

# O SAGRADO EM MIM: AS DIMENSÕES SUPRAMENTAL E MENTAL TRABALHADAS NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

THE SACRED IN ME: THE SUPRAMENTAL AND MENTAL DIMENSIONS WORKED ON IN THE UNIVERSITY EXTENSION

LO SAGRADO EN MÍ: LAS DIMENSIONES SUPRAMENTALES Y MENTALES TRABAJADA EN LA EXTENSIÓN UNIVERSITARIA

---

Thais Emanuelle da Silva<sup>1</sup>

Daísy Vieira de Araújo<sup>2</sup>

Ana Luísa Costa<sup>3</sup>

Evellyn Katiúska de Medeiros e Silva<sup>4</sup>

Lyllian Ramos da Silva Cruz<sup>5</sup>

**RESUMO:** Para a medicina transdisciplinar, as dimensões da existência humana estão inter-relacionadas e as manifestações da doença e da saúde acontecem em uma cascata, dos níveis mais sutis para os mais densos (supramental/espiritual; mental/emocional, vital, e manifestando, por último, no metabólico/físico). Assim, o movimento de resgate do Sagrado em Mim/Sagrado Feminino tem chamado a atenção de muitas mulheres em todo o mundo para a necessidade de olhar para si, para além da dimensão física, e resgatar a sua identidade individual e coletiva, como princípio basilar da saúde. Este estudo ancora-se na pesquisa descritiva, do tipo relato de experiência. Tendo como objetivo principal, relatar a experiência vivenciada por integrantes da equipe executora na condução do projeto de extensão.

**Palavras-chave:** Extensão; Universidade; Sociedade; Saúde da mulher; Dimensões do ser humano.

**ABSTRACT:** For transdisciplinary medicine, the dimensions of human existence are interrelated and the manifestations of disease and health occur in a cascade, from the most subtle to the densest levels (supramental/spiritual; mental/emotional, vital, and finally manifesting in the metabolic/physical). Thus, the movement to rescue the Sacred in Me / Sacred Feminine has called the attention of many women around the world to the need to look at themselves, beyond the physical dimension, and rescue their individual and collective identity, as a basic principle. of health. This study is based on descriptive research, of the experience report type. Having as main objective, to report the experience lived by members of the executing team in the conduction of the extension project.

**Keywords:** Extension; University; Society; Women's health; Dimensions of the human being.

1 Enfermeira formada pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

2 Doutorado em enfermagem e Docente do curso de Enfermagem na Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

3 Graduada em Enfermagem na Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

4 Enfermeira formada pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

5 Graduada em Fisioterapia na Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

**RESUMEN:** Para la medicina transdisciplinar, las dimensiones de la existencia humana están interrelacionadas y las manifestaciones de enfermedad y salud ocurren en cascada, desde los niveles más sutiles hasta los más densos (supramental/espiritual; mental/emocional, vital, y finalmente manifestándose en el metabólico/físico). Así, el movimiento de rescate de lo Sagrado en Mí/ Sagrado Femenino ha llamado la atención de muchas mujeres alrededor del mundo sobre la necesidad de mirarse a sí mismas, más allá de la dimensión física, y rescatar su identidad individual y colectiva, como principio básico de salud. Este estudio se basa en una investigación descriptiva, del tipo relato de experiencia. Teniendo como objetivo principal relatar la experiencia vivida por los miembros del equipo ejecutor en la conducción del proyecto de extensión.

**Palabras clave:** extensión; universidad; la sociedad; la salud de la mujer; dimensiones del ser humano.

## 1 INTRODUÇÃO

O conceito de saúde, desde o século XX, tem sido pensado em uma perspectiva mais ampla de (re)conexão das dimensões física, emocional, mental e espiritual do indivíduo. Para a medicina transdisciplinar, as dimensões da existência humana estão interrelacionadas e as manifestações da doença e da saúde acontecem em uma cascata, dos níveis mais sutis para os mais densos, iniciando no supramental/espiritual, indo para o mental/emocional, depois para o vital, e manifestando, por último, no metabólico/físico (BIGNARDI, 2011 apud OLIVEIRA, 2018).

Nesse sentido, o movimento de resgate do Sagrado em Mim/Sagrado Femenino tem chamado a atenção de muitas mulheres em todo o mundo para a necessidade de olhar para si, para além da dimensão física, e resgatar a sua identidade individual, como princípio basilar da saúde, bem como reconhecer e honrar a bagagem de experiências vividas, ressignificando o que for preciso e nutrindo todas as dimensões do seu ser humano com amor, fugindo ao imaginário coletivo de pensar a saúde como ausência de doença.

