

## Relato de Experiência



## X ENCONTRO SOBRE VIOLÊNCIA INTRAFAMILIAR: UMA VIOLAÇÃO DOS DIREITOS HUMANOS

ANAIS DO ENCONTRO - ISSN 2237-1877

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Jequié, 6, 7 e 8 de outubro de 2025

### RESPEITO AO CORPO E RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS: UMA EXPERIÊNCIA DIALÓGICA NO CONTEXTO DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Matheus Oliveira Silva<sup>1</sup>  
Anna Letycia Gomes Nunes Bastos de Sá<sup>2</sup>  
Zulmerinda Meira Oliveira<sup>3</sup>  
Luana Moura Campos<sup>4</sup>  
Daniela Marcia Neri Sampaio<sup>5</sup>  
Vilara Maria Mesquita Mendes Pires<sup>6</sup>

#### Introdução

A extensão universitária constitui-se um dos pilares fundamentais do ensino público superior brasileiro, regulamentada como prática formativa indissociável pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional e pelas diretrizes do Plano Nacional de Educação (Brasil, 1996). Nessa perspectiva, as ações extensionistas se configuram como espaços privilegiados de articulação entre saber acadêmico e saber popular, possibilitando a construção coletiva de conhecimentos e práticas que promovem cidadania e saúde (Brasil, 2014).

<sup>1</sup>Acadêmico do Curso de Graduação em Medicina da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. Bolsista voluntária do Projeto de Extensão- Educação para prevenção: uma questão de saúde sexual e reprodutiva da UESB. E-mail: matheusoliveirasilva2897@gmail.com

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Graduação em Medicina da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Jequié. Bolsista voluntária do Projeto de Extensão- Educação para prevenção: uma questão de saúde sexual e reprodutiva da UESB. E-mail: 202300042@uesb.edu.br

<sup>3</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). E-mail: zulmerinda.meira@uesb.edu.br

<sup>4</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). E-mail: luana.campos@uesb.edu.br

<sup>5</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). E-mail: daniela.neri@uesb.edu.br

<sup>6</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). E-mail: mesquita.vilara@uesb.edu.br

Entre os temas que emergiram nesse processo, destacou-se a necessidade de problematizar o respeito ao corpo e a promoção de relacionamentos saudáveis, em consonância com políticas públicas de promoção da saúde e educação em saúde sexual e reprodutiva. Assim, a universidade é um espaço de formação que ultrapassa a sala de aula, proporcionando vivências que aproximam os discentes das realidades sociais e culturais da comunidade acadêmica e extra-acadêmica. Dessa forma, por meio dos projetos de extensão, torna-se possível estabelecer um diálogo transformador, pautado na troca de saberes e no reconhecimento da diversidade (Freire, 2021).

Nesse sentido, a experiência, permite a partir da abordagem integrativa e dialógica evidenciar o potencial formativo da extensão, não apenas no desenvolvimento acadêmico, mas também na sensibilização dos sujeitos para práticas de respeito, ética e cuidado construídas a partir da relevância dessas ações para a formação crítica e humanizada dos discentes, vez que o fortalecimento do vínculo entre os sujeitos envolvidos promove uma interação e a troca de saberes. O respeito ao corpo, entendido como reconhecimento da autonomia, da diversidade e da dignidade humana, é um princípio fundamental para a promoção da saúde e para a construção de relações éticas e responsáveis (Freire, 2021).

Ademais, a extensão universitária se mostra um espaço privilegiado para o desenvolvimento de práticas educativas que não apenas informam, mas também sensibilizam os sujeitos sobre a importância do autocuidado e da valorização de si e do outro (Silva; Sampaio; Santos, 2019). Da mesma forma, refletir sobre relacionamentos saudáveis no âmbito da extensão universitária possibilita fomentar discussões sobre empatia, respeito mútuo e responsabilidade afetiva, valores essenciais para a convivência em sociedade. Assim, as atividades extensionistas, favorecem a construção de vínculos pautados na confiança e na escuta, contribuindo para a formação de cidadãos mais conscientes e críticos em relação às formas de violência, preconceito e desrespeito que permeiam as relações cumprindo seu papel educativo e promovendo a transformação social, estimulando práticas relacionais mais inclusivas, solidárias e respeitadas.

## **Objetivo**

Relatar experiência por meio de uma abordagem integrativa e dialógica sobre o respeito ao corpo e relacionamentos saudáveis durante ações desenvolvidas no contexto da extensão universitária.

