

**XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES  
DE EXTENSÃO DO UNISALES**

**UNISALES – CENTRO UNIVERSITÁRIO SALESIANO**

**ANAIS DA XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO  
UNISALES**

**VITÓRIA  
2024**

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca do Centro Universitário Salesiano - UNISALES  
Bibliotecária Responsável Janine Silva Figueira CRB 6 - 429

Mostra de Projetos Integradores de Extensão do Unisaes (11. : Vitória, ES)

Anais da XI Mostra de Projetos Integradores de Extensão do Unisaes / coordenação de Alessandra Rodrigues Garcia, Debora Nascimento Gomes, Julyana Goldner Nunes, Vicente de Paulo Colodeti e Virgínia Pertence Couto ; organização e edição de Vicente de Paulo Colodeti. – Vitória, ES : UNISALES, 2024.

123 p. :

ISBN 978-65-983579-3-1

1. Anais. 2. Projeto Integrador de Extensão. I. Garcia, Alessandra Rodrigues. II. Colodeti, Vicente de Paulo. III. Título.

CDU 001.891

# **XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO SALESIANO**

## **REITORIA**

Dra. CARMEN LUIZA DA SILVA

## **PRÓ-REITORIA**

Dr. ALEXANDRE CARDOSO ARANZEDO

## **COORDENAÇÃO DE EXTENSÃO**

Ma. ALESSANDRA RODRIGUES GARCIA

Ma. DEBORA NASCIMENTO GOMES

Ma. JULYANA GOLDNER NUNES

Dr. VICENTE DE PAULO COLODETI

Ma. VIRGÍNIA PERTENCE COUTO

## **ORGANIZAÇÃO E EDIÇÃO**

Dr. VICENTE DE PAULO COLODETI

## **XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES**

### **APRESENTAÇÃO**

A Mostra de Projetos Integradores de Extensão é um evento realizado todos os anos, 1 vez ao final de cada semestre letivo e que objetiva a realização de um importante momento para as diversas apresentações dos projetos desenvolvidos pelos alunos do Centro Universitário Salesiano – UniSales. É nesse momento que os alunos demonstram à comunidade acadêmica e, também, à comunidade externa os trabalhos de extensão desenvolvidos ao longo do semestre ao mesmo passo em que são avaliados por professores e egressos de nossos diversos cursos de graduação. Nesse sentido, a Mostra possibilita aos alunos, aos professores e aos demais partícipes uma rica troca de saberes e de experiências!

No segundo semestre do ano de 2024, aconteceu a XI edição da Mostra de Projetos Integradores de Extensão do UniSales. O evento ocorreu nos dias 23 e 25 de novembro, nos turnos matutino e noturno. Foram apresentados os resultados de mais de 300 projetos desenvolvidos pelos estudantes. Assim, foram escolhidos para esta publicação resumos relevantes do total de projetos desenvolvidos e apresentados pelos alunos sob a supervisão direta dos professores orientadores.

Agradecemos a toda comunidade acadêmica pela dedicação na realização dos projetos integradores e pela presença na Mostra de 2024/2.

Vitória, 12 de dezembro de 2024

Coordenação de Extensão

UniSales

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SUMÁRIO

ANÁLISE DO CONHECIMENTOS DO PÚBLICO SOBRE O CONSUMO DE ALIMENTOS TRANSGÊNICOS E SEUS IMPACTOS À SAÚDE.....	9
DESENVOLVIMENTO DE QUINTAL AGROFLORESTAL PARA A PROMOÇÃO DA SEGURANÇA ALIMENTAR NA COMUNIDADE DO FORTE SÃO JOÃO, VITÓRIA-ES .....	10
MICROPLÁSTICOS E POLÍMEROS NO DIA A DIA: RISCOS PARA A SAÚDE E IMPACTOS AMBIENTAIS .....	11
OFICINA DE JARDINAGEM TERAPÊUTICA COM OS TÉCNICOS ADMINISTRATIVOS DO UNISALES .....	12
DIREITOS DE HOMENS E MULHERES NO SUS: PREVENÇÃO E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO AO CÂNCER DE MAMA.....	13
DIREITOS E DEVERES DA GESTANTE NO SUS: CAMINHOS PARA UM PARTO SEGURO.....	14
EDUCAÇÃO SEXUAL NA VIDA DOS ADOLESCENTES: DIREITOS E REALIDADE .....	15
SISTEMA DE GERENCIADO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO .....	16
SISTEMA DE AGENDAMENTO MÉDICO ESPECIALIZADO .....	17
DESENVOLVIMENTO DE ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA MAXIMIZAR A VISIBILIDADE E A PROJEÇÃO DA MARCA DA OFICINA MECÂNICA ZAMPERLINI.....	18
ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA AUMENTAR A VISIBILIDADE E O CRESCIMENTO SUSTENTÁVEL DO CHURRASQUINHO DAS MENINAS NO MERCADO LOCAL .....	19
O MARKETING AÇUCARADO: COMO CONQUISTAR O MERCADO COM DELÍCIAS ARTESANAIS	20
PLANEJAMENTO DE MARKETING NA MEI BRENDA GARCIA SEMIJOIAS LOCALIZADA NO MUNICÍPIO DE VILA VELHA - ES .....	21
PLANO DE MARKETING APLICADO NA EMPRESA TEMPERO DA MARIA (DELIVERY DE MARMITAS) - ES .....	22
PLANO DE MARKETING PARA UMA EMPRESA DE CAMA, MESA, BANHO E VESTUÁRIO .....	23
SABOR EM TRÊS ATALHOS: ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA PADARIA, CONFEITARIA E MERCEARIA .....	24
SISTEMA DE GERENCIAMENTO DE APRESENTAÇÕES DOS PROJETOS INTEGRADORES .....	25
ELABORANDO UMA PROPOSTA DE JOGOS ESCOLARES PARA A MODALIDADE DE JOVENS E ADULTOS .....	26
MENSURAÇÃO DE ENTRADAS E SAÍDAS DE PROCEDIMENTOS AMBULATORIAIS DA ESPECIALIDADE ORTOPEDIA EM UMA CLÍNICA MÉDICA .....	27
ESTRATÉGIA DE MARKETING PARA THE STORE.....	28
PROJETO DE IMPLANTAÇÃO DE FLUXO DE CAIXA EM UMA EMPRESA NOSETOR COMERCIAL DE VESTUÁRIO FEMININO .....	29

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

PROJETO INTEGRADOR DE EXTENSÃO VI: LEVANTANDO COMUNIDADE PELO MARKETING DIGITAL.....	30
DESENVOLVIMENTO DE APLICATIVO DE NAVEGAÇÃO EM ÁREAS URBANAS PARA PESSOAS COM TEA - TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA.....	31
ANÁLISE DE DADOS PARA AVALIAÇÃO DE MERCADO DE PRODUTOS VEGANOS.....	32
PLANO DE MARKETING DIGITAL EM UMA EMPRESA DE CROCHÊ .....	33
CAMPANHA DE MARKETING DIGITAL EM UMA EMPRESA DE VENDA DE BRINDES .....	34
PLANO DE MARKETING DIGITAL PARA TAISCAKE_S: AUMENTANDO VIZUALIZAÇÕES E ENGAJAMENTO ONLINE .....	35
GERAÇÃO DE ENERGIA SUSTENTÁVEL: ECOPEDAL .....	36
IMPLEMENTAÇÃO DO SISTEMA DE CATRACAS RFID NA UNISALES PARA CONTROLE E MONITORAMENTO DOS ALUNOS.....	37
INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO PROPRIOCEPTIVO, ESTÍMULOS COGNITIVOS E CONTROLE MOTOR EM IDOSOS COM RISCO DE QUEDAS .....	38
A INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA NA EDUCAÇÃO SOBRE A PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS .....	39
CIDADANIA TRABALHISTA E DIREITOS SOCIAIS PARA PROFISSIONAIS DAS ÁREAS DE LIMPEZA, MOTORISTA, PORTARIA E RECEPÇÃO EM UMA EMPRESA DE CONTABILIDADE.....	40
EXPANSÃO DE MERCADO E CRESCIMENTO DA EMPRESAKLAIER S.A. INDUSTRIA E COMERCIO .....	41
ANSIEDADE E MOTIVAÇÃO X ENEM.....	42
TRANSFORMANDO O AMBIENTE ESCOLAR: A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA COMO SOLUÇÃO PARA O BULLYING INFANTIL.....	43
PESSOAS EM SITUAÇÃO DE RUA: QUEM SOU, ONDE ESTOU E PARA ONDE VOU?.....	44
PSICOLOGIA E PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO IMPACTO PSICOLÓGICO NO USO DE SUBSTÂNCIAS QUÍMICAS .....	45
NEGLIGÊNCIA E DEPRESSÃO NA VIDA ADULTA TARDIA .....	46
EFEITOS DO PROGRAMA DE EXERCÍCIOS OTAGO NO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS EM UMA CLÍNICA DE VITÓRIA/ES.....	47
MENTE E CORAÇÃO - ANSIEDADE EM ADOLESCENTES.....	48
ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL: BEM-ESTAR E SAÚDE EMOCIONAL EM CRIANÇAS ABRIGADAS .....	49
INFORMALUNO: DIVULGAÇÃO DE PROGRAMAS ACADÊMICOS .....	50
REFLEXÕES E CONEXÕES: EXPLORANDO A INDIVIDUALIDADE E A RELAÇÃO COM O MUNDO DOS ADOLESCENTES.....	51
EDUCAÇÃO SEXUAL PARA ALÉM DO SEXO.....	52
ANSIEDADE E ESTRESSE EM ALUNOS PRÉ-VESTIBULANDOS.....	53
CONSCIENTIZAÇÃO DOS SERVIÇOS EM SAÚDE DA MULHER DISPONÍVEIS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS) .....	54

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

MENTE ATIVA: ESTIMULANDO AS FUNÇÕES EXECUTIVAS EM IDOSOS.....	55
PSICOEDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL FRENTE À ANSIEDADE: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA .....	56
DESVENDANDO AS EMOÇÕES: A JORNADA DE CRIANÇAS NA COMPREENSÃO E EXPRESSÃO EMOCIONAL .....	57
ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E MOTORA FINA NO ENVELHECIMENTO: MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS.....	58
SAÚDE MENTAL E ATIVIDADES FÍSICAS .....	59
OS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DAS MULHERES CAUSADOS PELA DUPLA JORNADA .....	60
SAÚDE E SERVIÇO AO ALCANCE: INFORMAÇÕES PARA A COMUNIDADE .....	61
INTEGRAÇÃO DA PERCEÇÃO CORPORAL E ESPACIAL NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE ADULTOS DO CAPS: ESTRATÉGIAS E APLICAÇÕES .....	62
DESENVOLVIMENTO FÍSICO, MOTOR E PSICOSSOCIAL NA SEGUNDA INFÂNCIA: ADAPTAÇÃO SOCIAL DA CRIANÇA NO 1º ANO ESCOLAR .....	63
DIFICULDADES DO INDIVÍDUO DA MEIA IDADE NO CAMPO UNIVERSITÁRIO .....	64
DESENVOLVIMENTO COGNITIVO NA TERCEIRA INFÂNCIA EMOÇÕES EM AÇÃO: APRENDENDO A IDENTIFICAR E RECONHECER AS EMOÇÕES .....	65
DESENVOLVIMENTO HUMANO LIDANDO COM A VELHICE: DESAFIOS, ADAPTAÇÕES E TRANSFORMAÇÕES .....	66
A BUSCA DA IDENTIDADE DO ADOLESCENTE POR MEIO DAS REDES SOCIAIS .....	67
A ARTE DO BEM VIVER: A FORMA LIVRE DE VIVER PELA SIMPLICIDADE DOS POVOS ORIGINÁRIOS DO ESPÍRITO SANTO .....	68
A CONTRIBUIÇÃO DO ESTOICISMO NO ENFRENTAMENTO DAS ANGÚSTIAS DO HOMEM CONTEMPORÂNEO .....	69
A INFLUÊNCIA DO PACTO SOCIAL DE LOCKE NA CONSCIENTIZAÇÃO POLÍTICA.....	70
A POLÍTICA COMO MEIO PARA A DIGNIDADE HUMANA: A ÉTICA KANTIANA COMO GUIA PARA O PROCESSO ELEITORAL.....	71
A VIRTUDE DA PRUDÊNCIA NA CONTEMPORANEIDADE COMO PARÂMETRO DO BEM VIVER, NO EPICURISMO.....	72
COMO LIDAR COM OS AFETOS À LUZ DA FILOSOFIA DE BARUCH SPINOZA.....	73
O ECLETISMO DE CÍCERO E O BEM-VIVER MORAL .....	74
ROUSSEAU E A CONSTRUÇÃO DA DEMOCRACIA: ENTRE A LIBERDADE INDIVIDUAL E A VONTADE GERAL.....	75
NUTRIÇÃO NA INFÂNCIA: ERROS E ACERTOS EM HÁBITOS ALIMENTARES .....	76
IMPACTO DA NUTRIÇÃO NA ALIMENTAÇÃO E SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES .....	77
NUTRIÇÃO E DESEMPENHO FÍSICO DE ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO DO PROJETO MDE .....	78

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADULTOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DE UM PROJETO SOCIAL EM VITÓRIA/ES E A PRESENÇA E PERSISTÊNCIA DE OBESIDADE .....	79
BORDAGEM NUTRICIONAL PARA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES PRATICANTES DE CANOA HAVAIANA DO PROJETO AMAR A VIDA .....	80
A IMPORTÂNCIA DA PERIODICIDADE DO EXERCÍCIO FÍSICO ASSOCIADA À UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA NA SAÚDE DO ADULTO .....	81
SAÚDE MENTAL E NUTRICIONAL DE PRATICANTES DE YOGA DO PARQUE BOTÂNICO DA VALE .....	82
PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL ATRAVÉS DA NUTRIÇÃO E DO EXERCÍCIO FÍSICO EM MULHERES COM DOENÇAS CRÔNICAS .....	83
SISTEMA CARDIORRESPIRATÓRIO E RISCOS ASSOCIADOS AO USO DE CIGARROS ELETRÔNICOS E CONVENCIONAIS: UMA ABORDAGEM INTERATIVA ADAPTADA AO PÚBLICO JOVEM .....	84
COMO O PARKINSON E SUAS COMPLICAÇÕES AFETAM O SISTEMA MUSCULO ESQUELÉTICO .....	85
PREJUÍZOS NO SISTEMA CARDIOVASCULAR DEVIDO AO USO DE MEDICAMENTOS PROIBIDOS NO ESPORTE .....	86
ASPECTOS FISIOPATOLÓGICOS DA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO NA ADOLESCÊNCIA: IMPACTOS ENDÓCRINOS E METABÓLICOS .....	87
SAÚDE DA MULHER – QUAIS OS IMPACTOS DE DOENÇAS REPRODUTIVAS E A IMPORTÂNCIA DE REALIZAR EXAMES DE ROTINA .....	88
A IMPORTÂNCIA DOS SINAIS E SINTOMAS DA ARTERIOSCLEROSE, BEM COMO O ACOMPANHAMENTO DAS TAXAS DE COLESTEROL E A MUDANÇA DOS HÁBITOS DE VIDA .....	89
CIGARROS ELETRÔNICOS: SUBSTÂNCIAS INALATÓRIAS E CONSEQUÊNCIAS NO SISTEMA RESPIRATÓRIO E CARDÍACO ENTRE OS ADOLESCENTES .....	90
AVALIAÇÃO DOS ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE SOBRE A BIOSSEGURANÇA NOS LABORATÓRIOS UNIVERSITÁRIOS .....	91
AVALIAÇÃO DE BALNEABILIDADE DA PRAIA DE JESUS DE NAZARETH - VITÓRIA/ES: IMPLICAÇÕES PARA SAÚDE DA COMUNIDADE .....	92
ATAQUE ISQUÊMICO TRANSITÓRIO (AIT): PREVENÇÃO, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO .....	93
DESAFIOS DO EMAGRECIMENTO EM MULHERES FÍSICAMENTE ATIVAS: UMA ANÁLISE DO CONSUMO CALÓRICO E DO GASTO ENERGÉTICO DIÁRIO .....	94
NÍVEL DE CONHECIMENTO ACERCA DO QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE PROFISSIONAIS DE SAÚDE E INDIVÍDUOS LEIGOS E O IMPACTO NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR .....	95
CREATINA, O QUE É, BENEFÍCIOS, E COMO FUNCIONA NO NOSSO ORGANISMO .....	96
GELATO ANTIOXIDANTE: INOVAÇÃO E SAÚDE ANTIOXIDANTE .....	97
ICED WHEY: A REVOLUÇÃO GELADA NA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA IDOSOS, ATLETAS E PACIENTES ONCOLÓGICOS .....	98
NUTRIEASY - ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DESCOMPLICADA A UM CLIQUE .....	99
NUTRITOS - SALGADINHOS PARA FINS ESTÉTICOS .....	100

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

FORÇA CREA: PICOLÉ DE CREATINA COMO SUPLEMENTO PARA AUXÍLIO NO DESEMPENHO FÍSICO, TRATAMENTO ONCOLÓGICO E SAÚDE MENTAL.....	101
BEBÊ A BORDO .....	102
MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA REDUÇÃO DE DOR NO TRABALHO DE PARTO.....	103
CURSO DE GESTANTES: PREPARAÇÃO PARA A MATERNIDADE .....	104
INFORMAÇÕES EDUCATIVAS SOBRE O PARTO E CUIDADOS COM RN .....	105
DEMOCRATIZAÇÃO DO ACESSO AO PLANO DE PARTO EM MULHERES DO 4º AO 8º MÊS DE GESTAÇÃO .....	106
RAÍZES DO BARRO.....	107
EDIFÍCIO MANGUE VIVO.....	108
EDIFÍCIO CONVIVÍUM .....	109
CAMINHOS PARA INCLUSÃO .....	110
JUSTIÇA COMUNITÁRIA NO QUE SE REFERE AO ACESSO AOS DIREITOS FUNDAMENTAIS.....	111
DOCUMENTAÇÃO CIVIL E REPRESENTAÇÃO SOCIAL .....	112
USO DE PLANTAS MEDICINAIS POR PACIENTES ONCOLÓGICOS: FINALIDADES TERAPÊUTICAS E IMPLICAÇÕES NO TRATAMENTO FARMACOLÓGICO.....	113
AVALIAÇÃO DO USO DE SUPLEMENTOS POR CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) NA APAE DE DOMINGOS MARTINS-ES.....	114
O POTENCIAL DA CURCUMINA NO TRATAMENTO DE DISLIPIDEMIAS E NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES: REVISÃO INTEGRATIVA .....	115
NOTIFICAÇÃO DE COSMÉTICOS ISENTOS DE REGISTRO NA ANVISA: UM GUIA PRÁTICO PARA CONFORMIDADE REGULATÓRIA .....	116
IMPACTOS DO CONSUMO DE CAÇÃO PARA SAÚDE HUMANA E SUSTENTABILIDADE .....	117
ELETROMARKETING: ESTRATÉGIAS PARA MAXIMIZAR SEU ALCANCE E IMPACTO.....	118
PLANO DE MARKETING APLICADO NA EMPRESA BENTO DOCERIA .....	119
PLANO DE MARKETING PARA EXPANSÃO DIGITAL DE UMA DISTRIBUIDORA .....	120
CORPO COMO PRODUTOR DE CULTURA: EXPERIÊNCIAS FORMATIVAS CONSTRUÍDAS EM UM PROJETO DE EXTENSÃO .....	121
CONHECIMENTOS SOBRE O CORPO: VIVÊNCIAS COM A DANÇA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DO INSTITUTO DE GESTÃO SOCIAL DO TERCEIRO SETOR (IGES) .....	122
CORPOS QUE DANÇAM: VIVÊNCIAS COM A CONSCIÊNCIA CORPORAL E A DIVERSIDADE DE RITMOS COM ACADÊMICOS DO UNISALES.....	123

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ANÁLISE DO CONHECIMENTOS DO PÚBLICO SOBRE O CONSUMO DE ALIMENTOS TRANSGÊNICOS E SEUS IMPACTOS À SAÚDE

Daniel Girardi Gomes

Ester Velten Nunes

Pedro Henrique da Silva Junior

Rafaela Duda Cardoso

**RESUMO:** Os organismos geneticamente modificados são aqueles que têm seu código genético alterado pela modificação dos genes, como é o caso dos alimentos transgênicos. Este projeto buscou avaliar o nível de informação da comunidade e promover a conscientização sobre o tema. Sendo assim, foram realizados questionários pré e pós-conversaçoão sobre a temática com moradores de 20 casas do Bairro de Porto Santana, Cariacica-ES. Os resultados indicaram que a maioria dos entrevistados desconhecia sobre os alimentos transgênicos e seus possíveis efeitos. Apesar da tentativa de esclarecer as dúvidas, observou-se pouca disposição dos entrevistados em disseminar as informações adquiridas. A conclusão é que há uma lacuna significativa no conhecimento da população sobre transgênicos, evidenciando a necessidade de ações mais efetivas para promover a educação alimentar e a conscientização sobre os alimentos que consumimos.

**Palavras-chave:** Geneticamente; Modificados; Alimentos; Transgênicos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO DE QUINTAL AGROFLORESTAL PARA A PROMOÇÃO DA SEGURANÇA ALIMENTAR NA COMUNIDADE DO FORTE SÃO JOÃO, VITÓRIA- ES

Amanda de Jesus

João Manuel Albertino Schinaider

Stephanny Teixeira Bento

Rafaela Duda Cardoso

**RESUMO:** Quintal agroflorestal é uma forma de agricultura sustentável que utiliza a junção de diferentes tipos de plantas e extratos em um plantio que promove a preservação ambiental. O presente estudo teve como objetivo promover a saúde alimentar através da criação de um quintal agroflorestal em residências de duas famílias carentes do Forte São João. Foram feitas visitas para reconhecimento da área escolhida e, em seguida, foram produzidas mudas de plantas e um plano de plantio. A terra da área escolhida foi preparada e em seguida foi feito o plantio de 10 tipos de vegetais. Como resultado, houve a criação de um quintal agroflorestal em estado de crescimento, mas por demandar tempo para crescimento dos vegetais e estabelecimento do quintal, não foi possível averiguar os resultados completos, sendo necessário dar continuidade ao desenvolvimento do projeto.

