



Educação em saúde no Instagram: Experiência de um projeto de extensão universitária

Matheus Moraes Silva¹, André Roberto de Oliveira², Erika Sâmela de Sousa Silva³, Carla Jamily Nascimento do Nascimento⁴, Daiara Joana Lima de Farias⁵, José Ribamar Chaves Ferreira⁶, Katarine de Souza Rocha⁷, Andréia Ferreira da Silva⁸

Resumo: Objetivou-se a produção de conteúdo para o *Instagram*® com o intuito de promover a educação em saúde e prevenção de doenças. Para isso, foram realizadas reuniões semanais para definição de temas na área de saúde, os tipos de materiais visuais e linguagem mais adequadas para disseminação da informação e facilidade de entendimento. Os conteúdos foram postados na mídia social *Instagram*® (@infosaudefupa). Nesse sentido, foram postadas 138 publicações no período 15/05/2021 a 16/12/2022, tendo alcançado 7.216 perfis do *Instagram*®, 12.430 visualizações, 2.157 compartilhamentos, 1.757 curtidas e 109 comentários. As métricas descritivas indicaram que as postagens tiveram maior alcance na cidade de Castanhal-PA (42,5%), com público do gênero feminino (75,1%), na faixa etária de 18 a 34 anos (69,5%). Considerando os resultados apresentados, concluímos que as postagens do projeto no *Instagram*® foram úteis na disseminação de informações em saúde e o projeto de extensão cumpriu com o objetivo de produzir conteúdo para o *Instagram*®, aliando a teoria e a prática acadêmica na divulgação de informações em saúde e prevenção de doenças por meio digital.

Palavras-chave: Rede social; Conteúdo Educativo; Prevenção; Tecnologia da Informação

Health education on Instagram®: Experience of a university extension project

Abstract: The objective was to produce content for *Instagram*® to promote health education and disease prevention. To achieve this goal, weekly meetings were held to define topics in the health area, the types of visual materials, and the most appropriate language for disseminating information and facilitating understanding. The content was posted on the social media platform *Instagram*® (@infosaudefupa). In this context, 138 publications were posted from 05/15/2021 to 12/16/2022, reaching 7,216 *Instagram*® profiles, with 12,430 views, 2,157 shares, 1,757 likes, and 109 comments. Descriptive metrics indicated that the posts with the most significant spread were in the city of Castanhal-PA (42.5%), with a female audience (75.1%) aged between 18 and 34 years (69.5%). Considering the results presented, we conclude that the project's posts on *Instagram*® helped disseminate health information. The extension project achieved its goal of producing content for *Instagram*®, combining academic theory and practice in disseminating health information and disease prevention through digital means.

Keywords: Social media; Educational Content; Prevention; Information Technology

Originais recebidos em
22 de agosto de 2023

Aceito para publicação em
24 de julho de 2024

1
Enfermeiro, Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Pará (PPGENF/UFPA), Belém-PA, Brasil.

<https://orcid.org/0000-0002-8879-2975>

(autor para correspondência)

matheusmoraais1980@gmail.com

2
Graduando em Matemática pela Universidade Federal do Pará (UFPA), Castanhal-PA, Brasil.

3
Graduada em Enfermagem pela Universidade Paulista (UNIP), Castanhal-PA, Brasil.

4
Graduada em Enfermagem pela Universidade Paulista (UNIP), Castanhal-PA, Brasil.

5
Graduada em Medicina Veterinária pela Universidade Federal do Pará (UFPA), Castanhal-PA, Brasil.

6
Graduado em Pedagogia pela Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém do Pará, Brasil.

7
Programa de Pós-Graduação em Saúde Animal na Amazônia, Universidade Federal do Pará (UFPA), Castanhal-PA, Brasil.

8
Engenheira Sanitária, Assistente Administrativa em Educação, Universidade Federal do Pará (UFPA). Castanhal-PA, Brasil.

Introdução

A saúde é um direito humano universal. Entretanto, muitas pessoas não têm acesso aos cuidados básicos, como água potável, higiene e saneamento, ficando expostas a agentes etiológicos causadores de enfermidades (World Health Organization [WHO], 2020; WHO, 2022). Essas enfermidades podem evoluir para quadros clínicos mais graves, levando ao óbito e a altos custos sociais e econômicos, que poderiam ser evitados com prevenção, informação em saúde e melhor infraestrutura de saneamento (WHO, 2020).

Segundo o Instituto Trata Brasil, em 2019, o Brasil apresentou uma incidência de 13,01 internações por 10 mil habitantes devido a doenças de veiculação hídrica, resultando em despesas totais de R\$ 108.097.605,38. No estado do Pará, os dados foram ainda mais alarmantes, com 32,62 internações por 10 mil habitantes e custos de R\$ 9.853.658,51, respectivamente (Instituto Trata Brasil, 2019).

Em todo o mundo, milhões de pessoas são forçadas a escolher entre o cuidado com a saúde e outras despesas mensais devido à crise econômica, aos custos crescentes dos cuidados de saúde e à falta de universalização dos serviços (Organização Mundial de Saúde, 2010). No Brasil, um país com grandes desigualdades socioeconômicas regionais, cerca de 85,3% da população em situação de vulnerabilidade social na região Norte depende do atendimento de saúde gratuito através do Sistema Único de Saúde (SUS) (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2019).

