

QUE TAL UM CHÁ? – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabriela Micherlandia dos Santos¹
Cynthia Lorena Teixeira de Araújo Lima²
Daline Fernandes de Souza Araújo³
Danielle Soares Bezerra⁴
Vanessa Teixeira de Lima Oliveira⁵

RESUMO

Desde que a Organização Mundial de Saúde declarou pandemia pelo novo coronavírus, Sars-CoV-2, o distanciamento social se mostrou ser uma das medidas mais eficientes para amenizar a propagação do vírus. Diante das orientações, diretrizes e decretos direcionados aos idosos para que permaneçam em casa, nestes afloraram o sentimento de solidão e a sensação de desamparo por seus entes familiares e pela rede de apoio, fazendo-se necessárias estratégias para o acolhimento desse grupo. O objetivo desse trabalho é relatar a experiência vivenciada por integrantes de um projeto de extensão da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN) em parceria com a Secretaria Municipal de Assistência Social de Santa Cruz, município do Rio Grande do Norte (RN) que visou a elaboração e divulgação de material educativo sobre “chás” voltado aos idosos, favorecendo a continuidade do cuidado e do acolhimento ao público-alvo. Foram elaborados *podcasts*, cartilha impressa e *cards* com a temática “chás”. Os *podcasts* foram veiculados nas rádios de Santa Cruz/RN, a cartilha impressa foi entregue aos idosos durante visitas domiciliares e os *cards* foram publicados na rede social *Instagram* da FACISA/UFRN. Os meios utilizados para compartilhar os materiais com a população idosa do município de Santa Cruz/RN proporcionaram resultados satisfatórios. Acolhemos e atendemos a uma demanda do município, contribuindo nesse momento de pandemia, com a assistência, o cuidado e a promoção de bem-estar e qualidade de vida para os idosos.

Palavras-chave: Chá, Envelhecimento Saudável, Relações Comunidade-Instituição.

INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, quando no mundo existiam mais de 118.000 casos diagnosticados em 114 países e 4.291 pessoas haviam perdido a vida por causa da Covid-19,

¹ Graduanda do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte – FACISA/UFRN, gm-gabriela@hotmail.com;

² Especialista em Nutrição Clínica pela Universidade Estácio de Sá, Nutricionista da Prefeitura Municipal de Santa Cruz-RN, cynthianutri2@gmail.com;

³ Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB, Docente Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte – FACISA/UFRN, dalinearaujo.da@gmail.com;

⁴ Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, Docente Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte – FACISA/UFRN dani_querubim@yahoo.com.br;

⁵ Professor orientador: Mestre em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, Docente Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/ Universidade Federal do Rio Grande do Norte – FACISA/UFRN, vanessatlima@uol.com.br.

assim designada a doença causada pelo novo coronavírus (Sars-CoV-2), e outras milhares lutavam pela sobrevivência em hospitais, o diretor-geral da Organização Mundial da Saúde (OMS), Tedros Adhanom, declarou pandemia pelo novo coronavírus, após a ocorrência de um surto do vírus na cidade de Wuhan, na República Popular da China, ter sido notificado à OMS em 31 de dezembro de 2019 (WHO, 2020; ZHU *et al.*, 2020).

No Brasil, em 26 de fevereiro de 2020, confirmou-se o primeiro caso da Covid-19. Tratava-se de um indivíduo idoso, do sexo masculino, residente em São Paulo (SP) que havia retornado de viagem à Itália. O vírus rapidamente se propagou, e em 17 de março um homem idoso, também residente em SP, que possuía diabetes e hipertensão, sem histórico de viagem ao exterior, veio a ser o primeiro a perder a vida por Covid-19 no país. Em 20 de março, o Ministério da Saúde do Brasil reconheceu a transmissão comunitária do coronavírus em todo o território nacional (BRASIL, 2020; CRODA; GARCIA, 2020).

Na inexistência de medicamentos e vacinas, assim como de imunidade prévia na população humana contra o vírus, intervenções não farmacológicas que são medidas de saúde pública de abrangência individual, ambiental e comunitária, foram implementadas com a finalidade de frear a disseminação do coronavírus (GARCIA; DUARTE, 2020). Tais medidas incluem a higienização das mãos, a etiqueta respiratória e a utilização de máscaras faciais; o isolamento de casos e medidas de distanciamento social, sendo aconselhado que a população circule nas ruas somente para a aquisição de alimentos e medicamentos ou à procura de assistência à saúde (AQUINO *et al.*, 2020).

