



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



## **PET-SAÚDE EQUIDADE: AUTOCUIDADO, CORPO TRABALHADOR E ESCUTA PARTICIPATIVA COM AGENTES COMUNITÁRIAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CAXIAS DO SUL**

Nicole Sperafico Tochetto (Não Bolsista), Eduarda Maria Valentin Bianco, Bruna Alessandra de Lima, Laura Lobe Borges, Nicole de Jesus França, Nicole Sperafico Tochetto, Melissa Schwanz, Janini Cristina Paiz, Suzete Marchetto Claus, Karina Giane Mendes (Orientador(a))

A atividade de extensão integrou as ações do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde Equidade) desenvolvidas com agentes comunitárias de saúde (ACS) de Caxias do Sul. Considerando a importância dessas trabalhadoras no cuidado à população e a escassez de espaços para refletirem sobre suas próprias necessidades, elaborou-se uma proposta de escuta, reflexão e valorização, reconhecendo-as como profissionais, mulheres e trabalhadoras que também necessitam de cuidado. As atividades foram realizadas no Bloco L da Universidade de Caxias do Sul e organizadas e executadas por docentes e bolsistas vinculados ao projeto, responsáveis pelo planejamento, pela condução das dinâmicas e pela coleta de informações. As 76 ACS foram distribuídas em três grupos e participaram, ao longo de um turno, de oficinas com objetivos específicos. No espaço das entrevistas, estudantes previamente capacitados aplicaram o questionário da pesquisa “Estudo das Características das Trabalhadoras da Área da Saúde da Serra Gaúcha”. Na dinâmica “Movimento e Corpo”, as participantes identificaram regiões corporais associadas a fragilidades e potencialidades e refletiram, por meio de perguntas orientadoras, sobre o corpo nos contextos laboral e cotidiano. A atividade foi finalizada com meditação guiada e alongamentos, buscando estimular consciência corporal, apreciação do próprio corpo e autocuidado. Na oficina “Cuidar de Mim, Cuidar do Todo”, foram propostas reflexões sobre o ato de cuidar e sobre como o cuidado dedicado aos outros nem sempre é direcionado a si. Por meio de registros escritos e roda de conversa, compartilharam-se situações de sobrecarga e realização, além de estratégias de autocuidado aplicáveis ao cotidiano. Observou-se expressivo envolvimento das participantes, especialmente nos momentos de diálogo e escuta, nos quais puderam manifestar necessidades pouco verbalizadas no trabalho. Os relatos aproximaram o projeto da realidade das ACS e contribuíram para um olhar mais humanizado no desenvolvimento das ações do PET-Saúde Equidade. Concluiu-se que a extensão universitária pautada na escuta favorece a produção de conhecimento e a valorização das trabalhadoras, trazendo à tona não apenas necessidades e demandas, mas também a valorização daquelas que, diariamente, dedicam-se ao cuidado populacional.

Palavras-chave: Saúde das trabalhadoras, Agentes de Saúde, Autocuidado

Apoio: UCS