



Extensão Universitária: Inovação na realização de atividades não presenciais de promoção da saúde com idosos na pandemia da COVID-19

Josineide Francisco Sampaio¹, Tyrone Raphael Feitosa Lima², Nyaria Flêmera de Souza³, Larissa Silva do Nascimento⁴, Thérèse Raphaela Feitosa Lima⁵, Gabriela Correia de Freitas Costa⁶

Resumo: A extensão universitária é uma das mais importantes bases do ensino superior brasileiro, a qual incentiva a transformação social, impactando na formação acadêmica e na dinâmica social. É notório que a pandemia da COVID-19 afetou fortemente o funcionamento das atividades estudantis e da população idosa das comunidades participantes das práticas extensionistas. Sendo assim, foi necessária a readaptação para o ambiente virtual do Projeto de Extensão Ensinar e Aprender Desenvolvendo Ações de Saúde Coletiva (EADASC) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), que promove ações para melhores hábitos de vida. Assim, percebeu-se a necessidade de investigar o alcance e o significado dessas atividades não presenciais entre junho a dezembro de 2020. Este artigo é uma pesquisa descritiva e exploratória, de abordagem qualitativa. Foram incluídos cinco idosos participantes do referido Projeto de Extensão, devidamente cadastrados e ativamente participativos nas atividades não presenciais. Para a coleta de dados, foi executada a entrevista semiestruturada presencial. Foram identificadas três categorias temáticas: as mudanças ocorridas em suas vidas durante a pandemia; as ligações recebidas pelos acadêmicos e as mensagens do grupo de *WhatsApp*; as orientações e as atividades sugeridas pelos acadêmicos por meio das ligações e chamadas de vídeo. Percebeu-se que saber escutar e acolher são qualidades de profissionais comprometidos com o social, o que foi realizado pelo projeto EADASC em meio à pandemia e resultou, majoritariamente, em *feedbacks* positivos, por mais que, como impasse, a quantidade de participantes elegíveis para o estudo tenha sido baixa.

Palavras-chave: Saúde Coletiva; Isolamento Social; Tecnologia da Informação e Comunicação; Gerontologia

University Extension: Innovation in carrying out non-face-to-face health promotion activities with older adults during the COVID-19 pandemic

Abstract: University extension is one of the most important bases of Brazilian higher education, which encourages social transformation, impacting academic training and social dynamics. It is clear that, with the COVID-19 pandemic, the activities of students and the elderly population of communities participating in extension practices was strongly affected. Therefore, readaptation to the virtual environment of the Extension Project Teaching and Learning Developing Collective Health Actions (EADASC) of the Federal University of Alagoas (UFAL) was necessary, which promotes actions for better life habits. Thus, the need to investigate the scope and meaning of these non-contact activities from June to December 2020 was perceived. This article is a descriptive and exploratory research with a qualitative approach. Five older people participating in the Extension above Project were included in this research, who were duly registered and actively participating in non-face-to-face activities. For data collection, a face-to-face semi-structured interview was performed. Three thematic categories were identified: the changes that occurred in their lives during the pandemic; calls received by academics and messages from the *WhatsApp* group; and the guidelines and activities suggested by academics through calls and video calls. It was noticed that knowing how to listen and welcome are qualities of professionals committed to the social, which was carried out by the EADASC project amid the pandemic and resulted mostly in positive feedback, even though, as an impasse, the number of eligible participants for the study was low.

Keywords: Collective Health; Social Isolation; Information and Communication Technology; Gerontology

Originals recebidos em
24 de julho de 2023

Aceito para publicação em
13 de março de 2024

1
Doutora em Saúde Pública (FIOCRUZ) e docente da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Alagoas,-AL, Brasil
josineide.sampaio@famed.ufal.br
<https://orcid.org/0000-0003-4911-0895>

2
Graduado em Fisioterapia pelo Centro Universitário Cesmac (CESMAC) e Pós-graduando em Saúde Pública pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Alagoas,-AL, Brasil
(autor para correspondência)
tyroneraphael@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-5406-610X>

3
Discente de Medicina da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Alagoas,-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-0896-2314>

4
Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário Cesmac (CESMAC), Especialista em Psicologia Clínica e Saúde Mental (CESMAC) e Pós-graduanda em Psicologia Hospitalar pela Faculdade Faveni (FAVENI), Alagoas,-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-2206-6006>

5
Graduada em Nutrição (CESMAC) e Pós-graduanda em Saúde Pública pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Alagoas,-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0001-8645-3323>

6
Graduada em Psicologia (CESMAC) e Pós-graduanda em Neuropsicologia pela Faculdade Metropolitana (METROPOLITANA), Alagoas,-AL, Alagoas,-AL, Brasil
<https://orcid.org/0009-0005-2408-56564>

Introdução

A extensão universitária é uma das mais importantes bases do ensino superior brasileiro, a qual incentiva, além das formações profissional e humanística, a transformação social, possuindo diretrizes como a interação dialógica, a interprofissionalidade e a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, impactando na formação acadêmica e na dinâmica social. Diante disso, o estudante necessita desenvolver uma postura crítica, autônoma e comprometida com a sua formação técnica e cidadã, protagonizando uma atuação que contribua de forma positiva na vida das comunidades (Deslandes & Arantes, 2017; Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras [FORPROEX], 2012).

Nesse sentido, percebe-se, conforme resoluções do Ministério da Educação (2001a; 2001b; 2002; 2014), uma aproximação entre as Diretrizes da Extensão Universitária do Brasil e as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) dos cursos de graduação em saúde, tendo em vista que ambas preconizam a aptidão para desenvolver ações tanto preventivas quanto de promoção, proteção e reabilitação da saúde, de modo individual e coletivo, realizando um trabalho integrado e contínuo, em conformidade com um pensamento amplo na busca por soluções para os problemas sociais.

Tratando-se da doença que assolou o mundo e interferiu nas atividades acadêmicas, o primeiro caso brasileiro de COVID-19 surgiu em São Paulo, onde a doença se espalhou e vários outros casos foram identificados pelo país, o que levou o Ministério da Saúde (2020) a declarar, em 3 de fevereiro de 2020, estado de emergência em saúde pública de importância nacional em decorrência da infecção pelo vírus. Em seguida, declarou, em 20 de março de 2020, em todo o território nacional, o estado de transmissão comunitária do coronavírus.

