

O MEIO DIGITAL COMO ALTERNATIVA REMOTA PARA PROMOVER A SAÚDE CARDIOVASCULAR DE ESCOLARES EM ATIVIDADES DE EXTENSÃO

Emiliana Bezerra Gomes*

Célida Juliana de Oliveira**

Ana Camila Gonçalves Leonel***

Antonia Elizangela Alves Moreira****

Gabriela Sousa de Lima*****

Maria Eduarda Oliveira de Alencar*****

RESUMO

Objetivo: relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem no desenvolvimento de ações de extensão para promoção da saúde cardiovascular de escolares no contexto do isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19. Metodologia: estudo descritivo do tipo relato de experiência realizado no período de abril a novembro de 2020. As ações foram realizadas por uma bolsista de extensão e duas voluntárias do projeto Cuide do/e coração, todas membro do GPESCC/URCA. Resultados: Diante do isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19 e a necessidade de continuidade das ações de promoção da saúde cardiovascular dos escolares, surgiram as redes sociais *Instagram®*, *Facebook®* e *WhatsApp®* como alternativas atrativas aos jovens e viáveis à educação em saúde. O planejamento e acompanhamento das atividades foram debatidas semanalmente entre coordenadoras, bolsista e voluntárias do referido projeto de extensão, uma oportunidade de aprendizado no gerenciamento do cuidado, monitoramento, intervenção educativa em saúde, avaliação, comunicação, trabalho em equipe e com reorientação. O uso de redes sociais trouxe benefícios tanto a esses escolares quanto às acadêmicas de Enfermagem envolvidas no desenvolvimento do projeto de extensão, as quais puderam, com o planejamento e desenvolvimento das ações, ampliar o pensamento crítico, aprimorar a utilização de ferramentas digitais e redes sociais no compartilhamento de informações para a saúde e continuidade das ações extensionistas, mantendo o vínculo com as escolas e seus estudantes. Considerações Finais: permitiu experienciar dificuldades e possibilidades na prática da promoção da saúde cardiovascular pela informação e incentivo a hábitos saudáveis de vida.

Palavras-chave: Saúde Cardiovascular. Estudantes de Enfermagem. Redes Sociais.

INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares constituem a principal causa de morte no mundo. No Brasil, 50% das mortes, direta ou indiretamente são relacionadas às doenças cardiovasculares,

sendo a hipertensão a mais prevalente, especialmente entre os idosos, mas que podem atingir todas as faixas etárias (SBC, 2016). Dentre os fatores de risco para essas doenças, aqueles considerados modificáveis, relacionados a hábitos de vida, como dieta rica em gordura, consumo excessivo de sal e potássio, uso de tabaco, drogas lícitas e ilícitas, sedentarismo, fatores socioeconômicos, sobrepeso/obesidade, têm melhores respostas a ações de educação em saúde (OPAS, 2020; DBHA, 2020).

Logo, a prevenção de agravos cardiovasculares na população passa pela adoção e manutenção de hábitos de vida saudáveis, com impacto benéficos à saúde e melhoria da qualidade de vida.

O projeto de Extensão Cuide de/o Coração trabalha na perspectiva de promover hábitos de vida favoráveis à saúde cardiovascular desde sua fundação, no ano de 2011. Vinculado ao Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC) do Departamento de Enfermagem e à Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Regional do Cariri, o projeto tem como objetivo desenvolver educação em saúde continuada com estudantes adultos jovens no intuito de promover a saúde cardiovascular.

As ações extensionistas desenvolvidas pelas universidades trazem contribuições à comunidade e na formação discente, ampliando as possibilidades de geração e multiplicação do conhecimento, ao enfatizar o indivíduo como protagonista nesse processo (FERNANDES *et al.*, 2012). Assim, a promoção de hábitos de vida saudáveis pode motivar a mudança de comportamento sustentada com reflexos na prevalência das doenças cardiovasculares.

Objetivou-se relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem no desenvolvimento de ações de extensão para promoção da saúde cardiovascular de escolares no contexto do isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência realizado no período de abril a novembro de 2020. As ações foram desenvolvidas por uma bolsista de extensão e duas voluntárias do projeto Cuide do/e coração, todas membro do GPESCC/URCA. A princípio foram planejadas e confeccionadas nas mídias digitais informativos, vídeos curtos e jogos de erro e acerto contendo informações sobre os fatores de risco cardiovascular e hábitos de vida saudáveis. O passo seguinte foi a aproximação com os professores e coordenadores das escolas públicas de ensino médio das cidades do Crato, com o intuito de que eles pudessem

intermediar o contato remoto com os estudantes e divulgação do material. Uma das escolas deu retorno positivo e foi usada como cenário desse relato de experiência. Para tanto, foi construído um cronograma de atividades com definição e acompanhamento das ações de extensão. Foram utilizadas as redes sociais *Instagram*®, *Facebook*® e *WhatsApp*® como meios de interação assíncrona para educação em saúde, mantendo o vínculo com o público-alvo. A execução e acompanhamento das atividades ocorreu sob supervisão da coordenadora e orientadora do projeto, a cada semana, quando era discutido e aprimorado o processo de trabalho das discentes de Enfermagem, bolsista e voluntárias, no desenvolvimento do projeto de extensão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Promover a saúde cardiovascular nos escolares a partir do momento que o Decreto Nº 33. 519 de 19 de março de 2020 suspendeu as atividades educacionais presenciais em todo o Estado do Ceará, demandou adaptações para continuidade das atividades extensão. A via remota, pareceu oportuna na continuidade das ações de promoção da saúde cardiovascular.

