

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE IPORÁ – UNIPORÁ
Proposta de Atividade – Projeto de Extensão

Início da ação: 25/04/2024
Término da ação: 26/04/2024

1. Identificação

Curso: Graduação em Enfermagem.

Disciplina: Citologia e embriologia.

Nome do Projeto: Vida saudável.

2. Caracterização

Tipo de Projeto: Comunitário.

Área Temática: Saúde.

Natureza: Social.

Cronograma:

Data	Horário	Tema	Palestrante	Local
25/03/24	14:00	Saúde e bem estar	Acadêmicos	Feira livre

Carga Horária Total: 04 horas

Público-alvo: Comunidade local da feira livre do Bairro Mato Grosso de Iporá/GO

Objetivos: Informações sobre saúde e alimentação saudável.

Resumo da proposta: Os acadêmicos de enfermagem realizaram palestras sobre alimentação, verificação de glicemia e pressão arterial e IMC, distribuição de folders.

Justificativa: Necessidade de informações e saúde, bem estar e atendimento da comunidade local.

Metodologia: Ação teórica e prática com mediação da coordenação do curso.

Resultados esperados: Satisfação da comunidade atendida com informações relevantes em saúde e serviço prestado pela Escola de Enfermagem UNIPORA.

3. Recursos Físicos, Materiais e Financeiros

Receita:				
Item	Descrição	Quantidade	Valor Unitário (R\$)	Total
01	Folders	200	2,50	500,00
Total:				500,00

4. Pessoal Envolvidos

Alunos envolvidos:

1. Gabrielly Moraes Santos;
2. Sabrina Gomes Silva;
3. Ana Carolina Lemos;
4. Hevellen Ketilley Guedes Vargas;
5. Selma Neres dos Anjos Amaral;
6. Alessandra Eduarda Gonçalves Souza;
7. José Adalberto Santos Mendonça;
8. Maria Clara Rodrigues Gomes;
9. Tatiane Cristina Nunes da Silva;
10. Eliadinei Lúcia Pereira de Paula;
11. Lorrainy Cristina Rodrigues de Oliveira;
12. Ângela Cristina Valadares.

Docentes envolvidos da UNIPORÁ:

Prof^a Francielle Moreira Rodrigues.

Técnicos-administrativos envolvidos:

Nome: Glauce Silva Fonseca de Morais.

Cargo/função: Mediadora da DreamShaper – Extensão e TCC.

Nome: Cláudia Ribeiro de Lima.

Cargo/função: Pró-Reitora de Extensão, Pesquisa, Agência Empreendedora de Inovação e Tecnológica.

Quantitativo por nível de formação de todos os envolvidos: Nível técnico

Graduandos	Graduados	Especialistas	Mestres	Doutores
12	-	01	01	01

Responsável(eis) pelo Projeto:

Nome: Francielle Moreira Rodrigues

Cargo/função: Coordenadora da Escola de Enfermagem Nível técnico e superior

E-mail:francielle_mr@hotmail.com

Iporá, 09 de maio de 2024.

Documento assinado digitalmente
 **FRANCIELLE MOREIRA RODRIGUES**
Data: 11/06/2024 14:03:17-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Ms. Francielle Moreira Rodrigues
Gerente Acadêmica do Departamento de Ciências da Saúde

Documento assinado digitalmente
 **GLAUCE SILVA FONSECA DE MORAIS**
Data: 20/06/2024 16:42:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Esp. Glauce Silva Fonseca de Morais
Mediadora da DreamShaper – Extensão e TCC

Profa. Dra. Cláudia Ribeiro Lima
Pró-Reitora de Extensão, Pesquisa,
Agência Empreendedora de Inovação e Tecnológica

Documento assinado digitalmente
gov.br CARLA RODRIGUES CUNHA
Data: 25/06/2024 21:11:56-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Esp. Carla Cunha Rodrigues
Pró-reitora acadêmica

Vida saudável: citologia aplicada a nutrição

UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de Conclusão de Curso

PROJETO DE EXTENSÃO

LEVANDO INFORMAÇÕES A

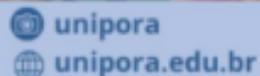
*Vida saudável: a importância da
alimentação e sua integração
com a bioquímica e citologia
aplicada a nutrição*

ACADÊMICOS DO 1º MÓDULO DE GRADUAÇÃO

Dreamshaper



UNISA



(64) 3674-5181
(64) 3674-3096



1 Equipe do Projeto

Vida saudável: citologia aplicada a nutrição
UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de
Conclusão de Curso