Quando doentes, as pessoas muitas vezes não se cuidam devido a uma combinação de fatores, incluindo a falta de informação, a minimização dos riscos a que estão expostos, e a dificuldade de acesso ao sistema público de saúde. No entanto, é importante considerar que a adesão terapêutica é um aspecto complexo, influenciado por fatores sociais, econômicos e comportamentais (Panahi et al., 2018; Kim & Cho, 2021; Rivera-Lozada et al., 2023).

Além disso, a adesão terapêutica envolve a percepção do paciente sobre sua doença e tratamento, o que pode ser influenciado por fatores como suporte social e econômico, complexidade do regime terapêutico e qualidade da comunicação com os profissionais de saúde (Freeman-Hildreth et al., 2019; Akbari et al., 2022; Kassaw et al., 2024).

Dessa forma, a falta de informação é um componente significativo, mas por si só, a conscientização pode ser insuficiente para promover mudanças de comportamento. Outros fatores, como o suporte social, o acompanhamento contínuo e a acessibilidade dos serviços de saúde, são essenciais para garantir uma adesão terapêutica eficaz (Oliveira et al., 2020; Shahin et al., 2021; Wakai et al., 2021; Okwuosa et al., 2022; Dalto et al., 2023).

A exemplo disso, podemos citar a região Amazônica, cujas riquezas naturais, altamente valorizadas, se contrapõem ao cenário de populações vulneráveis em pequenos centros urbanos ou comunidades isoladas em áreas remotas, com difícil acesso ao sistema de saúde (Lima et al., 2012; Garnelo, 2019; A. F. Guimarães et al., 2020).

Em função da dificuldade de acesso ao sistema de saúde, agravada pelo isolamento social durante a pandemia de COVID-19, a internet tornou-se uma ferramenta de fácil manuseio e bastante utilizada para buscas sobre várias temáticas relacionadas à qualidade de vida, prevenção, causas e sintomas de problemas de saúde, diagnóstico médico, entre outros (Moretti et al., 2012).

Com a universalização da internet, as mídias sociais se tornaram uma ferramenta poderosa para a disseminação de informações sobre diversos assuntos. Milhões de pessoas, de todas as classes sociais, acessam as

plataformas em busca de informações, entretenimento e relacionamento, e as interações influenciam e moldam todas as atividades relacionadas à sociedade e aos negócios (Torres, 2009).

A ideia do projeto de extensão utilizando as mídias sociais como ferramenta surgiu do crescente acesso global à internet, principalmente através de *smartphones*. Em 2018, 99,2% da população brasileira utilizava a internet via telefone celular, com cerca de 65% dessa população localizada na região Norte do país (IBGE, 2018).

Apesar de ainda estarmos ampliando o acesso à internet, em 2020 83% dos domicílios no Brasil possuíam algum tipo de conexão à rede, sendo 91% dos domicílios de classe C e 64% dos domicílios das classes D e E (Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2020). Houve também um crescimento no acesso em áreas rurais (70%) e urbanas (83%) (Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2020).

Devido a isso, observa-se a necessidade de disseminar informações confiáveis, especialmente quando se trata de saúde e prevenção de doenças. É fundamental que essas informações sejam provenientes de órgãos de saúde oficiais e de profissionais da área, pois, em caso de incoerência, podem causar impactos negativos, gerando prejuízos sociais, financeiros e para a saúde pública (Moretti et al., 2012; Ocaña & Murias, 2018; Saraiva & Faria, 2019; Junior et al., 2020; Anjos et al., 2021; Meleo-Erwin et al., 2021).

Diante da contextualização sobre a importância da temática e devido à suspensão das atividades presenciais nas Instituições Federais de Ensino (IFES) durante a pandemia, o presente projeto de extensão foi aprovado pela Universidade Federal do Pará em 2021. O projeto teve como objetivo a produção de conteúdo para o *Instagram*[®] com o intuito de promover a disseminação de informações sobre saúde e prevenção de doenças.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, que apresenta as atividades de extensão desenvolvidas no projeto intitulado "Utilização das mídias sociais como meio de disseminação da informação em saúde e prevenção de doenças" (aprovado no EDITAL PROEX N° 01/2021) da Universidade Federal do Pará (UFPA), com vigência do ano 2021 a 2022.

No primeiro ano do projeto, a equipe de trabalho foi constituída por uma coordenadora com doutorado na área de saúde pública, uma médica veterinária, um pedagogo e uma bolsista graduanda em medicina veterinária. No segundo ano, a coordenação permaneceu a mesma, mas a equipe foi ampliada por meio de parcerias com outras instituições privadas de ensino da região, incluindo colaboradores voluntários e graduandos de enfermagem, farmácia e educação física.

Para a produção de conteúdo, foram feitas postagens no formato de imagens (*Posts*), vídeos curtos (*Reels*) e *Stories* relacionadas à temática escolhida. Os temas abordados incluíram o conceito da doença/infecção, sinais e sintomas, fatores de risco, diagnóstico, tratamento e formas de prevenção.

Assim como executado por Gonçalves et al., (2021), o acompanhamento das atividades do projeto no *Instagram*[®] foi realizado através das funcionalidades métricas do próprio aplicativo. As análises realizadas incluíram: alcance (quantidade de perfis únicos que viram as postagens durante o período analisado, considerando também o total de contas atingidas e quais publicações tiveram melhor desempenho); impressões (o número total de vezes que as postagens foram visualizadas, independentemente de ser a primeira vez); e interação (soma de curtidas e comentários). Além disso, analisou-se o perfil das contas alcançadas que acessaram as publicações, incluindo informações sobre as cidades com maior concentração do público, faixa etária e gênero.

