alvo, onde se teve dois momentos notáveis da mudança de comportamento dos integrantes: Inicialmente no primeiro encontro foi observado que os adolescentes tinham uma postura de retraimento corporal, identificados por: cabeça sempre inclinada, olhares vazios sem direção, isolamento, se escondiam embaixo dos capuzes e bonés, mãos agitadas, falavam pouco, interagiam pouco com outros participantes e com a equipe.

Ao decorrer dos encontros foi possível observar o aumento das participações, começaram a falar mais e gerar discussões maiores sobre os temas, trouxeram questões que as psicólogas relataram no início que já sofreram bullying e muitas questões familiares.

Além disso, nesta prática prioriza-se uma expressão não verbal, por meio do fazer artístico. Os tipos de materiais que são empregados tornam-se parte complementar do processo artístico. Por muitas vezes, percebemos que um tipo de material, mobiliza mais uma determinada pessoa. Isso ocorre, porque através de características típicas, consegue, mais rapidamente, acessar seu inconsciente (TEIXEIRA,2010). Nota-se que, de acordo com a dificuldade que a pessoa apresenta em termos comportamentais, ela poderá se identificar, mais rapidamente, a um determinado material. Revelando como se sente naquele momento e demonstrando seus conflitos, emoções, sentimentos e desejos (TEIXEIRA,2010).

Realizar a atividade plástica, criar formas, transformar o material plástico, reflete o que está acontecendo na vida do indivíduo naquele momento como pode ser visto a seguir:

Figura 6: Dados qualitativos

Figura 7: Dados qualitativos

Assim, foi por meio da criação artísticas que os indivíduos ampliaram o autoconhecimento, aprendendo a lidar melhor com suas necessidades, individualização enquanto sujeitos e tendo a chance de desenvolver soluções emocionais, físicas e cognitivas por meio da arte, buscando trilharem assim transformações, seu desenvolvimento e seu caminho para uma vida mais plena e saudável (TEIXEIRA,2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Constatou-se que a arte beneficia o processo de individualização, sendo uma ótima ferramenta para o indivíduo exaltar suas emoções, muitas vezes ocultas. Por meio de práticas criativas de técnicas expressivas favorecendo a livre expressão e o contato direto com os materiais e as técnicas, propostas que foram utilizadas, sabendo como melhor lidar consigo mesmo. Esse processo de produção é muito importante por favorecer o crescimento e a transformação do indivíduo.

Ressalta-se a importância de mais pesquisas por profissionais da área de psicologia, os quais estejam preparados para se utilizarem desses elementos, que constituem a Arteterapia, estabelecendo um processo sério e construtivo, e que possam ser vivenciados pelos indivíduos que deles necessitem e assim fazerem a diferença nos atendimentos do CAPS-I.

REFERÊNCIAS

GONÇALVES, Carla Beatrice; ORMEZZANO, Graciela; TONDO, Talissa (org.). **Práticas integrativas na rede de atenção psicossocial:** humanização e arteterapia. Passo Fundo: UPF Editora, 2016.

SEI, Maíra Bonafé; GONÇALVES, Tatiana Fecchio (org.). **Arteterapia com grupos:** aspectos teóricos e práticos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

Hutz, C. S., Zanon, C., & Vazquez, A. C. S. (2014). **Escala de Autoestima de Rosenberg.** In C. S. Hutz (Ed.), *Avaliação em Psicologia Positiva* (pp. 85-94). Porto Alegre: Artmed. FRANCO, Guilherme Henz. **O efeito terapêutico da prática artística: a aplicação da arteterapia no serviço de Atenção Psicossocial (CAPS) em Goiânia**, 2020. PAIXAO, Raquel Fortini; PATIAS, Naiana Dapieve; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Autoestima e **Sintomas de Transtornos Mentais na Adolescência: Variáveis Associadas**, 2019.

QUEIROZ, Tarciana Silva. **A arteterapia no tratamento de pacientes com sofrimentos psíquicos: vivências dos usuários**. 2016. 48 f. Monografia (Especialização) - Curso de Enfermagem, Faculdade Maria Milza, Governador Mangabeira, 2016.

Veselska, Z., Geckova, A. M., Orosova, O., Gajdosova, B., VanDijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2009). **Self-esteem and resilience: The connection with risk behavior among adolescents.** ***Addictive Behaviors***, *34*, 287-291. doi: 10.1016/j.addbeh.2008.11.005. YOZO, Ronaldo Yudi K. **100 jogos para grupos:** uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas. Editora Agora, 1996.

PROGRAMA DE MENTORIA PARA JOVENS EM BUSCA DE INSERÇÃO NO MERCADO DE TRABALHO

Caroline de Sá Galhardo[1], Elaine Cardoso Nogueira[1], Isabelle Vieira [1], Gabriele Silvestre[1], Maira Uez [2], Vanessa Jaqueline Monti Chavez[3], Lissia Pinheiro Shataloff [3]

INTRODUÇÃO

"O trabalho dignifica o homem", segundo Benjamin Franklin, entretanto, a dificuldade para o jovem no Brasil é conseguir efetivamente um trabalho. Segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), no 2º trimestre de 2021, a taxa de desemprego de jovens de 14 a 24 anos, ficou em aproximadamente 19%.

A dificuldade do jovem em conseguir o primeiro emprego se dá, principalmente, devido à falta de experiência (GONÇALVES E MONTE, 2008), entretanto, essa não é a única razão. Rocha (2008) destaca que o baixo crescimento econômico do país afeta diretamente os níveis de desemprego, e, dentre as diversas faixas etárias, os jovens são atingidos fortemente.

Alguns outros pontos que contribuem para o aumento dessa taxa são a tendência do jovem à experimentação, o seu papel de "não chefe" na família e baixa escolaridade (ROCHA, 2008).

Observando a dificuldade de muitos estudantes para adentrar ao mercado de trabalho e conseguir o primeiro emprego ou estágio, o Instituto Federal de São Paulo (IFSP) entrou em contato com o Centro Universitário Uniamérica Descomplica com o intuito de oferecer aos seus alunos uma oficina, mentoria ou curso que os auxiliassem neste processo de busca por emprego/estágio.

O projeto de mentoria, que será descrito no presente artigo, foi executado em 5 (cinco) encontros online, onde foram abordados temas pertinentes para o momento em que os estudantes se encontram.

De acordo com o dicionário, organização é um grupo de pessoas que compartilham de um interesse em comum - se organizam para alcançá-lo.

1 Acadêmica do curso de Psicologia no Centro Universitário União das Américas - Foz do Iguaçu, Paraná.

2 Mentor. Administrador, Foz do Iguaçu, Paraná.

3 Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail do autorcorrespondente: psicologia.foz@descomplica.com.br

As empresas hoje, diferentemente de como acontecia alguns anos atrás, possuem consciência da importância das pessoas, e de como estes “recursos” chamados colaboradores são regidos (LACOMBE, 2011).

O processo de recrutamento é um conjunto de práticas com o objetivo de atrair candidatos para as vagas da empresa. Já a seleção consiste em escolher o candidato certo para a vaga certa.

Existem diversas técnicas que podem compor um processo de Recrutamento & Seleção. Segundo Limongi-França e Arellano (2002), utilizar estas técnicas pode tornar menor a margem de erro na escolha. As principais são: entrevista; provas de conhecimento; testes psicológicos (estes somente podem ser aplicados por um profissional de psicologia); testes vivenciais (exemplo: provas situacionais, dinâmica de grupo, psicodrama).

Autoconhecimento significa conhecer a si mesmo. Não é um conhecimento técnico, acumulativo ou informativo, é interno (RESENDE, 2010). Devido aos diversos desafios pessoais e profissionais aos quais os indivíduos estão expostos, perceber a si mesmo (e aos outros) se tornou algo necessário (DE OLIVEIRA E BERNARDINI, 2018).

Segundo Stadler et. al. (2012) através do autoconhecimento o indivíduo é capaz de reconhecer suas limitações, competências, atributos e ter mais transparência quanto à sua autoimagem.

O autoconhecimento tem relação com a inteligência emocional, dentre vários pontos cônsonos desta relação, um deles se dá ao fato de que o desenvolvimento do autoconhecimento contribui com o processo da percepção do outro, tornando melhor desenvolvida a habilidade de lidar emocionalmente com os indivíduos e situações, o que torna as relações interpessoais melhores (DE OLIVEIRA E BERNARDINI, 2018).

Segundo Daniel Goleman (1995), chamado “pai da inteligência emocional”, os sentimentos e emoções são diferenciais de mudança do ambiente organizacional.

A comunicação é um processo de troca de informações entre duas ou mais pessoas ea necessidade de se comunicar do homem, é uma questão de sobrevivência (Melo, 2005). Nas organizações a comunicação tem seu papel primordial para se manter competitiva,

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

O Programa de mentoria para jovens em busca de inserção no mercado de trabalho, do Centro Universitário União das Américas – UNIAMÉRICA (2021-2) foi realizado no Instituto Federal de São Paulo (IFSP) - São Paulo/SP, tendo como participantes os estudantes de nível superior do IFSP. O critério para inscrição foi: ser estudante regularmente matriculado no ano

de 2021 (esta foi feita através da secretaria do Instituto Federal de São Paulo, na plataforma de cursos do Instituto) e ter entre 18 e 24 anos.

A metodologia utilizada foi de levantamento e análise bibliográfica, através de livros, artigos e publicações acadêmicas que forneceram suporte teórico para o conteúdo e as atividades e temáticas desenvolvidas nos encontros.

Ao total, o programa de mentoria contou com 5 (cinco) encontros realizados de forma online, através da plataforma Google Meet, nas datas de 27/09, 01/10, 08/10, 15/10 e 22/10 de 2021. A duração dos encontros foi de aproximadamente 55 minutos, e contaram com material de exposição de conteúdo (slides), vídeos e imagens (apresentadas durante o encontro e/ou enviadas via WhatsApp posteriormente).

A cada encontro uma ou duas facilitadoras apresentaram o tema central e conduziram a discussão em formato de “roda de conversa”, para possibilitar trocas de conhecimentos e experiências entre todos os presentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através do questionário aplicado ao final dos encontros, os jovens puderam expressar por meio de questões abertas e relatos pessoais sobre como foi a sua experiência nos encontros e qual foi o aprendizado absorvido.

Em média, 7 pessoas participaram dos encontros. Dentre os 5 participantes que estavam no último encontro e participaram da pesquisa, todos fizeram um relato positivo.

Dos que responderam à pesquisa 4 participantes alegaram que os encontros superaram as expectativas e contribuíram na sua preparação e inserção no mercado de trabalho. Portanto, através do autorrelato, foi possível constatar melhoria na performance de entrevista de emprego dos jovens, diante das diretrizes e o aprendizado durante os encontros.

É válido ressaltar que, durante as semanas de mentoria, após alterar seu currículo com as informações recebidas, um dos participantes foi chamado a 2 entrevistas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto alcançou seus objetivos explanando os temas da psicologia que podem contribuir no processo de entrada no mercado de trabalho, bem como informando e atualizando os jovens em relação às atualidades das organizações e aos pontos de atenção dos recrutadores.

O autoconhecimento, a inteligência emocional e a comunicação são itens importantes atualmente para as empresas, por esta razão, é interessante que o profissional esteja preparado neste sentido.

Segundo Goleman (2015), a autoconsciência possibilidade melhores relacionamentos interpessoais, melhores resultados organizacionais, melhor planejamento e melhores resultados. O equilíbrio emocional do profissional influencia diretamente nos resultados da empresa.

Em paralelo, o desenvolvimento da comunicação possibilita a expressão de forma clara e assertiva, evitando-se ruídos e falhas, influenciando na eficácia das atividades a serem desenvolvidas (PRESTES et. al., 2020).