## **Descrição da Experiência**

A partir de ações extensionistas desenvolvidas no projeto de extensão intitulado "Educação para prevenção: uma questão de saúde sexual e reprodutiva" foi possível por meio de duas ações sequenciais adotadas promover uma abordagem integrativa e dialógica com discentes dos diversos cursos da universidade, uma vez que permitiu a interação e a troca de experiências com os participantes, através de um formato expositivo e coletivo, onde buscou-se discutir inicialmente sobre o "Respeito ao Corpo e o Respeito à Vida", traçando uma reflexão sobre a autonomia, cuidado com a saúde física e mental e a importância de se manter uma autoestima elevada. Assim, o diálogo se deu através de um círculo, onde os facilitadores iniciaram uma discussão compartilhando experiências, o que abriu espaço para que os participantes se sentissem confortáveis para falar das suas próprias percepções, dúvidas e experiências relacionadas a temática.

Essa troca coletiva permitiu a construção conjunta do conhecimento enfatizando que o respeito à própria integridade é fundamental para uma vida saudável. Na sequência de uma

segunda atividade, com o tema "Relacionamentos saudáveis", aprofundou-se a discussão na esfera das interações interpessoais. O foco foi identificar e discutir as características que constituem vínculos respeitosos, afetivos e seguros, em contraposição àquelas que são tóxicas e prejudiciais ao bem-estar psicológico do indivíduo. A metodologia adotada foi interativa, utilizando-se de perguntas provocativas e situações hipotéticas para estimular as discussões.

Os participantes foram motivados a compartilhar suas histórias e reflexões, criando um ambiente de apoio mútuo e aprendizado coletivo sobre como as relações positivas funcionam como pilares essenciais para a saúde física e mental. A escolha por essas estratégias metodológicas mostrou-se extremamente eficaz, vez que promoveu um engajamento participativo, permitiu que os conteúdos fossem abordados de forma contextualizada e significativa contribuindo para o processo ensino aprendizagem e favoreceu que as necessidades e curiosidades do grupo fossem efetivamente acolhidas e discutidas.

### **Repercussões**

A abordagem dialógica e integrativa gerou repercussões imediatas significativas, como um engajamento ativo e a criação de um ambiente de confiança, onde os participantes se sentiram encorajados a compartilhar experiências e dúvidas. Esse espaço seguro permitiu que as vulnerabilidades fossem expostas de forma construtiva, promovendo um processo de reflexão coletiva e validação emocional.

Um exemplo marcante desse impacto ocorreu durante a segunda atividade, quando uma participante relatou sua experiência em um relacionamento tóxico, detalhando como a situação não apenas abalava sua saúde mental, mas também se refletia em sintomas físicos, como fadiga persistente insônia, ansiedade e tendência ao isolamento, inclusive afastando-a da sua própria família. Seu depoimento ratificou a necessidade de estabelecer momentos dialógicos como esse promovido pelo grupo integrante do referido projeto.

A partir de trocas como essa, espera-se que as discussões tenham contribuído para fortalecer a percepção da autonomia pessoal e corporal, capacidade de identificar e cultivar relacionamentos saudáveis, promovendo assim, o autocuidado integral físico e mental e servindo como um importante fator de incentivo para o grupo.

### **Considerações Finais**

A realização das atividades extensionistas como momento de reflexão com os participantes, permitiu constatar a efetividade de uma abordagem participativa e dialógica para temas sensíveis e profundos como saúde sexual e reprodutiva, além das questões relacionadas ao corpo e mente. A opção por a estratégia metodológica contribuiu para a troca de experiências e o elevado engajamento dos participantes e a motivação sobre as temáticas possibilitaram o relato espontâneo de uma participante.

A conexão entre relações tóxicas e impactos na saúde física e mental evidenciaram que a estratégia criou um ambiente seguro e propício para reflexões significativas. Esse espaço permitiu-se que o grupo não apenas recebesse informações, mas as discutisse, relacionasse com suas próprias vivências e construísse, coletivamente novos significados. Dessa forma, avalia-se que a experiência foi bem-sucedida em seu propósito de promover uma reflexão crítica e participativa.

A metodologia adotada mostrou-se um caminho fértil para trabalhar a saúde sexual e reprodutiva de forma integral, ultrapassando a dimensão informativa e alcançando uma

camada mais profunda de sensibilização e potencial transformação nas percepções e atitudes dos participantes.

**Descritores:** Educação Sexual. Extensão. Experiência.

**Eixo Temático 2:** As práticas de cuidado no contexto do Sistema Único de Saúde.

### Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, DF: MEC, 1996.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. 3. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 60. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

PAULA, M. F. C.; BARRETO, I. F. Extensão universitária: a indissociabilidade entre ensino e sociedade. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 7–15, 2020.

SILVA, M. R.; SAMPAIO, J. F.; SANTOS, E. A. O nível de empatia de participantes do Projeto de Extensão Universitária Sorriso de Plantão e sua contribuição para a formação em saúde. **Revista Contexto & Saúde**, [S. l.], v. 36, p. 79-90, 2019.