Nesse contexto, os idosos passaram a ser designados como um dos grupos sociais mais susceptíveis a serem infectados pelo coronavírus. A imunossenescência explica essa vulnerabilidade, em que se caracteriza como um processo natural do envelhecimento e implica negativamente na capacidade do sistema imunológico se manifestar contra doenças infectocontagiosas, apresentando os piores prognósticos naqueles idosos com doenças crônicas (NUNES *et al.*, 2020).

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no Brasil existem mais de 28 milhões de idosos, o que representa 13% da população do país e que, nas próximas décadas, esse percentual tende a dobrar (IBGE, 2019). Diante das diversas orientações, diretrizes e decretos direcionados aos idosos para que permaneçam em distanciamento social, a heterogeneidade dos idosos brasileiros revela obstáculos em atender as recomendações, descortinando fragilidades, sobretudo familiares e de rede de apoio (HAMMERSCHMIDT; BONATELLI; CARVALHO, 2020).

Aflora-se no idoso, nesse momento de pandemia, o sentimento de solidão gerado pelo desamparo e exclusão da família e sociedade, principalmente, em decorrência das atitudes de ageísmo ou discriminação etária. Em vista disso, reforça-se que a “participação social e a integração dos idosos são aspectos importantes para o envelhecimento saudável” (ARGENTA *et al.*, 2020, p. 7).

Diante do contexto supracitado, o presente trabalho é resultado de uma experiência vivenciada por integrantes de um projeto de extensão da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN) em parceria com a Secretaria Municipal de Assistência Social (SMAS) de Santa Cruz-RN, município onde também está localizada a instituição de ensino. O projeto foi financiado, com bolsa de extensão, pela UFRN.

A ação de extensão teve por finalidade atender a uma demanda da SMAS do município, pois, visto que o distanciamento social impediu a realização de atividades presenciais com os idosos, a necessidade do cuidado e acolhimento desse público precisou ser continuado. À vista disso, foram elaborados *podcasts*, cartilha impressa e *cards* com a temática “chás”, na qual seria incluída atividade educativa com a participação presencial com os idosos, porém, inviabilizada de ocorrer em virtude da recomendação para o distanciamento social.

Os *podcasts* foram veiculados por duas rádios do município de Santa Cruz/RN, sendo essas, a rádio Santa Rita e a rádio Santa Cruz. Os profissionais da SMAS se responsabilizaram pela entrega da cartilha impressa, durante as visitas domiciliares, tomando os devidos cuidados para evitar a contaminação por coronavírus. Quanto aos *cards*, estes foram publicados na rede social *Instagram* da FACISA/UFRN. Assim, conseguimos, compartilhar informações com a comunidade, especialmente, com aqueles que possuem uma ampla afinidade, curiosidade e conhecimento empírico construído ao longo de gerações acerca dos chás.

Diante do cenário vivenciado em todo o mundo atualmente, ações de extensão universitária acolhedoras como esta contribuem de maneira relevante para o bem-estar dos idosos, atenuando as preocupações intensificadas nesse período pandêmico. A relação da universidade com a comunidade proporciona um conhecimento diferenciado, focalizado na sociedade que ganha, também; e sucede na melhoria da qualidade de vida (RODRIGUES *et al.*, 2013).

Portanto, o objetivo do presente trabalho é descrever uma experiência de extensão universitária vivenciada por integrantes do projeto de extensão “Envelhecendo com saúde e bem-estar: a nutrição como ferramenta para uma longevidade saudável” da FACISA/UFRN em parceria com a SMAS de Santa Cruz-RN, município onde também está situada a instituição de ensino.

METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho descritivo, do tipo relato de experiência vivenciado por graduandas, docentes, uma nutricionista servidora técnica do curso de nutrição da FACISA/UFRN e a nutricionista da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) de Santa Cruz-RN, município do Rio Grande do Norte (RN), no projeto de extensão “Envelhecendo com saúde e bem-estar: a nutrição como ferramenta para uma longevidade saudável” da FACISA/UFRN em parceria com a SMAS de Santa Cruz-RN, município onde também está situada a instituição de ensino.