AGRADECIMENTOS

Agradecemos as nossas orientadoras Vanessa e Lissia pelo suporte, paciência e correções. À nossa mentora Maira Uez, pelas orientações e às colegas do grupo pela dedicação.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Rafaella; CORTIZ, Maria Luiza da Cruz. A relação entre a Inteligência Emocional e a vida profissional. IESB, Brasília, 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0443.pdf>

BONFIM, Flávia Madeleine Barros. Comunicação interpessoal como ferramenta de melhoria do desempenho humano nas empresas e como aspecto decisivo para a produtividade. Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/k207085.pdf>

CAMPOS, Sarah Camargo. Gestão de Pessoas. Fortaleza: UAB/IFCE, 2009. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/429526/2/gestao-de-pessoas.pdf>

DANTAS, Gabriela Cabral da Silva. "Autoconhecimento"; *Brasil Escola*. Disponível em: https://brasilescola.uol.com.br/psicologia/autoconhecimento.htm. Acesso em 24 de setembro de 2021.

DE AGUIAR, J.; CAPA BATAGLIN, J. CAPACITAÇÃO DE JOVENS PARA O PRIMEIRO EMPREGO. Anais do Congresso Internacional de Conhecimento e Inovação – ciki, *[S. l.]*, v. 1, n. 1, 2020. DOI: 10.48090/ciki.v1i1.909. Disponível em: https://proceeding.ciki.ufsc.br/index.php/ciki/article/view/909. Acesso em: 23 ago. 2021

GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. 16. Ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995

GOLEMAN, Daniel. Liderança: A inteligência emocional na formação do líder de sucesso. Rio de Janeiro: Objetiva, 2015.

GONÇALVES, Michelle Ferreira; DO MONTE, Paulo Aguiar. Admissão por primeiro emprego e reemprego no mercado formal do Nordeste: Um estudo mesorregional. Anais,.p..1-19,.2019..Disponível.em:.<http://abep.org.br/~abeporgb/publicacoes/index.php/anais/article/viewFile/3370/3229>

IBGE. PNDA Contínua - Pesquisa Nacional por Amostras em Domicílios Contínua. Disponível.em:.<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/9173-pesquisa-nacional-por-amostra-de-domicilios-continua-trimestral.html?t=resultados>

KATZ, D.; KAHN, R. L. Psicologia social das organizações. São Paulo: Atlas, 1974.

LACOMBE, Francisco José Masset. Recursos Humanos: princípios e tendências. 2a edição - São Paulo, 2011.

LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina; ARELLANO, Eliete Bernal. Os processos de recrutamento e seleção. In: As pessoas na organização, 2002. p. 63-72. Disponível em:.<https://aedmoodle.ufpa.br/pluginfile.php/418956/mod_resource/content/1/Processo%20de%20Recrutamento%20e%20Sele%C3%A7%C3%A3o_Limongi-Fran%C3%A7a_Arellano.pdf>

MACHADO, P. G. B. et al. Atuação do Psicólogo no recrutamento e na seleção de pessoas sob a ótica da Análise do Comportamento. Psicologia Argumento, v.36, n.91, 2019.

MELO, M. de F. Água: o direito de proteger. Revista Proposta (Água: Território e Conflitos) (Rio de Janeiro), ano 29, n.106, p.6-9, set./nov. 2005.

PRESTES, Caroline Stelle; STARUCZKA, Lidiane; DE OLIVEIRA, Rosangela das Graças Martins; MACHADO, Lucio Mauro Braga. Secretariado executivo: inteligência emocional e comunicação assertiva. Instituição de Ensino Superior Santana, Ponta Grossa/PR, 2020.

RESENDE, Marcos. Autoconhecimento. Editora Teosófica. Brasília, 2010

ROCHA, Sonia. A inserção dos jovens no mercado de trabalho. Caderno CRH, v. 21, p. 533-550, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ccrh/a/T8BLxBwGfzYW8B99m9YYysG/?format=html&lang=pt>

STADLER, Adriano (Org.); SCHMIDT, Maria do Carmo; RODERMEL, Pedro Monir. Desenvolvimento gerencial, estratégia e competitividade. 1.ed. Curitiba: InterSaberes, 2012. – (Coleção Gestão Empresarial; v. 3).

VERIGUINE, Nadia R; BASSO, Cláudia; SOARES; Dulce H. P. Juventude e Perspectivas de Futuro: A Orientação Profissional no Programa Primeiro Emprego. Psicologia: Ciência e Profissão [online]. 2014, v. 34, n. 4 [Acessado 23 Agosto 2021] , pp. 1032-1044. Disponível

PROJETO DE MENTORIA COM JOVENS INGRESSANTES NO MERCADO DE TRABALHO

Elaine Infantino[1], Ezequiel Severo Vieira[1], Larissa Lazzari[1], Leticia Acosta Luiz[1], Rosângela dos Santos[1,] Líssia Pinheiro Shataloff[2], Vanessa Jacqueline Monti Chavez[3,] Ana Paula da Rosa[4,]

INTRODUÇÃO

As universidades estimulam o indivíduo a se desenvolver profissionalmente em determinadas áreas, com a finalidade de prepará-lo para exercer a prática da profissão. No entanto com o desenvolvimento da sociedade, a expectativa sobre o profissional, se alterou, onde há uma exigência maior de habilidades voltadas ao relacionamento interpessoal e mesmo assim o modelo institucional de muitas universidades permaneceu o mesmo. De acordo com Bleger (2001), existe um fenômeno nas organizações: “Em todas elas, os objetivos explícitos para os quais foram criadas correm sempre o risco de passar a um segundo plano, passando ao primeiro plano a perpetuação da organização como tal” (p.15).

Para muitos jovens, o diploma tem um grande peso na hora da escolha de um curso superior. Há um senso comum de que ter um curso superior é garantia para o sucesso. Essa ideia não condiz com o que é realmente necessário para o mercado de hoje. É esperado do trabalhador: flexibilidade, habilidades e competências (Lassance & Sparta, 2003).

Segundo Novello (1990), a escolha de um trabalho determina a participação do adolescente no mercado de trabalho, encerrando a adolescência e iniciando a vida adulta. É basicamente uma situação de conflito, a qual envolve ansiedade, angústia e medo, entre outros sentimentos, isso ocorre pois o jovem ainda não possui a experiência para planejar seu futuro na profissão. Além disso, em muitos casos, as condições de vida de seus familiares interferem em sua escolha (Fernandes, 2006; Soares, 2002).

Nesse caso, o estágio favorece a experiência de uma visão mais realista do mercado de trabalho no momento da transição. Segundo (Araújo; Sarriera, 2004; Schiesse; Sarriera, 2004) “para os jovens, é possível que faltem informações para melhor enfrentar os desafios

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mestre e professora orientadora de Projeto Integrador do Centro Universitário Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: lissia@descomplica.br
[3] Especialista e Professora orientadora de Projeto Integrador do Centro Universitário União das Américas - Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: vanessa.chavez@descomplica.com.br
[4] Especialização em Políticas e Gestão em Serviço Social pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci, Brasil(2021) Psicóloga do Guarda Mirim de Foz do Iguaçu , Brasil.

impactados pelas dificuldades na transição universidade-mercado de trabalho". Para o desenvolvimento da juventude Sarriera e Verdin (1996) é considerado escola-trabalho um período de grande transição, por conta da necessidade de o indivíduo construir sua identidade, sendo possível ocorrer sentimentos de impotência, insegurança e desorganização, caso o jovem não tenha preparo e apoio, para a aquisição do status de cidadão ativo e produtivo.

De acordo com Del Prette e Del Prette (2001, 2006), nos novos modelos organizacionais, o desenvolvimento em várias áreas, entretanto naquelas que envolvem a gestão de pessoas, é necessário um complexo de competências pessoais e habilidades de relacionamento. Nesse sentido, as empresas têm se tornado cada vez mais exigentes na contratação de seus funcionários, incluindo em seus processos seletivos a avaliação dessas habilidades.

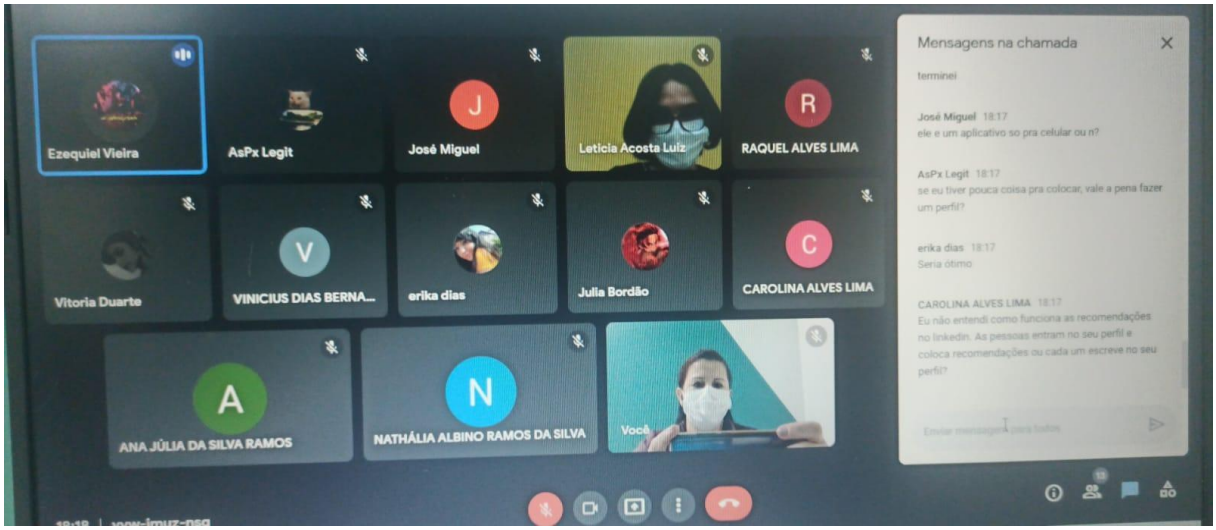
Por isso, esse trabalho visou desenvolver a partir desses artigos um método de auxiliar os jovens a desenvolver competências para se preparar para o mercado de trabalho, tendo em vista as mudanças de paradigma que vem ocorrendo atualmente. A partir desse objetivo, se deu o foco de atuar no preparo para o primeiro emprego, nos seguintes tópicos: elaboração de currículo, busca ativa de vagas no *Linkedin,* preparo para a entrevista de emprego, inteligência emocional e planejamento de carreira.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Os participantes foram jovens da instituição IFSP (Instituto Federal de São Paulo) de idades entre 16 e 18 anos que se inscreveram, com número limite de 50 pessoas. Os encontros aconteceram em cinco dias, às segundas-feiras e terças-feiras, através do Google Meet com duração média de 1 hora, de maneira síncrona. Para a coleta e análise de dados, utilizou-se o autorrelato através de formulário online e perguntas que avaliaram o encontro em: "Muito bom", "Bom", "Razoável", "Ruim", "Péssimo", "Outros".

Cada encontro contou com um facilitador para apresentar e introduzir o tema. Este foi discutido em formato de "roda de conversa", incentivando os jovens, em diversos momentos, a compartilhar conhecimentos e experiências com o grupo. No primeiro encontro foi abordado elaboração de currículo, no segundo: como fazer pesquisa ativa de vagas no Linkedin, no terceiro: Como se preparar para a entrevista de emprego, no quarto: Como desenvolver inteligência emocional para enfrentar os desafios profissionais e pessoais e no último encontro: Como fazer um planejamento de carreira.

Figura 1. Encontro 1: Elaboração de currículo.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em média, dos 50 jovens inscritos 15 (30%) participaram das atividades, sendo que havia a frequência desses mesmos participantes nos 5 encontros. Além disso, o último encontro teve uma participação reduzida a 10% por conta da queda no whatsapp segunda-feira, dia 04/10 (PARENTE, Carolina 2021) e o link da aula foi enviado pelos e-mails.

Devido a relatos de como o conteúdo apresentado era algo novo e esclarecedor, foi percebido que esses jovens se depararam com informações relevantes e de grande importância.

