

A UNITAU NA COMUNIDADE: RELATOS DE PRÁTICAS DE EXTENSÃO vol.2

Luzimar Goulart Gouvêa
Renato de Sousa Almeida
Rodrigo Machado da Silva
Thais Travassos
Virginia Mara Próspero da Cunha
Organizadores





Luzimar Goulart Gouvêa
Renato de Sousa Almeida
Rodrigo Machado da Silva
Thais Travassos
Virginia Mara Próspero da Cunha
Organizadores

A UNITAU na comunidade: relatos de práticas de extensão

Volume 2



Taubaté | SP
2021

EXPEDIENTE EDITORA

edUNITAU

| Diretora-Presidente: Profa. Dra. Nara Lúcia Perondi Fortes

Conselho Editorial

| Pró-reitora de Extensão: Profa. Dra. Leticia Maria Pinto da Costa
| Assessor de Difusão Cultural: Prof. Me Luzimar Goulart Gouvêa
| Coordenador do Sistema Integrado de Bibliotecas
Felipe Augusto Souza dos Santos Rio Branco
| Representante da Pró-reitoria de Graduação
Profa. Ma. Silvia Regina Ferreira Pompeo Araújo
| Representante da Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação
Profa Dra. Cristiane Aparecida de Assis Claro
| Área de Biociências Profa. Dra. Adriana Leônidas de Oliveira
| Área de Exatas: Prof. Me. Alex Thaumaturgo Dias
| Área de Humanas: Prof. Dr. Moacir José dos Santos

Projeto Gráfico

| NDG – Núcleo de Design Gráfico da Universidade de Taubaté
| Capa: Alessandro Squarcini
| Diagramação: Alessandro Squarcini
| Fotos: Acervo dos projetos
| Impressão: Eletrônica (e-book)

Ficha Catalográfica

| Bibliotecária Ana Beatriz Ramos - CRB-8/6318

Sistema Integrado de Bibliotecas - SIBi/ UNITAU Grupo Especial de Tratamento da Informação - GETI

U581 A UNITAU na comunidade : relatos de práticas de extensão
[recurso eletrônico] / organizado por Luzimar Goulart
Gouvêa... [et al.]. Dados eletrônicos. – Taubaté: EdUnitau,
2021.

Formato: PDF
Requisitos do sistema: Adobe
Modo de acesso: world wide web

ISBN 978-65-86914-22-1 (on-line)

1. Extensão universitária. 2. Estágio. 3. Estudantes
universitários. 4. Ensino por projetos. I. Almeida, Renato de Sousa
(org.). II. Silva, Rodrigo Machado da (org.). III. Travassos, Thais
(org.). IV. Cunha, Virginia Mara Prósperoda (org.). V. Pró-reitoria
de Extensão. Universidade de Taubaté. VI. Título.

CDD – 378

Índice para Catálogo sistemático

Extensão universitária – 378

Estágio – 370.7

Estudantes universitários – 378

Ensino por projetos – 378.007

Copyright © by Editora da UNITAU, 2021

Nenhuma parte desta publicação pode ser gravada, armazenada em sistema eletrônico, fotocopiada, reproduzida por meios mecânicos ou outros quaisquer sem autorização prévia do editor.

Sumário

Apresentação.....	8
<i>Luzimar Goulart Gouvêa</i>	
<i>Renato de Sousa Almeida</i>	
<i>Rodrigo Machado da Silva</i>	
<i>Thais Travassos</i>	
<i>Virginia Mara Próspero da Cunha</i>	
Prefácio.....	9
<i>Letícia Maria Pinto da Costa</i>	
PARTE 1: VIVÊNCIAS ANTERIORES À PANDEMIA	
Educando em saúde transformando vidas: educador e educando.....	11
<i>Teresa Celia de Mattos Moraes dos Santos</i>	
<i>Vania Maria de Araújo Giaretta</i>	
<i>Karina Tirelli Alves Ribeiro</i>	
<i>João Vitor Aparecida Silva</i>	
Atividade física para colaboradores da Universidade de Taubaté.....	21
<i>Edésio dos Santos</i>	
<i>Luiz Antonio Alcantara Cembraneli Jr.</i>	
Projeto “Educação em saúde bucal”: atuação com pré-escolares na cidade de Taubaté – Relato de Experiência.....	32
<i>Nivaldo André Zöllner</i>	
<i>Edison Tibagy Dias de Carvalho Almeida</i>	
<i>Mario Celso Peloggia</i>	
As experiências da prática da GPT no ensino infantil.....	41
<i>Fernanda Rabelo Prazeres</i>	
<i>Ketrin Barbosa dos Santos</i>	
<i>Lídia Amália Cardamoni dos Santos</i>	
Educação Patrimonial: as relações de identidade entre patrono e Comunidade escolar.....	51
<i>Rachel Duarte Abdala</i>	
<i>Letícia Lavínia da Silva Brandão</i>	
<i>Raphael Fernando de Toledo Sousa</i>	
<i>Isis Yasmin Aguiar Almeida</i>	
<i>Pietra Cesário Bueno</i>	
<i>Nathalia Maria Novaes Victor</i>	

Metodologia ativa e os cuidados com a higienização em Educação Infantil.....62

Teresa Celia de Mattos Moraes dos Santos

Vania Maria de Araújo Giaretta

Camila Cristina dos Santos

Larissa Giovanna Zuin de Sousa Andrade

Soliani Roberta de Souza

Projeto atenção à saúde mental do acadêmico do campus do Bom Conselho e cliente psiquiátrico do ambulatório de psiquiatria do Hospital Municipal Universitário de Taubaté - “foco na mente”.....70

Oscar César Pires

Maria Stella Amorim da Costa Zöllner

Yuri Brandão de Oliveira

Lucas Fernandes Audi

Fernanda da Costa Zöllner

PARTE 2: VIVÊNCIAS NA PANDEMIA

As interfaces da comunicação: do presencial aos recursos digitais, perspectivas de idosos frente às tecnologias.....85

Aline Liz de Faria

Vânia Giaretta

Luciana Camargo

Eliana Nascimento

Projeto “Sabores e saberes do campo”: alimentação e agricultura saudáveis.....96

Alexandra Magna

Luiz Alexandre Canavezi de Paiva

Marcos Roberto Furlan

Mariana Gardin Alves

Paulo Fortes Neto

Ações de educação em dor à comunidade durante a pandemia do COVID-19.....107

Renato José Soares

Alex Sandra Oliveira de Cerqueira Soares

João Rangel Marcelo

Thiago Molina

Relato de experiência: “Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho” em novo formato.....116

Maria Stella Amorim da Costa Zöllner

Nivaldo André Zöllner

Silvia Maira Pereira

Fernanda da Costa Zöllner

Guilherme Codazzi da Costa

**O uso da tecnologia e mídias sociais para ensinar sobre patrimônio:
a experiência durante a pandemia do vírus COVID-19.....130**

Rachel Duarte Abdala

Carlos Danilo Machado Monteiro

Izabela Zogbi Martins

Larissa Oliveira Casemiro da Rocha

Laiany Oliveira Gomes da Silva

Laura Henrique Pavret

Lucas de Castro Valério

**Projeto de Extensão InformaDor: relato de experiência das ações
realizadas para prevenção de lesões em jovens atletas.....142**

Alex Sandra Oliveira de Cerqueira Soares

Renato José Soares

Thiago Molina

Izabela Paschoal Cortez de Lima

Ana Gabriela da Silva

Apresentação

Luzimar Goulart Gouvêa

Mestre em Teoria e História Literária – Unicamp
Universidade de Taubaté

Renato de Sousa Almeida

Doutor em Neurociência e comportamento – USP
Universidade de Taubaté

Rodrigo Machado da Silva

Doutor em História
Universidade Federal de Ouro Preto

Thais Travassos

Mestra em Estudos Comparados de Literaturas de Língua Portuguesa – USP
Universidade de Taubaté

Virginia Mara Próspero da Cunha

Doutora em Psicologia da Educação – PUC-SP
Universidade de Taubaté

A Universidade Taubaté, no âmbito de sua Pró-reitoria de Extensão, vem trazer a público o segundo volume de uma série de livros, oriundos a partir do resultado dos trabalhos desenvolvidos numa parceria entre a Universidade e a Prefeitura Municipal de Taubaté e do resultado de outros projetos ligados à Pró-reitoria de Extensão.

No ano de 2020, acossados que todos fomos pela pandemia do coronavírus, tivemos de adaptar essa oferta de educação, que se caracteriza por atividades majoritariamente presenciais, para a educação remota, com a ajuda de um aparato tecnológico que já vinha se desenhando no horizonte e que tivemos de acatar, impreterivelmente, num abrupto aprendizado que envolveu os alunos, os professores, a direção das escolas, enfim toda a instituição.

A mostra de trabalhos que se segue é resultado dos trabalhos apresentados no XV Seminário de Extensão, ocorrido na UNITAU em novembro de 2020.

Este volume se intitula: A UNITAU na comunidade: relatos de práticas de extensão, Volume 2. A UNITAU na comunidade: relatos de práticas de extensão. Fruto de um trabalho coletivo, quer na produção dos textos, quer na organização do livro, temos a honra de, junto com a Pró-reitora de Extensão da Universidade de Taubaté (PREX), Profa. Dra. Letícia Maria Pinto da Costa, lançar este livro pelo selo da EDUNITAU (Editora da Universidade de Taubaté), também vinculada à PREX.

Em tempo: agradecemos imensamente a todos os envolvidos, direta ou indiretamente, na produção deste livro.

Os organizadores

Prefácio

Leticia Maria Pinto da Costa
Doutora em Comunicação Social
Pró-Reitora de Extensão
Universidade de Taubaté

Apresentamos à comunidade universitária e ao público em geral o segundo volume do conjunto de textos produzidos a partir de ações extensionistas promovidas pela Universidade de Taubaté (UNITAU).

Intitulada *A UNITAU na comunidade: relatos de práticas de extensão – Volume 2*, esta publicação secunda o primeiro volume e estabelece-se, assim, uma série de publicações denominada Publicações PREX.

Este volume, assim como o primeiro, traz, particularmente, relatos de experiências de projetos apresentados no XV Seminário de Extensão (Semex), realizado virtualmente no segundo semestre de 2020.

Esses relatos são atinentes a projetos extensionistas, como já foi dito, e foram divididos em duas partes, tanto no primeiro volume como neste segundo volume, obedecendo-se ao seguinte recorte: PARTE 1: Vivências anteriores à pandemia e PARTE 2: Vivências na pandemia.

Alguns dos temas tratados neste volume dizem respeito à educação em saúde, à atividade física para colaboradores na universidade, à educação em saúde bucal para pré-escolares, à prática da GPT no ensino infantil, à educação patrimonial, à metodologia ativa e os cuidados com a higienização em Educação Infantil, à saúde mental do acadêmico e do cliente psiquiátrico, às interfaces da comunicação a partir das perspectivas de idosos frente às tecnologias, à alimentação e à agricultura saudáveis, às ações de educação em dor à comunidade durante a pandemia do COVID-19, à educação com amor (Hospital do Ursinho), ao uso da tecnologia e mídias sociais para ensinar sobre patrimônio, às ações realizadas para prevenção de lesões em jovens atletas.

No próximo volume da série Publicações PREX, a EdUNITAU trará novos textos a partir da edição do XVI Semex, que realizamos em 2021. Aguardem.

Por ora, boa leitura!

PROGRAMAS
PESSOAS
SABER
OFICINAS
ESPERANÇA
LIVROS
CURSOS
PROJETOS
COMUNIDADE
EXPERIÊNCIA
RODAS
SABER
PROJETO
CURSO
PROJETO
COMUNIDADE
EXPERIÊNCIA
RODAS
SABER
PROJETO
CURSO

PARTE 1
VIVÊNCIAS ANTERIORES
À PANDEMIA

CURSO
PROJETO
SABER
RODAS
PROJETO
COMUNIDADE
EXPERIÊNCIA
RODAS
SABER
PROJETO
CURSO

Educando em saúde e transformando vidas

Vania Maria de Araújo Giaretta

Doutora em Engenharia Biomédica
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Teresa Celia de Mattos Moraes dos Santos

Doutora em Ciências da Saúde
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Karina Tirelli Alves Ribeiro

Graduanda em Enfermagem
Universidade de Taubaté

João Vitor Aparecida Silva

Graduando em Enfermagem
Universidade de Taubaté

Introdução

Educação em saúde é um tema iniciado no final do século XVIII e início do século XIX pelo médico alemão Johann Peter Frank (1745-1821), que criou o Sistema Frank (*System Einer Vollständigen Medicinischen Politizei*), com a publicação de um guia de nove volumes (sendo os dois últimos póstumos), que visava não apenas à educação em saúde, mas trazia conteúdos sobre casamento, saúde pública individual, puerpério, saúde infantil etc. A saúde escolar, ou como até então era chamada de higiene escolar, se deu por meio da junção de três doutrinas: a da polícia médica, a do sanitarismo e a da puericultura, sendo que a polícia médica assumia a função do zelo pela saúde populacional e cabia aos médicos não só os cuidados aos doentes, mas também o controle da vida individual. Com essa premissa, a educação em saúde tem por objetivo a colaboração com a promoção e com a proteção da saúde do educando, envolvendo-o com as atividades e demonstrando, de forma explicativa e lúdica, a importância da saúde e de sua prevenção, tendo uma ligação com o ambiente escolar, facilitando o

diagnóstico do local e estabelecendo uma conduta mais especializada, mostrando à instituição a importância de se fazer a conscientização dentro do ambiente escolar.¹

Apenas em 1995, o conceito de educação em saúde é enfatizado e complementado, segundo a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS). As ações são voltadas para a parte integral e multidisciplinar do ser humano, agregando desenvolvimento no âmbito familiar, comunitário, social e ambiental, baseando-se nas ações de promoção, permitindo o conhecimento e o interesse do indivíduo no autocuidado.²

Por ser esse um campo multidisciplinar, o termo “educação em saúde” acaba por se sobrepôr ao termo promoção de saúde, pois aborda a doença de diferentes maneiras, tendo um âmbito maior para a participação da população com o olhar no seu dia a dia e não só no risco de adoecimento, buscando sempre o bem-estar físico e mental. Ainda com o apoio das políticas públicas, observou-se uma grande atenção nessa área, por meio de pesquisas e de programas.³

Conforme disponibilizado pelo Ministério da Educação (ME) e sabendo-se da importância o Ministério da Saúde (MS) em parceria com o ME, criaram-se diversas bases legais, sendo elas.⁴

Quadro 1: Portarias e Decretos

Portarias e Decretos	Diretrizes
Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007	Institui o Programa Saúde na Escola (PSE), tendo como finalidade a educação integral dos estudantes da rede pública de educação básica, ações de prevenção, promoção e atenção à saúde, além de material didático e pedagógico, ofício aos secretários estaduais e municipais de educação, Manual Orientador – passo a passo para cadastro Simec/PSE, Nota técnica do cadastro

¹ FIGUEIREDO, Túlio Alberto Martins; MACHADO, Vera Lúcia Taqueti; ABREU, Margaret Mirian Scherrer. A saúde na escola: um breve resgate histórico. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 2, p. 397-402, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2010.v15n2/397-402/pt>. Acesso em: 08 abr. 2020.

² GONÇALVES, Fernanda Denardin *et. al.* A promoção da saúde na educação infantil. **Interface – Comunic., Saúde, Educação**, v. 12, n. 24, p. 181-192, jan./mar. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/icse/v12n24/13.pdf>. Acesso em: 08 abr. 2020.

³ SCHALL, Virgínia T.; STRUCHINER, Miriam. Educação em saúde: novas perspectivas. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 15, supl.2, p. 4-5, 1999. <https://www.scielo.org/pdf/csp/1999.v15suppl2/S4-S6/pt>. Acesso em: 08 abr. 2020.

⁴ BRASIL. Ministério da Educação. **Programa saúde nas escolas**. Brasília (DF), 2018. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/194-secretarias-112877938/secad-educacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>. Acesso em: 13 de abr. de 2020.

	Simec/PSE, Pesquisa Nacional do Escolar (Pense) e Web conferências.
Portaria nº 2.931, de 4 de dezembro de 2008	Alteração da portaria 1.861/GM, de 4 de setembro de 2008, estabelecendo os recursos financeiros pela adesão ao PSE e credencia municípios para o recebimento desses recursos.
Portaria nº 254, de 24 de julho de 2009	Projeto Olhar Brasil, que tem por objetivo identificar e corrigir problemas oftalmológicos, facilitando assim o acesso dos alunos ao profissional especialista e também ao fornecimento dos óculos.
Portaria nº 1.861, de 4 de setembro de 2008	Estabelece recursos financeiros devido à adesão ao PSE, priorizados a partir do Índice de desenvolvimento da educação básica (IDEB).
Portaria n.º 3146 de 17 de dezembro de 2009	Os recursos financeiros a que se refere esta portaria destinam-se à implantação do conjunto de ações de promoção, de prevenção e de atenção à saúde realizadas pelas Equipes de saúde da família (ESF) de forma articulada com a rede de educação pública básica e em conformidade aos princípios e às diretrizes do Sistema único de saúde (SUS), conforme descrito no Artigo 4º do Decreto 6.286/07.
Portaria nº 3.696/10, PSE/CNES	Estabelece critérios para adesão ao Programa saúde na escola (PSE) e disponibiliza o formulário de preenchimento para que o município interessado possa inscrever seu projeto por intermédio do <i>link</i> : http://formsus.data-sus.gov.br .

Fonte: BRASIL. Ministério da Educação. **Programa saúde nas escolas**. Brasília (DF), 2018. *op. cit.*

Os propósitos do PSE são de avaliar as condições de saúde das crianças, adolescentes e jovens; a promoção, a prevenção e a atenção à saúde, o monitoramento e a avaliação do programa. A proposta do programa é tratar a saúde e a educação integral, como parte de formação ampliada de cidadania e usufruto dos direitos humanos; permite ampliar as ações executadas visando à atenção integral, promovendo articulação de saberes com participação da comunidade escolar e da sociedade em geral, na construção e no controle social da política pública, expondo os tópicos principais do projeto e toda sua elaboração com a aplicabilidade nas escolas.⁵

Acompanhando a atual realidade brasileira e tendo em vista as dificuldades encontradas pela escola em se abordar os temas referentes à saúde dos educandos, faz-se necessária a sensibilização do profissional da saúde para planejar, executar e avaliar as ações em conjunto com os educadores, devendo se discutir formas como os temas

⁵ BRASIL. Ministério da Educação. **Programa saúde nas escolas**. Brasília (DF), 2018, *op. cit.*

relacionados à saúde devem fazer parte do cotidiano e da rotina da escola, não apenas em visitas da equipe de saúde, esporadicamente. Tanto profissionais de saúde quanto os de educação devem se atentar às condições apresentadas pelos estudantes de forma que estes expressem uma condição de alarme, seja por mudança de comportamento, seja por doença, haja diálogo entre as partes para a decisão sobre as atitudes a serem tomadas. A educação em saúde não serve apenas para ilustrar ao profissional especialista em saúde as capacitações que deve fazer, mas também proporcionar essa mesma capacitação ao profissional da educação, que, ao se deparar com o problema no ambiente escolar, seja com um colega de trabalho ou com um estudante da instituição, saiba como abordar adequadamente o sujeito envolvido e, assim, conduzir sem que seja exposta a situação.⁶

O projeto *Saber cuidar e promover saúde* visa à orientação, trazendo o lado lúdico para a abordagem de assuntos relacionados à higiene pessoal e sua importância. Foram necessárias adaptações dos conteúdos e inclusão dos agravos que mais acometiam cada instituição, fossem as pediculoses, o odor nos pés (chulé), os parasitas, as infecções pela má higiene das mãos ou até mesmo as infecções sexualmente transmissíveis (IST's) e a gravidez na adolescência. As atividades desenvolvidas com os alunos do ensino fundamental abordaram os seguintes temas:

Lavagem de mãos: aula adaptada de acordo com a experiência das vivências anteriores, com explicação da necessidade de se manter a higiene das mãos, antes e depois de ir ao banheiro, brincar e alimentar-se. Foram apresentados aos educandos vídeos educativos sobre a temática, enfatizando sua importância e o como se fazer. Devido às escolas abordadas não terem como fazer a prática com todos os educandos na pia (por falta de espaço, quantidade de alunos atendidos e tempo curto para o mesmo), mostraram-se os bichinhos (bactérias e esporos) feitos em feltro para a atividade a ser realizada, devidamente apelidada pelas crianças de Dr. Bactéria. A prática é desenvolvida com a utilização de álcool em gel e todos os educandos realizam os passos corretos para sua eficácia, sendo monitorados e orientados pelos alunos bolsistas do projeto “Saber cuidar e promover saúde”, responsável pelo desenvolvimento e eficácia da ação. O lúdico é uma excelente maneira de as crianças aprenderem, ou seja, aprender brincando e, dessa forma, finaliza-se a aula com um jogo da memória com os passos da lavagem das mãos para que os educandos, além de encontrarem os pares, ainda os coloquem na sequência correta.

Banho: aula explicativa para os educandos do ensino fundamental I, em que foram conscientizados sobre a importância de realizar a sequência correta do banho. Foi enfatizado que, em partes íntimas, apenas pai, mãe e ou responsável devem auxiliar na

⁶ FIGUEIREDO, Túlio Alberto Martins; MACHADO, Vera Lúcia Taqueti; ABREU, Margaret Mirian Scherrer. A saúde na escola: um breve resgate histórico. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, n. 2, p. 397-402, 2010. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csc/2010.v15n2/397-402/pt>. Acesso em: 08 abr. 2020.

hora do banho, e, se for outra pessoa e se houver constrangimento, o responsável deve ser comunicado imediatamente. Foi explicada a importância de se manter limpo, não somente os cuidados com o corpo, mas também com as roupas e sapatos. Após a explicação, foi realizada uma gincana, na qual a turma foi dividida em equipes, que devem ir numerando os passos corretos a serem seguidos. A criança que quiser participar como voluntário ou um dos alunos bolsistas fica de frente para os demais educandos da sala; na sequência, os números foram colados com fita adesiva na região do corpo correspondente, por exemplo, aos braços, às pernas, ao tórax; nas partes íntimas, os próprios educandos colocaram os números, ressaltando que, nessas partes, somente eles ou seus responsáveis podem tocar.

Postura: aula explicativa sobre a importância de se ter uma boa postura, principalmente em relação ao uso da mochila, um dos itens que foi mais questionado por todos os educandos que participaram do projeto. Foi enfatizado também o descuido da postura ao se sentarem na carteira e no chão para a realização das atividades. Para essa atividade, a sala de aula foi separada em duas equipes, e foi feita a brincadeira de estátua. Quando a música parava, mostrava-se uma imagem e eles tinham de repetir o comando que estava direcionado e cada imagem apresentada. A equipe com mais pontos venceu, porém todos ganharam medalhas como forma de participação. Após o término da brincadeira da estátua, e devido à empolgação da turma pela atividade realizada, juntamente com a oficina, eles foram liberados um a um para beber água (para aqueles que não levaram as garrafinhas) e foi feito um alongamento em conjunto para acalmar os ânimos e relaxar.

Vestimenta: aula explicativa, tendo como propósito adivinhar qual a imagem está abaixo da janelinha (montamos em uma cartolina imagens de vestimentas e seus locais de uso e, para a brincadeira, cobrimos as mesmas com janelinhas). Assim que eram adivinhadas as imagens, abríamos as janelas para revelar a foto e o uso correto para o local, como, por exemplo: o uniforme só deve ser usado na escola e não para brincar na rua; o pijama é para ser usado para dormir e não para passar o dia etc. Após a aula, uma atividade para fixação e um brinquedo foi entregue, para reforçar a atividade em casa, como as antigas bonequinhas de papel que são bem úteis e ainda auxiliam na coordenação motora da criança, além da diversão proporcionada. Alguns alunos perguntaram como brincar com elas. Após explicação individual, todos se divertiram e ainda disseram que iriam mostrar para a família para brincarem juntos.

Pediculoses (piolho, sarna e odor nos pés): aula mais extensa, porém de grande importância, visto que dois desses são casos frequentes nas escolas. Os educandos foram questionados sobre quem tem ou já teve piolho, frisando que não é vergonha para ninguém e que todos podemos ter, inclusive que nós, bolsistas e coordenadoras, também já tivemos e ainda podemos pegar. Foi explicado que, devido ao fácil contágio, é importante o não compartilhamento de itens de uso pessoal, como tiaras e fitinhas de cabelo, assim como ficar abraçando a/o colega. A maior dúvida das crianças nesses

assuntos foi sobre a sarna, já que não é um assunto tão falado. Imagina-se que isso ocorre apenas para os bichinhos de estimação. Já sobre o odor nos pés, o famoso chulé, todos conhecem e se apontavam para dizer quem tem mais, porém os cuidados específicos sobre o assunto não chegam diretamente até os responsáveis e as crianças, muitas vezes, não têm habilidade e nem coordenação motora para a lavagem dos sapatos sozinhas. Foram orientados sobre colocar os sapatos no sol e sobre a troca das meias, e os pequenos se alegram em assim poder ajudar/fazer.

IST e Gravidez (quando possível e solicitado, são realizadas atividades para esses assuntos): aula cuidadosamente preparada, enviada para a direção e para a coordenação antes do dia de sua realização para que seja aprovada e para que não haja surpresas. Os objetos para demonstração não são autorizados, pois os pais e/ou responsáveis não aceitam isso dentro da escola. Na semana anterior, antes de fechar o assunto de pediculoses com as crianças do integral, passamos nas salas dos oitavos e nonos anos para deixar um questionário em que não precisava haver identificação e foi usado como guia para as perguntas e o que deve ser enfatizado na aula. Na última apresentação sobre o tema, havia sido solicitada uma aula aberta (mas sem demonstração) sobre os assuntos desenvolvidos durante o projeto. Próximo à apresentação, a diretora solicitou que mudasse para roda de conversa e depois, já quase no dia da apresentação, foi autorizada a aula sem algumas imagens.

Justificativa

A educação em saúde tem sua importância principalmente em escolas de ensino infantil e fundamental, pois nesse estágio tudo é novidade e pode ser feito de forma mais leve, incluindo brincadeiras que facilitem o aprendizado, promovendo as melhores oportunidades de se falar sobre formas corretas de higienização, seja das mãos, do corpo, dos alimentos, e quais as condições ideais para se prevenir os agravos de saúde que a falta de higiene pode causar.

A educação em saúde é algo que se faz necessário aos educandos do ensino fundamental das escolas já amparadas pelo Projeto, que, por não terem muitas vezes acesso à internet em casa, têm, na escola, a oportunidade de melhoria e pesquisas, considerando-se que ainda estão em desenvolvimento cognitivo, além das necessidades reais de cada comunidade.

Sabendo-se que o enfermeiro tem papel importante nas ações de saúde pública, principalmente no que tange à promoção e à prevenção de saúde coletiva que fazem parte da arte do cuidar do profissional enfermeiro, é que foi respaldado o desenvolvimento do presente estudo.

Objetivos

Objetivo geral foi apresentar as ações desenvolvidas pelos extensionistas junto a educandos do ensino fundamental I no período pré e durante a pandemia.

O objetivo específico foi relatar a reflexão dos educandos quando convidados a apresentar um trabalho no congresso e, ainda, discorrer sobre a dificuldade de se oferecer atividades em formato virtual para crianças do ensino fundamental I.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência, por meio da vivência durante a realização do Projeto de extensão *Saber cuidar e promover saúde* na rede de ensino fundamental. A ação foi realizada em três escolas municipais de ensino fundamental do município do Vale do Paraíba Paulista. Foi embasado por literatura obtida na base de dados *Scientific electronic library online (Scielo)*.

O projeto *Saber cuidar e promover saúde*, em 2019, visou à orientação, trazendo o lado lúdico para a abordagem de assuntos relacionados à higiene pessoal e sua importância. A prática do lúdico se mostrou mais necessária ainda em 2020, por estarem acontecendo todas as ações por meio remoto.

No primeiro momento, o foco dos bolsistas foi sobre a realidade encontrada durante a apresentação do projeto na escola durante a reunião com a direção, a respeito da epidemiologia local, os fatores de risco, o tratamento, a prevenção das doenças mais enfrentadas em âmbito escolar e o conhecimento das características sociodemográficas da comunidade.

