

Programa de extensão “Vivenciar e sentir: práticas para integralidade do ser saudável”

Arlene Stephanie Menezes Pereiraⁱ 

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Paracuru, CE, Brasil 

Symon Tiago Brandão de Souza

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Itapipoca, CE, Brasil 

Ianny Lima de Queiroz dos Santosⁱⁱ

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Limoeiro do Norte, CE, Brasil

1

Resumo

Este texto tem o objetivo de tecer uma narrativa acerca do Programa de extensão Vivenciar e sentir: práticas para uma integralidade do ser saudável. O mesmo foi uma ação de extensão do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará *campus* Morada Nova iniciado em 2016 sob a forma de projeto, e sendo ampliado em 2017 para programa de extensão. Para isto, nos utilizamos da pesquisa descritiva do tipo relato de experiência. Justificamos a importância desse relato como forma de dar ênfase em ações que envolvam os Institutos Federais e as comunidades no seu entorno. O estudo relata as informações sobre como ocorreram às atividades e seus desdobramentos e concluindo que a ação de extensão tornou-se um espaço de transformações sociais e compartilhamento de histórias e sentimentos. Além disso, acabou por se apropriar de espaços no entorno do *campus* e atuou em ações formativas de extensão gratuitas.

Palavras-chave: Extensão. Relato de Experiência. Saúde.

Extension program "Experience and feel: practices for integrality of the healthy being"

Abstract

The aim of this text is to write a narrative about the Experiencing and Feeling: Practices for a Healthy Being extension programme. This was an extension programme at the Federal Institute of Education, Science and Technology of Ceará's Morada Nova campus, which began in 2016 as a project and was expanded in 2017 to an extension programme. For this, we used descriptive research of the experience report type. We justify the importance of this report as a way of emphasising actions that involve the Federal Institutes and the communities around them. The study reports on how the activities took place and how they unfolded, concluding that the extension action became a space for social transformation and for sharing stories and feelings. In addition, it ended up appropriating spaces around the campus and organised free extension training activities.

Keywords: Extension. Experience Report. Health.

1 Introdução

O foco dos Institutos Federais é promover a equidade a partir da justiça social e estimular o desenvolvimento sustentável com vistas à inclusão social, bem como, a busca de soluções técnicas e o surgimento de novas tecnologias. Além disso, atua diretamente na integração entre o ensino, a pesquisa e a extensão.

Com a criação dos Institutos Federais a partir da Lei nº 11.892 de 29 de dezembro de 2008 (BRASIL, 2008), existiu um fortalecimento da missão da extensão nessas instituições, reafirmando a sua integração com o ensino e a pesquisa e colocando em evidência a importância da aproximação com a comunidade externa.

O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE) na busca de atender a perspectiva das atividades de extensão tem a partir de sua Pró-reitoria de Extensão a missão de:

[...] planejar, executar e acompanhar as políticas de extensão, formular diretrizes, de modo a promover a integração do conhecimento acadêmico e cultural, em parceria com a comunidade externa a instituição, permitindo uma relação transformadora entre o IFCE e a sociedade (IFCE, s/d, s/p).

Em se tratando das atividades de extensão elas ocorrem na perspectiva de cursos, projetos, programas e eventos, na tentativa de aproximação com a comunidade local. Além disso, o IFCE conta com dois núcleos, o Núcleo de Acessibilidade às Pessoas Com Necessidades Específicas (Napne) e o Núcleo De Estudos Afro-Brasileiros e Indígenas (Neabi), que também promovem atividades de extensão como palestras, cursos, visitas técnicas, bolsas de pesquisa para estudantes da instituição, entre outras ações.

As ações de extensão do IFCE seguem as orientações embasadas no Manual da Extensão, com informações sobre: o que é a extensão; as áreas temáticas; as

atribuições da Pró-reitoria de extensão; os Programas Institucionais; as Ações de Extensão; as Bolsas de Extensão; e a Regulamentação Interna da Extensão no IFCE (INSTITUTO FEDERAL DO CEARÁ, 2016).

A aproximação com a comunidade externa, a partir das atividades de extensão, ocorrem de forma gratuita, organizadas e ministradas por servidores(as) da instituição ou representantes de instituições parceiras e dependendo da atividade é garantida a certificação de participação. Nesse sentido, criar estratégias de pertencimento à instituição, a partir de novas ferramentas sociais, é fundamental para a missão que se propõem essas instituições.