Diante da ideia ampliada do conceito de saúde, é possível conectar os saberes do Sagrado Femenino e, a partir deles, repensar a saúde da mulher para além dos pacotes protocolares do Ministério da Saúde do Brasil, ainda muito restritos à dimensão física.

O Sagrado Femenino tem contribuído para resgatar a consciência individual e coletiva das mulheres, a autoestima, o amor-próprio, a aceitação do seu corpo e toda a sua complexidade. É a libertação de padrões estéticos e sociais. Essa filosofia de vida traz para as mulheres uma forma ancestral de vivenciar o feminino e, ao mesmo tempo, está conectada com os anseios das gerações do século 21 (GOMES, 2021).

Na academia, e particularmente, nos cursos da saúde, o tema do Sagrado Femenino é algo novo, que talvez desperte a desconfiança das(os) pesquisadoras(es), pois:

Não é possível encontrar fórmulas prontas, uma sistematização sobre o assunto, porque o Sagrado é muito mais sobre o que se experiência no caminhar do que sobre o que se lê. Essa sabedoria é construída internamente a partir do momento que uma mulher decide caminhar para dentro de si, e ao mesmo tempo é tecida a muitas mãos, quando compartilhamos umas com as outras esse despertar. (SETENTA, 2021, p.3)

Portanto, discutir uma perspectiva ampliada de saúde da mulher e de assistência à mulher requer o resgate do Sagrado Femenino como um processo de reflexão e tomada de consciência

voltados aos saberes e valores femininos integrados aos aspectos biológico, social, cultural, ambiental, psíquico e espiritual. Esse resgate, de acordo com Setenta (2021, p. 4), passa pela exaltação da energia feminina, dos seus talentos, como a maternidade, sensibilidade, criatividade, comunicabilidade, beleza, sensualidade e delicadeza. Todas essas características femininas que, em razão da cultura patriarcal foram demonizadas, reprimidas ou negadas.”

Acrescenta-se a esta discussão o pensamento a seguir, que afirma:

[...] o reconhecimento do Sagrado Feminino não é apenas um problema particular ou uma busca individual de algumas mulheres, mas sim de toda a humanidade. Trata-se da integração de todo o ser humano aos valores inerentes à natureza humana, unindo os princípios masculino e feminino, emoção e razão, Eros e Logos, amor e poder, para vencer a grande ilusão da separação e o dogma ultrapassado da dualidade. (FAUR, 2016, p. 112)

O desafio que a mulher se vê nesse momento é não reagir a esse mundo dentro dos modelos masculinos, mas agindo, escolhendo e construindo um novo modelo feminino para essa nova época de conquista da mulher em tantos campos. Essa construção é feita a partir de um processo de autoconhecimento, autonomia e empoderamento de nosso próprio caminhar autêntico na nossa essência, e não apenas numa cópia racional e automática dos modelos e estereótipos de sucesso vendidos pelo sistema conservador, patriarcal e capitalista (OLIVEIRA, 2018, p. 29).

Nesse escopo, emerge o chamado Círculo de Mulheres, os quais são considerados um mecanismo de apoio no processo pessoal de autoconhecimento. Na interação com outras mulheres, o cuidado pessoal é construído em uma relação de confiança e empatia. O trânsito das mulheres pelas vivências que acontecem no Círculo tem como objetivo levá-las a elas mesmas (CORDOVIL, 2015), pois o Círculo é vivo e orgânico e solicita atenção, ações singulares e multidimensionais que variam a cada encontro, facilitando, portanto, o reconhecimento da mulher nas outras e, dessa forma, possibilitando o processo de autoconfiança e autoconhecimento, mas sem que se estabeleça uma relação de dependência entre todas (OLIVEIRA, 2018), pelo contrário, o que se espera é uma atitude de corresponsabilidade e autonomia da mulher.

“O Círculo é um símbolo antigo e universal, que representa a unidade e a totalidade; tem uma forma perfeita e infinita, sem começo nem fim, que caracteriza a continuidade” (FAUR, 2011, p. 49). A reunião em círculo de pessoas que compartilham os mesmos objetivos e interesses é uma maneira ancestral e sagrada de provocar transformações pessoais e coletivas (FAUR, 2011, p. 51). Os indígenas, o homem branco, o africano e, todos os grupos humanos têm no círculo o modo, muitas vezes, de organização da comunidade. Vários são os exemplos de círculos: de conselhos, diálogos, psicoterapia, estudos, danças, religiosos, acadêmicos e familiares.