**Palavras-chave:** Agricultura; Agrofloresta; Saúde alimentar; Sustentabilidade.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### MICROPLÁSTICOS E POLÍMEROS NO DIA A DIA: RISCOS PARA A SAÚDE E IMPACTOS AMBIENTAIS

Júlia Inêz Ferreira Sezini

Lara Vieira Nascimento

Marcos Ulig Santana

Rafaela Duda Cardoso

**RESUMO:** O estudo investigou a presença de microplásticos na praia da Curva da Jurema, Vitória, objetivando informar a população sobre impactos desses poluentes no ambiente e saúde humana. Microplásticos são partículas de plástico com menos de 5 mm, encontrados em oceanos e água potável, podendo levar milhões de anos para se decompor. Eles dividem-se em primários, como os usados em cosméticos e redes de pesca, e secundários, resultantes da fragmentação de plásticos maiores. Foram encontrados mais microplásticos na água do mar do que na areia, sendo possível observar acúmulo desses materiais nas ondas. A pesquisa também destacou a importância da educação ambiental, uma vez que esse problema afetará as futuras gerações, a fauna e o meio ambiente. Embora o número de participantes na palestra tenha sido inferior ao esperado, os resultados da coleta e a disseminação de informações sobre os microplásticos foram considerados satisfatórios.

**Palavras-chave:** Plástico; Microplástico; Saúde.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### OFICINA DE JARDINAGEM TERAPÊUTICA COM OS TÉCNICOS ADMINISTRATIVOS DO UNISALES

Davi Oliveira Tinoco Ribeiro Laranja

Rafael Fonseca da Silva

Roger Lopes Ribeiro

Rafaela Duda Cardoso

**RESUMO:** A saúde mental dos trabalhadores tem se tornado uma preocupação crescente, com destaque para o estresse ocupacional. Este trabalho apresenta os resultados de uma oficina de jardinagem terapêutica realizada com técnicos administrativos do Unisaes, visando promover práticas sustentáveis de cultivo em espaços domésticos para redução do estresse e incentivo à alimentação saudável. A metodologia incluiu uma oficina prática com 12 participantes, utilizando materiais recicláveis para confecção de vasos e distribuição de mudas. Os resultados indicaram que 100% dos participantes consideram a jardinagem eficaz para redução do estresse, sendo que 80% relataram vivenciar situações de estresse no trabalho. Na alimentação, 75% dos participantes incorporaram produtos cultivados em sua dieta. A experiência demonstrou potencial significativo para promoção do bem-estar e alimentação saudável no ambiente institucional.

**Palavras-chave:** Bem-estar Ocupacional; Terapia; Saúde Mental.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DIREITOS DE HOMENS E MULHERES NO SUS: PREVENÇÃO E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO AO CÂNCER DE MAMA

Jaysla Souza dos Reis

Luciana Sarmento Barbosa

Maria Eduarda de Lima Leon

Profa. Livia Perasol Bedin

**RESUMO:** O câncer de mama é um grave problema de saúde pública e é o tipo de câncer mais comum entre as mulheres em todo o mundo. O Sistema Único de Saúde (SUS) oferece uma gama completa de tratamentos para o câncer de mama, como mastectomias, cirurgias conservadoras, reconstrução mamária. O objetivo desse trabalho foi promover a conscientização sobre a importância da prevenção do câncer de mama, abordando os direitos dos usuários do SUS e orientando homens e mulheres sobre detecção precoce e os cuidados preventivos. O estudo teve como público-alvo funcionários e aprendizes de uma instituição de ensino particular do município de Vitória (Espírito Santo), no total participaram do estudo 20 pessoas. A aplicação de questionários antes e depois da palestra possibilitou avaliar de forma prática o nível satisfatório de conhecimento adquirido pelos participantes, visto que todas as perguntas aplicadas no teste final apresentaram um aumento significativo de acertos.

**Palavras-chave:** Câncer de mama; Mamografia; Sistema Único de Saúde; Mastectomia.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DIREITOS E DEVERES DA GESTANTE NO SUS: CAMINHOS PARA UM PARTO SEGURO

Dara Hanna Silva Bueno

Geani Carla Broedel

Hellen Cristina dos Santos de Souza

Maria Eduarda Serafim Gusmão

Profa. Livia Perasol Bedin

**RESUMO:** O projeto extensionistas teve sucesso em ampliar o conhecimento das gestantes sobre os seus direitos no SUS, especialmente no que diz respeito à prevenção da violência obstétrica e à promoção de partos humanizados. Através de rodas de conversa e materiais informativos, o projeto criou um ambiente de troca de informações, contribuindo para o empoderamento das participantes. Os questionários realizados antes e depois da intervenção mostraram uma melhoria significativa na compreensão sobre parto humanizado e o direito à presença de acompanhante no parto. Para o futuro, recomenda-se expandir o projeto para outras unidades de saúde, ampliar os recursos educativos e investir na capacitação dos profissionais sobre práticas humanizadas. Essas ações visam consolidar um atendimento mais qualificado e respeitoso, reforçando a autonomia das gestantes e garantindo um atendimento de saúde mais acessível e justo.

**Palavras-chave:** Gestantes; Direitos; Saúde; Empoderamento; Parto.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EDUCAÇÃO SEXUAL NA VIDA DOS ADOLESCENTES: DIREITOS E REALIDADE

Jéssica Maiara Loubaça Chagas  
José Henrique Moura Silva  
Júlia Schwanz Batista de Oliveira  
Raíssa Luana Souza Borges  
Tiara dos Santos Rocha  
Profa. Dra. Lívia Perasol Bedin

**RESUMO:** Este projeto, fundamentado no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), visa conscientizar adolescentes sobre ISTs, gravidez na adolescência e seus direitos, abordando a falta de informação como fator que contribui para a alta taxa de gravidez precoce no Brasil. Realizado em duas sessões, o projeto envolveu questionários para mapear o perfil sociodemográfico dos participantes e seu conhecimento prévio, além de apresentações com vídeos, seguido por um jogo de perguntas e respostas. Dos 49 adolescentes (14-18 anos) participantes, 51% tinham vida sexual ativa, sendo que 47% usavam preservativos. Embora 63% soubessem sobre ISTs, o projeto demonstrou aumento significativo de conhecimento e sensibilização, promovendo uma sociedade mais informada e segura para os jovens.

**PALAVRAS-CHAVES:** Infecções Sexualmente Transmissíveis; Gravidez na Adolescência; Adolescentes; Direitos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SISTEMA DE GERENCIADO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Alessandro da Silva Dos Santos

Douglas Lessa Taquete

Hugo Da Cruz Ferreira

Pedro Henrique Pompermayer de Souza Simões

Samuel Venturini Paviotti Lopes

Prof. Me. Vito Rodrigues Franzosi

**RESUMO:** A organização de bancas avaliadoras e a definição de locais e horários para apresentações de Trabalhos de Conclusão de Curso (TCC) são tarefas desafiadoras para instituições de ensino superior, exigindo coordenação eficiente entre professores, alunos e recursos. Para simplificar esse processo, propõe-se um software inovador que automatize e centralize a gestão dessas atividades. A solução, focada em usabilidade e acessibilidade, permitirá o gerenciamento completo das apresentações de TCC, desde o cadastramento das bancas até o agendamento de horários e locais, garantindo alocações adequadas e notificações automáticas. O aplicativo reduz o esforço administrativo, minimiza erros organizacionais e proporciona maior transparência. Assim, os professores e coordenadores poderão priorizar aspectos pedagógicos. Além de modernizar práticas acadêmicas, o sistema promove uma experiência mais fluida para todos os envolvidos, contribuindo para a eficiência administrativa e a melhoria na qualidade do ensino superior.

**Palavras-chave:** Aplicativo; TCC; Tecnologia; Inovação; Banca.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SISTEMA DE AGENDAMENTO MÉDICO ESPECIALIZADO

Gabrielly De Souza Gervásio

Michelle Da Silva Conceição

Sergio Luan Dos Santos Romagna

Victor Alexandre Vicente Pereira Turiel

Prof. Me. Vito Rodrigues Franzosi

**RESUMO:** O gerenciamento de agendamentos médicos é um dos principais desafios para clínicas, consultórios e hospitais, especialmente quando envolve diversas especialidades e necessidades distintas de pacientes. Processos manuais ou programas genéricos muitas vezes resultam em falhas, como horários ociosos, consultas sobrepostas e baixa eficiência no atendimento. Para solucionar esses problemas, propõe-se o desenvolvimento de um sistema de agendamento médico especializado, uma plataforma digital integrada e otimizada para atender às particularidades do setor da saúde. O software terá como foco central a organização e automatização do processo de agendamento, oferecendo funcionalidades projetadas para melhorar a experiência do paciente e otimizar os recursos disponíveis nas instituições de saúde. Além disso, a implementação desse aplicativo permitirá modernizar os processos de agendamento médico, contribuindo para a excelência no atendimento e a sustentabilidade das operações em instituições de saúde.

**Palavras-chave:** Aplicativo; Consultório; Agendamento; Tecnologia; Inovação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO DE ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA MAXIMIZAR A VISIBILIDADE E A PROJEÇÃO DA MARCA DA OFICINA MECÂNICA ZAMPERLINI

Felipe Lemos Figueiredo

Francieli Salvador Henrique

Heloar De Vasconcelos Merlim De Paula

Kaio De Oliveira Pansini

Pablo Ribeiro Pereira

Viviane Nunes Tetzlaff Lee

**RESUMO:** O trabalho tem como objetivo a realização de um plano de marketing que visa eficácia e meios estratégicos para a empresa Zamperlini do ramo automotivo, com ênfase no aprimoramento das práticas de marketing e atendimento ao cliente. Durante a execução do projeto foram desenvolvidas campanhas com estratégias promocionais para buscar novos clientes e fidelizar os atuais. Com base na análise qualitativa do feedback de aproximadamente 1.700 clientes revelou uma grande satisfação com os serviços prestados e com a comunicação eficiente nas plataformas online, que ajudaram a promover um workshop de forma mais acessível e transparente.

**Palavras-chave:** Plano de marketing; Concorrentes; Preço; Praça; Promoção.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA AUMENTAR A VISIBILIDADE E O CRESCIMENTO SUSTENTÁVEL DO CHURRASQUINHO DAS MENINAS NO MERCADO LOCAL

Brenda Alves de Souza

Giuliana da Vitoria Gomes Oliveira Spelta

João Pedro Sales Teixeira

Juan Rocon Siqueira

Maria Alice Peres

**RESUMO:** Este projeto visa explorar o plano de marketing do Churrasquinho das Meninas, um negócio situado em Soteco, Vila Velha. A pesquisa busca entender como aumentar a visibilidade e as vendas do estabelecimento. Para isso, foi realizada uma pesquisa de mercado e análise da concorrência, além de entrevistas com clientes e proprietárias. Os resultados revelam que a qualidade dos produtos e o atendimento são aspectos altamente valorizados pelo público, que também demonstra interesse em promoções e eventos temáticos. A análise conclui que uma presença ativa nas redes sociais e a formação de parcerias locais são essenciais para fortalecer a marca e atrair novos clientes, indicando que a implementação dessas estratégias pode trazer um impacto positivo no desempenho do Churrasquinho das Meninas.

**Palavras-chave:** marketing, churrasquinho, Negócio.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### O MARKETING AÇUCARADO: COMO CONQUISTAR O MERCADO COM DELÍCIAS ARTESANAIS

Ágatha Oliveira Souza

Liliane Sales Soares

Maria Clara Dias do Nascimento

Maria Eduarda Gomes Menezes

Otávio Vieira Pereira do Amaral

Professora: Viviane Nunes Tetzlaff Lee

Mentor: Paula Oliveira da Costa Rodrigues

**RESUMO:** O projeto de Plano de Marketing tem como objetivo desenvolver uma análise de visibilidade da confeitaria e criar estratégias que visam fixar a empresa na mente do consumidor, tornando-a a primeira opção na hora da compra. Com base nessas melhorias a empresa conseguirá compreender melhor sobre o que os consumidores procuram, e analisará a melhor forma de organização e estratégia de mercado para identificar e restringir seus erros, e atingir suas metas e garantir seu lugar no mercado, Portanto a empresa escolhida para esse projeto foi Delícias da Paulinha, Localizada na região da Grande Santo Antônio com o seguimento da Confeitaria com o intuito de identificar as melhorias no marketing dessa empresa. O método utilizado foi a pesquisa descritiva, metodológica e aplicada. Obteve-se resultados consideráveis em 4 meses após a implantação do projeto de Plano de Marketing, tendo em vista que o projeto foi bem executado e seguido dessa forma a empresa conseguirá se manter no mercado atual e de forma inovadora.

**Palavras-chave:** Plano de Marketing; Análise Swot; Estratégias Promocionais.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANEJAMENTO DE MARKETING NA MEI BRENDA GARCIA SEMIJOIAS LOCALIZADA NO MUNICÍPIO DE VILA VELHA - ES

Andressa Rayssa das Mercês de Souza

Eduarda Severo Fernandes

Izabelle Neves Peres

Rebeca Fraga Nunes

Viviane Nunes Tezlaff Lee

**RESUMO:** O presente trabalho teve como finalidade desenvolver um plano de marketing da MEI Brenda Garcia Semijoias em parceria com o Centro Universitário Salesiano, a fim de desenvolver as habilidades e a capacidade dos alunos de Administração e Ciências Contábeis e, aumentar as vendas e a captação de novos clientes para este negócio. Através de elementos coletados em conversa com a empreendedora, o negócio não possuía um plano de marketing, desta forma, utilizando a técnica da matriz SWOT, foram identificados as forças, fraquezas, oportunidades e ameaças ao negócio e, em seguida, foi aplicada uma pesquisa qualitativa e quantitativa, juntamente com um sorteio, para identificar o comportamento dos clientes e, ademais, adquirir novos clientes. Utilizou-se também a ferramenta 5W2H, no qual criou-se um plano de ação com algumas ações para serem realizadas em até três meses.

**Palavras-chave:** Plano de Marketing; Pesquisa; Projeto; Ações; Objetivo.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING APLICADO NA EMPRESA TEMPERO DA MARIA (DELIVERY DE MARMITAS) - ES

Gabriel Lopes dos Santos

Jônatas Pagung Pereira

Kézia da Vitória Marinho

Milena Biancardi de Souza

Viviane Nunes Tetzlaff Lee

**RESUMO:** O presente trabalho teve como finalidade o desenvolvimento de um plano de marketing em uma empresa do ramo alimentício e delivery, o Restaurante Delivery Tempero da Maria, a fim de aumentar a visibilidade da empresa e aumentar as vendas. Com base nos dados coletados internamente e sendo feita a utilização da técnica da matriz SWOT, foram determinadas algumas oportunidades e desafios, forças e fraquezas no negócio e por seguinte a definição de público alvo, apresentação da marca, e implementação de um plano de marketing. A ação a curto prazo, da qual a utilização de mídias sociais, observou o aumento de visibilidade da empresa. Outras medidas, porém a médio a longo prazo, foram sugeridas como a implementação de um site próprio, para vendas e feedback a fim de consolidar a empresa no mercado de delivery em Vitória.

**Palavras-chave:** Plano de marketing; Matriz SWOT; Marketing.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING PARA UMA EMPRESA DE CAMA, MESA, BANHO E VESTUÁRIO

Elisa Sales Rezende

Gustavo Miguel de Aguiar

Isabelly Ferreira Ribeiro

Tatiane Dos Santos Sena

Viviane Nunes Tetzlaff Lee

**RESUMO:** Desenvolvimento de um plano de marketing para uma empresa de cama, mesa banho e vestuário que tem problemas com o pagamento de crediário próprio na loja, o objetivo principal foi aumentar as vendas no crédito, debito, pix/ dinheiro, após a descoberta do publico alvo decidimos criar uma promoção de dia das crianças para compras acima de R\$49,90 que não fossem no crediário, obtivemos um aumento nas vendas como tínhamos previsto, porém as vendas do crediário também aumentaram, concluímos que nossas promoções de forma geral trouxeram mais movimento a loja, porem mesmo assim as vendas no crediário continuaram maiores.

**Palavras-chave:** Crediário; Promoção; vendas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SABOR EM TRÊS ATALHOS: ESTRATÉGIAS DE MARKETING PARA PADARIA, CONFEITARIA E MERCEARIA

Breno Braga da Costa  
Flavio Dantas Simonassi Pedroza  
Gustavo Steim Kamke  
Julio Cesar Salles Braga Rosa  
Thyarles Lucas Bahiense Soares  
Viviane Lee

**RESUMO:** O presente trabalho teve como finalidade o desenvolvimento de um planejamento de marketing em uma empresa no seguimento de padaria, mercearia e confeitaria, a R&D Comércio Mix, a fim de aumentar a captação de novos clientes e a fidelização dos atuais clientes, teve como objetivo aumentar as vendas de forma online e física através de sua página do Instagram. Algumas ações de curto, médio e longo prazo foram instauradas das quais organizamos o Instagram do estabelecimento, elaboramos um plano de marketing para gerar engajamento, onde fizemos uma Pesquisa de mercado, criamos posts e stories com o objetivo de alcançar novos clientes, criamos um usuário no Google Empresas para que os clientes através do mapa e de avaliações conhecessem o negócio, criamos um site no qual ainda está em versão “Beta”, onde ainda tem que ser ajustado. Outras ações, porém de médio e longo prazo também foram sugeridas, visto que são ações importante para o crescimento do negócio, porém necessitam de maior tempo e recursos. Pode-se citar entre eles a inclusão da empresa no ifood, colocar motoboy para fazer entrega em toda região, elaboração de um novo produto (IceCake – Bolo de sorvete) e faixa para a loja, com isso é esperado que essas ações sejam cumpridas até o final do primeiro semestre de 2025.

**Palavras-chave:** Instagram; Comércio; Pesquisa.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SISTEMA DE GERENCIAMENTO DE APRESENTAÇÕES DOS PROJETOS INTEGRADORES

Alexander Santos Gomes

Arthur Ribeiro Da Silva

Carlos Alexandre Andrade Christo

Prof. Me. Vito Rodrigues Franzosi

**RESUMO:** A gestão de apresentações dos projetos integradores em instituições de ensino superior é um processo que exige alta coordenação e organização, envolvendo alunos, professores, bancas avaliadoras, espaços físicos e cronogramas institucionais. A ausência de ferramentas específicas para gerenciar essas demandas pode levar a conflitos de horários, alocações inadequadas e dificuldades na comunicação entre os envolvidos. Para atender a essas necessidades, propõe-se o desenvolvimento de um sistema de gerenciamento de apresentações de projetos integradores, uma plataforma digital destinada a otimizar esse processo e garantir maior eficiência. O objetivo do aplicativo é gerenciar desde a inscrição dos projetos até a avaliação final, promovendo transparência e agilidade em todo o processo. Com isso, o programa pretende centralizar e automatizar as etapas do planejamento das apresentações, facilitar a comunicação entre os participantes e minimizar problemas organizacionais. Além disso, os coordenadores e professores terão ferramentas para planejar e gerenciar o processo de forma mais eficiente.

**Palavras-chave:** Aplicativo; Projeto; Avaliação; Tecnologia; Inovação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ELABORANDO UMA PROPOSTA DE JOGOS ESCOLARES PARA A MODALIDADE DE JOVENS E ADULTOS

Evelyn Rodrigues

Gabriel Schneider

Kaio Caetano

Miguel Silva

Maria Celeste Rocha (Mentora)

Thiago da Silva Machado (Professor orientador)

**RESUMO:** Este trabalho apresenta o resultado da parceria estabelecida para elaboração da proposta do JEMveja, um festival voltado aos estudantes da modalidade da Educação de Jovens e Adultos (EJA) das escolas municipais da rede de ensino de Vitória-ES. Durante as discussões preliminares, foi identificada a baixa participação dos estudantes da EJA, devido a fatores como dificuldade de transporte, sazonalidade das turmas ou ausência de inscrição. Após reuniões, foi desenvolvido em parceria com a Secretaria Municipal de Educação (SEME) um projeto de festival que visa promover a inclusão e valorização destes estudantes nos Jogos Escolares Municipais de Vitória (JEMVI). Como produto, foi elaborado um projeto estruturante que foi disponibilizado para a SEME, este será analisado e pode servir de base para o planejamento das próximas edições do JEMVI. Além disso foi realizado um evento piloto no Unisaes para testagem das modalidades alternativas propostas.

**Palavras-chave:** Jogos escolares; Gestão de eventos; EJA; Esporte adaptado.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### MENSURAÇÃO DE ENTRADAS E SAÍDAS DE PROCEDIMENTOS AMBULATORIAIS DA ESPECIALIDADE ORTOPEDIA EM UMA CLÍNICA MÉDICA

Ane Emanoele Costa

Rayza de Oliveira Pires

Rickson de Almeida Ribeiro

Robson Barbosa Costa

Fabricio Vasconcelos Ribeiro

**RESUMO:** O presente estudo aborda o fluxo de caixa dos procedimentos ambulatoriais realizados em um centro médico em julho e agosto de 2024. A pesquisa adotou uma metodologia qualitativa e descritiva, com foco nas entradas e saídas financeiras da empresa, envolvendo um prestador de serviços específico. A coleta de dados foi feita a partir de relatórios financeiros, incluindo receitas de consultas e procedimentos e despesas gerais, como salários, empréstimos e materiais. Utilizou-se planilhas financeiras para organização e análise dos dados, comparando os fluxos de caixa entre os dois meses. Baseado nos dados obtidos, foram estabelecidos indicadores de desempenho financeiro para avaliar a eficácia dos procedimentos, além de propor melhorias no fluxo de caixa, como redução de empréstimos e reestruturação das despesas operacionais. Concluindo, foi desenvolvida uma planilha personalizada, através da ferramenta Excel, que melhorou o controle financeiro da empresa, permitindo maior clareza sobre suas operações e preparação para o crescimento futuro.