A elaboração de materiais com a temática “chás” pautou-se por demanda já existente da SMAS, na qual seria incluída atividade educativa com a participação presencial do público de idosos, sendo este planejamento inicial afetado por causa da pandemia do novo coronavírus e a consequente necessidade de distanciamento social. Mesmo com a paralisação das atividades presenciais e em grupos, a necessidade de cuidar e acompanhar os idosos do município precisou ser continuada e, para isso, os profissionais de saúde (assistente social, nutricionista e psicólogo), com a aquisição dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI), passaram a realizar visitas domiciliares aos idosos para que, além de orientá-los sobre as medidas de prevenção contra a Covid-19, eles não se sentissem desassistidos no cenário pandêmico.

Nesse contexto, visando a manutenção do contato com o público, pensou-se em temática educativa que pudesse ser do interesse da população-alvo, chegando-se aos “chás”. Foram produzidos e divulgados, em rádios e mídias sociais, *podcasts* e *cards* sobre alguns dos diversos tipos de chás. Esta ação objetivou atingir o público em geral e mais especialmente os frequentadores dos grupos de socialização de idosos, promovidos pela SMAS, que antes da pandemia ocorriam nos bairros Paraíso e Centro do município. Importante ressaltar que visando as possíveis limitações do público-alvo no tocante ao manuseio de ferramentas/mídias digitais, uma cartilha foi impressa a pedido da SMAS, para que assim

também pudesse ser entregue aos idosos um material físico e de fácil manuseio sobre o assunto. Pensando-se também no alcance do público iletrado, após discussão temática ocorrida entre a equipe do projeto de extensão, os *podcasts* foram, além de divulgados nas mídias digitais/sociais, transmitidos na rádio do município.

Com a finalidade de atender a demanda do município, o desenvolvimento dos materiais educativos iniciou no mês de junho de 2020. As discussões do conteúdo dos materiais, foram realizadas online por meio de um grupo no aplicativo de comunicação *WhatsApp*.

Inicialmente, procurou-se identificar os chás mais comumente consumidos pela população do município e aqueles cujas plantas os idosos possuíam em suas casas. Essas informações foram obtidas por meio dos relatos dos idosos durante os encontros presenciais que ocorreram antes do isolamento social, e durante a discussão do grupo do projeto foram resgatadas pela nutricionista da SMS, sendo selecionados os chás de alecrim (*Rosmarinus officinallis*), alho (*Allium sativum*), boldo-do-chile (*Peumus boldus* Molina), camomila (*Matricaria recutita*), canela (*Cinnamomum verum*), capim-santo (*Cymbopogon citratus*), erva-doce (*Pimpinella anisum*) e sene (*Senna alexandrina*).

Em seguida, foi realizada a busca de informações na literatura científica sobre os referidos chás para que pudessem compor o conteúdo a ser abordado na gravação dos *podcasts* e no texto da cartilha. Para nortear a pesquisa na literatura, foram definidos: nome científico, nomes populares, indicação, contraindicação e modo de preparo. Além desses aspectos, procurou-se inserir dicas gerais sobre o consumo da bebida.

Após a finalização da pesquisa e escrita do texto, as docentes realizaram a revisão do conteúdo, e considerações ao texto foram realizadas para que contribuísse e facilitasse a leitura e escuta do conteúdo pelo público idoso. O texto escrito resultante da pesquisa foi adaptado para cada modelo de material a ser elaborado – cartilha, *cards* e *podcasts*.

A confecção da cartilha se deu por meio do *software Microsoft PowerPoint 2013*. O conteúdo verbal foi inserido e, além disso, imagens foram utilizadas com o intuito de gerar um material mais ilustrativo e didático que facilitasse a compreensão. Após a elaboração da cartilha, as docentes e nutricionistas avaliaram o texto adaptado, ajustando para linguagem verbal coloquial e visual do material, para maior clareza do conteúdo pelo público. Somente após segunda revisão, a apresentação foi salva em formato de PDF (*Portable Document Format*) e, encaminhada para impressão e entrega aos idosos pela SMAS.