É o momento da criação de novos modelos e de ressignificar o que é ser mulher, valorizando os aspectos femininos (integração, introspecção, contração, conservação, receptividade, cooperação, intuição, síntese, consciência ecológica, nutrição e criação) e integrando-os dentro dos diferentes campos da vida, inclusive o profissional, incluindo partes da mulher que foram rejeitadas, para que ela tenha maior liberdade para ser quem é, sem medo, com empoderamento, autonomia e autenticidade (OLIVEIRA, 2018, p. 28).

Assim, o objetivo deste estudo é relatar a experiência vivenciada por integrantes da equipe

executora na condução do projeto de extensão “Na Comunidade e na Universidade - Círculos de mulheres: (re)descobrimo o poder interior na comunhão com outras mulheres”.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, acerca das vivências no desenvolvimento do projeto de extensão “Na Comunidade e na Universidade - Círculos de mulheres: (re)descobrimo o poder interior na comunhão com outras mulheres”, no ano de 2021, coordenado pela professora Dr<sup>a</sup>. Daísy Vieira de Araújo, vinculada à Universidade Federal do Rio Grande do Norte/Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (UFRN/FACISA).

Inicialmente, foi feita a seleção da equipe executora do projeto. A seleção foi aberta para todas as alunas dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Nutrição e Psicologia da UFRN/FACISA. 34 alunas integraram o projeto inicialmente, e 27 alunas, a maioria do curso de Enfermagem, atuaram em todas as atividades do projeto no período de abril a dezembro de 2021.

Diante do contexto de pandemia da COVID-19, o projeto foi desenvolvido de forma remota, por meio das mídias sociais, utilizando das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), sendo o aplicativo de videoconferência Google Meet o espaço de realização das reuniões do Clube da Leitura (CL), Clube de Meditação e para os encontros do Círculo de Mulheres (CM).

Foi criado um grupo no WhatsApp com a equipe executora e, posteriormente, outro com as mulheres da comunidade, onde era postado informações, materiais, posts da semana, questionário de avaliação dos encontros, além de ser um espaço para acolhimento das participantes.

Também foi criado um Instagram e uma página no Facebook para divulgação das atividades realizadas pelo projeto, bem como mensagens motivacionais, afirmações positivas, dicas de leitura, livros, meditações, filmes, documentários, canais no YouTube, podcasts, entre outras divulgações. Pelo Instagram, foi disponibilizado um link para acesso ao questionário de inscrição. Este continha perguntas relacionadas às características sociais, acesso à internet e as mídias sociais, assim como a disponibilidade durante a semana das inscritas. Após análise do questionário, o dia mais adequado para o encontro do Círculo de Mulheres foi às sextas-feiras, entre às 19h e às 21h.

Os Círculos de Mulheres aconteceram quinzenalmente durante o mês de abril até o mês de outubro de 2021. O link para acesso à sala era disponibilizado para as participantes que eram recepcionadas com uma playlist de músicas previamente selecionadas. Em seguida, era feita uma prática de centramento (de modo geral, uma meditação); retirada de carta do Oráculo da Deusa e leitura do seu significado no livro “Oráculo da Deusa, de Amy Sophia Marashinsky”; seguido de um momento que era exclusivo do Círculo de Mulheres, onde as alunas da equipe executora apresentavam o material com os temas estudados na reunião do CL e, conseguinte, era aberto espaço de fala para partilhas, perguntas e comentários.

Após esse momento, a professora Daísy encaminhava o fechamento do encontro com uma prática de ancoramento/enraizamento (também uma meditação), seguida da leitura da Carta do “Oráculo do Pão” e registros do encontro, os quais foram postados nas redes sociais. A cada final

de encontro do Círculo, era enviado pelo WhatsApp do grupo das participantes um questionário pelo Google Forms para avaliação da reunião.