Em contraposição a um discurso de que o vírus SARS-CoV-2 afeta as pessoas de forma igual em escala planetária, a pandemia da COVID-19 exacerbou ainda mais as desigualdades sociais no Brasil. Grupos marginalizados foram submetidos historicamente a uma situação de maior vulnerabilidade no período pandêmico, intensificada pela crise sanitária e pelo aumento do desemprego. Esses impasses ocasionam amplos danos à saúde física, mental e espiritual, sobretudo de segmentos que necessitam de cuidados mais aprimorados, de atenção e de acolhimento, como os idosos (Tourinho & Raimondi, 2020).

Ademais, a população senil cresce no país e, em meio à possibilidade da presença de doenças crônicas não transmissíveis, precisam de acompanhamento contínuo das equipes de saúde, o que foi dificultado durante a pandemia devido ao distanciamento social. Foi perceptível também um déficit nas relações afetivas e na rede comunitária de apoio, a exemplo da suspensão de atividades religiosas e de projetos de promoção da saúde nas unidades. Além disso, houve maior dependência de familiares e aumento da exposição à violência dentro do próprio domicílio, constituindo, assim, fatores evidentes de sofrimento psíquico e consequente adoecimento da população idosa (Moraes et al., 2020).

É notório que o novo coronavírus também afetou fortemente o funcionamento das atividades dos estudantes e da população idosa das comunidades participantes das práticas dos projetos extensionistas. A interrupção das atividades, estabelecida em 2020 pelo Plano de Contingência da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) [1](#) para a prevenção do contágio, dificultou o contato físico entre os moradores das comunidades e os acadêmicos e profissionais que atuavam nesses locais.

Sendo assim, foi necessária a readaptação do Projeto de Extensão Ensinar e Aprender Desenvolvendo Ações de Saúde Coletiva (EADASC) da UFAL, o qual tem por base a integração ensino-pesquisa-extensão, com a interdisciplinaridade entre acadêmicos e profissionais da saúde, além de ações de promoção da saúde. O EADASC atua desde 2008 na comunidade Denisson Menezes, na cidade de Maceió, Alagoas, promovendo

ações que verificam a situação de saúde dos integrantes e incentivam hábitos que aumentam sua qualidade de vida, com enfoque na alimentação, nos exercícios físicos, nas relações interpessoais e na saúde mental, levando em conta as particularidades de cada indivíduo. Nesse sentido, o sujeito constitui-se como atuante e reflexivo, dotado de evidente pluralidade, apontando para a configuração da centralidade do ser a respeito dos processos sociais nos quais está envolvido (Lima & Fazzi, 2018).

A reestruturação das atividades do Projeto contou com ações remotas semanais de diálogo e educação em saúde estabelecidos por meio de ligações. Cada estudante foi incumbido de manter uma comunicação com um idoso do Projeto, via *WhatsApp* ou chamadas telefônicas convencionais, a depender da capacidade de acesso de cada idoso. Também foi criado um grupo no *WhatsApp* para o envio diário de conteúdos educativos, abordando temáticas estabelecidas semanalmente na reunião dos integrantes do EADASC para o planejamento das ações.

Assim, foi possível promover a melhoria da saúde física e mental e estimular a troca de saberes e informações entre os participantes sobre diversas temáticas associadas às necessidades imediatas identificadas nas conversas individuais com os adultos e idosos. Tudo isso obedeceu aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) e das diretrizes educativas, enfatizando os compromissos do conhecimento e da educação com a sociedade, uma vez que tais processos, segundo Severino (2017), só passam a ser legitimados a partir de quando há um envolvimento direto e objetivo com os interesses da população.

Diante do exposto, percebeu-se a necessidade de investigar o alcance e o significado dessas atividades não presenciais em relação à saúde dos idosos envolvidos em atividades que foram realizadas no contexto da pandemia da COVID-19, no período de junho a dezembro de 2020.

O presente artigo se refere ao recorte dos resultados da pesquisa realizada para analisar as ações não presenciais desenvolvidas para os idosos pelos participantes do Projeto EADASC, durante a pandemia da COVID-19, numa comunidade periférica da capital alagoana.

Procedimentos metodológicos

Tratou-se de uma pesquisa descritiva e exploratória, de abordagem qualitativa, que se propôs a analisar as ações não presenciais desenvolvidas na comunidade Denisson Menezes, em Maceió – AL, para os idosos participantes do Projeto EADASC durante a pandemia. Este estudo apresentou a autorização do Comitê de Ética em Pesquisa da UFAL, sob o parecer nº 4.546.340, cujos participantes foram submetidos ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.

Participavam regularmente do projeto de extensão 10 adultos e 7 idosos. Ademais, estiveram envolvidos 4 profissionais (3 psicólogas e 1 nutricionista) e 19 acadêmicos de várias áreas da saúde, de diferentes Instituições de Ensino Superior (7 de Medicina, 5 de Fisioterapia, 3 de Enfermagem, 3 de Nutrição e 1 de Farmácia).

Foram incluídos nesta pesquisa cinco idosos participantes do referido Projeto de Extensão, os quais estavam devidamente cadastrados e ativamente participativos nas atividades não presenciais realizadas durante o período de junho a dezembro de 2020. Os demais participantes foram excluídos do estudo por um ou mais dos seguintes critérios: não participaram de, no mínimo, 60% das ligações e das atividades realizadas no período delimitado nesta pesquisa; deixaram a comunidade; tiveram problemas de saúde que os impediram de compreender as perguntas e expressar o seu entendimento (Figura 1).

