

PRÁTICAS DE CURA E BEM-VIVER: CONFLUÊNCIAS DE SABERES NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA.

Domilcia Moisés Queta Zumba¹

Cristiane Santos Souza²

Maria Cláudia Cardoso Ferreira³

RESUMO

A extensão universitária articula universidade e sociedade ao promover ações que valorizaram memória, identidade e bem-viver por meio da troca de saberes. Nesse contexto, o presente trabalho analisa a primeira roda de conversa do projeto de extensão Memória, Identidade e Práticas de Cuidado e Autocuidado, intitulada “Práticas de Cura e Bem-Viver”, realizada na UNILAB, sob a coordenação das professoras Maria Cláudia Cardoso Ferreira e Cristiane Santos Souza. A iniciativa surgiu como resposta às demandas de desgaste emocional, psicológico e busca por acolhimento na comunidade acadêmica, articulando educação, saúde e cultura em diálogo com a promoção da saúde, educação inclusiva e combate às desigualdades. O trabalho teve como objetivo resgatar e compartilhar práticas tradicionais de cuidado, como chás, banhos, rezas e ervas medicinais, presentes em comunidades negras do Brasil e de países africanos de língua portuguesa, reconhecendo o autocuidado, a espiritualidade e a dimensão coletiva da cura. A metodologia envolveu sensibilização da comunidade universitária por meio de visitas às salas de aula, divulgação por e-mail e convites diretos. A vivência ocorreu em sala ambientada com tecidos, decoração temática e aromatização, favorecendo um espaço horizontal, inclusivo e acolhedor. O encontro iniciou-se com integração corporal ao som de música africana e respiração guiada, seguida de partilha dialógica com convidados sobre vivências de cura, expressões culturais, como capoeira, poesia, e práticas integrativas. Também foram realizados registros de memórias, sorteio de livros e partilha na mesa de afeto e alimento. Ao final, os participantes construíram coletivamente a árvore do cuidado e afeto, registrando sentimentos em papéis e afixando-os na árvore, que passou a representar as experiências compartilhadas. Como incentivo ao autocuidado, cada participante recebeu um kit de escalda-pés. Como resultados, a ação evidenciou a ressignificação da universidade como espaço acolhedor, dinâmico e promotor da saúde mental. Uma discente relatou que a roda proporcionou “uma pausa fundamental na rotina”, destacando a importância da escuta ativa, do afeto e do contato humano. A atividade também fortaleceu a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, com participação de docentes, bolsistas e voluntários, além da organização de registros para o Álbum Fotográfico Online e o Caderno de Saberes e Práticas de Cuidado e Autocuidado. Conclui-se que a inserção de saberes populares e ancestrais no cotidiano universitário constitui estratégia de cuidado coletivo e valorização de diferentes formas de produzir conhecimento. Nesse sentido, a ação dialoga diretamente com o tema da XII Semana Universitária, “Diversidade, Inclusão e Transformação Social”, ao evidenciar a importância da valorização da diversidade de saberes e da permanência qualificada na universidade, por meio do diálogo entre diferentes formas de produzir conhecimento.

Palavras-chave: extensão universitária; saberes ancestrais; diversidade; bem-viver.

Universidade da integração Internacional da Lusofonia afro- Brasileira., Instituto de Humanidades e Letras., Discente, zumbadomilcia@gmail.com¹

Universidade da integração Internacional da Lusofonia afro- Brasileira., Instituto de Humanidades e letras, Docente, criskasou@unilab.edu.br²

Universidade da integração Internacional da Lusofonia afro- Brasileira, Instituto de Humanidades e letras, Docente, mariacardoso28@unilab.edu.br³