



INCENTIVO AO AUTOCUIDADO DE MÃES DE CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA POR MEIO DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Autores: Gabriela Muniz Vidigal dos Santos¹, Julie Stephanny de Souza Gurgel Paranhos²

Orientador: Isabela Mie Takeshita³ Carla de Paula Silveira⁴

1-4 Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

gabriela.munizv@gmail.com

INTRODUÇÃO

- Cuidar de um filho com deficiência pode ser uma tarefa árdua, tendo em vista que as demandas no cotidiano variam com as limitações da criança.
- Na maioria das vezes a mãe é a cuidadora principal do grupo familiar e a rotina de cuidados pode sobrecarregá-la. (CHRISTMANN et al, 2017)
- Tal sobrecarga faz com que essas mulheres abduquem de sua vida pessoal e profissional, seu lazer e seu autocuidado, comprometendo sua saúde e qualidade de vida.

Figura 1 - Logo da extensão

(BARROS et al, 2017)



A extensão universitária permite ações de orientação com potencial educador que podem transformar a realidade dessas mães. (SANTANA et al, 2021)

Fonte: Elaborado pelas integrantes do projeto, 2021.

OBJETIVO

Relatar a experiência de acadêmicas ao promover o autocuidado de mães de crianças com deficiência por meio de encontros virtuais, a partir de uma extensão universitária.

MATERIAL E MÉTODO

- Acadêmicas da área da saúde promoveram 6 encontros virtuais quinzenais, através da plataforma Google Meet.
- Participaram dos encontros dezoito mães de crianças com deficiência.

REFERÊNCIAS

BARROS, A.L.O., et al. Sobrecarga dos cuidadores de crianças e adolescentes com Síndrome de Down. Rev. Ciênc. saúde colet., [online], v. 22, n. 11, p. 3625-3634, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n11/3625-3634/>>. Acesso em: 10 out 2021.

CHRISTMANN M., et al. Estresse materno e necessidade de cuidado dos filhos com TEA na perspectiva das mães. Cad. Pós-Grad. Distúrb. Desenvolv., [online], v. 17, n. 2, p. 8-17, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-0307/2017000200002>. Acesso em: 10 out 2021.

SANTANA, R.R., et al. Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. Rev. Educação, & Realidade [online], v. 46, n. 2, p. 1-17, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/jedreal/a/qX3KBlghtJpHrDZzG4b8XB/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 10 out 2021.

MATERIAL E MÉTODO

Foram abordados temas relacionados ao autocuidado no cotidiano, tais como:



Atividade física, sono e alimentação saudáveis.

Autoestima, relacionamento conjugal, percepção e sentimentos diante dos desafios cotidianos.



Inclusão social: presente e futuro das crianças com deficiência.

RESULTADOS

A troca de experiências entre as participantes permitiu reflexões que culminaram em mudanças de hábitos, relatadas pelas mães.

Os encontros virtuais promoveram aprendizado mútuo para acadêmicas e mães.

Revelou-se até neste contexto, uma ferramenta prática e eficaz para encontros de extensão.

Promoveu ainda o desenvolvimento de soft e hard skills pelas discentes.

CONCLUSÃO

A extensão universitária, mesmo à distância, demonstrou-se eficiente para promoção de saúde e incentivo ao autocuidado das mães, proporcionando às acadêmicas uma formação diversa e completa.