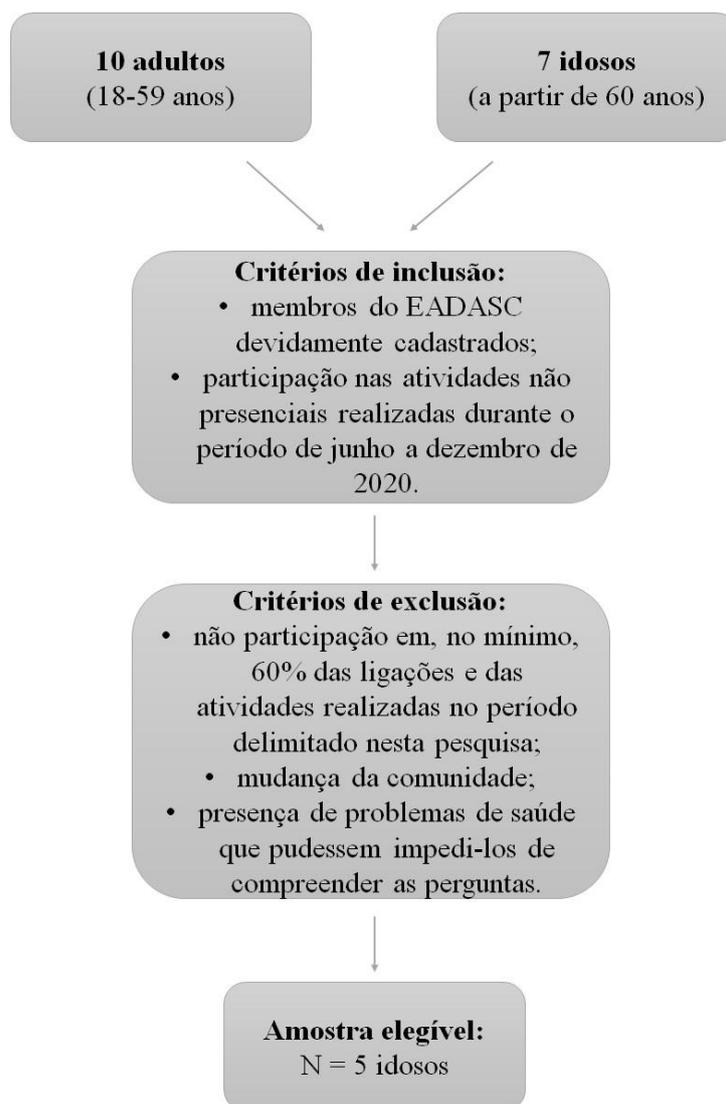


Figura 1. Representação referente à quantidade de participantes analisados, a quais critérios de elegibilidade eles foram submetidos e a quantos foram considerados elegíveis.

Para a coleta de dados, foi executada a entrevista semiestruturada presencial ([Material Suplementar](#)), em horário marcado de acordo com a disponibilidade do entrevistado e do pesquisador, para evitar interferências externas durante a sua realização, visto que uma entrevista se caracteriza por um momento de troca entre duas pessoas a fim de obter informações (Lakatos & Marconi, 2003). Segundo Vieira (2017), a entrevista semiestruturada é caracterizada por um ajuntamento de indagações assentadas num roteiro fluido ao redor de um ou mais tópicos do interesse de uma pesquisa para a confirmação do seu objeto.

Além disso, a análise dos dados, tal como preconizou Bardin (1977), deu-se na seguinte sequência: transcrição das entrevistas; leitura flutuante do conteúdo transcrito; codificação das falas com letra e número para a identificação dos respondentes, garantindo o sigilo. Em seguida, o conteúdo das entrevistas foi sistematizado em um quadro identificando a pergunta, o entrevistado sob codificação, a resposta e a unidade de registro e de sentido; após a sistematização, foi efetuada a análise e o agrupamento das unidades supracitadas em prol da identificação das categorias.

Logo, foram identificadas três categorias temáticas, a serem apontadas nos Resultados e Discussão, relacionadas à percepção dos idosos sobre: as mudanças ocorridas em suas vidas durante a pandemia; as ligações recebidas pelos acadêmicos do EADASC e as mensagens do grupo de *WhatsApp*; as orientações e as

atividades sugeridas pelos acadêmicos por meio das ligações e chamadas de vídeo. Ademais, para a análise e a publicação deste estudo, as falas foram codificadas de acordo com o idoso que as proferiu (do I1 ao I5), sendo I1 o equivalente a "idoso 1", e assim sucessivamente.

Resultados e Discussão

Percepção dos idosos sobre as mudanças ocorridas em suas vidas durante a pandemia

A primeira vertente abordada nas perguntas direcionadas possui relação com o que esses idosos entenderam como mudanças em suas vidas, tanto positivas quanto negativas, em razão do contexto pandêmico, ou seja, sobre como absorveram tudo o que ocorreu nesse período.

Para alguns idosos, como pode ser observado nas falas abaixo, houve uma percepção de que estavam isolados em casa, tendo a vida e o contato social restritos:

"Ah, (...) ninguém pode fazer mais nada, ninguém pode nem passear, ninguém pode fazer atividades. A gente vai para os lugares e estão todos tampados." (I1)

"O projeto foi bom (...). Assim, sempre a menina (uma acadêmica) estava ligando, uma vez por semana. Eu achava bom, porque é uma pessoa de fora, porque ficava só a família dentro de casa." (I3)

"Mudou muita coisa (...) porque, você sabe, quando entrou essa pandemia (...), a gente andava, brincava, participava de qualquer coisa, muita gente, mas agora ninguém pode chegar nem perto." (I4)

Quando indagados a respeito do que mais sentiram falta durante o período de isolamento social, todos os entrevistados responderam que sentiram falta de poder sair de casa, de participar das atividades do EADASC e de manter contato com outras pessoas, como pode ser observado nos relatos abaixo:

"(Sinto falta) De passear, de andar (...). Às vezes eu faço umas caminhadas logo cedo, sem ninguém. Eu aqui, outra pessoa lá do outro lado." (I1)

"Todo sábado tinha o projeto, já era uma distração... A gente aqui não tem condições, financeiramente falando, de sair para passear." (I2)

"O que sinto mais falta é dessa atividade dos idosos." (I3)

De acordo com os relatos dos idosos, são perceptíveis as consequências das medidas de segurança decorrentes do período pandêmico para a população idosa, que, anteriormente, praticava atividades ao ar livre e, em meio à pandemia, passou a sair cada vez menos das suas casas, priorizando a segurança. Portanto, esses fatores tendem a contribuir, tanto psicologicamente quanto fisicamente, de maneira negativa, pois os idosos precisam manter o corpo e a vida social ativos.

Observando o contexto, percebe-se a importância do grupo de apoio familiar durante os momentos de dificuldades resultantes do isolamento social, bem como é notória a importância das atividades e projetos sociais para com a vida desses sujeitos (M. V. S. Silva et al., 2020).