O encontro apenas com as alunas da equipe executora era chamado de Clube da Leitura. Iniciou em março de 2021, junto com as reuniões de planejamento do projeto. O CL ocorria quinzenalmente, intercalando com as reuniões do CM, na sexta-feira, das 19h às 21h, e teve momentos semelhantes aos descritos nos encontros do Círculo de Mulheres, e os mesmos temas também foram aqui trabalhados. Porém, a apresentação dos conteúdos de estudo era feita pela professora coordenadora e tinha por objetivo a apropriação dos temas pelas alunas, a socialização e a aproximação das mesmas. O CL ocorreu até o mês de novembro, finalizando com dois encontros do Clube de Meditação, onde no último ocorreu o fechamento das atividades do projeto de extensão.

As temáticas trabalhadas no CL e no CM foram: “um início de conversa sobre o sagrado feminino”; “eu sou cíclica: conhecendo minhas fases lunares (donzela, mãe, feiticeira e anciã)”; “eu e a menstruação”; diário lunar, mandala lunar e cinturão lunar; “útero: nosso cálice sagrado”; “eu e a sexualidade”; um início de conversa sobre a ginecologia autônoma; um início de conversa sobre a ginecologia emocional; um início de conversa sobre a ginecologia natural; e finalizando com o tema: “eu e a minha ancestralidade”.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A universidade é um espaço de aprendizagem e se ancora em três pilares: o ensino, a pesquisa e a extensão, sendo o último o norteador do projeto aqui narrado. Os projetos de extensão possibilitam a troca mútua de saberes entre a universidade e a população (SCHEIDEMANTEL, 2004).

Assim, o projeto foi planejado para que acontecesse de forma presencial nas Unidades Básicas de Saúde e na instituição de ensino, aberto às alunas dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Nutrição e Psicologia, às servidoras efetivas e terceirizadas e às mulheres do município de Santa Cruz/RN. Contudo, com a pandemia do COVID-19 e o não retorno presencial das aulas na FACISA/UFRN, a equipe executora foi obrigada a fazer mudanças, e substituir o encontro presencial pelo encontro online, com uso das TICs. Ainda assim, as atividades realizadas pelo Círculo tornaram-se potentes espaços de acolhimento para àquelas que estavam em isolamento social e distantes das suas origens afetivas (OLIVEIRA et al., 2021).

Além do cumprimento do objetivo proposto de criar um Círculo de Mulheres na FACISA/UFRN e outro na Unidade Básica de Saúde do Paraíso I (primeiro Círculo a ser criado, servindo de piloto para criação em outros serviços de saúde e da assistência social do município), o desenvolvimento do projeto possibilitou a elaboração de resumos para eventos científicos. No mês de julho, as alunas da equipe executora e a coordenadora do projeto tiveram seus trabalhos aprovados e apresentados no “IV Simpósio Multiprofissional em Saúde da mulher: a saúde da mulher em tempos de pandemia”, organizado pela UFPI, que ocorreu nos dias 10 e 17 do referido mês através do Google Meet.

Os resumos foram: “Resgatando o saber ancestral do Sagrado Feminino: relato de experiência”, apresentado por Débora Alanna Araújo de Aquino, aluna voluntária; “Círculos de Mulheres - (re)descobrimo o poder interior na comunhão com outras mulheres: experiência remota”, apresentado por Ayrlla Vitória Pereira, aluna voluntária; “Eu sou cíclica - conhecendo minhas fases lunares: um relato de experiência”, apresentado por Evellyn Katiúska de Medeiros e Silva, aluna bolsista PROEX; e o trabalho “O uso das tecnologias digitais na promoção da saúde da mulher no contexto da Covid-19”, apresentado por Maria Juliana da Silva Rocha, aluna voluntária, sendo este trabalho contemplado com a premiação de 1º Lugar no evento.

Ao reinventar as práticas extensionistas diante do desafiador cenário de isolamento social causado pela pandemia do novo corona vírus, a extensão articula com o ensino através de atividades que evidenciam a importância das universidades públicas com a formação profissional e cidadã dos discentes e o favorecimento do conhecimento nelas produzido para servir à sociedade (BRAGNOLI, apud DIAS, 2021).

**Figura 1** - Trabalhos premiados no IV Simpósio multiprofissional em saúde da mulher, 2021.



**Fonte:** Acervo pessoal.

Na área da saúde, as estratégias aplicadas são diversificadas e objetivam estimular a aplicabilidade do conhecimento pelo aluno, bem como constituir uma forma de comunicação junto à sociedade, especialmente para divulgar temas relacionados à promoção da saúde (OLIVEIRA, ALMEIDA JÚNIOR, 2015; DEUS, KRUG, 2018).