FR

Francielle Moreira Rodrigues
francielle_mr@hotmail.com

GS

GABRIELLY MORAES SANTOS
gabiipo2015@gmail.com

SS

Sabrina Gomes Silva
sabinasabinagomessilva@gmail.com

AN

Ana Carolina Lemos Nascimento
carol30102004@gmail.com

HV

Hevellen Ketilley Guedes Vargas
hevellen.guedes@gmail.com

SA

Selma Neres dos Anjos Amaral
selmaneresdosanjos@gmail.com

AS

ALESSANDRA EDUARDA GONÇALVES SOUZA
alessandraeduarda047@gmail.com

JM

José Adalberto Santos Mendonça
99443406santos@gmail.com

MG

Maria Clara Rodrigues Gomes Rodrigues Gomes
mariaclararodriguesgomes49@gmail.com

TS

Tatiane Cristina Nunes da Silva
taticris806@gmail.com

EP

Eliadinei Lúcia Pereira de Paula
Brunoama6@gmail.com

LO

Lorrainy Cristina Rodrigues de Oliveira Rodrigues de Oliveira
lorraynecristina8151@gmail.com

AV

ANGELA CRISTINA VALADARES
angelacristiba@gmail.com

GF

Glauce Fonseca
glauce.fonseca@unipora.edu.br

CL

Claudia Ribeiro Lima
claudia.biologiapedagogia@gmail.com



ODS que gostaria de trabalhar na comunidade:

- 3) Boa Saúde e Bem-Estar

Escolhi esse(s) porque...

A alimentação saudável e a hidratação são fundamentais para ajudar as crianças e adolescentes a manterem-se fortes e saudáveis.



3 A sua comunidade

Quem são as pessoas?

Evidências científicas tem reforçado que um estilo de vida ativa pode trazer benefícios que perdurarão por toda vida.

Descrição da comunidade

Comunidade de Iporá/GO

Sua comunidade em imagens



Principais características

- Comunidade,
- Carente,
- Social,

Pontos fortes e oportunidades

Valorizar a relação da alimentação com a saúde.

Principais problemas e desafios

Informação em saúde.



4 Problema de partida

Problema de partida do projeto

Educação em saúde

Causas

- Falta de informação

Consequências

Falta de informações sobre saúde

Pessoas afetadas

Comunidade local



5 Iniciativas semelhantes

Iniciativas semelhantes

- Projetos, Iniciativas sobre vida saudável

Boas práticas

Reconhecer como uma alimentação saudável pode contribuir para um peso saudável e melhor qualidade de vida, partido do respeito às diferenças entre as pessoas.

Más práticas

Não há.



6 Pesquisa sobre o problema

Questões por explorar

Apontar os principais cuidados individuais para a promoção da saúde e incentivar o cuidado nas relações entre as pessoas e com o ambiente em que convivem visando mais saúde e melhor qualidade de vida.

Fontes de informação

- Sites de busca

Organize a sua pesquisa

Ação

Avalie a sua pesquisa

As fontes de informação que usei são confiáveis., Para cada registro de pesquisa, encontrei pelo menos 3 fontes dizendo o mesmo., A informação que registrei está atualizada., A informação corresponde a fatos (e não opiniões)., Sempre que consegui, usei a fonte de informação original.



Barreiras na comunidade	Recursos da comunidade	Ideias de solução
Não há	Informações em saúde	<ul style="list-style-type: none">• Mais projetos sobre alimentação e estilo de vida.



Conclusões da pesquisa

Incentivar a comunidade local a valorizar seu corpo, sua saúde, sua vida, seu meio social e ambiental.

Próximos passos

Documentário fotográfico



9 Documentário fotográfico

Objetivos

Desenvolver o hábito de cuidar de si mesmo.

Colaboradores

Acadêmicos de enfermagem.

Locais visitados

- Comunidade

Formato de exibição

Imagens

Observações e comentários

- Divulgar hábitos e estilos de vida saudáveis

Exibir o documento fotográfico





Ideias de solução

- Mais projetos, 8
- Mais informações, 7

Solução para o problema de partida

Divulgar hábitos e estilos de vida saudáveis.

Escolhi essa solução porque...