Quando questionados se aprenderam algo de diferente na pandemia bem como se captaram alguma lição que levariam para a vida, observou-se que eles expressaram respostas positivas. No entanto, cada um fez uma reflexão diferente, conforme descrito a seguir:

"(...) Ter cuidado, tomar remédio é bem melhor." (I1)

“Deixei de ser bruta com meus filhos, converso mais com eles. (Pude realizar) A mudança de ser uma pessoa mais calma, que pode ajudar o próximo. Ser uma pessoa mais paciente, procurar entender mais as pessoas. Eu não solto mais as palavras ruins que soltava, a minha resposta foi ficar calada.” (I2)

“Olhe, a maior lição que eu aprendi dentro de casa só com meus filhos é que a gente tem que amar mais o próximo. A gente tem que ter o discernimento e a sabedoria de enxergar que aquela pessoa está precisando de alguma coisa. O foco foi isso, para pessoas distantes aprenderem a necessidade dos outros.” (I3)

Baseado na análise das respostas a respeito do que os idosos esperam com o fim da pandemia, notou-se que prevaleceu o desejo de que ela terminasse logo e que a situação melhorasse, como mostram as falas seguintes:

“Eu espero que a gente se respeite, que todos saibam que a gente é igual. Somos filhos de Deus. Também espero muita saúde. Eu espero, Senhor, que tudo passe. Que as pessoas pensem mais no próximo...” (I1)

“Que venham coisas melhores. Que as meninas (acadêmicas e profissionais) venham para cá. Aqui vamos brincar. Um piquenique ali, vamos para algum lugar... Tudo isso tende a nos animar.” (I2)

“Eu queria é que terminasse (a pandemia), que ela vá embora logo.” (I3)

As falas destacadas acima demonstraram alguns aspectos positivos e aprendizados que os entrevistados trouxeram como reflexão de vida, tanto durante o período desafiador quanto para uma vida após o isolamento. Dentre elas, destacam-se a paciência, a empatia e a esperança em dias melhores. O sofrimento, segundo algumas falas, foi muitas vezes aliviado pelo uso das tecnologias disponíveis, que é o que permite contato constante e possibilita a amenização dos sentimentos de frustração e ansiedade decorrentes das limitações ao convívio presencial (Santos et al. 2020).

Percepção dos idosos sobre as ligações recebidas dos participantes do Projeto EADASC e sobre o grupo de WhatsApp

Somado ao que foi indagado aos participantes, houve uma investigação, através de perguntas, sobre o que eles de fato acharam das ligações e das mensagens no grupo do *WhatsApp* — a fim de, assim, ser possível obter um retorno acerca de como eles receberam a ideia utilizada.

Após uma análise minuciosa das íntegras das entrevistas com os idosos do projeto, constatou-se que houve tanto menções positivas — em sua maioria — quanto negativas, estritamente por questões pessoais em não gostar dessas interações virtuais. Dentre as constatações positivas, é possível enfatizar as seguintes:

“Era uma coisa tão boa, vocês tratam a gente tão bem, vocês (acadêmicos e profissionais) são uma benção, são uns anjos. (...) Olhe, essas conversas de vocês são ótimas, acalmam.” (I1)

“Eu me sentia bem (...) porque a gente estava tão isolado dentro de casa, tem família que nem liga para perguntar como você está, e aquela pessoa toda semana estava ali, perguntando por você. (...) Eu já esperava quando dava a hora dela (a acadêmica) ligar.” (I2)

“(...) Foi maravilhoso, sempre vocês (acadêmicos e profissionais) não nos deixaram, ainda que não estivessem presentes, mas sempre estivemos conversando por telefone.” (I3)

Com as falas supracitadas, percebe-se que, na opinião desses idosos entrevistados, as atividades foram frutíferas, proporcionaram bem-estar e, indo para além disso, foi possível um elo com cada um deles em meio às problemáticas oriundas da pandemia da COVID-19, em especial o distanciamento social, podendo escutá-los e orientá-los acerca de vários assuntos educativos, evidenciando a importância da escuta em tempos pandêmicos (Almeida et al., 2020; Santos & Oliveira, 2020; Barbosa et al., 2021).

Ainda dentre as menções positivas, vale a pena ressaltar a citação abaixo, em que um dos idosos atrelou à fé o êxito de sua saúde, ao ato de crer na melhora para, assim, alcançar bons resultados, tese que é defendida por alguns autores (Guerrero et al., 2011; Mota et al., 2022).

“Era legal. Até melhorei mais das pernas. Ele (o acadêmico) disse: ‘Bote o pensamento firme, como você quer ficar bom daquilo.’ Pronto, o que vale é a fé! Se você não tiver fé, não vale nada!” (I4)

Ainda a respeito das afirmações positivas, um idoso afirmou que, de tanto gostar dos conteúdos enviados, gostava de repeti-los, e esta seria uma vantagem de o material estar no grupo do *WhatsApp*, pois poderia acessá-lo repetidas vezes e em diversas ocasiões:

“É muito bom. Aí eu estava até olhando no meu celular, fico olhando as coisas velhas porque eu gosto das coisas velhas, daí eu fico repetindo. É ótimo.” (I2)

No entanto, por mais que alguns participantes fossem analfabetos, eles puderam ser assistidos tanto pelas ligações quanto pelos áudios e vídeos, garantindo acessibilidade e inclusão, fatores extremamente importantes para que as informações chegassem a todos (Melo et al., 2009). A seguir, tem-se a afirmação de um dos idosos nesse sentido:

“(...) É maravilhoso estar escutando sempre quando vem mensagem, sempre estou olhando, só não sei ler. Mas quando vem os áudios, eu escuto, quando mandam aqueles negócios bonitos, eu gosto de olhar e escutar.” (I5)

Já a citação abaixo, por mais que traga uma análise positiva, deixa interpretações em aberto na fala não só pela resposta direta do entrevistado, mas também pelo termo utilizado, “coisas”, para referir-se ao conteúdo publicado no grupo, apresentando um indicativo de que o material não seria tão relevante, por mais que também não fosse desagradável — deixando na resposta, também, uma certa impressão de que havia receio em desagradar o entrevistador:

“Maravilhoso, a gente conversou, ela mandou aquelas coisas pelo *WhatsApp* pra gente ver, aprender.” (I5)

Ademais, um idoso saiu do grupo do *WhatsApp*, segundo ele pelo excesso de mensagens postadas, inclusive de madrugada, enviadas por outros idosos, gerando incômodo e conseqüente desinteresse em manter-se nele, conforme pode-se observar abaixo, quando ele aborda sobre o que o desagradava no grupo:

“Era só bom dia, boa tarde, boa noite, de madrugada, você nem dorme. Muitos vídeos eu gostava, (...) mandava música, mandava umas coisinhas, umas quatro ou cinco coisinhas boas, mas o resto...” (I1)

Houve, também, um idoso que perdeu o acesso completamente ao aplicativo *WhatsApp* devido a problemas técnicos em seu celular, conforme evidenciado abaixo, trazendo à tona um quadro em que indivíduos de maior vulnerabilidade possuem, tendenciosamente, dificuldades para acessar — ou mesmo para consertar — aparatos tecnológicos, fato este agravado em idosos submetidos à pandemia e à realidade da inclusão digital desse grupo específico (Deodoro et al., 2021).

