

RELATÓRIO FINAL DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS

Identificação
Integrantes do grupo: Acadêmicos: 1. Mariany Danielly De Souza Silvano 2. Tallita Resende 3. Fabiola
Curso de Graduação: Estética e Cosmética
Disciplina: Atividades extensionistas
Professor responsável: Louise Rodrigues

1. Atividade Extensionista 1 –
Tema da atividade: Distribuição de panfletos sobre o evento “brasipe”
Público-alvo /Local da atividade: População da feira/feira do cpa 4 em frente a caixa d'água
Carga horária: 19:00h as 21:00
Número de pessoas contempladas com a atividade: 20
1.1 Breve descrição da atividade realizada (mínimo 15 e máximo 20 linhas) Explicar sobre as funções das atividades realizadas.
No dia 30/03 nos realizamos uma atividade extensionista que ocorreu na feira da caixa d'água com a finalidade de apresentar a comunidade o nosso curso de estética e cosmeticos, destacando informações sobre a graduação, áreas de atuação profissional e possibilidades de crescimento na carreira. A ação permitiu aproximar a instituição da população, contribuindo para que mais pessoas conhecessem o nosso curso e suas importâncias no mercado de trabalho. Além da divulgação do curso, também foi realizada a distribuição de panfletos e a promoção do nosso evento brasipe organizado pela faculdade fasipe cuiabá. O objetivo foi ampliar a participação do publico, divulgar a programação do evento e fortalecer a relação entre a instituição e a comunidade. A experiencia foi muito significativa, pois contribuiu para o desenvolvimento de habilidades de comunicação, trabalho em equipe, atendimento ao publico e postura profissional, também reforçou a relevância das acoes extensionistas para a intregação universidade e sociedade. A atividade gerou resultados positivos ao promover maior aproximação entre a faculdade e a comunidade local, a divulgação das informações permitiu que mais pessoas conhecessem nosso curso de estética e cosmeticos de uma forma mais especifica e detalhada, trazendo maior interesse ao publico, suas áreas de atuação e as oportunidades oferecidas pela instituição fasipe cuiaba, cpa.

1.2. Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claro os aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade e publicidade. (mínimo 10 e máximo 15 linhas)

A ação de extensão realizada na feira do cpa 4 possibilitou a divulgação e ampliação de conhecimentos do nosso curso de estética e cosmeticos, evidenciaram um impacto social altamente positivo promovendo a divulgação do BRASIPE e também do nosso curso de estetica e cosmeticos. A publicidade do evento contribuiu para maior publico do BRASIPE o resultado foi muito bom e positivo. Tivemos um publico super positivos, ampliando acesso a práticas de autocuidado e promovendo o bem-estar dos participantes. A experioencia permitiu que os estudantes aplicassem os conhecimentos que tiveram durante o período de aula antes do evento, o que foi muito positivo. Alem disso a integração entre diferentes áreas demointrou como os procedimentos esteticos podem contribuir para a saúde física emocional e social, os retornos recebidos dos participantes indicaram a aula satisfação com os atendimentos realizados.

1.3. Relacione os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade. (mínimo 5 e máximo 10 linhas)

Fatores negativos: são que muitos da população que estavam la presente andando na feira estava com muita pressa e não paravam para nos dar atenção e nem pegavam os panfletos que nos disponibilizamos para eles
fator positivo: alcançamos um publico alvo maior do que nos estavam esperando e saímos satisfeitos com nos mesmos.

1.4. A atividade de extensão possibilitou a coleta de dados que tem potencial para possíveis publicações?

() Sim

(x) Não

Se sim na questão anterior vocês necessitam de apoio estatístico e/ou para redação e publicação oferecido pelo setor de pesquisa e extensão? Descreva abaixo suas necessidades.

1.5. Referências Bibliográficas



Figura 1: Alunas na ação
extensionista (Projeto
Extensionista).
03/06/2026
Fonte: Arquivo próprio.



