

# AS TDICS COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO AOS IDOSOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO - RELATO DE EXPERIÊNCIA

## **RICARLly ALMEIDA DE FARIAS**

Graduando pelo Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, ricarly.raf@gmail.com;

## **KELLY JAIANE DO NASCIMENTO PEREIRA SAMPAIO**

Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, kellyjaiane.kj@gmail.com;

## **VÂNIA MARIA OLIVEIRA DE FARIAS**

Especialista do Curso de Serviço Social da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, vmofas@hotmail.com;

## **RENATA CARDOSO ROCHA MADRUGA**

Doutora do Curso de Odontologia da Universidade de Pernambuco - UPE, renata-cardosorochamadruga@gmail.com, coautor3@email.com;

## RESUMO

A pandemia da COVID-19 dentre os muitos danos causados à população mundial, afetou vertiginosamente o bem-estar físico e mental dos idosos, havendo a necessidade de maior adesão do grupo ao distanciamento social recomendado pela Organização Mundial de Saúde. A importância de cuidados voltados para a promoção da saúde e prevenção de doenças, por meio da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) e da Política Nacional de Humanização, tendo como uma das ferramentas as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação TDICs (whatsapp, outras redes sociais) utilização de atividades lúdicas, se tornou ainda maior. Por isso, a manutenção e continuidade dos projetos de extensão com este grupo etário foram tão necessárias. Esse Relato de Experiência tem como objetivo descrever as vivências readaptadas de graduandos de diversos cursos da área de saúde e comunicação social (jornalismo) no projeto de extensão da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade no período da pandemia. Buscou-se, dessa forma, suprir as necessidades em saúde existentes, fornecendo informações e cuidados para a comunidade de uma das Unidades Básicas de Saúde da Família (UBSF) do município de Campina Grande -PB. O projeto também ofertou aos graduandos a experiência do trabalho humanizado no sistema de saúde público. Observou-se que a partir das atividades realizadas, houve a criação do vínculo entre a comunidade e estudantes, além de ter aumentado o interesse dos idosos acerca de assuntos relacionados, empoderando-os e buscando promover a saúde em um contexto tão desafiador.

**Palavras-chave:** Pandemia COVID-19, Promoção da Saúde, Educação em Saúde, Atenção Primária à Saúde, Saúde do idoso.

## INTRODUÇÃO

O novo coronavírus, designado como Corona Virus Disease-19 (COVID-19), teve seu primeiro caso notificado em Wuhan, na China, no dia 31 de dezembro de 2019 e foi declarada a Pandemia Mundial no dia 11 de março de 2020. A doença causada por esse vírus, provoca infecção aguda, não há estado crônico de infecção e os seres humanos não são seus hospedeiros naturais. Em média de 2 a 4 semanas, o vírus é eliminado pelo corpo humano e se ele não encontrar hospedeiro, a doença encerra-se; deste modo, o sucesso do combate depende da inflexão da pandemia (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

Dessa maneira, pesquisas demonstraram que o risco de morrer de COVID-19 aumenta com a idade, já que a maioria das mortes ocorrem em idosos, especialmente aqueles com doenças crônicas. A imunossenescência aumenta a vulnerabilidade às doenças infectocontagiosas e os prognósticos para aqueles com doenças crônicas são desfavoráveis (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

Desse modo, vale salientar, que nas últimas décadas, o envelhecimento populacional foi marcado pelo aumento da expectativa de vida e redução das taxas de natalidade e mortalidade na maioria dos países do mundo. Houve crescimento da quantidade de idosos com 80 anos ou mais, sendo uma etapa vulnerável do ponto de vista social e da saúde física e mental, principalmente em um momento onde está presente uma pandemia (FREEDOM; NICOLLE, 2020).

Por isso, reconhecendo a existência de todos esses problemas e que durante a pandemia, se intensificaram, verificou-se que as políticas de enfrentamento à pandemia tiveram de considerar as evidências acumuladas pelos que estudam envelhecimento, desenvolvendo diretrizes voltadas às necessidades dos idosos institucionalizados e aos mais fragilizados, considerando as limitações da infraestrutura formal de serviços e a ausência de cuidados integrados (KALACHE et al, 2019).