A criação dos *cards* seguiu o mesmo processo da cartilha, diferenciando-se apenas no formato salvo, os quais foram convertidas para padrão JPEG (*Joint Photographic Experts Group*). Concluído o material, os *cards* foram publicados no *Instagram* da FACISA/UFRN.

A elaboração dos *podcasts* foi realizada por duas graduandas em Nutrição que, utilizaram o conteúdo adaptado para a gravar os áudios. Considerando que oito tipos de chás foram selecionados e que o material poderia se tornar demasiadamente extenso, percebeu-se a necessidade de produzir quatro *podcasts*, sendo apresentados os conteúdos de dois chás em cada um deles.

Os áudios foram gravados utilizando o aplicativo “gravador de voz” desenvolvido pela empresa de *softwares Splend Apps*. Finalizadas as gravações, os áudios foram compartilhados através do *WhatsApp* e, em seguida, foram compilados no *podcast* por meio do *site* “audio-joiner.com”, os transformando em uma faixa única. Os *podcasts* foram importados individualmente para o *software Audacity* para acrescentar efeitos sonoros e torná-los mais dinâmicos. Após a finalização da formatação, as docentes e nutricionistas avaliaram e aprovaram os materiais produzidos, sendo os mesmos encaminhados para as rádios de Santa Cruz/RN para que pudessem ser transmitidos para toda a população.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A cartilha, intitulada “Que Tal um Chá?” (Figura 1), foi entregue, durante o mês de agosto de 2020, pelos profissionais do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) do bairro Paraíso à 42 idosos. O CRAS Centro, distribuiu a cartilha para mais 80 idosos do município de Santa Cruz/RN, uma vez que este acolhe não somente os idosos do bairro Centro do município, mas também, de outros bairros e da zona rural.

Por cautela, considerando que o material poderia potencialmente ser um meio de disseminação do coronavírus, optou-se por deixá-lo sem manipulação durante 15 dias até que fosse entregue aos idosos. No momento da entrega, a cartilha que estava embalada em saco plástico, foi higienizada com álcool 70% e os profissionais utilizaram EPI como uma das medidas protetivas contra o coronavírus.

Figura 1 – Modelo impresso da cartilha “Que Tal um Chá?”



Fonte: Autoria própria.

Perante as inúmeras recomendações para permanecer em casa e orientações de cuidados, foram levadas aos idosos, informações sobre um tema gerado a partir dos encontros antes realizados pela SMAS, afastando-os das preocupações desdobradas e intensificadas pela pandemia. Assim, houve o cuidado durante a elaboração do material para que a linguagem, escrita e figuras utilizadas possibilitassem a clareza do conteúdo e facilitasse a interpretação das informações. Além disso, a cartilha foi desenvolvida de modo que também proporcionasse autonomia aos idosos ao ler o conteúdo.

Sales e colaboradores (2013, p. 1) descrevem que dentre os problemas sociais brasileiros, “está a dificuldade de acesso às tecnologias da informação e comunicação, como computadores e, por extensão, internet, por exemplo. Presente em todas as faixas etárias, (...) tende a se agravar ainda mais com a perspectiva de crescimento da população idosa”. Desse modo, nota-se que a elaboração de um material didático impresso contribui para o processo educativo e de inclusão dos idosos que possuem dificuldades de acesso ou apresentam a inabilidade de manuseio das tecnologias de informação e comunicação.