Nesse contexto, a ação de extensão universitária se caracteriza como um processo educativo dinâmico que favorece a junção entre o ensino em sala de aula e o aprendizado, conforme proposto no planejamento pedagógico de curso, e no cotidiano social, por meio da vivência do cenário da realidade (SÍVERES, 2013; MINETTO et al., 2016).

No mês de outubro, o projeto teve trabalhos aprovados para apresentação no evento online: “VI Encontro de Atenção Primária da Região do Trairi - IV Encontro Nacional de Atenção

Primária à Saúde”, que ocorreu nos dias 13, 14 e Outubro de 2021. Os resumos apresentados foram: “Círculos de Mulheres como espaço de acolhimento em tempos de pandemia”, apresentado por Isabelly Cristina Soares de Oliveira, discente de Psicologia; “Meditação como prática de autocuidado para mulher”, apresentado por Maria Luiza Gomes de Faria, discente de Enfermagem; “Ginecologia emocional na saúde da mulher”, apresentado por Sara Litieri de Araújo Clemente, discente de Enfermagem; “Ginecologia natural e o resgate da mulher medicina” apresentado por Evellyn Katiúska de Medeiros e Silva, discente de Enfermagem e bolsista PROEX; e “Diário lunar e mandala lunar como ferramentas de autoconhecimento para a mulher”, apresentado por Thaís Emanuelle da Silva Matias, discente de Enfermagem, os quais foram publicados nos Anais do Evento.

**Figura 2** - Apresentação do trabalho intitulado: Círculos de mulheres como espaço de acolhimento em tempos de pandemia, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

**Figura 3** - Apresentação do trabalho intitulado: Meditação como prática de autocuidado para mulher, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

No mês de novembro de 2021, a discente Evellyn Katiúska de Medeiros e Silva, bolsista PROEX, e a professora coordenadora tiveram seu trabalho intitulado “Extensão universitária no contexto da criação de círculos de mulheres: relato de experiência”, aprovado na modalidade e-poster para exposição no IV Congresso Internacional Interdisciplinar de cuidado baseado em evidências - XIV Mostra científica, cultural e de extensão, realizado nos dias 24 e Novembro de 2021. O objetivo do resumo foi relatar a experiência da discente bolsista no Projeto de Extensão: “Na Comunidade e na Universidade - Círculos de Mulheres: (re)descobrimo o poder interior na comunhão com outras mulheres”, vinculado à Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

**Figura 4** - Trabalho aprovado no Congresso Internacional Interdisciplinar de Cuidado Baseado em Evidências.



Fonte: acervo pessoal.

Como material fruto do projeto, foi construído um e-book intitulado “Eu sou cíclica: conhecendo minhas fases lunares”, tendo as 21 alunas colaboradoras do projeto como autoras e a professora coordenadora. O e-book foi desenvolvido com o intuito de, por meio da sua leitura, as mulheres pudessem inspirar-se, amar-se, conhecer-se e aprender um pouco mais sobre o ciclo feminino e cada fase vivenciada, sendo uma oportunidade de autoconhecimento e descobertas importantes.

Além do conteúdo da temática propriamente dita, as alunas produziram, como material complementar ao e-book, poemas, reflexões, mantras, desenhos, história em quadrinhos e bordado em ponto cruz, sendo o e-book orientado pela coordenadora do projeto. No mês de dezembro, foi produzida a ficha catalográfica e a submissão do e-book na coleção de livros eletrônicos da FACISA/UFRN, onde se encontra depositado no Repositório Institucional da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

**Figura 5** - E-book Eu sou cíclica: conhecendo minhas fases lunares, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

Também foi produzido pela equipe executora o “Meu Caderno de Jornada”. Nele, a mulher poderia escrever tudo o que viesse à mente e ao coração. O material foi disponibilizado em PDF, e a mulher poderia escolher imprimir e escrever o que emergisse de cada encontro ou sobre o seu dia a dia (insights, sonhos, emoções, pensamentos...). Outra produção do projeto foram dois volumes de um e-book intitulado: “Conversa para mulher”, abordando temas gerais, que acreditamos serem de interesse do público feminino, ainda centrado numa dimensão física da vida da mulher, mas que serve como estímulo para o seu empoderamento, para sua livre escolha e tomada de decisão. Elaborado pelas integrantes Débora Alanna e Thais Emanuelle, sob orientação da professora Daísy Viera de Araújo.