Após, foram realizadas alterações quanto à montagem das aulas sobre os temas já trabalhados pelo projeto, assim como a inclusão e o foco em assuntos solicitados pela direção da escola, sempre voltadas para a realidade observada na comunidade, respeitando a cultura e necessidades da população.

As alterações são constantes, feitas com embasamento na experiência da escola anterior e na necessidade da nova, mantendo o material atualizado e direcionado aos educandos de maneira a proporcionar o seu desenvolvimento. Cada tema é pensado com antecedência e desenvolvido pelos bolsistas, juntamente com osicineiros e professores da escola, sempre com orientação das coordenadoras do projeto, sendo eles pediculoses, odor nos pés (chulé) ou até mesmo as infecções sexualmente

transmissíveis (IST) e gravidez na adolescência. Foi feito o diagnóstico situacional sobre como a abordagem deveria ser realizada e com qual público iria se trabalhar

Em reunião com o Núcleo de gestão e execução de convênios (NUGEC), após relatarmos as divergências sobre os assuntos IST e gravidez na adolescência, entrou-se em um consenso, por serem esses assuntos polêmicos e ainda um tabu dentro das comunidades. Como nossa abordagem era apenas voltada aos alunos do integral, os temas não seriam mais abordados, ficando sob a responsabilidade da escola trazer um profissional para trabalhar a temática. Para os bolsistas e coordenadores, essa retirada dos assuntos foi um alívio devido ao grande estresse gerado, não por falta de domínio do assunto, mas pelos desencontros de informação sobre o que se pode ou não tratar dentro da escola. Foi uma grande perda para os alunos por continuarem sem orientações, tomando decisões erradas e sozinhos nessa jornada tão importante para a vida toda.

Para se trabalhar os temas com os educandos, foram utilizados teatro, jogos, como o da memória, bonecas de papel para vestir, estátua em que se colocavam os números correspondentes com o local correto a ser lavado de acordo com a sequência explicada, quebra cabeça, ligar os pontos, vídeos curtos com música, fantoches e atividade prática em sala de aula.

Resultados

No primeiro semestre de 2019, as ações desenvolvidas em uma escola foram vivenciadas pelos educandos e professores de forma muito atuante, o que levou ao convite de uma bolsista para apresentar o trabalho no Congresso Internacional de Ciência Tecnologia e Desenvolvimento realizado pela Universidade de Taubaté (UNITAU), em que os educandos falariam de sua visão a respeito do projeto na escola, de forma que as crianças falassem a sua visão quanto ao projeto. Apoiado pelo Diretor e pelo professor responsável pela instituição, em conjunto com a educadora da sala de estudos do integral, as crianças selecionadas pela direção para participarem tiveram uma mudança em sua rotina, despertando-lhes a visão de agora serem cientistas. Inscrição feita, trabalho enviado e a agonia e ansiedade foi vivenciada por toda a equipe durante a espera pela aprovação do trabalho no Congresso.

A alegria veio logo com a aprovação. Iniciou-se assim a nova fase: preparar a apresentação e a participação dos educandos. Isso ampliou os horizontes dos educandos ao verem que, fora da escola a que pertencem, também se pode aprender, como pode ser constatado na fala de um “hoje meu quintal ficou maior”, a emoção de poder proporcionar oportunidades como essa, e poder ampliar o quintal desses “pequenos cientistas” é o que nos dá força e motivação para sermos cada vez melhores, não

melhores que os outros, mas melhores como profissionais, como pessoas. Este trabalho rendeu frutos, não só com a ampliação do quintal, mas também em forma de premiação, rendendo-lhes o terceiro lugar em sua categoria no Congresso. Este foi o primeiro de muitos trabalhos desses pequenos cientistas que tiveram a oportunidade devido ao olhar atento de uma das bolsistas que permitiu, através desses, que o quintal de todos da escola fosse ampliado. Todos souberam disso, alunos, familiares e comunidade, gerando orgulho e entusiasmo na comunidade.

Outro ponto importante foi em relação ao envolvimento e à participação de todos no preparo e na execução das aulas, no comprometimento dos bolsistas, das coordenadoras, dos gestores das escolas, dos professores e dosicineiros para o sucesso da ação e a participação e envolvimento dos educandos do Ensino Fundamental I nas atividades propostas, a sensibilização quanto aos riscos da má higiene e de estarem difundindo as informações aprendidas com as famílias e com os amigos.

As ações realizadas de forma remota trouxeram um desafio muito grande tanto para os bolsistas, para os professores e para os educandos, pois nem todos tinham computador ou celular em casa que pudessem usar para fazer as atividades extras. Então, trabalhamos com vídeos e histórias curtas, com pouca escrita e muito desenho para continuar levando a educação em saúde, fizemos *lives* e roda de conversa para que a população pudesse ser contemplada e não somente os educandos do fundamental I, o que trouxe um conhecimento muito grande a toda equipe e um agradecimento à equipe do Nugec por estarem sempre orientando como chegar no melhor resultado pedagógico.

Encontramos também dificuldades com a direção e com a equipe escolar para agendamento dos temas em algumas escolas, falta de compromisso de algunsicineiros, demonstrado na falta de participação nas oficinas e, muitas vezes, na obstrução da mesma, falta de comunicação da escola para com o projeto de forma a não avisar atividades escolares extraclasse marcadas para o mesmo dia das ações do projeto na escola. Muitas vezes, tomávamos consciência de não poder fazer a nossa atividade, quando chegávamos na escola, o que nos trazia o sentimento de estarmos atrapalhando as atividades da escola ao invés de somar. Essa é impressão passada não só pelosicineiros, mas pela equipe pedagógica (direção e coordenação) também. Fato que levamos ao Nugec e que nos trouxe um sentimento de tristeza, mas que foi superado com outras escolas que mantiveram uma parceria profissional e produtiva, mostrando que educação e saúde devem trabalhar juntas para uma melhor qualidade de vida da população.

Após a sensibilização com os alunos do Ensino Fundamental I, pode-se observar um maior conhecimento em forma de brincadeiras e jogos por parte dos bolsistas que terminaram o ano com um maior conhecimento pedagógico e de extrema importância

para sua vida profissional, fato que não aconteceria se não estivessem engajados em um projeto de extensão.

Considerações finais

Pode-se concluir que as atividades executadas pelo Projeto até o presente momento atenderam aos objetivos, visto que as crianças guardaram os ensinamentos adquiridos e ainda divulgaram os saberes para as pessoas de seu convívio, deixando evidente que a realização do Projeto teve êxito na proposta de educação em saúde, transformando a vida dos educandos e de todos os envolvidos.

Atividade física para colaboradores da Universidade de Taubaté

Edésio dos Santos

Mestre em Ciências Ambientais
Professor do Departamento de Educação Física
Universidade de Taubaté

Luiz Antonio Alcantara Cembraneli Jr.

Especialista em Treinamento Desportivo.
Professor do Departamento de Educação Física
Universidade de Taubaté

Introdução

Buscar aspectos que potencializem e desenvolvam uma sociedade mais justa e igualitária é também papel das Instituições de Ensino Superior – IES.

A promoção do bem-estar social, em conjunto com os aspectos de saúde, individuais e coletivos da população, coloca essas IES num patamar de considerável importância na sociedade atual.

As vivências em projetos de extensão, voltadas aos aspectos de saúde do cidadão, podem e devem promover, na formação do corpo discente, uma práxis pedagógica de qualidade.

Nesse processo de formação do graduando, um corpo docente especializado e atuante em projetos de extensão é fundamental para aportar todo o conhecimento necessário e para que ocorra o desenvolvimento do futuro profissional.

Frente aos aspectos citados anteriormente, a formação do futuro profissional se enquadra nas necessidades que inúmeras empresas no mundo têm de melhorar a qualidade de vida de seus colaboradores e consumidores e, com isso, controlar a qualidade com o objetivo no lucro e na produção passa necessariamente pelo material humano especializado e capacitado da empresa.⁷

⁷ MACHLINE, Claude. O controle de qualidade na indústria paulista. **Revista Administração de Empresas.**

Para a obtenção destes pretendidos “lucro” e “qualidade”, novas maneiras de enxergar e de tratar os colaboradores de uma empresa vêm sendo vislumbradas, e o foco no material humano é fundamental, dando-lhe participação efetiva nas decisões e nas ações dessas entidades. Nesse sentido, as instituições de ensino superior que desenvolvem projetos de extensão internos, que propiciem essas atividades aos seus servidores, têm uma excelente ferramenta para estudos dentro desse contexto.

Quando os instrumentos de controle de qualidade começaram a ser implantados nas empresas, buscando essa qualidade e a certificação de serviços, alguns problemas relacionados ao setor de RH continuaram, pois o foco dessas certificações, que se iniciaram na indústria e que depois foram adaptadas para o setor de serviços, foi direcionado para o produto final, esquecendo-se de quem atendia, resolvia, tratava com o consumidor. Hoje, o colaborador assume uma posição intermediária entre a empresa e o consumidor, por isso precisa estar em um ambiente organizado e que proporcione bem-estar físico, psíquico e social.⁸

Segundo Penatti Filho,⁹ para melhorar a qualidade de vida no trabalho, é necessário atentar para a gestão de pessoas dentro desse universo. Conceitos como a teoria da hierarquia das necessidades (fisiológicas, motivacionais e sociais) do psicólogo americano Abraham Maslow, e dos fatores extrínsecos e intrínsecos de Herzberg, que demonstram a preocupação que a empresa deve ter com fatores ambientais (extrínsecos), como higiene, ergonomia do maquinário, condições das relações sociais entre colaboradores e superiores, que acarretam grande insatisfação no trabalhador. Já nos fatores motivacionais (intrínsecos), destacam-se a autonomia junto aos processos de produção da empresa, o reconhecimento e a evolução profissional, e resume-se na frase:

[...] a satisfação por sua vez, é de vital importância para a manutenção de um clima organizacional adequado à produtividade e a competitividade das empresas. Funcionários satisfeitos reduzem o nível de absenteísmo, estresse, e melhoram a qualidade de vida no trabalho.¹⁰

São Paulo. v. 2, n. 3, pp. 43-53, Jan./Apr. 1962. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75901962000100003. Acesso em: 03 jun. 2020.

⁸ FREIRE, Odaléa Novais; FERREIRA, Mario César. Bem-estar do funcionário e qualidade do atendimento. **Gazeta Mercantil**, Brasília (DF), v. 775, p. 2-2, jan. 2000. Disponível em: <http://www.ergopublic.com.br/arquivos/1253626258.28-arquivo.pdf>. Acesso em: 03 jul. 2020.

⁹ PENATTI FILHO, Izidro. **Estudo do Absenteísmo**: contribuição para a gestão de pessoas na indústria automobilística. Estudo de caso de uma empresa multinacional. 2006. Dissertação (Mestrado em Sistemas de Gestão) - Programa Organizações e Estratégia, Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro (RJ), 2006.

¹⁰ *Ibidem*, p. 25.

Buscando essa satisfação, a Universidade de Taubaté (UNITAU), com o objetivo de melhoria da qualidade de vida de seus servidores, desenvolve, há mais de uma década, atividades no âmbito da extensão que proporcionam bem-estar físico, psíquico e social ao seu quadro técnico-administrativo e ao seu corpo docente.

Esses projetos contam com a participação do Departamento de Educação Física da UNITAU, que oferece diversas atividades práticas, e conta com a participação de um corpo docente atuante e dinâmico.

Nesta última década, foram realizadas atividades como ginástica localizada, ginástica laboral, hidrogenástica, natação e musculação, que, por acontecerem dentro do espaço onde o aluno e o colaborador atuam e convivem, ocasiona uma aproximação das partes que compõem o objetivo principal de uma IES, seu produto final, o ensino.

Essa relação entre o discente e o quadro de servidores promove uma interação harmoniosa entre as partes, e propicia ao aluno uma visão de aspectos administrativos da instituição, o que pode ser fundamental na formação do futuro profissional.

No biênio 2019/2020, o projeto recebeu o nome de “Esporte, cultura e lazer” e aconteceu junto à disciplina de Prática desportiva, contando com modalidades de ginástica laboral e aulas de musculação, e também atua em conjunto com graduandos do Departamento de Nutrição, possibilitando uma orientação nutricional aos servidores.

Segundo Laux,¹¹ para reduzir e prevenir doenças ocupacionais, as empresas apostaram na ginástica laboral com programas de atividades que contêm objetivos amplos, que resultam na promoção da autoestima e na melhoria do convívio social no posto de serviço, oferecendo ao colaborador a prática de exercícios físicos dentro do ambiente de trabalho, exercícios esses que compensam os desgastes ocasionados pelas atividades laborais.

Nesse sentido, observa-se a importância da prática da ginástica laboral para as instituições modernas, porém esse tipo de trabalho necessita de um complemento que pode ser a musculação.

A musculação, nesse contexto, entra como uma ferramenta complementar à atuação da ginástica laboral dentro do ambiente de trabalho, pois, para que o objetivo seja alcançado, é necessário que ocorram adaptações fisiológicas, bioquímicas e estruturais, passando pela melhoria do sistema energético do corpo do colaborador, para que este venha a alcançar melhorias na composição corporal e nas capacidades de

¹¹ LAUX, Rafael Cunha *et al.* Programa de ginástica laboral e a redução de atestados médicos. **Ciencia & Trabajo**. Santiago (CHILE), v. 18, n. 56, 2016, pp. 130-133. Disponível em: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-24492016000200009&script=sci_arttext. Acesso em: 05 jul 2020.

condicionamento cardiorrespiratório, de flexibilidade e da força e resistência musculares, que são trabalhadas pela musculação.¹²

Outro fator importante para a qualidade de vida e para promoção do bem-estar nas empresas é o acompanhamento dos hábitos alimentares de seus colaboradores. Diversos artigos trazem apontamentos sobre as mudanças que ocorreram nas últimas décadas na forma como o trabalho é desenvolvido, pelo advento da automação e das novas tecnologias, fazendo com que o gasto energético seja reduzido, necessitando de uma melhor orientação alimentar quanto a essas situações.¹³

A alimentação saudável e a prática de atividade física são comportamentos considerados como prioridade no que diz respeito à promoção da saúde e à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) em populações contemporâneas.¹⁴ Isso se deve pelos reconhecidos benefícios de uma alimentação adequada, rica em frutas, hortaliças, cereais integrais e fibras, assim como a prática de atividade física habitual, que propiciam uma alta qualidade de vida.¹⁵

Este trabalho demonstra a importância das informações sobre hábitos de vida saudável, como melhoria dos hábitos alimentares, e da prática de exercícios físicos, como as atividades de ginástica laboral e da musculação para a qualidade de vida dos colaboradores da instituição de ensino em questão, e as dificuldades e benefícios dessa prática dentro da entidade.

As percepções e os relatos dos alunos bolsistas do projeto “Esporte, cultura e lazer” possibilitam a observação de possíveis benefícios ocasionados e atualizações pertinentes no projeto, para que as atividades realizadas continuem promovendo o bem-estar e a melhoria da qualidade de vida dos servidores da Universidade.

¹² SILVA, Alan Camargo; FERREIRA, Jaqueline. Musculação e cotidiano laboral: significados atribuídos às dores corporais em uma academia de ginástica do Rio de Janeiro. **Ciência e Saúde Coletiva**. v. 24, n. 10, 2019, pp. 3969-3976, Rio de Janeiro. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232019001003969&script=sci_arttext. Acesso em: 05 jul 2020.

¹³ ARAÚJO, Maria da Purificação Nazaré; COSTA-SOUZA, Jamacy; TRAD, Leny Alves Bomfim. A alimentação do trabalhador no Brasil: um resgate da produção científica nacional. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, out.-dez. 2010, pp. 975-992, Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702010000400008. Acesso em: 03 jul 2020.

¹⁴ MINISTÉRIO DA SAÚDE. Escolas promotoras de saúde: experiências do Brasil. **Série Promoção da Saúde**. Brasília, n. 6, 2006.

¹⁵ NEUMANN, Africa Isabel Cruz Perez *et al.* Padrões alimentares associados a fatores de risco para doenças cardiovasculares entre residentes de um município brasileiro. **Rev Panam Salud Publica**, [S.l.], v. 22, n. 5, p. 329-339, 2007.

Metodologia

Dados do projeto

As atividades envolvidas neste relato foram realizadas pelo projeto de Extensão *Esporte, cultura e lazer* junto ao Departamento de Educação Física da UNITAU.

A discussão dos fatores relacionados à alimentação saudável, foi feita por uma graduanda de Nutrição, sendo um dos objetivos desse projeto, que realiza intervenções com debates e ações dentro do ambiente de trabalho, conscientizando seus colaboradores da importância de mudar hábitos alimentares para melhora da qualidade de vida.

Quanto aos exercícios físicos, os servidores da instituição podem realizar as atividades físicas com a orientação de professores especializados e com a participação de bolsistas do projeto. São oferecidas atividades de musculação e de ginástica laboral.

As aulas de musculação são realizadas dentro de um salão de pesos e halteres, localizado no Departamento de Educação Física da UNITAU. As atividades de ginástica laboral são realizadas nos setores administrativos, onde os servidores executam os exercícios compensatórios para minimizar os possíveis efeitos negativos de movimentos repetitivos.

Alunos envolvidos

Os relatos dos bolsistas são apresentados a partir das especificidades da formação dos mesmos:

A aluna Thais Ribeiro Tavares Moliterno, graduanda do curso de Nutrição, fez seu relato na perspectiva da alimentação saudável dentro do posto de trabalho;

Os alunos Ana Carolina Fabrette de Faria, Felipe Cardoso Lima, João Victor Tavares dos Santos e Larissa de Oliveira Moura, graduandos do curso de Educação Física, fizeram seus relatos de experiência, que serão aqui apresentados, na visão da coordenação do projeto “Esporte, cultura e lazer”, junto às atividades de musculação e de ginástica laboral.

A apresentação desse relato se divide em duas partes.

Num primeiro momento, é discutida a importância do debate sobre alimentação saudável dentro do ambiente de trabalho. A graduanda Thais realizou uma análise do ambiente, desenvolveu ações como encontros sobre aspectos nutricionais e discutiu

novas possibilidades de difundir o conhecimento sobre hábitos alimentares e suas consequências em um setor administrativo da Instituição.

No segundo momento, é apresentado o relato dos bolsistas de Educação Física quanto às atividades de musculação e de ginástica laboral que o projeto oferece. Eles apontaram os objetivos dos funcionários sobre o trabalho, verificaram as dificuldades e as motivações dos servidores em realizar as atividades e como uniram o aprendizado decorrente dessa prática aos seus conhecimentos adquiridos na graduação. Esses relatos são retratados pela coordenação do projeto.

A discussão compreende uma visão do discente quanto a alguns dos conteúdos curriculares aprendidos nos cursos envolvidos e sua relação com as ações extensionistas.

Discussão

Relato de Nutrição, feito pela graduanda Thais Ribeiro Tavares Moliterno

O local de trabalho é um cenário em que muitas pessoas passam grande parte do dia, portanto se torna oportuno para a promoção da saúde. O estímulo à prática de atividade física e a um comportamento nutricional saudável nos ambientes de trabalho pode causar uma reação bivergente, melhorando a saúde do trabalhador e o desempenho dos negócios.¹⁶

O estágio é proposto pela Pró-reitoria de Extensão da IES na qual se desenvolve o projeto, e foi possível observar os hábitos alimentares dos servidores do setor e, de forma geral, notar uma considerável ingestão de alimentos calóricos e pouco nutritivos, com altos teores de açúcares e gorduras saturadas. Esses hábitos estão presentes em muitas empresas e podem ser explicados pelo fato de que, ao longo do tempo, com a substituição do trabalho manual pelo mecânico, hoje refletido em computadores e telefones, o gasto energético para a realização das tarefas diminuiu, ao passo que a mobilização mental aumentou.¹⁷ A última pode desencadear estresse e cansaço emocional, que, muitas vezes, servem como motivação para a ingestão descontrolada de alimentos calóricos.

Com o olhar atento durante o convívio no setor, surgiram algumas ideias para uma intervenção nutricional voltada aos funcionários da Universidade. Dentre elas,

¹⁶ HUTCHINSON Amanda D.; WILSON Carlene. Improving nutrition and physical activity in the workplace: a meta-analysis of intervention studies. *Health Promot Int.*, [S.l.], v. 27, n. 2, p. 238–249, 2012.

¹⁷ COHN, Amélia; MARSIGLIA, Regina G. Processo e organização do trabalho. *In*: ROCHA, Lys Esther; RIGOTTO, Raquel Maria; BUSCHINELLI, José Tarcísio Penteado (org.). **Isto é trabalho de gente?** vida, doença e trabalho no Brasil. São Paulo: Vozes, 1993. p. 56-75.

campanhas nutricionais que poderiam ser realizadas por meio de encontros após o expediente, abordando diferentes temas, como os que seguem abaixo:

- Encontro com o enfoque em propiciar informações sobre os alimentos de habitual ingestão, para que os funcionários, primeiramente, se conscientizem da composição nutricional deles e das consequências que podem gerar tanto para a saúde, sendo causa de DCNT, como hipertensão e *diabetes mellitus*, como para o desempenho profissional, visto que esses alimentos podem contribuir para sensações de cansaço, desconfortos gástrico e intestinal;
- Encontro visando discutir sobre alimentação saudável, grupos de alimentos e suas funções no organismo, mostrando opções de substituições dos alimentos consumidos pelos servidores, por outros com melhores propriedades nutricionais e relacionando aos benefícios que eles podem proporcionar;
- Encontro sobre preparação, manuseio e conservação de marmitas, visto que muitos funcionários levam sua refeição para almoçar no local de trabalho ou optam por comer em estabelecimentos comerciais, por não saberem como administrar marmitas ou otimizar o tempo da preparação.

Outra sugestão de intervenção, posterior aos encontros, seria proporcionar oficinas culinárias para os funcionários que demonstrassem interesse em melhorar a alimentação, que poderiam ser realizadas no Laboratório de nutrição e dietética do Departamento de Nutrição da Universidade, ou mesmo nas copas dos setores para maior adesão e menor deslocamento dos participantes. Nas oficinas, seriam abordadas e realizadas receitas práticas de lanches saudáveis para serem consumidos durante o período de trabalho, como panqueca de aveia (consumida com queijos, geleias), bolo de banana com ingredientes simples e baixo teor de açúcar, patês saudáveis, entre outras. Também seria possível mostrar o preparo e o manuseio de marmitas de forma prática, higiênica e eficiente, e fornecer orientações gerais sobre alimentação saudável. As oficinas tenderiam a viabilizar e a mostrar a possibilidade prática dos tópicos abordados nos encontros.

Estratégias de educação alimentar como as sugeridas são importantes para os processos de transformações e mudanças, visando à recuperação e à promoção de hábitos alimentares saudáveis. Elas podem proporcionar conhecimentos motivacionais para a adoção de atitudes, hábitos e práticas alimentares adequadas nutricionalmente.¹⁸ Isso colabora com a perspectiva da proposta de intervenção deste relato, tendo como intuito a conscientização para a mudança de hábitos. Essas mudanças podem melhorar a qualidade de vida geral, dentro e fora do ambiente de trabalho, com melhorias no âmbito da saúde (como as relacionadas aos níveis de

¹⁸ ROTENBERG, Sheila; DE VARGAS, Sonia. Práticas alimentares e o cuidado da saúde: da alimentação da criança à alimentação da família. **Rev Bras Saúde Mater Infant**, [S.l.], v. 4, n. 1, p. 85-94, 2004.

glicemia e lipídeos sanguíneos, à prevenção de DCNT), além da promoção de bem-estar e de disposição para a execução de atividades cotidianas, como as do ambiente profissional.

Podemos observar no relato da bolsista que, atualmente, instituições de todas as partes do mundo passam por mudanças consequentes da pandemia referente à Covid-19. A maioria substituiu as funções presenciais para a prática de *home-office* e diminuiu a carga horária presencial. Pensando na atual situação, os hábitos alimentares inadequados e a inatividade física podem ser intensificados, o que torna intervenções na área da saúde ainda mais importantes. Dito isto, as estratégias citadas anteriormente podem ser implantadas de forma remota por meio de videoconferências, em que os indivíduos responsáveis por disponibilizarem as informações, sanarem dúvidas e conduzirem as discussões, podem se conectar com os interessados por meio de plataformas disponíveis na internet, tornando possível a realização dos encontros e das oficinas. Além das atividades citadas, a adição de um encontro com a temática de alimentação em tempos de pandemia torna-se muito relevante, abordando pautas como a importância de uma alimentação balanceada e da prática de atividades físicas no contexto da imunidade, do bem-estar físico e emocional e da disposição para exercer as atividades dentro e fora de casa.

Relato dos graduandos de Educação Física

O relato dos bolsistas da área de Educação Física foi elaborado pela coordenação do projeto. Entendeu-se ser a melhor maneira de unificar as experiências feitas pelos quatro graduandos do curso, pois alguns relatos tinham o mesmo teor quanto ao conteúdo apresentado.

Musculação

As funções técnico-administrativas existentes em um posto de trabalho são diversas, e observar cada uma dessas especificidades no tocante aos movimentos realizados durante a jornada de serviço requer atenção especial e aprofundamento teórico sobre o assunto.

O profissional de Educação Física, considerado um profissional integrante da área da saúde, pode auxiliar com atividades que promovam melhorias nesse processo ergonômico, e a musculação é uma ferramenta que pode auxiliar nesse contexto.

Um dos aspectos apontados pelos bolsistas de Educação Física é o de que a grande maioria das pessoas que participaram das atividades propostas nos anos de

2019/20 não praticava nenhuma atividade física nos anos anteriores. Elas estavam iniciando a prática dos exercícios físicos com peso, musculação, e, na sua maioria, objetivavam melhoria dos aspectos de saúde.

Os benefícios que a atividade física acarreta ao corpo humano são inúmeros, e durante as ações do projeto os graduandos puderam discutir e indicar aos servidores que os exercícios físicos podem reduzir níveis de glicemia no sangue, pressão arterial, risco da ocorrência de AVCs e infarto agudo do miocárdio. Isso é indicado por pesquisas atuais, e por isso a IES se preocupa em ofertar atividades (incluindo a musculação) que promovam tais benefícios aos seus colaboradores.¹⁹

Foi observado que alguns servidores que participaram das aulas de musculação se queixavam de dores nos membros inferiores e superiores, devido, principalmente, à atividade de digitação e à pouca movimentação diária.

Os servidores que já praticavam a musculação, e que se relacionam bem com a modalidade, mantendo-se na prática há mais de dois anos, relataram que sentiam os benefícios dessa prática há bastante tempo. Isso nos leva a crer que a musculação possa ser eficaz para a redução dessas dores localizadas, podendo ser benéfica para o ambiente de trabalho, melhorando assim as relações funcionais nesses setores.

Nesse contexto, a teoria aprendida na faculdade pelos bolsistas demonstrou que o aumento da massa muscular, ocasionada pela prática de exercícios com pesos, favorece na redução dessas dores, o que foi relatado por alguns colaboradores que iniciaram as atividades há pouco tempo.

Segundo Toscano e Egypto²⁰, a sala de musculação é o local ideal para reduzir os riscos de lesões, pois, quando um músculo recebe uma sobrecarga progressiva, orientada e controlada, a força ou a resistência à fadiga aumentam, prevenindo o aparecimento de problemas osteomusculares.

A ação dos bolsistas nesse projeto fez com que participassem da elaboração das séries de musculação, causando a interação do conteúdo aprendido na graduação com a prática proposta pela extensão.

Foi também observado pelos bolsistas que alguns funcionários se queixavam da distância entre o salão de musculação, onde as aulas são aplicadas, e os postos de

¹⁹ CARVALHO, Tales. Sedentarismo, o inimigo público número um. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Vol.5, nº 3, p. XI-XII, Niterói (RJ), Mai/Jun 1999. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921999000300004. Acesso em: 05 jul. 2020.

²⁰ TOSCANO, José Jean de Oliveira; EGYPTO, Evandro Pinheiro do. A Influência do sedentarismo na prevalência de lombalgia. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.7, nº 4, p. 132-137, Niterói (RJ), Jul/Ago 2001. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922001000400004. Acesso em: 07 jul. 2020.

trabalho. Isso foi relatado como fator desmotivador para a continuidade da prática da musculação, pois, ao saírem do posto de trabalho, levavam muito tempo para chegar ao salão de musculação.

Ginástica laboral

A ginástica laboral é uma atividade realizada no próprio setor de serviço, com objetivo de minimizar os riscos da repetição excessiva do gestual do trabalho e também para melhoria dos aspectos psicológicos e motivacionais dentro do ambiente trabalhista.