Resultados e Discussão

Para melhor compreensão, este relato estará organizado nas seguintes subseções: métricas descritivas do perfil *@infosaúde_ufpa*, planejamento da equipe, confecção do conteúdo, análise das postagens e experiências e aprendizados.

Métricas descritivas do perfil @infosaúde_ufpa

De acordo com as métricas disponibilizadas pelo *Instagram*[®], até o dia do levantamento de dados, o perfil possuía 288 seguidores. Destes, 75,1% eram mulheres, com faixa etária entre 18 e 34 anos (69,5%). Em relação à distribuição territorial, observou-se predominância de seguidores em cinco cidades. No *ranking*, o município de Castanhal-PA ocupou o primeiro lugar com 42,3%, seguido por Belém-PA (18,7%), Ananindeua-PA (4,8%), São Francisco do Pará-PA (2,4%) e Santa Izabel do Pará-PA (2,4%).

As postagens iniciaram durante a pandemia de COVID-19 e ocorreram no período de 15 de maio de 2021 a 16 de dezembro de 2022. Foram publicadas 138 postagens no perfil oficial do projeto, das quais 94 foram *Reels* e 44 foram imagens. Essas postagens alcançaram um total de 17.216 perfis do *Instagram*[®], com 12.430 visualizações, 2.157 compartilhamentos, 1.757 curtidas e 109 comentários.

Planejamento da equipe

A equipe realizou reuniões semanais de planejamento por meio do *Google Meet*[®]. Essas reuniões aconteciam às sextas-feiras e tinham duração de uma hora e meia, com o objetivo de definir as temáticas das postagens a serem abordadas durante o cronograma semanal, bem como estratégias para alcançar mais seguidores, orientações sobre como as postagens deveriam ser confeccionadas, *Feedbacks*, oportunidades de escrita científica, eventos, entre outros.

Em 2021, o conteúdo produzido era postado às quartas-feiras, com temas voltados para a saúde pública, saúde animal, arboviroses e zoonoses (Quadro 1). O intuito dessas postagens era promover informações de saúde relacionadas à prevenção de doenças e agravos. Os temas eram escolhidos de acordo com sugestões dos integrantes da equipe, e as publicações apresentavam textos concisos, objetivos e de fácil entendimento.

Ao longo de 2022, as publicações foram realizadas duas vezes por semana, e as temáticas eram definidas com base no calendário de temas trabalhados pelo Ministério da Saúde (Quadro 2). Às quartas-feiras, eram feitas postagens mais completas, contendo todas as informações pertinentes à doença/infecção e formas de prevenção. Já às sextas-feiras, eram feitas postagens mais simples, como "dicas" sobre temas variados relacionados à saúde e qualidade de vida.

Confecção das postagens

No que se refere à confecção das postagens, cada integrante da equipe foi responsável por desenvolver, pesquisar, sintetizar os conteúdos e confeccionar o material no aplicativo *Canva*[®], conforme o cronograma de revezamento acordado nas reuniões. Essas postagens foram elaboradas a partir de pesquisas em artigos científicos, livros, *sites* e materiais relevantes sobre os temas.

Quadro 1. Temas das postagens realizadas no ano de 2021 no *Instagram*®.

Mês	Tema	Mês	Tema
Maio	- Apresentação do projeto - Diagnóstico COVID-19	Setembro	- Você sabia? (Tuberculose em animais) - Tuberculose em animais - Protozoários - Doença de chagas
Junho	- Leishmaniose (parte 1) - Leishmaniose (parte 2)	Outubro	- Saneamento básico - COVID-19 - Outubro rosa: câncer de mama - Dengue - Saúde pública e saneamento
Julho	- Leishmaniose (parte 3) - Toxoplasmose	Novembro	- Qualidade microbiológica da água - Novembro azul: câncer de próstata - Larva migrans cutânea - Salmonelose
Agosto	- Raiva (parte 1) - Raiva (parte 2) - Você sabia (tuberculose)? - Tuberculose humana - Você sabia (tuberculose em animais)?	Dezembro	- Pressão Arterial - Doação de sangue - Dezembro vermelho: HIV/AIDS - Dezembro laranja: câncer de pele - Leptospirose - Sífilis - Importância de lavar as mãos

O conteúdo da postagem era revisado pela coordenadora do projeto, que sugeria correções e adequações antes da publicação no perfil. Além disso, o material era revisado por um pedagogo para avaliar a didática e a facilidade de entendimento.

Durante o projeto, foram utilizadas várias estratégias para compartilhar informações sobre educação em saúde. Entre elas, destacam-se a utilização de *Posts* com cores atrativas e linguagem acessível e de fácil entendimento, para que o leitor/seguidor tivesse interesse em visualizar, curtir e compartilhar as publicações do projeto (Figura 1).

Durante o processo de confecção das postagens, a equipe enfrentou dificuldades na utilização da plataforma de *Design* gráfico para a produção dos *Posts*, na busca por informações de fontes seguras e na adequação da linguagem técnica para facilitar o entendimento pelo leitor. Essas dificuldades também foram observadas por Monteiro et al. (2020) e Sotero et al. (2021).

Ademais, para reforçar a expectativa do leitor sobre os temas abordados, foram postadas enquetes de perguntas e respostas nos "*Stories*" às segundas-feiras, antecipando a temática das postagens de quarta-feira. O objetivo era interagir com o público e estimular a curiosidade (Figura 2).