Na tentativa de colaborar com a comunidade externa do IFCE *campus* Morada Nova, foi pensado “O programa Vivenciar e sentir: práticas para uma integralidade do ser saudável”, uma ação de extensão, cadastrada na plataforma Sigproext que sistematiza as ações de extensão. As atividades tiveram início no ano de 2016 sob a forma de projeto, sendo ampliado em 2017 para programa de extensão, como uma possibilidade de ferramenta social.

A partir disso, surgiu o interesse sobre essa experiência vivenciada na cidade de Morada Nova, localizada na região do Vale do Jaguaribe, no interior do Ceará. Assim, esse texto objetiva relatar as ações que ocorreram no programa, e suas transformações sociais.

Essas transformações nos aproximam do termo Tecnologia Social apresentado por Dagnino, Brandão e Novaes (2004, p. 37) ao afirmarem que a Tecnologia Social é “em si mesma um processo de construção social”. Dagnino (2009) ainda nos mostra que a Tecnologia Social promove:

[...] a transformação social, a participação direta da população, o sentido de inclusão social, a melhoria das condições de vida, a sustentabilidade socioambiental e econômica, a inovação, a capacidade de atender necessidades sociais específicas, a organização e a sistematização da tecnologia, o diálogo entre diferentes saberes — acadêmicos e populares —, a acessibilidade e a apropriação das tecnologias, a difusão e a ação educativa, a construção da cidadania e de processos democráticos, entre outros, que são sustentados por valores de justiça social, democracia e direitos humanos (DAGNINO, 2009, p. 18).

Esse pensamento nos leva a compreender que as atividades de extensão podem se apresentar como uma ferramenta social positiva, e como uma extensão da Tecnologia Social, e corroborando nessa percepção Dagnino, Brandão e Novaes (2004) afirmam que a Tecnologia Social é politizada, pois deverá ocorrer nas condições dadas pelo ambiente específico, e o resultado depende das condições e das possibilidades de interação entre os atores envolvidos. Pensando assim, essa Tecnologia Social deve ser desenvolvida no lugar onde essa tecnologia vai ser utilizada, pelos atores que vão utilizá-la, como protagonistas das ações (KAHLAU; SCHNEIDER; SOUZA-LIMA, 2019). Dessa forma adotamos o programa “Vivenciar e sentir: práticas para uma integralidade do ser saudável” como uma ferramenta de Tecnologia Social, a partir do envolvimento entre os participantes.

No que diz respeito aos aspectos metodológicos, esclarecemos que o presente estudo consiste em uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizada durante um programa de extensão do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE) *campus* Morada Nova. Os relatos de experiência versam acerca de fatos narrados (GOMES; PEREIRA; SANTIAGO, 2021) com o assunto sendo abordado pelo ponto de vista de quem o relata.

Com isso, justificamos a importância desse relato como forma de dar visibilidade às ações que envolvam os Institutos Federais e as comunidades no seu entorno.

Para uma melhor compreensão da escrita já iniciada, o texto está organizado da seguinte forma: Introdução, aqui apresentada, em que se conceituou o programa de extensão e uma breve descrição, além dos objetivos, justificativas e a metodologia utilizada. Os Resultados e discussões são apresentados a partir do tópico A trajetória do programa o qual relata as informações sobre como ocorreram às atividades e seus desdobramentos. Por fim, as Considerações finais em que retornamos ao objetivo, elencamos as lacunas e as principais reflexões sobre os resultados.

2 A trajetória do programa

5 O programa “Vivenciar e sentir: práticas para uma integralidade do ser saudável” foi uma ação de educação continuada em saúde, aprimoramento e desenvolvimento, a fim de desabrochar o encantamento de potencialidades corporais, sentimentos e experiências vividas, iniciado em 2016, com a professora Kaline Lígia Estevam de Carvalho Pessoa, graduada em Educação Física, como um projeto de extensão no IFCE *campus* Morada Nova, um dos 35 *campi* do IFCE.

O IFCE *campus* Morada Nova encontra-se a uma distância de 164 quilômetros da cidade de Fortaleza, capital do Ceará, na Avenida Prefeito Raimundo José Rabelo, número 2717, Bairro Julia Santiago. A seguir a Imagem 1 apresenta o mapa com todos os *campi* do IFCE.

Imagem 1 - Mapa com os 35 *campi* do IFCE



Fonte: (IFCE, s/d)

Na Imagem 1 podemos ver o avanço do IFCE com os *campi* instalados em diferentes regiões do estado, em que chamamos a atenção para o número 24 na imagem, destacando a região de Morada Nova.