“Não estou no grupo porque o grupo sumiu do meu celular, porque deu um problema que apagou, aí ele não estava abrindo, eu tinha que apagar (o *WhatsApp*) porque meu celular estava travando demais, sempre ouvia os áudios, os vídeos eu não conseguia.” (I3)

Em justaposição, houve também quem não soubesse sequer afirmar se estava no grupo, haja vista que não sabia muito bem acessar o aparelho celular. Tal afirmação está disponível logo abaixo:

“Eu nem sei se botou (se foi inserida no grupo do *WhatsApp*) porque não sei mexer nesse negócio aqui (celular). Sempre me ligam por telefone.” (I4)

É fato notório que, por mais que tenham existido algumas adversidades, foi possível transmitir educação em saúde através dos recursos tecnológicos simples e acessíveis que foram utilizados, mostrando que, por mais que houvesse o distanciamento social imposto pela pandemia, era possível continuar com o projeto de extensão a partir de alternativas.

Percepção do idoso quanto às orientações e atividades sugeridas por meio das ligações e chamadas de vídeo

Como último bloco temático de indagações, foram direcionados questionamentos no sentido de descobrir, de maneira mais específica, se as orientações e as atividades sugeridas nas ligações e chamadas de vídeo haviam sido, ou não, úteis.

No que foi analisado, a maioria dos idosos se agradou dos comandos sugeridos, superando algumas dificuldades pessoais, tentando realizá-los de forma alegre e saudável, como pode-se perceber através dos relatos a seguir:

“Sentia vontade de fazer se tivesse muita gente... Pronto, às vezes, quando era sexta-feira, a gente começava a fazer caminhada (...), todo mundo dançava, a gente se juntava, só não ficávamos grudados, mas eu gostei muito de andar, de caminhar. Também gosto de passear...” (I1)

“Pronto, essa questão da dor de coluna, que ela (a acadêmica) falou para mim... e pra negócio de estresse, meditação (...). Ela (a acadêmica) falava mais da questão da meditação, que iam postar no grupo uma música relaxante. Aí ela (a acadêmica) falava sobre isso, foquei mais em tentar relaxar para não ficar estressada.” (I3)

“O que eu gostava mais de fazer eram aquelas brincadeiras (...) quando estava dentro do colégio (...), dança... Durante a pandemia, por telefone, o que a menina mandava fazer eu não guardo bem na memória, mas sempre era maravilhoso o que ela mandava a gente fazer, aqueles exercícios...” (I5)

É interessante notar a riqueza gerada no decorrer da interação via *WhatsApp*. Com a divulgação de conteúdos virtuais, verificou-se a diversidade cultural, de personalidades e vivências, proporcionando relações interpessoais interessantes e proveitosas, tanto para os acadêmicos e professores, quanto para os próprios idosos, pois experiências foram possibilitadas, de modo a permitir a construção de conhecimentos para todos os envolvidos (Marques et al., 2021).

Perguntados sobre a continuidade e frequência das atividades solicitadas, a maioria alegou que realiza de acordo com sua disponibilidade, como podemos comprovar com os relatos seguintes:

“Toda semana... eu não tenho assim certo, quando vejo que eu estou com aquela falta de ar, aí eu me sento, tento me acalmar (...).” (I3)

“De manhã, quando acordo. Quando vou me deitar eu faço e de manhã, quando estou na cama mesmo, já fico com as pernas assim (na posição recomendada).” (I4)

“De manhã, duas vezes por semana.” (I5)

Faz-se necessário ressaltar que os idosos têm seus compromissos e afazeres pessoais e que isso impacta na realização e continuidade das atividades recomendadas. É interessante perceber que a vida pessoal não se dissocia completamente da profissional e a solicitação de tarefas aos idosos tem sido importante para desenvolver, nos acadêmicos e profissionais, questionamentos sobre a própria saúde, corroborando o que estudos trazem acerca da importância de também se cuidar para melhor atender as demandas de saúde

alheias. Essa reflexão suscitou a mobilização dos próprios agentes do projeto e a noção do corpo como uma entidade que precisa de movimento e cuidados, a fim de prestar serviços ao outro, sobretudo de escuta e orientação, da melhor forma, servindo, pois, de exemplo (Borba et al., 2021).

Ao serem questionados sobre as ações realizadas pelo projeto EADASC durante a pandemia, os adultos e idosos responderam positivamente e de modo muito satisfatório, demonstrando um reconhecimento do significado das atividades realizadas em meio a um cenário desafiador, além da importância da comunicação desempenhada pela professora, como será exposto a seguir:

“Eu acho muito bom vocês continuarem passando essas atividades para a gente porque, pelo menos, a gente fica ouvindo, não fica pensando besteira. Aí, para mim, é ótimo. As conversas são boas. Vocês todos são uma bênção.” (I2)

“Foi bem gratificante para mim porque a gente aqui, eu sou muito só, minha família só é meu esposo e meus filhos.” (I3)

E sobre o significado, souberam demonstrar a importância do projeto para eles:

“Pelo menos a pessoa fica sabendo de algumas coisas (...). É bom, a pessoa fica aprendendo as coisas.” (I1)

“Para mim, foi importante, foi ótimo. É como se a gente estivesse caído e aquela pessoa lhe dá a mão, está me entendendo? E ela levanta a gente. Ótimo, sabe?” (I2)

“Eu gostei muito, é muito importante, a gente sente falta esses anos todos sem ter. A gente já sentia falta quando algum sábado acontecia algum imprevisto, imagina esse tempo todo.” (I3)