No projeto “Esporte, cultura e lazer”, as atividades foram realizadas no período 2019/20 em alguns setores administrativos da instituição, onde os bolsistas executavam as atividades num tempo médio de 15 minutos para cada setor, adaptando o espaço do próprio setor para essa prática. Os pontos mais importantes elencados pelos bolsistas foram:

- Alguns servidores relataram que a prática da ginástica laboral dentro da Instituição ocasiona um aspecto de “interação afetiva” muito importante para o servidor, citando que a Instituição “se preocupa com eles”.
- Foi apontado por parte dos funcionários aos bolsistas que a ginástica laboral auxilia na promoção da saúde e na prevenção de doenças ocupacionais, devido a movimentos repetitivos do dia a dia do trabalho e, em outros casos, sobrecarga excessiva nas articulações, como, por exemplo, funcionários do administrativo que realizam atividades repetitivas de digitação, citando dores relacionadas a tendinites.
- Foi observado que a ginástica laboral promove a interação social e a aproximação dos servidores, pois, durante as aulas, para execução de alguns exercícios, é necessário o contato físico entre os funcionários. Isso diminui possíveis “distanciamentos sociais” dentro da célula de trabalho, tornando o ambiente mais prazeroso e motivado.

Por isso a GL é encarada como uma ferramenta de extrema importância para promover a saúde do trabalhador, principalmente por causar mudanças individuais que beneficiarão, conseqüentemente, o coletivo. Além da melhoria do ambiente de trabalho, pode causar transformações também fora da empresa, contribuindo, assim, para a melhoria da qualidade de vida da sociedade como um todo.

Alguns funcionários relataram aos bolsistas melhora das relações fora do ambiente de trabalho, dentro da célula familiar e nas relações sociais de maneira geral.

Porém, em contraste com essas melhoras, também foi relatado que existe uma dificuldade em encontrar tempo para fazer atividade física fora do horário de serviço. Relataram que, devido aos afazeres da vida, como levar filhos na escola, estudar, cuidar

de casa etc., muitos não têm tempo para realizar outras atividades, e essas ações durante o horário de serviço promovem o único contato com atividade física que lhes é possível realizar.

Isto demonstra a importância da ginástica laboral na vida desses servidores, pois muitos não conseguem fazer exercícios físicos de maneira frequente, e também um fator motivador na mudança de hábitos de vida.

Considerações finais

Quanto à abordagem da questão nutricional levantada pela aluna Thais, ficou demonstrado que os servidores necessitam de maior aprofundamento do tema e que esperam por novas ações dentro do âmbito trabalhista. Foi apresentado também que as atividades realizadas ocasionaram mudanças nos hábitos alimentares do grupo no qual o projeto foi aplicado.

A discussão dos alunos do curso de Educação Física demonstrou, tanto na atividade de musculação, quanto na de ginástica laboral, que os funcionários sentiram mudanças em alguns pontos, como redução de dores localizadas, que poderiam ser causadas por atividades repetitivas. Demonstrou ainda que existe um aumento da motivação em mudanças de hábitos de vida, que podem causar benefícios não somente aos servidores da Instituição, mas também aos seus familiares e à sociedade em geral.

Com o objetivo de promover novos debates sobre as ações pedagógicas junto à prática da extensão universitária, esses relatos servirão para novas diretrizes e reformas necessárias em futuras ações de extensão.

Projeto “Educação em saúde bucal”: atuação com pré-escolares na cidade de Taubaté

Nivaldo André Zöllner

Doutor em Odontologia, sub-área endodontia.
Professor do Departamento de Odontologia
Universidade de Taubaté

Edison Tibagy Dias de Carvalho Almeida

Doutor em Odontologia, sub-área endodontia.
Professor do Departamento de Odontologia
Universidade de Taubaté

Mario Celso Peloggia

Doutor em Odontologia, sub-área endodontia.
Professor do Departamento de Odontologia
Universidade de Taubaté

Introdução

A extensão universitária é definida como um processo educativo, cultural e científico, que articula o ensino e a pesquisa, viabilizando a relação transformadora entre a universidade e a sociedade. É uma via de mão dupla, que estabelece troca de experiências entre os acadêmicos e a comunidade, gerando estratégias de ação. A extensão universitária é um programa acadêmico desenvolvido com a comunidade externa, por intermédio de ações sistematizadas, voltadas às questões básicas da comunidade, contribuindo para a formação dos acadêmicos por meio de experiências que geram maior compreensão da realidade em que a Universidade está inserida. A experiência da extensão universitária permite uma vivência entre os ambientes acadêmicos e comunitários durante a vida acadêmica, sendo capaz de proporcionar ao acadêmico uma reflexão e uma conseqüente visão mais real e geral da realidade municipal. O projeto de extensão de *Educação em saúde bucal* da Universidade de Taubaté permite ao acadêmico de Odontologia desenvolver ações educativas preventivas com relação à saúde bucal junto à comunidade, sendo desenvolvidas em prefeituras, escolas municipais, igrejas, ONGs e associações de bairros, permitindo ao

graduando em Odontologia viver experiências voltadas às necessidades da comunidade, lapidando-o para o real mercado de trabalho junto ao SUS. Teve seu início em 1995, desenvolvendo, nos últimos 25 anos, atividades educativas, preventivas e sociais na área de saúde bucal em Taubaté e Vale do Paraíba. Atua na orientação coletiva e individual de cuidados com a higiene oral e na prevenção de doenças bucais em diversas comunidades. Abarca subprojetos que possibilitam o atendimento de vários grupos populacionais, como o Projeto apoio ao educando, que prima pelo atendimento de crianças na faixa etária de 3 a 12 anos de idade, matriculados nas escolas da região, o Odontocomunidade, que acontece anualmente junto ao Congresso Odontológico da Universidade de Taubaté, levando crianças de escolas previamente selecionadas para dentro do Departamento de Odontologia e o Projeto apoio ao idoso, que faz atendimento de idosos institucionalizados dos asilos de Taubaté e região.

Nos últimos 10 anos, o projeto promoveu o atendimento de aproximadamente 30 mil pessoas, tendo como objetivo específico auxiliar na redução dos índices de cárie e criar hábitos saudáveis de higiene oral, com distribuição de kits de higiene bucal, fornecidos pela Colgate, materiais educativos (livros de pintura e de atividades), além da realização de palestras, jogos, brincadeiras, entrevistas em meios de comunicação, teatro e utilização da Unidade móvel odontológica para realização de exames bucais.

Justificativa

Para Maciel,²¹ devido ao grande crescimento da importância assumida pelas ações de extensão universitária no âmbito das políticas públicas, a criação de uma Política Nacional de Extensão faz-se necessária. No seu artigo, discorre sobre a extensão como forma de relação da Universidade com o Estado e com a sociedade, a extensão enquanto inovação pedagógica e a extensão enquanto elemento de gestão universitária.

Por sua vez, Biondi *et al*²² desenvolveram uma pesquisa com o objetivo de avaliar a contribuição da extensão universitária na formação de estudantes do curso de Engenharia Florestal da Universidade Federal do Paraná. Para esse fim, desenvolveu um questionário com a finalidade de analisar a percepção dos participantes de um projeto de extensão com onze perguntas, com questões relacionadas com as dificuldades e com as facilidades enfrentadas nas atividades, a absorção do significado e a importância de

²¹ MACIEL, Lucas Ramalho. Política nacional de extensão: Perspectivas para a universidade brasileira. **Revista Participação**. [S.l.], n. 18, pp. 17-27, 2010.

²² BIONDI, Daniela; ALVES, Gabriela Cardoso. A extensão universitária na formação de estudantes do curso de engenharia florestal – UFPR. **Rev. eletrônica Mestr. Educ. Ambient.** v. 26, pp. 209-224, jan/jun. 2011.

exercitar a extensão na vida acadêmica. Foram entrevistados 25 dos monitores do projeto, sendo que 28% eram bolsistas e 72% eram voluntários. Mais de 60% dos entrevistados não definiu a extensão de forma completa. A maior fonte de pesquisa utilizada para a definição de extensão universitária foi obtida durante a participação do estudante no projeto (65%). As maiores dificuldades foram com a exposição ao público (28%) e a transmissão de conhecimentos para as crianças (28%). A superação das dificuldades foi alcançada pelo esforço individual do estudante (95%). Todos os entrevistados perceberam a relação ensino, pesquisa e extensão. As maiores contribuições da extensão no desenvolvimento acadêmico foram: 30% para a realização de atividades que não são encontradas na grade curricular do curso, 23% para o desenvolvimento de projeto de extensão e 20% para a prática de ensino. A maior contribuição pessoal obtida pelos alunos foi vencer a timidez e conseguir falar em público. Os acadêmicos deram ênfase à extensão na universidade e sua importância para a sociedade.

Fadel *et al*²³ tiveram como objetivo avaliar a contribuição da extensão universitária na formação e na história de vida de estudantes de Odontologia. Para isso, realizaram um estudo qualitativo, de caráter descritivo-exploratório, utilizando a técnica do grupo focal. O material foi analisado com a técnica de análise do discurso do sujeito coletivo. Os resultados referiram-se ao impacto exercido pela vivência acadêmica em atividades extensionistas nos campos pessoal, profissional e da cidadania. As percepções dos sujeitos pesquisados revelaram a oportunidade do desenvolvimento e do aprimoramento de suas habilidades profissionais, por meio do reconhecimento de distintas realidades de vida, da ruptura do modelo tradicional de ensino e do profícuo relacionamento entre acadêmico, universidade e sociedade. Foram relatados sentimentos de satisfação, de realização pessoal, de reconhecimento e de ser um cidadão ativo e crítico. Conclui-se ser a experiência no campo da extensão um importante agente para o processo individual e coletivo de formação acadêmica.

Albuquerque *et al*²⁴ apresentaram um relato de experiência sobre um projeto de extensão da Universidade Federal do Paraná, intitulado “Integração Ensino/Serviço/Comunidade no SUS”, contextualizando, como componente do tripé ensino/pesquisa/extensão, elementos indissociáveis do processo de formação do aluno. Com base nessa compreensão, as experiências das atividades realizadas foram descritas, buscando demonstrar a coerência da ação prática com seu fundamento teórico. O projeto teve início na avaliação de serviços de saúde da atenção básica do Sistema Único de Saúde, com a identificação de problemas, com a formulação de propostas de

²³ FADEL, Cristina Berger; *et al.* O impacto da extensão universitária sobre a formação acadêmica em Odontologia. **Interface** (Botucatu) [online]. v.17, n.47, pp. 937-946, 2013.

²⁴ ALBUQUERQUE, Guilherme de Souza Cavalcanti; *et al.* Integração ensino/serviço/comunidade: a extensão como constituinte orgânica da formação universitária. **RevCien em Extensão**. v. 11. n. 2, p. 151-160, 2015.

soluções e com a implantação de alterações nos serviços, visando sua melhoria. Tais ações proporcionariam aos estudantes e trabalhadores da saúde um processo de aprendizagem que parte da representação sincrética da realidade, passando por momentos de abstração e retornando à realidade num movimento de síntese integradora, potencializadora da compreensão dos fenômenos para além da sua aparência, reafirmando a realidade como critério de verdade do conhecimento produzido. Os usuários também seriam beneficiados pela melhor compreensão da realidade e pelo aprimoramento do atendimento dos serviços prestados, resultantes de tal movimento. As experiências têm sido documentadas e divulgadas por meio de apresentações em eventos científicos e publicações de artigos em periódicos.

Borato *et al.*,²⁵ por sua vez, baseados na premissa de que as Instituições de Ensino Superior não conseguem assumir o mesmo grau de importância para o ensino, para a pesquisa e para a extensão, tiveram por objetivo conhecer o valor atribuído às práticas de Ensino, Pesquisa e Extensão por acadêmicos concluintes de Odontologia, relacionando as concepções que norteiam o tema proposto, assim obtendo subsídios para a discussão dos projetos pedagógicos vigentes. Com esse fim, realizou-se um estudo exploratório descritivo, com abordagem quali-quantitativa, desenvolvido junto à totalidade de formandos de um curso de Odontologia (ano base: 2016) (n=54). A apreensão das informações de interesse para esse estudo se deu por meio de questões norteadoras. Os resultados foram tratados de acordo com a técnica de análise do discurso do sujeito coletivo, proposta por Lefèvre *et al.*²⁶ As ideias mais compartilhadas entre os entrevistados em relação a cada questão e seus discursos foram descritas e discutidas com suporte da literatura científica. Das informações obtidas, foram extraídos cinco temas e dezessete ideias centrais. As ideias mais compartilhadas entre os pesquisados, em relação a cada tema extraído, foram as de que o ensino se constitui a base de sua rede formadora educacional (66,7%); que a pesquisa é o fomento para a qualificação de seu meio acadêmico (33,3%); que a extensão lhes oportuniza novas experiências (44,4%); que a sua instituição de ensino demonstra uma importância superestimada à pesquisa (40%) e a de que existe uma conexão fortalecida entre os pilares educacionais de sua instituição (61,2%). Concluíram os autores que os resultados evidenciaram que o papel essencial das instituições de ensino superior no desafio da consolidação de projetos integrados entre pesquisa, extensão e ensino nos cursos de formação mantém-se presente nas universidades.

²⁵ BORATO *et al.*, Amanda. Valoração dos espaços de construção do conhecimento entre concluintes de odontologia. In: 3ª MOSTRA PARANAENSE DE PROJETOS DE PESQUISA PARA O SUS. Disponível em: http://www.inesco.org.br/publicacoes/anais/3mostra/anais_3mostra.pdf. Acesso em: 01 out. 2020.

²⁶ LEFÈVRE, Ana Maria Cavalcanti; CRESTANA, Maria Fazanelli; CORNETTA, Vitória Kedy. A utilização da metodologia do discurso do sujeito coletivo na avaliação qualitativa dos cursos de especialização "Capacitação e Desenvolvimento de Recursos Humanos em Saúde - CADRHU", São Paulo, 2002. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 68-75.

No âmbito da Odontologia, Pinto,²⁷ a respeito de estratégias em saúde bucal, aborda-as para os vários tipos de público alvo. No que tange a crianças de baixa idade, justifica a importância de educar os pais e familiares, modificar hábitos de alimentação, reduzir o “medo do dentista”, identificar problemas em fase precoce e atuar por intermédio de instrumentos educativos, como entrevistas, palestras, filmes, fotografias, dramatização, criação de grupos, e que o contato pessoal frequente entre os membros da equipe de saúde, o indivíduo e sua comunidade é a maneira mais eficaz de se obter sucesso.

No caso específico desta ação, apesar de a Prefeitura Municipal de Taubaté ter um corpo clínico odontológico com cirurgiões-dentistas, auxiliares de cirurgiões-dentistas e técnicos de higiene dental, as ações aqui relatadas entraram como atividades extracurriculares, proporcionando aos alunos da rede pública uma formação cultural diferenciada. Essas ações foram pactuadas com a pró Reitoria de Extensão da Universidade de Taubaté e envolveram também projetos de outras naturezas. No que tange às ações odontológicas, sabemos que, apesar de a população atual ter informações a respeito da doença cárie e da doença periodontal, ainda assim estão aquém (essas informações) do necessário para um efetivo controle desses problemas de saúde. Além disso, e paralelamente, nossos alunos têm a oportunidade de uma experiência de vivência com diferentes tipos de pessoas e, dessa maneira, como levar informações científicas importantes a elas com linguagem apropriada, pois somente dessa maneira conseguiremos atingir o objetivo maior, que é a educação em saúde da população. A formação de profissionais desse gabarito irá construir uma sociedade melhor, inclusive com um custo saúde muito menor. É mais barato uma população educada e saudável do que tratamentos curativos, quer no âmbito clínico, quer no hospitalar.

Metodologia

Antes de abordar a metodologia, devemos comentar que, pelo tempo de atuação do Projeto (desde 1995), recebemos muitos convites das escolas, de Taubaté e de várias cidades do Vale do Paraíba, para fazer a nossa visita em ocasiões festivas e em outras, programadas. A experiência aqui abordada é o resultado de uma parceria da Universidade de Taubaté com a Prefeitura Municipal de Taubaté, em que os vários projetos de extensão da UNITAU desenvolveram atividades na rede pública escolar, numa iniciativa muito interessante do poder público, oferecendo um diferencial na

²⁷ PINTO, Vitor Gomes. **Saúde Bucal Coletiva**. 6ª ed. São Paulo: Ed.Santos, 2013.

educação infantil do município. Portanto, vamos aqui relatar ações realizadas na rede pública de Taubaté, que ocorreram dentro deste contexto.

Nossa equipe é formada de três professores do Departamento de Odontologia, aproximadamente 20 alunos voluntários e variamos entre um e dez alunos bolsistas, sendo uma aluna do curso de Pedagogia, dependendo da disponibilidade das bolsas.

Nosso primeiro passo sempre foi fazer uma reunião com o diretor e o coordenador pedagógico da escola para esclarecer quais as atividades a serem desenvolvidas pelo projeto, como fazê-las inseridas na rotina da escola, e para que a escola faça um documento solicitando autorização dos pais ou responsáveis a respeito da participação das crianças nas atividades.

Na segunda etapa, começamos como uma “sessão de cinema”, expondo um desenho animado produzido pela Colgate®, que nos apoia em algumas ações com kits e outros materiais. No caso, o filme tem 17 minutos e explica, por meio dos personagens, a influência da alimentação, as técnicas de escovação e o uso do fio dental e do enxaguante bucal na prevenção das doenças bucais.

Nossa terceira etapa foi composta de várias visitas para a realização de exame bucal nas crianças e, detectando problemas bucais, encaminhávamos os casos para a direção da escola, que, por sua vez, encaminha aos pais, que resolviam sobre como e quando fazer o tratamento – ou no Cirurgião-dentista da família, ou no serviço público municipal, ou no Departamento de Odontologia. Para esse exame, usávamos uma sala de aula vazia, atendendo dois alunos por vez; contando com cinco voluntários, estudantes de Odontologia, um professor e a aluna da Pedagogia. Enquanto a aluna da Pedagogia e um voluntário desenvolvia roda de conversa sobre higiene bucal com as crianças de uma determinada turma, alunos dessa turma eram encaminhados de dois em dois para a sala onde dois alunos examinavam, dois faziam anotações devidas e o professor supervisionava. O exame bucal era realizado com espátula de madeira, alunos que examinavam com EPI (equipamento de proteção individual) completo (avental, máscara cirúrgica, óculos de proteção, gorro e luvas de látex).

A quarta etapa era composta de várias visitas, nas quais os voluntários aguardavam os alunos ao lado do escovódromo, após a refeição servida na unidade de ensino, supervisionando e, eventualmente, corrigindo e tirando dúvidas no momento da escovação.

Nossa última etapa desse trabalho era a realização de palestra para pais, professores, cuidadores e funcionários, realizada durante um evento da escola, ou na reunião pedagógica, ou com grupos (no caso funcionários e cuidadores) – nesse caso, durante as outras visitas – normalmente realizadas pelos professores acompanhados de um ou dois alunos.

Também fica o registro de que, à parte dessas atividades de campo, os professores realizavam reuniões de trabalho com o grupo de voluntários e bolsistas, inclusive treinando alguns para a realização de palestras e desenvolvendo materiais e estratégias para uma abordagem em rodas de conversa.

Resultado

Das ações desenvolvidas pelo projeto *Educação em Saúde Bucal* em 2018, apresentaremos os resultados das atividades desenvolvidas nas pré-escolas do Município de Taubaté.

Os meses de fevereiro e março daquele ano foram para o planejamento das ações e para o treinamento dos alunos. Em abril e maio de 2018, começamos as ações da Pré-escola do Alto de São Pedro. Após contato com a direção, realizamos palestras aos pais, professores e palestra e o exame bucal nas 187 crianças; a escovação supervisionada também foi realizada junto ao escovódromo da escola, para reforçar os conceitos de higiene bucal de maneira prática.

Em meados de maio e no mês de junho, as mesmas ações foram realizadas na Pré-escola do Bosque da Saúde para os pais, para os professores e para as crianças. Fizemos exame bucal em 125 crianças, mais a escovação supervisionada. No final de junho, as ações foram realizadas na pré-escola do Largo de Santana com a mesma metodologia.

No mês de julho, fizemos reunião com os alunos para planejamento do segundo semestre e avaliação dos dados do 1º semestre.

No mês de agosto, retornamos com as visitas nas escolas, dessa vez atendendo as 247 crianças dos EMEIs do largo de Santana e Fabio Moura.

No mês de setembro, finalizamos o atendimento do EMEI Fabio Moura.

Em outubro, realizamos as ações educativas, o exame bucal e a palestra na EMEI João Quintanilha e, no mês de novembro, concluímos nossas ações nesta escola com a escovação supervisionada na EMEI João Quintanilha. Ainda em novembro, iniciamos o trabalho na EMEI Ondina Amadei Beringhs.

Finalmente, em dezembro, nos reunimos com os alunos bolsistas para a análise dos dados colhidos nos eventos.

Antes do exame bucal das crianças, foram providenciadas as autorizações, por parte dos pais, para a realização dos exames. Os problemas bucais encontrados foram relatados à direção da escola, que, por sua vez, comunicou aos pais, que puderam optar

por fazer o tratamento na rede pública, na clínica do Departamento de Odontologia ou com um cirurgião-dentista da rede privada. Também foi observado o estado das escovas dentais das crianças e sugerida a renovação dentro de um período apropriado à Prefeitura municipal da cidade.

Figura 1: Reunião com os alunos bolsistas: planejamento das ações



Fonte: Arquivo pessoal Dr. Nivaldo André Zöllner.

Figura 2: Reunião com os bolsistas em dezembro de 2018: avaliação dos resultados



Fonte: Arquivo pessoal Dr. Nivaldo André Zöllner.

Considerações finais

As ações educativas e preventivas nesta faixa etária, transmitidas em ambiente escolar, são benéficas pois se incorporam na educação geral da pessoa com benefícios para toda a vida, promove a mudança ou a consolidação de bons hábitos e práticas, projetando um futuro promissor em termos de saúde coletiva. Além disso, as crianças vão questionar e influenciar nos hábitos dos adultos, que também foram contemplados nas ações – pais, professores, cuidadores, funcionários das pré-escolas envolvidas. No contexto da educação, a escola produz atividades motivadoras e cultura de boas práticas no dia a dia. Para os alunos do projeto, uma experiência de saúde coletiva, de relacionamento humano profissional, de vivência de realidades culturais e econômicas, de aplicação de conhecimentos na vida prática, uma visão geral dos problemas de saúde bucal de uma comunidade, qualificando-os como cirurgião-dentista para trabalhar na Estratégia da Saúde da Família – ESF (SUS), de valorização e da percepção da importância da Odontologia na vida das pessoas. Para nós, professores, há o proporciona realização e satisfação profissional. O conjunto desses fatores é o resultado do trabalho da extensão universitária.

As experiências da prática da GPT no ensino infantil

Fernanda Rabelo Prazeres

Mestra em Educação

Professora do Departamento de Educação Física

Universidade de Taubaté

Ketrin Barbosa dos Santos

Graduanda em Educação Física

Universidade de Taubaté

Lídia Amália Cardamoni dos Santos

Especialista em educação Física Escolar e Artes

Professora do Departamento de Educação Física

Universidade de Taubaté

Introdução

A ginástica é uma área da Educação Física que favorece aos participantes a experimentação de movimentos que não fazem parte do dia a dia e o ambiente escolar pode e deve ser um espaço seguro para que essa prática aconteça de forma orientada.

Na educação infantil nem sempre há a colaboração de um professor de Educação Física e, muitas vezes, o professor responsável pela turma (com formação em Pedagogia) é o responsável por aplicar a prática do movimento para esses alunos. Porém, acreditamos que, se um profissional da área da Educação Física atuar com esses alunos, muito se tem a ganhar, pela experiência e pela formação do profissional que conduzirá o aluno de forma motivante e segura para a prática de atividades físicas.

O texto se trata de um relato de experiência apresentado por bolsistas envolvidos na aplicação de ginástica para crianças em um projeto da cidade de Taubaté, e por meio dele buscamos apresentar o desenvolvimento do trabalho executado ao longo de um ano do projeto, especificamente em 2019.

Os movimentos das modalidades de ginástica requerem cuidados ao serem ensinados para que os alunos se sintam seguros ao praticar a atividade e motivados. Se ensinados de maneira inadequada, podem causar medo e fazer com que o aluno desista da prática, ou, até mesmo, acabe se machucando.

Para tanto, uma boa formação para nós, profissionais que atuamos com ginástica na educação infantil, pode favorecer esse trabalho, permitindo estratégias condizentes com a faixa etária durante a aplicação das aulas e suprimindo as expectativas dos alunos. Acreditamos que, se em nossa trajetória acadêmica, ao vivenciarmos a ginástica, além das disciplinas do curso de graduação, como nas oportunidades de estágio em programas de extensão, estaremos mais preparados para a propagação da ginástica na escola e em outros ambientes. E, provavelmente, seremos profissionais que utilizaremos dessa modalidade em nossas aulas.

As modalidades mais conhecidas na ginástica são ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica acrobática, entre outras, mas todas essas apresentam um caráter competitivo. Nas últimas décadas, surgiram novas modalidades de ginástica e, com isso, mais possibilidades de aplicação para além do âmbito competitivo.

Uma das modalidades que mais se encaixa no ambiente escolar é a *Ginástica para Todos* (GPT), que se caracteriza por ser uma modalidade que integra movimentos corporais aos aparelhos das ginásticas competitivas, porém executados de acordo com as possibilidades do grupo, já que, em sua proposta, a prática sempre será coletiva. Além disso, é uma modalidade de demonstração ou de apresentação, dessa maneira não é competitiva.

A Ginástica para Todos (GPT), que antes era denominada Ginástica Geral (GG), se destaca por ser uma prática que busca o desenvolvimento pleno de seus participantes, seja por meio da prática por lazer ou em busca de um bem-estar físico e psíquico. Assim, a GPT busca uma nova maneira de pensar e fazer ginástica, proporcionando, além da vivência, a reflexão dos métodos de aplicação e a participação dos alunos, permitindo que todos se sintam à vontade em experimentar a prática da modalidade. Por isso, as estratégias pedagógicas permitem a inserção da atividade no ambiente escolar para qualquer faixa etária, de maneira adaptada sempre que necessário.

Outro aspecto importante da GPT que favorece a aplicação da modalidade no ambiente escolar é a liberdade de movimentos, podendo ser constituída a partir das várias modalidades de ginásticas, além de dança e de manifestações culturais.

Ao contrário das demais manifestações de ginásticas competitivas, regradas e claramente delimitadas por seus códigos, na GG a liberdade é uma característica marcante, que a permeia, em diferentes aspectos: no uso ou

não de aparelhos, na faixa etária e no número de praticantes, nas vestimentas utilizadas, no estilo musical, etc.²⁸

E essa liberdade pode beneficiar a prática e a abordagem no ensino infantil, respeitando os limites e o tempo de aprendizagem de cada aluno.

O *Projeto ginástica para todos*: desenvolvendo a psicomotricidade na Educação Infantil teve seu início no ano de 2019 e, apesar do conhecimento teórico da modalidade, esse período para nós foi um tempo de experimentação para averiguar quais estratégias mais se adequariam às unidades escolares e, principalmente, aos alunos atendidos, quais resultados seriam alcançados e se a proposta seria aceita em cada comunidade escolar.

Justificativa

A criança, durante o ensino infantil, está iniciando seu processo de conhecimento corporal e entendendo seus limites e possibilidades. Nesse sentido, trabalhar a psicomotricidade por meio da GPT favorece à criança conhecer melhor seu corpo, experimentando movimentos pouco explorados, porém, de maneira segura, com o auxílio de nós, graduandos, envolvidos na atividade, para que haja confiança durante a execução e, assim, possa se desenvolver nos aspectos físico, psíquico e social.

As crianças são estimuladas a experimentar movimentos *gímnicos* (como: rolamentos, movimentos em diferentes apoios, rotações, entre outros), promovendo a participação de todos os alunos, independentemente de suas habilidades, facilitando a aprendizagem, a experimentação e o desenvolvimento psicomotor.

Para Gallahue e Ozmun “[...] a brincadeira, o brincar é muito importante para o desenvolvimento da criança no início da infância, por isso deve ser muito bem explorado este tipo de atividade, que use a criatividade e as expressões que o nosso corpo nos possibilita”²⁹. Nesse sentido, destaca-se a importância de trabalhar de forma lúdica para que o aprendizado seja motivador e significativo para a criança.