Após iniciar as atividades no ano de 2016, no mês de julho do ano seguinte, em 2017 o projeto se amplia assumindo a forma de programa sob a coordenação da professora Arliene Stephanie Menezes Pereira (também graduada em Educação Física), aliado ao Programa Institucional Qualidade de Vida. A seguir a Imagem 2 apresenta o projeto com a Professora Lígia Carvalho.

Imagem 2 - Foto do projeto de extensão sob a direção da professora Lígia Carvalho em 2016



Fonte: Fotos cedidas pela professora Kaline Lígia.

O projeto é embasado teoricamente em Mendes (2007) e Merleau-Ponty (1999a; 1999b; 2004), na prática sensível do olhar, vivenciar, escutar e sentir o outro e a integralidade do corpo através das práticas corporais.

As práticas corporais, além de discutir a saúde, não só no aspecto da ausência de doenças (PEREIRA; SOUZA, 2020) percorrem caminhos de afetos e emoções que ressoam alegria na (re)significação do corpo. Nesse sentido a Educação Física acaba por tematizar as práticas corporais em suas variadas formas de codificações e de significados sociais, as quais são entendidas como possibilidades expressivas dos sujeitos (PEREIRA; GOMES, 2018b). Esses conhecimentos se comportam como uma potente ferramenta de transformação social, a partir dos estímulos a adesão de hábitos saudáveis por parte dos participantes.

O programa encarna a possibilidade de compreensão dos gestos e das palavras, assinalando o caráter corpóreo significativo e significado, cuja apreensão está na reciprocidade de comportamentos vividos na dimensão sócio filosófica do corpo. E na compreensão das linguagens do corpo, expressas através de movimentos, sentimentos, sensações e dos cuidados de si e do outro.

Desse modo, o projeto de extensão desenvolveu ações voltadas para a integralização da saúde, qualidade de vida e bem-estar em suas vivências, em uma prática fundamentada para propiciar a harmonia do sujeito consigo mesmo, com o meio e os outros, buscando compreender e contribuir em aspectos para uma prática integral em saúde, cultura e lazer através da prática de atividade física, pois segundo Merleau-Ponty (2004) os sujeitos se constroem através dessas interações.

Para Pereira, Gomes e Castro (2019) o lazer faz justamente com que os sujeitos se desliguem temporariamente de suas obrigações sociais e se entregue espontaneamente.

O programa teve como objetivo desenvolver a conscientização de uma educação continuada em saúde. Como objetivos específicos têm o de conscientizar sobre a importância da prática de atividade física para a saúde e bem-estar; (re)integrar socialmente os participantes com o IFCE *campus* Morada Nova, estimulando a sensação de pertencimento; melhorar as relações sociais no trabalho e no lar; desenvolver práticas que buscam o bem-estar, a cultura, o lazer e

a qualidade de vida; compreender socialmente e filosoficamente o corpo através da dialogicidade.

O programa iniciou primeiramente com o cadastro na plataforma do IFCE para ações de extensão (SIGPROEXT), para formalização do mesmo. Em seguida foram feitas divulgações externas e internas ao IFCE *campus* Morada Nova, com publicações na fanpage¹ e no site oficial do *campus* com o intuito de atender a um maior público da comunidade local.

Logo após foram realizadas reuniões de inscrições, esclarecimentos e orientação aos primeiros participantes interessados. Também foram decididas coletivamente quais práticas corporais iriam ser vivenciadas no programa, da qual podemos destacar que a Dança foi uma das mais sugeridas. Sobre a Dança, podemos mencionar que, para além da proposta lúdica que ela apresenta, a mesma proporciona a compreensão sobre processos sensíveis (PEREIRA; GOMES, 2018a). Além do que se apresenta como um meio de difusão cultural no espaços formais e não formais de ensino (PEREIRA *et al.*, 2020).

As atividades foram iniciadas após duas semanas e eram ministradas com carga horária dividida nos seguintes grupos: Yoga e Alongamento (1h), Treinamento Funcional e Ginástica localizada e aeróbica (2h), Dança e Zumba (2h). Cada uma das atividades acontecia semanalmente na perspectiva de atender a diferentes faixas etárias e de afinidade pelas modalidades.

Os resultados obtidos foram a melhoria da autoestima social e corporal dos participantes do projeto; a conscientização de que a prática de atividade física tem um fator benéfico não só para a saúde física, mas para a saúde mental e social, o reconhecimento pelos integrantes do programa de um corpo que é sujeito da sua própria história e de uma significância de afetos e emoções em relações inter corpóreas, e a integração entre alunos, ex-alunos, servidores e da comunidade que mora no entorno do *campus* Morada Nova.