Nessa perspectiva, a política nacional de saúde do idoso se mostrou cada vez mais importante, propagando a promoção do envelhecimento saudável, aprimorando o cuidado da capacidade funcional dos idosos, recobrando a saúde dos que adoeceram e regenerando aqueles que venham a ter sua capacidade funcional restringida, de

modo a garantir-lhes continuação no meio em que vivem, realizando de forma independente suas funções na sociedade (TÀNNUS et al, 2017).

Dessa forma, compreendendo-se a importância de compartilhar experiências exitosas, esse trabalho busca descrever, através de um Relato de Experiência, as vivências de graduandos de diversos cursos a partir do projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade durante o período de pandemia. Desse modo, busca-se contemplar a relação ensino/extensão com práticas de promoção de saúde, tendo como base as atividades educativas, interativas e lúdicas, com o objetivo de trocar conhecimento com a comunidade, e para os graduandos, a experiência de vivenciar estratégias de promoção da saúde e humanização transformadoras para formação.

## METODOLOGIA

O projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade é desenvolvido pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), campus I e tem como proposta metodológica e de ação a integração da pesquisa e extensão, em que este, através do desenvolvimento de atividades educativas de saúde para a comunidade, busca promover o envelhecimento saudável e empoderamento social dos idosos ao abordar temáticas importantes para o processo do envelhecimento. Este artigo refere-se a um relato de experiência do projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade, uma parceria de vários cursos de saúde e comunicação social (jornalismo) da Universidade Estadual da Paraíba com a Secretaria de Saúde do município de Campina Grande - PB. Esse projeto tem como objetivo, proporcionar oportunidades de desenvolver medidas educativas em saúde, que contribuam para a melhoria da qualidade de vida de idosos que participam de uma Unidade Básica de Saúde do bairro Cinza na cidade de Campina Grande-PB, aperfeiçoando as medidas educativas em saúde, tangendo o direito à prevenção e promoção da saúde. Graduandos de Odontologia, Enfermagem, Fisioterapia, Farmácia, Psicologia, Educação Física, Jornalismo e Serviço Social compõem a equipe interprofissional e realizam atividades e dinâmicas, abordando temáticas selecionadas quinzenalmente (Cuidados de Higiene relativos à Covid-19; Valorização à Vida; Alimentação saudável, entre outros) de

forma dinâmica e de fácil entendimento, adequando-se a linguagem ao público presente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo principal deste projeto é estimular os graduandos de diferentes cursos no trabalho humanizado em saúde, contribuindo com a melhoria da qualidade de vida de idosos em uma Unidade Básica de Saúde da Família com cobertura de Equipe de Saúde Bucal no município de Campina Grande – PB, proporcionando a oportunidade de aperfeiçoar o desenvolvimento de medidas educativas em saúde. Assim, é almejado que a criatividade e a habilidade do trabalho integral e interprofissional sejam desenvolvidas na prática dos extensionistas, permitindo uma formação em consonância às Diretrizes Curriculares dos cursos da saúde.

Ademais, com o desenvolvimento do projeto, busca-se motivar e capacitar os idosos a serem agentes multiplicadores de saúde ao realizar trocas de conhecimento, bem como permitir uma maior integração dos demais profissionais de saúde através da inserção dos extensionistas no ambiente da Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF).

O projeto teve início no ano de 2016, com a realização de suas atividades na UBSF Conceição, contando com a atuação de 23 estudantes dos cursos de Odontologia e Enfermagem. Nesse período, foram realizadas ações com 111 idosos adstritos à unidade. Já em 2017, observou-se a importância da inclusão de mais cursos para contemplar de forma efetiva os objetivos interdisciplinares do projeto. Assim, contou com a presença de 29 estudantes dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Odontologia, Psicologia e Direito. Além disso, contou com a ampliação das ações, incluindo também, a UBSF Bonald Filho, onde se tornou o local em que as ações foram desenvolvidas até o ano de 2019, alcançando, nesse período, 137 idosos.

