



PROEXC
PRÓ-REITORIA
DE EXTENSÃO E CULTURA

PROJETO DE EXTENSÃO
ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

ASAS DO BEM VIVER: ESTRATÉGIAS DE CUIDADO E AUTOCUIDADO PARA PROFISSIONAIS DA SAÚDE

2022-07 - EDITAL PIBEXC DE APOIO FINANCEIRO A PROGRAMAS E PROJETOS DE EXTENSÃO

COORDENADOR(A): Lara Colognese Helegda - Docente

E-MAIL: lara.colognese@ufpe.br

UNIDADE GERAL: CAV

UNIDADE DE ORIGEM: EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

INÍCIO DO PROJETO: 10/6/2022 FIM DO PROJETO: 31/12/2022

CARGA HORÁRIA:

LOCAL DE REALIZAÇÃO: Caruaru

OBSERVAÇÃO:

RESUMO: A presente proposta do Projeto de Extensão Asas do bem viver: estratégias de cuidado e autocuidado para profissionais da saúde irá apresentar aos discentes, docentes, profissionais de saúde e comunidade, como a adoção de pequenas atitudes em seu cotidiano podem contribuir para melhora na qualidade de vida e enfrentamento as possíveis situações desencadeadoras de estresse e ansiedade exacerbadas pelo contexto pandêmico que hora vivenciamos. Ancorada em pesquisas desenvolvidas nos últimos anos, foram organizados os sete (7) passos no Caminho do Bem Viver. A partir desses sete (7) passos serão desenvolvidas atividades de cuidado e autocuidado, através de ações que ampliam o conhecimento e a corresponsabilização dos atores envolvidos com sua saúde física, mental e espiritual. Dessa forma o curso tem como objetivo implementar ações em saúde para a promoção do cuidado e autocuidado dos profissionais da saúde dos municípios da IV GERES. O projeto de extensão será realizado de forma híbrida, ou seja, com atividades acontecendo com encontros presenciais e encontros através da plataforma virtual google meet. Ademais, considera-se que ações extensionistas como esta podem fomentar futuros projetos de ensino, pesquisa, extensão e inovação, sendo esta a implantação de um laboratório de práticas integrativas e complementares com o objetivo de prestar assistência à comunidade acadêmica e a comunidade do entorno da UFPE Recife, como já implantado no Centro Acadêmico da Vitória.