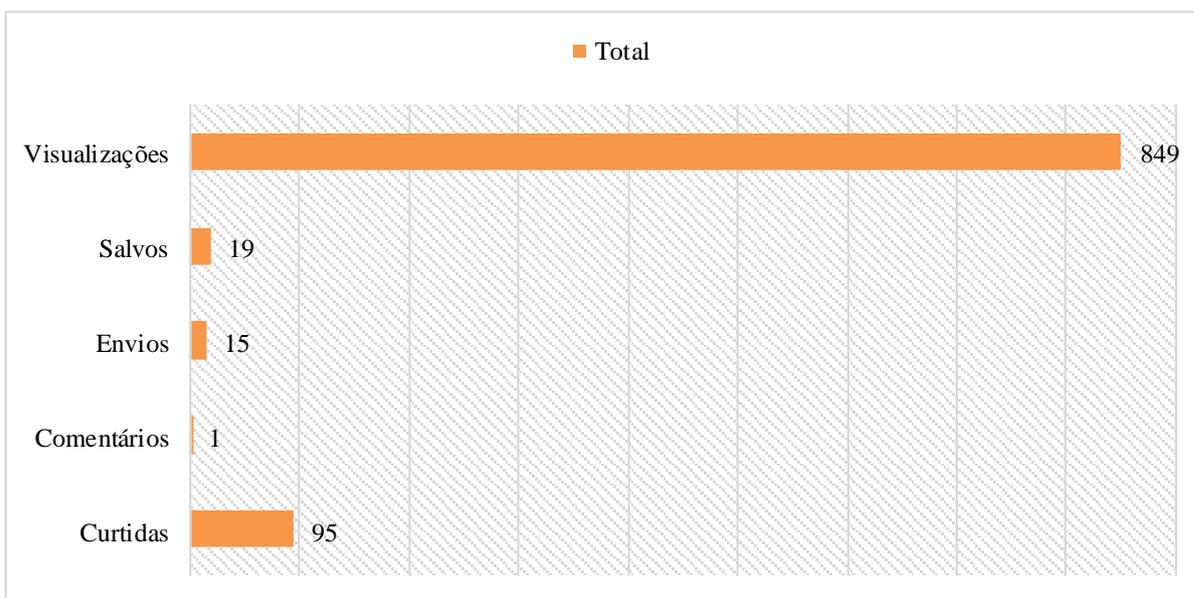
No entanto, devemos aniquilar o estereótipo do idoso incapaz de manusear às tecnologias. Pereira *et al.* (2019), em um estudo com 50 idosos participantes de um programa de extensão universitária, verificaram que os idosos utilizavam computador e/ou *tablet*, sendo que, a maioria (n = 29) faziam o uso apenas do celular, porém, não os utilizavam na amplitude

de atividades que poderiam ser realizadas mas, demonstraram interesse em utilizá-los. Os autores reforçam a necessidade de projetos de inclusão digital para idosos que desmistifiquem e exercitem o uso de novas tecnologias, proporcionando uma melhor convivência de idosos na sociedade moderna.

Os profissionais envolvidos na entrega dos materiais comunicaram que aqueles idosos iletrados relataram que iriam solicitar a algum parente para realizar a leitura da cartilha para tomar conhecimento do conteúdo. Independente do indivíduo ser letrado ou iletrado, a cartilha impressa opera como um recurso disponível que pode ser consultado sempre quando for preciso se informar, estando ao alcance do indivíduo e/ou familiares. O contentamento dos idosos ao receber a visita domiciliar e a cartilha foi percebido pelos profissionais. Logo, reconhecemos a importância da ação realizada que, diante da realidade atual, se mostrou significativa ao público-alvo.

Os cards elaborados no *software Microsoft PowerPoint 2013* resultaram em dez, sendo a divulgação realizada no dia 26 de junho de 2020 na rede social *Instagram* da FACISA/UFRN que, no final de agosto, possuía 2.725 seguidores. As informações do total de curtidas, comentários, envios, salvos e visualizações estão apresentadas na Figura 2:

Figura 2 – Informações da publicação dos cards no Instagram.



Fonte: Autoria própria.

Apesar do expressivo número de seguidores na página, vemos que os dados da publicação não apresentaram grande êxito. No entanto, esses resultados podem ser justificados em decorrência do perfil dos seguidores que, na sua maioria, são jovens e, provavelmente, não possuem interesse na temática desenvolvidas nos cards.

O relatório *Digital in 2018*, elaborado pelas empresas *We Are Social* e *Hootsuite* mostra que os brasileiros ficam conectados, em média, três horas por dia nas redes sociais, sendo o *Instagram* a preferida (HOOSUITE, 2018). Em um levantamento realizado pela Cuponation (2019), o *Instagram* se apresenta como a rede social favorita por cerca de 47% dos jovens brasileiros com 17 a 25 anos de idade. Dellarmelin, Balbinot e Froemming (2017), em uma pesquisa com 191 idosos com idade entre 60 e 69 anos, verificaram que o *Facebook* é a rede social mais utilizada pelos entrevistados (94,74%), seguida do *WhatsApp* (85,79%), *Instagram* e *Twitter* na mesma proporção estatística (12,64%) e *SnapChat* (2,64%). Portanto, esses dados corroboram, em parte, com o argumento mencionado.