**Palavras-chave:** Fluxo de caixa; Controle financeiro; Procedimentos ambulatoriais; Receitas e despesas; Planilha personalizada

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ESTRATÉGIA DE MARKETING PARA THE STORE

Janine Alpuin Alves Cardoso

Ketlin dos Santos Silva

Larissa Catrinque de Souza

Luana Kohler de Oliveira

Fabricao Vasconcelos Ribeiro

Wilson Rodrigues de Souza Junior

Miguel Carlos Ramos Dumer

**RESUMO:** O marketing é uma ferramenta que se faz cada vez mais presente a nível mundial, tendo em vista que pode ser utilizado em inúmeros ramos e setores. E com o grande impacto da mídia social, as empresas se não se atualizarem a todo instante perdem clientes e possíveis clientes para seus concorrentes. A quantidade de vendas é muito importante, mas não menos está a fidelização destes. O presente trabalho tem como objetivo identificar estratégias de marketing que podem ser utilizadas pela The Store a fim de conseguir vantagem competitiva entre a concorrência. Para atingir tal objetivo, iremos por meio de pesquisas, identificar autores referência no tema para que possamos aplicar a teoria na prática.

**Palavras-chave:** Marketing; Mídia Social e Fidelização

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PROJETO DE IMPLANTAÇÃO DE FLUXO DE CAIXA EM UMA EMPRESA NO SETOR COMERCIAL DE VESTUÁRIO FEMININO

Beatriz Crespo Carneiro

Julia de Oliveira Alves

Karen Freitas Santos

Fabricio Vasconcelos Ribeiro

Wilson Rodrigues de Souza Junior

Francesca Guanandy

**RESUMO:** Manter a gestão do fluxo de caixa atualizada, permite a empresa uma melhor visibilidade financeira, ajuda a gerir o estoque de mercadorias, permite a empresa planejar promoções, visualizar seus melhores pagamentos e recebimentos, e ajuda na tomada de decisões da empresa. Empresas com dificuldades de negócios, tentando evitar a falência, colocam-se desesperadamente nas mãos do fluxo de caixa para alcançar a saída de sua dificuldade. A proposta da realização da implantação de um fluxo de caixa é proporcionar uma gestão financeira mais eficiente e transparente para a empresa, de modo que a empresa possa planejar suas finanças de forma mais eficaz, e auxiliar na tomada de decisão devido o controle de entradas e saídas de dinheiro proporcionado pelo fluxo de caixa. Por meio do fluxo de caixa conseguimos ter noção do lucro da empresa e de seus gastos, e onde a empresa pode ou precisa melhorar para aumento de lucro

**Palavras-chave:** Fluxo de caixa; Gestão; Lucro.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PROJETO INTEGRADOR DE EXTENSÃO VI: LEVANTANDO COMUNIDADE PELO MARKETING DIGITAL

Camila Valadão

Caio Miranda

Jeniffer Koslowisk

Fabricio Vasconcelos Ribeiro

Wilson Rodrigues de Souza Junior

Marcelo Hideck Togo

**RESUMO:** Neste artigo tratamos de estratégias digitais empregadas em loja de aluguel de festas. Com o objetivo de promover uma comunidade forte que trouxesse a recorrência em aluguel. A empresa apresentava dificuldade de engajamento, público não condizente com o desejo de proposta inicial do projeto e falta de qualidade em Marketing. Metodologia: Criar conteúdo relevante, comunicar e interagir com o público, resultados e uso de “trend” específicas. Ao fim do processo constatou-se em 30 dias o aumento de 70% de engajamento nas redes sociais e aumento do movimento em loja e faturamento.

**Palavras-chave:** Marketing; Aluguel; Rede social; Comunidade.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO DE APLICATIVO DE NAVEGAÇÃO EM ÁREAS URBANAS PARA PESSOAS COM TEA - TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Custodio Toneti

Jean Carlos

Wagner Teles

Murilo Gratz

Karina Martins

**RESUMO:** Este trabalho apresenta o desenvolvimento de um aplicativo de navegação urbana destinado a pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O objetivo é oferecer rotas que minimizem a exposição a estímulos sensoriais intensos, como barulhos altos e ambientes movimentados, proporcionando deslocamentos mais confortáveis e seguros. O projeto foi realizado por meio de uma abordagem de desenvolvimento *no-code/low-code*, utilizando APIs como *Google Maps*, *Geocoding* e *Directions* para integrar a funcionalidade de mapeamento. Os testes iniciais indicam que o aplicativo, chamado "Navega Calm", é eficaz na criação de rotas adaptadas às necessidades sensoriais dos usuários. Espera-se que o app contribua para uma maior autonomia e inclusão social das pessoas com TEA.

**Palavras-chave:** Transtorno do Espectro Autista; Navegação; Aplicativo; Sobrecarga Sensorial; Inclusão Social.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ANÁLISE DE DADOS PARA AVALIAÇÃO DE MERCADO DE PRODUTOS VEGANOS

Augusto Oliveira

Caio Freire

Gabriel Ambuzeiro

Gabriel Dias

Rian Almeida

Vinícius Souto

**RESUMO:** Nosso projeto visa realizar uma pesquisa de viabilidade de mercado de um produto, desenvolvido pelo curso de nutrição, utilizando o conceito de Business Intelligence (BI), realizando a coleta de dados via pesquisa online, para gerar gráficos e indicadores de onde o produto pode ser aplicado e se será viável a fabricação do mesmo.

**Palavras-chave:** Pesquisa, BI, Mercado, produtos veganos, dados, visualização.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING DIGITAL EM UMA EMPRESA DE CROCHÊ

Alexandre Peres Nunes

Jennifer Passos Belmoque

Karla Luiza Maforte de Melo

Maria Eduarda Ricas Gomes

Matheus Lucas Silveira da Silva

Wilson Rodrigues de Sousa Junior

**RESUMO:** o objetivo geral deste Projeto Integrador é aumentar as vendas e o engajamento do Instagram de uma empresa de crochê, com foco no outubro rosa. Os objetivos específicos visam Criação de conteúdo para o Instagram; Confeção de um produto novo para a campanha e fazer uma parceria digital. realizou-se uma reunião in loco com a proprietária Hélia e sua filha Yasmin. Nessa reunião, foi informado que a empresa realizava entre 2 e 3 vendas por mês e não havia um plano de marketing digital. Desta forma, após a realização de um brainstorming, foi decidido realizar uma campanha no Instagram voltado para o outubro Rosa. Por meio de uma parceria realizada com a clínica Multiscan, mediada por uma integrante do grupo que trabalha no local, foi possível conversar com as pessoas envolvidas em ações relacionadas ao Outubro Rosa. Foi realizado uma parceria com a influenciadora Estephany Scardini, que possui 727 seguidores. Ela recebeu um bolsa produzido pela empresa e fez dois stors, para divulgação no Instagram apresentando o produto. Nesses stors, foi informado sobre o cupom de 10% de desconto em qualquer produto da loja para quem mandasse mensagem dizendo que veio através dela. Cinco pessoas encaminharam mensagem através dela e duas compraram um produto. Foi possível ganhar 110% sobre o valor do investimento. A partir dos resultados alcançados com este projeto, constatou-se que foi possível aumentar as vendas e o engajamento de uma empresa através do Instagram. Entretanto, não se trata apenas de impulsionar diversos posts e aguardar as vendas, é necessário ter criatividade e iniciativa nas redes, visto que as pessoas veem muitas coisas ao longo do dia, logo um diferencial pode chamar a atenção para que conheçam a sua empresa.

**Palavras-chave:** Marketing; Marketing Digital; Instagram

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CAMPANHA DE MARKETING DIGITAL EM UMA EMPRESA DE VENDA DE BRINDES

Hilario Augusto Gonçalves

Jady Purcino Antonio

Karla Luiza Maforte de Melo

Marcos Paulo Verneck Telarolli

Yasmin Gonçalves Costa

Wilson Rodrigues de Sousa Junior

**RESUMO:** Este projeto tem como objetivo geral elaborar um plano de marketing digital, em uma empresa no ramo de comercio de brindes, focando em suas redes sociais para atrair mais clientes e alavancar suas vendas. A metodologia usada no presente projeto é a qualitativa que é focada em compreensão, fenômenos, dados textuais e observações, Matheus (2009) define que a função da metodologia qualitativa é fortalecer os objetivos das pesquisas, visando à melhoria de seus resultados e ao aprimoramento do conhecimento qualitativo, com o intuito de fundamentar a teoria, a prática e os aspectos políticos que envolvem as investigações. Para captar os dados foi feito acompanhamento com o diretor da empresa, realizando reuniões e analisando os dados afim de traçar ações de melhorias para aumentar a cartela de clientes e, com os resultados obtidos pelas pesquisas foram elaborados folders com determinados produtos da empresa para divulgar e atrair novos clientes, após isso os mesmos foram divulgados em suas redes sociais e mensurados na medida em que se obteve retorno. Foi criado folders que foram postados nas redes sociais da empresa com intuito de atrair mais clientes. Após a aplicação, a mesma teve um aumento respectivamente de alguns produtos nas regiões do Espírito Santo, através da criação e envio de folders e por suas redes sociais. Na região da Grande Vitória tinha-se Adesivos (15 Clientes), Chaveiros (30 Clientes), Copos térmicos (02 Clientes) e Material PVC (29 Clientes) e passou a ter Adesivos (39 Clientes), Chaveiros (45 Clientes), Copos térmicos (11 Clientes) e Material PVC (48 Clientes) representando aumento de clientes respectivamente 64,5%; 66,7%; 81,8% e 39,6%. Conseqüentemente, a empresa conquistou clientes em outras regiões do estado do Espírito Santo onde ainda não havia.

**Palavras-chave:** Marketing; Marketing Digital; WhatsApp; Folders

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING DIGITAL PARA TAISCAKE\_S: AUMENTANDO VIZUALIZAÇÕES E ENGAJAMENTO ONLINE

Allyne Felix Oliveira

Lívia das Neves Nascimento

Priscila Ramos Medeiros

Wilson Rodrigues de Sousa Junior

**RESUMO:** Este trabalho apresenta o Plano de estratégia e performance TaisCakeo objetivo geral do presente trabalho é apresentar um Plano de marketing digital para implementar ações de marketing no Instagram da empresa pesquisada visando um crescimento no engajamento dos seguidores, aumento das vendas online através do desenvolvimento de conteúdos relevantes e interessantes que promovam os produtos da TaisCake. O estudo iniciou no dia 08/08/2024 a 08/10/2024, sendo o mesmo dividido em algumas etapas. Primeira etapa 08/09: consistiu em uma análise preliminar do negócio, realizada por meio de entrevistas com a empreendedora da microempresa. Através dessa conversa, foi possível entender os principais desafios, como a dificuldade de promover o engajamento nas redes sociais e atrair novos clientes. A análise dos pontos fortes e fracos permitiu um diagnóstico inicial das necessidades de marketing digital. Segunda Etapa 08/10: Realização de uma análise das redes sociais da empresa, em especial o Instagram, para avaliar o nível de engajamento e frequência de postagens Terceira etapa 08/11: Com base nas informações coletadas, foram desenvolvidas estratégias focadas em aumentar o engajamento nas redes sociais e melhorar as vendas online. Após identificarmos que grande parte do público da empreendedora é composto por pais que desejam comemorar o aniversário de seus filhos, e considerando que as crianças adoram doces e atividades práticas, elaboramos a seguinte estratégia: em datas comemorativas, especialmente nos aniversários, as crianças a partir de 7 anos participariam da confecção de seus próprios bolos e doces. Dessa forma, elas se envolveriam em todos os detalhes da festa, o que não só atrairia o interesse dos pais, mas também despertaria a curiosidade de outros, à medida que compartilharem essa experiência nas redes sociais. Como a página da confeitaria no Instagram apresentou baixo engajamento devido à falta de constância nas postagens, foi sugerido a empresária desenvolver um cronograma de propagandas e publicações regulares nessa rede, com o objetivo de aumentar o número de seguidores em até 10% levando em consideração o quantitativo atual de 1000 perfis que seguem a empresa. Além disso, a loja também está presente na plataforma iFood, e, por meio de divulgação estratégica, busca ampliar o reconhecimento e o engajamento do público por meio de ação de marketing.

**Palavras-chave:** Marketing; Marketing Digital; Instagram; Promoção

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### GERAÇÃO DE ENERGIA SUSTENTÁVEL: ECOPEDAL

Amanda Falqueto Pereira

Luiza Cristina Assis

Maisa Malosto Gomes

Mariana Coradini

Marlon Assis

Thaina Duarte

Professor: Pablo Rafael Neves Marciano

**RESUMO:** O projeto desenvolvido que será apresentado por meio deste relatório trata-se de um dispositivo implantado em bicicletas que ao pedalar gera energia para carregar pequenos dispositivos moveis. A demanda do projeto surgiu através da proposta indicada pelo Centro Universitário Católico - UNISALES, no qual recomendou o tema de Geração de Energia Sustentável aplicado por intermédio da inovação, criatividade, incentivo para a realização de atividades físicas e conscientização sobre o tema relevante - "Novas Fontes Geradoras de Energias". Para a renovação de equipamentos para as atividades físicas, busca-se desenvolver métodos inovadores para gerar energia sustentável. Incentivando a prática de exercício e gerando energia de forma limpa o ECOPEDAL será acoplado a roda de trás da bicicleta e conforme o ciclista pedala será gerada energia cinética, essa energia será armazenada em um capacitor e convertida em energia elétrica, assim quando desejado o usuário poderá carregar dispositivos moveis. Além disso, o dispositivo não contará com técnicas especiais para a utilização, o que poderá ser adaptado para qualquer tipo de bicicleta e ambiente.

**Palavras-chave:** Bicicleta; Energia Limpa; Geração; Sustentabilidade

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### IMPLEMENTAÇÃO DO SISTEMA DE CATRACAS RFID NA UNISALES PARA CONTROLE E MONITORAMENTO DOS ALUNOS

Caetano Lorenzo

Gustavo Guilherme

Louyse Brozeghini De Jesus

Sara Juliane Gomes

Samuel De Jesus

Professor: Pablo Rafael Neves Marciano

**RESUMO:** O uso da tecnologia RFID (Radio Frequency Identification) como sistema de identificação de alunos em universidades tem se tornado uma solução prática e eficiente para diversos processos acadêmicos e administrativos. O sistema RFID envolve a utilização de tags (etiquetas) eletrônicas, que são incorporadas aos crachás dos alunos, e leitores que detectam e interpretam as informações transmitidas pelas tags através de ondas de rádio. Essas etiquetas RFID podem ser passivas ou ativas. As passivas não possuem bateria e são alimentadas pela energia proveniente do próprio leitor, enquanto as ativas possuem uma bateria interna que permite maior alcance e funcionalidade. Nos crachás, geralmente, são usadas as tags passivas, que oferecem baixo custo e longa durabilidade. Ao passar o crachá com a tag RFID diante de um leitor instalado em locais como entradas de salas de aula, bibliotecas, laboratórios, ou até mesmo para o controle de presença em eventos, o sistema identifica automaticamente o aluno, coletando dados como número de matrícula, nome, curso e horário de entrada e saída. Esse processo acontece em tempo real, sem a necessidade de contato direto entre o crachá e o leitor, o que contribui para a agilidade e conforto no processo de identificação. Além da identificação simples, o uso de RFID na universidade traz uma série de benefícios adicionais, como a automação de processos administrativos, o controle de frequência de aulas e atividades, a segurança, e a redução de fraudes, uma vez que o crachá com RFID é mais difícil de ser falsificado. Em muitos casos, também pode ser integrado com sistemas de pagamento (como alimentação e transporte), monitoramento de localização dentro do campus e até mesmo no controle de acesso a áreas restritas. Porém, a implementação desse tipo de sistema exige um investimento inicial significativo em infraestrutura, como leitores e software de gerenciamento, além de considerar a manutenção da rede e dos dispositivos ao longo do tempo. Além disso, questões de privacidade e proteção de dados pessoais devem ser cuidadosamente tratadas, para garantir que as informações dos alunos sejam utilizadas de forma segura e conforme as regulamentações. Em resumo, o sistema RFID oferece uma solução moderna e eficiente para a identificação de alunos em universidades, proporcionando maior controle, segurança e comodidade, mas requer investimentos e cuidados contínuos para garantir sua eficácia e conformidade legal.

**Palavras-chave:** RFID; Controle; Tags;

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO PROPRIOCEPTIVO, ESTÍMULOS COGNITIVOS E CONTROLE MOTOR EM IDOSOS COM RISCO DE QUEDAS

Amanda Teixeira das Neves

Izabella Torais de Martus

Marcele Lorentz Mattos de Souza

**RESUMO:** As quedas, uma das principais causas de mortalidade em idosos, decorrem de declínios fisiológicos heterogêneos e multifatoriais como deficiência cognitiva, que afeta a marcha e o equilíbrio, especialmente em situações de dupla tarefa e da redução sensorial e proprioceptiva associadas ao envelhecimento. Este estudo de caso teve por objetivo avaliar o impacto do treinamento proprioceptivo, estimulação cognitiva e controle motor na redução do risco de quedas em idosos, utilizando como métricas a Escala de Eficácia de Queda (FES), MINI BESTest, Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) e o Teste Cognitivo de Montreal (MoCA). Como intervenção, foram realizados treinamento proprioceptivo, cognitivo e de controle motor com atividades de dupla tarefa, de atenção para aumento do estado de alerta e conscientização do ambiente ao redor com incorporação de tecnologia. Os resultados evidenciaram melhora nas capacidades funcionais, cognitivas e de equilíbrio, promovendo maior autonomia e segurança nas atividades diárias dos pacientes.

**Palavras-chave:** Idosos; Risco de quedas; Propriocepção; Estimulação Cognitiva.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA NA EDUCAÇÃO SOBRE A PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS

Itauã Fernandes da Silva  
João Paulo da Silva Moreira  
Lara Silvério de Jesus  
Patrícia Natalis Frazão Cardoso  
Tamiris Rodrigues Ferreira  
Gustavo Zanotti Pizol

**RESUMO:** O presente projeto, de caráter analítico descritivo, aborda a promoção do bem-estar e a redução do risco de quedas em idosos, conforme a ODS 3. A metodologia consistiu em palestras realizadas em cinco instituições religiosas na Grande Vitória, com o tema "Minuto Saúde", visando informar sobre cuidados e adaptações para prevenir quedas. Além das palestras, foram distribuídas cartilhas informativas com dicas para adequação dos ambientes domiciliares. As ações alcançaram 1.300 pessoas, sendo 740 participantes nas palestras e 560 destinatários das cartilhas digitais. Durante as apresentações, foi observada a falta de conhecimento sobre os riscos de quedas, como pisos escorregadios e tapetes mal posicionados. Conclui-se que a fisioterapia na atenção primária desempenha papel crucial na conscientização e na implementação de estratégias para a prevenção de quedas, especialmente no contexto de idosos. A falta de informações adequadas evidencia a necessidade de ações educativas mais amplas.

**Palavras-chave:** Idosos; Fisioterapia; Queda; Prevenção de quedas; Educação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CIDADANIA TRABALHISTA E DIREITOS SOCIAIS PARA PROFISSIONAIS DAS ÁREAS DE LIMPEZA, MOTORISTA, PORTARIA E RECEPÇÃO EM UMA EMPRESA DE CONTABILIDADE

Lucas Alves Gomes da Silva

Ramon Henrique de Aguiar Santos

Douglas Roriz Calimam

Francesca Nossa Guanandy

Julyana Goldner Nunes

**RESUMO:** A Consolidação das Leis do Trabalho - CLT é o principal direito trabalhista Brasileiro, criada em 1943. Em 2017 por meio da Lei 13.467, introduziu alterações na CLT com objetivo de modernizar, a legislação também é regulamentada por leis complementares, Lei do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço, Lei de Licença Maternidade, Lei de Segurança e Medicina do Trabalho e a Lei de Aposentadoria e Benefícios Previdenciários. A Constituição Federal de 1988 prevê direitos fundamentais. O desafio proposto teve como finalidade o desenvolvimento de uma Cartilha Trabalhista baseada nas dúvidas entre colaboradores com conhecimentos limitados relativo à legislação, que desempenham funções de limpeza, motorista, portaria e recepção em uma empresa de contabilidade. Após entrevista junto aos colaboradores, foi estruturada Cartilha por meio de pesquisa jurídica adotando linguagem didática com intuito de se promover cultura da legalidade e disseminar conhecimento relativos as leis trabalhistas no ambiente corporativo, impactando 20 colaboradores.