Os conteúdos dos 3 primeiros encontros apresentaram situações práticas do mercado de trabalho como: elaboração de currículo, linkedin e entrevista de emprego. Pelos comentários foi compreendido que após essas temáticas, os participantes relataram estar mais tranquilos na perspectiva de se candidatar a vagas de emprego e realizarem uma entrevista. Isso mostra que (Araújo; Sarriera, 2004; Schiesse; Sarriera, 2004) “para os jovens, é possível que faltem informações para melhor enfrentar os desafios impactados pelas dificuldades na transição universidade-mercado de trabalho” e ao apresentar essas informações, a transição não se apresentou de forma tão complexa para esses jovens.

Del Prette e Del Prette (2001, 2006) explicam que o modelo organizacional tem exigido dos candidatos cada vez mais competências e formações. Diante dos feedbacks apresentados pelos jovens da instituição, em sua maioria se tratava de quão relevantes as temáticas dos encontros foram para eles, pois a exigência em relação ao nível de formação, capacitação e apresentação de suas competências no currículo e entrevistas era algo que poucos tinham compreensão de como executar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Diante dos objetivos traçados para o projeto, foi percebido que durante os encontros as estratégias para o enfrentamento dos desafios apresentados pelo mercado de trabalho se tornaram mais próximas e práticas a realidade, possibilitando para os jovens uma visão de como realizar cada etapa desde a criação do currículo até a entrevista de emprego, tendo inteligência emocional para enfrentar situações cotidianas no dia-a-dia profissional, autoconhecimento para reconhecer as próprias competências e como planejar o futuro profissional.

Para os jovens se estarem e se sentirem mais preparados no enfrentamento dos desafios profissionais e pessoais, foi utilizado a psicologia com o foco no autoconhecimento e inteligência emocional, pois desde a construção de um currículo até o planejamento de carreira, se utiliza das próprias competências e capacidades de resiliência. Já inserido no mercado, o jovem utilizará da inteligência emocional para construir as melhores estratégias para enfrentar os desafios, considerando que a vida pessoal também afeta suas decisões.

Portanto, considera-se que o projeto atingiu seus objetivos com êxito, pois como constatado na satisfação apresentada pelos relatos dos jovens, eles adquiriram conhecimento e perspectiva de soluções aos desafios identificados, tendo impacto positivo na forma como os jovens encaram o mercado de trabalho.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, J. S.; SARRIERA, J. C. Redirecionamento da Carreira Profissional: uma Análise Compreensiva. In: Sarriera, J. C. Rocha, K. B. Pizzinato, A. (org.). **Desafio do Mundo do Trabalho: Orientação, Inserção e Mudanças.** Porto Alegre: EDPUCRS, 2004, 135-57 p.

BLEGER, J. **Psico-higiene e Psicologia Institucional.** Porto Alegre: Artes Médicas 1984.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das relações interpessoais: vivências para o trabalho em grupo.** Petrópolis: Vozes, 2001.

DIAS, M. S. L.; SOARES, D. H. P. A **escolha profissional no direcionamento da carreira dos universitários.** Psicologia: Ciência e Profissão [online]. 2012, v. 32, n. 2, 272-283 p. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1414-98932012000200002. Acesso em: 04/10/2021.

FERNANDES, D. C. **Mitos familiares e escolha profissional: uma visão sistêmica.** Psic, 7(1), 2006, 99-100 p.

FILHO, F. A.; ALVES, L. S. A retórica do gênero entrevista de emprego. Revista de estudos sobre práticas discursivas e textuais. **Anchieta**, São Paulo, v.14. p.24-34, novembro de 2014. Disponível em: <https://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaInterseccoes/article/view/1199/1082 >. Acesso em: 04/10/2021.

GUERRA, L.; AGUIAR, J. GIROTTI, V. B. S.; LINDAU, T. A. JULIANI, R. P. Habilidades de

conversação e desenvoltura em entrevista de emprego: aplicação de um programa de ensino baseado na análise do comportamento. **Researchgate**, 2016.Disponível em: <https://fatece.edu.br/arquivos/arquivos-revistas/trilhas/volume6/17.pdf >. Acesso em: 04/10/2021.

GULA, P.; PINHEIRO, N. Entre o limite e a esperança: relato de uma experiência em psicologia institucional. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 27, n. 2, p. 358-367, jun. 2007 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-98932007000200015&script=sci_abstract >Acesso em 04/10/2021.

LASSANCE, M. C.; SPARTA, M. (2003). A orientação profissional e as transformações no mundo do trabalho. ***Revista Brasileira de Orientação Profissional**, 4*(1/2), 2003, 13-19 p.

MELO, S. L.; BORGES, L. **O. A transição da universidade ao mercado de trabalho na ótica do jovem.** Psicologia: Ciência e Profissão [online]. v. 27, n. 3, 2007, 376-395 p. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932007000300002>. Acesso em: 04/10/2021.

PARENTE, C. Whatsapp volta a funcionar hoje. **O Povo.** São Paulo, 04 out. 2021. Disponível em: <https://www.opovo.com.br/noticias/tecnologia/2021/10/04/whatsapp-volta-a-funcionar-hoje-4-instagram-e-facebook-tambem.html> acesso em 15/11/2021

SARRIERA, J. C.; VERDIN, R. Os Jovens à Procura do Trabalho: uma Análise Qualitativa. **Revista PSICO.** Porto Alegre, v. 27, n. 1, pp. 59-70, 1996.

SOARES, D. H. P. **A escolha profissional do jovem adulto.** São Paulo: Summus. (2002)

TEIXEIRA, M. A. P.; GOMES, W. B. Estou me formando... e agora?: Reflexões e perspectivas de jovens formandos universitários. **Revista Brasil Orientação Profissional.** São Paulo, v.5, n. 1, junho 2004, 47-62 p. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?= sci_arttext & pid=S1679-33902004000100005 & lng= pt\ nrm=iso> Acesso em 04/10/2021.

PROJETO DE VIDA PARA JOVENS DEPENDENTES DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS ATRAVÉS DA ARTE TERAPIA

Gabriela de Oliveira Ricardo[1], Thainá Guadagnin[1], Carla Barglini[1], Giseli Torres[1], Gláucia Regina Pelissari[2], Lissia Shataloff[3], Vanessa Jacqueline Monti Chavez[3]

INTRODUÇÃO

O consumo de substâncias psicoativas, segundo Junior e Bittar (2013), é uma atividade recorrente desde os primórdios da humanidade e conquistou, com o passar do tempo, um importante lugar em rituais místicos, religiosos, situações sociais e até mesmo em procedimentos médicos. O seu consumo abusivo e dependência são considerados atualmente um grave problema sanitário mundial, possuindo ligação com comorbidades psíquicas e podendo ocasionar sofrimento mental nos indivíduos (LIMBERGER & ANDRETTA, 2017).

Segundo Valladares (2012), os cuidados assistenciais atuais voltados para esta área se encontram repletos de preconceitos, estigmas e despreparo profissional. A relevância desses fatores soma-se com a carência de pesquisas e estudos relacionados à eficácia das técnicas terapêuticas utilizadas. A rede assistencial necessita estabelecer uma aproximação entre os profissionais da saúde e os usuários através de atividades acolhedoras, criativas e envolventes (VALLADARES-TORRES, 2012).

De acordo com Valladares (2008) a arteterapia possui o fim de facilitar a valorização da subjetividade, a liberdade de expressão, a autonomia criativa, a produção de imagens, a função catártica e o desenvolvimento da comunicação. Sendo assim, a arteterapia converte-se em um caminho direcionado a individualização o que significa um processo de construção do indivíduo (JUNG, 2005).

Portanto, levando-se em consideração esses aspectos, este projeto tem por objetivo gerar autoconhecimento e autorreflexão aos jovens através do uso da arteterapia, possibilitando eles estabelecerem objetivos e perspectivas de seu projeto de vida.

MATERIAL E MÉTODOS

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Mentora. Psicóloga clínica especialista em Arteterapia, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Docente e Especialista do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica Descomplica, Foz do Iguaçu, Paraná.. E-mail: vanessa.chavez@descomplica.com

Este foi um projeto de vida com adolescentes em uso de substâncias psicoativas realizado através de sessões de arteterapia em grupo, utilizando-se de técnicas manuais artísticas. A Unidade de Acolhimento Infanto Juvenil solicitou a através de um processo seletivo da Uniamérica a oportunidade de participar de um projeto integrador. A coleta de dados sobre a demanda inicial foi realizada na Unidade de Acolhimento Infanto-juvenil (UAI), instituição que está ligada à Associação Fraternidade Aliança (AFA) e foi disponibilizada uma sala para a realizar as sessões dos encontros na União das Américas (Uniamérica).

As demandas surgiram por parte da própria instituição e, após a aprovação do projeto pelo diretor da instituição e da aceitação do mesmo pelos adolescentes, foi dado início às sessões. Participaram um total de 4 adolescentes entre 15 e 17 anos, do gênero masculino, que estavam sendo acolhidos pela instituição, sendo estes os critérios de inclusão na pesquisa. Os encontros ocorreram tanto na unidade como no Centro Universitário Uniamérica Descomplica e tiveram duração média de duas horas, seguindo os horários disponibilizados pela instituição. Ao todo foram realizados cinco encontros, onde foram trabalhados sub-eixos, sendo eles: profissões e mercado de trabalho, orientação profissional, projeto de vida e objetivos e metas.

O primeiro encontro foi uma visita às instalações da instituição com o intuito de estabelecer como funcionam os encontros, qual postura os pesquisadores deveriam possuir e para criação de vínculo prévia com os adolescentes. No segundo encontro, para trabalhar profissões e mercado de trabalho, foram utilizadas mandalas pintadas em telas junto de uma explicação sobre como ingressar na vida acadêmica. O terceiro encontro ocorreu através da participação dos acolhidos na Feira das Profissões realizada pelo Centro Acadêmico Uniamérica Descomplica, onde eles puderam realizar testes vocacionais e visitar os stands dos cursos que possuíam maior interesse. A argila foi utilizada como instrumento no terceiro encontro para ajudar na compreensão do projeto de vida, uma vez que planos e metas podem ser remodelados com o passar do tempo, assim como a argila. Metas e objetivos foram retratados no quinto e último encontro através do uso de recipientes que simbolizavam os próprios indivíduos. No recipiente, eles deveriam colocar as metas e objetivos que pretendiam alcançar durante a sua vida.

Por se tratar de uma pesquisa qualitativa não foi necessário a utilização de nenhuma observação para análise de dados,

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os desafios encontrados dizem respeito à realização dos encontros por conta de imprevistos ocorridos com os acolhidos, sendo eles remarcados diversas vezes. Participaram

quatro adolescentes toxicodependentes, entretanto, devido aos imprevistos, não foi possível contar com a participação de todos em cada um dos encontros.

A utilização das mandalas (**Figura 1**) para trabalhar o mercado de trabalho e as profissões gerou autoconhecimento e reflexão nos acolhidos sobre o que pretendiam realizar e quais profissões pretendiam seguir, entretanto, eles demonstraram não saber quais passos seguir para alcançar tais objetivos. Segundo Valladares-Torres (2013), a utilização de mandalas na arteterapia beneficia a conscientização de símbolos ocultos, favorece a reorganização psíquica e auxilia o autoconhecimento e a reabilitação dos toxicodependentes.

Figura 1. Mandala das profissões.

Os adolescentes se mostraram muito entusiasmados em participar da Feira das Profissões realizada pela Uniamérica. Este encontro se mostrou de suma importância já que os adolescentes ainda demonstraram possuir dúvidas sobre como ingressar em um curso superior e, deste modo, conseguiram se aprofundar melhor no assunto.