Quadro 2. Temas das postagens realizadas no ano de 2022 no *Instagram*®.

Mês	Tema	Mês	Tema
Janeiro	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade física - Doença de Chagas - Sintomas de COVID-19 X GRIPE - Sífilis Congênita - Teste de COVID-19 - Escabiose - Janeiro branco: saúde mental - Janeiro roxo: hanseníase 	Julho	<ul style="list-style-type: none"> - Benefícios do uso do protetor solar todos os dias! - Albinismo - Colesterol alto: como evitar! - Hepatite - Queimaduras por águas-vivas e caravelas - Pterígio: você sabe o que é? - Por que a vacina BCG é fundamental? - Câncer de boca e Teste do pezinho
Fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> - Dia nacional da mamografia - Síndrome de Asperger - Lúpus - Importância do consumo de água - Esquistossomose ou "barriga d'água" - Epilepsia - Previna-se (use preservativo) 	Agosto	<ul style="list-style-type: none"> - Doenças de chagas em humanos: <i>repost!</i> - Leptospirose - Sarampo: você sabe o que é e como se prevenir? - Varíola dos macacos - Escalpelamento: você o que é? - De olho nos olhos: Saúde ocular - Aleitamento materno: você sabe a importância? - Leishmaniose - Ataque cardíaco: é importante saber! - Tuberculose
Março	<ul style="list-style-type: none"> - Transtorno Bipolar - Anisakiase (verme do sushi) - Intoxicação alimentar - Diferenças entre hipotireoidismo e hipertireoidismo - Tuberculose - Saúde bucal - A importância do sono de qualidade - Câncer do colo do útero 	Setembro	<ul style="list-style-type: none"> - Trombose - Fibrose cística - Doação de medula óssea - Retinoblastoma - Primeiros socorros: Acidentes ofídicos - Acidente Vascular Cerebral - Apendicite - Setembro amarelo: prevenção ao suicídio - SUS: Sistema Único de Saúde
Abril	<ul style="list-style-type: none"> - Fibromialgia - Anemia falciforme - Gastrite - Hemofilia - Meningite - Mal de parkinson - Infecção urinária - Cuidados com a voz! 	Outubro	<ul style="list-style-type: none"> - Osteoporose: você sabe o que é? - TDAH - Gordura no fígado - A importância da vacina! - Artrite reumatoide - Doação do cordão umbilical! - Outubro rosa: câncer de mama - Doença da "urina preta" (doença de haff)
Maio	<ul style="list-style-type: none"> - Malária - Dicas de alimentação p/ pessoas com hipertensão - Refluxo gastroesofágico - Doação de leite materno - Doença celíaca - Risco da automedicação - Doenças reumáticas - Benefícios/ riscos do consumo de ostras 	Novembro	<ul style="list-style-type: none"> - Escoliose - Doença pulmonar obstrutiva crônica - Novembro azul: câncer de próstata - Prevenção à surdez - Poliomielite (paralisia infantil) - Conscientização sobre o uso de antibiótico - Importância da imunização - Carcinoma de Merkel: câncer de pele - Herpes-zóster
Junho	<ul style="list-style-type: none"> - Glaucoma - Dicas: como cuidar da saúde digestiva - Diabetes - Asma - Dia mundial do vitiligo - Consequências do uso do tabaco! - Esclerose Lateral Amiotrófica - Primeiros socorros: queimaduras - Alzheimer 	Dezembro	<ul style="list-style-type: none"> - Combate à violência contra as mulheres! - Miomas uterinos: você sabe o que é? - Como lidar com uma crise de ansiedade! - Câncer de estômago - Exoftalmia: doença dos olhos saltados



Figura 1. Sequência de imagens com exemplos de postagens realizadas no perfil oficial @infosaudefupfa.



Figura 2. Stories postados no perfil @infosaudefupfa. Fonte: Autores (2022).

Análise das postagens

As postagens foram analisadas quantitativamente por meio das métricas do próprio aplicativo, com o objetivo de comparar quais publicações obtiveram os maiores números de visualizações. Nesse sentido, foram identificados, respectivamente, os seguintes temas: Alzheimer, fibrose cística, varíola dos macacos e ansiedade.

O tema Alzheimer apresentou o maior percentual de visualizações (32,16%). Esse achado pode estar relacionado ao fato de a doença ser a síndrome demencial mais comum na população brasileira, o que pode ter gerado preocupação em relação à doença, seus sintomas, fatores de risco e possíveis formas de prevenção (WHO, 2005, T. M. R. Guimarães et al., 2020).

A segunda postagem com maior número de visualizações foi sobre "Fibrose cística", contabilizando 28,03%. Esse resultado pode estar associado ao fato de a doença ainda ser pouco conhecida pela população. Além disso, por se tratar de uma doença respiratória e pelo fato de ainda estarmos vivenciando o período pós-pandemia de COVID-19, qualquer problema de saúde relacionado à questão respiratória continua a causar bastante preocupação (Miranda & Santi, 2022).

A publicação sobre "Varíola dos macacos" também apresentou um grande percentual de visualizações, representando 24,81%, ocupando o terceiro lugar no *Ranking* das mais visualizadas. Esse resultado pode estar relacionado ao fato de essa doença ter estado em evidência nos meios de comunicação e ter infectado diversas pessoas ao redor do mundo. Diante disso, as pessoas têm buscado mais informações sobre a doença, como sintomas, formas de transmissão e prevenção, com o intuito de evitar que ela se torne uma pandemia, como a COVID-19 (Rizk et al., 2022).