**Palavras-chave:** Cidadania; Direito do Trabalho; Rotinas Trabalhistas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EXPANSÃO DE MERCADO E CRESCIMENTO DA EMPRESAKLAIER S.A. INDUSTRIA E COMERCIO

Renan Boa Morte Rangel  
Rodolfo Boa Morte Rangel  
Douglas Roriz Calimam  
Francesca Nossa Guanandy  
Julyana Goldner Nunes

**RESUMO:** Este trabalho desenvolveu um plano estratégico para expandir a atuação da empresa Klaier S.A., empresa do setor de vidros, para regiões onde ainda não atua. Baseou-se na análise SWOT para identificar forças, fraquezas, oportunidades e ameaças, além de considerar aspectos tributários locais. O foco esteve na identificação de oportunidades rentáveis e no alinhamento com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 8 e 9, promovendo trabalho decente, crescimento econômico sustentável, infraestrutura resiliente e inovação. Métodos como análise de mercado e avaliação de demandas regionais foram utilizados para formular recomendações estratégicas, visando evitar desperdício de recursos em áreas pouco rentáveis. Também foram destacadas a importância da capacitação dos colaboradores e a inovação como diferencial competitivo, atendendo às necessidades específicas dos clientes de maneira única. O trabalho buscou esclarecer dúvidas sobre tributações, oferecendo um planejamento sólido e sustentável para a expansão da empresa

**Palavras-chave:** Expansão; Estratégia; Sustentabilidade.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ANSIEDADE E MOTIVAÇÃO X ENEM

Luana da Silva Amorim

Luana Nascimento Pereira de Souza

Marcela de Barros Peixoto

Mariana Grassi Maciel Garcia

**RESUMO:** Este projeto integrador tem como objetivo apoiar alunos do terceiro ano do ensino médio que se preparam para a realização do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), motivando-os ao lidar com o sentimento de ansiedade neste período através de intervenções psicológicas inovadoras como o Curtograma, uma técnica de organização visual que auxilia na gestão do tempo e no planejamento das atividades de estudo, a Escala de Beck, para avaliação e manejo da ansiedade durante o período de preparação para o exame e o uso de técnicas de relaxamento com foco na respiração, reconhecendo o aumento da ansiedade e do estresse que os estudantes enfrentam durante a preparação para esse importante exame. Os impactos das intervenções indicaram que a combinação dessas metodologias contribuiu de maneira significativa para a redução da ansiedade, melhorando a autoconfiança e a preparação dos adolescentes para o ENEM. Ao final do trabalho, destaca-se a importância de um bom estado emocional para a realização dos exames para que os alunos se sintam mais confortáveis neste período de alta pressão.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Motivação; Alunos; ENEM; Ensino Médio.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### TRANSFORMANDO O AMBIENTE ESCOLAR: A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA COMO SOLUÇÃO PARA O BULLYING INFANTIL

Anna Beatriz Ribeiro

Cauã Jacob Locatel

Dailane Sandra Pancini

Karen Rodrigues Gomes

Thais Gabriel Rosa

Mariana Grassi Maciel Garcia

**RESUMO:** Este trabalho aborda a aplicação da comunicação não-violenta (CNV) como ferramenta para combater o *bullying* no contexto escolar, visando promover um ambiente mais respeitoso e inclusivo. A pesquisa foi realizada com 40 alunos do 6º ano do Colégio Salesiano de Vitória, em quatro encontros semanais, utilizando dinâmicas e materiais pedagógicos. A metodologia envolveu a sensibilização dos alunos sobre os efeitos do *bullying* e o desenvolvimento de habilidades de empatia e comunicação construtiva. Os resultados indicaram uma redução no *bullying*, aumento da empatia e maior respeito entre os alunos. Conclui-se que a CNV pode ser eficaz na transformação do ambiente escolar, embora seja necessário um acompanhamento contínuo e a integração dessa abordagem no currículo escolar.

**Palavras-chave:** *Bullying*; Comunicação Não-Violenta; Empatia; Educação; Prevenção.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PESSOAS EM SITUAÇÃO DE RUA: QUEM SOU, ONDE ESTOU E PARA ONDE VOU?

André Luciano Masarim

Diego Silva Telaroli

Ludmilla Gobbo Sá Cavalcante

Sofia Pimentel Ewald

Professor(a): Mariana Grassi Maciel Garcia

Mentora: Danielly Santos

**RESUMO:** Este projeto, conduzido por estudantes de Psicologia do Unisales, sob a mentoria da psicóloga Danielly Santos, foi desenvolvido em parceria com o Abrigo I – ADRA, em Vitória, ES, e envolveu adultos intermediários em situação de rua. O foco foi a escrita autobiográfica, uma prática que auxilia na autocompreensão e permite aos participantes revisitar suas histórias, promovendo uma reflexão pessoal e reelaborando suas próprias experiências. Inspirados em teorias de desenvolvimento humano e no impacto terapêutico da escrita, os estudantes incentivaram os participantes a narrar suas vivências, compreendendo sua trajetória pessoal. A intervenção envolveu atividades de escrita, apresentações orais e escuta ativa e, no último encontro, a entrega de cadernos personalizados. Desta forma, o projeto conseguiu fortalecer a identidade, o senso de pertencimento, e valorização das histórias e dignidade dos integrantes.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento humano; Escrita; Narrativa pessoal.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PSICOLOGIA E PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO IMPACTO PSICOLÓGICO NO USO DE SUBSTÂNCIAS QUÍMICAS

Argeu Areias Ribeiro  
Caio Rodrigues Campos  
Kamile Lopes Santana  
Lara Machado Baelles Pimentel  
Letícia Plazzi de Oliveira  
Mariana Grassi Maciel Garcia

**RESUMO:** Este Artigo científico teve como objetivo conhecer como se dão as vivências e as expressões dos sentimentos das pessoas usuárias de substâncias químicas e como se obtêm seu processo de desenvolvimento, ocorrido em um abrigo da Grande Vitória. Para que fossem obtidos todos os resultados, foram utilizadas dinâmicas em grupo com a escuta ativa, onde todos os participantes presentes demonstraram os sentimentos dos quais eram motivados a se encontrar naquele local. O grupo buscou analisar os relatos obtidos nas intervenções, estes que fizeram possível com que fosse trabalhada a dor, o sofrimento e as consequências do desenvolvimento que foram causadas pelo abuso das substâncias químicas. Por fim, ao oportunizar a fala, fez-se possível vivenciar momentos de manifestação da emoção e pensamentos dos participantes, o que gerou o fortalecimento da busca da autonomia e consciência de valores pessoais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Vício; Substâncias químicas; Reabilitação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NEGLIGÊNCIA E DEPRESSÃO NA VIDA ADULTA TARDIA

Alan Ramos Gama

Ana Beatriz Vieira David

Kaique Pereira da Conceição

Jessica Porto Ferreira Endlich

Vitória Alves Tonini

Mariana Grassi Maciel Garcia

**RESUMO:** Este trabalho teve como objetivo principal descobrir a relação entre negligência e depressão nos idosos em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI). Para isso, utilizamos de entrevistas informais, diálogos com cuidadores e atividades lúdicas para aliviar os sintomas depressivos presentes. Realizamos uma análise do sentido de tudo que foi observado e escutado, descobrindo que não necessariamente idosos institucionalizados sofrem de depressão e tivemos experiências agradáveis com as idosas participantes.

**Palavras-chave:** Depressão; Negligência contra idosos; Vida adulta tardia.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EFEITOS DO PROGRAMA DE EXERCÍCIOS OTAGO NO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS EM UMA CLÍNICA DE VITÓRIA/ES

Alexandra Cristina Liuth  
Devilley Covre Almeida  
Gustavo Alberto de Oliveira  
Karolainne Ramos Acker  
Luciano Francisco Dias  
Marcele Lorentz Mattos de Souza

**RESUMO:** No Brasil, o crescimento da população idosa, destaca a importância de estratégias para prevenir quedas, um problema frequente nessa faixa etária. Nesse contexto, o Protocolo Otago, que combina exercícios de fortalecimento dos membros inferiores com treinamento de equilíbrio, é uma abordagem que visa a prevenção de quedas em idosos. Este projeto teve como objetivo avaliar os efeitos do Protocolo Otago no risco de quedas em três idosos, com idades entre 63 e 85 anos, atendidos no Centro Integrado de Atenção à Saúde da Comunidade (CIASC). Foram realizadas avaliações antes e após a intervenção, utilizando ferramentas como o MiniBESTest, Teste de Tinetti, SF-12 e a Escala de Eficácia de Quedas (FES). Os resultados indicaram diminuição no risco de quedas e melhora no equilíbrio, evidenciando a eficácia do Protocolo Otago como estratégia para promover a segurança e a qualidade de vida dos idosos.

**Palavras-chave:** População idosa; Protocolo Otago; Fortalecimento muscular; Prevenção de quedas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### MENTE E CORAÇÃO - ANSIEDADE EM ADOLESCENTES

Fabiana Lamas

Fernanda Rezende

Rayane Tápias

Toniely Gutiam

Vitória Reis

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** A adolescência é uma fase de descobertas e de busca pela autonomia, sobre decisões, emoções e ações. Trata-se de uma pesquisa universitária com cunho extensionista desenvolvida em um projeto de atendimento a adolescentes localizado no município de Vitória-ES. Os resultados foram organizados e analisados em tabelas no software Excel® o qual forneceu uma visão objetiva do impacto do projeto. Após avaliação das respostas do questionário sobre saúde mental e cardiovascular, foi possível averiguar as principais emoções pertinentes entre esses adolescentes através da realização de uma quantificação dos dados, através de uma tabela e dois gráficos, para ter noção sobre os resultados obtidos. Um ambiente educacional acolhedor fortalece a empatia entre os adolescentes, investindo na saúde mental e contribuindo para um futuro mais saudável e resiliente.

**Palavras-chave:** Adolescência; Doenças Cardiovasculares; Saúde mental; Transtorno de Ansiedade

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL: BEM-ESTAR E SAÚDE EMOCIONAL EM CRIANÇAS ABRIGADAS

Caleb Rocha Gaudio

Jocarly Boa Morte Neto

Joyce Ramos Leitão

Kezia de Souza Nascimento

Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Dentro do Sistema Único de Assistência Social, os Programas Socioeducativos (PSE) desempenham um papel crucial ao desenvolver ações voltadas à proteção, acolhimento e assistência a crianças e adolescentes em situações de risco social. O público trabalhado foram crianças que estão inseridas em um Serviço de Acolhimento Institucional do município de Vitória/ES e as atividades realizadas tiveram como objetivo trabalhar a expressão de sentimentos com foco no desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Como resultados, é esperado que as crianças desenvolvam ainda mais suas habilidades psicossociais. Os feedbacks da psicóloga foram escassos porém acolhedores. Além disso, buscou-se promover atividades Psicoeducativas e terapêuticas que ajudem as crianças a expressarem seus sentimentos, emoções e desenvolver habilidades socioemocionais. O objetivo final é proporcionar um ambiente que promova o bem-estar emocional nos infantes e fortaleça-os para um futuro mais positivo e estável.

**Palavras-chave:** Crianças. Acolhimento institucional. Habilidades Socioemocionais

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### INFORMALUNO: DIVULGAÇÃO DE PROGRAMAS ACADÊMICOS

Ana Victoria de Mathias Reis  
Jéssica Emanuely de Souza Bomfim  
Sandy Costa Gomes  
Vera Salles de Araújo Gonçalves  
Wanderson da Cunha Rangel  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este trabalho acadêmico apresenta um projeto de divulgação dos programas oferecidos pelo Centro Universitário Salesiano, voltados para os alunos. O principal problema identificado foi a baixa adesão dos estudantes, causada pelo desconhecimento sobre a existência desses serviços e como acessá-los. Para enfrentar esse desafio, foram realizadas ações presenciais na cantina da faculdade, com apresentações e esclarecimento de dúvidas, além da divulgação de um folder por meio do WhatsApp. Os resultados foram positivos, os alunos se engajaram no projeto, passaram a reconhecer a importância dos programas e a planejar sua utilização no futuro. O projeto também contribuiu para a formação acadêmica dos autores, oferecendo uma experiência prática em comunicação e os ajudando a aprimorar suas habilidades como futuros psicólogos.

**Palavras-chave:** Engajamento Estudantil; Ensino Superior; Inclusão; Plataformas Digitais; Recursos Acadêmicos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### REFLEXÕES E CONEXÕES: EXPLORANDO A INDIVIDUALIDADE E A RELAÇÃO COM O MUNDO DOS ADOLESCENTES

Alice Togneri de Aquino

Joyce de Aguiar Silva

Laysa Alves Souza

Mayra Eduarda Carvalho da Silva

Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este projeto foi desenvolvido com adolescentes da Obra Social Nossa Senhora da Penha, com o objetivo de promover a reflexão sobre identidade, autoconhecimento e as influências externas na adolescência. O tema central do projeto abordou como a construção da identidade é influenciada tanto pelas escolhas pessoais quanto pelas pressões sociais, conforme descrito por Erikson (1972) e Bauman (2005). A metodologia envolveu quatro encontros interativos, com dinâmicas como autodesenho, exibição do filme *Coraline* e rodas de conversa. O primeiro encontro visou apresentar o projeto e escutar as demandas dos participantes. Nos encontros subsequentes, trabalhou-se o autoconhecimento e as emoções, com foco nas relações interpessoais e autorregulação emocional. Os resultados mostraram que as atividades promoveram o autoconhecimento, fortaleceram a autoestima dos adolescentes e incentivaram a reflexão sobre identidade e relações. Conclui-se que o projeto foi eficaz em apoiar o desenvolvimento emocional e social dos adolescentes, ajudando-os a compreender melhor suas identidades.

**Palavras-chave:** Autoconhecimento; Relações Interpessoais; Adolescência.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EDUCAÇÃO SEXUAL PARA ALÉM DO SEXO

Ana Clara Figueira da Silva  
Fernanda Veronesi Masruha  
Lara Victoria Gava Meireles  
Thamara Simonassi de Souza  
Vitor Gabriel Araujo Batista  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este projeto teve como objetivo apresentar a Educação Sexual para os adolescentes de 15 a 19 anos do CESAM, de forma didática e de fácil entendimento para que eles pudessem fazer uso das informações e conhecimentos apresentados em seu cotidiano e nas relações presentes e futuras. Para isso, o grupo desenvolveu 4 intervenções, incluindo jogos e brindes para engajar a participação dos jovens. Os resultados demonstraram que o método de interação e aplicação das dinâmicas captaram o interesse dos adolescentes e contribuíram com o diálogo entre eles, mas também gerou uma série de desafios ao grupo.

**Palavras-chave:** Educação-Sexual; Adolescentes; Dinâmicas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ANSIEDADE E ESTRESSE EM ALUNOS PRÉ-VESTIBULANDOS

Carmen Lúcia Camara

Hiud Alves Pimentel

Lidiane Firmino Sousa

Luana Silva Leite

Karina De Andrade Fonseca

**RESUMO:** Neste projeto, investigamos o estresse vivenciado por alunos pré-vestibulandos no contexto do ENEM, um exame desafiador e competitivo. Esse estresse pode gerar sintomas como ansiedade, dificuldade de concentração e problemas de sono. Para lidar com essas pressões, é crucial adotar estratégias de gerenciamento do estresse. O “Pré-Vestibular Social Dandara para o ENEM” conta com 100 alunos e busca auxiliá-los na preparação. Nosso objetivo foi promover saúde e autorregulação emocional, abordando ansiedade e estresse por meio de encontros que favoreceram troca de experiências e fortalecimento de vínculos. Os resultados mostraram que as intervenções proporcionaram momentos de relaxamento, melhoria da concentração e compreensão sobre como lidar com sintomas de ansiedade. O projeto contribuiu para o bem-estar emocional dos estudantes, preparando-os para enfrentar os desafios do ENEM com mais resiliência.

**Palavras-chave:** ENEM, Ansiedade, Estresse, Autorregulação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CONSCIENTIZAÇÃO DOS SERVIÇOS EM SAÚDE DA MULHER DISPONÍVEIS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS)

Danieli Barbosa da Silva  
Glauciane Da Silva Conceição  
Maria Eduarda Vieira Silva  
Rafaela Faria Totti  
Raianny Kinack da Silva  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** A saúde da mulher é um tema de extrema relevância nas políticas públicas de saúde, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. Este trabalho de intervenção teve como objetivo promover a conscientização sobre os serviços de saúde disponíveis para as mulheres no SUS em pontos de ônibus do município de Vitória, destacando a importância da informação na prevenção de doenças, na promoção de uma vida saudável e na defesa dos direitos reprodutivos. A análise de dados teve caráter descritivo, com foco em observar o interesse e a participação das mulheres. Embora a adesão tenha ficado abaixo das expectativas iniciais, a intervenção permitiu identificar as principais barreiras à participação, como a pressa das mulheres em pegar o transporte. No entanto, mesmo com os desafios, foi possível alcançar o objetivo de proporcionar informação.

**Palavras-chave:** Saúde da mulher; Mulher; SUS; Serviços em saúde.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### MENTE ATIVA: ESTIMULANDO AS FUNÇÕES EXECUTIVAS EM IDOSOS

Ana Livia Santos Torezani  
Bárbara Kelly Pires Silva  
Fabíola de Souza Lima  
Rayla Estephane de Jesus Sousa  
Vitória Gomes da Silva  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** As funções executivas são um conjunto de habilidades cognitivas responsáveis por planejar, tomar decisões, resolver problemas e regular comportamentos (Lopes, 2020). Essas funções tendem a declinar com a idade, podendo prejudicar a autonomia e a capacidade dos idosos de lidar com as demandas cotidianas. Segundo Papalia (2022), as intervenções cognitivas podem ajudar a mitigar esses declínios, promovendo um envelhecimento saudável e ativo. Assim, o presente trabalho, objetivou exercitar a cognição de idosos participantes do Centro de Convivência para a Pessoa Idosa (CCPI) em Cariacica-ES. Nas atividades realizadas, algumas regras foram adaptadas para promover o engajamento e facilitar entendimento. De acordo com o feedback dado por 11 participantes, 90,9% consideram que as funções executivas são muito relevantes de serem trabalhadas, e consideram os encontros muito relevantes. É importante que trabalhos acerca do tema sejam realizados, pois contribuem para a preservação das funções cognitivas e autonomia para atividades do cotidiano.

**Palavras-chave:** Idosos; Funções executivas; Cognição.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PSICOEDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL FRENTE À ANSIEDADE: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA

Fabiane Gomes da Silva Nascimento

Giovanna Braga de Souza

Gleize Poli Dordenoni

Luiz José Vidal

Natalia Berger de Almeida Tosta

Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Esta atividade integrada de Extensão foi uma ação psicoeducativa, que buscou ampliar o conhecimento das pessoas a respeito de saúde mental, sobretudo no que se refere ao problema do transtorno de ansiedade. Assim, as intervenções foram implementadas em locais públicos: no calçadão da orla e em praças, na cidade de Vitória/ES. Estas ações se fundamentaram na ODS 03 - Saúde e bem-estar: assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Portanto, nós, por meio de psicoeducação, buscamos contribuir na conscientização sobre a saúde mental e bem-esta e os transtornos, visto que muitas pessoas não têm as informações necessárias de onde buscar ajuda, quais equipamentos públicos acessar. Para isso, usamos uma dinâmica mais lúdica, para facilitar as interações e a reflexão do tema. Essas interações revelaram experiências muito diversas de auto percepção, autocuidado e cuidado dos outros e, sobretudo, as formas de resiliência.

**Palavras-chaves:** Transtorno de Ansiedade; Direito à saúde; Equipamentos públicos do SUS.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESVENDANDO AS EMOÇÕES: A JORNADA DE CRIANÇAS NA COMPREENSÃO E EXPRESSÃO EMOCIONAL

Ana Julia Rodrigues de Souza

Nicolly Barbosa Gonçalves Roberto

Paula Nobre do Nascimento

Vanessa Ribeiro dos Santos

Victoria Bragança Pagani

Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este projeto explorou como crianças de um projeto social desenvolvem a habilidade de identificar e expressar suas emoções. Através de atividades lúdicas e dinâmicas, como o "Quebra-Cabeça das Emoções", as crianças associaram emoções a experiências cotidianas. Os resultados mostraram que elas reconhecem mais facilmente emoções básicas, como alegria e tristeza, enquanto emoções mais complexas, como a ansiedade, ainda são desafiadoras. O ambiente colaborativo do projeto social se mostrou fundamental para o desenvolvimento de um vocabulário emocional mais rico, contribuindo para uma melhor compreensão e expressão dos sentimentos.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento Emocional; Crianças; Vocabulário Emocional; Emoções; Projeto Social.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E MOTORA FINA NO ENVELHECIMENTO: MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS

Aline Barbosa Soares

Ana Karoline Silva Muller

Gabrielly Carriço Groyner

Hellen Cristini Martins Schultz

Thainá Wolkers Firme

Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este projeto de extensão, voltado para idosas do Residencial Vila do Suá, visa promover a saúde mental e a qualidade de vida no envelhecimento, alinhado com o ODS 3. Com encontros semanais, estudantes de Psicologia conduziram atividades que estimulam a cognição, habilidades motoras finas e interação social. Entre as práticas, destacaram-se pintura, bingo e atividades artesanais, que buscaram incentivar a memória, atenção e criatividade das idosas, além de fortalecer os laços emocionais e sociais entre as participantes. Observou-se um impacto positivo no bem-estar das idosas, ainda que as dificuldades motoras e cognitivas apontem para a necessidade de adaptações contínuas.

**Palavras-chave:** Estimulação cognitiva; Estimulação motora; Atividades lúdicas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SAÚDE MENTAL E ATIVIDADES FÍSICAS

Keren Alice Gomes dos Santos  
Larah Ketlin Santos Carvalho Pereira  
Reila Simone T. de Souza  
Sardes Ramos Silva  
Teldma Cavedo  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** O presente trabalho foi desenvolvido em parceria a um centro de acolhimento para mulheres em situação de violência em Cariacica. O projeto propôs atividades físicas e práticas de autocuidado como alternativas para lidar com as demandas biopsicossociais enfrentadas por mulheres acometidas por violências, além de dar visibilidade à realidade da violência contra a mulher no Brasil. Para alcançar o objetivo proposto, foram organizados 5 encontros presenciais envolvendo dinâmicas, exercícios físicos em grupo, atividades de autocuidado, conversas, músicas e comidas. No decorrer dos encontros foi possível observar e escutar das próprias participantes o impacto positivo e estimulante deste projeto no cotidiano das mesmas. Portanto, conclui-se a importância do contato coletivo e frequente com os exercícios físicos para promover e manter a saúde mental e física em qualquer idade e contexto.

