UM APERTO DE MAMA: CUIDADO INTEGRAL À SAÚDE DA MULHER 2025: Relato da ação de Extensão

Ana Laura Ribeiro[1] Esther Fernandes De Souza[1], Giulia Ferreira Damasceno[1], Beatriz Carvalho Barbosa[1], Ana Beatriz Santos De Magalhães[1], Thaila Kellen Ferreira Silva[1], Yasminn Pedrosa Ferreira[1], Ana Alice Lemos Lima[1], Ana Beatriz Ferreira Lanzieri[1], Ana Clara Curi Bellato[1], Bruna Lara Silva[1], Carla Cristina Teixeira[1], Cristiana Tolentino Figueiredo Coursin[1], Daniele Soares Vidal[1], Eric Bitencourt Baesso[1], Isabella Alves Dogo Martins[1], Isadora Costa Barreto[1], Júlia Alves Cardoso[1], Júlia Matos Rocha[1], Júlia Oliveira Scheffer[1], Karen Braga Barbosa[1], Laura Benevenuto Moreira[1], Laura Liz Da Costa Pedretti[1], Manuela Braga Loures Pitaluga[1], Maria Clara Daniel Ribeiro[1], Maria Clara Wenchenck Neto Neves[1], Matheus Silva Santos[1], Flávio Augusto Teixeira Ronzani[2]

[1] Acadêmicos de medicina integrantes do Projeto de Extensão da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) "Um Aperto de Mama: Cuidado Integral à Saúde da Mulher 2025"

[2] Professor da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF)

INTRODUÇÃO

O projeto "Um Aperto de Mama: Cuidado Integral à Saúde da Mulher" surgiu diante da necessidade de ampliar o acesso à informação e à atenção integral à saúde feminina, especialmente entre mulheres em situação de vulnerabilidade atendidas pela Casa da Mulher, Unidades Básicas de Saúde parceiras e estudantes de escolas públicas de Juiz de Fora. A iniciativa busca enfrentar desigualdades de gênero e fortalecer o protagonismo feminino por meio da educação em saúde e do acolhimento.

OBJETIVO

Promover o cuidado integral à saúde da mulher por meio de ações educativas e preventivas, com foco na humanização do atendimento, no empoderamento feminino e na formação de futuros profissionais de saúde sensíveis às demandas sociais.

AÇÕES SOCIAIS

















METODOLOGIA

As ações ocorreram de forma presencial e virtual. Destacaram-se o curso de gestantes, realizado na UBS Monte Castelo, com oficinas conduzidas por equipe multiprofissional (médicos, fisioterapeutas, nutricionistas e psicólogos), abordando temas como pré-natal, parto, amamentação e cuidados pós-parto. Na Escola Estadual Nyrce Villa Verde Coelho de Magalhães, foram promovidas rodas de conversa e palestras interativas com adolescentes sobre os temas sexualidade, métodos contraceptivos, menstruação e prevenção de ISTs, utilizando linguagem acessível e dinâmicas educativas. Além de treinamentos dados por profissionais convidados acerca de como deve ser feita a abordagem à população durante as ações

RESULTADOS

As atividades impactaram positivamente mais de uma centena de mulheres e adolescentes, fortalecendo o autocuidado, a autonomia e a adesão à práticas preventivas. As gestantes relataram maior segurança no ciclo gravídico-puerperal e as estudantes demonstraram maior consciência sobre saúde sexual e reprodutiva.

E, a fim de dar continuidade ao projeto, foram estruturadas salas de espera nas UBS e um possível vínculo com a Ascomcer, visando abordar a prevenção e cuidados do câncer de mama.

CONCLUSÃO

O projeto consolidou-se como espaço de diálogo e apoio à mulher, aproximando universidade e comunidade. Para os participantes, configurou uma experiência formativa e transformadora, ampliando habilidades comunicativas, empatia e visão integral do cuidado em saúde da mulher.