Figura 2: Alunas
na ação do dia
30/03 Aluna
fazendo
massagem
(Projeto
Extensionista
1/26).
30/03/2026
Fonte: Arquivo próprio.



Figura 3:
Alunas
na ação
de cong
de
direito.
(Projeto
Extensi
onista)
1/26).
17/06/2
026
Fonte: Arquivo
próprio.



Figura 4: Alunas
na ação
extensionista
(Projeto
Extensionista
1/26).
22/06/2026
Fonte: Arquivo próprio.



casario neto(Projeto Extensionista 1/26). 01/07/2026
Fonte: Arquivo próprio.

2. Atividade Extensionista 2

Tema da atividade: A Importância da Massagem, Ventosaterapia e Estética na Promoção do Bem-Estar

Público-alvo/Local da atividade: Servidores Públicos/ i n d e a

Carga horária: 08h às 12h

Número de pessoas contempladas com a atividade:

2.1 Breve descrição da atividade realizada (mínimo 15 e máximo 20 linhas)

No dia 30 de Março de 2026, as alunas da Faculdade Fasipe Cuiabá, do curso de estética e cosmética, compareceram ao INDEA, nos proporcionamos uma manhã de massagem e terapia com ventosa para os funcionarios que ali estavam presente, tendo como objetivo principal aliviar as tensões acumuladas pelas rotinas do dia a dia, no passar da ação a nossa equipe proporcionou um atendimento humaniza e acolhedor para os trabalhadores que ali estavam presente, foi realizada a ação de quick massagem, ventosa terapia e massagem corporal completa e detalhada em vários pontos na maca, a aplicação da tecnica de massagem rapida foi realizada com o auxilio de uma cadeira ergonomica facilitando para nos e para o paciente as tecnicas de massagem. Proporcionando alivio imediato das dores musculares causadas por ma postura, muitas horas em pé, enfrente ao computador e etc. Contribuindo para uma melhor qualidade de vida dentro do ambiente profissional. A combinação das modalidades permitiu atender um numero maior de pessoas e suprir diferentes necessidades. Os participantes relataram sensação de bem-estar, redução de dores e maior disposição após o atendimento.

2.2. Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claro os aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade e publicidade. (mínimo 10 e máximo 15 linhas)

A quick massage é uma técnica terapêutica conhecida por sua praticidade e pelos benefícios que proporciona em pouco tempo. Ela reúne movimentos na massagem tradicional com métodos orientais, como o shiatsu, promovendo relaxamento e bem estar em sessões rápidas. Essa pratica é bastante indicada para reduzir tensões musculares causadas por movimentos repetitivos, estresse e má postura, sendo muito utilizadas em empresas, eventos e instituições. Alem de proporcionar alivio imediato dos desconfortos fisicos, a tecnica contribui para a diminuição do estresse, melhora da disposição e prevenção de problemas relacionados a rotina de trabalho. Sua aplicação simples e eficiente permite atender diferentes públicos em diversos ambientes. A ventosa terapia também se destacou como um importante recurso terapêutico. O método utiliza ventosas para estimular a circulação sanguínea e favorecer a oxigenação dos tecidos. Entre seus principais benefícios estão a redução de dores musculares, o relaxamento corporal, a melhora das tensões acumuladas e o auxilio no controle de processos inflamatórios. Os resultados observados demonstram a eficácia dessas técnicas na promoção da saúde, do conforto fisico e da qualidade de vida dos participantes.

2.3. Relacine os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade. (mínimo 5 e máximo 10 linhas)

Entre os fatores positivos, destaca-se o sólido conhecimento técnico, incluindo o domínio das técnicas de massagem Quick e a prática constante, que aprimoram a habilidade manual e garantem precisão na execução. O acesso a equipamentos de qualidade também é um diferencial, assim como o entusiasmo pelo trabalho, o desejo de promover o bem-estar e a empatia para compreender e adaptar-se às necessidades específicas de cada cliente, proporcionando um atendimento personalizado e humanizado. Esses fatores combinados elevam a experiência e a satisfação dos clientes. No entanto, alguns desafios podem impactar a execução dos procedimentos. Entre os fatores negativos, estão o cansaço físico, possíveis problemas de saúde ou lesões que podem comprometer o desempenho do profissional. Adicionalmente, o ambiente em que os procedimentos faciais foram realizados apresentou limitações, como espaço insuficiente para acomodar adequadamente a alta demanda de atendimentos.