Portanto, a GPT, além do aprendizado dos movimentos *gímnicos*, favorece o desenvolvimento da criatividade e a ludicidade em um ambiente de experimentações,

²⁸ TOLEDO, Eliana; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz; GOUVEIA, Carlos Ramos. Fundamentos da ginástica geral. In: NUNOMURA, Mirian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. **Fundamentos das ginásticas**. Jundiaí: Fontoura, 2009. p. 26.

²⁹ GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3 ed. São Paulo: Phorte, 2005.

permitindo à criança conhecer seu corpo, suas capacidades e se desafiar com os novos movimentos e aprendizados.

Objetivo

Por meio deste relato de experiência, buscamos apresentar o desenvolvimento do trabalho executado ao longo de um ano do projeto, especificamente em 2019, na visão de nós alunos bolsistas do curso de Educação Física e professoras que acompanharam as atividades, destacando os aspectos positivos e negativos das ações, assim como a participação dos alunos das escolas no decorrer das aulas.

Metodologia

Antes de iniciar as ações nas escolas, nós, bolsistas, passamos por formações com as professoras. Nessas formações, tivemos a oportunidade de vivenciar alguns movimentos, mas, principalmente, de aprender a ensinar e a fazer a proteção para alguns movimentos.

Ao tomar conhecimento das escolas, as aulas do projeto ocorreram semanalmente, com duração de 45 minutos, por turma em duas unidades de educação infantil.

Tínhamos como responsabilidades: preparar o ambiente para a aula, buscar os alunos na sala, guiá-los até o local da prática e por todo o desenvolvimento das atividades propostas, sob a supervisão das professoras da Universidade responsáveis pelo projeto.

Mas, antes que as atividades do projeto iniciassem junto às crianças, um momento fundamental para o desenvolvimento das ações foi o conhecimento da equipe da escola, dos alunos e dos espaços disponíveis para as atividades em cada unidade. Com agendamento prévio, nós, bolsistas, fomos apresentados à direção, alunos e professores das escolas, com acompanhamento das professoras coordenadoras, além de esclarecer os objetivos e sentidos da presença da equipe do projeto no espaço escolar e as ações contempladas no projeto.

Esse reconhecimento possibilitou o planejamento e a adequação das atividades para cada turma em função do espaço e, sempre que necessário, as ações sofreram adaptações para melhor aplicabilidade para todos os alunos.

O planejamento das ações, sempre sob orientação das professoras coordenadoras, ocorria ora nas escolas, ora na Universidade, por meio dos planejamentos de aula. O desenvolvimento do projeto foi sempre nas escolas. As ações foram realizadas no ano de 2019 e desenvolvidas na unidade de ensino, sempre contavam com a presença e a participação efetiva de um representante da equipe da escola (monitor, oficinairo ou professor).

As atividades com os alunos da Educação Infantil eram compostas por uma roda de conversa inicial para apresentação do conteúdo e de informações gerais, seguidas do aquecimento, do trabalho *gímico* (conforme o objetivo da semana ou a necessidade apresentada pela escola ou alunos) e da volta à calma. E, de acordo com a necessidade de cada escola, foram criadas coreografias/sequências para apresentações, seguindo a proposta da GPT. As atividades desenvolvidas foram registradas no nosso caderno de campo e também por meio de fotos e filmagens, para que, posteriormente, pudéssemos discutir e analisar as ações, favorecendo o desenvolvimento das atividades e a escrita dos relatos de experiência e relatórios.

Semanalmente, nos reuníamos com as professoras e com todos os alunos bolsistas para discutirmos e avaliarmos como foram as aulas e se as estratégias estavam indo ao encontro dos objetivos propostos, dessa forma acompanhando o desenvolvimento de cada aluno.

Resultados

No ano de 2019, o projeto foi iniciado em duas unidades escolares de educação infantil pertencentes à rede municipal de ensino na cidade de Taubaté-SP. Em média, foram atendidos 120 alunos a partir de 5 anos de idade (matriculados na segunda etapa e no ensino integral).

O projeto, inicialmente, levou a proposta de permanecer na escola somente por um semestre, porém, para um melhor desenvolvimento dos alunos, a coordenação do Núcleo de gestão e execução de convênios (Nugec), junto às coordenadoras do projeto, viram a importância da continuidade das atividades até o final do ano letivo, visto que esse projeto desenvolve movimentos característicos das modalidades de ginástica

A execução dos movimentos na GPT demanda o suporte dos bolsistas, seja fazendo a segurança do aluno, seja o corrigindo para que não aconteça nenhuma lesão. Por isso, o tempo de aprendizado pode ser mais longo devido a esse cuidado e, em se tratando de crianças, o tempo necessário para realizar o movimento com autonomia e segurança é maior.

O projeto desenvolvido por mais tempo na mesma unidade escolar permitiu que mais movimentos fossem ensinados, favorecendo a vivência e o aperfeiçoamento dos alunos, de acordo com a faixa etária. Assim, percebemos que o período de um ano foi ideal ou o tempo mínimo necessário para que esse projeto fosse aplicado de forma satisfatória.

Como se trata de um projeto novo, que se iniciou em 2019, criamos uma expectativa de como seria recebido nas escolas e pelos alunos. Podemos dizer que a aceitação foi muito boa, tanto pelos alunos, que esperavam ansiosos o dia da aula, como pela equipe escolar. Os alunos eram assíduos e, em pouco tempo, já começaram a demonstrar avanços nos movimentos propostos, como rolamentos, parada de mãos, ponte, estrela, entre outros.

Para as crianças era um momento prazeroso e de muitos desafios, seja pela movimentação, seja por exigir concentração e ritmo, quando os movimentos eram executados seguindo uma música.

Nós nos preocupamos com os pais dos alunos que participavam das aulas, pois alguns poderiam se opor à participação do (a) filho (a) nas aulas, por ser uma proposta de movimento não habitual para essa faixa etária. Mas, pelo contrário, as diretoras das duas unidades de ensino relataram que a recepção foi positiva. Como já mencionamos anteriormente, em todas as aulas havia o acompanhamento de um monitor, de um oficinairo ou de um professor, que também observavam o comportamento e a evolução dos alunos.

No início das aulas, em uma das unidades, foi comunicado que, em uma turma, havia uma aluna que apresentava a síndrome de *down* e que, portanto, pela característica da atividade, exigiria de nós, bolsistas e coordenadoras, adaptações e cuidados para que a aluna pudesse participar. A professora responsável pela turma disse que a aluna não gostava de participar das aulas com atividades físicas e que, provavelmente, iria resistir à prática.

A partir dessa informação, pensamos em estratégias para que a aluna pudesse se envolver em todas as aulas. Na primeira aula, ela não se aproximou de nós, bolsistas, mas observou tudo permanecendo ao lado da auxiliar da escola, que sempre esteve presente nas aulas, e acreditamos que isso tenha ocorrido por ser a pessoa que a aluna já conhecia e em quem sentia confiança. Mas, a partir da segunda aula, ela começou a se aproximar e a participar das atividades. A estratégia adotada foi de que um de nós sempre estaria mais próximo a essa aluna para dar atenção e auxiliá-la, se necessário. Notamos que, ao longo das aulas, ela foi se envolvendo e participando como os outros.

Em alguns dias, essa aluna não participava de toda a aula e, quando não queria mais fazer as atividades, se sentava e observava a turma. Buscamos, então, respeitar essa atitude, evitando ultrapassar os limites da aluna nos aspectos físicos e psíquicos

decorrentes da síndrome. Ela era uma aluna muito carinhosa e se apegou a nós, bolsistas, que a tratávamos com muito carinho, bem como às demais crianças.

Uma outra proposta do projeto era desenvolver coreografias, assim permitindo aos alunos aprender e decorar sequências, o que demanda um grande envolvimento de todos. Nós bolsistas nos comprometemos com a criação, com o ensino das sequências e dos ensaios. Já os alunos precisaram aprender e memorizar as sequências, ensaiar e estar presentes no dia da apresentação. Diante da finalização e ensaios das coreografias, direção, professores e pais puderam assistir ao que foi desenvolvido com os alunos.

Ao longo do ano, foram trabalhadas duas coreografias para apresentações na escola. Primeiro, uma para a festa junina, no mês de junho, e, posteriormente, na festa de encerramento do ano letivo e do projeto, no mês de dezembro. Em ambas as apresentações, a quantidade de alunos por turma foi numerosa. Os alunos, animados e envolvidos, ficaram ansiosos pelas apresentações. E os pais compareceram e conheceram um pouco do que era desenvolvido nas aulas.

A devolutiva que os pais deram à direção em uma das escolas foi muito positiva, apreciaram a ginástica e estavam satisfeitos com todos nós que nos envolvemos. Já na outra unidade escolar, como não houve tanto contato com os pais, sendo justificado que, por ser uma escola localizada na zona rural de Taubaté, muitos pais apresentavam dificuldade de acesso, não soubemos ao certo a opinião deles.

Para nós, bolsistas, a experiência foi de grande valia, muitos de nós nunca havíamos estado em uma escola na condição de professor, e essa vivência foi de muito aprendizado. Pudemos aprender a nos relacionarmos com os alunos, adquirir postura profissional nas aulas, fazer o planejamento das atividades e didática e adaptá-lo, quando necessário, e tivemos a oportunidade de visualizar se estávamos conseguindo atingir os objetivos do projeto.

Dentre as dificuldades observadas por nós, bolsistas, podemos destacar o manter as crianças atentas ou até mesmo envolvidas durante toda a aula, visto que o local das aulas era um pátio em que transitavam alunos de outras turmas, funcionários e professores e isso influenciava na dispersão de alguns alunos. Para tentar sanar essa situação, em alguns dias, as aulas foram realizadas em uma sala de aula, o que favoreceu o desenvolvimento de aulas mais dinâmicas, conseguindo fazer com que os alunos se envolvessem mais com o conteúdo específico de cada aula.

Também tivemos de adaptar algumas aulas, seja pela falta, seja pela quantidade insuficiente de tatame, pois esse material é essencial para a segurança nas aulas. Como em alguns movimentos da ginástica o aluno pode estar em apoio invertido e algumas vezes sem tocar os pés no solo, ter materiais como tatames e colchões permite que esses movimentos sejam executados com mais conforto e segurança. Cabe reforçar que,

independentemente da presença ou não de tatame, é imprescindível a ajuda do professor ou de nós, bolsistas, quando o aluno realizava o movimento, pois isto garantia uma execução correta e segura até que a criança pudesse ter autonomia e realizar a movimentação sozinha.

Uma das escolas não disponibilizava de um número adequado de tatames e, além disso, muitas vezes, estavam sendo utilizados em sala de aula por outras professoras no horário das aulas do projeto. Na outra escola, na sala em que as aulas ocorriam, os tatames permaneciam diariamente dispostos em todo o solo.

Os trabalhos coreográficos desenvolvidos precisaram de um tempo maior de dedicação, visto que só ensaiávamos uma vez por semana e, pela característica da idade, as crianças demoram um pouco para decorar os movimentos. Isso não foi empecilho, pois, tanto os alunos, quanto nós, bolsistas, nos dedicamos para que o objetivo fosse alcançado e, em virtude da organização de todos os envolvidos, as apresentações foram satisfatórias. Para nós, bolsistas, o aprendizado com os ensaios da primeira coreografia favoreceu os ajustes para a segunda.

No mês de junho, as apresentações realizadas pelas turmas tiveram como tema a festa junina. Em cada escola, ficamos responsáveis por elaborar uma coreografia nesse tema e utilizar aparelhos da ginástica ou aparelhos alternativos em suas composições.

Em uma escola, utilizamos o bambolê ou arco, que é um aparelho adaptado da ginástica rítmica. Os alunos movimentavam o aparelho e realizavam movimentos corporais básicos, como vela, ponte e equilíbrio ao som de músicas relacionadas ao tema, assim como a vestimenta.

Na outra escola, utilizamos para a apresentação o aparelho alternativo balangandã, como é conhecido popularmente, que pode ser confeccionado com papel crepom, jornal e barbante. Também com o tema festa junina, utilizamos esse aparelho com giros e balanceios, combinados aos movimentos corporais básicos da ginástica e características das coreografias e das músicas juninas. Devido à idade das crianças e ao tempo destinado para as aulas, o balangandã foi feito por nós, bolsistas, com material cedido pela escola.

Nas apresentações de encerramento do ano letivo, que aconteceram no início do mês de dezembro, tivemos liberdade para escolher o tema para as coreografias de cada escola.

Porém, por imprevistos com a nossa condução para a escola localizada na Zona Rural, ficamos um período (quase um mês) sem ir até a escola e aplicar as aulas do projeto e, assim, tornou-se restrito o tempo para a construção de uma coreografia e, principalmente, para os ensaios. Dessa maneira, optamos por fazer o encerramento nessa escola com os alunos apresentando uma série de seis movimentos aprendidos ao longo das aulas nos quais eles tivessem facilidade. A apresentação foi realizada no

horário escolar, com a presença da equipe gestora, dos professores e dos alunos das outras turmas do ensino infantil para assisti-la. Foi uma apresentação simples, mas muito bem executada pelos alunos e que chamou a atenção dos professores ao ver a evolução dos alunos.

Na outra escola, a apresentação teve como tema o circo, que foi escolhido por nós, bolsistas. Como eram duas turmas que participavam das aulas, uma abordou o tema palhacinhos e a outra, mágicos.

A escola ajudou na elaboração dos figurinos, sendo confeccionados pelas professoras: saia e suspensório de TNT (tecido não tecido) para as meninas; e bermuda e suspensório para os meninos. Os alunos só precisaram levar de casa uma camisa branca.

Nós, bolsistas, confeccionamos laços para as meninas e gravatas para os meninos, além de enfeitar o espaço para a apresentação (com materiais oferecidos pela escola) e maquiamos os alunos com o auxílio das professoras. Essa apresentação foi considerada um sucesso pelos pais e pela equipe escolar. Foi possível perceber a alegria das crianças, o que contagiou a todos que estavam assistindo.

Por meio dessas apresentações, foi possível observar o quanto os alunos se sentiram bem nas aulas e no momento das apresentações. Nós, bolsistas, também relatamos o quanto foi gratificante o imenso carinho que recebemos, a alegria das crianças ao nos ver e o desenvolvimento rápido dos movimentos aplicados, pois alguns alunos de uma semana para outra apresentavam uma grande melhora nas habilidades, e outros, apesar do medo, se mantiveram animados e motivados para as aulas.

Em 2020, após o começo da pandemia mundial da propagação da nova doença, a Covid-19, no mês de março de 2020, a equipe Nugec nos solicitou que produzíssemos vídeos para que fossem apresentados aos alunos do ensino infantil. Sendo assim, nós bolsistas, com o apoio de professores e dos coordenadores do projeto, elaboramos vídeos com conteúdo da GPT, como equilíbrios (avião e o passe), saltos (afastado e grupado), saltitos (*skip*, galope, *chassé* e saltito com meio giro), flexibilidade, poses da modalidade e também ensinamos como confeccionar materiais alternativos.

São produzidos e usados nos vídeos objetos que possuímos em casa, tornando assim mais fácil e divertida a vivência dos alunos com a modalidade, mesmo à distância. Fizemos dois vídeos por mês com temas e conteúdos diferentes. Em seguida, enviamos os vídeos para que os professores e coordenadores do projeto pudessem fazer as correções e, assim, encaminhar para equipe do Nugec. Estes também avaliam se o material estava de acordo com o pedido, para que, finalmente, fosse enviado para a unidade escolar infantil para repassar para os alunos.

Tivemos devolutivas dos alunos em forma de vídeos e vimos que estão praticando e tentando realizar as atividades enviadas. A nossa preocupação durante

esse período em que os alunos não chegaram a vivenciar nenhuma aula presencial foi na hora de selecionar os conteúdos que apresentavam menos perigo para serem realizados em casa, que fossem possíveis de praticar sozinhos, ou com os pais, ou com um adulto responsável para que não aconteçam acidentes.

Também buscamos ter o cuidado para que os vídeos sejam de fácil entendimento e que os métodos adotados para passar os conteúdos sejam simples e de grande valia.

Considerações finais

O *Projeto ginástica para todos*: desenvolvendo a psicomotricidade na Educação Infantil foi aplicado pela primeira vez no ano de 2019, e os resultados foram gratificantes para todos nós: para os alunos que se engajaram nas atividades e demonstraram motivação nas aulas e nas apresentações e para nós, bolsistas que, ao finalizarmos o projeto, atingimos os objetivos propostos nas duas unidades escolares e pelo convívio com esses alunos.

Os alunos se envolveram e gostaram muito da modalidade e, ao seu término, estavam satisfeitos com o que aprenderam, finalizaram o projeto, executando muito bem alguns movimentos da ginástica e com conhecimento das modalidades que integram a GPT.

Os alunos puderam assistir a outro projeto de GPT da Universidade (com alunos de diferentes cursos de graduação), permitindo a troca de experiências e ainda conseguiram ver movimentos que ainda não conheciam por serem movimentos que requerem mais habilidade, técnica e experiência na modalidade.

Nós, bolsistas que participamos do projeto nesse período, podemos dizer que ganhamos muita experiência e conhecimento na área da ginástica, pois nem todos tinham conhecimento prévio da modalidade, mas o adquirimos ao longo do ano e evoluímos enquanto professores. Alguns de nós, em virtude de estruturação curricular, não tiveram a disciplina no curso de graduação e isso permitiu uma experiência que agregará conhecimentos práticos além da teoria e que os ajudará em muito ao longo de sua formação acadêmica.

Educação patrimonial: as relações de identidade entre patrono e comunidade escolar

Rachel Duarte Abdala

Doutora em História da Educação
Professora do Departamento de Ciências Sociais e Letras
Universidade de Taubaté e Universidade de São Paulo

Letícia Lavínia da Silva Brandão

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Raphael Fernando de Toledo Sousa

Graduando em História
Universidade de Taubaté

Isis Yasmin Aguiar Almeida

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Pietra Cesário Bueno

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Nathalia Maria Novaes Victor

Arquiteta
Presidente do Conselho Municipal de Patrimônio de Taubaté

Introdução

Esse trabalho de pesquisa está vinculado a um projeto de extensão em educação patrimonial desenvolvido em escolas da rede municipal de ensino de Taubaté-SP. O projeto trata de aspectos patrimoniais e da aproximação e da construção indenitária a partir do conhecimento do patrimônio, desde o concreto individual, englobando o nome dos alunos, o conceito de patrimônio – material e imaterial –, a história de vida, a história da escola e de seu patrono e a história e o patrimônio da comunidade e da cidade.

A cidade de Taubaté está localizada no interior do estado de São Paulo, mais precisamente no Vale do Paraíba. A cidade conta 375 anos desde sua elevação à categoria de vila e exala história em suas ruas, praças e monumentos, dos quais muitos não se encontram em um bom estado de conservação. A cidade foi uma das primeiras vilas da região do Vale do Paraíba a se desenvolver durante o período colonial, o que favoreceu seu progresso urbano. Sendo retratada como uma vila modesta, de posição importante por viajantes estrangeiros, como Debret, que a consideravam como célula-mater da região valeparaibana. A cidade acompanha de perto os três processos econômicos desse período histórico: a mineração e seu declínio, a produção canavieira que os ajuda a passar pela transição do ouro ao café, este o último processo.³⁰ Desse modo, ao viver em uma cidade em que a cada esquina nos deparamos com alguns desses patrimônios, é de extrema importância que as escolas também sejam lugar de transmissão de conhecimentos acerca da preservação desses bens da memória coletiva, do despertar de um sentimento de pertencimento e de identidade com a própria história, entre outras questões. Nesse sentido, demonstra-se a importância do educar, pois a educação leva a um olhar diferente para esses patrimônios, a uma análise mais ampla e crítica a respeito dos interesses gerados em torno dos artefatos e dos monumentos. Assim como relatado no artigo de Dropa e Oliveira:

[...] As questões relativas a o que preservar, porque preservar e como preservar, podem também ser analisadas na Teoria Crítica Marxista, o conceito e as articulações referentes ao patrimônio cultural, podem estar inseridas na questão da luta de classes, pois a preservação pelo instituto do tombamento se constitui também como uma forma de apropriação de objetos materiais.³¹

Os autores aludem ainda aos dispositivos legais sobre a questão:

A legislação vigente atual (Constituição de 1988, o Decreto Lei 25/37 e leis estaduais e municipais), atribui a qualquer cidadão, grupos comunitários e sociais, a prerrogativa de solicitar a preservação de determinado bem e, a partir de estudos considerá-lo patrimônio cultural local, estadual ou federal. Mas o que se observa é a influência de grupos ligados ao capital, influenciando diretamente nestes assuntos. Assim o campo do patrimônio

³⁰ ABREU, Maria Morgado. **Taubaté** - de núcleo irradiador do bandeirismo a centro industrial e universitário do vale do Paraíba. Aparecida do Norte-SP: Santuário, 1991.

³¹ DROPA, Marcia Maria; OLIVEIRA, Rita de Cássia da Silva. As relações entre educação, cultura e patrimônio: apontamentos teóricos. XII Congresso Nacional de Educação. **Anais...** PUCPR, Paraná: 2015, p. 2734-2735. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/18158_8743.pdf. Acesso em: 14 jun. 2020.

muitas vezes é de luta, entre os interesses da cultura e os do capital (poder econômico dominante), principalmente nos interesses do setor privado.³²

Segundo o *Guia básico da educação patrimonial* do IPHAN, a educação patrimonial compreende um processo sistemático de ensino centrado no patrimônio cultural como fonte primária de conhecimento e de enriquecimento individual e coletivo. A partir da experiência e do contato direto com as evidências e manifestações da cultura, em todos os seus múltiplos aspectos, sentidos e significados, o trabalho de educação patrimonial busca levar as pessoas a um processo ativo de conhecimento, de apropriação e de valorização de sua herança cultural, capacitando-as para um melhor usufruto desses bens e propiciando a geração e a produção de novos conhecimentos, num processo contínuo de criação cultural.

Os projetos de educação patrimonial, em sua maioria, têm um caráter de educar para preservar, algo que vem sendo criticado. A educação patrimonial tende a dar ênfase ao fato de que os patrimônios devem ser apropriados pelos membros dessa sociedade. O professor deve instigar a curiosidade e o interesse de seus alunos quanto ao assunto patrimônio e deve incentivar a pesquisa de identidades culturais, para que, desse modo, os próprios alunos se enxerguem como protagonistas de suas histórias, compreendendo que a identidade coletiva está em constante construção.³³

Nosso projeto busca, fundamentado em reflexões teóricas, e nos conceitos de identidade, patrimônio, cultura, entre outros, demonstrar aos alunos a importância de preservar, ao levá-los em visitas guiadas por museus e monumentos ao longo da cidade. Reforçamos de forma ainda mais representativa a importância do patrimônio, dos artefatos, da memória, dos patronos etc., trabalhando também um olhar crítico dos alunos para as questões levantadas acima, que, quando aprofundadas, elevam novas questões. Buscamos dar ênfase na relação de apropriação de um patrimônio material e a extrema importância dos bens imateriais, com o intuito de nos aproximarmos da realidade dos alunos, para que eles compreendam a importância dos bens imateriais. Iniciamos com a oficina do nome, demonstrando de forma particular os significados, as origens e as histórias que permeiam seus nomes, gerando em nossos alunos um brio sobre seus nomes, uma identificação com relação aos seus significados, uma curiosidade em saber os motivos de seus pais terem escolhido para eles tal nome. Desse modo, ao analisar o passado e compreender o processo em torno de uma memória coletiva, nosso projeto, encontra, num primeiro momento, um caminho para trabalhar com esses alunos sua relação com o patrono da sua escola, como esse grupo se relaciona, compreende e se apropria dessas histórias

³² *Idem.*

³³ *Idem.*

Patrono é aquela personalidade escolhida para ser homenageada por algo ou alguém. No âmbito religioso, por exemplo, o patrono pode ser considerado um padroeiro, ou seja, algum santo que é conhecido por defender determinado grupo de pessoas ou situação específica. Nas forças armadas, os patronos são figuras heróicas escolhidas para defender uma unidade militar, por exemplo. O patrono também é aquele que defende, aconselha e direciona. Na Educação, o termo está representado no nome de cada unidade. [...] Preservar a história e homenagear aqueles que contribuíram de forma positiva para a educação ou com grandes exemplos para o mundo também é missão da rede estadual paulista. Como forma de valorizar essas personalidades, cada unidade escolar tem o seu patrono, como professores, educadores, compositores, poetas, entre outros, que permanecem vivos na memória de cada um.³⁴

A partir de 1946, passou-se a atribuir nomes de pessoas já falecidas às instituições de ensino e de federações, ao se nomear um patrono a essas instituições. Assim, nas instituições nomeadas, deve-se colocar um retrato com as descrições bibliográficas, sobre suas contribuições para aquela comunidade, buscando promover, desse modo, uma identidade, uma memória coletiva. Hoje em dia, a pessoa homenageada deve ter mais de 65 anos ou ser falecida, quando uma instituição de ensino receber o seu nome. Nesses casos, a proposta deve ser acompanhada de um abaixo-assinado com, no mínimo, a assinatura de quatrocentos moradores da região, ou o apoio do conselho da escola, dando prioridade aos nomes de professores e professoras cuja vida esteja vinculada à comunidade. Observa-se que esta abertura para que a comunidade e o conselho de escola se manifeste é, de fato, muito importante, pois isso reforça a ligação entre a comunidade, sua escola e seu patrono.³⁵

O conhecimento de seus patronos se faz necessário para que as comunidades escolares conheçam a história de seus patronos, desenvolvendo e fortalecendo as relações identitárias dos alunos em relação às suas respectivas escolas e que, assim como há diferentes trajetórias dos patronos, também há diferentes meios de a comunidade escolar conhecer e se relacionar com a biografia de seus patronos.

³⁴ SECRETARIA MUNICIPAL DE CULTURA DE SÃO PAULO. Departamento do Patrimônio Histórico. **O direito à memória:** patrimônio histórico e cidadania. São Paulo: DPH, 1992. Disponível em: <https://www.educacao.sp.gov.br/noticias/saiba-o-que-significa-o-termo-patrono-e-sua-importancia/>. Acesso em: 27 jun. 2020.

³⁵ ALMEIDA, Wilson Ricardo Antoniassi de. Professor Leovegildo Chagas Santos (1955): Patrono do Terceiro Grupo Escolar de Limeira, Estado de São Paulo. **Hist. Educ.**, Santa Maria, v. 21, n. 52, p. 335-355, ago. 2017.

Patrono e relações de identidade

Esta pesquisa se justifica pela necessidade de compreensão das relações de identidade entre a comunidade e seu patrono escolar. Nesta pesquisa, destaca-se a relevância do município de Taubaté-SP para a História do Brasil e, com isso, a maneira como sua população se relaciona com seus patrimônios materiais e imateriais. Pode-se ressaltar como um dos pontos iniciais dessa relação, que se inicia na vida escolar dos alunos, a proximidade entre determinada comunidade e seu patrono escolar.

Com um breve histórico do município de Taubaté, fica explícita a relevância de seus diversos patrimônios materiais e imateriais para a História do Brasil e como esses patrimônios se tornam relevantes para seus munícipes. Nesse contexto, evidencia-se a importância de compreender as relações de identidade entre os patronos e sua comunidade escolar, pois, assim como os patrimônios históricos, o patrono escolar pode influenciar a vida de uma determinada comunidade.

A iniciativa de pesquisar as relações entre a comunidade de uma escola e seu patrono escolar se deram a partir do desenvolvimento do *Projeto educação patrimonial* na cidade de Taubaté, que busca levar aos alunos da rede municipal de ensino um maior entendimento e compreensão em relação à importância dos patrimônios da cidade. Para que os alunos se identifiquem com os patrimônios de sua cidade, o projeto se inicia com a identificação e com a exposição dos patrimônios de cada aluno, como, por exemplo: o nome, o bairro em que mora, a linha do tempo de suas principais memórias e o patrono de sua escola.