A postagem "Como lidar com uma crise de ansiedade" ocupou o quarto e último lugar no *Ranking* dos mais acessados, representando 15% das visualizações. Esse resultado pode estar associado às diversas dúvidas que os seguidores tinham em relação a como proceder durante uma crise de ansiedade, visto que uma grande parcela da população vem apresentando sintomas de ansiedade desde o isolamento social, provocado pelas preocupações, incertezas e medos durante a pandemia de COVID-19 (Barros et al., 2020).

Experiências e aprendizados

Em virtude da pandemia de COVID-19, o distanciamento social impediu a convivência nos espaços sociais e acadêmicos, com o objetivo de reduzir os índices de infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2). Nesse sentido, houve a necessidade de adaptar o ensino-aprendizagem para que os discentes não fossem prejudicados (Gonçalves et al., 2021).

Dessa forma, foram utilizados diversos meios para promover o ensino e a educação aos discentes. Entre essas ferramentas, a rede social *Instagram*[®] apresentou grande relevância para prosseguir com o compartilhamento de informações sobre saúde e prevenção de doenças proporcionadas pelos projetos de ensino e extensão, já que houve um distanciamento físico entre os estudantes e a comunidade (Sousa Júnior et al., 2020; Gonçalves et al., 2021; Ferreira et al., 2022).

A pesquisa TIC realizada nos domicílios do Brasil indicou que as buscas na internet relacionadas a informações ou serviços de saúde contabilizaram 53% no ano de 2020 (Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2020). Isso confirma o crescente domínio da população sobre a internet e o acesso a outras mídias, onde milhões de pessoas buscam informações *online* sobre saúde, comunicam-se com outros pacientes e trocam informações sobre seus tratamentos e cura (Nettleton et al., 2005; Smailhodzic et al., 2016; Nazareth, 2018).

O *Instagram*[®] foi uma excelente ferramenta para promover a educação em saúde, visto que é popular e amplamente utilizado até mesmo por agências de saúde em todo o mundo (Boulos et al., 2016). Nesse sentido,

foi possível transmitir informações de educação em saúde de maneira atraente e acessível, simplificando conceitos e tornando-os mais compreensíveis para o público.

No entanto, é essencial articular as ações de extensão por meio das redes sociais de forma a garantir uma interação dialógica, evitando a transmissão unidirecional de conhecimentos da universidade para a população. A interação dialógica implica em um processo bidirecional de comunicação, em que a comunidade não apenas recebe informações, mas também contribui ativamente com suas percepções e conhecimentos, enriquecendo o processo educativo e tornando-o mais inclusivo e efetivo (Forproex, 2012). Para isso, estratégias como enquetes interativas, sessões de perguntas e respostas em tempo real e grupos de discussão *online* podem ser implementadas para fomentar um diálogo contínuo e relevante.

Além disso, a curricularização das ações de extensão, conforme recomendado pelas diretrizes nacionais da educação superior (Resolução CNE/CES nº 7, de 18 de dezembro de 2018 - Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira), pode ser favorecida pelo uso de redes sociais. Ao integrar essas ações no currículo acadêmico, é possível promover a formação integral dos estudantes, desenvolvendo competências não apenas técnicas, mas também sociais e comunicativas, essenciais para o exercício profissional.

É importante ressaltar que, embora o acesso à informação seja um passo importante, nem sempre é suficiente para produzir mudanças de comportamento em saúde (Pugatch et al., 2018; Jia et al., 2021; Shimazaki et al., 2022). A efetividade das ações educativas depende de diversos fatores, incluindo a relevância e aplicabilidade da informação para o contexto do público-alvo, o suporte contínuo para a implementação das práticas recomendadas e a motivação intrínseca dos indivíduos para adotar novos comportamentos (Anggainsi & Supriyono, 2021; Shimazaki et al., 2022; Carvalho et al., 2023).

No que se refere à formação dos discentes, a produção de conteúdo sobre saúde e prevenção de doenças demonstrou ser uma experiência que contribui de maneira significativa para o processo de ensino-aprendizagem. A execução prática, o desenvolvimento de novas habilidades, o conhecimento adquirido sobre as temáticas abordadas e a divulgação científica baseada em evidências são elementos que enriqueceram a formação dos discentes.

Ao selecionar, sintetizar e apresentar informações de maneira clara e confiável, os discentes aprimoraram suas habilidades de comunicação, pesquisa em materiais de fontes seguras e a adaptação da linguagem para diferentes públicos.

Além disso, é relevante mencionar o trabalho em equipe, que, mesmo à distância, facilitou diferentes trocas de conhecimentos entre os integrantes, intensificando os valores propostos pela educação interprofissional em saúde. Essa forma de educação tem como objetivo o envolvimento de duas ou mais profissões para assegurar a formação de profissionais mais aptos e eficazes no trabalho em equipe, aprimorando assim a colaboração e a qualidade da atenção à saúde (Couto et al., 2022).

Conforme também apresentado por Resende et al. (2022), o estudo apresentou limitações, como a necessidade de os indivíduos possuírem um dispositivo eletrônico com acesso à *Internet*, o que pode dificultar o acesso às informações publicadas no perfil oficial do projeto. Outra limitação foi a incapacidade de analisar o impacto das publicações nos seguidores, pois nenhum instrumento de avaliação qualitativa das interações *online* foi aplicado.