2.4. A atividade de extensão possibilitou a coleta de dados que tem potencial para possíveis publicações?

() Sim (X) Não

Se sim na questão anterior vocês necessitam de apoio estatístico e/ou para redação e publicação oferecido pelo setor de pesquisa e extensão? Descreva abaixo suas necessidades.

2.5. Referências Bibliográficas

3. Atividade Extensionista 3

Tema da atividade: autoestima, autocuidado e bem estar para as mulheres do congresso de direito

Público-alvo/Local da atividade: mulheres do congresso de direito

Local: faculdade fasipe

Carga horária: 19h as 20:30h

Número de pessoas contempladas com a atividade: 20

3.1 Breve descrição da atividade realizada (mínimo 15 e máximo 20 linhas)

No dia 17/06 realizamos uma ação voltada para a promoção da autoestima, do autocuidado e do bem estar das mulheres que estavam participando do congresso de direito. Durante a atividade, foram realizados atendimentos de maquiagem que teve como objetivo valorizar a beleza individual de cada paciente, proporcionando momentos de cuidados pessoais e fortalecimento da autoconfiança. Além da aplicação da maquiagem, buscamos oferecer um atendimento acolhedor e humanizado, promovendo uma experiência altamente agradável e contribuindo para que as participantes se sentissem mais confiantes, satisfeitas e valorizadas consigo mesma. A atividade também permitiu a interação entre os cursos envolvidos, fortalecendo a troca de experiências e conhecimentos. A atividade desenvolvida trouxe resultados positivos tanto para as mulheres atendidas quanto para nos acadêmicas do nosso curso de estética e cosméticos. Nos participantes ficamos muito satisfeitas com o nosso atendimento a população de direito, e sentimos uma sensação de bem estar muito grande. A autoestima e valorização pessoal. A ação evidenciou a importância dos cuidados estéticos como ferramenta de promoção da saúde emocional e da qualidade de vida. Para nos acadêmicas a experiência contribuiu para o desenvolvimento de habilidades práticas, aprimoramento das técnicas de maquiagens, comunicação interpessoal, acolhimento ao público e trabalho em equipe.

3.2. Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claro os aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade e publicidade. (mínimo 10 e máximo 15 linhas)

A ação extensionista gerou impactos positivos tanto para as mulheres atendidas quanto para nos acadêmicas participantes do projeto. A atividade proporcionou momentos de cuidado pessoal, valorização da autoestima e promoção do bem estar, contribuindo para que as participantes se sentissem mais confiantes e satisfeitas com a sua imagem, além disso, a iniciativa reforçou a importância dos cuidados estéticos como forma de melhorar a qualidade de vida e o autocuidado. Para nos estudantes do curso de estética e cosméticos, a experiência foi essencial para colocarmos em prática os conhecimentos adquiridos durante a graduação o contato direto com o público permitiu aperfeiçoar técnicas profissionais, fortalecer a comunicação, desenvolver a capacidade de acolhimento e aprimorar a postura etc e profissional durante o atendimento. Desta forma, a atividade contribuiu significativamente para o nosso crescimento acadêmico, pessoal e profissional de nos participantes.