Os trabalhos artísticos de arteterapia permitiram que os participantes fizessem uma reflexão sobre suas vivências, estimulando a autonomia, ou seja, buscando tornar os indivíduos mais ativos em seu processo de vida. Para Lima e Valladares (2009) o atendimento a toxicodependentes requer, além do tratamento aos aspectos biológicos da doença, um resgate da criatividade e autonomia dos indivíduos, auxiliando na ampliação de todos os seus aspectos biopsicossociais.

A argila (**figura 2**) possui flexibilidade e permite novas possibilidades de construção, sendo possível fazer e refazer o processo, deste modo, trabalhando a autoconfiança. Ao ser utilizada como processo terapêutico, permitiu que os adolescentes, enquanto davam forma a matéria, pudessem se organizar e dominar interiormente, assim como observado por Ostrower (1987). Os participantes tiveram percepção de que, assim como em situações da vida, a argila pode ser moldada novamente quando necessário.

Figura 2. Argila “espelho da alma”.

A última vivência, através da confecção de um recipiente, dinâmica intitulada “baú do meu eu interior” (**figura 3**), trouxe reflexão ao participante sobre seus objetivos e metas. Este trabalho artístico permitiu que o adolescente entrasse em contato com o seu *self* e tivesse uma reflexão sobre quem ele é e o que pretende ser no futuro.

Figura 3. Baú do meu eu interior.

Os resultados deste projeto vão de encontro com os achados de Valladares (2008) que apontam os benefícios que a arteterapia traz ao equilíbrio emocional, promovendo a expressão e superação de angústias, bloqueios, medos, inseguranças, ansiedades e problemas, localizando o seu potencial criador e permitindo que o indivíduo possua uma relação mais saudável consigo mesmo. Essas vivências em arteterapia possibilitaram aos adolescentes um processo de reflexão pessoal e autoconhecimento, assim como um mergulho na consciência coletiva e pessoal, deste modo, encontrando símbolos que pudessem trazer significado à sua essência.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a utilização de técnicas da arteterapia nos toxicodependentes da Unidade de Acolhimento Infanto-Juvenil (UAI) estimulou o autoconhecimento, a criatividade, a reflexão e a autopercepção para a tomada de decisões sobre o próprio futuro. Ademais, fortaleceu a sensação de bem-estar e autoestima dos adolescentes.

Os efeitos terapêuticos existentes nas técnicas de arteterapia devem sempre que possível melhor explorados como instrumentos de auxílio aos cuidados da saúde mental, principalmente no âmbito das toxicomanias. Diante da dificuldade da adesão desses

indivíduos ao tratamento, faz-se necessária a implementação de técnicas motivadoras, criativas e inovadoras, assim como a utilização da argila, para se alcançar um maior sucesso no tratamento e na reabilitação psicossocial.

Considera-se que este projeto empregando técnicas de arteterapia no tratamento de toxicodependentes foi relevante pois, após os encontros eles expuseram vontade em cursar um curso de ensino superior, entretanto o encontro em específico foi a feira das profissões na qual a Instituição União das Américas mais descomplica ofertou. Os acolhidos se mostraram com mais interesse nos cursos de graduação, chegando até perguntar sobre como se inscrever no vestibular ou até como eles poderiam cursar o ensino superior em uma instituição pública. O projeto se desenvolveu cuidadosamente, prezando sempre o bem estar dos acolhidos de forma para que eles não se sentissem pressionados ou receosos, sempre mantendo um clima tranquilo e confortável, para que ali naquele momento eles pudessem se expressar através da arteterapia da qual maneira achassem melhor e através disso foi concluído o projeto.

REFERÊNCIAS

JUNG, C. G.; G, C. **Chegando ao inconsciente**. 15. ed. In: JUNG, 2005.

JÚNIOR, C. BITTAR, C. Fatores protetores contra o consumo de drogas, segundo a percepção de universitários. **Evidência**, v. 9, p. 81–95, 2013.

LIMA, A. P. F.; LIMA, C., C., C. R. O.; VALLADARES, A.C. , A. A simbologia de mãos e pés em sessões de Arteterapia com jovens adictos em fase de desintoxicação. **JORNADA BRASILEIRA DE ARTETERAPIA: Arteterapia, Musicoterapia e desenvolvimento humano**, v. 1, p. 208–218, 2009.

LIMBERGER, J.; ANDRETTA, I. Habilidades Sociais e Comorbidades Psiquiátricas de Mulheres Usuárias de Crack. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 17, n. 1, p. 103–117, 2018.

OSTROWER, F. **Criatividade e Processos de Criação**. Petrópolis: Editora Vozes Ltda, 1978.

VALLADARES, A.C. , A. Arteterapia: criatividade, arte e saúde mental com pacientes adictos. **JORNADA GOIANA DE ARTETERAPIA**, v. 2, p. 69– 85 9, 2008.

VALLADARES-TORRES, A.C. , A. **Atividades de Arteterapia como auxiliar na reabilitação de adolescentes usuários de drogas psicoativas e no fortalecimento da parceria ensino-serviço.** Rio de Janeiro: WAK, 2013.

PROMOÇÃO DA COMUNICAÇÃO ASSERTIVA NO AMBIENTE DE TRABALHO COMO PREVENÇÃO AO ESTRESSE OCUPACIONAL

Angelina Ebert Possato[1], Cintia Bispo[1], Lucimara Byhain de Oliveira[1],Nicole Machado de Carvalho[1], Lucas Ebert Possato[2], Lucas Renato Rampim Latrônico[3].

INTRODUÇÃO

Destaca-se a saúde como uma série de fatores que se complementam entre si, uma dessas variáveis é a questão ambiental, e como esta pode interferir no bem estar e na qualidade de vida de um indivíduo, é uma condição a ser considerada nas organizações, já que grande parte do dia, as pessoas vivem nesse ambiente, (SOUZA, 2007).

Condições desfavoráveis, como uma comunicação falhada, como diz Sangaletti (2018), e com ruídos ou ainda relações interpessoais destrutivas, podem gerar estresse no ambiente de trabalho. Souza (2007) define o estresse como um conjunto de fenômenos e consequências e não apenas de um evento isolado, é uma reação natural do organismo que ocorre quando vivenciamos situações de perigo ou ameaça. Esse mecanismo coloca o indivíduo em estado de alerta ou alarme, provocando alterações físicas e emocionais. Algumas situações indutoras dizem respeito ao ambiente físico em que o indivíduo está inserido. Um estado estressor, refere-se também, a estrutura física da empresa, as características do trabalho (função/cargo ocupado), o papel do indivíduo na organização, relacionamento entre colegas e outros fatores externos (familiares, por exemplo). Morais (2013) sugere que a coesão do grupo de uma empresa é essencial porque interfere diretamente no resultado final das atividades que são desempenhadas.

Monteiro, (2013), coloca que, saber comunicar-se assertivamente sugere saber falar o que se quer sem ofender o outro, e principalmente saber ouvir com empatia, evitando que as relações se desgastam. O uso de uma comunicação eficaz no ambiente profissional pode favorecer a criação de uma cultura positiva, trabalhando aspectos e condições favoráveis para diminuição do estresse e consequentemente qualidade de vida (MORAIS, 2013).

Filho, (2013) em seu artigo "*Comunicação assertiva e o relacionamento nas empresas*" define que a comunicação assertiva se trata de um conjunto de técnicas utilizadas para se atingir um diálogo mais eficaz. Ainda, Filho, (2013) coloca que nessa abordagem de

[1] Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro Universitário Comunitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná.
[2] Terapeuta Ocupacional formado pela Uniguaçu - Faesi, São Miguel do Iguaçu, Paraná;
[3] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – UniAmérica, Foz do Iguaçu, Paraná. E-mail: lucas.latronico@uniamerica.br

comunicação assertiva, o que se busca é uma comunicação respeitosa com a outra pessoa, com o próprio indivíduo e com o canal de comunicação.

De acordo com dados da Associação Internacional de Manejo do Estresse (ISMA-BR, 2019) cerca de 72% dos brasileiros são afetados pelo estresse ocupacional nos últimos anos, fator que acaba desencadeando adoecimento, e, 69% encontram-se estressados com o trabalho, o adoecimento causado nesse contexto envolve esgotamento total, cansaço excessivo físico e mental, tensão, ansiedade e até mesmo pânico. Ao observar esses dados é possível compreender que os profissionais de forma geral tem uma falta de preparo para lidar com o estresse no ambiente de trabalho, sendo assim a importância em trabalhar esse tema envolve colaborar com a capacidade do trabalhador em preservar sua saúde mental frente às adversidades, desenvolvendo sua função de forma saudável.

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA .

O projeto foi realizado numa clínica de saúde particular em Foz do Iguaçu, e contou com a participação de aproximadamente 11 funcionárias da empresa. Os encontros foram programados para 4 segundas-feiras, com a duração de 1 hora para trabalhar cada tema. No primeiro encontro, foi trabalhado sobre comunicação no trabalho, no segundo encontro o tema abordado foi relacionamento interpessoal, já na terceira semana o assunto foi sobre estresse ocupacional e para finalizar, no quarto e último encontro foi discutido sobre autoconhecimento e realização pessoal. Em cada encontro foram utilizados vídeos com conceitos básicos sobre cada tema para introduzir o assunto e após foi dedicado um tempo para debates e discussões, foram aplicadas também dinâmicas incentivando reflexões com objetivos específicos para cada tema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Pelas observações durante os encontros, das 11 funcionárias que participaram da intervenção, 10 demonstraram interesse e satisfação sobre o tema discutido. Uma delas, não quis dar um feedback por escrito, mas pelo fato de não querer retribuir, pode-se apenas levantar hipóteses, e não tomar conclusões negativas, é possível que ela não tenha entendido ou apenas não quis compartilhar sua opinião . Também pela observação e conversa com as colaboradoras, todas eram do sexo feminino, com faixa etária entre 18 e 40 anos. A recém chegada à empresa estava há 5 meses e a funcionária com mais tempo de serviço estava há 5 anos.

A empresa participante da intervenção, mostrou-se preocupada quanto a esse tema,

pelas observações realizadas na rotina e clima organizacional. Alguns dos objetivos propostos foram alcançados, como o incentivo a comunicação assertiva entre as funcionárias e a promoção para o autocuidado e práticas preventivas ao esgotamento mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Ao final dos encontros, percebe-se o quanto as discussões e atividades realizadas sobre o tema foram aceitos pelas colaboradoras da empresa. Elas perceberam a importância e grande contribuição positiva para diminuição do estresse e resultados satisfatórios, desde relacionamentos dentro da organização, exercício de suas respectivas funções até o atendimento ao público.

E para o grupo a contribuição para a aprendizagem em praticar a comunicação assertiva no dia a dia para o desenvolvimento pessoal e também acadêmico de cada integrante.

Para próximas pesquisas e projetos nesse contexto seria de grande valor contar com a equipe inteira da instituição, nesse projeto onde apenas algumas funcionárias participaram, relataram que os temas trabalhados poderiam agregar no desempenho do restante dos colaboradores também.

AGRADECIMENTOS

Em meio ao primeiro Projeto Integrador de Extensão presencial, foi um trabalho muito gratificante, onde gostaríamos de agradecer ao professor e orientador Lucas Latronico e a instituição de saúde por ter aceitado participar do projeto, trazendo um suporte e segurança para falar sobre as demandas trazidas pela instituição.

REFERÊNCIAS

FILHO, Antonio Gelis. COMUNICAÇÃO ASSERTIVA E O RELACIONAMENTO NAS EMPRESAS. GV Executivo, v. 12 n. 2, 2013. Disponível em https://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/gvexecutivo/article/view/20706 . Acesso em 29/11/2021.

LEMES, Priscila dos Santos. A IMPORTÂNCIA DA COMUNICAÇÃO INTERNA NAS ORGANIZAÇÕES E SUAS FERRAMENTAS. ASSIS – SP 2012. Disponível em https://cepein.femanet.com.br/BDigital/arqTccs/0911261102.pdf Acesso em 18/11/2021.