O uso de redes sociais como alternativa viável e atrativa ao público escolar trouxe benefícios tanto a esses estudantes quanto às acadêmicas de Enfermagem envolvidas no desenvolvimento do projeto de extensão, as quais puderam com o planejamento e desenvolvimento das ações ampliar o pensamento crítico, aprimorar a utilização de ferramentas digitais e redes sociais no compartilhamento de informações para a saúde e continuidade das ações extensionistas com manutenção do vínculo com a escola e seus estudantes.

Pelo cronograma de atividades elaborado, o conteúdo das ações educativas em saúde era quinzenalmente compartilhado no *Instagram*® e *Facebook*®. O *WhatsApp*®, foi utilizado entre as acadêmicas e uma professora da escola que intermediou o compartilhamento de materiais com os estudantes e a articulação das atividades assíncronas de acordo com a disponibilidade de horários no calendário escolar das três turmas do ensino médio atendidas.

Segundo Bezerra (2020), o uso das tecnologias para o ensino remoto deve ser visto como uma forma complementar de ensino, devendo ser avaliado e estudado como utilizá-las de maneira que direcione seus benefícios para o processo de ensino-aprendizagem. Assim, aprimorar e elaborar novas estratégias para a educação em saúde, aprimorar a criatividade, direcionar informações e manter-se atualizado nos mais diversos meios tecnológicos podem

favorecer e beneficiar a população na melhoria do conhecimento em saúde e motivação para a prática de um estilo de vida saudável, mesmo no cenário de pandêmico atual.

As devolutivas e acompanhamento dessas atividades foram debatidas em reuniões semanais com a orientadora do projeto de extensão, juntamente com mestrandos e outros bolsistas de projetos de pesquisa, objetivando o aprimoramento das atividades de extensão.



NÚMERO DE PESSOAS BENEFICIADAS

Em virtude da suspensão das aulas pelo Governo do Estado do Ceará, não conseguimos efetuar as atividades de modo presencial. As atividades continuam sendo desenvolvidas de modo remoto, por meio de mídias digitais, contando até novembro do ano de 2020 com um número de 107 visualizações em vídeos e curtidas nos posts do *Instagram*®, 15 respostas de jogos realizados, entre outros.

AGRADECIMENTOS A AGÊNCIA DE FINANCIAMENTO DO PROJETO/BOLSA

Pró-Reitoria de Extensão (PROEX).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Repensar as atividades de extensão em decorrência do isolamento social permitiu experienciar dificuldades e possibilidades na prática da promoção da saúde cardiovascular pela informação e incentivo a hábitos saudáveis de vida. As dificuldades estiveram relacionadas ao acesso aos escolares e suas limitações de acesso à internet. As possibilidades vieram junto ao desenvolvimento de habilidades de construção de material educativo, articulação com as escolas e professores no acesso aos estudantes, o que demandou planejamento, persistência e criatividade em adequar as atividades de extensão, antes presenciais, ao remoto.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, I. M. P. Estado da Arte sobre o Ensino de Enfermagem e os Desafios do Uso de Tecnologias Remotas em Época de Pandemia do Coronavírus. **Journal of Human Growth and Development**. v. 30, n. 1, p. 141-147. Espírito Santo, 2020.

CEARÁ. Decreto nº 33.510, de 16 de março de 2020. Decreta situação de emergência em saúde e dispõe sobre medidas para enfrentamento e contenção da infecção humana pelo novo coronavírus. **Diário Oficial do Estado**, Fortaleza, 16 de mar. 2020. Série 3, caderno 1/4.

FERNANDES, M. C.; SILVA, L. M. S.; MACHADO, A. L. G.; MOREIRA, T. M. M. Universidade e a Extensão Universitária: uma visão dos moradores das comunidades circunvizinhas. **Educação em Revista**. v. 28, n. 04, p. 169-194. Belo Horizonte, 2012.

DBHA. **Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial**. Arq BrasCardiol. n.107, (Supl.3), p.1-83, 2020.

SBC. **VI Diretriz Brasileira de Prevenção Cardiovascular**. Arq BrasCardiol, n.101, (Supl.2), p.42-45, 2016.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Organização Mundial da Saúde. Doenças Cardiovasculares. Folha informativa 2020**. Folha Informativa. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/doencas-cardiovasculares>>. Acesso em: 16 nov. 2020.

SOBRE OS/AS AUTORES/AS

* Departamento de Enfermagem, emiliana.gomes@urca.br

** Departamento de Enfermagem, celida.oliveira@urca.br

*** Bolsista. Graduanda em Enfermagem, sétimo semestre

**** Voluntária. Graduanda em Enfermagem, oitavo semestre

***** Voluntária. Enfermeira mestranda em Enfermagem

***** Graduanda em Enfermagem, quinto semestre

Recebido em: 18 de dezembro de 2020

Aceito em: 30 de junho de 2021