A importância de uma determinada comunidade escolar conhecer a biografia de seu patrono pode ser melhor compreendida, como se vê a seguir:

Embora o patronímico de uma instituição escolar, atualmente, por vezes, refere-se ao bairro onde a mesma se localiza, geralmente a ela é dado o nome de uma pessoa em homenagem às suas contribuições à sociedade, sobretudo à educação, além de configurar-se como um exemplo de humano e profissional a ser seguido. Portanto, mais que a identificação e a distinção de natureza, entre o patrono e a sociedade, pode existir um vínculo [...] Por isso, importa conhecer o patrono da instituição escolar não apenas porque ele lhe dá nome, mas, principalmente, porque entre a sociedade e ele pode figurar-se uma relação, que tem sentido e significado, propensa a estreitar o vínculo entre a escola e a comunidade.³⁶

³⁶ *Ibidem*, p. 339.

Com o desenvolvimento do projeto de educação patrimonial nas escolas da rede municipal de Taubaté, evidencia-se que cada escola tem um tipo de relação com o seu patrono escolar, o que cria uma curiosidade de definir a maneira como essa relação se estabelece em cada escola e como pode influenciar na vida daquela comunidade. Além disso, observa-se que cada escola tem um tipo de reação com o desenvolvimento das oficinas relacionadas ao patrono escolar.

Nas oficinas que buscam levar aos alunos a uma maior compreensão sobre quem é o patrono daquela escola, é feito um levantamento sobre a biografia do patrono, sendo que esse trabalho de levantamento de dados nem sempre é facilmente realizado. Em algumas escolas, foi realizado um verdadeiro trabalho investigativo para o levantamento de informações sobre o patrono, tendo-se de recorrer aos museus da cidade e até entrevistas com pessoas que tivessem algum tipo de informação sobre o mesmo.

A compreensão de sua importância, com o levantamento da biografia do patrono escolar, constitui um dos pilares do *Projeto educação patrimonial*. Todo o trabalho para se levantar os dados e os resultados são apresentados nessas oficinas, para que os alunos se tornem conhecedores do processo investigativo realizado, para que, então, tenham acesso aos principais dados de seu patrono, dessa forma ficando ainda mais interessados no acesso às informações.

Essas relações devem ser exploradas como fonte de conhecimento e de enriquecimento individual e coletivo. Considerando que o conhecimento se faz a partir do contato direto e por mediação da educação, observa-se a importância de pesquisas que investiguem as relações estabelecidas entre uma comunidade e seu patrono escolar.³⁷

Este estudo objetiva compreender a importância do patrono escolar na vida de uma comunidade escolar e se essa relação de identidade geralmente acontece nas escolas do município de Taubaté. O projeto também procura saber mais sobre a vida do patrono e sua importância para a cidade, é importante que os alunos saibam quem foi e o que é um patrono. Ele também é importante para compreender melhor a região em que as escolas estão, pois muitas vezes é alguém de grande importância para quem vive no bairro ou na cidade.

A extensão universitária é uma prática acadêmica integrada ao ensino e à pesquisa. Tem por objetivo a formação de profissionais focados na produção de conhecimento a partir do contato direto com a população e suas necessidades e a promoção da integração entre a comunidade universitária e a sociedade local e regional.

³⁷ HORTA, Maria de Lourdes Parreiras; GRUNBERG, Evelina; MONTEIRO, Adriane Queiroz. **Guia Básico de Educação Patrimonial**. Brasília: IPHAN, 1999, p. 6. Disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/temp/guia_educacao_patrimonial.pdf.pdf. Acesso em: 10 jun. 2020.

Os projetos de extensão têm como função fazer uma ponte entre o universo acadêmico e a comunidade local.

O projeto já passou por diversas escolas da rede municipal de Taubaté e um de seus pilares se encontra na análise da proximidade e do reconhecimento dos alunos em relação ao seu patrono escolar.

Percurso metodológico

Destacando-se os desafios investigativos para levantar dados e informações, que justifiquem a relevância do patrono escolar para o município de Taubaté, esta análise focou nas experiências vivenciadas nas últimas três escolas nas quais foi desenvolvido o projeto: EMEF Monsenhor Evaristo Campista César, EMEF Dr. Quirino e EMIEF Anna dos Reis Signorini.

Para realizar o levantamento de informações sobre o patrono de cada escola, foi realizada uma análise documental, em que se buscou informações nas próprias escolas e no Arquivo Histórico municipal. No Arquivo Histórico municipal se encontra o acervo da Hemeroteca Antônio Mello Júnior, que conta com um amplo acervo de jornais e revistas que datam desde 1860. As pesquisas sobre personalidades religiosas foram realizadas na Cúria Diocesana da cidade. Também foram realizadas pesquisas com a própria população da cidade a partir das redes sociais e de outros meios de comunicação.

Em um dos casos de investigação sobre a biografia do patrono, foi necessário realizar uma solicitação à Secretaria da Educação de Taubaté. Como resultado, recebemos uma cópia do processo administrativo que resultou na lei nº4.760, de 3 de junho de 2013, que visava homenagear Anna dos Reis Signorini como patronesse de uma escola da rede municipal. Lá, encontramos todas as informações referentes a esse processo e, principalmente, a justificativa da homenagem juntamente com sua biografia.

A análise documental consiste na pesquisa por meio de documentos históricos. Segundo Cellard, o documento escrito constitui uma fonte extremamente preciosa para todo pesquisador nas ciências sociais. Os documentos históricos são insubstituíveis em qualquer reconstituição referente a um passado relativamente distante, pois não é raro que ele represente a quase totalidade dos vestígios da atividade humana em determinadas épocas.

O uso de documentos em pesquisa deve ser apreciado e valorizado. A riqueza de informações que deles podemos extrair e resgatar justifica o seu uso em várias áreas das Ciências Humanas e Sociais porque possibilita ampliar o

entendimento de objetos cuja compreensão necessita de contextualização histórica e sociocultural.³⁸

Para o reconhecimento da proximidade entre a comunidade escolar e seu patrono, foram analisados os seguintes aspectos: a quantidade de documentação obtida na escola, o conhecimento prévio dos alunos em relação ao patrono, os trabalhos realizados pela escola, expondo a importância de seu patrono, e a facilidade de levantamento de informações sobre o patrono na cidade.

Pesquisando as histórias dos patronos

Desde a criação do projeto, a ação já foi desenvolvida com diversas escolas da rede municipal do município de Taubaté, em diferentes bairros. Cada escola proporcionou desafios particulares a nossa equipe pela busca de informações sobre o patrono e sua relação com a comunidade. Nosso foco, neste relato de experiência, está nas três últimas escolas.

No caso da EMEF Monsenhor Evaristo Campista César, inicialmente pouco se descobriu sobre a história de seu patrono, pois havia pouca documentação sobre ele na própria escola. Sua vida privada foi resguardada, dando notoriedade ao âmbito religioso e a suas ações paroquiais. Porém, com o desenvolvimento do projeto na escola, foram realizadas muitas pesquisas sobre a biografia do patrono escolar. Em jornais locais, foi possível constatar a relevância do patrono para o município de Taubaté e, principalmente, para sua comunidade religiosa, o que acabou levando ao desenvolvimento de um artigo acadêmico sobre a importância do pároco para o município. Em um jornal religioso do município de Taubaté, Monsenhor foi tido como “[...] uma pessoa extremamente simples. Pobre e desprezado. Piedoso”.³⁹

Por conta da escassez de informações sobre o pároco na escola e a dificuldade de levantamento de informações, constatou-se que os alunos não possuíam conhecimento prévio sobre o mesmo, causando um distanciamento na relação identitária da comunidade escolar com o Monsenhor, o que pode ser reparado com o trabalho da equipe do projeto na realização de oficinas sobre o patrono escolar com os alunos.

³⁸ CELLARD, André. A análise documental. In: POUPART, Jean; *et al.* **A pesquisa qualitativa: enfoques epistemológicos e metodológicos**. Petrópolis-RJ: Vozes, 2008, p. 295.

³⁹ TAUBATÉ comemorou o Centenário de Nascimento do Mons. Evaristo. **O Lábaro**. Taubaté_SP, 28 dez. 2000. Disponível no acervo da Hemeroteca Antônio Mello Junior do Arquivo Histórico de Taubaté Félix Guisard Filho.

Na EMEF Dr. Quirino, nossa equipe teve maior facilidade em encontrar informações a respeito da biografia de seu patrono. Dr. Quirino foi uma figura afamada e importante para o município de Taubaté, homenageado publicamente nos jornais da cidade. Em uma das crônicas de Monteiro Lobato, publicada no jornal da cidade, Dr. Quirino é descrito como: “[...] um homem alto, de cartola. A cartola impressionou-me profundamente por ser novidade para mim. E eu corria de onde estivesse para ver a singular estranheza daquele homem alto, desempenado, sempre de preto e de cartola”.⁴⁰

Constatou-se que, nessa escola, eram frequentemente desenvolvidos trabalhos em torno do reconhecimento de seu patrono, o que permitiu que os alunos já tivessem um conhecimento prévio sobre ele. Por conta disso, verificou-se que essa comunidade tinha uma relação de maior proximidade com seu patrono escolar.

Na atual escola de desenvolvimento do projeto, EMIEF Anna Dos Reis Signorini, encontrou-se novamente dificuldade para obter informações sobre sua biografia. A abertura da escola é relativamente nova, fundada em 2011, e no meio do processo de fundação houve alteração de patrono. Esses fatos foram obstáculos na busca de informações. Foi então realizada uma campanha nas redes sociais para que pessoas da comunidade pudessem identificar Anna dos Reis Signorini e nos auxiliarem. Obtivemos bons resultados e algumas pessoas se dispuseram a oferecer informações. Outro meio foi a pesquisa documental realizada diretamente com a Prefeitura, por meio do Projeto de Lei ordinária Nº 23/2011, que ratificava Anna Signorini como nova patronesse da escola. O documento foi de grande ajuda e nos trouxe muitas informações sobre sua biografia.

Segundo Halbwachs,⁴¹ evocando sua formulação acerca da memória coletiva, embora sejam os indivíduos que lembram, são os grupos sociais que determinam o que é “memorável” e as formas pelas quais será lembrado. Assim, os indivíduos identificam-se com os acontecimentos públicos relevantes para o seu grupo, ou seja, lembram mesmo aquilo que não experienciaram diretamente. Esse é justamente o processo constitutivo da História e, por esse motivo, é necessário manter referências concretas que nos lembrem de fatos, de acontecimentos e de momentos históricos. Essas referências são construídas com esse intuito ou se tornam ao longo do tempo, constituem o patrimônio da humanidade. E em Taubaté há um conjunto significativo de documentos ainda não explorados acerca da temática da História e das manifestações culturais da cidade.

⁴⁰ CENTENÁRIO Natalício do Dr. Antônio Quirino de Souza e Castro. **O Taubateano**, Taubaté, 12 set. 1937. Disponível no acervo da Hemeroteca Antônio Mello Junior do Arquivo Histórico de Taubaté Félix Guisard Filho.

⁴¹ HALBWACHS, Maurice. **A memória coletiva**. Tradução Beatriz Sidou. São Paulo: Centauro, 2006.

Considerações finais

O *Projeto educação patrimonial* visa promover a valorização da cultura local e a autopercepção social, histórica e cultural. Sua proposta também contribui para a identificação dos estudantes como sujeitos históricos e como pertencentes a uma comunidade e a um município.

Com base nas experiências que tivemos durante o desenvolvimento das atividades do *Projeto educação patrimonial* nos faz concluir que os patrimônios não devem ser entendidos apenas por construções e monumentos consagrados por instituições, como objetos que devem ser lembrados e preservados pela sociedade. Eles tratam também de uma produção ativa de saberes pelos detentores e sujeitos de referências culturais locais. Devemos pensar em ações que coloquem os membros das comunidades em um lugar mais privilegiado, ou seja, que saiam da posição de “receptores” passivos de informações, para uma posição de protagonistas na construção da história da cidade. Dessa forma, será possível reconhecer essas referências atreladas aos sentidos de pertencimento e memória social local.

Ampliar o desenvolvimento de pesquisas com a temática regional significa, mais do que catalogar manifestações culturais numa perspectiva positivista, perceber e compreender os processos históricos que determinaram a configuração das fronteiras e das especificidades da região. Para Ulpiano Bezerra de Meneses, “[...] ter consciência histórica não é informar-se das coisas outrora acontecidas, mas perceber o universo social como algo submetido a um processo ininterrupto e direcionado de formação e reorganização”.⁴²

Identidade, memória e cultura são aspectos e conceitos pertinentes à essa reflexão. De acordo com Ulpiano Meneses:

O suporte fundamental da identidade é a memória, mecanismo de retenção de informação, conhecimento, experiência, quer em nível individual, quer social e, por isso mesmo, é eixo de atribuições, que articula, categoriza os aspectos multiformes de realidade, dando-lhes lógica inteligibilidade.⁴³

A memória, assim como a identidade, caracteriza-se duplamente como coletiva e individual. Perceber não só essa caracterização, mas também a relação entre individual e coletivo, possibilita compreender a especificidade do regional e as formas

⁴² MENESES, Ulpiano Toledo Bezerra de. Patrimônio cultural entre o público e o privado. In: **Direito à Memória** [S.l: s.n.], 1992. p. 185.

⁴³ *Ibidem*, p. 183.

metodológicas de investigação que viabilizam pesquisas capazes de verificar essas características e relações. Isso implica salientar que pensar o regional, investigar com base na relatividade, não significa excluir o geral, o todo, o nacional, mas, ao contrário, evidenciar sua identidade.

Devemos pensar atividades que priorizem o autoconhecimento regional, a partir de uma produção compartilhada de conhecimentos pelos diversos grupos sociais no movimento de habitar a cidade. Os patrimônios também devem ser apresentados com uma perspectiva de passado, presente e futuro; um legado deixado no passado, que deve ser mantido no presente e transmitido para o conhecimento de todos a fim de que seja perpetuado às futuras gerações.

Também concluímos que não devemos pensar a educação patrimonial como uma via única de produção de conhecimento, ou que suas formas de entendimento são reduzidas em um saber único. Nossa missão é despertar nas pessoas a vontade de participar de discussões acerca do patrimônio cultural e integrar às nossas atividades educativas as dimensões do cotidiano, fugindo de processos de retificação de símbolos.

Desse modo, a educação patrimonial contribuirá para que os estudantes percebam, como cidadãos, a relevância de sua experiência de vida e de suas memórias no registro da história da comunidade em que vivem.

Metodologia ativa e os cuidados com a higienização em educação infantil

Teresa Celia de Mattos Moraes dos Santos

Doutora em Ciências da Saúde
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Vania Maria de Araújo Giaretta

Doutora em Engenharia Biomédica
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Camila Cristina dos Santos

Graduanda em Ciências Biológicas
Universidade de Taubaté

Larissa Giovanna Zuin de Sousa Andrade

Graduanda em Enfermagem
Universidade de Taubaté

Soliani Roberta de Souza

Graduanda em Enfermagem
Universidade de Taubaté

Introdução

O *Projeto saber cuidar e promover saúde*, projeto de extensão da UNITAU, atua no ambiente escolar com um papel fundamental, uma vez que aborda a promoção e a prevenção de doenças e desenvolve atividades com os alunos de escolas municipais de ensino fundamental da cidade de Taubaté. Conta também com a participação dos professores da rede municipal, por meio do conhecimento adquiridos por eles, diante das situações recorrentes no dia a dia dos alunos do ensino fundamental e, conseqüentemente, conduz os participantes do projeto a uma compreensão da situação que, geralmente, permeia o cotidiano desses alunos no ambiente escolar. Os temas trabalhados pelo projeto são: higiene, infecções sexualmente transmissíveis (IST) e gravidez na adolescência, desenvolvidos pelos estudantes dos cursos de Ciências Biológicas e de Enfermagem.

No ambiente escolar, o conhecimento prático e teórico sobre a saúde e a doença começou a ser criado com base no cenário ideológico e os assuntos sobre saúde começaram a ser abordados com base no referencial teórico de cada envolvido. A Comissão de especialistas em educação em saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS) destacou atividades a serem abordadas dentro do ambiente escolar, que auxiliem o entendimento sobre a saúde, de forma a proporcionar o desenvolvimento do saber em saúde, e não somente a transmissão de conhecimento e de informações relacionadas à saúde sem a preocupação de terem sido entendidos.⁴⁴

A educação é o processo que permite o desenvolvimento da capacidade crítica do indivíduo, ensinando-o a questionar e a ter sua opinião própria, em relação ao que é praticado em sociedade, entretanto a educação não ocorre da mesma forma em todos os lugares. Ela varia de acordo com a cultura e os objetivos do local. Mostra para as pessoas como se comportar em certas situações do seu cotidiano e não pode ser entendida de maneira fragmentada, ou como uma abstração válida para qualquer tempo e lugar, mas, sim, como uma prática social, situada historicamente, numa determinada realidade, já que, a partir dela, se consegue defender nossos direitos. Pode-se dizer que a educação e a sociedade estão relacionadas, pois a educação tem um papel importante em meio à sociedade, transmitindo conhecimento, cultura, virtudes, deveres, entre diversas gerações.⁴⁵

Existem fatores que podem comprometer a qualidade da educação, tais como: as classes numerosas para um único professor, salário baixo dos educadores, a formação dos professores no ensino superior, que, muitas vezes, se dá de forma deficiente, a falta de formação continuada para os professores, condições de trabalho inadequadas, problemas sociais, como a desestruturação familiar (crianças que são abandonadas dentro de casa), quando a mãe precisa trabalhar e assim não consegue acompanhar o desenvolvimento da criança no ambiente escolar, crianças que precisam trabalhar para ajudar a família, entre outros fatores. A escola tem de pensar não somente na maneira que irá educar a criança, mas também pensar no processo de reestruturação da educação, para que, desse modo, consiga formar cidadãos qualificados e preparados para uma vida dentro e fora do ambiente escolar.⁴⁶

⁴⁴ GONÇALVES, Fernanda Denardin; *et. al.* A promoção da saúde na educação infantil. A promoção da saúde na educação infantil. **Interface: Comunicação, Saúde e Educação.** v. 12, n. 24, p. 181-195, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832008000100014&script=sci_arttext. Acesso em: 05 jul. 2020.

⁴⁵ DIAS, Érika; PINTO, Fátima Cunha Ferreira. Educação e Sociedade. **Ensaio: avaliação de políticas públicas Educação.** v. 27, n. 104, p. 449-455, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40362019000300449. Acesso em: 05 jul. 2020.

⁴⁶ ANGELINI, Rossana Aparecida Vieira Maia. A qualidade da educação no Brasil: um problema de metodologia? **Revista Psicopedagogia.** v. 23, n. 72, p. 213-220. 2006. Disponível em:

Desse modo, entende-se que as escolas têm o dever de formar indivíduos capazes de aprender e de pensar criticamente, de desenvolver capacidades, conhecimentos e qualidade educacional e emocional para um exercício consciente, autônomo, crítico da cidadania, solidários e éticos.⁴⁷

O surgimento das instituições de educação infantil está relacionado ao surgimento da escola e do pensamento moderno entre os séculos XVI e XVII e vem ao encontro das novas exigências educativas da sociedade resultante das relações produtivas e industriais. O contexto histórico do surgimento dessas instituições educacionais está interligado às mudanças na constituição familiar e ao desenvolvimento de teorias que buscavam a compreensão da natureza da criança marcada pela inocência e pela inclinação às más condutas.⁴⁸

Assim, o atendimento à infância até a metade do século XIX foi marcado por diversas ideias, tais como as metodologias educacionais que poderiam ser usadas enquanto as crianças ainda estivessem nas instituições de ensino.⁴⁹

Dessa forma, a saúde no espaço escolar é concebida como um ambiente de vida da comunidade em que está inserida a escola, cujo referencial para ação deve ser o desenvolvimento do educando, como expressão de saúde, com base em uma prática pedagógica participativa, tendo como abordagem metodológica a educação em saúde transformadora.⁵⁰

Assim, entende-se que a prática de educação em saúde no ambiente escolar deve abordar assuntos e fazer com que a criança possa aprender a cuidar de si mesma em relação a sua saúde. Para abordar assuntos de saúde para crianças nas escolas é essencial estudar e conhecer sobre o tema que vai ser abordado. Esses temas devem ser trabalhados tanto com as crianças quanto com os pais, para que, desse modo, possam reforçar a ação pedagógica em sua casa. Projetos podem ser feitos com a ajuda tanto de profissionais pedagogos quanto de profissionais da saúde para melhor ensinamento sobre a saúde e, de forma dinâmica, despertar o conhecimento da criança para se interessar e aprender sobre o assunto de maior importância, que é a sua saúde.⁵¹

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862006000300004/. Acesso em: 05 jul. 2020.

⁴⁷ ANGELINI, Rossana Aparecida Vieira Maia. *op. cit.*

⁴⁸ BUJES, Maria Isabel Edelweiss. Escola Infantil: pra que te quero? *In*: CRAIDY, Carmem; KAERCHER, Gládis Elise P. da Silva (orgs). **Educação Infantil**: pra que te quero? Porto Alegre: Artmed, 2001, p. 13-22.

⁴⁹ ANDRADE, Lucimary Bernabé Pedrosa de. **Educação infantil**: discurso, legislação e práticas institucionais. São Paulo: Editora UNESP/Cultura Acadêmica, 2010.

⁵⁰ BARROSO, Grasiela Teixeira; VIEIRA, Neiva Francenely Cunha; VARELA, Maria de V. (org.). **Educação em saúde no contexto da promoção humana**. Fortaleza: Edições Demócrito Rocha, 2003.

⁵¹ GONÇALVES, Fernanda Denardin; *et. al.*, *op. cit.*

As abordagens são elaboradas conforme as diretrizes de metodologias ativas, que podem se diferenciar em colaborativas e cooperativas. Na metodologia colaborativa, os alunos desenvolvem o trabalho já definido pelo professor, e, na cooperativa, os alunos são responsáveis por todo processo de desenvolvimento dos trabalhos. São maneiras de aplicar as atividades de um modo didático, que possa prender a atenção dos alunos e permitir que eles adquiram autonomia nos seus processos educativos.⁵²

A saúde faz parte de diversos momentos da vida cotidiana e não somente quando não sentimos bem ou estamos com sintomas de doenças. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é um estado de bem-estar físico, social e mental. A escola precisa promover ações educativas na área da saúde que levam à reflexão sobre o que é ter uma vida saudável.

Dados da saúde pública mostram que há um percentual significativo da população que não tem acesso à água potável. Essa realidade leva a causas de doenças negligenciadas, que são as doenças mais frequentes em populações mais carentes. Diante desse contexto, o tema higienização mostrou uma necessidade a ser discutido, num primeiro momento, entre os participantes do projeto e, assim, verificar a melhor metodologia educacional para trabalhar no ambiente escolar.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência durante a realização do *Projeto saber cuidar e promover saúde* na rede de educação infantil. A ação foi realizada em uma escola municipal de ensino fundamental da cidade de Taubaté/SP, no ano de 2019, pelos graduandos do curso de Enfermagem e de Ciências Biológicas.

O *Projeto saber cuidar e promover saúde* trabalhou com o tema higienização corporal, escolhido de acordo com a necessidade da escola. E, para que pudessem ser transmitidos de uma maneira fácil e objetiva de ser compartilhado com os alunos do ensino fundamental, foram elaboradas pelo Projeto várias possibilidades didáticas de aplicação

⁵² BRASIL. Ministério da Educação. **O uso de metodologias ativas colaborativas e a formação de competências.** Base Nacional Comum Curricular. s/d. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/implementacao/praticas/caderno-de-praticas/aprofundamentos/202-o-uso-de-metodologias-ativas-colaborativas-e-a-formacao-de-competencias-2?highlight=WyJtZXRvZG9sb2dpYXMiLCJhdGl2YXMiLCJtZXRvZG9sb2dpYXMgYXRpdmFzIl0=>. Acesso em: 05 jul. 2020.

das atividades, voltadas para a fixação do conteúdo, trazendo novos hábitos, que devem ser praticados rotineiramente para evitar problemas com a saúde.

Foi definida como atividade para abordagem do tema uma peça teatral, na qual o planejamento e os conhecimentos básicos para a criação da peça foram essenciais para realizar a definição de personagens que pudessem aproximar a associação do aluno do ensino fundamental com a mensagem que deveria ser transmitida sobre a higienização corporal.

Houve a participação dos professores da rede municipal para auxiliar na criação do texto; professor de dança, na criação de coreografias; de artes, na criação dos figurinos, e de tetro, na criação da peça teatral, sendo de extrema importância para que houvesse participação dos alunos e também transmissão de conhecimento.

O tema desenvolvido foi sobre o piolho e dois irmãos que não praticavam os hábitos de higiene corporal e das mãos corretamente e não utilizavam produtos para lavar os cabelos. Na construção e fala desses personagens, houve total participação dos alunos do ensino fundamental. Todos os conhecimentos adquiridos nas orientações dadas pelos alunos do *Projeto* foram aplicados pelos alunos do ensino fundamental na construção da fala, dos personagens por eles criados e também para o figurino desses personagens. Os alunos escolheram ainda as músicas e a coreografia.

Pelas ações do *Projeto* desenvolvidas em anos anteriores, observamos que há crianças com muitas dificuldades em aprender, quando aplicávamos somente a teoria. Pode-se observar que, quando colocada em prática na forma de uma peça teatral, a participação de todos foi de extrema importância para a aquisição do conhecimento.

Resultados e discussões

O *Projeto*, após discussão entre os participantes, estabeleceu a peça teatral para trabalhar com o tema e, durante a elaboração e o desenvolvimento da peça, percebeu-se o conhecimento dos alunos em relação ao tema, pois entendiam e associavam cada personagem da peça com os hábitos do dia a dia e se a presença daquele personagem na vida real causava algum dano à saúde ou não. Pode-se observar, ainda, o despertar e o interesse pelos alunos, sobre o assunto higienização corporal e como eles poderiam promover a saúde.

Este projeto foi feito de modo participativo e presente, assim todos os entrevistados lembraram sobre o assunto. A participação das crianças no teatro, ouvindo as paródias de músicas, tudo relacionado ao piolho, fez com que despertasse o interesse das crianças sobre o assunto. E, para melhor interesse, as crianças tiveram direito a alguns mimos, criando uma rotina de cuidado próprio em forma de brincadeira,

ganharam também um *kit* com pente fino e uma orientação de como proceder para retirar os piolhos e lêndeas.⁵³

Após o término das atividades, foi observada pelos professores uma mudança dos alunos do ensino integral em relação às práticas de higiene na escola. Antes de o *Projeto* ser desenvolvido, a escola não inseria, em suas programações escolares, a lavagem frequente das mãos e, após o desenvolvimento do *Projeto*, esses hábitos foram inseridos e os alunos apresentavam conhecimento da forma correta de lavar as mãos e também passaram a aplicar e a ensinar em suas casas para seus pais, irmãos e outros.

Dessa forma, entende-se que, para falar de saúde com as crianças e explicar sobre como ela pode se cuidar, como a maneira correta de lavar as mãos pode ajudar a prevenir determinadas doenças, a maneira correta de tomar banho, como devem ser lavadas as partes do corpo, pode prevenir doenças relacionadas à má higiene, como a pediculose (piolho), bromidrose (chulé), escabiose (sarna), entre outros. Esses assuntos podem ser feitos de variadas maneiras, de uma forma dinâmica, como o teatro e até mesmo por meio de brincadeiras, e podem fazer com que a criança aprenda e se interesse cada vez mais por determinado assunto.⁵⁴

A educação em saúde vem sendo implantada no início da fase de aprendizagem, visando à promoção, à manutenção e à recuperação da saúde, pois é na idade pré-escolar que há maior assimilação de informações. As ações educativas e preventivas devem ser incorporadas aos hábitos das crianças de modo que elas estejam aptas para repassar o conhecimento.⁵⁵

Todo indivíduo, desde criança, tem o direito à vida, como também, ao acesso à educação, à cultura e ao indispensável à saúde, à higiene e à prevenção e ao tratamento das enfermidades. Com isso, a educação em saúde deve estar presente na escola, uma vez que ela é considerada um local adequado para o desenvolvimento de programas de saúde, por reunir crianças em faixas etárias propícias ao aprendizado. Por isso, na infância, essa questão de saúde e de prevenção deve ser bem trabalhada, seja por meio de atividades pedagógicas, de brincadeiras, ou ainda, por meio de palestras e diálogos. Esses trabalhos motivacionais são importantes nesse processo.⁵⁶

⁵³ GONÇALVES, Fernanda Denardin; *et. al.*, *op. cit.*

⁵⁴ *Idem.*

⁵⁵ SANCHEZ, Carla Martins. Perfil do conhecimento dos cuidadores de uma creche pública sobre os hábitos de higiene bucal, Várzea Grande/MT. **Revista Eletrônica do Univag**. n. 7, p. 2-12, 2012. Disponível em: <https://www.periodicos.univag.com.br/index.php/CONNECTONLINE/article/view/102/393>. Acesso em: 06 jul. 2020.