MENAN, Marcela Grubisich. A IMPORTÂNCIA DA COMUNICAÇÃO INTERNA NAS ORGANIZAÇÕES. Disponível em https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_9_1287601209.pdf Faculdade de Inesul. Londrina. São Paulo, 2009. Acesso em 01/11/21

MORAIS, Edna Maria. RELACIONAMENTO INTERPESSOAL NO AMBIENTE DE TRABALHO. 2013.

MONTEIRO, Bruna Daniela Santos. ENGAGEMENT E EMPATIA COMO PREDITORES DO BURNOUT. 2013.
REBECHI, Claudia Nociolini; FIGARO, Roseli. A COMUNICAÇÃO NO MUNDO DO TRABALHO E A COMUNICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO: DUAS DIMENSÕES DISTINTAS. Animus. Revista Interamericana de Comunicação Midiátic**a**, v. 12, n. 24, 2013.
SOUZA, Adriano Rodrigues et al. ESTRESSE E AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: CONTEXTO DA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO. Rev Rene, v. 8, n. 2, p. 26-34, 2007.
SAVECA, Paulo Tibério Armando; MONTERO, Fernando Pacheco; TEMBE, Vicente Alfredo. O STRESS OCUPACIONAL COMO FATOR PRINCIPAL DE RISCO PSICOSSOCIAL NO AMBIENTE DE TRABALHO. 2020.

PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO POR MEIO DE RODAS DE CONVERSA COM ALUNOS DA REDE ESTADUAL DE ENSINO DE FOZ DO IGUAÇU - PROJETO SETEMBRO AMARELO CAPS I

Ketty Ritter da Silva[1]Mayckon Jose Grassi[1] Thuane Conti Sostisso[1] Lissia Pinheiro Shataloff[2]

INTRODUÇÃO

Por ano, mais de 700 mil pessoas se suicidam, isto diz respeito a uma morte a cada 40 segundos (WHO, 2019). Para cada suicídio existem muitas outras tentativas que são realizadas a cada ano, estima-se que estas são 3 vezes maior em relação ao suicídio (WHO, 2017). O fenômeno é considerado um problema de saúde pública que afeta cidades, comunidades e países, sendo a quarta maior causa de mortes entre jovens de 15 a 29 anos e a quarta causa morte no Brasil (WHO, 2019). O suicídio é um fenômeno complexo e multifatorial, portanto considerar apenas uma única causa não é suficiente para explicar estecomportamento. Deste modo, é reconhecida a sua multicausalidade, considerando-se os aspectos biológicos, psicológicos, sociais, ambientais e culturais (WHO, 2014).

De acordo com Shneidman (1996), o suicídio não deve ser compreendido como um fato pré-determinado na vida do indivíduo, considerando que uma das principais características do ser humano é a capacidade de mudança. Portanto, pensar na prevenção do suicídio sempre será uma possibilidade. Pensar na prevenção do suicídio diz respeito a oferecer outras possibilidades de enfrentamentos das dificuldades que levam os indivíduos abuscar neste ato a solução para seu sofrimento (BOTEGA; WERLANG; CAIS; MACEDO 2006). Não existe uma causa definida para o suicídio, este na verdade é um resultado da interação de fatores, dentre eles: biológicos, genéticos, psicológicos, sociológicos, culturais, espirituais e ambientais (OMS, 2006). Existem também fatores de risco que são importantes para o comportamento suicida, que são: transtornos mentais, antecedentes familiares, abuso de substâncias, problemas físicos e situação social desfavorável como pobreza ou desemprego (MANN JJ, 2002). De acordo com Botega et. al. (2006), o suicídio não é uma perca no âmbito pessoal, mas também um sério problema de saúde pública, tendo a

[1] Acadêmicos do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas –Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná;

[2] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas – Uniamérica,Foz do Iguaçu, Paraná.

Email do autor correspondente: psicologia.foz@descomplica.com.br

necessidade da atenção na prevenção, acompanhamento e pósvenção quando for preciso. Existe um desafio para a prevenção do suicídio, e para isto é necessário a identificação de pessoas que estão em risco e que são assim vulneráveis. De acordo com a OMS (2006), é preciso estruturar intervenções eficazes, ou seja, desenvolver na comunidade iniciativas para prevenir e também para lidar com o comportamento suicida. Como o suicídio está entrea quarta causa morte entre a faixa etária de 15 a 29 anos no mundo, a prevenção principalmente nesta faixa etária é prioritária e carrega um caráter de urgência. Deste modo, cabe destacar que as ações de prevenção ao suicídio e de outros fatores que estejam ligados a este fenômeno, como o bullying e a autolesão, por exemplo, se fazem necessárias em ambientes como as escolas, já que o público principal a ser impactado serão os jovens e, também indiretamente, suas famílias. Para isto, justificam-se ações na modalidade de rodas de conversa, como salienta VIEIRA; ESTANISLAU; BRESSAN; BORDIN (2014), dizendo que: a abordagem cuidadosa e responsável dos problemas de saúde mental nas escolas tende a evitar impactos negativos destes problemas na vida do indivíduo, com destaque para situações como baixo rendimento acadêmico, frequência escolar baixa e evasão (VIEIRA et. al. 2014).

A escola é um lugar propício para se desenvolver projetos que visem à prevenção e a promoção de saúde, pois é onde se encontram a maioria destes jovens e adolescentes durante a maior parte do dia. Os educadores têm um papel fundamental, pois estão em contato direto com este público, mas necessitam de treinamento e capacitação para lideram com situações que envolvem o suicídio a automutilação e o bullying. No processo de prevenção é importante orientar a sociedade de modo geral do direito ao acesso a serviços de saúde mental que compõem a rede de atenção à saúde mental do município.

Conclui-se, portanto, que o projeto teve como objetivo geral conscientizar e orientar sobre o suicídio com o intuito de prevenir e detectar sinais iniciais de sofrimento psíquico, que possam evoluir para um quadro suicida. Neste sentido, ações voltadas para os alunos são importantes, como por exemplo a criação de espaços que oportunizem a fala e escuta sobre o tema, sendo as rodas de conversa facilitadoras deste processo de prevenção, contribuindo na quebra de mitos, tabus e estigmas sobre o suicídio, juntamente com o oferecimento de um espaço seguro, acolhedor e ético para a fala, além de orientar sobre o acesso a meios de ajuda profissional relacionados à saúde mental, encorajando os participantes a procurarem tratamento, e, por fim, obtendo dados sobre as demandas relacionadas à saúde mental nas escolas.

MÉTODO

A proposta inicial do projeto visou promover uma ação de promoção a saúde, em

referência ao Setembro Amarelo, mês estratégico elencado pelo Ministério da Saúde para o aporte concentrado de ações de prevenção ao suicídio. O cerne da proposta foi conciliar junto à uma roda de conversa com os alunos do ensino médio, um instrumento de mensuração de risco ao suicídio, que pudesse ser também realizado de forma abrangente com toda a rede estadual, levando em consideração a incongruência notória entre os dados relativos ao suicídio apresentados pelo Ministério da Saúde e o cotidiano profissional vivenciado pela RAPS - Rede de Atenção Psicossocial. As rodas de conversa serão realizadas nas datas, locais e públicos a seguir descritos:

Dia 20/09/2021 das 08:00 até as 09:30hrs - Roda de Conversa com os alunos do ensino médio (1°, 2° e 3° anos), com aproximadamente 25 alunos, do Colégio Estadual Monsenhor Guilherme e das 10:00 até as 11:30hrs - Roda de Conversa com alunos do ensino fundamental (6°, 7°, 8° e 9° anos), com aproximadamente 25 alunos, do Colégio Estadual Monsenhor Guilherme de Foz do Iguaçu. Dia 21/09/2021 das 08:00 até as 09:30hrs - Roda de Conversa com alunos do 2° ano, com aproximadamente 20 alunos, do ensino médio do Colégio Estadual Tancredo de Almeida Neves e das 10:00 até as 11:30hrs - Roda de Conversa com alunos do 2° ano, com aproximadamente 20 alunos do ensino médio do Colégio Estadual Tancredo de Almeida Neves de Foz do Iguaçu.

O objetivo das rodas de conversa visou a conscientização afim de facilitar a quebra de mitos, tabus e estigmas relacionados ao fenômeno do suicídio como também ofertar um espaço seguro, acolhedor e ético para falar sobre assuntos relacionados a prevenção ao suicídio, salientando e destacando aos participantes orientações sobre o acesso aos meios de ajuda relacionados à saúde mental. Ao final, foi realizado a aplicação do instrumento de mensuração de risco ao suicídio construído pelo CAPSi de Foz do Iguaçu, onde os participantes foram convidados a responderem de forma anônima. Foi realizado também uma ampla orientação sobre o acesso de ajuda profissional, além de ter sido repassado para equipe pedagógica alguns casos observados para posterior encaminhamento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tendo em vista os objetivos do projeto através da realização das rodas de conversa nos colégios, os alunos receberam orientações a respeito da identificação de sinais verbais e não verbais sobre o comportamento suicida, fatores de proteção e de risco, onde procurar ajuda, como oferecer ajuda além de terem um espaço de fala e acolhimento. Considera-se, portanto, de acordo com a OMS (2017) que uma parcela de mortes por suicídio pode ser evitada por meio da utilização correta de estratégias de prevenção que envolve a colaboração de diferentes setores da sociedade. Deste modo é preciso que haja um esforço integrado levando em consideração que nenhuma abordagem realizada sozinha terá o

impacto necessário em um tema tão abrangente e complexo como o suicídio (WHO, 2017).

Observou-se a necessidade demonstrada pelos participantes de falar sobre seus sentimentos, conflitos, angústias, relatos de tentativas de suicídio e de comportamentos autodestrutivos. Segue o relato de um adolescente: "*Eu tenho tentado fazer piada com tudo, fingindo estar feliz, mas por dentro não é bem assim, já tentei suicídio algumas vezes, me corto e ando muito estressado … mas ninguém lá em casa me escuta … preciso de ajuda*". Isto foi possível principalmente pelo respeito e acolhimento como os facilitadores abordaram o assunto, como salienta a OMS a respeito dizendo que: a comunicação, quando realizada de maneira cuidadosa, acurada e apropriada, se torna uma ferramenta de prevenção ao suicídio (OMS, 2000).

Percebeu-se assim, que ofertar um espaço seguro, acolhedor e ético para falar sobreassuntos relacionados a prevenção ao suicídio faz parte das muitas ações possíveis de minimizar os casos e encorajar os participantes a procurarem ajuda profissional. Rodas de conversa são intervenções que possibilitam o surgimento de novas possibilidades num movimento de perceber, refletir, agir e modificar, no qual os sujeitos podem se reconhecer enquanto condutores de suas ações e de suas potencialidades, adequada para a construção de um espaço democrático e plural. (SAMPAIO; SANTOS; AGOSTINI; SALVADOR, 2014). Ao falar sobre suicídio é importante explorar alternativas de enfrentamento de problemas que não o morrer, expressando respeito, aceitação, cuidado e afetividade pelo outro, de modo honesto e autêntico, valorizando forças e potencial de saúde além de mapear caminhos de cuidado (OMS,2000).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O fenômeno do suicido é um fenômeno complexo e multifatorial que tem grande prevalência entre jovens e adolescentes. Deste modo, a escola torna-se o ambiente onde este público se concentra a maior parte do dia, o que torna viável projetos e ações neste ambiente para este público. No projeto acima descrito observou-se que a modalidade de roda de conversa é eficiente para conscientizar e orientar com o intuito de prevenir e detectar sinais iniciais de sofrimento psíquico que possam evoluir para um quadro de suicídio. Percebeu-se que, através de um ambiente e atitude acolhedora, os participantes se sentiram à vontade para falar sobre suas demandas e questões relacionadas ao sofrimento psíquico e a busca por ajuda especializada. Considera-se, deste modo, a importância de que projetos voltados para prevenção ao suicídio aconteçam de forma frequente nestes ambientes e possam ser mais duradouros.