**Palavras Chave:** violência contra a mulher, saúde mental, atividades físicas, autocuidado.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### OS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DAS MULHERES CAUSADOS PELA DUPLA JORNADA

Eduarda Alvarintho Santos  
Fernanda Bernardo da Silva  
Juliana Santana Theodoro  
Laiza Marcelos Santana  
Samira Monteiro Gomes  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** O presente projeto teve como objetivo explorar as dificuldades enfrentadas por mulheres com dupla jornada, destacando os impactos em sua saúde mental e a relação com os dados coletados na Roda da Vida, que foi aplicada na modalidade *online*. Participaram 24 mulheres e metade demonstrou algum grau de equilíbrio entre as diferentes áreas de suas vidas. No entanto, outro percentual das participantes (também de 50%), indicaram enfrentar dificuldades significativas em múltiplas dimensões da vida, apresentando, também, grande impacto em sua saúde física e emocional. Sintomas de exaustão, irritabilidade e isolamento foram relatados como frequentes também por este grupo, bem como discursos representativos de constante culpa por não atenderem ao ideal esperado no desempenho de seus papéis sociais, especialmente materno. Concluiu-se que o impacto foi positivo para a amostra, em virtude dos *feedbacks*, e recomenda-se a continuidade de ações como estas.

**Palavras-chave:** Mulheres; Dupla jornada; Saúde mental.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SAÚDE E SERVIÇO AO ALCANCE: INFORMAÇÕES PARA A COMUNIDADE

Brenda Monteiro Lourenço  
Ester Sarmiento Nery Marculano  
Fernanda Gomes Pimenta Prado  
Izadora Fernandes Santos Ladeira  
Maria Graciely Ferreira dos Santos  
Karina de Andrade Fonseca

**RESUMO:** Este projeto de extensão teve como objetivo informar a população sobre os serviços de saúde pública oferecidos pelo SUS e conscientizar as pessoas sobre a importância da prevenção de doenças. O local escolhido — um shopping da cidade de Vitória/ES — permitiu alcançar público diverso. Foram realizadas atividades interativas (jogo da roleta) e distribuídos *folders* informativos. Foram alcançadas cerca de 60 pessoas durante os quatro dias de atividade e constatou-se que essa abordagem dinâmica, com linguagem acessível e atividades lúdicas, auxiliou na ampliação de conhecimento sobre saúde. Os participantes responderam um breve questionário digital cujos resultados evidenciaram que desconheciam os serviços oferecidos pelo SUS. Os resultados ressaltam a necessidade de promover continuamente ações educativas em locais de grande circulação para disseminar informações de maneira mais eficaz e abrangente.

**Palavras-chave:** Prevenção de Doenças; Saúde Pública; Educação em Saúde; SUS; Bem-Estar Comunitário.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### INTEGRAÇÃO DA PERCEPÇÃO CORPORAL E ESPACIAL NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE ADULTOS DO CAPS: ESTRATÉGIAS E APLICAÇÕES

Cassiane Gonçalves Oliveira dos Santos

Esther Rocha Nunes

Lyvia Vitória Kuhn Endringer

João Guilherme Guerra Freitas

Rayssa dos Anjos Coutinho

Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** O artigo examina a Integração da Percepção Corporal e Espacial no Desenvolvimento Motor de Adultos do CAPS, com foco em estratégias e aplicações práticas. O objetivo principal é proporcionar melhor qualidade de vida e autonomia para os usuários e melhorar sua mobilidade. A pesquisa foi conduzida através de quatro encontros no CAPS cidade com auxílio de um professor de Educação Física fazendo atividades motoras específicas, observações, e testes de percepção corporal e espacial. Os resultados indicam que os participantes da oficina “Corpo e Movimento” apresentaram dificuldades na coordenação motora fina e percepção espacial, conforme verificado pelo teste TGMD-2. Porém, houve progresso na flexibilidade e coordenação motora global com a prática contínua das atividades. Conclui-se que a intervenção psicomotora realizada no CAPS de Cariacica foi eficaz, promovendo o desenvolvimento psicomotor dos usuários, destacando a relevância de atividades regulares para aprimorar habilidades motoras e percepção corporal ao longo do tempo.

**Palavras-chave:** Motricidade; Pesquisa; Intervenção; Autonomia; Adultos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO FÍSICO, MOTOR E PSICOSSOCIAL NA SEGUNDA INFÂNCIA: ADAPTAÇÃO SOCIAL DA CRIANÇA NO 1º ANO ESCOLAR

Rebeca Tavares

Maria Eduarda Tonoli de Souza

Geanne Ketlém Ramalho de Souza

Karina Nascimento Martins

Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** Considerando a problemática de que a falta de interação e adaptação no início da jornada escolar pode dificultar tanto a rotina quanto os processos de aprendizagem, este presente projeto integrador de extensão abordou a adaptação social de crianças ao 1º ano escolar. Diante desse desafio, o objetivo do projeto foi promover a interação social e fortalecer as relações interpessoais entre as crianças, contribuindo para um ambiente escolar mais acolhedor e colaborativo. A metodologia adotada consistiu na aplicação de dinâmicas e atividades com uma turma de 14 crianças, com idades entre 5 e 6 anos, da escola Dom Fernando, situada na Grande Vitória. As atividades foram planejadas para estimular a cooperação, o respeito, a compreensão de valores e a comunicação, de modo a facilitar o desenvolvimento de vínculos de confiança e uma convivência harmônica entre os alunos. Os resultados indicaram que a interação promovida por meio dessas dinâmicas contribuiu para uma adaptação mais tranquila e positiva das crianças ao ambiente escolar, favorecendo o desenvolvimento social e emocional necessário para a fase inicial da educação básica.

**Palavras-chave:** Adaptação Social; Crianças; Desenvolvimento.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DIFICULDADES DO INDIVÍDUO DA MEIA IDADE NO CAMPO UNIVERSITÁRIO

Rayssa Aguiar  
Pietra Cervantes  
Danillo Bittencourt  
Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** As dificuldades no campo acadêmico são geradas por um conjunto de fatores, mas com base em estudos direcionados com o indivíduos da meia idade, notamos a similaridade entre essas dificuldades diante do repertório acadêmico. Essa esfera, para a meia idade, é caracterizada por um momento de transição e reflexão sobre a carreira e os projetos de vida, onde traz consigo desafios específicos que podem gerar um conjunto de novos desafios na universidade relacionados à adaptação social, rotina, familiar, tecnologia, entre outros. O projeto de intervenção aplica-se no objetivo direcionado da inclusão, o desenvolvimento pessoal e a adaptação dessas pessoas ao ambiente educacional, através de rodas de conversa, apoio, escuta e dinâmicas de grupo, foi possível identificar os principais desafios enfrentados. A partir disso, nos possibilitou observar e compreender a partir de novas perspectivas e observar o processo de compreender a realidade pessoal de cada um. A intervenção teve um impacto significativo no fortalecimento da confiança dos participantes em suas capacidades acadêmicas e pessoais, promovendo um ambiente de aprendizado mais inclusivo e acessível. Além disso, o projeto contribuiu para a construção de uma cultura universitária mais diversificada, ao integrar pessoas de diferentes experiências de vida.

**Palavras-chave:** Meia idade; Projeto; Adaptação; Dificuldades; Profissão.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO COGNITIVO NA TERCEIRA INFÂNCIA EMOÇÕES EM AÇÃO: APRENDENDO A IDENTIFICAR E RECONHECER AS EMOÇÕES

Maria Fernanda de Araújo Ferreira

Fabiana Marques Dias e Silva

Amonrhá Tesch

Stella dos Reis Carmo

Matheus de Souza

Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** Este estudo teve como objetivo investigar a habilidade de reconhecimento das emoções em crianças de 9 a 12 anos em situação de vulnerabilidade social, além de promover a empatia e estimular a compreensão emocional em relação ao outro. A metodologia consistiu em quatro etapas de intervenções, nas quais foram realizadas atividades para trabalhar o reconhecimento das emoções e a empatia. A análise quantitativa revelou que 82% das crianças foram capazes de identificar corretamente as emoções. No entanto, a análise qualitativa e subjetiva das atividades indicou a predominância de emoções como raiva e medo, o que sugere uma possível influência do contexto de vulnerabilidade social. Durante as atividades, foi observado um comportamento agressivo entre as crianças, evidenciando a necessidade de estratégias mais eficazes para ajudar as crianças a lidar melhor com suas emoções. Esse comportamento pode refletir um contexto de estresse e insegurança, impactando o desenvolvimento emocional das crianças.

**Palavras-chave:** Infância; Emoções; Desenvolvimento.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESENVOLVIMENTO HUMANO LIDANDO COM A VELHICE: DESAFIOS, ADAPTAÇÕES E TRANSFORMAÇÕES

Larissa Ferreira Borges

Lhyvia Gonçalves Dos Santos

Maria Eduarda Alves Perovano

Melissa Cloer Crevelario

Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** O projeto visa desenvolver estratégias e intervenções para promover o bem-estar integral na terceira idade, considerando as necessidades dos idosos. As ações incluem estímulo à saúde cognitiva, fortalecimento de vínculos sociais e familiares, promoção da autonomia e criação de ambientes que incentivem o envelhecimento saudável. Com enfoque em dinâmica e questionários, busca oferecer uma experiência de envelhecimento mais positiva, melhorando a qualidade de vida dos idosos. Os resultados mostram que o projeto atendeu eficientemente às necessidades das participantes, gerando impactos positivos. A continuidade de iniciativas como essa é fundamental para um envelhecimento autônomo e saudável, além de reforçar a importância do apoio comunitário frente aos desafios da idade.

**Palavras-chaves:** Envelhecimento saudável; Desenvolvimento; Terceira idade.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A BUSCA DA IDENTIDADE DO ADOLESCENTE POR MEIO DAS REDES SOCIAIS

Alicia Maria Ribeiro

Gabriela Martins Bento

Guilherme Borges Soares

Laila de Oliveira Suzana

Núbia Nascimento do Rosário

Leticia Garcia de Oliveira

**RESUMO:** Nos últimos anos, as redes sociais têm desempenhado um papel central na vida dos adolescentes, funcionando não apenas como meio de comunicação, mas também como espaço para a busca, construção e expressão da identidade. No entanto, surgem questionamentos sobre os impactos desse ambiente digital, como a pressão por validação e a superficialidade das interações, que podem afetar a formação de uma identidade autêntica. Este projeto explorou alternativas fora das redes sociais que os adolescentes pudessem descobrir e afirmar suas identidades de maneira mais genuína. Através de leituras reflexivas e atividades práticas, como, aulas expositivas do tema rodas de conversas, buscamos proporcionar experiências que incentivassem uma compreensão mais profunda sobre a identidade e o uso das redes sociais. Através destas intervenções, pudemos observar que os adolescentes passaram a ter uma relação com as redes sociais, e até mesmo a diminuição do uso das redes sociais.

**Palavras-chave:** Identidade; Redes sociais; Adolescente.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A ARTE DO BEM VIVER: A FORMA LIVRE DE VIVER PELA SIMPLICIDADE DOS POVOS ORIGINÁRIOS DO ESPÍRITO SANTO

Jeferson Aurich Schneider

João Vitor Pereira

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** O objetivo do trabalho foi discutir a arte do bem viver, na perspectiva dos direitos individuais, coletivos e sociais, além de clarear possibilidades de soluções de conflitos. A ideia é promover uma reflexão sobre os povos originários a suas culturas e forma livre de estar em comunidade. Foram realizadas atividades de reflexão sobre a importância da Arte do bem viver, formando indivíduos conscientes e sensíveis. O projeto teve como suporte teórico o pensamento helenístico, a escola do cinismo onde se questionava a natureza de viver bem sendo livre pela simplicidade. Arte do bem viver, sob a perspectiva dos cínicos, é uma forma de filosofia que preza pela simplicidade, autossuficiência e liberdade do espírito. Na perspectiva da filosofia, essa abordagem ganha uma dimensão ainda mais rica e profunda. Os cínicos, como Diógenes, acreditavam que a felicidade só poderia ser alcançada quando nos libertamos das convenções sociais, dos desejos artificiais e das amarras impostas pela sociedade.

**Palavras-chave:** Liberdade; Direitos; Igualdade; Povos originário; Cultura

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A CONTRIBUIÇÃO DO ESTOICISMO NO ENFRENTAMENTO DAS ANGÚSTIAS DO HOMEM CONTEMPORÂNEO

Edson José Manoel de Oliveira

Guilherme Quiuqui de Jesus

João Pedro Esteves Ramos

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** Neste projeto buscamos compreender a angústia e as filosofias do bem viver. A angústia é descrita como um sentimento existencial central para filósofos como Heidegger, Sartre e Kierkegaard, que associam à liberdade e à ausência de um sentido predeterminado na vida. Ela surge do confronto com o “nada” e com a responsabilidade de escolhas, levando a uma reflexão sobre a finitude humana. Vamos abordar o aumento dos problemas psicológicos no século XXI, como ansiedade e depressão, que se encontram em um índice muito alto, provocados por pressões sociais e tecnológicas. Sobretudo nos jovens. Baseado nas nossas pesquisas e estudos sobre como o estoicismo pode ajudar na superação dessa angustias pertinentes e, nosso tempo, com isso o estoicismo é apresentado como prática de bem viver, ensinando a facilidade do que não se pode controlar e a importância da autossuficiência emocional. promove uma vida orientada pela virtude, pela resiliência e pelo propósito.

**Palavras-chave:** Estoicismo; Angústia; Kierkegaard; Bem-viver; Filosofia.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A INFLUÊNCIA DO PACTO SOCIAL DE LOCKE NA CONSCIENTIZAÇÃO POLÍTICA

Evandro Menegueli Carvalho

Gabriele Camelo Moraes

Kleidson Ribeiro Ayolphi

Matheus Eloy Trivelin Ramos

Ryan do Nascimento Ventura

Professor Orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** O projeto visa fortalecer a importância da consciência política e o impacto das decisões políticas sobre a vida em sociedade. Com uma consciência política, as pessoas são capazes de compreender os mecanismos de poder, os direitos e deveres cidadãos, e as responsabilidades dos governantes. Isso permite uma participação mais ativa e crítica nos processos democráticos, como votações, protestos e discussões públicas. Além disso, ajuda a combater injustiças e desigualdades, pois os cidadãos conscientes são mais aptos a defender valores como liberdade, igualdade e justiça, promovendo mudanças sociais e políticas. Esse compromisso vai além do voto, é preciso envolver-se por inteiro, buscando informações, compreendendo o impacto das políticas públicas e estar atento aos interesses e direitos da coletividade. A participação ativa, como engajamento em movimentos sociais, debates e ações comunitárias, fortalece a democracia, pois cidadãos engajados para uma sociedade mais justa e transparente. Quando os indivíduos assumem esse papel, ajudam a promover políticas que reflitam melhor as necessidades da população e estimulem uma cultura de responsabilidade e mudança social.

**Palavras-chave:** Filosofia; Política; Conscientização; Participação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A POLÍTICA COMO MEIO PARA A DIGNIDADE HUMANA: A ÉTICA KANTIANA COMO GUIA PARA O PROCESSO ELEITORAL

Danilo Andrade

João Lucas Nunes de Almeida

Rafael Charile Capucho

Roniele Bianque Almeida

Professor Orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** A modernidade buscou responder qual era a grandeza do homem. Nesse período destaca-se Immanuel Kant, que foi influenciado por essa nova postura do homem em relação ao mundo e desenvolveu sua filosofia transcendental, que se torna a fundamentação dessa nova forma de pensamento, ele apresenta uma razão que de fato seja o princípio supremo da moralidade. Esse dado é intrínseco à sua natureza humana. Por isso, nunca podem ser tratados nem por si e por outros como meios para se chegar a um fim determinado, o homem se revela deste modo como um ser de valor íntimo, que se revela com sua inalienável dignidade. Nesse sentido, este trabalho objetivou realizar uma pesquisa de campo, para analisar qual o nível de consciência dos eleitores em relação aos candidatos aos cargos dos poderes executivo e legislativo, no que tange o valor da dignidade humana em suas pautas e propostas de governo.

**Palavras-chave:** Dignidade Humana; Política; Eleições; Razão.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A VIRTUDE DA PRUDÊNCIA NA CONTEMPORANEIDADE COMO PARÂMETRO DO BEM VIVER, NO EPICURISMO

Gabriel de Oliveira Bolari

João Victor da Silva

Kevin Pereira Delpupo

Michael Neves Dias

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** Este projeto discute a virtude da prudência bem como a necessidade da mesma para que se encontre a felicidade na vida. O projeto foi inspirado na Carta sobre a felicidade, de Epicuro. A doutrina de Epicuro substitui o bem pelo prazer e o mal pela dor. A felicidade consiste em assegurar-se com o máximo de prazer e o mínimo de dores, por meio da saúde do corpo e do espírito. A reflexão é feita a partir do que propõe Epicuro, que diz respeito à busca do que ele chama ataraxia, que nada mais é, senão a ausência de dores no corpo e de perturbações na alma, que conduz, segundo o filósofo, o homem à felicidade verdadeira. Concluímos, a partir deste trabalho, que a maioria dos jovens possui noções básicas que possibilitam praticar pelo menos em parte a proposta de Epicuro para se chegar à felicidade.

**Palavras-chave:** Ataraxia; Felicidade; Pesquisa; Jovens; Prudência.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### COMO LIDAR COM OS AFETOS À LUZ DA FILOSOFIA DE BARUCH SPINOZA

André Miguel Marchesi Rosa

Iago Ribeiro Braga

Lucas Mota Fardin

Luiz Filipe Ramos dos Santos

Marco Aurélio de Paula Cremasco

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** A proposta de nosso projeto é apresentar um programa de bem-estar emocional baseado na filosofia ética de Baruch Spinoza, enfatizando o autoconhecimento e a maturidade emocional, bases para a liberdade e a felicidade. Visando contextualizar as problemáticas contemporâneas trabalhadas, o projeto se utilizou dos autores Zygmunt Bauman, Byung Chul-Han e David Viscott, explorando mazelas psicológicas e linguagem dos sentimentos. O desenvolvimento ocorreu junto à adolescentes da Paróquia São Pedro Apóstolo, em Nova Palestina, Vitória – Espírito Santo, e buscou promover a saúde mental e a educação de qualidade. O desafio foi auxiliá-los a compreender melhor suas emoções e afetos, favorecendo o crescimento pessoal e social. Os resultados indicaram que práticas como música, meditação e oração ajudam, mas desafios como insegurança e vergonha dificultam a partilha emocional. O projeto revelou grande interesse no tema e impacto positivo na conscientização sobre, promovendo equilíbrio emocional e autoconhecimento.

**Palavras-chave:** Emoções; Sentimentos; Afetos; Autoconhecimento.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### O ECLETISMO DE CÍCERO E O BEM-VIVER MORAL

Daniel Carlos Ribeiro

Eduardo Oscar Lopes Montenegro

Ian da Luz Nunes

Wesley Soeiro de Castro

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** A reflexão acerca do padecimento humano e a procura pela felicidade por meio da prática virtuosa, como abordado por Marco Túlio Cícero em suas “Discussões Tusculanas”, enfatiza a filosofia como uma existência orientada pela virtude. Cícero defende que um autêntico filósofo deve agir conforme os valores que defende, confrontando medos sem fundamento, como o temor da morte e da dor. A iniciativa está em consonância com o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) III, que valoriza a saúde mental. Cícero sugere que a ausência de temor diante da dor e o desenvolvimento da paciência estoica são fundamentais para se ter uma vida destemida e tranquila. Essa abordagem prática permanece significativa, favorecendo uma compreensão mais abrangente do bem-estar humano. Cícero teve contato com várias correntes filosóficas, incluindo o epicurismo, o platonismo e o estoicismo. Neste trabalho, analisa-se a importância das virtudes da transcendentalidade (influenciada pelo platonismo), da impassibilidade (pelo estoicismo) e da simplicidade (do epicurismo) para a felicidade plena do homem.

**Palavras-chave:** Epicurismo; Estoicismo; Platonismo; Cícero; Moralidade

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ROUSSEAU E A CONSTRUÇÃO DA DEMOCRACIA: ENTRE A LIBERDADE INDIVIDUAL E A VONTADE GERAL

Danrley Antero Martins

Enzo Kalmon Alvarenga Ferreira

Leilson Ademir Lara

Ronaldo Gabriel Cordeiro Silva

Professor orientador: Me. Paulo Cesar Delboni

**RESUMO:** A proposta deste projeto de extensão é analisar o pensamento livre e democrático de um grupo de pessoas dentro de uma associação de moradores. A partir dessa análise, o projeto visa debater sobre a liberdade, o senso comum e a democracia no contexto das eleições municipais. A fundamentação teórica do projeto será baseada nos escritos do filósofo Rousseau. A instituição parceira foi a associação de moradores do bairro Jardim América, em Cariacica – ES. O projeto contou com a participação de aproximadamente 20 pessoas. Jean-Jacques Rousseau, em sua filosofia, nos convida a uma profunda reflexão sobre a verdadeira construção da democracia. Para uma melhor compreensão da visão filosófica de Jean-Jacques Rousseau sobre a liberdade individual e a vontade geral, utilizamos a obra O Contrato Social (1762). Ao final deste trabalho, conclui-se que O Contrato Social abre grandes possibilidades para se alcançar a verdadeira liberdade, levando, assim, os indivíduos a uma vida mais autêntica e harmoniosa.