Cursos	2020-21
Odontologia	2
Enfermagem	5
Psicologia	5
Farmácia	2
Educação Física	2

Cursos	2020-21
Serviço Social	2
Fisioterapia	7
Jornalismo	4
<b>Total</b>	<b>29</b>

**Fonte:** Elaborado pelos autores

Mas foram nos anos de 2020 e 2021, que o projeto teve de passar por uma maior reestruturação, diante do impacto da pandemia COVID-19, a qual trouxe a vivência de uma situação de emergência, tiveram de ser mudadas as rotinas, hábitos de toda a população, inclusive do público idoso, visto que, no início da pandemia, pesquisas mostravam que o risco de mortalidade relacionada a COVID-19 aumenta com a idade, especialmente aqueles com doenças crônicas, pois a imunossenescência aumenta a vulnerabilidade às doenças infecto-contagiosas e os prognósticos para aqueles com doenças crônicas são desfavoráveis.

Diante destas mudanças, aliadas ao distanciamento social, que promove o isolamento, a pessoa idosa precisou lidar com as emoções, necessitando-se manter ativos com atividades que preservem o seu bem-estar, uma vez que este está relacionado à saúde física, psíquica e social.

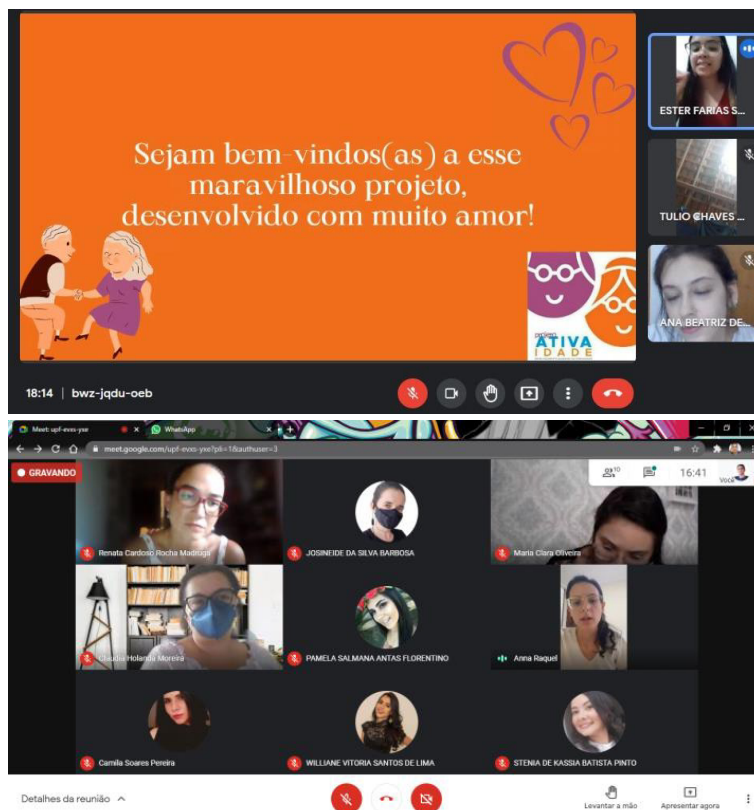
Dessa forma, por meio da plataforma Google Meet, reuniões quinzenais tiveram de ser realizadas com a equipe do projeto, sendo combinados os planejamentos das ações, além do compartilhamento dos feedbacks das ligações e outros tipos de contatos realizados, traçando a melhor forma que devem ocorrer as próximas (Fig. 1).

**Figura 1.** Realização da primeira reunião remota no dia 22 de abril de 2020



Outra etapa importante do projeto que teve de passar pelo processo de adaptação, foi a acolhida dos novos integrantes, processo extremamente importante para a apresentação dos novos extensionistas e reconhecimento dos mesmos. Dessa forma, a realização de dinâmicas, as quais permitem a integração dos novatos com os veteranos, que aconteciam de forma presencial, tiveram de ser alteradas para o formato remoto (Fig. 2 e Fig. 3).