REFERÊNCIAS

BOTEGA, Neury José et al. **Prevenção do comportamento suicida**. Psico, v. 37, n. 3, p. 5,2006.

MANN, J. John. **A current perspective of suicide and attempted suicide**. Annals of internal medicine, v. 136, n. 4, p. 302-311, 2002.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Prevenção do suicídio, um recurso para conselheiros.** 2006.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Prevenção do suicídio: Um manual para profissionais da mídia.** Genebra: OMS, 2000.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Prevenção do suicídio: Um manual para profissionais da saúde em atenção primária.** Genebra: OMS, 2000.

SAMPAIO, Juliana et al. **Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano.** Interface, Botucatu , v. 18, supl. 2, p. 1299-1311, 2014.

SHNEIDMAN, Edwin S. **The suicidal mind**. Oxford University Press, USA, 1998.

VIEIRA, Marlene A. et al. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber.** Porto Alegre: Artmed, p. 13-24, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World Health Statistics 2017: Monitoring health for the SDGs.** 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Preventing suicide: a community engagement toolkit.** 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **First who report on suicide prevention**. 2014.

"PSICOLOGIA ALÉM DA CLÍNICA": PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE PRÉ-INCUBAÇÃO

Ana Cristina da Silva Alves[1]; Carla Patricia de Souza Cavalari[1]; Fernanda Winck Rizzotto[1]; Juliana Spricigo Araujo Holler[1];Susana Maria Carvalho Brasil de Moura[1];Lissia Maria Pinheiro Shataloff[2];Júlio Cesar Andrade[3].

INTRODUÇÃO

A Psicologia possui uma ampla gama de possibilidades de atuação junto à comunidade. Como exemplos podemos citar: atendimentos clínicos; capacitação e treinamentos, desenvolvimento de pesquisas, demandas organizacionais, avaliação psicológica e neuropsicológica, elaboração e execução de projetos sociais, entre outras (BOCK et al., 2002).

Segundo Mattos e Souza (2019) a respeito da atuação dos psicólogos, os setores público municipal e empresa privada são seus maiores empregadores (20% em ambos), seguidos de profissionais autônomos ou liberais (16,3%) e setor público federal (11,3%). Os profissionais costumam atuar na modalidade individual e/ou em equipe multidisciplinar (31% em ambos), equipe interdisciplinar e/ou com outros psicólogos (19% e 13% respectivamente).

Na cidade de Foz do Iguaçu, com 258.000 habitantes de 72 nacionalidades (IBGE, 2020), os serviços de psicologia são prestados por profissionais liberais e empresas especializadas, não se identificando no mercado a oferta de atendimento integral sob a ótica de profissionais que compartilhem dos mesmos valores profissionais com atuação integrada, desde as etapas de planejamento das ações, execução e avaliação de resultados.

De acordo com dados do CNES-DATASUS (2021), Foz do Iguaçu conta com 10 estabelecimentos especializados em atendimento psicossocial vinculados ao Sistema Único de Saúde - SUS. E, segundo o Conselho Regional de Psicologia – CRP (2021), conta atualmente com 717 profissionais e 25 empresas inscritos como ativos.

Diante deste cenário, o presente trabalho tem como objetivo geral a criação de espaço

[1] Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário União das Américas;
[2] Coordenadora do curso de Psicologia do Centro Universitário União das Américas, Mestre em Psicologia Social e das Organizações, Foz do Iguaçu, Paraná.
[3] Bacharel em Administração, especialista em Gestão Financeira e Consultor Empresarial. Mentor do Projeto Integrador.

E-mail do autor correspondente: psicologia@uniamerica.br

único multiprofissional que integre diferentes áreas da psicologia, com atuação conjunta e colaborativa da equipe de profissionais, constituindo o Instituto de Psicologia além da clínica. O Instituto também se propõe a investir na viabilidade de participação em projetos que visem a captação dos recursos nas esferas pública e privada para execução de ações psicossociais; no atendimento de demandas reprimidas em instituições público/privadas; na promoção de eventos e formações na área da psicologia. Para isto, os objetivos específicos compõem buscar orientações sobre incubação de empresas, submeter ideia de negócio a processo seletivo para vaga em projeto de incubação de empresas no Espaço de empreendedorismo da Uniamérica - Supernova, a fim de estruturar plano de negócios e criar identidade da empresa. Tal programa tem como objetivo: “Selecionar ideias ou projetos, cujos produtos, processos ou serviços propostos estejam alinhados com as áreas afins dos cursos e/ou das pesquisas conduzidas pela UNIAMÉRICA”. Conforme Edital 2021-1 (2020), a fase inicial da construção de uma empresa, é denominada Pré-incubação. Neste processo os empreendedores recebem assessoria e capacitação para a partir da ideia/projeto inicial, estruturar um plano de negócios viável.

Com a participação neste processo será possível alcançar o objetivo geral pretendido, de criar um espaço único na cidade de Foz do Iguaçu que integre diferentes áreas de atuação da psicologia.

METODOLOGIA

O projeto tem caráter quali-quantitativo, tendo ocorrido no Espaço de Empreendedorismo Supernova, pertencente à Uniamérica e contando com a participação das autoras do artigo e os profissionais que atuam como mentores no programa de pré-incubação. Os instrumentos utilizados são os entregues em mentoria, como o Quadro Lean Canvas, o Plano de Negócios, documentos específicos para Análise de Concorrentes, Integração de Stakeholders e Estratégias de Inovação, entre outros específicos de cada mentoria. Os procedimentos envolvem a análise e revisão bibliográfica, participação de processo seletivo, reuniões de alinhamento, capacitação e assessoria relacionados ao processo de pré-incubação com o intuito de construir um plano de negócios viável.

Para realização da inscrição no Programa de Seleção de Ideias e Projetos para Pré-Incubação, do Centro Universitário União das Américas – UNIAMÉRICA (2021-1), foi necessário preencher os dados das participantes e a ideia de negócio.

Conforme manual disponibilizado pelo espaço supernova (2021), a participação no programa de pré-incubação contempla mentoria em 15 módulos: introdução ao programa; perfil empreendedor; mindset do empreendedor; empreendedorismo consciente; estratégia de inovação; mapeamento e a integração de *stakeholders* (acionistas); identificação de riscos;

lapidação de problema e solução; cultura e liderança; marketing Consciente; MVP; produto e mercado; finanças; finanças 2; *Pitch* (aprendizagem de como apresentar o produto ou negócio desenvolvido). Após isto, será realizada a apresentação das ideias a uma comissão avaliadora, para averiguar se o projeto seguirá para a incubação ou passará novamente por pré-incubação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apesar de o cronograma deste projeto ter chegado ao fim, o processo de pré-incubação ainda está em andamento, o que implica apresentação de resultados parciais.

Até o momento, a confecção do plano de negócios está sendo feita por etapas, com porcentagens de conclusão apresentadas a seguir: Dados do Empreendimento - 30% estruturado; Ideologia do empreendimento (Propósito, Missão, Visão e Valores) - 90%; Mercado - stakeholders- stakeholders primários e suas necessidades - 60%; Mercado - Concorrência– Concorrência - 30%; Marketing - 50%; Plano financeiro - 0%

O plano de negócios é a maneira de assegurar como o empreendimento vai se comportar nos próximos anos, aumentando assim as chances de sucesso. Antes, vai confirmar se a transformação da ideia em um produto ou serviço é viável ou não. Se prosseguindo o empreendimento, esse documento ajudará o empreendedor seguir o planejamento feito, sem sair da “rota traçada” (CUNHA et.al, 2018)

As orientações da mentoria para elaboração do Plano de negócios estavam alinhadas com nosso propósito, por estarem fundamentadas no Capitalismo Consciente: uma forma de capitalismo que visa para além da obtenção do lucro. Busca a relação ganha-ganha para todos os envolvidos, guiados pelo propósito evolutivo de contribuir com o desenvolvimento das pessoas e do mundo de maneira sustentável. (SISODIA et.al, 2018)

Outra forma de resultados obtidos são os quali-quantitativos, que envolvem as notas e o feedback obtidos dos mentores da Supernova, e também dos profissionais avaliadores da pré-banca. O consenso de ambas as partes é que o projeto é inovador, com equipe coesa e alinhada. Até o momento as notas obtidas encontram-se dentro ou acima da média, não sendo possível apresentar as notas finais pois o processo ainda está em andamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A participação na pré-incubação tem como efeito o amadurecimento tanto da ideia concreta do empreendimento, quanto das relações e visão de cada uma das integrantes. Empreender além da concretização de um propósito, visa o desenvolvimento da sociedade de forma produtiva e harmoniosa, proporcionando crescimento e prosperidade para todos os sujeitos. Evidencia-se que empreender assume grande importância com vista a concretização

de propósito e desenvolvimento social.

O conteúdo apresentado nos módulos contempla os objetivos visualizados neste projeto, que incluem a elaboração do plano de negócios e identidade da empresa. Considerando o contexto acadêmico se faz pertinente evidenciar também, que a metodologia ativa adotada pela Uniamérica proporcionou por meio dos projetos integradores, tanto a constituição da equipe quanto da ideia de negócio.

O impacto do negócio a nível pessoal para as pessoas que empreendem, envolve a busca pelo sucesso profissional não visando apenas lucro financeiro, mas também pela valorização do potencial dos indivíduos presentes nas diversas esferas sociais.

Com os resultados obtidos até o momento foi possível perceber o potencial de empreendedorismo para a psicologia, considerando seu universo de possibilidades de áreas de atuação. Apesar de não ser tão comum o empreendedorismo na área da psicologia, não foi percebido limites para que ocorra de forma produtiva. Inclusive ao participar desse projeto evidenciou-se que habilidades e competências necessárias para essa área de atuação, foram fomentadas. As orientações recebidas neste processo desafiam-nos a questionar permanentemente o projeto inicial, aproximando-nos da estruturação do instituto com vistas à realidade do mercado.

REFERÊNCIAS

BOCK, A. M. B. *et al* (org.). **Psicologia: uma introdução ao estudo de psicologia**. 13. ed. São Paulo: Editora Saraiva, 2002. 368 p.

CUNHA, Christiano França; SANTOS, Anderson; MERLO, Edgard Monforte. Plano de negócio. In: FARAH, Osvaldo Elias; CAVALCANTI. Marly; MARCONDES, Luciana Passos (Orgs.). **Empreendedorismo estratégico: Criação e gestão de pequenas empresas.** 2ª Ed. São Paulo: Cengage, 2018, p. 29-40.

CNESNet , Secretaria de Atenção à saúde. Cadastro Nacional de Estabelecimentos de saúde. Disponível em:<http://cnes2.datasus.gov.br/> Acesso em: 22 mar. 2021.

CRP 8a. REGIÃO, Conselho Regional de Psicologia do Paraná. **Dados quantitativos profissionais da Psicologia em Foz do Iguaçu**. [mensagem pessoal]. Mensagem enviada por <crp08@crppr.org.br>. em: 22 mar. 2021.

IBGE. **Foz do Iguaçu - PR.** Portal do Governo Brasileiro, Instituto de Geografia e Estatísticas, 2020. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pr/foz-do-iguacu/panorama>. Acesso em: 22 mar. 2021.

MATTOS, Valéria de Bettio; SOUZA, Gabriela Amâncio. Entre a tradição e inovação da prática profissional do psicólogo: considerações sobre atuação dos egressos da Universidade Federal de Santa Catarina - Brasil. **Creativity and Educational Innovation Review**, n. 3, 2019, p.p. 86-103. ISSN 2603-6061 • DOI 10.7203/CREATIVITY.3.15995. Disponível em: https://ojs.uv.es/index.php/creativity/article/view/15995. Acesso em: 08 mar. 2021.

