

ANAIS DA V MOSTRA CIENTÍFICA DO PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA

PROJETO EU VEJO UMA MULHER FORTE – PROMOVENDO A AUTOESTIMA FEMININA EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE.

Rafaela Vila Ramos Pereira de Faro^I, Natália Gentil Lima^{II}, Marilsí das Dores Queiroz^{III}, Sílvia Roberta Pereira de Jesus^{IV}.

I. Enfermeira Especialista em Micropolíticas e Gestão do Trabalho em Saúde.

II. Enfermeira Mestre em Educação.

III. Enfermeira Especialista em Docência do Ensino Superior.

IV. Bacharel em Administração.

Introdução: A autoestima é a percepção que o indivíduo tem a respeito de si mesmo e envolve valores, sentimentos e pensamentos. Mais do que gostar de si mesmo, a autoestima inclui conceitos como autoconfiança, autoconceito e autovalorização. O amor próprio é compreendido como a valorização dos próprios sentimentos e vontades, baseada no autoconhecimento e no reconhecimento dos próprios limites. **Descrição:** Teve-se como objetivo promover a autoestima feminina na Unidade Básica de Saúde CAIC. Trata-se de um relato de experiência vivenciada por profissionais de uma unidade básica de saúde de Cáceres/Mato Grosso, após a implementação do Projeto Eu Vejo uma Mulher Forte. A população do projeto é composta por mulheres que procuraram a UBS CAIC para a coleta de CCO, o período de observação se deu de novembro/2021 à fevereiro/2022. Durante a realização da consulta de enfermagem é realizado o preenchimento da ficha de requisição de citopatológico, orientações sobre a importância do exame ser realizado regularmente e a mulher é convidada a participar da Dinâmica Espelho na Caixa, momento em que ela se olha no espelho e repete frases para o fortalecimento de sua autoestima, recebe um espelho de bolso e é orientada a realizar este exercício de carinho diariamente, alimentando assim o amor por si mesma, posteriormente é realizada a coleta do material e orientações sobre o retorno a UBS para entrega do resultado. **Considerações Finais:** Entre os benefícios de uma autoestima consolidada temos a melhora das relações familiares e profissionais, aumento dos cuidados com a saúde, alto rendimento profissional ou nas atividades diárias do lar e maior qualidade de vida. Nesse sentido, são fundamentais iniciativas dentro da atenção primária, como o Projeto “Eu vejo uma mulher forte”, que contemplem a atenção à saúde, incluindo a possibilidade de troca de experiências, acesso a informações e assistência holística, como requisitos fundamentais para que a mulher alcance a autovalorização e a autoestima, fundamentais ao bem-estar e à longevidade com saúde e dignidade. O desenvolvimento do projeto tem alcançado os objetivos propostos sempre que as mulheres atendidas declaram a satisfação com o atendimento da equipe, se sentem valorizadas ao participarem da Dinâmica, tendo seus sentimentos acolhidos e recebendo uma lembrança que sempre as fará lembrar da importância de se amar e confiar em si mesma, além de fortalecerem o vínculo com a equipe ao retornarem à unidade em busca do resultado e contribuindo com o trabalho de divulgação sobre a importância da realização da coleta do CCO como ferramenta para a manutenção do bem estar físico e mental das mulheres.

Palavras-chave: Autoestima feminina; Coleta de preventivo; Acolhimento; Saúde da mulher.