**Figuras 2 e 3.** Readaptação remota das acolhidas aos extensionistas



Levando em consideração a evolução das Tecnologias Digitais de Informação e da Comunicação (TDICs), foi possível durante a pandemia que boa parte dos idosos pudessem ter acesso à informação, o que fez com que o projeto introduzisse em suas atividades, ligações telefônicas que podiam ser realizadas por meio de redes sociais ou não (Fig. 4).

Dessa forma, pôde-se perceber a importância dos contatos telefônicos convencionais e por meio de aplicativos, pois foi por meio destes que os idosos receberam os conteúdos educativos, informativos, sendo respondidos através de importantes mensagens, como a de uma idosa J.C.C. que nos relatou: "A pandemia é uma situação muito triste e o distanciamento social piorou, gostaria que as pessoas diminuíssem o uso dos celulares e se vissem mais pessoalmente, principalmente os jovens, que sejam mais atenciosos como vocês", além de outros idosos que nos relataram a importância das ligações nas



suas recuperações: “Tenho conversado com as minhas filhas sobre nosso contato, além do luto e depressão que tive, gostaria de dizer que a nossa conversa tem me ajudado bastante”.

Ademais, no decorrer das dinâmicas das ligações, também foram compartilhadas situações que as participantes já vivenciaram, dentre as quais, percebeu-se que alguns idosos têm dificuldade na leitura de mensagens de textos e só respondiam através de chamadas de voz, fazendo com que a equipe se adaptasse a demanda, visto que importantes informações precisavam ser repassadas, além disso percebeu-se que durante a pandemia a frequência de ida dos idosos aos centros de saúde foi drasticamente diminuída, tendo como consequência a redução na vigilância em saúde e acompanhamento destes. Portanto, as tecnologias digitais de informação e comunicação cooperaram ao máximo para mitigar os desafios que foram maximizados nessa situação ímpar.

**Figura 4.** Chamada de vídeo entre uma extensionista e sua idosa



Assim, percebe-se o fortalecimento do cuidado em saúde prestado aos idosos e da qualificação dos futuros profissionais para uma atuação humanizada, integrativa e interprofissional, visto que, durante um período tão difícil, onde os idosos se encontravam em isolamento e recomendados a permanecerem a maior parte do tempo longe de suas atividades sociais, o projeto Ativa Idade se mostrou muito importante, sendo uma ponte entre informação de saúde a ser repassada pelo extensionistas e os idosos, conectando remotamente ambos separados fisicamente.

Vale salientar também, que o whatsapp tem sido uma ferramenta bastante utilizada para disparar e confeccionar os posts para as mídias no perfil do projeto no instagram, marcação de reuniões e exposição dos retornos dos idosos as ligações, compartilhando também com as ACSs e a equipe da unidade básica.

Portanto, vê-se que as tecnologias se tornaram uma estratégia fundamental para o desenvolvimento desse projeto em um momento tão atípico, revelando depoimentos como esse que relatamos anteriormente, onde o distanciamento social acabou agravando um dos problemas que mais afetam os idosos, a solidão e por meio dessas ferramentas digitais, a equipe do projeto Ativa Idade tentou mitigá-los, proporcionando oportunidades para uma qualidade de vida melhor e compatível com que merecem.

Outra mídia social utilizada pela equipe do Ativa Idade foi o Instagram, pois foi por meio desta, que lives e posts acerca de datas comemorativas, como dia mundial da saúde, das mães, do jornalista, farmacêutico, além de campanhas mensais como o março lilás, setembro amarelo e informações gerais de promoção à saúde, foram lembradas, confeccionadas e publicadas (Fig. 5 e Fig. 6).

Figuras 5 e 6. Divulgação e realização da live



Foi por meio da live que percebeu-se que é preciso que haja melhor qualificação dos profissionais que lidam diretamente com os idosos para que o cuidado e a proteção de pessoas pertencentes a essa faixa etária sejam realmente eficazes. Além de que como solução para a problemática ética, buscando maior conscientização e sensibilização da sociedade, devido ao aumento do número de denúncias, a mídia deve expor mais o tema de violência contra idosos. Pois, dessa forma, é importante que mais campanhas publicitárias sejam desenvolvidas focalizando essa temática, com vistas a sensibilizar a sociedade

quanto ao envelhecimento da população e aos cuidados que os idosos precisam.