Necessário também elencar que as atividade foram baseadas na busca de alcançar o inédito viável e o ser-mais, como configurações de propostas práticas e

¹ Página eletrônica de mídia social (Facebook).

diretivas para a formação de sujeitos históricos e sua conscientização (SOUZA; PEREIRA, 2020).

A seguir, na Imagem 3 podemos visualizar o projeto com a professora Stephanie Menezes.

Figura 3 - Foto do programa de extensão sob a direção da professora Stephanie Menezes em 2017



Fonte: Acervo pessoal dos autores.

O programa foi finalizado em junho de 2019 com a remoção da docente responsável pelo Programa. Finalizando um ciclo ininterrupto de mais de 3 anos de um programa de extensão.

3 Considerações finais

A compreensão da importância das ações de extensão nos Institutos Federais nos coloca mais próximo da missão de valorizar o compromisso com a

responsabilidade social, a excelência dos serviços prestados e a determinação em suas ações, atrelados aos preceitos básicos de cidadania e humanismo e com a cultura da inovação. Assim, esse relato se propôs também a despertar o interesse de educadores a pensarem novas ações de extensão, aproximando-se das comunidades externas e valorizando a área da Educação Física nos Institutos Federais.

12

O programa “Vivenciar e sentir: práticas para uma integralidade do ser saudável” foi uma integração das áreas da Educação e Saúde, pois parte de uma premissa de ocorrer em uma instituição educacional, com o intuito de disseminar conhecimentos sobre o corpo e o ser saudável, e das vivências práticas que despertam positivamente o desenvolvimento de aspectos psicofisiológicos, cognitivos, afetivos e sociais em seus participantes, se caracterizando como uma Tecnologia Social.

O programa se tornou um espaço de diálogo e compartilhamento de sentimentos e histórias entre os moradores da cidade de Morada Nova-CE. E valorizou os segmentos populares estigmatizados como mulheres, pessoas de baixa renda e moradores do interior do estado, gerando determinadas transformações sociais de forma objetiva.

A sociedade também se apropriou dos espaços entorno do *campus* e vislumbrou o exercício da cidadania através de experiências formativas de extensão gratuitas, na área de cultura e Educação Física.

Conclui-se que o programa atingiu seus objetivos, entre eles o principal que foi o desenvolvimento da conscientização de uma educação continuada em saúde além de ter contribuído para o desenvolvimento da área de Educação Física e para o aprimoramento do trabalho desenvolvido no IFCE.

A sugestão de pesquisa para futuros trabalhos é no âmbito de uma avaliação final, após a conclusão do programa e a comparação com outros programas semelhantes realizados nos Institutos Federais.

Referências

BRASIL. **Lei 11.892, de 29 de dezembro de 2008.** Institui a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, cria os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2008/lei/111892.htm. Acesso em: 02 jun. 2023.

DAGNINO, R. O Campeonato mundial da ciência. **Economia e Tecnologia.** São Paulo, nv.5, n.17, abr.-jun., 2009. Disponível em: <http://www.economiaetecnologia.ufpr.br/revista/17%20Capa/Renato%20Dagnino.pdf>. Acesso em: 31 ago. 2023.

DAGNINO, R.; BRANDÃO, F. C.; NOVAES, H. T. Sobre o marco analítico-conceitual da tecnologia social. In: LASSANCE Jr. *et al.* **Tecnologia social: uma estratégia para o desenvolvimento.** Rio de Janeiro: Fundação Banco do Brasil. [s.l: s.n.]. p. 15-64, 2004.

GOMES, D. P.; PEREIRA, A. S. M.; SANTIAGO, J. da S. Refazendo os percursos da disciplina bases socioantropológicas da Educação Física. **Ensino em Perspectivas**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 1-17, 2021. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/ensinoemperspectivas/article/view/5503>. Acesso em: 8 jul. 2023.

IFCE. **Pró-reitoria de Extensão.** s.d. Disponível em: <https://ifce.edu.br/proext>. Acesso em: 02 jun. 2023.

INSTITUTO FEDERAL DO CEARÁ. Pró-reitoria de Extensão. **Manual da Extensão.** Instituto Federal do Ceará. Pró-reitoria de Extensão. - Fortaleza: IFCE, 2016.