“Foi bom para mim porque me desenvolvi muito. A gente já está ficando de idade. Foi bom, pois a gente ficou isolado. De qualquer maneira, tem um alô dos colegas que participam do projeto. Se a gente ficasse esquecido... A professora (coordenadora do projeto) liga para gente. Mas ela é tão focada que botou os meninos para cada um conversar com a turma. Porque se fosse outra, dizia: ‘pronto, acabou-se.’” (I4)

“Ajudou muita gente, porque existe a conversa (...), foi maravilhoso porque não deixaram de falar com a gente, não foram pessoas de excluir, de deixar a gente para trás, a professora liga, manda mensagem.” (I5)

Nota-se que os idosos expressam, de modo afetuoso, os benefícios da interação com os acadêmicos/profissionais, o que representa ganhos inimagináveis tanto do ponto de vista da saúde quanto do ponto de vista social, acarretando, por exemplo, mais autonomia, mais autoestima, mais autoconfiança e, acima de tudo, mais saúde. Um sentimento gratificante faz, pois, parte do conjunto de sensações do estudante participante do projeto ao se deparar com os *feedbacks*.

Então, pode-se afirmar que as ações de extensão permitem a interação e a aproximação entre os discentes e a comunidade, de modo a formar ambientes mais favoráveis à saúde física e mental. É através desse diálogo existente entre as pessoas com educação formal, os profissionais e os moradores da comunidade que nascem experiências frutíferas e de valorização de uma cultura, de um povo muitas vezes negligenciado, sobretudo durante a pandemia. É nesse momento que a universidade se mostra viva, atuante e com o potencial de modificar positivamente realidades e ser exemplo para a sociedade (Trindade et al., 2023).

Esses resultados corroboram a percepção do importante papel da extensão universitária, no mesmo nível da pesquisa e do ensino, de modo a demonstrar relevância ao tecido social. A proposta extensionista permite uma extensão à comunidade, trazendo-lhe benefícios, compreendendo melhor suas demandas sociais e enriquecendo suas vivências, superando dicotomias entre teoria e prática, permitindo a realimentação do fluxo da universidade, apesar das incertezas ocasionadas pela pandemia da COVID-19 (Moutinho, 2021).

Outras experiências interessantes vêm sendo desenvolvidas durante esse período de isolamento, algumas como continuidade de projetos que já eram realizados anteriormente e que, devido às ordens de isolamento social, precisaram de reformulação para a modalidade remota. O formato não presencial foi um grande desafio, pois necessitou dos aparelhos eletrônicos e do manejo de várias ferramentas tecnológicas para a boa execução dos trabalhos junto aos participantes.

O contexto de isolamento social proporcionado pelo coronavírus trouxe prejuízos à saúde física dos idosos, haja vista a reclusão das pessoas em casa e a redução dos exercícios físicos em espaços de lazer comunitários, o que pode ocasionar a diminuição da força muscular e da amplitude dos movimentos, intensificando dores osteoarticulares e osteomusculares, piorando condições prévias, como, por exemplo, artrites ou inflamações. Outro fator foi a diminuição das idas às unidades de saúde, resultando em acompanhamento deficitário de condições crônicas, como o Diabetes Mellitus e a Hipertensão Arterial Sistêmica, que necessitam de seguimento e medicação contínuos e cuja interrupção traz consequências cotidianas na funcionalidade e na qualidade de vida do idoso (F. C. Silva et al., 2020).

Um outro agravante foi a diminuição da interação social, com redução da frequência de atividades comunitárias e ações voluntárias e a diminuição de práticas religiosas e culturais, o que afeta sobremaneira a saúde mental desse público, a qual já se encontra desgastada pela preocupação com parentes, diante dos perigos representados pela pandemia, resultando em um maior tempo em casa e problemas psíquicos a longo prazo, muitas vezes resultantes de um luto (F. C. Silva et al., 2020).

Nesse sentido, o projeto EADASC buscou, através do acompanhamento amplo, personalizado e individualizado, sondar e pesquisar a condição de saúde de cada idoso, feita por cada participante, de modo a incentivar atividades promotoras de saúde física e mental. Os membros do projeto buscavam constantemente qualificação através de reuniões em que pretendiam aprender uns com os outros técnicas a serem ensinadas e realizadas junto aos idosos, de forma interdisciplinar e interprofissional, no sentido de aplicar cuidados em saúde, estabelecendo um vínculo terapêutico, obedecendo ao princípio da longitudinalidade, já que as conversas aconteciam semanalmente, fornecendo um espaço para que os idosos pudessem também ser os protagonistas e, inclusive, desabafar. Durante o decorrer do projeto, esse espaço dialético foi muito enriquecedor para ambas as partes, pois fornecia aos acadêmicos e profissionais oportunidades para experimentarem como ir construindo espaços de escuta e, por conseguinte, fomentarem um vínculo terapêutico com o idoso da comunidade, o que foi bastante benéfico para os idosos.

Diante de algumas perdas por COVID-19 ocorridas no grupo, foram necessárias reuniões com os profissionais da Psicologia do EADASC para que fosse possível falar sobre a finitude da vida. Como as perdas também impactaram os acadêmicos, a equipe de Psicologia proporcionou momentos de abordagem sobre a morte, e para que fossem desenvolvidas estratégias emocionais para oferecer suporte aos idosos enlutados, que viam no projeto um lugar de acolhimento. Dessa forma, percebe-se a importância da interprofissionalidade na equipe, sobretudo com a presença da área das Ciências Humanas, sem a qual poderia haver dificuldade em manejar o cuidado de forma adequada.

As intervenções promovidas pelo projeto trouxeram alívio emocional para os adultos e idosos que, assim como toda a população, sofreram impactos emocionais, despertados por meio da pandemia, que escancarou a vulnerabilidade psíquica, frequentemente negada. Estudos demonstram que a maioria da população mundial vive o que se pode chamar de sedação dos sentidos provocada pela economia global na saúde mental das pessoas. Durante os primeiros meses de pandemia, houve a possibilidade de enxergar a olho nu as facetas da deficiência do cuidado com a saúde mental, outra pandemia que a sociedade já enfrentava há anos, mas que sempre se silenciou em função do tabu e do estigma da doença mental (World Health Organization [WHO], 2020; Tavares et al., 2022).