**Figuras 7 a 18.** Posts nas rede sociais



O desenvolvimento deste projeto de extensão, visou ultrapassar a ideia da assistência meramente curativa e, ao mesmo tempo, olhando o idoso como um ser multidimensional, mostrou-se de bastante importância ao se observar que muitos problemas desencadeados nesta idade são consequências de escassa informação e de acompanhamento quanto às formas de prevenção. Assim, a sua realização garante a disseminação de ideais e práticas que visam o desenvolvimento de um olhar mais crítico e humanizado pelos profissionais da saúde quanto às abordagens que devem ser executadas e os métodos eficazes para isso.

Ao longo das ações, observou-se a necessidade de discutir sobre os temas “envelhecimento, limites e possibilidades” e “alterações osteoarticulares”, discutindo sobre o que é o envelhecimento e as limitações que traz para o indivíduo, mas enfatizando as possibilidades existentes para a qualidade de vida do idoso. Assim, buscou-se trocar informações sobre as causas das alterações osteoarticulares, as consequências e tratamento, além de enfatizar a importância de todo um conjunto de condições preventivas, permitindo a retomada das temáticas sobre atividade física, alimentação saudável e exercícios cognitivos.

Dessa forma, viu-se que a interação com os idosos e o público em geral teve de ser readaptada, pois só assim foi possível orientar sobre os tipos de alimentos e seus níveis de açúcar e sal, além da hipertensão, câncer oral, diabetes, entre outros assuntos. A explanação desses temas a partir de posts lúdicos, permitiram a melhor visualização dos cuidados que precisam ter ao consumir alimento, exercitarem, entre outros, tornando a discussão mais real.

Além disso, foi por meio das redes sociais que o projeto arrecadou fundos para a aquisição de equipamentos que auxiliem no desenvolvimento de atividades, seja por meio de bazar ou por sorteio de cesta básica (Fig. 19, Fig. 20 e Fig. 21).

**Figuras 19, 20 e 21.** Sorteio da cesta básica



Dessa forma, foi possível verificar que os extensionistas aprendem na mesma medida que ensinam, por meio de atividades que valorizam a humanização, empatia e empoderamento. Conseqüentemente, a participação em premiações, como a do concurso como “Meu Projeto em 3 Minutos” coroa todo o esforço, desenvolvimento e busca pela promoção em saúde durante a pandemia, partindo do processo de ensino-aprendizagem (Fig. 22).

**Figuras 22.** Participação do concurso “Meu projeto em 3 minutos”

### “Meu Projeto em 3 Minutos”

Vídeo Selecionado para a 2ª etapa do Concurso de Divulgação do Conhecimento Científico da UEPB



Vale salientar, que os extensionistas apresentaram trabalhos que mostraram os resultados do projeto Ativa Idade em congressos

nacionais e internacionais. Variando de relatos que contam a importância das tecnologias durante todo processo de realização de atividades, até a importância do projeto no seu desenvolvimento profissional e pessoal (Fig. 23).

**Figuras 23.** Alguns dos trabalhos aceitos e publicados em congressos

The figure displays four author profiles in a vertical list, each with a portrait photo, a name label, and a title of their work. The profiles are as follows:

- ANNA RAQUEL ANDRADE GONZAGA**: "A EDUCAÇÃO INTERPROFISSIONAL EM SAÚDE - RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA COM O PÚBLICO IDOSO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 "
- JOSINEIDE DA SILVA BARBOSA**: "A COMUNICAÇÃO E A INTERPROFISSIONALIDADE NAS MÍDIAS SOCIAIS - RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO ATIVA IDADE ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA COMUNIDADE"
- MARIA APARECIDA BARBOSA ANDRADE SILVA**: "IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DO IDOSO - RELATO DE UM EXTENSIONISTA ATIVA IDADE - UEPB"
- MARIA CLARA DA COSTA OLIVEIRA**: "PROJETO ATIVA IDADE - ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA COMUNIDADE - CUIDADO AOS IDOSOS POR MEIOS DIGITAIS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19"