KAHLAU, C.; SCHNEIDER, A. H.; SOUZA-LIMA, J. E. A tecnologia social como alternativa ao desenvolvimento: indagações sobre ciência, tecnologia e sociedade. **Revista Tecnologia e Sociedade**, v. 15, n. 36, p. 190-213, 2019. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rts/article/view/8128>. Acesso em: 02 jun. 2023.

MENDES, M. I. B. S. **Mens Sana in Corpore Sano:** saberes e práticas educativas sobre corpo e saúde. Porto Alegre: Sulina, 2007.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção.** 2. ed. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 1999a.

MERLEAU-PONTY, M. **O visível e o invisível.** 3. ed. Tradução de José Artur Gianotti e Armando Mora d' Oliveira. São Paulo: Perspectiva, 1999b.

MERLEAU-PONTY, M. **O olho e o espírito.** Tradução de Paulo Neves e Maria Ermantina Galvão Gomes Pereira. São Paulo: Cosac Naify, 2004.

PEREIRA, A. S. M.; GOMES, D. P. Dança encantada e de resistência: (trans) significações corporais no Torém dos índios Tremembé. **Corpoconsciência**, 22(1), 120–129, 2018a. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/5716> Acesso em: 5 ago. 2023.

PEREIRA, Arliene Stephanie Menezes; GOMES, Daniel Pinto. Educación Física en Brasil: recorrido histórico educativo de 1851 a 2017. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 22, n. 238, p. 94-101, 25 mar. 2018b. Disponível em: <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/93>. Acesso em 2 ago. 2023.

PEREIRA, A. S. M.; GOMES, D. P.; CASTRO, S. O. de. Práticas de Lazer do Povo Indígena Tremembé. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 22, n. 2, p. 132–159, 2019. DOI: 10.35699/1981-3171.2019.13553. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/13553>. Acesso em: 7 ago. 2023.

PEREIRA, A. S. M.; SANTIAGO, J. da S.; SOUZA, S. T. B.; MAIA, F. E. da S.; NUNES, R. N. C. Ensino da dança em espaços não-formais de ensino: um relato de experiência. **Refise**, Limoeiro do Norte, v. 3, n. 1, Edição Especial, p. 225-240, 2020. Disponível em: <https://refise.ifce.edu.br/refise/article/view/95> Acesso em: 5 ago. 2023.

PEREIRA, A. S. M.; SOUZA, S. T. B. O discurso dos professores de Educação Física sobre sua prática pedagógica em saúde: um estudo na Rede Municipal de Fortaleza, CE. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Vol. 25, Núm. 267, Ago, 2020. Disponível em: <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/1737/1260> Acesso em: 4 ago. 2023.

SOUZA, A. C. B. de; PEREIRA, A. S. M. Paulo Freire, o andarilho da utopia: reflexões para a transformação social através da educação. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades - Rev. Pemo**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 1–18, 2020. DOI: 10.47149/pemo.v2i2.3755. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/revpemo/article/view/3755>. Acesso em: 7 ago. 2023.

ⁱ Arliene Stephanie Menezes Pereira, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3042-538X>

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará
Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Educação pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Docente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE). Líder do Grupo de Pesquisa Corponexões: Corpo, Cultura e Sociedade (IFCE).
Contribuição de autoria: Autora orientou o estudo e desenvolveu a escrita

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6058632073001777>

E-mail: stephanie_ce@hotmail.com

ii **Symon Tiago Brandão de Souza**, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2899-9664>

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará

Docente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE). Mestre em Educação pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Membro do Grupo de Pesquisa Corponexões: Corpo, Cultura e Sociedade (IFCE). Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação Física Escolar (GEPEFE/UECE).

Contribuição de autoria: Desenvolvimento da escrita e revisão.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9818701809084867>

E-mail: symontiago@hotmail.com

iii **Ianny Lima de Queiroz dos Santos**, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1707-1369>

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará

Docente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE). Graduada em Educação Física pelo IFCE *campus* Juazeiro do Norte. Especialista em Docência no Ensino Superior. Integrante do Grupo de Pesquisa Corponexões: corpo, cultura e sociedade.

Contribuição de autoria: revisão e formatação.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4622227421289256>

E-mail: ianny.santos@ifce.edu.br

Editora responsável: Karla Colares Vasconcelos

Como citar este artigo (ABNT):

PEREIRA, Arliene Stephanie Menezes; SOUZA, Symon Tiago Brandão de; SANTOS, Ianny Lima de Queiroz dos. Programa de extensão “Vivenciar e sentir: práticas para integralidade do ser saudável”. **Ensino em Perspectivas**, Fortaleza, v. 4, n. 1, 2022.3