A análise das métricas de desempenho das postagens no *Instagram*[®] revelou um alcance significativo e uma boa interação com o público. No entanto, as interações digitais podem ser superficiais, limitando-se a curtidas e compartilhamentos sem um engajamento mais profundo. A comunicação unidirecional, na qual a universidade transmite informações para a população sem receber um *feedback* substancial, também pode

limitar a eficácia das ações de extensão. Para superar esses desafios, é essencial promover uma interação dialógica, através da qual a comunidade participa ativamente, compartilhando suas experiências e contribuindo para a construção coletiva do conhecimento.

Considerações Finais

A produção de conteúdo para o *Instagram*[®] com o objetivo de promover a disseminação de educação em saúde e prevenção de doenças é uma jornada que combina criatividade e responsabilidade. É essencial utilizar informações atualizadas e de fontes seguras, evitando compartilhar mitos ou informações não comprovadas.

Considerando as métricas apresentadas, é possível que as postagens tenham facilitado o acesso de informações de saúde ao público, mesmo durante o período da pandemia de COVID-19. O bom alcance das postagens foi possível devido ao empenho da equipe em adaptar-se ao trabalho remoto e produzir material visual informativo, em linguagem acessível e de fácil entendimento, exercitando habilidades conforme previsto nas diretrizes nacionais da educação para os cursos de graduação.

Em suma, as ações de extensão apoiadas na interação digital, como o uso do *Instagram*[®] para promover a educação em saúde, mostraram-se eficazes em termos de alcance e engajamento. No entanto, para garantir um impacto efetivo, é fundamental reconhecer as limitações dessa abordagem. A integração de estratégias que promovam uma interação dialógica e a inclusão da comunidade no processo de construção do conhecimento são passos essenciais para aumentar a eficácia das ações de extensão universitária apoiadas unicamente por meios digitais.

Além disso, a curricularização dessas ações de extensão pode desempenhar um papel vital no desenvolvimento de competências integradas nos estudantes, preparando-os melhor para enfrentar os desafios profissionais e contribuir de forma mais efetiva para a sociedade. É importante continuar explorando e refinando essas estratégias para maximizar os benefícios e minimizar as limitações das ações de extensão digital.

Agradecimentos

À Pró-Reitoria de Extensão - PROEX da Universidade Federal do Pará (UFPA), pelo suporte institucional.

Contribuição de cada autor

Os autores M.M.S., A.R.O.S., E.S.S.S., J.R.C.F., K.S.R., A.F.S. participaram da concepção, planejamento, análise ou interpretação dos dados, redação do artigo ou sua revisão intelectual crítica e responsabilidade pela aprovação final para publicação. A.F.S. também atuou como coordenadora e orientou os bolsistas e voluntários.

Referências

- Akbari, M., Seydavi, M., Rowhani, N. S., & Nouri, N. (2022). Psychological predictors of treatment adherence among patients with diabetes (types I and II): Modified information–motivation–behavioural skills model. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 29(6), 1854-1866. <https://doi.org/10.1002/cpp.2746>
- Anggani, N. L. V., & Supriyono, B. (2021). The Improvement of Health Behavior: Collaboration among health information access, health literacy and health empowerment variable. *International Journal of Social Science and Human Research*, 4(09), 2523-2529. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v4-i9-35>
- Anjos, A.S.M., Casam, P.C., & Maia, J.S. (2021). As fakes News e seus impactos na saúde da sociedade. *Revista PubSaúde*, 5(141), 1-7. <https://dx.doi.org/10.31533/pubsau5.a141>
-