Portanto, as tecnologias se tornaram uma estratégia fundamental para o desenvolvimento desse projeto em um momento tão atípico, revelando depoimentos como esse que relatamos anteriormente, onde o distanciamento social acabou agravando um dos problemas que mais afetam os idosos, a solidão e por meio dessas ferramentas digitais, a equipe do projeto Ativa Idade tentou mitigá-los, proporcionando oportunidades para uma qualidade de vida melhor e compatível com que merecem.

Vale salientar, que cada vez mais as chamadas "novas tecnologias" estão presentes no cotidiano das pessoas. As ditas "novas tecnologias", que para alguns são identificadas como as "tecnologias da informação e da comunicação", estão imprimindo mudanças inesperadas na sociedade atual em todas as esferas da estrutura social, política, econômica, jurídica e do trabalho.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notória a importância de cada ação do Projeto de Extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade para a comunidade idosa, contribuindo para a troca de conhecimento sobre a saúde sistêmica e um aprofundamento sobre os cuidados em saúde bucal, além



de trabalhar temas relacionados à prevenção de agravos em saúde. Mais do que um momento de troca de saberes, há humanização e criação de vínculos afetivos, dando

àqueles o que muitas vezes lhes falta em seu cotidiano: atenção e cuidado. Com a reciprocidade entre extensionistas e o público-alvo (idosos), os objetivos esperados estão sendo alcançados e superados ao permitir o empoderamento de cada um sobre a sua saúde.

As TDICs (Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação) se mostraram uma importante ferramenta durante a pandemia para a promoção de saúde aos idosos no bairro do cinza, com o cuidado centrado no usuário, visando diminuir a distância entre a universidade e comunidade, além de estimular o processo de aprendizagem compartilhada, tão necessária para o desenvolvimento de habilidades indispensáveis para a prática colaborativa. Desta maneira, entende-se a importância desse projeto de extensão, que vem sendo desenvolvido há cerca de 6 anos, baseado em ações de promoção à saúde e prevenção das principais doenças que acometem os idosos das comunidades assistidas. É notória a importância da atuação diante da população. Mais do que um repasse de conhecimentos, há humanização e criação de vínculos afetivos, como podem ser vistos no relato citado, onde as idosas desenvolvem uma afetividade imensa em relação aos extensionistas - chegando a lhes chamarem de netos

## REFERÊNCIAS

FARIAS, R.A.; SANTOS, A.S.S.; FILHO, A.V.S.; BARRIOS, G.M.; MADRUGA, R.C.R.M. RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE EXTENSÃO: ATIVAIDADE – ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA COMUNIDADE.

FREEDMAN, A.; NICOLLE J.. Social isolation and loneliness: the new geriatric giants Approach for primary care. **Can Fam Physician** 2020; 66(3):176-182.

HAMMERSCHMIDT, K.S.A.; SANTANA, R.F. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare enfermagem**, v. 25, 2020.

KALACHE, A.; SILVA, A.; GIACOMIN, K, C.; LIMA, K. C.; RAMOS, L. R.; LOUVISON, M.; VERAS, R.. Envelhecimento e desigualdades: políticas de

proteção social aos idosos em função da pandemia Covid-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 23, 2020.

LOBO, A.S.M.; MAIA, L.C.G.. O uso das TICs como ferramenta de ensino -aprendizagem no Ensino Superior. **Caderno de Geografia**, v. 25, n. 44, p. 16-26, 2015.

TÁNNUS, R. A.; OLIVEIRA, M. C.; AVELAR, G.; SILVA, N. V.; ALMEIDA, A. L.; SILVA, L. F.; SOUSA, M. T.. Envelhecimento Saudável – Promoção de Saúde. In: **Anais do Congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão da UEG (CEPE)**. 2017.