



PROExC
PRÓ-REITORIA
DE EXTENSÃO E CULTURA

PROJETO DE EXTENSÃO
ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

Projeto viver bem: Equilibre suas emoções!

2022-01 - EDITAL DE CREDENCIAMENTO DE AÇÕES DE EXTENSÃO NAS MODALIDADES PROGRAMA, PROJETO, CURSO, EVENTO E SERVIÇO

COORDENADOR(A): Patricia Erika de Melo Marinho - Docente

E-MAIL: patmarinho@yahoo.com.br

UNIDADE GERAL: CCS

UNIDADE DE ORIGEM: Fisioterapia

INÍCIO DO PROJETO: 28/4/2022 **FIM DO PROJETO:** 15/12/2022

CARGA HORÁRIA:

LOCAL DE REALIZAÇÃO: Será desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia do Departamento de Fisioterapia da UFPE

OBSERVAÇÃO:

RESUMO: A situação de pandemia constituiu e ainda constitui um cenário para a eclosão de doenças de cunho psicossomático, uma vez que o estresse emocional gerado por esse contexto pode afetar direta ou indiretamente as pessoas, levando ao adoecimento físico e emocional, em maior ou menor escala e na dependência da estrutura interna, familiar, socioeconômica e cultural de cada ser humano submetido aos desafios da vida. O desequilíbrio das emoções tem sido reconhecido como um grande gerador de doenças físicas. As repercussões da Covid-19, a incerteza quanto ao futuro, a exposição contínua a notícias dramáticas sobre o contexto de pandemia na mídia televisiva ou por redes sociais, o adoecimento de familiares e de parentes próximos, pode estar sendo responsável pelo adoecimento desse jovem estudante. Estratégias alternativas de intervenção para lidar com essas situações podem ser alcançadas por meio da terapia floral e do Reiki, para recuperar integridade emocional e física diante desses desafios, associado a programas de alongamento muscular, técnicas de relaxamento e de respiração, e educação em saúde. **Objetivo do projeto:** Promover o equilíbrio emocional e físico de estudantes do curso de graduação em Fisioterapia, no seu retorno as atividades presenciais decorrentes do período de pandemia da Covid-19. **Execução:** Será composto por atendimento individualizado em Terapia floral e de Reiki pelos professores coordenadores do projeto e de sessões em grupo de exercícios de alongamento muscular e de respiração e educação em saúde, desenvolvido na clínica escola de Fisioterapia/UFPE, destinado aos alunos do curso de graduação em Fisioterapia da instituição.