**Figura 6** - E-book: Conversa para mulher volume I, 2022.



**Fonte:** acervo pessoal.

**Figura 7** - E-book: Conversa para mulher volume II, 2022.



**Fonte:** acervo pessoal.

Com o advento dos livros digitais, o ecossistema do livro tem passado por uma mudança radical em todos os seus elementos, o que resultou numa série de transformações que afetam todos os elos da cadeia de valor do sistema editorial autores, editores, bibliotecas e leitores (CORDÓN-GARCÍA, 2016). Portanto, estas ferramentas proporcionam um ensino diferenciado, facilitador da aprendizagem (SILVA et al., 2018).

Além das produções científicas, o projeto contou também com um cronograma de publicações na plataforma digital Instagram. A ideia surgiu após a conjuntura da pandemia que acometeu o mundo inteiro. Com o distanciamento social, as mídias digitais foram bastante utilizadas, e com isso, o objetivo do projeto de alcançar a população foi alcançado. O formato remoto possibilitou ainda o alcance de mulheres de diversas cidades distintas, tanto para a participação nos Círculos como também na

disseminação de informações que foram postadas na conta do Instagram, conteúdos como: indicações de leituras, indicações de filmes, dicas e curiosidades sobre a saúde da mulher. O alcance foi percebido através de seguidores, curtidas e comentários nas publicações. Segue abaixo algumas das publicações que foram feitas na plataforma.

**Figura 8** - Perfil do projeto no Instagram, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

**Figura 9** - Publicação sobre o câncer de mama, abordando como prevenir, diagnóstico precoce e rastreamento, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

**Figura 10** - Publicação de indicação de leitura, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

**Figura 11** - Publicação sobre as mudanças do muco cervical, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

**Figura 12** - Publicação de indicação de filme, 2021.



Fonte: acervo pessoal.

A vivência de extensão universitária oportuniza experiências aos discentes, direcionando-os para atitudes responsáveis e seguras, o que contribui para a promoção da comunicação entre a universidade e o ambiente externo e interliga desta forma o ensino, a pesquisa e a extensão (SAMPAIO et al., 2018).

Percebe-se que a integração docente-discente-comunidade, em contextos reais e cotidianos, com suas particularidades e vulnerabilidades, oportuniza aos alunos uma dinâmica que aprimora o saber-fazer, permitindo a junção entre o conhecimento aprendido teoricamente e o conhecimento oriundo da própria experiência (OLIVEIRA, ALMEIDA JÚNIOR, 2015).

O desenvolvimento de competências, nas ações de extensão, amplia-se pela vivência, pela resolução de problemas, pela reflexão crítica construtiva, pela autonomia, pelo trabalho em equipe e pela participação ativa dos indivíduos nos processos de produção de saúde (LIMA et al., 2016). Dessa forma, o projeto de extensão “Na Comunidade e na Universidade - Círculos de Mulheres: (re)descobrimo o poder interior na comunhão com outras mulheres”, estimulou o aprendizado, a criatividade e a sensibilidade das discentes com a produção dos materiais para postagens, apresentações nos encontros e nos eventos científicos, além de oportunizar o fortalecimento do vínculo entre as discentes e as mulheres da comunidade, pois as vivências criadas pelo Círculo de Mulheres proporcionaram abertura para um espaço de diálogo, estímulo do autocuidado, exposições de pensamentos e opiniões, permitindo que cada mulher entrasse em contato com seu poder interior, buscasse autoconhecimento, transformação e empoderamento na comunhão com outras mulheres.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As vivências no projeto de extensão se configuraram de suma importância na jornada acadêmica das discentes, visto que oportunizou o conhecimento da realidade em que as pessoas

estão inseridas, fortalecendo o vínculo entre a universidade e a sociedade.

A criação de espaços como o Círculo de Mulheres se mostrou uma importante ferramenta de transformação, empoderamento e autocuidado, além de permitir às discentes um olhar holístico no campo da saúde da mulher.

Dessa forma, o projeto impulsionou mudanças individuais e coletivas, onde as integrantes trilharam um caminho de cura e ressignificação de si mesmas, sendo uma oportunidade de praticar o amor-próprio, o autoconhecimento e compartilhar vivências em comunhão, mostrando que, ao contrário do que a sociedade julga, as mulheres se apoiam, compreendem as singularidades de cada uma, o que abre espaço para atitudes de escuta não julgadora e apoio recíproco.