Dessarte, percebeu-se a importância dos extensionistas das instituições de ensino superior como promotores do conhecimento em saúde, essencialmente para as pessoas idosas, para contribuir cada vez mais com o empoderamento dos sujeitos instruindo-os a ter consciência de si mesmos e do seu meio, tomando decisões sobre sua própria saúde e, conseqüentemente, tornando o processo de envelhecer cada vez mais proveitoso (Matos & Vieira, 2014; Roso & Romanini, 2014).

Dentre as limitações, pode-se citar a falta de plena adesão de todos os idosos a todas as atividades por motivos pessoais, a exemplo da falta de acesso adequado às tecnologias da informação e comunicação. Além disso, aponta-se outro impasse: a ausência de meios efetivos de garantir que o idoso estava praticando o que era solicitado, algo importante para a efetividade do projeto. Ainda, no tocante às limitações, ressalta-se o fato de grande maioria dos participantes não ser elegível para este estudo, dificultando uma análise mais ampla e com dados mais abrangentes.

Considerações Finais

Diante do cenário proporcionado pela COVID-19, as ações e intervenções em saúde fazem-se indispensáveis, bem como a propagação de conceitos positivos quanto ao envelhecimento, para que a comunidade em questão tenha ciência de que é possível envelhecer de forma ativa e saudável, visto que as necessidades apresentadas são espelhos dos acontecimentos ao longo da vida. Assim, é necessário confrontar os estigmas e a visão pessimista sobre o processo de envelhecimento, tido como desagradável, causador de doenças e restrições. Logo, fundamental é colocar o outro em posição de sujeito no centro do seu contexto, para ser ajudado da melhor forma por pessoas qualificadas para tal.

Nessa esfera, os projetos de extensão, munidos de seus atributos de vinculação bem-sucedida à comunidade, atrelados às diretrizes e ao SUS, são oportunidades de levar um conhecimento transformador na forma de educação em saúde, a fim de promover qualidade de vida. Além disso, saber escutar e acolher são qualidades de profissionais comprometidos com o social, o que foi realizado pelo projeto EADASC em meio à pandemia e resultou, majoritariamente, em *feedbacks* positivos acerca dos impactos das atividades não presenciais. Isto se deve, principalmente, por conta do suporte de escuta ativa em meio à solidão do isolamento social, por mais que a quantidade de participantes elegíveis para o estudo tenha sido baixa em comparação à totalidade de integrantes. Através de iniciativas como essa, é possível promover uma vida repleta de significado e saúde, essenciais para um desenvolvimento humano digno.

Agradecimentos

À Universidade Federal de Alagoas (UFAL), na figura da Pró-Reitoria de Extensão (PROEX), pelo suporte que sempre forneceu para a continuidade do Projeto EADASC; a cada um dos idosos participantes que, quando elegíveis, aceitaram o convite para a participação neste estudo; a todos os acadêmicos e profissionais que possibilitaram a continuidade do EADASC, mesmo em meio à pandemia da COVID-19.

Contribuição de cada autor

J.F.S. contribuiu com a coordenação do projeto que originou este estudo; com as devidas orientações acerca do passo a passo para a sua execução; com a efetuação das entrevistas; com a escrita deste artigo. T.R.F.L., N.F.S., L.S.N., T.R.F.L. e G.C.F.C. contribuíram com a execução das etapas do estudo, dentre elas as atividades para a população assistida e as entrevistas; com a escrita deste artigo; com a submissão do texto.

Nota

1. <https://ufal.br/ufal/noticias/2020/3/ufal-suspende-atividades-academicas-por-tempo-indeterminado-para-evitar-o-contagio-por-coronavirus/plano-de-contingencia-02-04-2020.pdf/@@download/file/PLANO%20DE%20CONTINGENCIA%2002.04.2020.pdf>

Referências

- Almeida, O. L. de, Júnior, E. P. D. S. L., Dias, A. V. M., Prates, J. F., & Botelho, J. V. (2020). Psicologia em link: Projeto de escuta psicológica online em tempos de pandemia. *Revista Extensão & Cidadania*, 8(14), 503-517. <https://doi.org/10.22481/recuesb.v8i14.7854>
- Barbosa, J. R. M., Alves, J. S. M., Reis, V. A. S., de Lima Figueiredo, L. M. L., Batista, R. B., & Severino, F. G. (2021). Teleatendimento como ferramenta de apoio profissional: acolhimento e escuta emocional na pandemia COVID-19. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 11(61), 4848-4863. <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i61p4848-4863>
- Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Borba, J. N., Barbosa, C. P. A., Santos, G. N. O., Calumby, T. M. D. C., Maximiano-Barreto, M. A., & Siqueira, T. C. A. (2021). Dialogando com o idoso durante a pandemia do COVID-19: Um relato de experiência. *Revista Portal: Saúde e Sociedade*, 6, e02106035. <https://doi.org/10.28998/rpss.e02106035>
- Deodoro, T. M. S., Bernardo, L. D., Chaves da Silva, A. K., Raymundo, T. M., & Scheidt, I. V. (2021). A inclusão digital de pessoas idosas em momento de pandemia: Relato de experiência de um projeto de extensão. *Extensão em Foco*, 23, 272-286. <http://dx.doi.org/10.5380/ef.v0i23.80577>
- Deslandes, M. S., & Arantes, Á. R. (2017). A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. *Sinapse Múltipla*, 6(2), 179-183.
- Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras (FORPROEX). (2012). *Política Nacional de Extensão Universitária*. Manaus: FORPROEX.
- Guerrero, G. P., Zago, M. M. F., Sawada, N. O., & Pinto, M. H. (2011). Relação entre espiritualidade e câncer: Perspectiva do paciente. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 64(1), 53-59. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672011000100008>
- Lakatos, E. M., & Marconi, M. A. (2003). *Fundamentos de metodologia científica*. 5. ed. São Paulo: Atlas.
- Lima, J. A. de, & Fazzi, R. C. (2018). A subjetividade como reflexividade e pluralidade: notas sobre a centralidade do sujeito nos processos sociais. *Sociologias*, 20(48), 246-270. <https://doi.org/10.1590/15174522-020004814>
- Marques, B. L. S., Masochini, R. G., Cunha, A. N., de Jesus, S. V., & Callichio, M. G. (2021). Prática extensionista na saúde do idoso em meio a pandemia. *Anais do Seminário Regional de Extensão Universitária da Região Centro-Oeste (SEREX)*, 5, 274-275.
- Matos, R. K. de S., & Vieira, L. L. F. (2014). Fazer viver e deixar morrer: A velhice na era do biopoder. *Psicologia Ciência e Profissão*, 34(1), 196-213. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100014>
- Melo, A. M., Piccolo, L. S. G., Ávila, I. M. A., & Tambascia, C. de A. (2009). Usabilidade, acessibilidade e inteligibilidade aplicadas em interfaces para analfabetos, idosos e pessoas com deficiência. *Anais do Simpósio Brasileiro sobre Fatores Humanos em Sistemas Computacionais*, Porto Alegre, 8. Campinas: Centro de Pesquisa e Desenvolvimento em Telecomunicações (CPqD). Recuperado de https://www.inf.unioeste.br/~jorge/ARTIGOS,%20LIVROS%20e%20CAP%20PUBLICADOS/CAP%20TULO%20ODE%20LIVRO/resultados_workshop_uai.pdf
- Moraes, C. L., Marques, E. S., Ribeiro, A. P., & Souza, E. R. D. (2020). Violência contra idosos durante a pandemia de Covid-19 no Brasil: Contribuições para seu enfrentamento. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25 (supl. 2), 4177-4184. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.27662020>
- Mota, J. L., Da Silva, D. S., Almeida, P. S., da Silva, E. V., Pilger, C., de Lima, L. F., & Lentsck, M. H. (2022). Significados da espiritualidade e religiosidade para idosos em sua vida e na pandemia pela COVID-19. *Research, Society and Development*, 11(4), e39411427511. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27511>
- Moutinho, F. F. B. (2021). Extensão universitária: Uma luz na escuridão da pandemia de COVID-19. *Intermedius-Revista de Extensão da UNIFIMES*, 1(1), 63-72.