SISODIA , R.; TIMOTHY, H.; ECKSCHMIDT, T. **Capitalismo Consciente Guia Prático: Ferramentas para transformar sua organização.** Tradução de Silvia Morita. 1a. ed. [S.l.]: Editora Vôo, 2018. 432 p.

UNIAMÉRICA, Centro Universitário União das Américas. **Edital para seleção de ideias e projetos para pré-incubação – 2021-1.** Espaço Supernova, Foz do Iguaçu/PR, novembro de 2020. Disponível em:<https://uniamerica.br/supernova>. Acesso em 22 de fevereiro de 2021.

UNIAMÉRICA, Espaço Supernova. **Programa de Pré-incubação espaço supernova, descrição dos módulos aos participantes**. 2021, 7 páginas.

SAÚDE MENTAL E AMAMENTAÇÃO

Cintia Cristiane Birkheuer Costa[1] Lorraine Vieira Savedra[1] Pamela Kelly dos Santos[1] Tony I Ron Tsai[2] Vânia Hernandes[3] Bruna Moraes de Aguiar[4]

INTRODUÇÃO

A fase puerperal ocorre a partir do nascimento do bebê até 12 semanas após o parto. Nesta fase a mãe passa por diversos sentimentos, os principais são os sentimentos de medo e ansiedade. Medo da dor do parto, medo de complicações no parto, imprevisibilidade, entre outros. De acordo com KLEIN; GUEDES, 2008, a gestação envolve fatores biopsicossociais, pois a gestação traz muitas mudanças, não apenas no organismo da mulher, mas também no seu bem-estar psicológico, emocional e social.

Entre as alterações e transtornos que podem ser causados no final da gestação e no período puerperal distinguem-se: Baby blues, depressão pós-parto e psicose puerperal.

Baby blues é causado por alterações hormonais, caracterizado por sintomas depressivos leves, como melancolia, choro, sensibilidade, euforia, oscilações de humor. Ele pode surgir a partir do segundo ao terceiro dia após o parto, tem duração de aproximadame duas semanas e acomete de 50% a 85% das puérperas. O baby blues não é patológico e não impede que a mãe realize suas atividades e cuide do bebê. (SARMENTO; SETÚBAL; 2003).

Depressão pós-parto consiste em uma perturbação emocional, onde os sentimentos são intensos e duradouros, que exigem um acompanhamento especializado, a depressão pós-parto atinge de 10% a 20% das mulheres. Os sintomas mais comuns são: apatia, crises de choro, tristeza profunda, alterações do sono, falta de apetite, pensamentos recorrentes de morte, culpa excessiva, sentimento de inadequação, podendo, em casos graves, levar até a rejeição ao bebê. (SARMENTO; SETÚBAL, 2003).

A psicose puerperal é um transtorno mental, que provoca o afastamento da realidade, a mulher vivencia delírios, alucinações, desconfiança excessiva, obsessividade, despersonalização, confusão mental, pode não reconhecer seu bebê, machucar a si mesma e ao bebê. A psicose puerperal é grave, e há riscos de suicídio e infanticídios nesse quadro. Ela ocorre entre 0,1% a 0,2% das puérperas. (CANTILINO *et al*., 2010).

Um aspecto muito discutido e que deve ser destacado na maternidade é a amamentação, considerada um fator importante para a criação de vínculo mãe e bebê por este motivo o Ministério da Saúde promove campanhas de aleitamento materno anualmente.

Existem inúmeras vantagens físicas e psicológicas no aleitamento materno, tanto para mãe como para o bebê. Podemos destacar, por exemplo: a redução da incidência da depressão pós parto; amamentar ajuda no controle da natalidade; que tem uma taxa de

proteção de 98% nos primeiros seis meses de vida do bebê, tem efeito protetor contra o câncer de mama e de ovário; a amamentação reduz o risco da mãe e do bebê em desenvolverdiabetes tipo 2; a amamentação previne alergias, anemia e infecções respiratórias; reforça darelação psico-afetiva mãe/bebê; reforça o sentimento de auto-estima e de sucesso materno.

Diante da relevância do tema para comunidade acadêmica e sociedade, se faz necessário abordar a temática, uma vez que a fase puerperal pode trazer muitas dúvidas e receios em relação às emoções vivenciadas e o despreparo para lidar com elas, é frequente entre as lactantes. Além dos falsos conceitos sobre a amamentação presentes em suas realidades. É importante ressaltar os benefícios que a amamentação proporciona para a mulher e para o bebê.

A depressão pós-parto é um problema de saúde pública que afeta a mãe e o desenvolvimento do bebê e pode durar vários meses, além disso mulheres que desenvolvem depressão pós-parto são mais propensas a desenvolver depressão em outro momento da vida.

Neste sentido, este projeto justifica-se por um lado, pelas contribuições que trazem à comunidade, quanto à compreensão da saúde mental das lactantes, e, de outro lado, às acadêmicas do Curso de Psicologia, por contribuir para a sua formação profissional e pessoal.

MÉTODO

O Projeto foi realizado através de encontros virtuais síncronos na plataforma Google Meet, uma ferramenta que permite criar grupos de videochamadas desenvolvida pela Google. Utilizamos ferramentas como notebook, celular, WhatsApp, PowerPoint e aplicativo de edição Canva.

As participantes foram as mães e doadoras de leite cadastradas no Banco de Leite Humano de Foz do Iguaçu, inaugurado na cidade em 2004 com o objetivo promover, apoiar e proteger o aleitamento materno.

O projeto foi realizado em quatro encontros, com duração de uma hora e meia cada encontro. Em cada encontro, foi abordado um tema. No primeiro encontro foi apresentado o grupo e o projeto, também foi realizado um Quiz, com o objetivo de identificar mitos e verdades sobre a amamentação, em que as participantes responderam de acordo com o que acreditam, a fim de “quebrar o gelo” entre o grupo e promover um momento de descontração e após o quiz também foi tratado os benefícios da amamentação para a mãe e para o bebê, abordando os benefícios nutricionais, emocionais e físicos.

O segundo encontro abordou sobre a importância da rede de apoio na amamentação, que auxilia na troca de informações e fortalecimento de vínculos mãe e bebê. O terceiro encontro teve como objetivo explicar os aspectos psicológicos na amamentação, informando

e diferenciando sobre os transtornos psicológicos baby blues, depressão pós parto e psicose puerperal, o quarto e último encontro foi abordado o desenvolvimento do bebê, em conjunto com o encerramento do projeto e agradecimento das participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Andrade et al. (2015) mesmo com as informações a respeito do aleitamento materno ao alcance de muitas mulheres, por meio do pré-natal, cursos de gestantes, pelos canais midiáticos, é no período puerperal que a orientação e apoio devem ser mais reforçados, desmistificando crenças e conscientizando de que a amamentação vai muito além do ato de amamentar o bebê. Ao abordar a temática dos benefícios do aleitamento materno tanto para mãe como para o bebê, notou-se que muitas mães sabiam da importância da amamentação exclusiva até os seis meses, e como o leite materno influencia significativamente no crescimento e desenvolvimento do bebê. Muitas das participantes já tinham decidido praticar o aleitamento materno antes do nascimento da criança.

Existem muitos receios das mães em relação ao desenvolvimento de seus filhos, por temer que não estão se desenvolvendo no tempo que deveria ser considerado o ideal para aquela fase que a criança está vivenciando. Sendo importante considerar no encontro que cada criança é singular e pode se desenvolver dentro de seus limites.

Andrade et al. (2015) também pontuam que o meio em que a puérpera está inserida influencia fortemente na amamentação, nesse sentido, o apoio, auxílio e incentivo é fundamental para lidar de forma menos intensa e dificultosa com esse período, porém muitos familiares e a rede de apoio em geral, podem não estarem prontos para auxiliar na amamentação. Muitos palpites e orientações diferentes podem ser fatores de estresse e ansiedade na puérpera.

Foi possível perceber que muitas mulheres reconhecem a importância da rede de apoio assim como a importância de impor limites a partir do momento em que identificarem que a rede de apoio se torna invasiva.

Foi possível observar que algumas das participantes desconheciam a maioria dos transtornos psicológicos, sintomas e fatores de risco que foram apresentados no encontro, e também poderiam apresentar dificuldades para diferenciar baby blues de depressão pós parto.

Além disso, Sarmento e Setúbal (2003) destacam que algumas mulheres já podem ter passado pelo *Baby blues*, e nem souberam identificar naquele momento. Por não entenderem que se trata de um período de alterações hormonais que pode influenciar nas suas emoções e comportamentos. Muitas mulheres que passam pela depressão pós parto, podem não compartilhar com sua rede de apoio e procurar ajuda especializada, por ser um assunto pouco abordado e que muitas pessoas romantizam a maternidade possuindo julgamentos a respeito

dos transtornos psicológicos, o que por consequência dificulta na intervenção precoce.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final deste projeto, consideramos que mulheres no período puerperal estão mais vulneráveis e podem desenvolver transtornos psicológicos causados pelas diversas alterações hormonais nesse período.

A depressão pós parto é um problema de saúde pública que tem se agravado nos últimos anos e muitos casos não chegam ao diagnóstico. Além disso, a depressão pós parto pode afetar a produção do leite materno, impedir a criação de vínculos entre mãe e bebê.

Nesse sentido, é fundamental o acolhimento dos familiares e dos profissionais de saúde na observação dos sintomas para que se possa realizar a intervenção precoce e amenizar os prejuízos que podem ser causados tanto para a mãe quanto para o bebê.

AGRADECIMENTOS

A conclusão do projeto contou com a participação de Roseli Cristiane de Oliveira, coordenadora do Banco de Leite Humano de Foz do Iguaçu, que prestou auxílio durante o desenvolvimento do projeto e Bruna Moraes de Aguiar, orientadora do projeto que através do seu conhecimento deu o auxílio necessário para a conclusão do projeto.

REFERÊNCIAS

1. ANDRADE, Raquel Dully; SANTOS, Jaqueline Silva; MAIA, Maria Ambrosina Cardoso;MELLO, Débora Falleiros de. Factors related to women's health in puerperium andrepercussions on child health. **Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem**, [S.L.], v. 19, n. 1, p. 181-186, mar. 2015. FapUNIFESP(SciELO). Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452015000100181> Acesso em: 21 maio 2021.

2. CANTILINO, Amaury; ZAMBALDI, Carla Fonseca; SOUGEY, Everton Botelho; RENNÓ JUNIOR, Joel. Transtornos psiquiátricos no pós-parto. **Archives Of Clinical Psychiatry** (São Paulo), [S.L.], v. 37, n. 6, p. 288-294, 2010. FapUNIFESP(SciELO). Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832010000600006> Acesso em: 21 mar. 2021.

3. FERREIRA, Cátia; SILVA, Vanessa; GUERRA, Cláudia; SILVA, Ana Isabel; ROSÁRIO, Rafaela. Depressão pós-parto: deteção precoce e fatores associados. **Acta Obstétrica e Ginecológica Portuguesa**, Coimbra, v. 4, n. 12, p. 262-267, dez. 2018. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-58302018000400003> Acesso em: 26 abr. 2021.

4. IACONELLI, Vera. Depressão pós-parto, psicose pós parto e tristeza materna. **Pediatria Moderna**, São Paulo, v. 4, n. 41, p. 01-07, jul. 2005. Disponível em:

<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/1927.pdf> Acesso em: 08 abr. 2021.

5. KLEIN, Michele Moreira de Souza; GUEDES, Carla Ribeiro. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. **Psicologia:Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 28, n. 4, p. 862-871, 2008. FapUNIFESP(SciELO). Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932008000400016&lng=pt&tlng=pt> Acesso em: 21 mar. 2021.

6. SARMENTO, Regina; SETUBAL, Maria Silvia Vellutini. Abordagem psicológica em obstetrícia: aspectos emocionais na gravidez, parto e puerpério. **Rev. Ciênc. Méd, Campinas**, v. 12, n. 3, p. 261-268, set. 2003. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0204/pdfs/IS24(2)051.pdf> Acesso em: 21 mar. 2021.

