



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,  
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e  
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE  
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



## **EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE CLIMATÉRIO, CORPO E AUTOCUIDADO COM AGENTES COMUNITÁRIAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CAXIAS DO SUL: EXPERIÊNCIA DO PET-SAÚDE EQUIDADE**

Laura Lobe Borges (Não Bolsista), Bruna Alessandra de Lima, Laura Lobe Borges, Karina Giane Mendes, Melissa Schwanz, Janini Cristina Paiz, Suzete Marchetto Claus, Melissa Schwantz (Orientador(a))

A atuação das Agentes Comunitárias de Saúde (ACS) na Atenção Primária à Saúde constitui importante estratégia para fortalecer o vínculo entre os serviços de saúde e a comunidade, demandando ações voltadas ao cuidado das próprias trabalhadoras. Nesse contexto, a transição hormonal do climatério e da menopausa motivou o desenvolvimento de uma ação extensionista direcionada às ACS do município de Caxias do Sul, no âmbito do Programa PET-Saúde Equidade. O objetivo foi relatar a experiência de uma ação de educação em saúde voltada ao autocuidado, à percepção corporal e à promoção da saúde durante o climatério. A atividade foi realizada nos meses de novembro e dezembro de 2025, por meio de oficinas pedagógicas, apresentações dialogadas e rodas de conversa conduzidas por estudantes e docentes, fundamentadas nos princípios da Educação Permanente em Saúde. Foram abordadas as alterações fisiológicas do climatério, seus impactos na saúde física e mental, fatores de risco cardiovasculares, alimentação saudável, prática de atividade física, manejo do estresse e estratégias de autocuidado. Também foram distribuídos materiais educativos e desenvolvidas práticas integrativas, como meditação baseada em atenção plena, exercícios de ginástica laboral e atividades de convivência, favorecendo espaços de escuta qualificada, acolhimento e troca de experiências. As participantes demonstraram elevada adesão às atividades, relataram maior compreensão sobre as mudanças inerentes ao climatério, fortalecimento da autonomia para o autocuidado e valorização dos espaços coletivos de aprendizagem. Além disso, a ação contribuiu para a desmistificação de crenças relacionadas à menopausa, estimulou hábitos saudáveis e fortaleceu o papel das ACS como multiplicadoras de conhecimento junto à comunidade. Para os estudantes envolvidos, a experiência ampliou a integração entre ensino, serviço e comunidade, favorecendo o desenvolvimento de competências relacionadas ao trabalho interprofissional, à educação em saúde e à equidade no cuidado. Concluiu-se que a atividade reforçou a relevância da extensão universitária como estratégia de formação acadêmica e de qualificação das práticas de promoção da saúde na Atenção Primária.

Palavras-chave: educação em saúde; climatério; agentes comunitárias de saúde.

Palavras-chave: Educação em Saúde, Climatério, Agentes Comunitárias de Saúde

Apoio: UCS