-
- Barros, M. B. D. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. D., Romero, D., ... & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de saúde*, 29(4), e2020427. <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>
- Boulos, W.J., Pinho Neto, J.F.S., & Cordula, F.R. (2016). *Instagram and WhatsApp in health and healthcare: An overview. Future Internet*, 8(37), 1-14. <https://doi.org/10.3390/fi8030037>
- Carvalho, M., Byrne, M., Kenny, E., Caba, M., Hadjiconstantinou, M., Dunbar, J., Powell, S., & McSharry, J. (2023). Understanding how self-management education and support programmes for type 2 diabetes are expected to change behaviour: A document analysis of two programmes. *Diabetic medicine: A journal of the British Diabetic Association*, 41(4), e15233. <https://doi.org/10.1111/dme.15233>
- Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br). (2020). Pesquisa sobre o uso das tecnologias da informação e comunicação no Brasil: TIC Domicílios. Relatório metodológico. São Paulo: CGI.br. Recuperado de <https://cetic.br/pt/publicacao/resumo-executivo-pesquisa-sobre-o-uso-das-tecnologias-de-informacao-e-comunicacao-nos-domicilios-brasileiros-tic-domicilios-2020/>
- Ferreira, J. C., Ferreira de Oliveira, J. C., Cunha Lemos, V., Paulino Pena, H., & Lima, M. D. C. (2022). Ação extensionista em anatomia e primeiros socorros via Instagram. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 13(3), 357-366. <https://doi.org/10.36661/2358-0399.2022v13n3.12912>
- Couto, M. K., Valderrama, A. Y. O., Logullo, V. V., Altoé, A. L., da Costa Bornelli, I. L., & Goya, S. (2022). Ensino presencial e remoto na pandemia da COVID-19: Relatos de experiência na disciplina de atenção em saúde (UEM). *Arquivos do Mudi*, 26(2), 13-28. <https://doi.org/10.4025/arqmudi.v27i2.63184>
- Dalto, S. C., Romanelli, A., Violati, M., Zucca, M., Ferrandi, F., Galeone, C., ..., & Montefusco, V. (2023). Improving therapeutic adherence in oncohematological patients with a software application: The Margherita study. *Blood*, 142, 5072. <https://doi.org/10.1182/blood-2023-180245>
- Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras (FORPROEX). (2012). Política Nacional de Extensão Universitária. Recuperado de <http://www.renex.org.br/documentos/2012-07-13-Politica-Nacional-de-Extensao.pdf>
- Freeman-Hildreth, Y., Aron, D., Cola, P. A., & Wang, Y. (2019). Coping with diabetes: Provider attributes that influence type 2 diabetes adherence. *PloS One*, 14(4), e0214713. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214713>
- Garnelo, L. (2019). Especificidades y desafíos de las políticas públicas de salud en la Amazonia. *Cadernos de Saúde Pública*, 35, e00220519. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00220519>
- Gonçalves, M. I. A., de Melo, M. E. F. A., Araujo, T. O., & Antero, M. B. (2021). Tempos de pandemia: Educação em saúde via redes sociais. *Revista de Extensão da UPE*, 6(1), 38-45. <https://doi.org/10.56148/2675-2328reupe.v6n1.145.pp38-45>
- Guimarães, A. F., Barbosa, V. L. M., Silva, M. P. D., Portugal, J. K. A., Reis, M. H. D. S., & Gama, A. S. M. (2020). Acesso a serviços de saúde por ribeirinhos de um município no interior do estado do Amazonas, Brasil. *Revista Pan-Amazônica de Saúde*, 11(0), e202000178. <http://dx.doi.org/10.5123/s2176-6223202000178>
- Guimarães, T. M. R., Silva, K. N. F., de Oliveira Cavalcanti, H. G., de Souza, I. C. A., dos Santos Leite, J., da Silva, J. T. B., ..., & de Lima, F. M. (2020). Assistência de enfermagem aos pacientes com Doença de Alzheimer em cuidados paliativos: Revisão sistemática. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (38), e1984-e1984. <https://doi.org/10.25248/reas.e1984.2020>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). (2018). Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - Acesso à internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal. Recuperado de <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca%20catalogo?view=detalhes&id=2101631>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). (2019). Pesquisa Nacional de Saúde 2019: informações sobre domicílios, acesso e utilização dos serviços de saúde: Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Rio de Janeiro: IBGE.
-

-
- Instituto Trata Brasil. (2019). Painel do Saneamento Brasil. *Região Norte*. Recuperado de <https://www.painelsaneamento.org.br/saneamento-mais?id=1&S%5Bid%5D=1>
- Jia, X., Pang, Y., & Liu, L. S. (2021). Online health information seeking behavior: A systematic review. *Healthcare*, 9(12), 1740. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121740>
- Kassaw, A. T., Sendekie, A. K., Minyihun, A., & Gebresillassie, B. M. (2024). Medication regimen complexity and its impact on medication adherence in patients with multimorbidity at a comprehensive specialized hospital in Ethiopia. *Frontiers in Medicine*, 11, 1369569. <https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1369569>
- Kim, H., & Cho, M. K. (2021). Factors influencing self-care behavior and treatment adherence in hemodialysis patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 12934. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412934>
- Lima, V. M., da Costa, S. M. F., Mendes, J. A., & Montoia, G. M. (2012). O desafio da saúde pública em pequenas cidades da amazônia: Um estudo de caso em ponta de pedras-ilha do marajó/Pará-Brasil. *Revista Univap*, 18(31), 58-70. <https://doi.org/10.18066/revunivap.v18i31.32>
- Meleo-Erwin, Z. C., Basch, C. H., Fera, J., & Smith, B. (2021). Discussion of weight loss surgery in Instagram posts: successive sampling study. *JMIR Perioperative Medicine*, 4(2), e29390. <https://doi.org/10.2196/29390>
- Miranda, C. V., & Santi, E. D. C. (2022). Fibrose cística-diagnósticos e perspectivas de tratamentos. *Visão Acadêmica*, 23(2).
- Monteiro, Í. V. B., Andrade, I. Q., Rabêlo, J. W. C., Gomez, L. A. S., & de Souto, J. T. (2020). Uso da ferramenta de mídia social, Instagram, como meio para contribuir na construção do conhecimento, difundir informações científicas e combater “Fake News” durante a pandemia da COVID-19: Relato de Experiência. *Revista Extensão & Sociedade*, 12(1). <https://doi.org/10.21680/2178-6054.2020v12n1ID20865>
- Moretti, F. A., Oliveira, V. E. D., & Silva, E. M. K. D. (2012). Acesso a informações de saúde na internet: uma questão de saúde pública? *Revista da Associação Médica Brasileira*, 58, 650-658. <https://doi.org/10.1590/S0104-42302012000600008>
- Nazareth, R. T. (2019). Saúde e mídia social: As fakes news que matam. *Unisanta Law and Social Science*, 7(3), 593-604.
- Nettleton, S., Burrows, R., & O'Malley, L. (2005). The mundane realities of the everyday lay use of the internet for health, and their consequences for media convergence. *Sociology of Health & Illness*, 27(7), 972-992. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2005.00466.x>
- Okwuosa, O., Nwajei, N., Owolabi, O., Ibuaku, I., Olowabi, O., & Aniekwensi, A. (2022). The relationship between perceived social support and medication adherence among adult type 2 diabetes mellitus patients attending the diabetes clinic in a tertiary health institution in south-Nigeria. *International Journal of Health, Medicine and Nursing Practice*, 4(2), 82–93. <https://doi.org/10.47941/ijhmp.1067>
- Oliveira, R., Primeira, M., Santos, W., Paula, C., & Padoin, S. (2020). Association between social support and adherence to anti-retroviral treatment in people living with HIV. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 41, e20190290. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190290>
- Ocaña, J. M., & Murias, T. F. (2020). Percepciones en la búsqueda de información y educación para la salud en entornos virtuales en español. *Revista Española de Salud Pública*, 92, e201808022.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2010). Relatório Mundial da Saúde - Financiamento dos sistemas de saúde: O caminho para a cobertura universal. Lisboa: Comunidade dos Países de Língua Portuguesa. Recuperado de https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/44371/9789899717848_por.pdf
- Panahi, R., Kazemi, S. S., Karami Juyani, A., & Pishvaei, M. (2018). Health literacy and self-care in patients. *Journal of Research and Health*, 8(5), 392-393. <http://dx.doi.org/10.29252/jrh.8.5.392>
- Pugatch, J., Grenen, E., Surla, S., Schwarz, M., & Cole-Lewis, H. (2018). Information architecture of web-based interventions to improve health outcomes: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 20. <https://doi.org/10.2196/jmir.7867>
-

