

## RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

### **RELATO DE EXPERIÊNCIA: I SIMPÓSIO AFYA MULHER: DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS DA MULHER MODERNA**

*Marianna Soares Rocha Pereira (marianna\_soaresrochapereira@hotmail.com)*

*Giovanna Soares Rocha Pereira (giovannasoaresrochapereira@gmail.com)*

*Lislayne Seliprande Ribeiro (lislayneribeiro901@gmail.com)*

*Adriano Raymundo Neto Ferreira (iadrianonetto@gmail.com)*

*Bruna Da Silva Côrtes (brunacortesnutri@gmail.com)*

*Bruna Portella Moreira (brunamoreira33667@gmail.com)*

*Márcia Carvalho Valério (mcouto626@gmail.com)*

*Hendrio Ritchele Silva (hendrio.silva@afya.com.br)*

*Maria Luciene Da Silva (luciene533@gmail.com)*

#### Introdução:

O I Simpósio Afya Mulher foi um evento organizado por ligas acadêmicas voltadas à saúde e aos direitos das mulheres do Centro Universitário Afya Itaperuna: Liga Acadêmica Interdisciplinar de Saúde da Mulher (LAISMU), Liga Acadêmica de Ginecologia e Obstetrícia (LAGOR), Liga Acadêmica de Direito da Mulher (LADIM) e Liga Acadêmica de Saúde da Mulher (LASMU). O evento teve como objetivo principal criar um espaço de diálogo e reflexão sobre os desafios contemporâneos enfrentados pelas mulheres, promovendo o protagonismo feminino, a autonomia e a valorização das múltiplas formas de

existência. Além disso, buscou fortalecer a formação acadêmica dos participantes e reafirmar o compromisso institucional com a equidade de gênero e a saúde integral da mulher.

Objetivo:

Objetivo geral:

Relatar a experiência vivenciada no I Simpósio Afya Mulher, destacando sua importância para a formação acadêmica, para a compreensão dos desafios femininos na atualidade e para o fortalecimento do protagonismo feminino.

Objetivos específicos:

- Descrever as atividades realizadas durante o evento;
- Refletir sobre a relevância do simpósio para a formação profissional;
- Identificar contribuições do evento para a discussão interdisciplinar sobre a saúde e os direitos das mulheres.

Relato de experiência:

A primeira palestra abordou as alterações hormonais e seus impactos na saúde física e emocional feminina, destacando a influência dos ciclos hormonais sobre o humor, metabolismo, memória e desempenho acadêmico e profissional. A discussão evidenciou a importância de compreender esses processos de forma integral, considerando aspectos biológicos, psicológicos e sociais.

Na sequência, a palestra conduzida pela nutricionista trouxe reflexões sobre a pressão estética e os padrões de beleza impostos às mulheres. Foram discutidos os impactos psicológicos e fisiológicos da busca pelo corpo ideal, influenciada pelas redes sociais, mídia e pela popularização de métodos rápidos de emagrecimento, como as canetas injetáveis.

A mesa-redonda, composta por profissionais das áreas de psicologia, empreendedorismo, medicina e direito, ampliou o debate ao apresentar vivências e desafios enfrentados pelas mulheres no contexto social e profissional. Foram discutidos temas como desigualdade salarial, dificuldade de

acesso a cargos de liderança, dupla jornada de trabalho e discriminação de gênero.

Outro ponto relevante foi a discussão sobre o empreendedorismo feminino, evidenciando-o como ferramenta de autonomia e reconhecimento, apesar das barreiras estruturais ainda existentes, como dificuldade de acesso a crédito e desvalorização profissional. A integração entre teoria, prática e experiências vividas reforçou a importância de espaços acadêmicos que promovam debates críticos sobre gênero.

Conclusão:

Assim, conclui-se que o evento cumpriu integralmente seu propósito pedagógico e social, promovendo a integração entre teoria, prática e vivências pessoais, fortalecendo a formação crítica das participantes e contribuindo para a construção de um ambiente acadêmico mais inclusivo, sensível às realidades femininas e comprometido com a equidade. O simpósio representa, portanto, um marco importante para as ligas organizadoras e para todas as mulheres envolvidas, reafirmando a importância contínua de espaços de reflexão, conscientização e protagonismo feminino no contexto universitário e na sociedade.

Palavras-chave: mulher; saúde da mulher; protagonismo feminino.