**Palavras-chave:** Democracia; Rousseau; Liberdade; Vontade Geral.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NUTRIÇÃO NA INFÂNCIA: ERROS E ACERTOS EM HÁBITOS ALIMENTARES

Alexsander Peroni Marques

Ana Beatriz Sousa da Silva

Fernanda Oliveira

Geisa Oliveira Lima

Rebeca Sthefany Souza Gulart

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** A infância alimentar é o período crucial para o desenvolvimento físico e cognitivo das crianças, durante o qual os hábitos alimentares são formados. Uma nutrição adequada nessa fase garante o crescimento saudável, fortalece o sistema imunológico e contribui para o desenvolvimento cerebral. O desenvolvimento do trabalho foi realizado no Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos Caminhando Juntos em Vitória-ES (CAJUN) com um grupo de crianças de idades entre 7 e 11 anos. Sendo os métodos de pesquisa utilizados para classificação nutricional: anamnese, antropometria, foi elaborado com as seguintes informações exames físicos, intestinal e de hábitos alimentares

**Palavras-chave:** Hábito alimentar, criança, infância, educação nutricional

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### IMPACTO DA NUTRIÇÃO NA ALIMENTAÇÃO E SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Gabriel Costa Nunes

Gleyciane Alves Kuster

Jessyka Sousa Mathielo

Pedro Henrique Torres

Orientador: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** A saúde mental de adolescentes é uma preocupação crescente na sociedade atual, e a alimentação desempenha um papel fundamental nesse contexto. A falta de acesso a uma alimentação equilibrada pode contribuir para o desenvolvimento de distúrbios psicológicos, como ansiedade e depressão. Diante disso, é essencial que os profissionais de saúde, especialmente os nutricionistas, atuem na prevenção e tratamento desses distúrbios. Este projeto teve como objetivo principal promover o autocuidado, a resiliência e o bem-estar dos adolescentes, preservando sua saúde mental por meio de uma alimentação equilibrada e para isso acontecer foi realizado atendimento a 15 adolescentes, com coleta de dados entre julho e novembro de 2024. A intervenção consistiu em orientações nutricionais personalizadas e educação em saúde, os resultados mostraram que, inicialmente, a maioria dos participantes apresentava boa alimentação, mas carecia de conhecimento sobre a importância de consumir frutas e verduras, além de apresentar alto índice de desperdício. Após as intervenções, observou-se um grande avanço no entendimento sobre os benefícios de uma alimentação saudável e uma redução significativa no desperdício. Este estudo demonstrou a eficácia da intervenção nutricional na promoção da saúde mental em adolescentes, destacando a importância da atuação dos nutricionistas na prevenção e tratamento de distúrbios psicológicos. Além disso, ressalta a necessidade de educação em saúde e conscientização sobre o desperdício alimentar.

**Palavras-chave:** Nutrição; Saúde mental; Adolescência

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NUTRIÇÃO E DESEMPENHO FÍSICO DE ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO DO PROJETO MDE

Camilla Dalleprani da Silva Cavalcante

Vithória Silva Brites

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** Consumo de alimentos nutritivos, com baixo teor de gorduras e açúcares, ricos em vitaminas, minerais e fibras, aliado à prática regular de atividade física, desempenha um papel essencial no crescimento e desenvolvimento saudável dos adolescentes. Esses hábitos são fundamentais no combate à obesidade, uma doença multifatorial. Entendendo a alimentação como parte do cuidado integral em saúde foi realizado um atendimento com 16 adolescentes do sexo feminino, sendo realizada a coleta de dados em outubro/2024. Este projeto teve como objetivo de promover intervenções educativas e práticas que melhorem a saúde e o desempenho esportivo dos adolescentes. Ao integrar conhecimentos sobre nutrição com práticas esportivas, o projeto busca não apenas melhorar o desempenho físico, mas também fomentar hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para um estilo de vida. Concluiu-se que com os encontros realizados houve uma melhora no quesito de tirar dúvidas em relação a uma alimentação adequada principalmente no pós e pré treino e a importância da prática de uma atividade física ligada a uma boa alimentação.

**Palavras-chave:** Esporte, Nutrição, Adolescência.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### **AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADULTOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DE UM PROJETO SOCIAL EM VITÓRIA/ES E A PRESENÇA E PERSISTÊNCIA DE OBESIDADE**

Ana Clara Garcia Lírio

Lays Tavares Coutinho

Raquel Braz Santana

Adauany Maria de Souza Silva

Eduarda Reis Gomes da Silva

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** O presente projeto trata da importância da alimentação saudável para adultos praticantes de atividade física, realizado com uma turma inscrita no projeto Serviço de Orientação ao Exercício de Vitória/ES, com 25 adultos, com idade entre 20 e 59 anos. Foram desenvolvidas avaliações nutricionais, rodas de conversa, aplicação de questionário para conhecer os hábitos alimentares desse público e intervenções de forma lúdica, a fim de promover e estimular a adoção de hábitos alimentares saudáveis na prática esportiva. Na coleta de dados deste projeto, apurou-se que 36,36% dos entrevistados encontram-se com obesidade, e 27,27% com sobrepeso. Dessa forma, é fundamental desenvolver estratégias para se trabalhar com uma alimentação saudável na fase adulta, a fim de promover a escolha de hábitos saudáveis e prevenir o surgimento de diversas patologias.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável; Adultos; Atividade Física

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### BORDAGEM NUTRICIONAL PARA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES PRATICANTES DE CANOA HAVAIANA DO PROJETO AMAR A VIDA

Ana Luiza ribeiro oliveira

Cleusa Fátima de Oliveira Corrêa

Julia Rodrigues Lopes

Lara Macedo Schiefelbein

Maria Eduarda Dias

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** A nutrição tem um papel fundamental no desempenho esportivo e na saúde geral das atletas, sendo especialmente relevante para aquelas que se dedicam a práticas como canoa havaiana. A presente pesquisa foi voltada para mulheres do "Projeto Amar a Vida". Com o objetivo de fornecer informações sobre alimentação saudável para as atletas. Sendo assim foram realizadas cinco intervenções, sendo a primeira, uma roda de conversa para apresentar o projeto e as demais para coletar dados antropométricos e fornecer informações nutricionais. A partir da anamnese, foi observado que as praticantes de atividade física não apresentavam uma alimentação equilibrada. Com a avaliação antropométrica, foi verificado que: 18,2% (n=2) apresentaram obesidade grau 1; 9,1%(n=1) da população estudada apresentou obesidade grau 3; 45,5% apresentaram sobrepeso (n=5). Como intervenção final foi realizada palestra com nutricionista e entregue ebooks; o primeiro com opções de refeições saudáveis e práticas; o segundo com informações sobre suplementos que as ajudariam na manutenção da massa muscular; e o terceiro e último continha informações gerais sobre nutrição para mulheres. Todas as participantes mostraram-se muito dedicadas ao projeto, sempre com muitas perguntas e dispostas a nos ajudar na coleta de informações

**Palavras-chave:** Canoa havaiana; Nutrição esportiva; Alimentação saudável.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### A IMPORTÂNCIA DA PERIODICIDADE DO EXERCÍCIO FÍSICO ASSOCIADA À UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA NA SAÚDE DO ADULTO

Amanda Pitol Braga

Allan Kened Santos do Azevedo

Fernanda Martinelli

Isabella Dias Ribas Albino

Lara Davel Sobreira Soares

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** O projeto teve como objetivo abordar a importância da periodicidade do exercício físico para a saúde do adulto, sendo realizado em uma academia de Vitória/ES, com a participação de 23 indivíduos. Durante a execução, foram desenvolvidas diversas atividades: uma sessão de degustação de pré-treinos naturais, a segunda intervenção foi de um questionário que foi discutido em uma roda de conversa. A análise dos resultados do questionário revelou que 42,9% dos participantes mantêm um equilíbrio entre carboidratos e proteínas na alimentação, 47,6% frequentam a academia com o objetivo de promover o bem-estar físico e mental, 66,7% consideram os carboidratos essenciais para fornecer energia e 50% não praticam atividade física em jejum. A terceira intervenção consistiu na distribuição de um folder informativo sobre benefícios nutricionais para praticantes de exercício físico, complementada por uma sessão de degustação de frutas. A quarta intervenção envolveu a apresentação de suplementos nutricionais. Este projeto destaca a importância de desenvolver estratégias para promover uma alimentação saudável entre os praticantes de exercícios físicos, ajudando-os a adotar hábitos alimentares mais adequados e a esclarecer dúvidas sobre nutrição esportiva.

**Palavras-chave:** Saúde do adulto; Nutrição esportiva; Exercício físico; Alimentação Saudável.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SAÚDE MENTAL E NUTRICIONAL DE PRATICANTES DE YOGA DOPARQUE BOTÂNICO DA VALE

Nicolly Nascimento de Lima

Pamela Matos de Oliveira

Rosiane Rodrigues de Oliveira

Victória Guedes Nascimento

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** O estudo foi realizado no Parque Botânico Vale, no projeto YogaLuz, com adultos praticantes desta modalidade e baseado na saúde mental e nutricional dos mesmos. Foram realizados 4 encontros (de outubro a novembro/2024) dentre eles, aplicação de questionário e avaliação nutricional para chegar ao diagnóstico. Como resultado foi observado que a maioria da população está em eutrofia, provavelmente devido a uma alimentação saudável prévia sendo uma das orientações básicas da Yoga. Os demais encontros foram apresentados a importância de chás medicinais para a saúde mental, foi entregue um e-book informando detalhes sobre alimentação saudável. Concluiu-se que com esse projeto fomos capazes de somar informações nutricionais para esses adultos, melhorando assim sua qualidade de vida, saúde física e mental

**Palavras-chave:** Saúde mental; alimentação saudável; qualidade de vida.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL ATRAVÉS DA NUTRIÇÃO E DO EXERCÍCIO FÍSICO EM MULHERES COM DOENÇAS CRÔNICAS

Camilly Victória da Silva Cândido

Thais Alves Borges

Professora: Luciene Rabelo Pereira

**RESUMO:** O projeto visa promover a saúde física e mental de mulheres adultas de 20 a 59 anos com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) através da nutrição. O estudo incentivou um estilo de vida saudável, autonomia nas escolhas alimentares e conscientização sobre a importância da prevenção das DCNT. As participantes discutiram mitos e verdades sobre nutrição, exploraram a relação entre alimentação saudável e saúde mental, e aprenderam a fazer escolhas alimentares conscientes. O atendimento foi realizado em um Centro de Convivência da Prefeitura da Serra em parceria com o PROEF, envolvendo medidas antropométricas e o acompanhamento de profissionais da saúde, incluindo estudantes de nutrição e uma psicóloga. Foram realizados três encontros e a coleta de dados foi feita em setembro/2024. No primeiro encontro participaram nove mulheres adultas em vulnerabilidade social. Todas apresentavam algumas doenças crônicas, incluindo obesidade, diabetes, hipertensão arterial e também foi relatado casos de ansiedade. Ao final do projeto, as participantes relataram melhorias em suas práticas alimentares e no bem-estar geral, destacando a importância de uma alimentação equilibrada para a saúde da família.

**Palavras-chave:** Nutrição; Saúde mental; Adulto; Mulheres.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SISTEMA CARDIORRESPIRATÓRIO E RISCOS ASSOCIADOS AO USO DE CIGARROS ELETRÔNICOS E CONVENCIONAIS: UMA ABORDAGEM INTERATIVA ADAPTADA AO PÚBLICO JOVEM

Alice Constantino dos Santos Falcão

Eduarda Silva Zottele

Isabella Mariana Lopes da Silva

Júlia Ferreira de Araújo

Rayslaine da Silva Henrique

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** Os cigarros eletrônicos (CEs) e convencionais estão atrelados a diversas alterações fisiológicas que podem promover o desenvolvimento de doenças associadas ao sistema cardiorrespiratório e neurológico. Além disso, a facilidade de acesso, principalmente aos cigarros eletrônicos, se mostra uma grande ameaça à população jovem e adulta. Com isso, este projeto visou proporcionar a conscientização acerca do uso de cigarros eletrônicos e convencionais, expondo os principais riscos associados. Para tal, um encontro com os alunos da EEEFM Hildebrando Lucas e do Colégio Nossa Senhora da Vitória, em dias alternados, foi organizado. Utilizando peças anatômicas, foram apresentados diferentes órgãos do sistema cardiorrespiratório e neurológico, evidenciando as alterações morfofuncionais provocadas no organismo. Foram, ainda, obtidas informações sobre o uso desses cigarros pelos participantes, onde os estudantes do Colégio Nossa Senhora da Vitória apresentaram maior conhecimento sobre os danos e criminalização da venda de CEs em comparação com os alunos vindos da outra instituição, que afirmaram terem maior contato, conhecimento de usuários, dentre outros fatores descritos neste projeto.

**Palavras-chave:** Cigarros; Cigarro eletrônico; Sistema cardiorrespiratório; Riscos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### COMO O PARKINSON E SUAS COMPLICAÇÕES AFETAM O SISTEMA MUSCULO ESQUELÉTICO

Ana Elisa Carlesso Santos

Clara Delmaschio

Igor Mello de Carvalho

Luiza Fagundes da Silva

Wallace Oliveira Gigante de Araújo

Eclair Venturim Filho

**RESUMO:** A Doença de Parkinson é um distúrbio neurodegenerativo crônico que afeta o sistema nervoso central, especialmente os neurônios produtores de dopamina. Sua progressão causa sintomas motores, como tremores, rigidez muscular, bradicinesia e instabilidade postural. Essas complicações têm um impacto significativo no sistema musculoesquelético. O trabalho a seguir teve como objetivo levar conhecimento e conscientizar os alunos do Colégio Estadual sobre a doença de Parkinson. Em um primeiro momento foi realizado um questionário para saber quanto os participantes sabiam sobre a doença, depois foi feita uma visita no anatômico para as pessoas visualizarem os efeitos da doença nos sistemas do corpo, após a visitação foi realizada a apresentação de um caso clínico real para o público-alvo e uma dinâmica Kahoot para mensurar o que os participantes absorveram das explicações e da prática.

**Palavras-chave:** Parkinson; Doença; Projeto; Músculos; Cérebro.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PREJUÍZOS NO SISTEMA CARDIOVASCULAR DEVIDO AO USO DE MEDICAMENTOS PROIBIDOS NO ESPORTE

Arthur Carlos Mourêncio  
Euzinéia Teixeira de Queiroz  
Margarete Cezarino Arnoni  
Rosenilda Vieira dos Santos  
Sabrina Marculano Vieira  
Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** O presente trabalho tem por proposta uma análise bibliográfica, abordando prejuízos ao sistema cardiovascular de esportistas profissionais ou simples praticantes, em decorrência ao uso de medicamentos ou substâncias proibida não só no meio esportivo profissional, mas também em pessoas que fazem o seu uso pelo simples fato de ter um corpo “perfeito”. Será abordado o uso de substâncias tais como testosterona exógena, estimulantes que tem por finalidade elevar os níveis de adrenalina do corpo e reduzirem o cansaço físico, hormônios de crescimento, dentre outras substâncias. Os universitários demonstrarão aos alunos do ensino médio, por meio de peças reais de nosso sistema cardiovascular no laboratório de anatomia, os efeitos danosos que podem ser gerados a partir do uso indiscriminado e sem prescrição médica de substâncias ou medicamentos que são para tratar patologias e não estética corporal.

**Palavras-chave:** Sistema Cardiovascular; Substâncias Proibidas; Prejuízos; Anatomia.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ASPECTOS FISIOPATOLÓGICOS DA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO NA ADOLESCÊNCIA: IMPACTOS ENDÓCRINOS E METABÓLICOS

Acsa Gomes

Yara Duarte

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** A síndrome do ovário policístico (SOP) é um distúrbio endócrino comum que afeta a qualidade de vida das mulheres, causando problemas como disfunção menstrual e resistência à insulina. O objetivo deste artigo é discutir a importância da educação sobre a SOP em escolas. A metodologia incluiu uma atividade prática com 45 alunos do Colégio Estadual de Vitória, onde foi realizada uma palestra sobre os aspectos clínicos e fisiopatológicos da SOP, acompanhada de uma sessão interativa com peças anatômicas. Os estudantes participaram de discussões e utilizaram o site Kahoot para testar o conhecimento adquirido. Os resultados mostraram que a atividade aumentou a compreensão sobre a SOP e incentivou o diálogo sobre saúde feminina. Conclui-se que a inclusão desse tema no currículo escolar pode contribuir para a conscientização e promoção da saúde das mulheres.

**Palavras-chave:** Adolescentes; Insulina; Síndrome; SOP.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### SAÚDE DA MULHER – QUAIS OS IMPACTOS DE DOENÇAS REPRODUTIVAS E A IMPORTÂNCIA DE REALIZAR EXAMES DE ROTINA

Isabelly Trarbach Reinholz

Layla Fontes Santos

Marcella Bezerra da Silva

Yasmim Jahring Mulinari

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** O projeto de extensão sobre saúde reprodutiva, realizado no Centro Salesiano do Adolescente Trabalhador (CESAM), teve impacto positivo na conscientização e empoderamento de jovens de 14 a 18 anos. As atividades educativas e práticas, como rodas de conversa e aulas em laboratório anatômico, desenvolveram-se significativamente para o aumento do conhecimento sobre doenças reprodutivas e exames preventivos, evidenciado pelo aumento nas respostas corretas entre o pré e pós-teste. Além de informar sobre a importância do autocuidado e dos exames regulares, o projeto criou uma rede de apoio entre os participantes, fortalecendo a prática de cuidados contínuos com a saúde. Os resultados apontam para a eficácia das metodologias utilizadas e sugerem a importância de expandir iniciativas semelhantes, visando ampliar o acesso a informações de saúde reprodutiva e a criação de ambientes acolhedores para discussão e troca de experiência.

**Palavras-chave:** CESAM; Mulher; Reprodutivas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### **A IMPORTÂNCIA DOS SINAIS E SINTOMAS DA ARTERIOSCLEROSE, BEM COMO O ACOMPANHAMENTO DAS TAXAS DE COLESTEROL E A MUDANÇA DOS HÁBITOS DE VIDA**

Ariadina Nunes Santos de Souza

Brenda Merlo Ferreira

Eliel de Almeida

Maria Eduarda Soares Valentin

Nilo Henrique Vieira Duarte

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** Este projeto teve como tema e objetivo a conscientização do público-alvo, sobre a importância dos sinais e sintomas da arteriosclerose, bem como o acompanhamento das taxas de colesterol e a mudança dos hábitos de vida. A prática do projeto ocorreu no Centro Universitário Salesiano, no laboratório de anatomia, o público-alvo constituiu-se por 19 alunos da escola estadual do ES (EJA). A extensão iniciou-se com a apresentação deste projeto, seguida pela elucidação do tema e seu conteúdo através do uso de slide, posteriormente foi apresentado ao público peças anatômicas do sistema cardiovascular, seguidamente, foram aplicadas duas dinâmicas, sendo uma, um quiz de perguntas e respostas sobre o tema do projeto, a dinâmica subsequente constituiu-se na resolução de um caso clínico por parte dos alunos, que foram divididos em 8 duplas e 1 trio. Como resultado, 89% dos participantes resolveram corretamente o caso e 11% resolveram parcialmente o caso clínico.

**Palavras-chave:** Arteriosclerose; Sinais; Sintomas.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CIGARROS ELETRÔNICOS: SUBSTÂNCIAS INALATÓRIAS E CONSEQUÊNCIAS NO SISTEMA RESPIRATÓRIO E CARDÍACO ENTRE OS ADOLESCENTES

Isabella Temporim Gonçalves

Joice Faria Fardin Ewald

Kissyla Santos Nunes Simão

Laysa Bourguignon Lopes

Rafaela Berger Jacob

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** Este projeto teve como objetivo informar os jovens estudantes do Colégio Estadual do Espírito Santo – ES, sobre as consequências causadas pelo uso do cigarro eletrônico, bem como seus efeitos no sistema respiratório e cardíaco. A aula prática foi realizada no laboratório de anatomia do Unisaes, onde no primeiro momento, contextualizou-se o assunto abordando os principais componentes do cigarro eletrônico, as consequências causadas nos sistemas respiratório e cardíaco, além de impactos na gravidez. Em seguida, foi realizada a exposição das peças anatômicas incluindo os sistemas acometidos, enfatizando as consequências do uso do cigarro, bem como, a proibição e a comercialização desse tipo de produto. A aula contou com a participação de 28 alunos que, ao final, responderam um questionário onde ficou comprovado que o projeto alcançou seu objetivo de promover uma maior conscientização sobre os riscos dos cigarros eletrônicos e contribuir para a redução de seu uso entre os jovens.

**Palavras-chave:** Cigarro Eletrônico; Conscientização; Consequências.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### AVALIAÇÃO DOS ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE SOBRE A BIOSSEGURANÇA NOS LABORATÓRIOS UNIVERSITÁRIOS

Grazieli Sodré Oliveira Soares

Laís Ferreira Binas

Nina Bitilher Muller

Priscila Rodrigues Romania Alves

Vitória Dias Mosqueira Matos Evangelista

Eclair Venturini Filho

**RESUMO:** A Biossegurança é um conjunto de procedimentos a fim de controlar, prevenir e minimizar riscos comprometedores à saúde do homem e do meio ambiente. O projeto teve início com uma abordagem nas salas de aula de uma instituição de ensino superior do primeiro ao último período dos cursos da área da saúde. Foi entrevistado técnicos e responsáveis pelos laboratórios, com o principal objetivo de coletar, apresentando dados dos principais fatores de como a biossegurança é tratada dentro de um ambiente laboratorial por universitários. Foram disponibilizados questionários de dez perguntas para estes avaliarem seu conhecimento e de seus colegas de turma, os responsáveis pelo laboratório foram entrevistados. As entrevistas com os professores das aulas práticas laboratoriais, onde eles contaram suas experiências com os estudantes. Também foram entrevistados os técnicos de laboratório onde foi descoberto as dificuldades na manutenção, preparo e limpeza deles para garantir a biossegurança dos estudantes.