- Resende, I. L., Lima, M. J. L., Dos Santos, P. M. F., Antunes, M., & Pan, R. (2022). Utilização de perfil em rede social para divulgação de informação em saúde da criança: relato de experiência. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 13(1), 125-136. <https://doi.org/10.36661/2358-0399.2022v13n1.12432>
- Rivera-Lozada, O., Rivera-Lozada, I. C., & Bonilla-Asalde, C. A. (2023). Access to health services and its influence on adherence to treatment of arterial hypertension during the COVID-19 pandemic in a hospital in Callao, Peru: A cross-sectional study. *F1000Research*, 12, 1215. <https://doi.org/10.12688/f1000research.141856.2>
- Rizk, J. G., Lippi, G., Henry, B. M., Forthal, D. N., & Rizk, Y. (2022). Prevention and treatment of monkeypox. *Drugs*, 82(9), 957-963. <https://doi.org/10.1007/s40265-022-01742-y>
- Saraiva, L. J., & Faria, J. D. (2019). A Ciência e a Mídia: A propagação de *Fake News* e sua relação com o movimento anti-vacina no Brasil. In Congresso Brasileiro De Ciências Da Comunicação, 42. Belém (PA). Recuperado de <https://portalintercom.org.br/anais/nacional2019/resumos/R14-1653-1.pdf>
- Shahin, W., Kennedy, G. A., & Stupans, I. (2021). The association between social support and medication adherence in patients with hypertension: A systematic review. *Pharmacy Practice*, 19(2), 2300. <https://dx.doi.org/10.18549/pharmpract.2021.2.2300>
- Shimazaki, T., Okoshi, H., Yamauchi, T., Takenaka, K., & Suka, M. (2022). The process of behavioral change in individuals who are uninterested in health: A qualitative study based on professional health knowledge. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 27, 32-32. <https://doi.org/10.1265/ehpm.22-00072>
- Smailhodzic, E., Hooijmsa, W., Boonstra, A., & Langley, D. J. (2016). Social media use in healthcare: A systematic review of effects on patients and on their relationship with healthcare professionals. *BMC Health Services Research*, 16(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1691-0>
- Sotero, A. M., Ribeiro, L. O., Menezes, M. S., Coelho, N. M. R., Junior, P. C. T. B., Gama, T. C. C. L., ... & Moura, K. L. S. (2021). O uso do Instagram como estratégia de promoção à saúde do PET Saúde/Interprofissionalidade. *Revista de Extensão da UPE*, 6(1), 3-11. <https://doi.org/10.56148/2675-2328reupe.v6n1.199.pp3-11>
- Sousa Júnior, J. H., Raasch, M., Soares, J. C., & de Sousa, L. V. H. A. (2020). Da Desinformação ao Caos: Uma análise das *Fake News* frente à pandemia do Coronavírus (COVID-19) no Brasil. *Cadernos de Prospecção*, 13(2), 331-331. <https://doi.org/10.9771/cp.v13i2.35978>
- Torres, C. (2009). *A Bíblia do marketing digital* Novatec. São Paulo: Novatec.
- Wakai, E., Ikemura, K., Kato, C., & Okuda, M. (2021). Effect of number of medications and complexity of regimens on medication adherence and blood pressure management in hospitalized patients with hypertension. *PLoS One*, 16(6), e0252944. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252944>
- World Health Organization (WHO). (2005). *Envelhecimento ativo: Uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde. Recuperado de https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
- World Health Organization (WHO). (2020). *State of the world's sanitation: An urgent call to transform sanitation for better health, environments, economies and societies*. New York: United Nations Children's Fund (UNICEF) and the World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Water, sanitation and hygiene (WASH)*. Ginebra: World Health Organization. Recuperado de https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash#tab=tab_1

Como citar este artigo:

Moraes Silva, M., de Oliveira, A. R., de Sousa Silva, E. S., do Nascimento, C. J. N., de Farias, D. J. L., Ferreira, J. R. C., Rocha, K. S., & da Silva, A. F. (2024). Educação em saúde no Instagram: Experiência de um projeto de extensão universitária. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 15(3), 357-369.