Quanto aos quatro *podcasts* produzidos (Tabela 1), estes foram transmitidos no período de julho à agosto, no turno matutino, na rádio Santa Rita, no programa “Muito +, Momento EnvelheSer”; e na rádio Santa Cruz, no programa “Super Manhã”. Ambas as rádios são do município de Santa Cruz/RN.

Tabela 1 – Organização dos *podcasts* quanto ao conteúdo e duração do áudio.

PODCASTS	Podcast 1: Chás de alecrim (<i>Rosmarinus officinalis</i>) e capim-santo (<i>Cymbopogon citratus</i>)	Podcast 2: Chás de boldo-do-chile (<i>Peumus boldus</i> Molina) e erva-doce (<i>Pimpinella anisum</i>)	Podcast 3: Chás de camomila (<i>Matricaria recutita</i>) e sene (<i>Senna alexandrina</i>)	Podcast 4: Chás de alho (<i>Allium sativum</i>) e canela (<i>Cinnamomum verum</i>)
DURAÇÃO DO ÁUDIO	4min39s	5min42s	4min33s	4min34s

Fonte: Autoria própria.

Embora não dispomos de resultados quantitativos ou estatísticos, sabemos que o rádio ainda é um meio de comunicação presente no cotidiano da população brasileira. A Pesquisa Brasileira de Mídia realizada pela Secretaria de Comunicação Social da Presidência da República (SECOM) em 2016, com 15.050 entrevistados de todas as Unidades Federativas, tendo a maioria idade igual ou maior a 55 anos (24%), mostra que o rádio (7%) é o terceiro meio de comunicação mais usado com frequência pelos brasileiros, atrás da TV (63%) e internet (26%). Cerca de dois em cada três entrevistados declararam ouvir rádio, sendo que por volta da metade destes o faz todos os dias. Os aparelhos de rádio tradicionais são a principal forma de acesso, especialmente por meio da Frequência Modulada (BRASIL, 2016).

A proposta para que os *podcasts* fossem veiculados nas rádios do município de Santa Cruz/RN, se deu pelo fato do uso desse meio de comunicação ser recorrente no município e, pela estreita participação no dia a dia dos idosos. Para este grupo, o rádio foi por muito tempo o único veículo de comunicação que, hoje, se guarda músicas marcantes e recordações de eventos que ocorriam em outras localidades (MARTINS; PINHEIRO, 2012). Nessa perspectiva, o rádio possui um elo enriquecedor de comunicação e relação afetuosa na vida do idoso.

Diante do contexto em que o mundo vive atualmente, vemos que a extensão universitária, por sua vez, possui importante papel às contribuições que pode trazer à sociedade (RODRIGUES *et al.*, 2013). Através da ação realizada pelo projeto de extensão “Envelhecendo com saúde e bem-estar: a nutrição como ferramenta para uma longevidade saudável”, suprimos uma demanda da SMAS do município de Santa Cruz/RN e trocamos o nosso saber acadêmico com aqueles que possuem amplo conhecimento empírico sobre os chás construídos ao longo de gerações.

Além disso, sabendo que o desamparo à pessoa idosa pode provocar uma reação emocional de insatisfação fomentada pela inexistência ou distanciamento das relações significativas, o que pode contribuir para o declínio mental, depressão e até mesmo tentativas de suicídio (ARGENTA *et al.*, 2020), contribuímos com um dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especificamente, o ODS 3 que diz “assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades” (UN, 2015). Acrescenta-se que, o distanciamento social no cenário pandêmico não deve implicar no abandono do idoso, pelo contrário, é o momento em que o idoso precisa da sua rede de apoio, sentindo-se acolhido e protegido (ARGENTA *et al.*, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao finalizar a ação de extensão, concluímos que os meios utilizados para compartilhar os materiais elaborados com a população idosa do município de Santa Cruz/RN proporcionaram resultados satisfatórios. Por meio da extensão universitária, acolhemos e atendemos a uma demanda do município, contribuindo nesse momento de pandemia com a assistência, o cuidado e a promoção de bem-estar e qualidade de vida para os idosos. Logo, a ação nos provoca a refletir sobre as fragilidades presentes no dia a dia da pessoa idosa, sobretudo, da ausência de relações familiares e da rede apoio, fazendo-se necessária a

realização de ações que fortaleçam estes laços e que, também, propiciem autonomia nas escolhas e vivências dos idosos.