⁵⁶ CRUZ, Adilson Fernandes; SARDINHA, Maria Onide Ballan; BARATELLA, Nicole Caroline. Higienização na educação infantil. In: CONGRESSO NACIONAL DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA, 4., ENCONTRO DE ATIVIDADES CIENTÍFICAS DA UNOPAR, 13., 2010, Londrina. **Anais[...]**. Londrina: UNOPAR, 2010. Disponível em:

É um direito da população viver em condições adequadas de higiene e saúde, e a educação deve ser capaz de alterar os hábitos e os comportamentos dos cidadãos. A prática educativa deve abranger toda a comunidade escolar. É preciso aumentar a competência dos indivíduos para tomar decisões em todos os setores em que a participação das comunidades é fundamental. A comunidade escolar deve ser preparada para discutir as relações entre saúde, higiene e alimentação, levando em consideração as condições de vida e os direitos dos cidadãos. Feita de maneira crítica e contextualizada, a difusão dos conhecimentos beneficia toda a comunidade.⁵⁷

A utilização de músicas, de jogos e de teatro de fantoches dinamizam o processo ensino aprendizagem e conferem um melhor aproveitamento do que está sendo transmitido nas atividades educativas, facilitando o processo de entendimento e a adesão de hábitos saudáveis.⁵⁸

Com isso, os fatores de promoção e de proteção à saúde, bem como o estímulo à criação de estratégias para a conquista dos direitos de cidadania deve ser perseguidos. A escola deve ajudar a capacitar os indivíduos para uma vida mais saudável. A educação não deve se limitar a apenas informar, pois somente se tornará efetiva quando promover mudanças de comportamentos. A escola deve agir no sentido de que todos os que estão no ambiente escolar adquiram, reforcem ou melhorem hábitos, atitudes e conhecimentos relacionados com higiene e saúde.⁵⁹

Como os problemas relativos à higiene costumam ocorrer em crianças que convivem em ambientes públicos, esses podem ser diminuídos sensivelmente a partir de um trabalho de conscientização que, conseqüentemente, atingirá os pais e a comunidade em geral. Quanto melhor essas crianças forem esclarecidas, mais chances elas terão de formar seu ego de forma própria e de contribuir para um ambiente mais asseado em suas casas.⁶⁰

Cuidar de crianças de diferentes condições sociais implica lidar com costumes diversos e reconhecer as limitações da escola de educação infantil frente aos problemas

<https://repositorio.pgsskroton.com.br/bitstream/123456789/20664/1/HIGIENIZA%C3%87%C3%83O%20NA%20EDUCA%C3%87%C3%83O%20INFANTIL.pdf>. Acesso em: 06 jul. 2020.

⁵⁷ BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria da Educação Básica. **Higiene Segurança nas Escolas**, Brasília, 2008. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/higiene.pdf>. Acesso em: 06 jul. 2020.

⁵⁸ SOUZA, Manuel Messias Alves de. A inserção do lúdico em atividades de educação em saúde na creche-escola Casa da Criança, em Petrolina-PE. **Revista de Educação do Vale do São Francisco**, v. 1, n. 1, p. 39-49, 2010. Disponível em: <http://periodicos2.univasf.edu.br/index.php/revasf/article/view/47/44>. Acesso em: 06 jul. 2020.

⁵⁹ *Idem*.

⁶⁰ PUCCI, Bruno; ZUIN, Antônio; OLIVEIRA, Newton Ramos de. **Adorno: o Poder Educativo do Pensamento Crítico**. 3ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

econômicos e culturais das famílias, associados à precariedade habitacional, às dificuldades de acesso aos serviços de saúde e a bens básicos para o bem-estar infantil.⁶¹

A escola é um espaço destinado à formação socioeducacional capaz de contribuir significativamente na formação dos sujeitos, de modo pleno, integral e saudável. Nessa óptica, o contexto escolar é essencial para o desenvolvimento do conhecimento partilhado e para a integração com a comunidade, onde se encontra grande parte da população que demonstra interesse em aprender, com potencial disseminador de informações. Após assinalar a importância da saúde escolar, resta-nos defender a promoção de conhecimentos e de práticas de saúde que possam se aliar à escola e a outras instituições, na busca de transformações sociais.⁶²

Considerações finais

Por meio das ações desenvolvidas pelo *Projeto saber cuidar e promover saúde*, o projeto possibilitou aos escolares a construção de conhecimentos interagindo com sua saúde por meio do pensar, do sentir e do cuidar do corpo e da mente, possibilitando o desenvolvimento integral da saúde e de seu potencial físico e psíquico, por meio de suas diversas atividades práticas e teóricas.

O objetivo de ensinar, transmitir o conhecimento e permitir que a saúde desses alunos do ensino fundamental pudesse melhorar, foi perceber que o principal papel como profissional na sociedade e a cada experiência nos ambientes escolares é uma avaliação de melhoria nas metodologias educacionais aplicadas para abordar os assuntos e auxiliar na construção e na obtenção de novas ideias a serem aplicadas, que facilitaram o entendimento dos alunos.

Além de cumprir o objetivo do *Projeto*, de transmitir e solidificar a mensagem aos alunos, o que pode ser observado depois nas novas atitudes deles no ambiente escolar, foi gratificante perceber ainda o interesse por parte dos professores, que relataram a importância de tratar tal assunto e a oportunidade deles em participar dessas atividades desenvolvidas pelo *Projeto saber cuidar e promover saúde*.

⁶¹ MARANHÃO, Damaris Gomes; SARTI, Cynthia Andersen. Cuidado compartilhado: negociações entre famílias e profissionais em uma creche. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**. v. 11, n. 22, p. 257-270, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/icse/v11n22/06.pdf>. Acesso em: 06 jul. 2020.

⁶² HANSEN, Karem Susan; et. al. Hábitos de higiene: é cedo que se começa. In: FÓRUM INTERNACIONAL INTEGRADO DE CIDADANIA. Educação, Cultura, Saúde e Meio Ambiente. **Anais[...]**. Uruguai: Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai. 2006. Disponível em: https://extensao.cecierj.edu.br/material_didatico/sau2201/aula06_HabitosDeHigiene.pdf. Acesso em: 06 jul. 2020.

Projeto Atenção à saúde mental do acadêmico do campus do Bom Conselho e cliente psiquiátrico do ambulatório de psiquiatria do Hospital municipal universitário de Taubaté - “foco na mente”

Oscar César Pires

Doutor em Ciências

Professor do Departamento de Medicina

Universidade de Taubaté

Maria Stella Amorim da Costa Zöllner

Doutora em Ciências

Professora do Instituto Básico de Biotecnologia e Departamento de Medicina

Universidade de Taubaté

Yuri Brandão de Oliveira

Graduando em Medicina

Universidade de Taubaté

Lucas Fernandes Audi

Graduando em Medicina

Universidade de Taubaté

Fernanda da Costa Zöllner

Psicóloga, Graduanda em Direito

Universidade de Taubaté

Introdução

Os transtornos mentais (TM) só foram reconhecidos como um sério problema de saúde pública a partir de 1996, quando pesquisadores da Universidade de Harvard e da

Organização Mundial de Saúde (OMS) publicaram um estudo, utilizando como medida a combinação do número de anos vividos com a incapacidade e o número de anos perdidos por morte prematura causada pela doença (que tem como indicador os DALY: *disability adjusted life of years*, ou anos de vida perdidos ajustados por incapacidade), obtendo resultados que confirmam esse reconhecimento.⁶³

Os TM são agravos de saúde altamente prevalentes na sociedade atual. Segundo dados da OMS, transtornos mentais, como depressão, abuso de álcool, transtorno bipolar e esquizofrenia, se encontram entre as 20 principais causas de incapacidade. A OMS estima que, atualmente, a depressão afeta cerca de 350 milhões de pessoas no mundo, sendo que a taxa de prevalência na maioria dos países varia entre 8% e 12%. É a principal causa de incapacitação dos indivíduos no mundo, quando se considera o total de anos perdidos (8,3% dos anos para homens e 13,4% para mulheres) e a terceira principal causa da carga global de doenças, considerando-se o ano de 2004. A previsão é de que subirá ao primeiro lugar até 2030.⁶⁴

Em paralelo ao supracitado, o Brasil também sofre uma epidemia de ansiedade. Segundo dados da OMS, o país tem o maior número de pessoas ansiosas do mundo: 18,6 milhões de brasileiros (9,3% da população) convivem com o transtorno. A maioria das pessoas com algum transtorno mental não busca atendimento psiquiátrico, por razões que estão ligadas, muitas vezes, ao estigma, ao desconhecimento da doença, ao preconceito, à falta de treinamento das equipes para lidar com esses transtornos, à falta de serviços adequados para atendimento psiquiátrico, ao medo, entre outras.⁶⁵

Os *campi* universitários são importantes para o desenvolvimento de pessoas jovens que se encontram num momento de transição e mudanças na vida. Verificam-se todas as mudanças características dessa etapa e o fato de novas situações e demandas pessoais e profissionais serem geradas numa situação na qual o indivíduo precisa se adaptar à nova realidade. Esse processo de adaptação pode ser percebido, muitas vezes,

⁶³ SANTOS, Élem Guimarães dos; SIQUEIRA, Marluce Miguel de. Prevalência dos transtornos mentais na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de 1997 a 2009. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro v. 59, n.3, p. 238-246, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852010000300011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 jun. 2020.

⁶⁴ VIAPIANA, Vitória Nassar; GOMES, Rogério Miranda; ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti de. Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde-doença. **Saúde debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. spe4, p. 175-186, Dec. 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042018000800175&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 jun. 2020.

⁶⁵ FERNANDES, Márcia Astrês; *et. al.* Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71(suppl 5): p. 2344-51; 2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Jose_Diego_Santos/publication/328979666_Prevalencia_dos_transtornos_de_ansiedade_como_causa_de_afastamento_de_trabalhadores/links/5bee46ea4585150b2bb_a19ad/Prevalencia-dos-transtornos-de-ansiedade-como-causa-de-afastamento-de-trabalhadores.pdf. Acesso em: 02 jun. 2020.

como um fator estressante e vir a prejudicar diretamente a saúde mental e integral dos acadêmicos.⁶⁶

Nesse sentido, o projeto tem como objetivo gerar promoção, manutenção e redução de danos acerca do tema saúde mental, abordando clientes do ambulatório de Psiquiatria em espera de atendimento no Hospital municipal universitário de Taubaté (HMUT) e acadêmicos que frequentam os cursos do *Campus Bom Conselho* (CBC) por meio da criação de duas salas: uma, estabelecida no referido hospital, e a outra, localizada no respectivo *campus* acadêmico, com métodos focados no mapeamento, na conscientização de transtornos e na promoção de um espaço terapêutico focado na redução de danos, e o relato tem como objetivo demonstrar que, com a pandemia, houve necessidade de adequações no projeto e que ele foi e continua sendo incorporado pela comunidade universitária e clientes da Universidade de maneira surpreendente.

Justificativa

O processo seletivo realizado pelo estudante para ingresso no ensino superior consiste em múltiplos processos que expõem seus aspirantes a situações de desgaste, principalmente para aqueles que se candidatam a uma vaga no curso de Medicina, por ser um dos cursos mais procurados no Brasil.

Devido a essa situação, médicos e estudantes de Medicina têm apresentado taxas mais elevadas de sofrimento psíquico, ideação suicida, tentativa de suicídio, esgotamento e doenças mentais diagnosticadas, quando comparados à população geral. Tanto no contexto mundial como nos ambientes acadêmicos, verifica-se substancial aumento do número de pessoas com sinais e sintomas de transtornos mentais, sendo a depressão e a ansiedade os mais prevalentes.⁶⁷

Vale pontuar que, de acordo com a OMS, um em cada cinco adolescentes enfrentam desafios de saúde mental, sendo estimado que metade de todas as doenças mentais começa aos 14 anos. Logo, o jovem com a saúde mental vulnerável, ao se submeter ao processo extenuante para ingresso em uma universidade, tende a impor

⁶⁶ ARINO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Psicol. pesq.*, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-52, dez. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 02 jun. 2020.

⁶⁷ CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza. *et al.* Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. *Avaliação (Campinas)*, Sorocaba, v. 24, n. 3, p. 785-802, Dec. 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-40772019000300785&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 jun. 2020.

agravos à sua saúde mental, por estar submetido a diversos fatores predisponentes ao desenvolvimento de transtornos mentais.⁶⁸

De acordo com a revisão sistemática da literatura brasileira acerca da saúde mental dos estudantes de Medicina publicada na *Revista da avaliação da educação superior* (Campinas- SP), destaca-se a existência de uma toxicidade na cultura médica corroborada por um estresse exacerbado no exercício da profissão, ao exigir uma excelência nas práticas e na adoção de conhecimentos infalíveis. Dessa forma, podem-se analisar aspectos relacionados à dinâmica acadêmica e à carreira como determinantes do estado de saúde mental dessa população e, ainda, entender a razão de sua alta prevalência de transtornos mentais.⁶⁹

Portanto, devido à estrutura de ingresso ao ensino superior somada aos desafios da vida acadêmica e ao panorama de vulnerabilidade psicológica dos jovens e adolescentes no Brasil, torna-se essencial o desenvolvimento de projetos acerca do tema saúde mental, como o *Projeto “Foco na Mente”*, objetivando gerar promoção, manutenção e redução de danos acerca do tema saúde mental, desempenhando papel crucial para a resolução desse cenário no qual se instala o adoecimento mental e físico.

Dessa forma, alunos da UNITAU buscaram suprir essa demanda com um projeto que apoiasse clientes psiquiátricos no ambulatório de Psiquiatria do HMUT esperando para serem atendidos e para os acadêmicos do *Campus Bom Conselho*, oferecendo um ambiente acolhedor acessível e prático para que, quando (ou se) tivessem uma crise, fossem acolhidos nesse momento de necessidade por estagiários de Psicologia, alunos bolsistas do curso de Enfermagem e alunos voluntários da UNITAU capacitados. Articulada a essa ação de acolhimento, sempre estará disponível o auxílio de um psicólogo para prestar a necessária assistência. Além disso, devido ao fato de ainda haver grande prevalência de falta de conhecimento quanto às doenças e aos medicamentos psiquiátricos, buscou-se também realizar palestras e aulas práticas para a democratização e prevenção por meio de hábitos e de técnicas, envolvendo o tema saúde mental. Nesse sentido, este relato apresenta relevância, que se elevou durante a pandemia, devido às drásticas mudanças ocorridas na vida da população como um todo, com surpreendente sucesso evidenciado pela elevada procura.

⁶⁸ NAÇÕES UNIDAS BRASIL. OMS: Um em cada 5 adolescentes enfrenta problemas de saúde mental. *Nações Unidas*, 10. Out. 2018. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-1-em-cada-5-adolescentes-enfrenta-problemas-de-saude-mental/>. Acesso em: 02 jun. 2020.

⁶⁹ CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza. *et al.*, *op. cit.*

Objetivos

O objetivo geral do *Projeto “Foco na Mente”* é gerar promoção, manutenção e redução de danos acerca do tema saúde mental, abordando clientes psiquiátricos em espera de atendimento e acadêmicos do CBC (*Campus Bom Conselho* da UNITAU, Universidade de Taubaté).

Os objetivos específicos do *Projeto “Foco na Mente”* são os que se seguem:

Realizar levantamento de dados acerca da prevalência de transtornos mentais comuns na população a ser atendida;

Conscientizar os clientes do ambulatório de Psiquiatria do HMUT e os acadêmicos do CBC acerca de transtornos mentais comuns (mais prevalentes, como ansiedade, depressão e *burnout*, dentre outros);

Instruir os clientes do ambulatório de Psiquiatria do HMUT e os acadêmicos do CBC sobre redução de danos quanto aos transtornos mentais (como ansiedade, depressão e *burnout*, dentre outros);

Conscientizar os clientes do ambulatório de Psiquiatria do HMUT e os acadêmicos do CBC acerca da importância da atenção e dos cuidados com a saúde mental;

Promover o acolhimento em espaço terapêutico e relaxante situado no CBC, utilizando terapias integrativas, como musicoterapia e arteterapia, dentre outras.

Metodologia

A metodologia proposta inicialmente para o desenvolvimento das ações no *Campus Bom Conselho* era promover acolhimento para qualquer acadêmico do CBC, com foco nos estudantes que estivessem sob estresse, crise de ansiedade ou de pânico e/ou apresentando indícios de *burnout*, entre outras situações similares. Planejou-se efetivar esse acolhimento por meio da disponibilidade de estudantes bolsistas da Enfermagem e membros da LPSM (Liga de Psiquiatria e Saúde Mental do Departamento de Medicina da UNITAU), acadêmicos do Departamento de Psicologia e voluntários devidamente capacitados para essa atividade. Também, realizar a aplicação de um questionário qualitativo, visando identificar causas, fatores de agravo, transtornos recorrentes e demandas de ação na área da saúde mental e, ainda, promover redução de danos quanto aos transtornos mentais comuns identificados.

Concomitantemente a essa atuação, foi planejada como metodologia para atuação na sala de espera do ambulatório de Psiquiatria do HMUT a aplicação de questionário qualitativo, visando identificar causas, fatores de agravo, transtornos recorrentes e demandas de ação, bem como a realização da antropometria e exame físico dos clientes do ambulatório de Psiquiatria do HMUT, realizando-se a necessária instrução com linguagem acessível, visando à redução de danos de transtornos mentais comuns identificados individualmente através da disponibilidade para realizar acolhimento de estudantes bolsistas do Departamento de Enfermagem da UNITAU e membros da LPSM capacitados. A explicação individual sobre transtornos mentais comuns será realizada de acordo com a demanda individual reconhecida por meio de escuta terapêutica.

Com a finalidade de capacitar todos os nossos voluntários para organizar e gerenciar as salas de espera e as palestras, além de aprender sobre a importância da escuta terapêutica, foi realizada uma aula de capacitação com o intuito de apresentar o projeto com seus objetivos, demandas e atuações e expor a metodologia necessária para acolher uma pessoa que esteja em crise de ansiedade por meio da escuta terapêutica e outras técnicas psicológicas, além de intervenções médicas, quando necessárias. A equipe acadêmica de gestão do projeto se dispôs a estabelecer escalas para divulgar o “aulão” em todas as turmas de estudantes dos diversos cursos do *Campus* Bom Conselho, além do objetivo de tornar os acadêmicos cientes da disponibilidade de uma forma de apoio psicológico acessível, de segunda a sexta-feira, das 8 às 12 h e das 14 às 18h, realizada por acadêmicos capacitados, psicólogos voluntários e bolsistas do projeto. O “aulão” foi realizado no dia 12/03 de 2020, às 19h, no Auditório do *Campus* Bom Conselho. Essas realizações encontram-se demonstradas nas Figuras 1 e 2, abaixo.

Figura 1: Divulgação do Projeto “Foco na Mente”, Campus do Bom Conselho UNITAU, março 2020



Fonte: Projeto Foco na mente.

Figura 2: Capacitação do Projeto “Foco na Mente”, Campus do Bom Conselho UNITAU, março 2020



Fonte: Projeto Foco na mente.

Com o cenário de pandemia instaurado, todas as atividades presenciais foram canceladas. Por outro lado, a demanda de acolhimento psicológico aumentou consideravelmente. Nesse cenário específico, com as pessoas tendo suas vidas sociais prejudicadas, situação essa somada ao medo de adoecer e a toda insegurança social e econômica, instalou-se uma condição predisponente ao agravamento e ao surgimento de transtornos mentais e ao adoecimento mental de maneira geral. Visto isso, o *Projeto “Foco na Mente”* se organizou para atender tal demanda e para atuar a distância, utilizando para isso o espaço do Instagram.

De acordo com a reestruturação do projeto, ficou estabelecido que, neste período de quarentena, o foco da divulgação seria falar sobre um transtorno mental por semana, fazendo postagens regulares. Nessa configuração, aborda-se como identificar tal transtorno na segunda-feira, como lidar com o referido transtorno na quarta-feira, realiza-se um levantamento de dúvidas sobre o assunto na quinta-feira e finaliza-se com uma *live* com um especialista sobre o tema da semana na sexta-feira. Às terças-feiras, são postados vídeos temáticos com foco no desenvolvimento da inteligência emocional, por exemplo, por meio de meditações. Às quintas-feiras de cada semana, são postados vídeos práticos, visando à manutenção da saúde e à prevenção de doenças mentais

Adicionalmente, o grupo extensionista do projeto estruturou um subprojeto de assistência e de acolhimento de qualquer pessoa que se sinta necessitada de apoio psicológico e que tenha tomado conhecimento do *Projeto “Foco na Mente”* pelas redes sociais. A iniciativa contará com o apoio do PAPS e da Clínica de Psicologia UNITAU e de psicólogos voluntários a fim de prestar ajuda e, assim, promover saúde integral para todos que precisarem nesse contexto de quarentena e isolamento social. Para a realização desse subprojeto, espera-se que as pessoas que necessitem realizem um primeiro contato pela caixa de mensagens do Instagram do projeto solicitando acolhimento. Nesse momento, a pessoa receberá um *link* de acesso a um formulário de inscrição que registra seu pedido de acolhimento, como também explica o funcionamento do subprojeto em detalhes e coleta seus dados necessários para contato. A seguir, a pessoa será encaminhada para um psicólogo voluntário. Por fim, conforme a demanda identificada pelo psicólogo, o cliente deverá ser encaminhado ao PAPS, se for acadêmico da UNITAU, ou ao CEPA (Centro de Psicologia Aplicada), caso não seja acadêmico.

Resultados

Antes do período de pandemia, não houve oportunidade de avaliar o impacto das ações do projeto, porque era um período de estruturação do projeto, bem como a

estruturação da sala no CBC para acolhimento e divulgação e captação de voluntários para atuação nas atividades propostas.

Pode ser considerada um sucesso a estruturação da sala de acolhimento visto que era aguardado apenas o transporte de móveis para início do funcionamento efetivo da sala.

Quando as atividades foram paralisadas em razão da pandemia de Covid-19, todos os prazos estabelecidos até aquele momento no planejamento do projeto haviam sido cumpridos.

Além disso, pode-se considerar um sucesso também a divulgação e a captação de voluntários para atuação no projeto, visto que a palestra de capacitação foi ministrada sem intercorrências importantes com a presença de 56 pessoas interessadas em se voluntariar, bem como a realização da seleção de estagiários com 11 alunos do Curso de Psicologia que já haviam cursado pelo menos até o quinto período da faculdade e a seleção de duas bolsistas do Curso de Enfermagem da UNITAU.

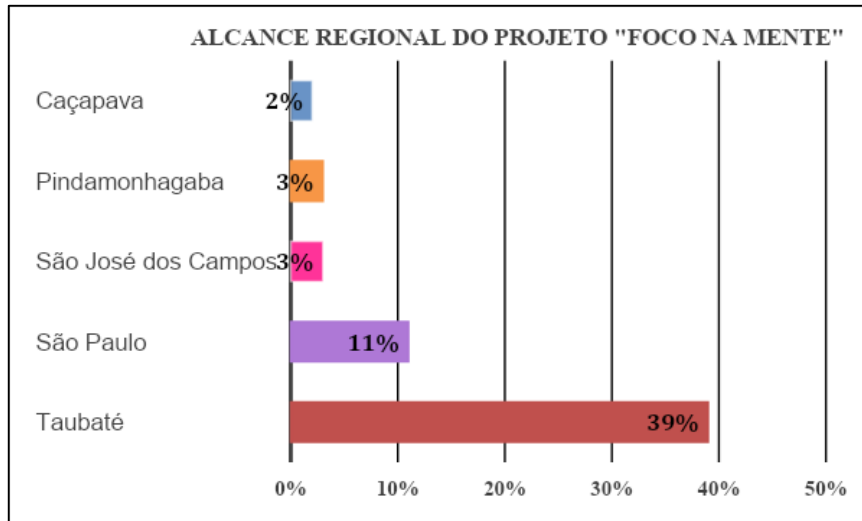
Após a reestruturação da metodologia do projeto devido ao cancelamento de todas as atividades presenciais, pode-se considerar um sucesso a nova atuação a distância.

Devido às atividades presenciais canceladas em decorrência da atual pandemia, foram redirecionadas as atuações para a conta de Instagram do *Projeto “Foco na Mente”*. Nessa modalidade de ação, houve inegável ganho de visibilidade e aumento da rede de impacto, aumento relevante do número de seguidores, chegando ao final do primeiro semestre de 2020 a mais de 1300 seguidores, sendo que ocorreu uma média de 233 visualizações por vídeo publicado, havendo um vídeo com 377 visualizações. Obteve-se marca acima de 130 curtidas para postagens com conteúdo acerca de transtornos mentais comuns realizadas pelo projeto, além do recebimento de mensagens de pessoas variadas com *feedbacks* positivos, deixando claro como a atuação do *Projeto “Foco na Mente”* as fizeram se sentir acolhidas, esclarecidas e gratas. Não houve nenhum *feedback* negativo. Quanto às *lives* realizadas, apresentaram uma estimativa de 60 telespectadores por *live*, sendo que a mais acessada registrou 1117 visualizações.

Portanto, devido aos resultados apresentados, podemos considerar a reestruturação da metodologia do projeto um verdadeiro sucesso. De fato, a nova atuação a distância conseguiu transpor todas as dificuldades decorrentes da pandemia de Covid-19 e atingir grande parte dos objetivos estabelecidos inicialmente. Seguem figuras demonstrativas, detalhando o alcance e o público-alvo do projeto nessa nova fase, segundo estatísticas do próprio Instagram.

As atividades do *Projeto "Foco na Mente"* tiveram alcance regional relevante durante a época de pandemia, atingindo inclusive público de São Paulo, Capital, como visto abaixo (Figura 3).

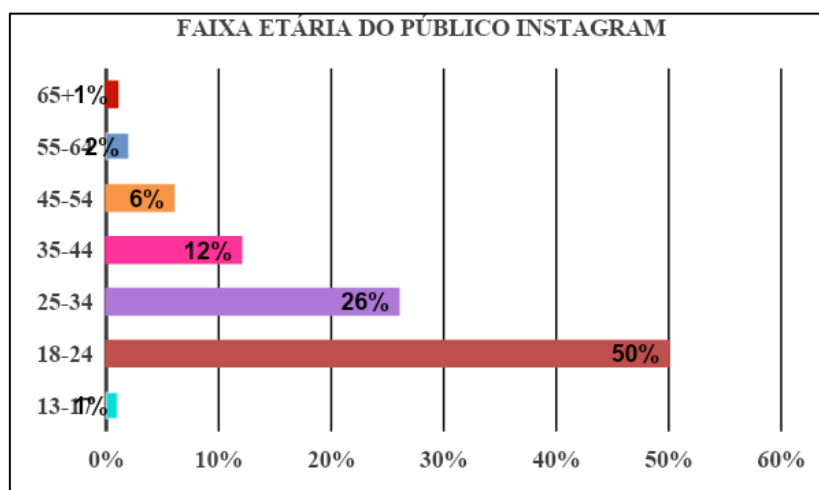
Figura 3: Alcance regional do *Projeto "Foco na Mente"*, Instagram 2020



Fonte: *Projeto Foco na mente*.

Quanto à faixa etária atingida pelas atividades do *Projeto "Foco na Mente"* no Instagram até o momento, percebe-se predominância de jovens de 18 a 24 anos (Figura 4).