- Ministério da Educação (MEC). (2001a). *Resolução CNE/CES Nº 3 de 7 de novembro de 2001*. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Enfermagem. Diário Oficial da União, Brasília. Recuperado de <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CES03.pdf>
- Ministério da Educação (MEC). (2001b). *Resolução CNE/CES Nº 5 de 7 de novembro de 2001*. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Nutrição. Diário Oficial da União, Brasília. Recuperado de <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CES05.pdf>
- Ministério da Educação (MEC). (2002). *Resolução CNE/CES Nº 3 de 19 de fevereiro de 2002*. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Odontologia. Diário Oficial da União, Brasília. Recuperado de <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CES032002.pdf>
- Ministério da Educação (MEC). (2014). *Resolução nº 3 de 20 de junho de 2014*. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília. Recuperado de <http://www.fmb.unesp.br/Home/Graduacao/resolucao-dcn-2014.pdf>
- Ministério da Saúde (MS). (2020). *Portaria nº 454, de 20 de março de 2020*. Declara, em todo o território nacional, o estado de transmissão comunitária do coronavírus (COVID-19). Diário Oficial da União, Brasília. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-454-de-20-de-marco-de-2020-249091587>
- Romero, D. E., Maia, L. R., Muzy, J., Andrade, N., Szwarcwald, C. L., Groisman, D., & Souza, P. R. B. D. (2022). O cuidado domiciliar de idosos com dependência funcional no Brasil: Desigualdades e desafios no contexto da primeira onda da pandemia de COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, 38(5), e00216821. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216821>
- Roso, A & Romanini, M. (2014). Empoderamento individual, empoderamento comunitário e conscientização: um ensaio teórico. *Psicologia e Saber Social*, 3(1), 83-95. <https://doi.org/10.12957/psi.saber.soc.2014.12203>
- Santos, M. F. R. dos, & Oliveira, M. E. F. (2020). Saúde Mental em tempos de Covid-19: A importância do atendimento psicológico remoto. *Revista Transformar*, 14(2), 76-90.
- Santos, S. da S., Brandão, G. C. G., & Araújo, K. M. da F. A. (2020). Social isolation: A look health elderly mental during the COVID-19 pandemic. *Research, Society and Development*, 9(7), e392974244. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4244>
- Severino, A. J. (2017). *Metodologia do Trabalho Científico*. São Paulo: Cortez.
- Silva, F. C., Germano, Í. G. F., Teixeira, N. A. A., Oliveira, K. C., de Oliveira Martins, R., & Kosour, C. (2020). Projeto de extensão vida ativa-UNATI: relato de experiência durante a pandemia pela COVID-19. *Revista Extensão & Cidadania*, 8(14), 481-489. <https://doi.org/10.22481/recuesb.v8i14.7849>
- Silva, M. V. S., Rodrigues, J. D. A., Ribas, M. D. S., De Sousa, J. C. S., De Castro, T. R. O., Dos Santos, B. A., ... & Pegoraro, V. A. (2020) O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. *Enfermagem Brasil*, 19(Suppl. 4), S34-S41.
- Tavares, D. M. dos S., Oliveira, N. G. N., Guimarães, M. S. F., Santana, L. P. M., & Marchiori, G. F. (2022). Distanciamento social pela COVID-19: Rede de apoio social, atividades e sentimentos de idosos que moram só. *Cogitare Enfermagem*, 27, e78473. <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.78473>
- Tourinho, F. S. V. & Raimondi, G. A. (2020). Ensino na Saúde em Tempos de Covid-19: Acesso, iniquidades e vulnerabilidade. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(Suppl.), e164. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-EDITORIAL>
- Trindade, E. R., Sousa, G. P. C. D., Batista, L. R. M., Strobilius, R., Paz, L. P. D. S., Furia, C. L. B., & Lira, J. O. D. (2023). Ação extensionista voltada ao envelhecimento em contexto pandêmico. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 14(1), 1-11. <https://doi.org/10.36661/2358-0399.2023v14n1.12929>
- Vieira, F. G. D. (2017). Ensino de Marketing por meio de entrevista semiestruturada. *Revista Espaço Acadêmico*, 17(195), 1-8.
- World Health Organization (WHO). (2020). *Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak*. Recuperado de <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>

Como citar este artigo:

Sampaio, J. F., Raphael Feitosa Lima, T., de Souza, N. F., do Nascimento, L. S., Raphaela Feitosa Lima, T., & Costa, G. C. F. (2024). Extensão Universitária: Inovação na realização de atividades não presenciais de promoção da saúde com idosos na pandemia da COVID-19. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 15(2), 229-241.