AGRADECIMENTOS

Aos idosos do município de Santa Cruz/RN e a Secretaria Municipal de Assistência Social de Santa Cruz/RN pelo apoio.

REFERÊNCIAS

AQUINO, E. M. L. *et al.* Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, p. 2425, jun. 2020.

ARGENTA, C. *et al.* Distanciamento social do idoso saudável durante a pandemia covid-19: possibilidades e desafios. In: SANTANA, R. S. *et al.* **Enfermagem gerontológica no cuidado do idoso em tempo da Covid-19**. E-book. Série Enfermagem e Pandemias. Brasília: ABen/DCEG, 2020. cap. I. p. 7.

BRASIL. Secretária de Comunicação Social. **Pesquisa Brasileira de Mídia - 2016**. Secretaria Especial de Comunicação Social. Secretaria de Governo, Presidência da República. Brasília, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Ministério da Saúde declara transmissão comunitária nacional**. 2020. Disponível em: <<http://saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46568-ministerio-da-saude-declara-transmissao-comunitaria-nacional>>. Acesso em: 22 de ago. 2020.

COPUNATION. **Instagram - 2019**: estudo mostra quantas horas os jovens passam na rede social. 2019. Disponível em: <<https://www.cuponation.com.br/insights/instagram-2019>>. Acesso em: 13 set. 2020.

CRODA, J. H. R.; GARCIA, L. P. Resposta imediata da Vigilância em Saúde à epidemia da COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 1, mar. 2020.

DELLARMELIN, M. L.; BALBINOT, V. A.; FROEMMING, L. M. S. Análise do comportamento e utilização das redes sociais pelos idosos. **Revista Sociais & Humanas**, Santa Maria, v. 30, n. 1, p. 180-181. 2017.

GARCIA, L. P.; DUARTE, E. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29, n. 2, p. 1, abr. 2020.

HAMMERSCHMIDT, K. S. A.; BONATELLI, L. C. S.; CARVALHO, A. A. Caminho da esperança nas relações envolvendo os idosos: olhar da complexidade sob pandemia do COVID-19. **Texto & Contexto Enfermagem**, Santa Catarina, np. mai. 2020.

HOOSUITE. **Digital in 2018**. 2018. Disponível em: < <https://hootsuite.com/pt/pages/digital-in-2018>>. Acesso em: 13 set. 2020.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Idosos indicam caminhos para uma melhor idade**. 2019. Disponível em: <<https://censo2020.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade.html>>. Acesso em: 04 set. 2020.

MARTINS, J.; PINHEIRO, J. A relação afetiva do idoso com o rádio: histórias e lembranças. **Revista Temática**, João Pessoa, v. 8, n. 3, n.p. mar. 2012.

NUNES, V. M. A. *et al.* **COVID-19 e o cuidado de idosos**: recomendações para instituições de longa permanência. Natal: EDUFRN. 2020.

PEREIRA, M. M. R. *et al.* Utilização de dispositivos móveis por idosos de um Programa de Extensão Universitária. **Revista Novas Tecnologias na Educação**, Porto Alegre, v. 15, n. 3, p. 94-99. 2019.

RODRIGUES, A. L. L. *et al.* Contribuições da extensão universitária na sociedade. **Cadernos de Graduação – Ciências Humanas e Sociais**, Aracaju, v. 1, n. 16, p. 142, mar. 2013.

UN. **Addis Ababa Action Agenda of the Third International Conference on Financing for Development. Outcome of the conference**, 2015. Disponível em: < https://unctad.org/meetings/en/SessionalDocuments/ares69d313_en.pdf>. Acesso em: 14 set. 2020.

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020**. 2020. Disponível em: < <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>>. Acesso em: 22 ago. 2020.

ZHU, N. *et al.* A novel Coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. **The New England Journal of Medicine**, v. 382, n. 8, p. 727, fev. 2020.