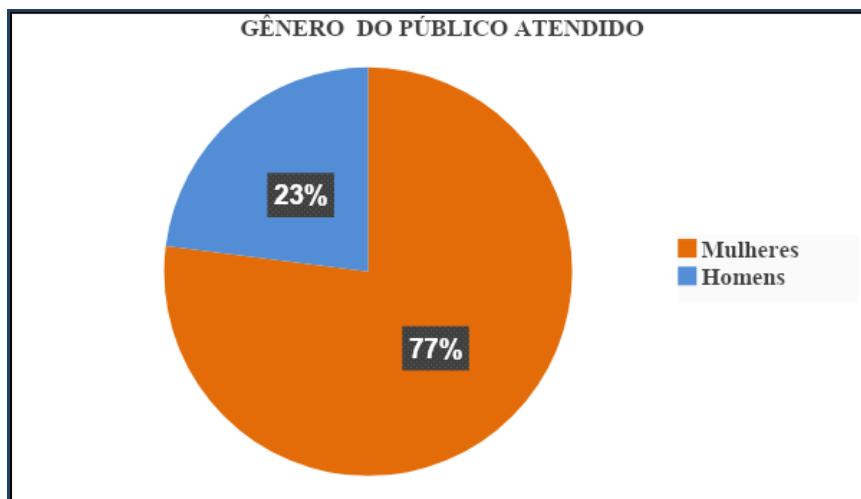
Figura 4: Faixa etária do público atendido pelo *Projeto "Foco na Mente"*, Instagram 2020



Fonte: *Projeto Foco na mente*.

Quanto ao gênero das pessoas que participaram das atividades do *Projeto “Foco na Mente”* no Instagram até o momento, percebe-se a predominância de pessoas do gênero feminino (Figura 5).

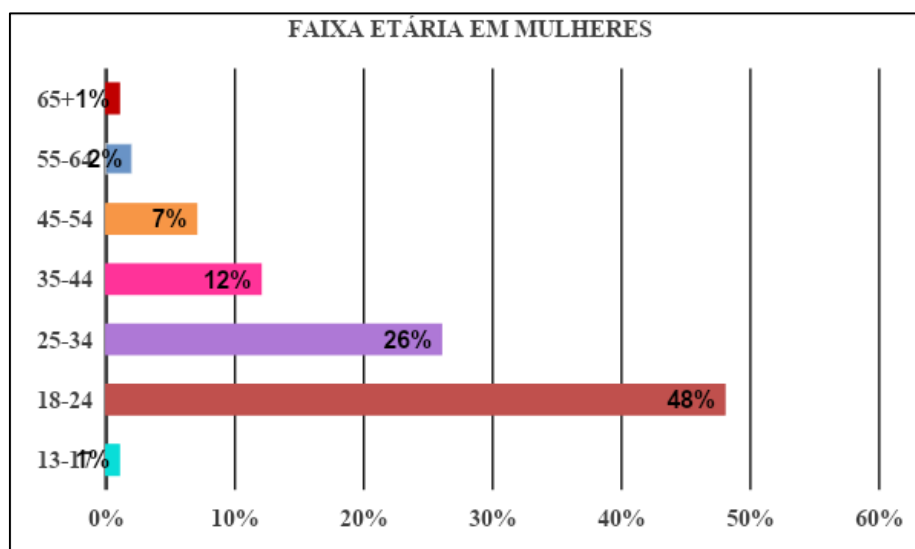
Figura 5: Prevalência de gênero do público atingido pelo *Projeto “Foco na Mente”*, Instagram 2020



Fonte: *Projeto Foco na mente.*

Quanto à faixa etária das mulheres que participaram das atividades do *Projeto “Foco na Mente”* no Instagram até o momento, percebe-se predominância de jovens de 18 a 24 anos (Figura 6).

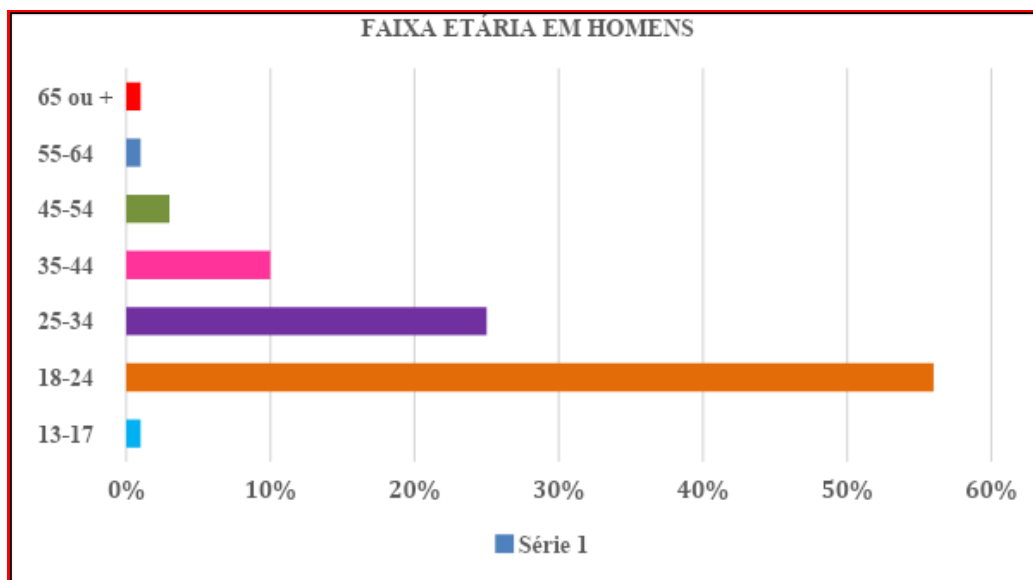
Figura 6: Faixa etária das mulheres atingidas pelo *Projeto “Foco na Mente”*, Instagram 2020



Fonte: *Projeto Foco na mente.*

Quanto à faixa etária dos homens que participaram das atividades do *Projeto “Foco na Mente”* no Instagram até o momento, percebe-se predominância de jovens de 18 a 24 anos (Figura 7).

Figura 7: Faixa etária dos homens atingidos pelo *Projeto Instagram 2020*



Fonte: *Projeto Foco na mente*.

Discussão

O *Projeto “Foco na Mente”* nasceu inovador em seus objetivos e propostas, buscando gerar promoção, manutenção e redução de danos acerca do tema saúde mental, com métodos humanizados focados no mapeamento e na conscientização de transtornos mentais comuns e na promoção de um espaço terapêutico por meio de nossos três eixos de atividades: acolhimento, *lives*, aulas e vídeos práticos.

Seus momentos iniciais, no ano de 2020, foram marcados por realizações sequenciais e forte estruturação, seguido de reestruturação, obtendo maior visibilidade e impacto, com aumento relevante do número de seguidores, chegando a mais de 1200, com média superior a 200 visualizações por vídeo prático publicado e 60 telespectadores por *live*.

A vigência da pandemia de Covid-19 e o consequente isolamento social que se impôs resultaram em um desafio de reorganização do projeto, para se manter atuante e atingir, com suas ações, um número ainda maior de pessoas, inovando ainda mais a partir da ideia de oferta de acolhimento em parceria com psicólogos voluntários e o apoio da UNITAU. Essa possibilidade se concretizou e todos os voluntários, acadêmicos

da UNITAU oriundos dos cursos de Medicina, Psicologia e Enfermagem trabalharam na busca dos melhores palestrantes, produção de conteúdos para postagens e vídeos práticos.

Outro importante apoio recebido foi de psicólogos que se voluntariaram no setor do acolhimento e que, sem hesitação, foi amplamente considerado pela comunidade e estudantes.

O projeto ficou diferente, cresceu e se transformou, tornando vencedores todos os envolvidos: alunos universitários, professores, psicólogos voluntários e principalmente a população atendida.

Considerações finais

Conclui-se que o *Projeto “Foco na Mente”* realizou um trabalho pertinente ao que foi proposto ao agregar valores na vida de todos que se dispuseram a ajudar como voluntários e aos que usufruíram do conteúdo, democratizando conhecimentos acerca da saúde integral: física, mental, emocional, espiritual, quesitos essenciais para o desenvolvimento da qualidade de vida pessoal e interpessoal. Alcançou, dessa maneira, seu objetivo principal de gerar promoção, manutenção e redução de danos acerca do tema saúde mental.

Além disso, foi possível realizar o levantamento de dados quanto à prevalência de interesse dos temas abordados, como também as características do público interessado. Em paralelo, também foi realizada a instrução sobre redução de danos em transtornos mentais comuns e mais prevalentes, como depressão, ansiedade e transtorno obsessivo compulsivo, enfatizando-se a importância da atenção e de cuidados com a saúde mental como fator crucial e determinante para a saúde integral do indivíduo.

Enfim, ainda foi proposta diretamente por meio do subprojeto e indiretamente pela abordagem holística dos temas propostos a efetivação do acolhimento psicológico e emocional em espaço virtual e terapêutico.

Logo, podemos reiterar a atuação do *Projeto “Foco na Mente”* como um sucesso, por alcançar não somente seu objetivo geral, como também seus objetivos específicos mesmo diante de todas adversidades decorrentes da pandemia de Covid-19.

Agradecimentos

A realização das ações e o desenvolvimento do trabalho do *Projeto “Foco na Mente”* durante o primeiro semestre de 2020 só foram possíveis em razão do empenho e dedicação de pessoas verdadeiramente especiais, que construíram essa história juntamente com aqueles que neste momento narram as realizações do nosso projeto.

Nosso sincero reconhecimento ao trabalho desenvolvido pelos voluntários e bolsistas do projeto durante o primeiro semestre de 2020: Junia Gaudioso Villarta; Maria Enid Rios Bittar; Giovanna Coutinho Bettoni; Luana Ribeiro D’Arace Maciel; Mariah Marcelino de Souza; Myllena Parus Rios; João Vitor Fernandes da Silva; Sheina Nicelli Venâncio Ribeiro; Larissa Narumi Horie e Mariana Lefevre Reis.

Se existem trabalhos, lutas e vitórias para contar é porque as vivências do projeto foram construídas a muitas mãos.



PARTE 2

VIVÊNCIAS NA PANDEMIA



As interfaces da comunicação: do presencial aos recursos digitais, perspectivas de idosos frente às tecnologias

Aline Liz de Faria

Mestra em Desenvolvimento Humano
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Vânia Maria de Araújo Giaretta

Doutora em Enfermagem
Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Luciana Cristina Steleinle Camargo

Mestra em Fisioterapia
Professora do Departamento de Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Eliana de Fátima Almeida Nascimento

Doutora em Enfermagem
Professora Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Introdução

O PAIE – Programa de atenção integral ao envelhecimento – configura-se como um programa de extensão universitária voltado ao público idoso e tem a premissa de educação e saúde voltadas à fase do envelhecimento. Entende-se que as atuações no campo extensionista integram ações em um processo educacional emancipatório aos

envolvidos, saberes que versam sobre comunidade acadêmica e sociedade, fluxo contínuo de conhecimento, envolvendo ensino, pesquisa e a extensão.⁷⁰

Com o escopo no campo da gerontologia, o programa desenvolve atividades com o objetivo de proporcionar informações aos seus participantes, a fim de promover um envelhecimento saudável, ativo, inserindo os idosos em uma sociedade em constante mudança. A importância de se proporcionar espaços que promovam reflexões teóricas, sustentadas pela óptica da ciência, permite ações e reflexões sobre si e a sociedade em que estão inseridos.⁷¹

O programa abarca 19 anos de atividades, com ações semanais. O PAIE ocorre nas dependências físicas do *Campus* do Bom Conselho da Universidade de Taubaté, regido pela Pró-Reitoria de Extensão. Por ter suas bases teóricas com alicerce no campo da gerontologia, a equipe do Programa tem caráter multidisciplinar, composta por 1 professor coordenador, 5 professores colaboradores, 4 bolsistas,⁷² 3 voluntários,⁷³ 1 psicóloga voluntária. As áreas envolvidas são: nutrição, enfermagem, fisioterapia, letras, filosofia, informática e psicologia. Além disso, o Programa conta com professores convidados internos da Universidade.

Com o início do isolamento social (quarentena), devido à pandemia mundial da Covid-19, as atividades presenciais foram suspensas, dando início a uma nova realidade. Assim, nascem os novos desafios do PAIE, conectar idosos, professores e bolsistas, num cenário inovador, com o auxílio da tecnologia.

O compromisso de um Programa de extensão universitária junto de sua comunidade é propiciar oportunidades de vivência e de trocas de experiência, de forma a criar diálogos entre os envolvidos e nortear propostas de melhorar a sociedade. A utilização dos recursos audiovisuais, juntamente com capacitação dos idosos frente à inclusão digital, foi o caminho percorrido pelo PAIE, com a finalidade de esclarecer e de promover um espaço virtual aos novos enfrentamentos da comunidade.

Com a necessidade emergente de atualização nas formas de comunicação, exigências estas do panorama da atualidade, o PAIE iniciou no período de março de 2020 até os dias atuais, ações educacionais no manejo das plataformas digitais com os idosos

⁷⁰ STEIGLEDER, Luciane Iwanczuk; ZUCCHETTI, Dinorá Tereza; MARTINS, Rosemari Lorenz. Trajetória para curricularização da extensão universitária: contribuições do Fórum nacional de extensão das universidades comunitárias – Forext e a definição de diretrizes nacionais. **Revista brasileira de extensão universitária**, v. 10, n. 3, dez. 2019, p. 167-174.

⁷¹ LEÃO, Marluce Auxiliadora Borges Glaus. Educação permanente de adultos maduros, idosos e de profissionais da área do envelhecimento: fundamentos para um projeto pedagógico de extensão universitária. **Rev. de Extensão da Universidade de Taubaté** – Pró-reitoria de Extensão e Relações Comunitárias, n. 1, Taubaté, 2008.

⁷² Alunos bolsistas: Eloar Lopes, Carolina Fernandes, Samantha Ferreira, Vitória Capeletti

⁷³ Alunos voluntários: Daiane Leandro, Regina Guimarães, Nithya, Anna

participantes. Este relato de experiência tem por objetivo partilhar as vivências e ações desse Programa em relação aos desafios e às perspectivas frente à tecnologia.

Desenvolvimento: educação na perspectiva gerontológica

A partir do século XX, observou-se a aproximação entre a gerontologia e a educação, devido ao maior número de idosos no Brasil.⁷⁴ Embora inicialmente o foco fosse a educação em adultos, a partir da necessidade em reeducar a população adulta, partiu-se de três eixos centrais. O primeiro eixo deu-se durante o período pós-guerra e questionou-se a necessidade de uma educação com foco político mediante os estragos da segunda guerra mundial, havendo necessidade emergente de um povo que iniciava a realidade democrática. O segundo eixo partiu das rápidas e necessárias mudanças no mundo do trabalho, uma vez que a juventude não mais abarcava o desenvolvimento de habilidades e de competências, durante a vida profissional. E um terceiro eixo, este especial aos países em desenvolvimento, foi a percepção de que grande parte da população adulta e idosa era composta de analfabetos, fato este que, no promissor mercado da industrialização, dificultava a mão de obra qualificada.⁷⁵

Em relação ao Brasil, a educação para adultos ganhou maiores perspectivas, a partir de 1950, com a obra de Paulo Freire, qual ia além do contexto escolar, com procedimentos metodológicos e uma pedagogia voltada aos adultos.⁷⁶ Posteriormente, as primeiras iniciativas educacionais com o público idoso, iniciou-se em 1977 com as escolas abertas.⁷⁷ Porém, somente a partir dos anos 1990 é que a educação de pessoas idosas começa a ser difundida, principalmente com as iniciativas das Universidades da Terceira Idade. Além disso, passa a haver um maior número de grupos de convivência com atividades de palestras, oficinas ou encontros para idosos.⁷⁸

Desde então, é cada vez mais crescente as iniciativas que envolvem processos educacionais com idosos. Em relação ao universo acadêmico, contribuir na integração de pessoas idosas na realidade atual da sociedade é atividade que pode ser atribuída às ações extensionistas, que tem o compromisso de auxiliar a comunidade a fim de

⁷⁴ DOLL, Johannes; MACHADO, Leticia Rocha; CACHIONI, Meire. O idoso e as novas tecnologias. In: FREITAS, Elizabete Viana de *et al.* (org.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016. pp. 1604-1611.

⁷⁵ *Idem.*

⁷⁶ *Idem.*

⁷⁷ SERVIÇO SOCIAL DO COMÉRCIO (SESC). **O século da terceira idade**. São Paulo: SESC, 2003.

⁷⁸ DOLL, Johannes; MACHADO, Leticia Rocha; CACHIONI, Meire. *Op. Cit.*

proporcionar meios e diálogos possíveis numa sociedade que avança no campo da comunicação por meio de recursos digitais.

Do ponto de vista dos idosos, os recursos tecnológicos podem contribuir com o envelhecimento ativo, permitindo acesso e inclusão no mundo digital, como caixas eletrônicas, uso de celulares e seus aplicativos, redes sociais, aparelhos auditivos, cursos *online* com a facilidade de acesso rápido e com a comodidade sem sair de casa.⁷⁹ Além disso, permite ampliar vários campos de atuação em que o idoso pode estar inserido socialmente, como o trabalho formal, a relação com a esfera pública, a relação com serviços diversos.⁸⁰

Dessa forma, a inclusão digital para idosos tem significativa relevância. Uma vez que as relações sociais emergem no avanço tecnológico. Inserir esse público-alvo ao mundo de possibilidades da comunicação virtual contribui para aqueles que vivenciam a fase do envelhecimento e contribui também com a formação de um pensamento crítico, do ponto de vista social, cultural e político. A interação entre idosos e tecnologias, quando respaldada pelo olhar das premissas educacionais, permite a essa população específica o acesso à informação, a possibilidade de socializar-se com autonomia e a participação ativa na sociedade.

Objetivos

As ações do PAIE no ano de 2020 foram adaptadas diante da necessidade do atual momento da pandemia da Covid-19. A necessidade do isolamento social exigiu novas formas de comunicação, e a inserção dos idosos num contexto digital, a priori não convencional às suas práticas sociais, foi um grande desafio para a extensão universitária. Tornar próximos dois universos (idosos e tecnologia), numa sincronia de diálogos, e possibilitar informações do núcleo interno acadêmico para a sociedade civil, exigiu adaptar as relações internas e externas do PAIE.

Para atender o contexto, foram eleitos objetivos nas ações do programa, dentre eles:

Adaptar as atividades do programa PAIE para a modalidade *online*;

Ampliar as habilidades de manuseio dos idosos com as plataformas digitais e com as redes sociais;

⁷⁹ CHAN, Micaela Y. *et al.* Training older adults to use tablet computers: Does it enhance cognitive function? **The Gerontologist**. vol. 56, n. 3, jun. 2016, pp. 475-484.

⁸⁰ DOLL, Johannes; MACHADO, Leticia Rocha; CACHIONI, Meire. *Op. Cit.*

Estreitar vínculos entre alunos, professores e idosos;

Contribuir com melhorias e informações seguras vindas da academia para o público idoso.

Para assegurar respaldo científico aos desafios que se colocavam frente à equipe, recorreu-se a Wahl et al., que acrescenta:

[...] é possível destacar cinco objetivos possíveis entre tecnologia e envelhecimento humano: as tecnologias podem minimizar as perdas biológicas e sociais causadas pelo envelhecimento. Um segundo foco é apoiar e, às vezes, possibilitar a execução de atividades do cotidiano em determinados ambientes. O terceiro foco da utilização de tecnologias seria para compensar perdas possíveis na velhice. O quarto aspecto se refere às tecnologias que ajudam o trabalho de cuidadores e profissionais que trabalham com pessoas idosas, enquanto o quinto aspecto visa às possibilidades de pesquisa gerontológica, por exemplo, por meio de registro de dados que, de outra forma, seriam difíceis de obter.⁸¹

Desse modo, a expectativa deste processo foi possibilitar, aos idosos, ferramentas necessárias para uso dos recursos tecnológicos e ampliar as possibilidades que o mundo digital fornece. Na sequência, descreve-se a metodologia empregada.

Metodologia

Para efetivar e atender o novo panorama social, a equipe multidisciplinar do programa reforçou a visão multidisciplinar frente a esse novo desafio. Foram organizadas reuniões *online* com toda equipe, a fim de esquematizar possíveis estratégias e de selecionar os recursos disponíveis, que abarcasse a equipe e, principalmente, o público de interesse, os idosos da comunidade e participantes do programa.

Nesse momento, as contribuições de sugestões e as discussões de viabilidade de operacionalizar tais premissas partiram de toda equipe interna, de alunos e de professores. Os estagiários bolsistas e voluntários do programa organizavam, atas de reuniões, seleção de aplicativos possíveis para fácil instalação e uso, além de tutoriais para facilitar o primeiro passo, para adequar recursos aos participantes. A tecnologia

⁸¹ WAHL, H. W.; MOLLENKOPF, H.; Impact of everyday technology in the home environment on older adults quality of life. In: SCHAIE K. W.; CHANOSS, N. (ed.) **Impact of technology on successful aging**. New York: Springer, 2003. p. 215-41.

inserida na vivência dos jovens foi de extrema relevância para tornar possível a inclusão digital dos idosos.

Cabe destacar que a inclusão digital dos participantes foi possível, não apenas pelas ações no momento da pandemia, mas também pela reciclagem dos conhecimentos prévios dos participantes do PAIE, que nos anos entre 2010 e 2014 realizaram a primeira capacitação digital presencial. Assim, o processo de educação continuada em gerontologia permitiu que o grupo de idosos frequentadores do programa pudesse acompanhar as necessidades emergentes na comunicação digital.

Além de alunos e professores, a equipe incentivou que os próprios idosos se ajudassem mutuamente, trocassem informações e dúvidas entre eles. O fato de os participantes terem vínculo social antes da pandemia também foi um facilitador junto aos novos conhecimentos.

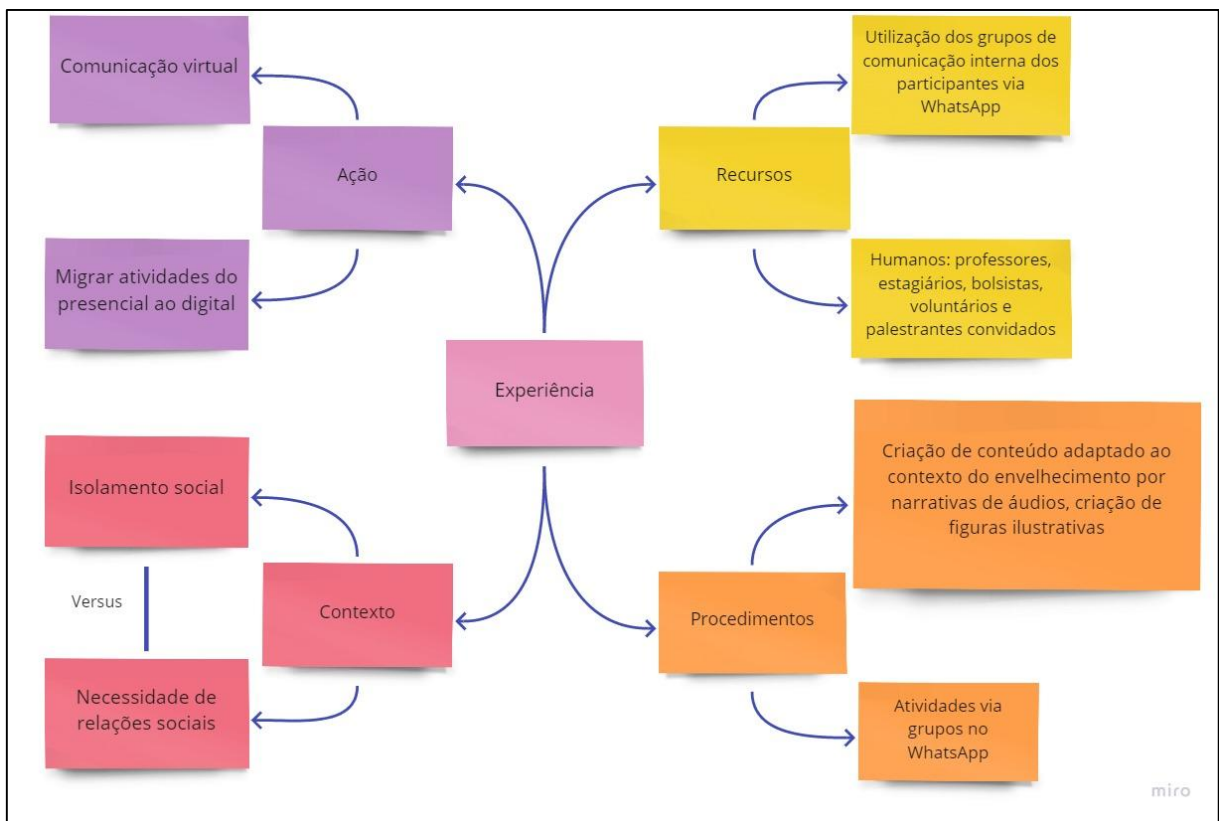
As adaptações de linguagem e dos recursos de comunicação foram realizadas conforme o contexto em que se encontrava o Programa e conforme o acesso disponível pelos participantes, com a premissa de maior alcance, levando a informação clara e objetiva. A rede social escolhida para transmissões do conteúdo foi o *WhatsApp*[®], sendo utilizado principalmente o modo gravação de áudios para conectar todos os integrantes ao tema central da atividade proposta. Em momentos oportunos, foi utilizado áudio e imagem para melhor entendimento. A opção por esse aplicativo ocorreu devido ao maior número de participantes terem acesso e habilidades de manuseio dessa ferramenta, uma vez que a comunicação interna desse público já ocorria por meio de grupos desse aplicativo.

À medida que o professor seguia na apresentação, os participantes realizavam a interação via mensagem escrita, comentários de áudio e, para fixar melhor o conteúdo, no final de cada encontro virtual, o professor responsável alinhava os apontamentos mais relevantes e sintetizava em um áudio único. Os alunos bolsistas e voluntários eram responsáveis pela organização do evento virtual com a produção do convite *online*, registro de frequência dos idosos participantes, auxílio com os recursos do aplicativo.

Resultados

A partir de 3 de maio do ano de 2020, o PAIE configurou todas suas atividades presenciais no formato *online*, inaugurando a versão digital – PAIE *Online*. A figura 1 demonstra o fluxo de ações. As etapas de cada ação foram dimensionadas com toda equipe do programa, com os alunos e os professores e com os idosos frequentadores.

Figura: Fluxo de ações da transição PAIE Online



Fonte: PAIE – Programa de atenção integral ao envelhecimento.

Os encontros semanais mantiveram-se no mesmo dia e horário dos presenciais, para auxiliar na rotina dos participantes que, outrora, já conheciam a programação antiga, o que auxiliou na adesão ao novo método de abordagem. No decorrer do semestre, os temas selecionados tinham a proposta de contextualizar, com um olhar multidisciplinar, os fatos atuais da sociedade e os processos e consequências do isolamento social devido à pandemia da Covid-19. No Quadro 1, abaixo, são apresentados os temas abordados e os pontos relevantes discutidos a cada encontro.

Quadro 1: Temas e pontos relevantes abordados no Programa PAIE

Temas	Pontos relevantes
Covid-19 Perspectivas epidemiológicas	Dados epidemiológicos do Ministério da Saúde quanto ao número de casos confirmados de Covid-19; Importância do isolamento social; Sintomas da doença.

O controle da dor por meio da atividade física	Como realizar movimentos seguros em casa; O papel da fisioterapia no controle da dor; O isolamento <i>versus</i> controle da dor.
A importância do sono de qualidade para idosos	Fases do sono; Horas de sono no envelhecimento; Hábitos que auxiliam antes de dormir.
História e pandemias	O papel do historiador em relação aos fatos sociais; Histórico do Feminismo; Histórico da gripe espanhola.
Espiritualidade e isolamento social	A importância da espiritualidade no processo de resiliência humana; Conexão e fluxo de energia interior.
Turismo frente à perspectiva, após o isolamento social	Panorama do turismo no período da pandemia; Novos procedimentos de higiene em viagens; Melhoras no setor; Vantagens para quem viaja.
Novos caminhos da comunicação digital	A importância de reconhecer <i>fake news</i> e não repassar; A importância da comunicação digital.

Fonte: PAIE – Programa de atenção integral ao envelhecimento.

Em relação ao tema “Novos caminhos da comunicação digital”, o foco central foi a importância da comunicação via áudio visual, que despertou, entre os participantes e na equipe do PAIE, a necessidade de aprofundar os conhecimentos nesses recursos. A vivência do Programa no formato *online*, a cada atividade realizada, fazia emergir maiores habilidades e interesses em explorar novas demandas. Em compasso simultâneo, os participantes e a equipe PAIE experienciavam novos desafios. As trocas contínuas de conhecimento resultaram na criação de um I Fórum digital para idosos:

com o objetivo de levantar discussões e apontamentos sobre a importância de incluir o idoso nas várias possibilidades do mundo virtual. Para atender a essa demanda, foi elaborado pela equipe três encontros semanais, com professores de diversas áreas (comunicação, educação, computação) para debater as novas perspectivas de comunicação do Programa. Os temas abordados estão apresentados no Quadro 2.