3.3. Relacione os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade. (mínimo 5 e máximo 10 linhas)	
Fator negativo: algumas das mulheres não se interessaram muito no nosso curso e o que a gente tinha pra oferecer para elas, que eram as técnicas de maquiagem que a gente vem aprendendo no nosso curso de estética e cosméticos. Fator positivo: a gente alcançou um público considerável de diferentes idades e até de gênero diferente	
3.4. A atividade de extensão possibilitou a coleta de dados que tem potencial para possíveis publicações?	
☐ Sim	☐ Não
Se sim na questão anterior vocês necessitam de apoio estatístico e/ou para redação e publicação oferecido pelo setor de pesquisa e extensão? Descreva abaixo suas necessidades.	
3.5. Referências Bibliográficas	

4. Atividade Extensionista 4

Tema da atividade: Cuidados Essenciais com a Pele: Prevenção, Higienização e Qualidade de Vida.

Público-alvo/Local da atividade: Estudantes

Local: EEDIEB Professor Antônio Cesário De Figueiredo Neto

Carga horária: 19h às 21h

Número de pessoas contempladas com a atividade: 20 alunos e professores

4.1 Breve descrição da atividade realizada (mínimo 15 e máximo 20 linhas)

Foi desenvolvida uma atividade educativa voltada para os estudantes do ensino fundamental e médio. A iniciativa teve como principal objetivo promover a conscientização sobre saúde, e qualidade de vida, levando as informações importantes de uma forma acessível e adequada ao público alvo. Durante a apresentação, foram compartilhadas orientações sobre os cuidados essenciais com a pele, incluindo os hábitos de higiene, hidratação adequada da pele e a utilização adequada do uso de protetor solar. Também foram discutidos as prevenções de problemas dermatológicos e do envelhecimento precoce. Além disso foram abordadas informações relacionadas aos cosméticos utilizados, no cotidiano, destacando a importância de escolhas seguras e conscientes. Outro tema trabalhado foi a necessidade de verificar a veracidade das informações divulgadas nas redes sociais sobre estética e beleza, incentivando uma postura mais crítica diante dos conteúdos encontrados na internet. A participação dos estudantes ocorreu de forma ativa, por meio de perguntas e trocas de experiência tornando o encontro mais interativo e enriquecedor. Desta maneira, a atividade contribuiu para ampliar os conhecimentos dos participantes sobre a relação entre saúde da pele, prevenção e bem estar desde a adolescência.

4.2. Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claro os aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade e publicidade. (mínimo 10 e máximo 15 linhas)

Os resultados da atividade extensionista mostraram contribuições importante para a formação teórica e prática das acadêmicas de Estética e Cosmética. A ação permitiu aplicar os conhecimentos do curso em um ambiente educativo, aproximando a vivência acadêmica da realidade dos estudantes. Foram abordados temas como cuidados diários com a pele, uso correto do protetor solar e escolha consciente de cosméticos. Esses conteúdos ajudaram a ampliar o conhecimento dos alunos sobre autocuidado, prevenção e saúde dermatológica. A experiência também favoreceu o desenvolvimento da comunicação, da adaptação da linguagem técnica e da condução de atividades em grupo. O impacto social foi positivo, pois incentivou hábitos saudáveis e a valorização da prevenção desde a adolescência. A interdisciplinaridade esteve presente ao relacionar estética, saúde, biologia e educação. Além disso, a ação alcançou o público escolar e estimulou a circulação de informações corretas. Dessa forma, reforçou-se o papel social do curso na promoção da saúde e do bem-estar.

4.3. Relacione os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade. (mínimo 5 e máximo 10 linhas)

Fator positivo: compreensão dos alunos presentes em sala de aula boa demanda de aprendizado e aula pratica as meninas que estudam la se mostraram bem interessadas em aprender e conhecer sobre o nosso curso de estetica
fator negativo: tempo limitado para palestra e para a quantidade de alunos que havia presentes no local

Fato4.4. A atividade de extensão possibilitou a coleta de dados que tem potencial para possíveis publicações?

() Sim

(x) Não

Se sim na questão anterior vocês necessitam de apoio estatístico e/ou para redação e publicação oferecido pelo setor de pesquisa e extensão? Descreva abaixo suas necessidades.

4.5. Referências Bibliográficas

5. Atividade Extensionista 5

Tema da atividade: Qualidade de Vida e Bem-estar (Design de sobrancelhas, Massagem relaxante e ventosaterapia)

Público-alvo/Local da atividade: Estudantes e professores.