**Palavras-chave:** Biossegurança; EPI; laboratório; Acidentes; Saúde.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### **AValiação de Balneabilidade da Praia de Jesus de Nazareth - Vitória/ES: Implicações para Saúde da Comunidade**

Laís Brandt

Michele Silva de Melo Ferreira

Valesca Morgado Ribeiro

Viviane Alves Barcelos Dias

Eclair Venturini Filho

Fabiana Passamani

**RESUMO:** Este estudo teve como objetivo avaliar a balneabilidade da água da praia de Jesus de Nazareth, em Vitória/ES, devido aos riscos à saúde, expostos à população em questão. Em parceria com o Centro Universitário Salesiano de Vitória - Unisaless, foram realizadas coletas de amostras da água em três pontos distintos para análises microbiológicas e físico-químicas. Os resultados mostraram a presença de coliformes termotolerantes, classificando a praia como imprópria para banho. A pesquisa incluiu entrevistas com a comunidade, nas quais 97,4% dos entrevistados, consideraram importante o monitoramento da água, apesar do conhecimento sobre balneabilidade ser significativo, ainda existe necessidade de maior conscientização. Foram promovidas rodas de conversa e distribuição de materiais informativos para alertar a comunidade sobre os riscos. Conclui-se que a monitoria constante e a comunicação com a comunidade, são fundamentais para garantir uma praia limpa, segura e sustentável.

**Palavras-chave:** Água; Praia; Contaminação; Doenças; Recreação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ATAQUE ISQUÊMICO TRANSITÓRIO (AIT): PREVENÇÃO, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

Danielle Teixeira

Maria de Fátima Orthega

Patrícia Lopes

Rayane Mageske

Vitoria Fribi

Orientadores: Fabiana Passamani

Orientadores: Mauricio da Silva Mattar

Orientadores: Nataly Senna Gerhardt Barraqui

**RESUMO:** Este estudo teve como objetivo conscientizar estudantes da área da saúde do UNISALES, sobre o Ataque Isquêmico Transitório (AIT), uma condição que pode evoluir para um Acidente Vascular Cerebral (AVC), conhecido atualmente como Acidente Vascular Encéfalo (AVE). Através de distribuição de materiais informativos, buscamos abordar os fatores de risco, sintomas e medidas preventivas do AIT. A iniciativa, alinhada ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3, visou promover a saúde e o bem-estar da população. Os resultados preliminares indicam um aumento significativo no conhecimento dos participantes sobre o AIT, o que demonstra a eficácia da estratégia educativa adotada, onde conseguimos obter 109 pessoas impactadas com a ação. Espera-se que essa ação contribua para a redução da incidência de AVE e a melhoria da qualidade de vida da população.

**Palavras-chave:** Ataque Isquêmico Transitório; Acidente Vascular Cerebral; prevenção; Educação em saúde; ODS 3.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DESAFIOS DO EMAGRECIMENTO EM MULHERES FISICAMENTE ATIVAS: UMA ANÁLISE DO CONSUMO CALÓRICO E DO GASTO ENERGÉTICO DIÁRIO

Alex França

Lana Amanda Vieira

Antunes Francielle Feriane Bernabé

Jorge Bregensky Nascimento

Paula Regina Lemos de Almeida Campos

**RESUMO:** Este estudo analisou os desafios do emagrecimento em mulheres fisicamente ativas, enfocando o consumo calórico e o gasto energético total (GET). Participaram nove mulheres regularmente ativas, cujos dados alimentares e de Percepção Subjetiva de Esforço (PSE) foram coletados para estimar o GET. A metodologia comparou o GET baseado na PSE das participantes com o método FAO (2004), revelando que a percepção subjetiva frequentemente superestimava o gasto energético. Essa discrepância pode resultar em ingestão calórica superior ao necessário para o déficit energético, dificultando o emagrecimento. Os resultados destacaram a importância de ajustar o Fator de Atividade Física (FA) para refletir adequadamente o nível diário de atividades, promovendo maior precisão nas intervenções nutricionais. Conclui-se que estratégias educativas, como orientações sobre o cálculo correto do GET e a conscientização alimentar, são essenciais para o sucesso de programas de emagrecimento. O estudo reforça a relevância da personalização no planejamento nutricional para esse grupo.

**Palavras-chave:** Emagrecimento; Gasto energético; Consumo calórico; Mulheres ativas; Percepção subjetiva de esforço.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NÍVEL DE CONHECIMENTO ACERCA DO QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE PROFISSIONAIS DE SAÚDE E INDIVÍDUOS LEIGOS E O IMPACTO NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

Carlos Henrique de Oliveira Reis

Michelle Joyce Silva Santana

Paula Regina Lemos de Almeida Campos

**RESUMO:** O objetivo deste estudo foi avaliar o nível de conhecimento sobre alimentação saudável entre profissionais de saúde e indivíduos de outras áreas, correlacionando os resultados com os hábitos alimentares desses grupos. A metodologia incluiu um inquérito online baseado em escala validada de conhecimento nutricional e recordatórios alimentares de 24 horas. Participaram 31 voluntários, com idades entre 18 e 60 anos, sendo 12 profissionais de saúde e 19 de outras áreas. Após análise inicial, foi realizada uma intervenção educativa, seguida por um novo questionário. Os resultados mostraram que a maioria dos voluntários apresentou conhecimento nutricional moderado, sem diferenças significativas entre profissionais de saúde e leigos. A intervenção melhorou a pontuação em alguns casos, destacando a eficácia de ações educativas. Conclui-se que fatores como escolaridade e área de atuação não são determinantes únicos no conhecimento e práticas alimentares, sendo necessárias estratégias mais amplas e heterogêneas para promover hábitos saudáveis.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável; Conhecimento nutricional; Educação Alimentar e Nutricional

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CREATINA, O QUE É, BENEFÍCIOS, E COMO FUNCIONA NO NOSSO ORGANISMO

Beatriz de Aquino Lima Simoa

Mayara Lais Santos Marques

Paula Regina Lemos de Almeida Campos

**RESUMO:** Este estudo objetivou investigar o conhecimento popular sobre creatina, seus benefícios e formas de uso, além de promover ações educativas sobre o suplemento. A metodologia incluiu quatro intervenções: aplicação de questionários para avaliar o conhecimento inicial; produção de vídeos para explorar a percepção pública; distribuição de folders explicativos sobre creatina; e demonstração de uso alternativo por meio de uma receita de gelatina com o suplemento. Participaram 24 indivíduos, sendo que 62,5% conheciam os efeitos da creatina, mas 75% relataram não possuir acompanhamento nutricional. Além disso, 20,8% apresentaram dificuldades na ingestão devido ao sabor. Os resultados destacaram que, embora a maioria tenha conhecimento básico sobre creatina, grande parte utiliza o suplemento de forma independente, sem orientação especializada. Conclui-se que ações educativas, como as realizadas neste projeto, são fundamentais para ampliar o entendimento sobre o uso seguro e eficaz da creatina, promovendo práticas mais conscientes e informadas.

**Palavras-chave:** Creatina; Suplementação Nutricional; Atividade Física

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### GELATO ANTIOXIDANTE: INOVAÇÃO E SAÚDE ANTIOXIDANTE

Bianca Nayara Boldt

Maria Eduarda Dias Oliveira

Mayra de Oliveira Garcia

Mirian Patrícia Castro Pereira Paixão

**RESUMO:** O projeto desenvolveu um gelato antioxidante à base de morango, zero lactose e zero glúten, com foco em benefícios para a saúde intestinal e imunológica. O objetivo foi criar um produto funcional combinando ingredientes como inhame, coco, cacau e maracujá, com práticas sustentáveis e apoio à agricultura familiar. A metodologia incluiu pesquisa de mercado com 82 participantes, análise sensorial e prototipagem, ajustando sabores e texturas conforme a preferência dos consumidores. Os resultados indicaram aceitação positiva, com destaque para os sabores morango e coco, preferidos por 65% dos participantes. O produto foi lançado na Feira Empreendedora da Unisaless, onde todas as 30 unidades produzidas foram vendidas, recebendo feedbacks elogiosos. Concluiu-se que o gelato atende a demandas do mercado por alimentos saudáveis e inovadores, combinando funcionalidade e sustentabilidade. A experiência reforçou a importância de estratégias de marketing e desenvolvimento contínuo para alcançar maior impacto no mercado.

**Palavras-chave:** Antioxidante; Saúde Intestinal; Gelato; Morango; Nutrição.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ICED WHEY: A REVOLUÇÃO GELADA NA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA IDOSOS, ATLETAS E PACIENTES ONCOLÓGICOS

Bárbara Bernardo Curytiba

Derlani da Silva Freitas Ferreira

Fábio Almeida Có

Samara Ricardo Pedro

Maria do Carmo Freitas Nascimento

Mirian Patrícia Castro Pereira Paixão

**RESUMO:** O artigo apresenta o desenvolvimento do Iced Whey, um sorvete proteico direcionado a idosos, atletas e pacientes oncológicos. Foram criadas duas versões de sabores, Chocolate e Mangojá (manga com maracujá), buscando equilibrar sabor, textura e valor nutricional. A pesquisa incluiu uma análise sensorial com 100 participantes, avaliando intenção de compra e aceitação por meio de uma escala hedônica de 5 pontos e o Índice de Aceitabilidade (IA%). Resultados superiores a 70% apontaram alta aceitação do produto quanto a sabor, textura e aparência. A análise de viabilidade econômica considerou custos diretos e indiretos, indicando competitividade no mercado. Além disso, a aprovação em eventos empreendedores reforça o potencial comercial do produto como uma alternativa prática e saudável. O estudo demonstra que o Iced Whey atende às expectativas do público-alvo, combinando benefícios nutricionais com uma experiência sensorial agradável e viabilidade econômica para inserção no mercado.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável; Nutrição para idosos; Nutrição para atletas; Hidratação; Avaliação sensorial.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NUTRIEASY - ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DESCOMPLICADA A UM CLIQUE

Andrea Carina Borges Fink

Ivone Pereira Pêgo

Karem Hanielly Jesus Cardoso

Lídia Maria Rodrigues de Oliveira Martins

Luciene Rabelo Pereira

Mayara Freitas Monteiro

Mírian Patrícia Castro Pereira

Maria do Carmo Freitas Nascimento

Mirian Patrícia Castro Pereira Paixão

**RESUMO:** O *NutriEasy* teve como objetivo desenvolver e promover um curso online de alimentação saudável para o público leigo, visando aumentar o conhecimento nutricional, prevenir doenças crônicas e melhorar a qualidade de vida. A metodologia incluiu pesquisa de mercado, criação de conteúdos didáticos e vídeos divididos em quatro módulos: introdução à alimentação saudável, conservação e higienização de alimentos, receitas práticas e biodisponibilidade de nutrientes. O curso foi disponibilizado na plataforma Instagram, utilizando estratégias de marketing digital para alcançar o público-alvo. Os resultados evidenciaram boa aceitação, com destaque para a interação positiva na 1ª Feira de Empreendedorismo da Unisaless, onde 11 cursos foram vendidos e as degustações de receitas saudáveis despertaram grande interesse. Feedbacks indicaram engajamento e curiosidade do público em adotar hábitos alimentares mais saudáveis. Conclui-se que o *NutriEasy* apresenta potencial de expansão, demonstrando a relevância de iniciativas que promovam educação alimentar de forma prática e acessível.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável; Infoproduto; Nutrição; Promoção da Saúde.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NUTRITOS - SALGADINHOS PARA FINS ESTÉTICOS

Keren N. Nascimento Santos

Lavínia C. Ramos de Oliveira

Luiz Filipi Cordeiro da Silva

Natália Cares Trindade

Rosiane Farias da Luz

Mirian Patrícia Castro Pereira Paixão

**RESUMO:** O projeto *Nutritos* teve como objetivo desenvolver snacks funcionais voltados para a saúde estética, promovendo benefícios para pele, cabelo e unhas. A metodologia incluiu pesquisa de mercado para identificar lacunas no setor de alimentos saudáveis no Brasil e desenvolvimento de produtos com ingredientes naturais, como ora-pro-nobis, linhaça e chia, reconhecidos por propriedades antioxidantes e nutricionais. Sessões de análise sensorial avaliaram sabor, textura e aceitação, com ajustes para atender às preferências do público. O produto foi lançado com sucesso na 1ª Feira de Empreendedorismo e Inovação em Nutrição, onde todas as unidades disponíveis foram vendidas rapidamente. Os resultados demonstraram aceitação positiva, especialmente pelos atributos de sabor e textura. A análise de mercado reforçou a demanda por snacks saudáveis e acessíveis, posicionando o produto como uma inovação promissora. Conclui-se que o *Nutritos* apresenta potencial para atender às expectativas do mercado, unindo saúde e estética em um formato prático e nutritivo.

**Palavras-chave:** Snack; Funcional; Inovação; Saúde; Ora-pro-nobis.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### FORÇA CREA: PICOLÉ DE CREATINA COMO SUPLEMENTO PARA AUXÍLIO NO DESEMPENHO FÍSICO, TRATAMENTO ONCOLÓGICO E SAÚDE MENTAL

Khadija da Silva Matias

Larissa Fernanda de Souza

Luana Guerra Ruy

Rebeca Araújo da Silva

Mirian Patrícia Castro Pereira Paixão

**RESUMO:** O projeto “Força Crea” teve como objetivo desenvolver picolés de creatina para melhorar o desempenho físico, a saúde mental e a qualidade de vida de atletas, idosos e pacientes oncológicos. A metodologia incluiu a realização de uma pesquisa de mercado, a formulação do produto, a análise sensorial e a definição de estratégias de divulgação. Os picolés, contendo 3g de creatina por porção, foram avaliados quanto ao sabor, textura e equilíbrio. Os resultados demonstraram uma aceitação sensorial positiva, com mais de 50% dos participantes classificando os picolés como “Muito Agradáveis”. A pesquisa de mercado revelou que 64% do público-alvo utilizavam suplementos e que 81% praticavam exercícios regularmente. O preço ideal foi identificado entre R\$5 e R\$10. Apesar dos desafios logísticos, o produto mostrou potencial competitivo no mercado. Concluiu-se que o “Força Crea” representou uma inovação viável, combinando os benefícios comprovados da creatina com um formato atrativo e prático, atendendo às necessidades de diferentes públicos.

**Palavras-chave:** creatina, picolé, saúde mental, oncologia e desempenho físico

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### BEBÊ A BORDO

Marinara Prates Ferreira

Weslayne de Oliveira Rufino Amorim

Yasmin de Oliveira Souza

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** Estudos mostram que muitas gestantes carecem de informações adequadas sobre aleitamento materno, parto e cuidados com o recém-nascido. Um estudo transversal com 10 mulheres, de 9 a 38 semanas de gestação, avaliou o projeto 'Bebê a Bordo' que visa educar gestantes com informações confiáveis no conforto de seus lares. A adesão foi simples, com inscrição inicial seguida de feedback após a entrega de caixas com materiais educativos e brindes personalizados. Os resultados foram analisados em duas etapas: inscrição e avaliação posterior. Além do conteúdo informativo, o projeto promoveu acolhimento emocional, valorizando as gestantes, especialmente aquelas com dificuldade de acesso regular à saúde. Um grupo em aplicativo de mensagens também auxiliou no acompanhamento, reforçando o impacto positivo do projeto. Os dados apontaram eficácia na iniciativa, identificaram áreas de melhoria e destacaram a satisfação das participantes com o suporte recebido.

**Palavras-chave:** Cuidado Pré-Natal; Educação Pré-Natal; Gestantes

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA REDUÇÃO DE DOR NO TRABALHO DE PARTO

Lucas de Oliveira Silva

Thiago Cardoso Braga

Thales Ricardo Meireles

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** O estudo aborda métodos não farmacológicos para interrupção da dor durante o trabalho de parto, evoluindo um processo mais humanizado e seguro para as gestantes. O objetivo é conscientizar profissionais, gestantes e suas redes de apoio sobre técnicas como massagem, terapia termal, uso da bola suíça e aromaterapia, enfatizando escolhas que minimizem a necessidade de intervenções medicamentosas. Realizado com gestantes da região da Grande Vitória (ES), o estudo utilizou cartilhas informativas e questionários antes e após a intervenção para mensurar a eficácia. Os resultados mostram aumento no entendimento e preferência por métodos não farmacológicos. Conclui-se que o maior apoio institucional e divulgação dessas práticas pode promover pessoas mais humanizadas e reduzir a dependência de métodos farmacológicos.

**Palavras-chave:** Parto humanizado; Gestantes; Alívio da dor; Métodos não farmacológicos; Trabalho de parto

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CURSO DE GESTANTES: PREPARAÇÃO PARA A MATERNIDADE

Alecsandra de Alvarenga Corrêa Gonçalo

Débora Cristina Martins da Silva

Kayllane Batista Corrêa

Tailon dos Santos Sandre

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** Um projeto educativo foi realizado em uma UBS de Vitória-ES com o objetivo de fornecer informações importantes a 9 gestantes sobre as diferentes fases do parto, os cuidados com o recém-nascido e a amamentação. O estudo, ocorrido entre agosto e novembro de 2024, revelou que a maioria das participantes não possuía condições de saúde pré-existentes significativas. Porém, algumas relataram anemia, hipertensão e infecções urinárias. A pesquisa destacou a importância de monitorar condições como a talassemia e a deficiência de ferro, principal causa de anemia durante a gravidez, e a necessidade de exames regulares para prevenir complicações para a mãe e o bebê. A maioria das pacientes avaliou os cuidados neonatais como ótimos, tendo apenas 11,11% avaliado como ruins. O curso foi satisfatório, com 89% das participantes afirmando terem aprendido muitas coisas. Apenas 11% mencionaram ter aprendido poucas coisas, e nenhuma participante relatou não ter aprendido nada.

**Palavras-chave:** Educação em saúde; Pré-natal; gestantes; amamentação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### INFORMAÇÕES EDUCATIVAS SOBRE O PARTO E CUIDADOS COM RN

Leiliani Salvador Henrique da Silva

Maria Eduarda Lopes Perovano

Nádia Horrana Hanerthe Pimentel

Tamiris Pretes Bento

Rita de Cássia Teixeira da Silva

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** Trata-se de um estudo quanti-qualitativo, desenvolvido em unidade básica de saúde, situada no município de Vitória ES. Teve como objetivo entender a percepção das gestantes sobre o assunto: Parto e Cuidados com o Recém-Nascido. O estudo constitui-se com 06 gestantes que frequentavam o pré-natal nessa unidade de saúde e a coleta de dados foi realizada por questionários onde foram coletados dados e informações sociodemográficas. Para a análise dos dados foram abordados assuntos referentes ao tema do projeto como, sinais, exercícios e processo de parto, banho em recém-nascido, técnica de trouxinha e o furo, higiene do coto umbilical, posição do bebê no berço, cólicas e massagem no bebê e demonstrações práticas, tornando um aprendizado de fácil compreensão. Este é um dos aspectos importantes para a promoção da saúde, pois estimula a autonomia das pessoas e gera um ambiente favorável ao compartilhamento de experiências e aprendizados, como demonstrado pelas participantes desta pesquisa.

**Palavras-chave:** Parto; Cuidados com Recém-Nascido; Gestante.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DEMOCRATIZAÇÃO DO ACESSO AO PLANO DE PARTO EM MULHERES DO 4º AO 8º MÊS DE GESTAÇÃO

Alyne da Silva Souza

Ana Clara Gasparini Sala

Jhenifer da Cunha Damaceno

Kauanne Carvalho Caldeira

Mariana dos Santos Pizza

Amanda Ferreira de Almeida Colombi

**RESUMO:** apresentação do tema, objetivo, metodologia, resultados e conclusão. O plano de parto é um documento escrito pelas mulheres grávidas, considerando seus desejos pessoais, de caráter legal, de modo a evitar intervenções indesejadas, tendo a possibilidade de fazer escolhas para o momento do parto. Esse projeto teve como objetivo o compartilhamento de informações sobre o plano de parto para gestantes do 4º ao 8º mês de gestação que utilizam o Sistema Único de Saúde (SUS). O projeto foi implementado através de um stand em uma UBS da Grande Vitória, onde as gestantes foram orientadas e receberam um folheto com mais informações sobre o plano de parto. O tema foi muito bem recebido pelas mulheres que relataram maior entendimento sobre o assunto e puderam conhecer mais sobre os direitos legais das gestantes.

**Palavras-chave:** Plano de Parto; Gestantes; Saúde da Mulher.

## **XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES**

### **RAÍZES DO BARRO**

Diego Auer Ferreira

Hillary Ortelani Soares

João Guilherme Moraes Rodrigues

João Lemos Cordeiro Sayd

**RESUMO:** O projeto de extensão “Raízes do Barro” foi desenvolvido com o objetivo de atender às necessidades da Zona do Parque Tecnológico (ZPT) em Vitória-ES, equilibrando funcionalidade e valorização cultural. O edifício de uso misto integra comércio, serviços e moradia, promovendo inovação e tradição. A metodologia incluiu estudos normativos, levantamento de dados e análise do terreno, culminando em um conceito arquitetônico que alcançou mais de 90% do coeficiente de aproveitamento permitido. Inspirado nas paneleiras de Goiabeiras, o projeto valoriza a cultura local com elementos que remetem ao mangue e ao barro. Os resultados incluem ambientes sustentáveis e acessíveis, além de espaços que estimulam o empreendedorismo e a convivência comunitária. Concluiu-se que o edifício contribui para o desenvolvimento urbano sustentável, fortalecendo a identidade capixaba e atendendo às demandas acadêmicas e socioeconômicas da região.

**Palavras-chave:** Edifício misto; Sustentabilidade; Cultura; Paneleiras; Goiabeiras.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EDIFÍCIO MANGUE VIVO

Jhenifer Batista dos Santos

Lucas Costa Vidigal

Melyssa Nascimento

João Lemos Cordeiro Sayd

**RESUMO:** O projeto propôs o desenvolvimento de um edifício de uso misto na Zona do Parque Tecnológico (ZPT), em Goiabeiras, Vitória-ES. O edifício integra espaços comerciais, residenciais e de serviços, com duas torres (uma residencial e uma comercial), um pavimento térreo com lojas e um andar de coworking. O projeto seguiu normas urbanísticas e de construção, como o Plano Diretor de Vitória e o Código de Obras, visando a sustentabilidade, a funcionalidade e a segurança. A edificação oferece soluções inovadoras para a alta densidade da região, com áreas de lazer, garagem e espaços multifuncionais. A proposta também reflete elementos culturais locais, como as raízes do mangue nas fachadas. A integração dos diferentes usos no edifício busca promover um ambiente urbano equilibrado, estimulando o desenvolvimento econômico, a qualidade de vida e a acessibilidade, contribuindo positivamente para o crescimento do Parque Tecnológico e da comunidade local.