VIDAS E CORPOS PERFEITOS: O CONTROLE DE MULHERES POR MEIO DO PADRÃO DE BELEZA INALCANÇÁVEL

Fernanda Della Libera[1] Michelle Luiza de Rosso[1] Patrícia de Souza Pinheiro[1] Sabrina Meneghim Koxne[1] Rafaela Zago de Mello[2] Lucas Renato Rampim Latrônico [3]

1. INTRODUÇÃO

É consenso na literatura disponível sobre a temática que os padrões estéticos são culturalmente impostos e tem como principal alvo os corpos e mentes femininas. De acordo com Beauvoir (1949), os distúrbios referentes à autoimagem e a pressão estética em mulheres são alguns dos mecanismos de controle edificados pela sociedade capitalista vigente, tendo em vista que a indústria da beleza lucra fartamente nesse contexto.

Para Wolf (2019, p. 31.), “O mito da beleza não tem absolutamente nada a ver com as mulheres. Ele gira em torno das instituições masculinas e do poder institucional dos homens”.

Diante deste contexto, onde o corpo perpassa a imagem, tornando-se um potente fator de afetação da subjetividade feminina, as autoras Mônica Cristine Fort, Ivania Skura e Cristina Brisolara (2016), exploram a ligação entre identidade, imagem corporal e aceitação, chamando a atenção para problemas na saúde mental como ansiedade e depressão.

Nesta conjuntura, destaca-se a importância da construção de novos saberes e do ativismo feminino, como afirma Santos (2008, p. 147) “os protagonistas não são as classes sociais, mas grupos sociais, com interesses coletivos e algumas vezes muito localizados”, estruturando novas formas de expressão, organização coletiva, individual e pertencimento destas mulheres.

Pensando nisso, este projeto tem como intuito promover a emancipação feminina através da consciência das construções de gênero e feminilidade, oportunizando a troca de vivências e o debate grupal destes conceitos, incorporando o estudo teórico destes mecanismos de controle, investigando como mulheres sentem a pressão destes padrões de beleza e o impacto destas reflexões em grupo como instrumento de mudanças positivas na vida e no fortalecimento da subjetividade dessas mulheres.

2. METODOLOGIA

O projeto foi realizado de forma online, através da plataforma digital *Google Meet®*. Participaram dos encontros 17 acadêmicas dos cursos de graduação de psicologia e pedagogia, do Centro Universitário UniAmérica.

Os instrumentos utilizados no percurso do projeto foram *Google Meet®, Instagram®,*

Pacote Office®, Mentimeter®, Youtube®, WhatsApp®, questionário sociodemográfico e em relação a autoimagem, questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência (SATAQ-4), formulário de pesquisa de feedback.

Segundo Schaefer, et.al. (2015) apud Silva (2018), o SATAQ-4 é composto por 22 itens, divididos em 5 fatores, três que avaliam pressões socioculturais (pais, pares e mídia), assim como duas subescalas de internalização do padrão de beleza (magreza/baixa gordura corporal e muscular/atlético). As respostas são classificadas em escala Likert de 5 pontos, variando de 1 (discordo totalmente) e 5 (concordo totalmente). Segundo os autores, a pontuação final diz respeito à influência dos aspectos socioculturais na imagem corporal.

No que refere-se aos procedimentos, foi aplicado um formulário online com o objetivo de obter informações das participantes (idade, curso, contato e disponibilidade), e um grupo no aplicativo de mensagens *Whatsapp®,* para otimizar a organização das participantes.

O primeiro encontro foi destinado à apresentação do projeto, aplicação do questionário sociodemográfico e questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência (SATAQ-4). Utilizou-se como base os estudos de Beauvoir (1949) em sua obra “O segundo sexo”, onde a autora aborda a construção histórica do “ser mulher”.

No segundo encontro foi proposto a reflexão e discussão no que se refere às mídias sociais e ao capitalismo. O tema foi introduzido através do vídeo da influenciadora digital Polly Oliveira (vídeo disponível no perfil @pollyoliveirareal). Utilizou-se o artigo de Rocha et al. (2019) “Indústria da beleza como vetor da pressão estética: A influência das novas mídias na imposição de padrões”.

O terceiro encontro contou com a participação de Bia Carneiro, uma estudante de moda que trata de assuntos como aceitação do próprio corpo e gordofobia em seu instagram (@biacarneeiro). A construção do encontro teve como base a obra de Naomi Wolf (2019) “O mito da beleza”.

No quarto encontro foi abordado a temática sobre como o padrão de beleza atinge mulheres pretas. Para a aplicação e discussão do tema, o encontro teve a participação de Maria Cañon Machado, ativista pelos direitos de grupos afro e indígenas. A construção do encontro se deu utilizando a obra “Mulheres, raça e classe” de Angela Davis (2016).

O quinto e último encontro, teve como tema um olhar para dentro de si mesma, além da beleza exterior. Ao final do encontro foi aplicado o questionário de pesquisa de feedback e reaplicado o SATAQ-4. A construção desse encontro utilizou-se como base a obra de Naomi Wolf (2019) “O mito da beleza”.

3. RESULTADOS

Foi aplicado um questionário sociodemográfico com 17 acadêmicas, para o levantamento de dados sobre o contato dessas participantes com o tema em questão, como

demonstrado abaixo.

Renda familiar:	31,3% - Até 2 salários mínimos 37,5% - De 2 a 4 salários mínimos 18,8% - De 4 a 7 salários mínimos 12,5% - Mais de 7 salários mínimos
Estudou em:	56,3% - Escola pública 43,8% - Escola privada
Preocupa-se com a aparência desde:	Infância - 31,3% Adolescência - 68,8% Adultidade - 0%
Eu aceito meu corpo como ele é?	Aceito - 12,5% Não aceito e quero fazer modificações - 25% Estou em processo de aceitação - 62,5%
Você se sente deprimida por ter uma característica física da qual não gosta?	Sim - 87,5% Não - 0% Já me senti mas não sinto mais - 12,5%
Você conhece alguma mulher que já fez cirurgia plástica?	Sim - 100% Não - 0%

Tabela 1. Resultado do questionário sociodemográfico e em relação a autoimagem.

Pode-se perceber que mais da metade das acadêmicas começaram a se preocupar com a aparência durante a adolescência. Nota-se, também, que uma minoria das participantes aceitam seus corpos como eles são. Por fim, todas as participantes se sentem, ou já se sentiram, deprimidas por conta de características físicas que não gostam.

Abaixo, os resultados da primeira e segunda aplicação do SATAQ-4 que foi aplicado em 9 acadêmicas, no total, 17 acadêmicas participaram do projeto, porém não foram todas que responderam a segunda aplicação do SATAQ-4. Para a tabulação das respostas, foi realizada a média total de cada fator.

FATOR	VALOR
Internalização - Baixa gordura corporal	3,23
Internalização - Muscular/Atlético	2,20
Pressões - Família	2,82
Pressões - Pares	1,89
Pressões - Mídia	3,51

Tabela 1. Resultado da 1° aplicação do SATAQ-4.

FATOR	VALOR
Internalização - Baixa gordura corporal	2,86
Internalização - Muscular/Atlético	2,25
Pressões - Família	2,27
Pressões - Pares	1,87
Pressões - Mídia	3,43

Tabela 2. Resultado da 2° aplicação do SATAQ-4.

O fator 1 e o fator 4 tiveram diferenças significativas entre a primeira e segunda aplicação. Os fatores 3 e 4 também tiveram diminuição de valor na segunda aplicação, sendo que apenas o fator 2 obteve um pequeno aumento.

4. DISCUSSÃO

Participaram do projeto mulheres na faixa etária entre 17 e 30 anos. Com a análise dos resultados observou-se que as maiores médias observadas foram em relação à pressão da mídia. De acordo com o relatório Digital 2019, da *We Are Social e da Hootsuite*, o brasileiro passa cerca de 9h 29 minutos diariamente on-line, desta forma é importante observar o nível de influência que as redes sociais têm sobre o corpo feminino.

Com o resultado do SATAQ-4, pode-se perceber que a média da internalização do padrão de magreza e da influência da mídia foram mais altas em relação aos outros fatores. Silva (2018) diz, em uma pesquisa realizada por Sarwer, Wadden e Foster (1998), que mulheres obesas demonstram um menor nível de satisfação corporal ao serem comparadas com mulheres não obesas.

Com a aplicação do questionário sociodemográfico, das 16 respostas obtidas, 87,5% das mulheres responderam que se sentem deprimidas por não terem características físicas que julgam ideais. Na pesquisa de Silva (2018) com uma amostra de 174 homens e 216 mulheres, foi demonstrado que 76,9% das mulheres não se sentem satisfeitas com a própria aparência, evidenciando que as mulheres são mais influenciadas socioculturalmente e tem maiores níveis de insatisfação com seus corpos em comparação aos homens.

Na aplicação do SATAQ-4 do presente artigo, aplicado em 9 mulheres, o fator baixa gordura corporal teve como média 3,23 e 2,86 na primeira e segunda aplicação respectivamente, e o fator de influência da mídia teve como média 3,51 e 3,43. Na pesquisa de Silva (2018), os respectivos fatores tiveram média 2,89 e 3,33. Esses resultados indicam que as mídias sociais e a pressão estética na atualidade possuem grande influência em relação à imagem corporal das participantes.

A partir dos dados obtidos, percebe-se a relevância de projetos focados na reflexão destes temas, tendo em vista que a pressão estética divulgada pela mídia não se resume apenas a exposição de corpos, mas sim uma imposição que reflete em problemas de saúde e no convívio social na vida de inúmeras mulheres.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Devido ao momento atual, considerando a pandemia do Covid-19, o projeto foi realizado de forma online. Por isso, foram observadas algumas limitações. Então, pode-se destacar uma maior dificuldade de criação de vínculo com as participantes, visto que algumas não ligavam as câmeras ou microfones durante os encontros. Outro aspecto importante é em

relação a algumas faltas recorrentes das participantes, sendo que metade das mulheres participaram e interagiram em todos os encontros. Além disso, ressalta-se o tempo limitado e curto de execução do projeto, que impossibilita uma intervenção mais detalhada, o que exerce grande influência nos resultados finais.

Todavia, considerando todas as limitações citadas acima, o projeto reuniu dados importantes e relevantes sobre o tema trabalhado. Somando-se a isso, foi percebida uma considerável diferença nos resultados das participantes ao final da pesquisa, em comparação ao início. Portanto, é salientada a importância de se trabalhar e discutir a temática da pressão estética e dos padrões de beleza existentes na sociedade atual, assim como suas consequências e assuntos correlatos, uma vez que esse tópico aflige grande parte das pessoas na contemporaneidade.

6. REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo.** São Paulo: Círculo do Livro, 1949.

BRISOLARA, Cristina Brahm Cassel. FORT, Mônica Cristine. SKURA, Ivania. **Corpos jovens e magros: imposições midiáticas, pressões sociais, angústias pessoais**. São Paulo, 2016.

ROCHA, Ana Beatriz Pereira; SANTOS, Michelly; MAUX, Suelly. **Indústria da beleza como vetor da pressão estética**: A influência das novas mídias na imposição de padrões. Universidade Federal da Paraíba - João Pessoa. 2019.

DOS SANTOS, Manoel Antonio; GARCIA, Rosa Wanda Diez; DOS SANTOS, Marília Liotino. A sujeição aos padrões corporais culturalmente construídos em mulheres de baixa renda. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 10, n. 4, p. 761-774, 2015.

SILVA, Fernanda Lopes da. **Imagem corporal:** análise das influências socioculturais e da autoestima. Monografia. Instituto de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Federal Fluminense. Volta Redonda, 2018.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza:** como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2019.

ISSN 2675-8857

UniAmérica
Centro Universitário

Foz do Iguaçu - PR
Centro Universitário União das Américas