Local: EEDIEB Professor Antônio Cesário De Figueiredo Neto

Carga horária: 13h às 16h

Número de pessoas contempladas com a atividade: 30 Alunos e professores

5.1 Breve descrição da atividade realizada (mínimo 15 e máximo 20 linhas)

A atividade de extensão foi realizada em um ambiente escolar, e teve com o objetivo de promover ações sociais que foram voltadas a saúde, e ao bem estar e o fortalecimento da auto estima. A proposta teve como foco aproximar os conhecimentos teóricos da formação e as necessidades reais observadas na comunidade escolar. Durante a ação, foram realizadas práticas de higiene facial, design de sobrancelhas e técnicas de massagem facial. Essas atividades foram acompanhadas de orientações educativas sobre higiene pessoal, autocuidado e os hábitos saudáveis. Nos bordamos também a importância dos cuidados estéticos para a melhoria da qualidade de vida e do bem estar geral dos alunos ali presentes. A experiência permitiu que nos acadêmicas colocassem em práticas os conteúdos aprendidos ao longo de nossa formação em estética e cosméticos, além de proporcionar contato direto com o público e o desenvolvimento de competências profissionais, e comunicação eficaz. Desta forma, contribuiu significativamente para o desenvolvimento tanto profissional quanto humano de nos participantes, cumprindo nosso papel social e educativo junto a comunidade e a coordenadora. Por fim a ação cumpriu com excelência seu papel social e educativo, ao aproximar a universidade da comunidade, estimular a prevenção em saúde e incentivar o auto cuidado como parte essencial do bem viver. Essa vivência não apenas enriqueceu o aprendizado de nosso grupo, mas também plantou sementes para futuras ações extensionistas, ampliando o impacto positivo junto a população atendida.

5.2. Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claro os aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade e publicidade. (mínimo 10 e máximo 15 linhas)

Os resultados alcançados por meio da ação extensionista revelaram um impacto social relevante, ao ampliar o acesso a práticas voltadas ao cuidado pessoal, ao bem estar e ao fortalecimento da auto estima. Realizada na escola estadual Cezário Neto a atividade contribuiu de maneira significativa para a valorização pessoal dos participantes, por meio de atendimentos estéticos e orientações humanizadas. No âmbito teórico prático, a experiência favoreceu a consolidação dos conhecimentos adquiridos por nos acadêmicas ao longo de nossa formação em estética e cosméticos. A vivência possibilitou a aplicação prática de conceitos relacionados ao visagismo. Esses saberes foram colocados em práticas em um contexto real, e fora do ambiente acadêmico tradicional. A interdisciplinaridade se fez presente entre estética, saúde e bem estar. As técnicas de valorização do olhar e as manobras de relaxamento evidenciaram a contribuição da estética para o equilíbrio físico e emocional do público que foram atendidos.

5.3. Relacione os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade. (mínimo 5 e máximo 10 linhas)

Fatores positivos da atividade, destacam-se a boa perceptiva do público-alvo , o envolvimento dos participantes e a organização da nossa equipe academica durante o revezamento dos atendimentos de design de sobrancelhas e massagem. O apoio estrutural do espaço em que estavamos também contribuiu para que as ações fossem realizadas de maneira mais facil e satisfatória.

Fatores negativos, observou-se o tempo reduzido diante da elevada demanda de interessados, exigindo maior agilidade nos atendimentos. Além disso, foram necessárias adaptações imediatas, a fim de garantir melhor precisão nas técnicas aplicadas e maior conforto durante os procedimentos.

5.4. A atividade de extensão possibilitou a coleta de dados que tem potencial para possíveis publicações?

() Sim

(x) Não

Se sim na questão anterior vocês necessitam de apoio estatístico e/ou para redação e publicação oferecido pelo setor de pesquisa e extensão? Descreva abaixo suas necessidades.

5.5. Referências Bibliográficas

