

EXTENSÃO CURRICULAR NA MEDICINA: COLORINDO HÁBITOS PARA A MODIFICAÇÃO DO ESTILO DE VIDA

Edvan Manoel de Azevedo Júnior¹; Guilherme Cristóvão Hahn Maggi²; Luana Hikari Nakao³;
Larissa de Paiva Maia⁴; Maria Vitória Paes Bugalho⁵; Raphael Haddad Duailibi⁶; Vítor
Reginatto Bremm⁷; Roselma Marcele da Silva Alexandre Kawakami⁸.

Introdução: A Atenção Primária à Saúde é o principal ponto de acesso do Sistema Único de Saúde e exerce papel central no cuidado integral da pessoa idosa, especialmente diante do aumento das condições crônicas e da solidão comum nessa fase da vida. Também reforça que a formação em saúde deve preparar futuros profissionais para atuar de forma integrada e sensível às necessidades dessa população, valorizando iniciativas comunitárias que fortaleçam a autonomia, vínculo e qualidade de vida. **Objetivo:** Relatar a experiência dos estudantes de medicina na oficina colorindo hábitos para a modificação do estilo de vida com pessoas idosas na atenção primária à saúde no ano de 2025. **Método:** Trata-se do relato de experiência da extensão curricular das acadêmicas de medicina da primeira etapa, que cursaram o componente curricular Programa Extensionista Integrador. A oficina ocorreu no dia 06 de junho de 2025 na área de abrangência da Unidade de Saúde da Família (USF) Álvaro Ribeiro Rocha, situada no bairro Jardim Eldorado em Várzea Grande - MT. Foi utilizada a metodologia da problematização, seguindo as etapas do arco de Maguerez, utilizando a ferramenta 5W2H. Para a oficina foram utilizados pincéis, tinta guache e cartolinas brancas. **Descrição:** A oficina de pintura realizada na capela da USF do Jardim Eldorado favoreceu o estímulo da coordenação motora, da criatividade e da expressão visual dos conteúdos discutidos sobre alimentação saudável. O grupo, composto por 19 participantes, demonstrou alto envolvimento, utilizando diferentes técnicas de pintura, desde o uso de pincéis até a aplicação direta das tintas com os dedos. A atividade também promoveu integração entre as pessoas idosas, os estudantes e a agente comunitária, resultando em relatos de acolhimento e motivação para adotar mudanças no estilo de vida. A ação educativa associou a arte à promoção da saúde, permitindo uma abordagem mais sensível e contextualizada sobre escolhas alimentares e hábitos cotidianos. A identificação de comportamentos como o consumo de bebidas adoçadas e o hábito de comer diante de telas reforçou a importância de intervenções contínuas. Ao unir expressão criativa e prática educativa, a oficina contribuiu para fortalecer a capacidade funcional, ampliar a

¹ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: edvan.academico@gmail.com

² Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: guilherme.hahnmaggi@gmail.com

³ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: luana.hikari.nakao@gmail.com

⁴ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: lpavamaia@gmail.com

⁵ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: mvpaesbu@gmail.com

⁶ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: raphahduailibi@gmail.com

⁷ Estudante de Medicina da Etapa 1 do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: bremmvitor523@gmail.com

⁸ Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Professora de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: roselma@univag.edu.br

compreensão dos conteúdos trabalhados e estreitar o vínculo entre participantes e equipe. A maioria dos desenhos representou frutas e legumes, demonstrando assimilação do tema proposto. **Considerações Finais:** As reações positivas observadas, acompanhadas dos relatos de acolhimento e da valorização do autocuidado pelos participantes, evidenciaram que a oficina de pintura contribuiu de forma significativa para a promoção da saúde e do bem-estar na velhice. A atividade permitiu integrar orientações em saúde com uma vivência prática e sensível, favorecendo a expressão criativa e o fortalecimento da capacidade funcional das pessoas idosas. Para os estudantes de medicina, a extensão curricular mostrou-se um espaço formativo potente, capaz de ampliar a compreensão sobre o envelhecimento e de promover mudanças reais no estilo de vida dos participantes por meio da arte. Esses resultados reforçam o potencial de continuidade e expansão da ação no território, consolidando a relevância pedagógica e social da experiência.

Palavras-chave: Estilo de vida. Medicina. Atenção Primária à Saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.
2. Sampaio AN. Bezerra JA. Oliveira MA. Mallagoli IS. Barbosa IE. Belasco AG. Qualidade de vida de pessoas idosas participantes de grupos comunitários na Amazônia Ocidental Brasileira: um estudo transversal. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. 2024;27:e230271.