Não há

Pessoas que vão se beneficiar da solução

Comunidade local

Quantidade de pessoas que vão se beneficiar

300



Impacto dessa solução

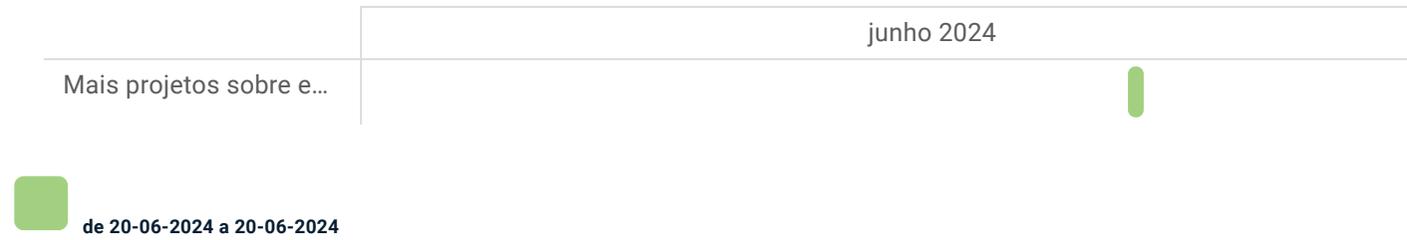
Mais informações em saúde

Consequências dessa solução

Não há

O que as pessoas disseram

Gostaram do projeto





Tarefas completas

- melhor qualidade de vida

Ajustes necessários

Levantamento dos principais cuidados individuais para a promoção da saúde e incentivar o cuidado nas relações entre as pessoas e com o ambiente em que convivem visando mais saúde e melhor qualidade de vida.

Resultado final:

ação



Mensagens principais

Reconhecer a importância e a necessidade de se ter uma boa higiene corporal, bucal e mental, hábitos alimentares saudáveis.

Meios de divulgação

Redes sociais



15 Preparar a apresentação

Cativar a audiência

- Outros.

Mensagens principais

- Valorização da saúde e melhor qualidade de vida
- Qualidade de vida.
- Mais informações em saúde.

Métodos e descobertas

Saúde

Construa sua apresentação

Ação



Meus maiores aprendizados

Desenvolver o hábito de cuidar de si mesmo.

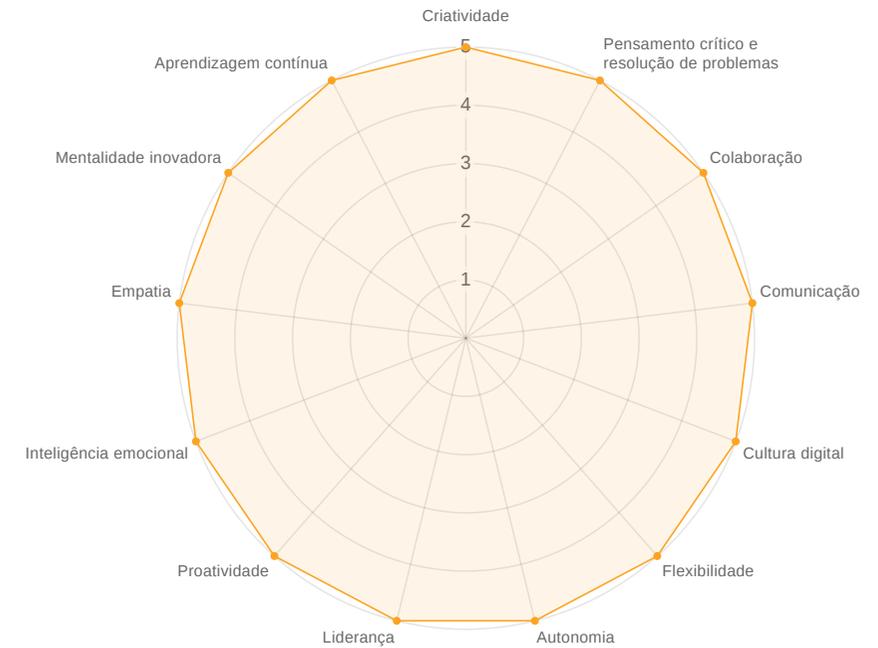
Dificuldades e obstáculos

Não há

Contribuição para a comunidade

Valorizar seu corpo, sua saúde, sua vida, seu meio social e ambiental.

Competências desenvolvidas durante o projeto





Conhecimento



Você tem um nível **EXCELENTE** de conhecimento!

Isso significa que você tem um excelente domínio de saberes principalmente teóricos e técnicos, que te apoiam nas outras dimensões da competência.

Continue desenvolvendo essa dimensão, pois ela será muito importante em todos os aspectos da sua vida (pessoal, acadêmica e profissional)!

Habilidades



Você tem um nível **EXCELENTE** de habilidades!

Isso significa que você tem um excelente domínio dos saberes técnicos e talento nos saberes práticos.

Com o aprimoramento constante nessa dimensão, você terá mais potencial de inovação, além de resultados cada vez melhores na vida pessoal, acadêmica e profissional!



Atitudes



Você tem um nível **EXCELENTE** de atitudes!

Isso significa que você é uma pessoa muito determinada, proativa e responsável.

Essa será uma grande vantagem na sua vida pessoal, acadêmica e profissional!
Não importa o desafio que tenha pela frente, com a atitude certa você irá superá-lo!