**Palavras-chave:** Edifício de uso misto; Sustentabilidade; Zona do Parque Tecnológico; Planejamento urbano; Integração de usos urbanos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### EDIFÍCIO CONVIVIUUM

Gleissione Rocha de Oliveira de Deus

Jaqueline Ferreira da Silva

Lael Figueiredo Brêtas

João Lemos Cordeiro Sayd

**RESUMO:** O Edifício Convivium, localizado em Goiabeiras, Vitória (ES), é um projeto de uso misto que integra funções residenciais, comerciais e de convivência. A fachada norte utiliza painéis móveis de muxarabis e marquises para otimizar iluminação e ventilação naturais, promovendo conforto ambiental. O subsolo abriga estacionamento para moradores, visitantes e comerciantes. No térreo, uma galeria comercial conecta lojas e um restaurante com acessos exclusivos. Do primeiro ao terceiro pavimento, salas comerciais oferecem layouts flexíveis. O quarto pavimento é dedicado aos moradores, com academia, salão de festas e terraço-jardim. Já do quinto ao nono pavimento, apartamentos de dois e três quartos garantem privacidade, complementados por corredores ventilados. A separação de acessos reforça funcionalidade e segurança: entradas exclusivas para o residencial e comerciais. Inspirado no conceito de convivência, o projeto destaca-se pela integração social, sustentabilidade e adaptação ao contexto urbano em transformação.

**Palavras-chave:** Edifício híbrido; Parque Tecnológico; Integração social; Sustentabilidade; Contexto urbano.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CAMINHOS PARA INCLUSÃO

Isabella da Vitória Uchoa

Isabelle Pavoni A. de Oliveira

Kessia Binotte Alcantara

Leticia dos Santos

Wânia Thalita Sousa e Silva

Tháise Valentim Madeira

**RESUMO:** Este Projeto Integrador de Extensão e Comunidade, intitulado “Caminhos para a Inclusão,” foca no apoio às mães de crianças autistas atendidas pela AMAES, em Cariacica. Alinhado com os objetivos de extensão universitária e envolvimento com a comunidade, o estudo utiliza métodos quantitativos para explorar as percepções dos pais e responsáveis sobre aspectos fundamentais como os direitos e benefícios destinados às crianças no espectro autista. Dessa forma, o projeto busca entender e documentar as necessidades e expectativas das famílias, oferecendo uma visão mais ampla dos desafios enfrentados no dia a dia e promovendo ações de conscientização e apoio que contribuam para a inclusão efetiva dessas crianças. O objetivo foi promover uma abordagem integrada, oferecendo suporte jurídico e psicológico às mães, com o intuito de facilitar a inclusão social e educacional de seus filhos. A metodologia consistiu em encontros com uma advogada especializada em saúde e com uma psicanalista que também é advogada, que contribuíram para a orientação sobre direitos e para o apoio emocional das participantes. Os resultados indicam que a orientação jurídica é essencial para garantir o acesso aos direitos das famílias, enquanto o acompanhamento psicológico ajudou no fortalecimento emocional das mães. Essa reunião e alinhamento entre diferentes áreas é fundamental para a inclusão das crianças autistas, melhorando a qualidade de vida das mães e das famílias atendidas.

**Palavras-chave:** Inclusão; Mães Atípicas; Autismo; Saúde; Psicanálise.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### JUSTIÇA COMUNITÁRIA NO QUE SE REFERE AO ACESSO AOS DIREITOS FUNDAMENTAIS

Camilly Lopes de Freitas

Gabriela Souza Amaral

Gabriella Carvalho Ramos

Letícia Muniz Guimarães

Thalita Mendes Vieira

Vicente de Paulo Colodeti

**RESUMO:** Neste artigo abordamos a justiça comunitária no contexto do acesso aos direitos e garantias fundamentais, com ênfase no direito à saúde da pessoa idosa. O Projeto Integrador de Extensão, que teve como propósito promover ações educativas na comunidade e fomentar a conscientização sobre a relação entre Direito e Sociedade, serviu de base para promover a apresentação e disseminação dos direitos previstos na Constituição Federal e no Estatuto da Pessoa Idosa. Por meio de uma pesquisa preliminar, foram identificados alguns impasses no acesso à saúde pelos idosos, o que orientou a realização de atividades como palestras e a distribuição de materiais informativos em diversas localidades. Através destas ações, contribuímos significativamente para a promoção da justiça social e o fortalecimento do exercício da cidadania ao levar conhecimento jurídico e formas práticas de resoluções em face a violações aos direitos da pessoa idosa.

**Palavras-chave:** Justiça comunitária; Direitos Fundamentais; Saúde; Idoso. Envelhecimento populacional.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### DOCUMENTAÇÃO CIVIL E REPRESENTAÇÃO SOCIAL

David Kaic Gonçalves Jesus

Micaela Felipe Oliveir

Maria Clara Barbosa Cipoll

Yasmin Schwambach Egger

Vicente de Paulo Colodeti

**RESUMO:** O Projeto Integrador de Extensão tem como objetivo levar cidadania e direitos de forma humanizada e acessível às pessoas em situação de rua, atendidas no Acolhimento Institucional Hospedagem Noturna para População Adulta em Situação de Rua. Para isso, realizamos visitas ao local ao longo do semestre, onde coletamos informações e fizemos encaminhamentos para a emissão de documentos básicos, como carteira de identidade e certidão de nascimento. Foram realizados cerca de 15 encaminhamentos, incluindo identidade, certidão de nascimento, certificado de reservista, cadastro em CNH social e título de eleitor.

**Palavras-chave:** Direitos; Cidadania; Documentos

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### USO DE PLANTAS MEDICINAIS POR PACIENTES ONCOLÓGICOS: FINALIDADES TERAPÊUTICAS E IMPLICAÇÕES NO TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

Maria Eduarda Martins de Oliveira

Michele Pereira Uliana

**RESUMO:** Pacientes em tratamento quimioterápico podem querer associar outros recursos terapêuticos para amenizar sintomas do tratamento ou até com o intuito de ajudar na extirpação da doença. Contudo o uso de plantas deve ser acompanhado, pois pode haver interações entre as substâncias e prejudicar a terapia principal. Este estudo teve como objetivo avaliar o perfil de uso de plantas medicinais por pacientes oncológicos de um hospital no município de Vitória–ES. Foram entrevistados 100 pacientes, 69% do sexo feminino, 32% com mais de 60 anos, 69% residentes na região metropolitana. 36% possuíam hipertensão e 15% diabetes. O tipo de câncer predominante foi o de mama (34%). Os que usam alguma planta medicinal foram 44%, sendo as mais citadas a erva-cidreira (13,16%), a graviola (12,28%) e a camomila (9,65%). 52,3% possuem a planta no quintal de casa. 17,65% utilizam para melhorar a imunidade, 17,65% como calmante, 14,7% como terapia para o câncer e 13,24% para problemas gastrointestinais. 48,89% receberam indicação de familiares. 91% acreditam no benefício das plantas à saúde e 56% acreditam em possíveis malefícios à saúde. 70% dos pacientes não receberam orientação profissional sobre a utilização das plantas com os medicamentos quimioterápicos. Verificou-se que a utilização de plantas medicinais por pacientes oncológicos é recorrente. Apesar de muitas delas terem ação farmacológica comprovada e alguns estudos sugerirem atividades anticancerígenas, a falta de dados sobre as interações com os medicamentos quimioterápicos torna sua utilização conjunta insegura.

**Palavras-chave:** Plantas medicinais; Oncologia; Quimioterápicos.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### **AValiação DO USO DE SUPLEMENTOS POR CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) NA APAE DE DOMINGOS MARTINS-ES**

Luana Tonoli Ribeti

Michele Pereira Uliana

**RESUMO:** Com o aumento do número de diagnósticos de crianças com transtorno do espectro autista (TEA), a busca por tratamentos para melhorar a qualidade de vida vêm crescendo. Um dos fatores característicos do transtorno é a seletividade alimentar que traz como consequência a carência nutricional, afetando o desenvolvimento cognitivo e motor, além de ser um gatilho para outros problemas de saúde. Diante desse cenário, a suplementação torna-se uma terapia complementar importante para melhorar o estado nutricional e metabólico das crianças ainda na fase de crescimento. Dessa forma, o projeto baseou-se em uma pesquisa com aplicação de questionário via Google Forms para avaliar o uso de suplementos em trinta e uma crianças portadoras de TEA frequentadoras da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Domingos Martins do estado do Espírito Santo. Quanto à suplementação, observou-se que é recente para as famílias, sendo que o uso é relativamente baixo, considerando que são crianças em processo de desenvolvimento e com desafios na alimentação, todavia houve melhorias no comportamento do transtorno pelos que já fazem uso de suplementos. Além da falta de conhecimento sobre o assunto, a condição socioeconômica e a negligência das famílias quanto à realização de exames são fatores apontados como empecilho para adesão ao tratamento. Portanto, o acesso à informação é de extrema importância para o uso da suplementação como intervenção terapêutica e é perceptível o interesse da família pela busca de melhor qualidade de vida para as crianças.

**Palavras-chave:** Suplementação; Autismo; Criança; Tratamento.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### O POTENCIAL DA CURCUMINA NO TRATAMENTO DE DISLIPIDEMIAS E NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES: REVISÃO INTEGRATIVA

Gisela Souza dos Reis Gomes

Michele Pereira Uliana

**RESUMO:** As dislipidemias são consideradas grandes fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, levando ao acúmulo de colesterol nas paredes das artérias e conseqüentemente reduzindo a qualidade e tempo de vida de grande parte da população mundial. A curcumina presente na *Cúrcuma longa* L. vem sendo explorada devido sua ampla diversidade de benefícios farmacológicos, entre eles se destaca seu efeito anti-inflamatório e antioxidante, posto isso, estudos demonstram resultados positivos sobre a redução de taxas lipídicas. Perante o exposto, foi realizada uma revisão integrativa com objetivo de avaliar o potencial da cúrcuma através de estudos já existentes. A pesquisa foi desenvolvida entre os meses de maio e outubro de 2024. Foram utilizadas algumas bases de dados para levantamento, como, Biomed Central (BMC) Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde (LILACS) e PUBMED. Foram incluídos 8 artigos publicados entre os anos de 2012 e 2022 que permitiram avaliar a eficácia do uso da curcumina através de estudos clínicos realizados. Portanto, com base nos resultados encontrados, os artigos apresentaram resultados positivos quanto ao uso, entretanto, ainda é necessário que mais estudos sejam realizados para que haja compreensão abrangente dos benefícios, riscos e limitações da curcumina no tratamento das hiperlipidemias.

**Palavras-chave:** Cúrcuma; Lipoproteína; Antioxidante; Colesterol.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### NOTIFICAÇÃO DE COSMÉTICOS ISENTOS DE REGISTRO NA ANVISA: UM GUIA PRÁTICO PARA CONFORMIDADE REGULATÓRIA

Rafaella da Silva Navega

Michele Pereira Uliana

**RESUMO:** Os cosméticos produzidos e comercializados no Brasil são regulamentados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), devendo estar dentro das exigências estabelecidas por ela. Esses produtos precisam ser registrados ou notificados, recebendo um número de processo, que será a identidade do cosmético. A classificação cosmética pela ANVISA se baseia na probabilidade do cosmético apresentar efeitos indesejados nos consumidores, sendo estes produtos isentos de registro Grau 1 e Grau 2 e produtos sujeitos a registro Grau 2. Com o objetivo de construir um guia prático demonstrando como realizar a notificação de um cosmético isento de registro junto a ANVISA, foi necessária uma pesquisa de legislações e normas que regulamentam os cosméticos, utilizando sites da ANVISA, Ministério da Saúde, Governo Federal, Conselho Federal de Farmácia e Scielo. Após reunir a legislação, foi demonstrado através de textos e quadros, como deve ser elaborada a documentação, denominada Dossiê de Produto, que apresenta ao órgão competente as informações técnicas exigidas para a notificação de cosméticos. Depois, iniciou-se a demonstração de como preencher a solicitação de notificação no site da ANVISA, através da captura de tela do próprio site, evidenciando cada etapa e ordem a ser seguida para o preenchimento, destacando as partes relevantes. Como resultado, obteve-se um guia, demonstrando como preencher cada etapa solicitada no site da ANVISA, anexando todos os documentos por ela solicitados. Este trabalho torna-se um meio de pesquisa para empresas que necessitam facilitar o processo de notificação de cosméticos isentos de registro junto à ANVISA.

**Palavras-chave:** Cosméticos; ANVISA; Notificação.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### IMPACTOS DO CONSUMO DE CAÇÃO PARA SAÚDE HUMANA E SUSTENTABILIDADE

Bianca da Silva Pelissari Lucas

Gladson Alvarenga Lima

Juliana Chamoun Barbosa

Julio Cesar Custódia De Assis

Mariany Rodrigues Gomes

Danilo Camargo Santos

**RESUMO:** O Brasil é o maior importador de carne de tubarão, com captura elevada de elasmobrânquios e comercialização sob o nome de “cação”. A biomagnificação de metais pesados, como o mercúrio, representa riscos à saúde humana, especialmente a doenças neurológicas. O projeto visa conscientizar crianças sobre os impactos no consumo de cação na saúde e na sustentabilidade marinha. Através de palestras e atividades interativas, busca-se promover escolhas alimentares conscientes e a reservação dos ecossistemas oceânicos, destacando os efeitos da pesca excessiva e da degradação ambiental.

**Palavras-chave:** Pesca; Educação ambiental; Saúde. Ecologia

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### ELETROMARKETING: ESTRATÉGIAS PARA MAXIMIZAR SEU ALCANCE E IMPACTO

Danielly de Souza Rocha

Erliene Marcia dos Santos

Jeniffer da Vitória do Nascimento

Matheus Lucas Deolindo de Jesus

Thaislaine Bertanha Rozario

Viviane Tetzlaff Lee

**RESUMO:** A Awr Instalação e Manutenção Elétrica busca desenvolver um plano de marketing estruturado e eficiente para expandir sua atuação na Grande Vitória. Com 07 anos no mercado e uma base limitada de divulgação, a empresa projeta uma estratégia baseada nos 4 P 's do marketing e na análise SWOT, visando definir o público-alvo e o posicionamento de mercado. O plano inclui estratégias de preço competitivas, promoções sazonais, e ações de fidelização, como programas de indicação e descontos em pacotes de serviços. A proposta considera também a expansão da presença digital com campanhas informativas e interativas nas redes sociais, consolidando a marca como referência em qualidade e custo-benefício. Em alinhamento aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 8 e 9, recomenda-se a integração de práticas sustentáveis e a contratação de um segundo funcionário para otimizar os atendimentos. Essas ações visam posicionar a Awr como uma empresa competitiva e sustentável, com foco no crescimento e na fidelização dos clientes.

**Palavras-chave:** 4 P 's do marketing; Análise SWOT; Plano de marketing.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING APLICADO NA EMPRESA BENTO DOCERIA

Adilson Gonçalves Neto

Cleber Moraes Alves Junior

Pablo de Azevedo Souza

Viviane Nunes Tetzlaff Lee

**RESUMO:** Este projeto teve como objetivo desenvolver um plano de marketing para a Bento Doceria, utilizando pesquisa bibliográfica e estudo de caso, com ênfase na análise SWOT, análise de mercado e os 4 P's de marketing. Reuniões com a proprietária possibilitaram a coleta de dados sobre clientes, concorrentes e fornecedores, evidenciando forças como a qualidade dos produtos, um bom relacionamento com os clientes e preços inferiores aos concorrentes, além de fraquezas como a falta de presença nas redes sociais. A análise dos 4 P's e a aplicação do 5W2H foram essenciais para estruturar as ações propostas, incluindo a criação de uma nova identidade visual, com logotipo atualizado, e uma estratégia de divulgação orgânica para facilitar a promoção dos produtos e também a formalização do negócio como MEI. Conclui-se que a implementação dessas ações pode proporcionar à Bento Doceria uma identidade de marca sólida e crescimento no mercado.

**Palavras-chave:** Marketing; Identidade Visual; Análise SWOT; Redes Sociais; MEI.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### PLANO DE MARKETING PARA EXPANSÃO DIGITAL DE UMA DISTRIBUIDORA

Acsa Kezia Viana Farias

Anna Adélia Lima Lagemann

Aylla Soares de Souza

Rayssa Helmer Lopes

Vinicius Paranaguá da Silva

Viviane Nunes Tetzlaff Lee

**RESUMO:** Este projeto de extensão visa desenvolver um plano de marketing digital para a Distribuidora de Bebidas Isis, localizada em Cruzeiro do Sul, Cariacica. O objetivo é melhorar a comunicação digital e ampliar o alcance de clientes, pois a empresa enfrenta dificuldades em atrair novos seguidores e clientes pelo Instagram. A metodologia inclui análise de mercado, diagnóstico situacional via SWOT e definição de objetivos mensuráveis, como aumento de seguidores e vendas. As estratégias propostas envolvem criação de conteúdo e campanhas de engajamento. A avaliação dos resultados é feita por meio de métricas específicas, como crescimento de seguidores e engajamento, permitindo ajustes contínuos nas estratégias. O projeto envolve cinco alunos e dois funcionários, promovendo a inclusão digital e o fortalecimento da microempresa, alinhando-se ao ODS 8 sobre trabalho decente e crescimento econômico.

**Palavras-chave:** Marketing Digital; Distribuidora; Instagram; Engajamento; Inclusão Digital.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CORPO COMO PRODUTOR DE CULTURA: EXPERIÊNCIAS FORMATIVAS CONSTRUÍDAS EM UM PROJETO DE EXTENSÃO

Gean Zanotti de Oliveira

Katilaine Carolaine da Luz Alvarenga

Marlon Cardoso de Moraes

Ruan Miguel Marinho Monteiro

Samy Lemos Pereira Burmann

Prof. Me. Francisco Eduardo Caparróz

Prof. Me. Debora Nascimento Gomes

**RESUMO:** O Projeto Integrador de Extensão IV, traz como tema a temática "Corpo, Movimento e Educação de Corpo". O objetivo foi aprofundar os conceitos de "corpo" e "cultura" e aplicar oficinas sobre "corpo e educação física". A intervenção foi realizada na Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) e envolveu 45 acadêmicos do 1º período de Educação Física da UFES. As atividades incluíram uma palestra com base no livro "Da Cultura do Corpo", de Jocimar Daolio, e três oficinas práticas: dança, esportes de rebater e capoeira. O planejamento das oficinas aconteceu ao longo de 4 semanas (setembro a outubro) de 2024. Ao final, os participantes compartilharam impressões sobre as vivências, destacando a importância da diversidade corporal nas atividades. O projeto consolidou-se como uma contribuição relevante para a formação profissional ao promover reflexões sobre a construção cultural e social do corpo e do movimento.

**Palavras-chave:** Corpo; Diversidade; Cultura.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### CONHECIMENTOS SOBRE O CORPO: VIVÊNCIAS COM A DANÇA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DO INSTITUTO DE GESTÃO SOCIAL DO TERCEIRO SETOR (IGES)

Bruna Ribeiro

Carolina Duia

Elisa Casula

Paulo Henrique Bento

Ruth Rodrigues Queiro

Prof. Me. Debora Nascimento Gomes

**RESUMO:** O projeto integrador de extensão IV teve como tema norteador “Concepções do corpo, movimento e educação”. Posto isso, a proposta do projeto foi promover experiências com a dança nos momentos de lazer para pessoas com deficiência. Diante disso, realizamos cinco intervenções no Instituto de Gestão Social do Terceiro Setor - IGES, localizado em Vitória, no bairro Mata da Praia, com 18 participantes entre 18 a 42 anos de idade. A primeira intervenção teve como objetivo a avaliação do desenvolvimento biopsicossocial. Na segunda e terceira intervenção propomos atividades que atendiam a demanda coletada. Já na quarta intervenção, avaliamos o resultado das atividades propostas aos participantes. A quinta e última intervenção foi o encerramento com descontração e lazer. Para coleta de dados utilizamos fotos, vídeos, relatórios, questionários e feedbacks. A dança foi importante para o desenvolvimento integral dos participantes. Sendo assim, proporcionou impactos na melhoria nos aspectos biopsicossociais.

**Palavras-chave:** Corpo; Dança; Pessoa Com Deficiência.

## XI MOSTRA DE PROJETOS INTEGRADORES DE EXTENSÃO DO UNISALES

### **CORPOS QUE DANÇAM: VIVÊNCIAS COM A CONSCIÊNCIA CORPORAL E A DIVERSIDADE DE RITMOS COM ACADÊMICOS DO UNISALES**

Gabriela Azevedo Lima

Hevillyn Barros

Luciano Cavalcanti

Ramany Rezende

Vinicius Silva

Prof. Me. Debora Nascimento Gomes

**RESUMO:** O nosso Projeto Integrador de Extensão IV apresenta como temática central “Consciência corporal e diversidade de ritmos com acadêmicos do Centro Universitário Salesiano”. Nessa direção foi firmada uma parceria com o Programa de Extensão e Ação Social (PROEX), que atua fomentando atividades de “Cultura, Esporte e Lazer” na referida instituição. Foram desenvolvidas atividades inclusivas que estimulam o movimento corporal, a socialização e a valorização das diversidades culturais. Os encontros ocorreram no Centro de Convivências e na Sala de Dança com a participação de alunos de diferentes cursos e funcionários, sob a orientação de profissionais de dança. Especificamente tivemos apresentações e atividades com o forró, samba, jazz funk, zumba e dança contemporânea. Concluiu-se que o projeto foi positivo na promoção da cultura, do bem-estar e no fortalecimento do senso de comunidade, destacando a valorização de práticas corporais na rotina universitária.

**Palavras-chave:** Consciência Corporal; Ritmos; Cultura.