## REFERÊNCIAS

BROGNOLI, Paula Caldas; DIAS, Maria Sara de Lima. A extensão universitária, a interdisciplinaridade e viabilidade durante o COVID-19: uma relação transformadora entre universidade e sociedade. **International Journal of Digital Law | IJDL**, Belo Horizonte, v. 2, n. 1, edição especial suplementar, mar. 2021. Comunicados científicos do Seminário Internacional de Integração.

CORDÓN-GARCÍA, J. A. **La lectura digital y la formación del lector digital en España: la actividad de la Fundación Germán Sánchez Ruipérez y el Proyecto Territorio Ebook**. Alabe, n. 13, 2016.

CORDOVIL, Daniela. O poder feminino nas práticas da Wicca: uma análise dos “Círculos de Mulheres”. **Estudos Feministas**, v. 23, n. 2, maio-agosto, 2015.

FAUR, Mirella. *O Anuário da Grande Mãe*. São Paulo: Gaia, 1999.

O Legado da Deusa: ritos de passagem para mulheres. São Paulo: Pensamento, 2016, 320p.

Círculos sagrados para mulheres contemporâneas. São Paulo: Pensamento, 2011.

GOMES, Magda. **Sagrado feminino e a saúde da mulher**. Disponível em: <https://www.eusemfronteiras.com.br/sagrado-feminino-e-a-saude-da-mulher/>. Acesso em: 26/09/2022.

LIMA, Grazielle Zamineli et al. Percepção de Acadêmicos de Enfermagem sobre o Cuidado em Saúde Mental em Domicílio: uma abordagem qualitativa. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online - RPCFO**, v. 8, n. 2, p. 4255-4268, abr./jun. 2016.

MINETTO, Cleomar et al. A Extensão Universitária na Formação de Estudantes do Curso de Administração - UFFS. **Revista Conbrad**, Cerro Largo, v. 1, n. 1, p. 33-46, 2016.

OLIVEIRA, Franklin Learcton Bezerra de; ALMEIDA JÚNIOR, José Jailson de. Motivações de Acadêmicos de Enfermagem Atuantes em Projetos de Extensão Universitária: a experiência da faculdade Ciências da Saúde do TRAIRÍ/UFRN. **Revista Espaço para a Saúde**, Londrina, v. 16, n. 1, p. 36-44, 2015.

OLIVEIRA, Gabriele Dias de. Contribuições para a saúde e qualidade de vida da mulher de um método de valorização e integração do feminino. 2018, 32 f. Tese (Doutorado em Naturologia) - Universidade Anhembi Morumbi, São Paulo, 2018.

OLIVEIRA, I. C. S. de O. et al. Círculo de Mulheres como espaço de acolhimento em tempos de pandemia. In: **VI Encontro de Atenção Primária da Região do Trairi e IV Encontro Nacional de Atenção Primária à Saúde**. ISSN 2595-1149. Santa Cruz/ RN, v. 4, n. 1. 13, 14 e 15 out. 2021.

SAMPAIO, Josineide Francisco et al. A Extensão Universitária e a Promoção da Saúde no Brasil: revisão sistemática. **Revista Portal: saúde e sociedade**, v. 3, n. 3, p. 921-930, 2018.

SANTANA, et al. Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 46, n. 2, e98702, 2021.

SCHEIDEMANTEL, S. E.; KLEIN, R.; TEIXEIRA, L. I. A importância da extensão universitária: o projeto construir. In: 2º Congresso Brasileiro de Extensão Universitária. 2004.

SETENTA, Aline Maron. Um ensaio sobre o movimento do Sagrado Feminino. Disponível em: <http://www.redireito.org/um-ensaio-sobre-o-movimento-do-sagrado-feminino/>. Acesso em: 26/09/2022.

SILVA, R. A. et al. **O uso do ebook na abordagem ativa da educação**: caminhos e possibilidades. Práticas exitosas e inovadoras em pesquisa trabalhos premiados na XVI semana científica UNIFSA. Teresina, 2018. Disponível em: < [https://unifsa.com.br/sec/wp-content/uploads/2022/04/E-BOOK-SEC\\_UNIFSA.2018.pdf#page=141](https://unifsa.com.br/sec/wp-content/uploads/2022/04/E-BOOK-SEC_UNIFSA.2018.pdf#page=141) > Acesso em: 05 out. 2022.

SÍVERES, Luiz. Extensão Universitária como um Princípio de Aprendizagem. Brasília: Liber Livro, 2013.