Quadro 2: Temas discutidos no Fórum de Inclusão digital

Encontros	Temas
1º	Do acolhimento presencial ao digital Normas de etiqueta para a participação de aulas <i>online</i>
2º	A importância de novos aprendizados no envelhecimento O olhar digital em todas as fases da vida: fator essencial na comunicação
3º	O vídeo no mundo digital e as novas tecnologias de comunicação, humanização e aproximação das pessoas em ambientes virtuais As plataformas Zoom e Teams como forma de interação e de aprendizagem em grupo

Fonte: PAIE – Programa de atenção integral ao envelhecimento.

Os temas foram propostos, a partir das necessidades que o programa foi vivenciando dia após dia a cada encontro virtual. Consolidar novos conhecimentos exigiu dos participantes, tanto da comissão organizadora quanto dos idosos, práticas sociais diárias. Esse movimento constante e cíclico da aprendizagem motivou que a inclusão digital se estendesse e se concretizasse no Fórum digital para idosos. O primeiro encontro, com as palestras intituladas “Do acolhimento presencial ao digital” e “Normas de etiqueta para a participação de aulas on-line”, permitiu expandir discussões sobre como experimentar possibilidades de interação social virtual e como deveria ser a participação e a integração em encontros através de plataformas audiovisuais. A adaptação da participação de todos os integrantes em novos cenários, agora de forma virtual, foi vivenciada por todos, desde a equipe PAIE até os idosos.

No segundo encontro, foram abordados: “A importância de novos aprendizados no envelhecimento” e “O olhar digital em todas as fases da vida: fator essencial na

comunicação”. Esses temas tinham a finalidade de trazer a pauta da importância da educação continuada no envelhecimento, uma vez que aprender sobre novas tecnologias permitiria, aos idosos, acesso a informações, o que auxiliaria os participantes a compreender ações do cotidiano ligadas a tecnologias e como tais eventos virtuais possibilitariam adentrar num novo nicho de conhecimento, integrando o idoso numa sociedade que, cada vez mais, se comunica por tecnologias.

No terceiro e último encontro, os temas foram: “O vídeo no mundo digital e as novas tecnologias de comunicação, humanização e aproximação das pessoas em ambientes virtuais” e “As plataformas Zoom e Teams como forma de interação e de aprendizagem em grupo”. O uso da imagem durante o encontro virtual como forma de interação foi a pauta do último dia de atividades do Fórum. Durante o desenvolvimento dessas palestras, o ponto central foi como a imagem pode ser utilizada no estreitamento de laços afetivos de um grupo, e o compromisso de autocuidado com a imagem individual e com o coletivo. Com isso, foi possível incentivar que o grupo, mesmo distante presencialmente, pudessem conferir com os demais integrantes o bem-estar de todos, conversando, enxergando e aprendendo uns com os outros.

Após a realização desse evento, foi possível observar entre todos os envolvidos (alunos, professores e idosos):

Melhora da comunicação interna da equipe;

Interação efetiva entre equipe PAIE e idosos;

Relações sociais mais próximas entre os participantes;

Iniciativa do grupo de idosas em participar de ações coletivas frente a comunidades carentes;

Desenvolvimento do diálogo intergeracional entre alunos e idosos;

Aumento das habilidades nos aplicativos de comunicação virtual de professores, alunos e idosos;

Elaboração de tutoriais para facilitar o entendimento e o manuseio dos recursos digitais;

Criação de um formulário pelo *Google Forms*[®] para a inscrição de todos os participantes do PAIE *online*;

Encontros virtuais pela plataforma *Zoom*[®];

Criação da página oficial do PAIE no *Facebook*[®].

Além da ação de inclusão digital, outras frentes de trabalho se formaram no Programa *online*. Houve a criação de novas oficinas pelos grupos do *Whatsapp*[®]. As oficinas oferecidas pelo programa de forma presencial também sofreram alterações e

passaram a ocorrer de forma virtual, com encontros semanais com duração de 1h20. As oficinas desenvolvidas foram:

Oficina de Autocuidado: tem o objetivo de incentivar o protagonismo do indivíduo em relação ao cuidado biopsicossocial na promoção e na prevenção da saúde;

Oficina Envelhe-Ser: essa atividade tem como finalidade debater questões existenciais no contexto do envelhecimento humano;

Oficina Ativa Melhor Idade: aborda a importância de prevenção de quedas, cuidados em relação ao movimento do corpo que se adapta à velhice;

Oficina de Informática: essa oficina foi elaborada com o objetivo de ensinar os idosos quanto ao funcionamento das plataformas digitais como o *Zoom*®, *Skype*®, etc.;

Oficina de Nutrição: a Oficina de Nutrição conta com 7 anos de atividades. Com as novas adaptações virtuais, foi dada continuidade à ação. O objetivo dessa oficina é promover a alimentação saudável no contexto de envelhecimento.

Conclusão

O programa de extensão universitária sofreu adaptações que foram necessárias devido às mudanças na sociedade durante a pandemia da Covid-19. Tais vivências propiciaram novas ações, de acordo com a dinamicidade dos fatos. As realizações foram viáveis, pois a tríade aluno, professor e comunidade transformaram o Programa PAIE presencial, no PAIE *Online*.

O Fórum de Inclusão Digital foi uma experiência inovadora, que permitiu iniciar novas atividades. Muitos são ainda os desafios do Programa, porém a vivência permitiu melhorar nossas formas de comunicação, de acordo com as várias possibilidades que a internet proporciona. As relações entre universidade e comunidade permitiu que a via de mão dupla entre ensino e aprendizagem ocorresse em todas as instâncias dos envolvidos nesse processo.

Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis

Alexandra Magna Rodrigues

Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição e do
Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano
Universidade de Taubaté

Luiz Alexandre Canavezi de Paiva

Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano
Universidade de Taubaté

Marcos Roberto Furlan

Professor do Departamento de Ciências Agrárias e do
Programa de Pós-Graduação em Ciências Ambientais
Universidade de Taubaté

Mariana Gardin Alves

Professora do Departamento de Enfermagem e Nutrição
Universidade de Taubaté

Paulo Fortes Neto

Professor do Departamento de Ciências Agrárias e
Programa de Pós-Graduação em Ciências Ambientais
Universidade de Taubaté

Introdução

No Brasil, os compromissos assumidos pelo Governo no início do século XXI com objetivo de combater a fome e a miséria convergiram para a aprovação da Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (Losan), a qual define segurança alimentar e nutricional (SAN) como:

Direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.⁸²

Outro avanço no combate à fome e à insegurança alimentar foi a Emenda Constitucional nº 64, de 2010, na qual a alimentação passa a ser um direito humano fundamental. O direito humano à alimentação adequada prevê que todos os brasileiros estejam livres da fome e da desnutrição e que tenham acesso a uma alimentação adequada e saudável.⁸³ Esses avanços na legislação brasileira, dentre outros, foram uma das iniciativas para atender aos Objetivos de desenvolvimento do milênio (ODM), pactuado entre diversos países do mundo, dentre eles o Brasil, e que trazia como objetivo número 1 “acabar com a fome e a miséria”.⁸⁴

Como forma de complementar os ODM, que, no ano 2000, pactuaram a redução de problemas mais prementes da época por diversos países, como, por exemplo, fome, miséria, analfabetismo e discriminação contra a mulher, vieram os Objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS), com o intuito de ampliar e dar continuidade aos ODM.⁸⁵

Os ODS (2016-2030) foram propostos como resolução da Conferência das Nações Unidas sobre Desenvolvimento Sustentável (Rio + 20), realizada em 2012, e oficialmente definidos na Assembleia Geral da ONU, em 2015, com a agenda de 17 objetivos e 169 metas. Como objetivos, o ODS 2 propõe “acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e melhoria da nutrição, e promover a agricultura sustentável”.⁸⁶

Duas metas estão previstas no detalhamento desses objetivos da ODS 2. Uma delas é que, até 2030, a produtividade agrícola e a renda dos pequenos produtores de alimentos sejam dobradas. Cita os agricultores familiares como um dos grupos que deve

⁸² BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Lei nº 11346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 15 set. 2006.

⁸³ BRASIL. **Emenda constitucional nº 64, de 4 de fevereiro de 2010**. Altera o art. 6º da Constituição Federal, para introduzir a alimentação como direito social.

⁸⁴ NAÇÕES UNIDAS BRASIL (ONU BRASIL). **Transformando nosso mundo: a agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável**, 2015. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/agenda2030/>. Acesso em: 07 jul. 2020.

⁸⁵ OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO DO MILÊNIO – **Relatório nacional de acompanhamento**. – Brasília: Ipea, 2004.

⁸⁶ BRASIL. **Transformando Nosso Mundo: A Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável**. Traduzido pelo Centro de Informação das Nações Unidas para o Brasil (UNIC Rio), última edição em 25 de setembro de 2015. Disponível em: http://www.itamaraty.gov.br/images/ed_desenvsust/Agenda2030-completo-site.pdf. Acesso em: 02 jul. 2020.

ser apoiado para que isso ocorra e que lhes seja dada a oportunidade de agregação de valor aos seus produtos. A outra meta propõe que, até 2030, haja sistemas sustentáveis de produção de alimentos e de práticas agrícolas resilientes, que aumentem a produtividade e a produção; que ajudem a manter os ecossistemas; que fortaleçam a capacidade de adaptação às mudanças climáticas, às condições meteorológicas extremas, secas, inundações e outros desastres; e que melhorem progressivamente a qualidade da terra e do solo.⁸⁷

Nesse contexto, a Universidade pode contribuir, por meio da extensão universitária, para a realização desses objetivos, fortalecendo e apoiando a agricultura familiar e os seus agricultores, e promovendo a alimentação saudável e sustentável na região na qual está inserida, uma vez que ações extensionistas favorecem a troca de experiências com a comunidade a qual se propõe a atuar, possibilitando o diálogo, a autonomia, a troca e a valorização dos saberes construídos pela própria comunidade e fazendo a Universidade se sentir sociedade.⁸⁸

Segundo a Política nacional de extensão universitária, a extensão universitária indica uma postura da Universidade na sociedade em que se insere. Trata-se de “um processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político, por meio do qual se promove uma interação que transforma não apenas a Universidade, mas também os setores sociais com os quais ela interage”.⁸⁹ Vannuchi, ao discutir a integração da universidade com o social, aponta a importância da integração e da interação da Universidade com a sociedade, permitindo o compartilhamento dos saberes do senso comum no âmbito acadêmico.⁹⁰ Nesse sentido, o *Projeto sabores de saberes do campo*: alimentação e agricultura sustentáveis propõe a aproximação da Universidade com agricultores familiares que produzem alimentos sustentáveis, contribuindo para o fortalecimento e possibilitando a troca de saberes construídos entre comunidade e universidade e, conseqüentemente, o fortalecimento da Instituição e da comunidade.

O *Projeto sabores de saberes do campo*: alimentação e agricultura sustentáveis fundamenta-se no ODS 2: “acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e melhoria da nutrição, e promover a agricultura sustentável”, para apoiar agricultores familiares da região do vale do Paraíba que produzem alimentos orgânicos e ou de base agroecológica na divulgação da alimentação e da agricultura sustentáveis para o público

⁸⁷ NAÇÕES UNIDAS BRASIL (ONU BRASIL). **Transformando nosso mundo: a agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável**, 2015. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/agenda2030/>. Acesso em: 07 jul. 2020.

⁸⁸ HAMAMOTO FILHO, Pedro Tadao. Ligas Acadêmicas: motivações e críticas a propósito de um repensar necessário. **Rev Bras Educ Med.**, v. 35, n. 4, dez 2011, pp. 535-543.

⁸⁹ POLÍTICA NACIONAL DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA. Fórum de Pró-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras, 2012. Disponível em: <http://proex.ufsc.br/files/2016/04/Política-Nacional-de-Extensão-Universitária-e-book.pdf>. Acesso em: 07 jul. 2020.

⁹⁰ VANNUCCHI, Aldo. **A Universidade comunitária: o que é, como se faz**. São Paulo: Loyola, 2004.

em geral, com o intuito de disseminar informações sobre os benefícios e a importância do consumo de alimentos provenientes desse tipo de produção, apoio técnico aos agricultores para o plantio e produção de alimentos ambiental e socialmente sustentáveis e serve como espaço de produção de conhecimento e de troca de saberes para que os agricultores possam se fortalecer e aumentar a venda e a produtividade agrícola e, assim, garantir a SAN de suas famílias e contribuir com a promoção da alimentação saudável na região.

Segundo o *Guia alimentar para a população brasileira* (Brasil, 2014), os alimentos orgânicos e de base agroecológica são alimentos de origem vegetal ou animal oriundos de sistemas que promovem o uso sustentável dos recursos naturais, produzem alimentos livres de contaminantes, protegem a biodiversidade, contribuem para a desconcentração das terras produtivas e para a criação de trabalho e que, ao mesmo tempo, respeitam e aperfeiçoam saberes e formas de produção tradicionais.⁹¹

A Lei 10.831, que dispõe sobre alimentos orgânicos, considera:

[...] sistema orgânico de produção agropecuária todo aquele em que se adotam técnicas específicas, mediante a otimização do uso dos recursos naturais e socioeconômicos disponíveis e o respeito à integridade cultural das comunidades rurais, tendo por objetivo a sustentabilidade econômica e ecológica, a maximização dos benefícios sociais, a minimização da dependência de energia não-renovável, empregando, sempre que possível, métodos culturais, biológicos e mecânicos, em contraposição ao uso de materiais sintéticos, a eliminação do uso de organismos geneticamente modificados e radiações ionizantes, em qualquer fase do processo de produção, processamento, armazenamento, distribuição e comercialização, e a proteção do meio ambiente.⁹²

O termo “agroecologia” designa uma disciplina científica, ou campo de conhecimento, que tem como objeto “a aplicação de princípios ecológicos ao desenho e manejo de agroecossistemas sustentáveis”.⁹³ Segundo o *Marco referencial em agroecologia*, publicado pela Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa):

⁹¹ BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.156 p.

⁹² BRASIL. **Lei nº 10.831, de 23 de dezembro de 2003**. Dispõe sobre a agricultura orgânica e dá outras providências. 2003.

⁹³ GLIESSMAN, Stephen. R. **Agroecology: ecological processes in sustainable agriculture**. Boca Raton: CRC, 1997.

A Agroecologia é um campo de conhecimento transdisciplinar que contém os princípios teóricos e metodológicos básicos para possibilitar o desenho e o manejo de agroecossistemas sustentáveis e, além disso, contribuir para a conservação da agrobiodiversidade e da biodiversidade em geral, assim como dos demais recursos naturais e meios de vida.⁹⁴

Para que haja SAN para a população brasileira, são necessárias mudanças estruturais da sociedade contemporânea, que incluem desde o tipo de consumo até as políticas públicas eficazes e factíveis. Nesse cenário, a agroecologia é um dos caminhos para essa mudança, por meio da agricultura familiar, pois está associada ao conceito do direito humano à alimentação adequada e possibilita a concretização desse direito humano para a população, especialmente as mais vulneráveis. Além disso, pode contribuir para o desenvolvimento econômico, aumentar a disponibilidade de alimentos, aumentar a produção no campo para a redução do êxodo rural, ser benéfica para o meio ambiente, bem como possibilitar a participação da família nos processos de produção.¹⁰ Portanto, apoiar agricultores familiares é estar alinhado a essa perspectiva, e contribuir para o cumprimento do papel social de uma Universidade, e é diante desse contexto que o *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* foi proposto, a fim de apoiar os agricultores produtores de alimentos orgânicos ou agroecológicos da região do Vale do Paraíba paulista na divulgação e na conscientização da comunidade sobre o consumo alimentar sustentável, bem como no apoio técnico aos agricultores e promovendo encontros para troca de experiências.

Justificativa

Considerando a Agenda da Organização das Nações Unidas⁹⁵ sobre os Objetivos do desenvolvimento sustentável, em 2030, como uma referência internacional para uma sociedade mais igualitária, que se pauta no desenvolvimento sustentável e que apresenta como objetivos acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e melhoria da nutrição, e promover a agricultura sustentável (ODS 2), o *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* se pauta no entendimento do papel social da Universidade para que este compromisso assumido pelo país seja uma realidade nos próximos anos. Para isso, realizar atividades em parceria com a comunidade de agricultores familiares que produz alimento promotor de saúde e de

⁹⁴ EMBRAPA. **Marco Referencial em Agroecologia**. Brasília: Embrapa (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), 2006, 70p.

⁹⁵ NAÇÕES UNIDAS BRASIL (ONU BRASIL). **Transformando nosso mundo: a agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável**, 2015. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/pos2015/agenda2030/>. Acesso em: 07 jul. 2020.

renda e pratica a sustentabilidade em nossa região é uma das formas de atingir tal meta. Portanto, para que haja um sistema alimentar sustentável que possibilite o acesso e o consumo de alimentos adequados são necessárias ações para fortalecer a produção orgânica/agroecológica e fomentar a alimentação saudável e consciente. Nesse sentido, o *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* se propõe a apoiar agricultores familiares que produzem alimentos orgânicos/agroecológicos na região do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Serra da Mantiqueira paulista.

Objetivos

Os objetivos deste relato são destacar a importância da valorização dos agricultores que produzem alimentos orgânicos para a promoção da alimentação saudável e da segurança alimentar e nutricional, e demonstrar as vivências e as ações do *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* no apoio aos agricultores e na divulgação para a comunidade sobre temas que envolvem o consumo alimentar sustentável.

Por sua vez o *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* tem como objetivos apoiar os agricultores produtores de alimentos orgânicos ou agroecológicos na divulgação sobre os benefícios sociais, econômicos, ambientais, nutricionais e para a saúde destes alimentos; dar assistência técnica na rotulagem nutricional dos alimentos orgânicos/agroecológicos produzidos por agricultores da região; mapear as ações de agroecologia e de produção orgânica nas propriedades situadas na região; promover treinamentos sobre manipulação e higienização dos alimentos orgânicos ou agroecológicos que possam favorecer a comercialização dos alimentos minimamente processados e promover a discussão, a vivência e a formação cidadã para alunos da graduação quanto ao consumo consciente e sustentável de alimentos.

Metodologia

O *Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis* promoveu encontros entre agricultores e membros do *Projeto* para possibilitar a troca de saberes e a avaliação da demanda dos agricultores. Um encontro com esse fim foi proposto no início da execução do projeto, e o contato foi realizado pelos membros do projeto com a Associação de agricultores agroecológicos do Vale do Paraíba (Apoena)

para que os agricultores pudessem conhecer e conversar sobre a proposta do projeto, e apontar as suas demandas que pudessem ser atendidas ou apoiadas pela Universidade.

Além do encontro inicial agendado com os agricultores, o projeto também propôs a criação de vídeos que abordassem os temas relacionados com agroecologia e com alimentos orgânicos para serem divulgados no canal da Instituição e nas redes sociais, como forma de incentivo e de divulgação sobre os benefícios da alimentação orgânica e agroecológica.

O projeto ainda previu a elaboração de rotulagem nutricional de alimentos embalados (informação nutricional) para os produtos orgânicos e agroecológicos produzidos pelos agricultores, bem como a realização de feiras agroecológicas para divulgação e comercialização de alimentos produzidos pelos agricultores e para trocas de sementes, mudas e de outros produtos utilizados nessa agricultura.

Ações como treinamento para os agricultores, oficinas culinárias para a comunidade, visitas técnicas, mapeamento das propriedades rurais, programas de rádio com a finalidade de divulgação de temas relacionados, criação de *playlist* no canal da TV Unitaú no *YouTube* são propostas do projeto com o intuito de disponibilizar e facilitar o acesso dos agricultores e da comunidade às informações sobre o tema.

Resultados

A fim de apresentar a proposta do projeto para os possíveis participantes e avaliar a demanda dos agricultores interessados em participar do projeto, foi realizado o primeiro encontro entre os membros do projeto (autores deste texto) e agricultores da região em fevereiro de 2020. Participaram desse encontro sete agricultores que relataram as demandas e as expectativas sobre a participação em um projeto de extensão universitária com o apoio da Universidade de Taubaté.

A partir desse encontro, os membros do projeto puderam auxiliar um dos agricultores na elaboração da rotulagem nutricional (informação nutricional) de uma geleia de goiaba. Para a realização disso foram necessárias as informações dos alimentos utilizados no preparo e o rendimento final da receita. Com esses dados, foi feita a declaração de nutrientes, contendo informações do valor energético, nutrientes e o percentual de valor diário do produto.

Outra ação desenvolvida foi a elaboração de uma lista inicial com 10 temas para a criação de vídeos que possam servir de instrumentos de capacitação para agricultores do Vale do Paraíba, bem como de divulgação e estímulo ao consumo de produtos orgânicos para a sociedade em geral. Nesse sentido, nos primeiros meses do projeto, foram executados dois conteúdos audiovisuais sobre temas relacionados à agroecologia

e aos alimentos orgânicos. Eles estão sendo divulgados no canal da Instituição e nas redes sociais para que as pessoas compreendam a importância da alimentação sustentável e consciente. Os textos foram escritos pela aluna bolsista e corrigidos por professor e agricultor participantes do projeto.

Esse processo evidenciou um limitador a ser superado: a adequação da linguagem técnica para uma linguagem audiovisual compreensível à sociedade em geral e que, ao mesmo tempo, servisse de instrumento para o agricultor orgânico. Para tanto, na edição do vídeo, buscou-se o uso de arte gráfica para explicação de palavras mais técnicas e imagens de plantio e cultivo orgânico, auxiliando a transmissão da mensagem exibida.

O tema de um dos vídeos é “O que é agricultura orgânica?” e teve como objetivo informar a comunidade sobre os benefícios do consumo de alimentos orgânicos. O vídeo está disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=He6KUFQcySQ>.

O segundo vídeo lançado trata da “Regularização do produtor orgânico e modelos de certificação”, atendendo a um dos objetivos do projeto, que também é informar, não apenas a comunidade em geral, mas também agricultores, com dados relevantes ao trabalho relacionado à agricultura familiar orgânica e ou agroecológica. O vídeo produzido com esse conteúdo está disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=gQ3wj-KO WE>.

Em função do isolamento social recomendado devido à situação de pandemia causada pelo Covid 19, foi realizado, no início de julho de 2020, um encontro virtual entre a comunidade, os membros do projeto e os agricultores, abordando o seguinte tema “Comunidade que sustenta a agricultura (CSA): importância da economia solidária como ferramenta para a sustentabilidade”. A notícia sobre o evento está disponível em: <https://mestradoh.unitau.br/live-comunidade-que-sustenta-a-agricultura-importancia-da-economia-solidaria-como-ferramenta-para-a-sustentabilidade-09-07-18h/>.

Figura 1: Divulgação digital da *live* Comunidade que sustenta a agricultura

Fonte: Projeto Sabores e saberes do campo.

O encontro contou com a participação de cerca de 40 pessoas (alunos de graduação e pós-graduação da Unitaú e outras instituições, professores da rede pública de ensino e membros da CSA de outras regiões brasileiras) e possibilitou a apresentação do projeto de extensão no apoio ao agricultor de alimentos orgânicos/agroecológicos da região do Vale do Paraíba do Sul e a discussão sobre a importância da alimentação e do consumo sustentáveis e sobre a economia solidária que gera renda, trabalho e apoio aos pequenos agricultores.

Outra atividade do projeto aconteceu no II Fórum de Extensão Universitária da Universidade de Taubaté, em novembro de 2020, o 1º Encontro da Comunidade que sustenta a agricultura (CSA) do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Serra da Mantiqueira paulista. A notícia sobre o evento pode ser vista em: <https://mestradoh.unitau.br/1o-encontro-da-comunidade-que-sustenta-a-agricultura-csa/>.

Figura 2: Divulgação digital do 1º Encontro da Comunidade que sustenta a agricultura (CSA) do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Serra da Mantiqueira paulista



Fonte: Projeto Sabores e saberes do campo.

Participaram desse Encontro cerca de 30 pessoas, dentre agricultores, membros de CSA, professores e alunos da UnitaU. Foram convidados para proferir palestra o presidente da CSA Brasil e da Apoená. A partir desse Encontro, foram propostas oficinas de inovação social para CSA da região, sendo a primeira em dezembro de 2020, sob o direcionamento do Hub de Inovação Tecnológica de Taubaté (HITT) que é um programa de ativação, integração e fortalecimento do ecossistema de inovação da cidade de Taubaté. As oficinas têm como objetivo auxiliar no fortalecimento da CSA de Taubaté e região para que possam crescer e se integrar em rede.

Outras ações previstas para acontecer, como a realização de feiras agroecológicas, o treinamento para os agricultores, as oficinas culinárias para a comunidade, as visitas técnicas e o mapeamento das propriedades rurais não foram possíveis até o momento. Elas foram adiadas até que possamos retornar o contato social, ou terão de ser repensadas pelos membros do projeto para que possam ser realizadas de maneira virtual.

Considerações

O Projeto sabores de saberes do campo: alimentação e agricultura sustentáveis propõe apoiar os agricultores agroecológicos da região do Vale do Paraíba paulista, uma vez que os sistemas alimentares sustentáveis são temas urgentes a serem discutidos e apoiados com ações próprias da extensão universitária e estão previstos na agenda dos ODS que propõe “acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e melhoria da nutrição, e promover a agricultura sustentável”.

O encontro inicial entre membros e os agricultores familiares da região do Vale do Paraíba Paulista foi um importante marco para o início das ações extensionistas propostas no projeto.

A produção de vídeos informativos sobre o tema, a elaboração de rótulo para alimentos produzidos pelos agricultores e encontros presenciais e virtuais foram ações realizadas no primeiro semestre de 2020, início do projeto. A *live* sobre CSA e o 1º Encontro da Comunidade que sustenta a agricultura (CSA) do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Serra da Mantiqueira paulista possibilitaram trocas de saberes e experiências entre agricultores, professores e alunos da Unitau e participantes externos.

As demais ações propostas pelo projeto, como feiras agroecológicas, treinamentos e cursos para agricultores estão sendo adiadas ou adaptadas para que aconteçam de maneira virtual até que o encontro presencial seja possível.

Agradecimentos:

Agradecemos o apoio ao *Projeto sabores de saberes do campo*: alimentação e agricultura sustentáveis: Anderson Alves dos Santos e Tiago Goldsmid Galvão Prota, *agricultores membros da Apoena e da Comunidade que Sustenta a Agricultura (CSA) de Taubaté*, Pedro de Almeida e Souza, *produtor da TV Educativa da Unitau* e Thiago Vasquez Molina, *professor do Departamento de Comunicação Social e Diretor de programação da TV Educativa da Unitau* e Isabella Santos Menecucci de Carvalho, *bolsista do projeto em 2020 e aluna do curso de Nutrição da Unitau*.

Ações de educação em dor à comunidade durante a pandemia do Covid-19

Renato José Soares

Doutor em Biodinâmica do Movimento Humano
Professor do Departamento de Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Alex Sandra Oliveira de Cerqueira Soares

Doutora em Biodinâmica do Movimento Humano
Professora do Departamento de Fisioterapia
Universidade de Taubaté

João Rangel Marcelo

Doutorado em Programa em Integração da América Latina pela Universidade de São Paulo
Professor do Departamento de Comunicação Social
Universidade de Taubaté

Thiago Molina

Mestre em Linguística Aplicada
Professor do Departamento de Comunicação Social
Universidade de Taubaté

Introdução

O atual surto da doença causada pelo novo coronavírus (Covid-19) e sua propagação ao redor do mundo gerou um forte impacto na saúde física e mental da população, inclusive no Brasil. Atualmente, percebem-se muitos esforços focados na compreensão da epidemiologia, no melhor entendimento das características clínicas, bem como nos meios de transmissão e de neutralização da propagação do vírus.⁹⁶⁹⁷

Apesar de todos os recursos empregados para tais fins, estratégias diferenciadas devem existir em um contexto multidimensional, incluindo uma preocupação quanto às melhores informações de saúde geral à população.

⁹⁶ TORALES, Julio *et al.* The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry*, v. 66, n. 4, p. 317-320, 2020.

⁹⁷ MUKHTAR, Sonia. Psychological health during the coronavirus disease 2019 pandemic outbreak. *Int J Soc Psychiatry*, v. 66, n. 5, p. 512-516, 2020.

Isto se justifica em virtude das consequências físicas e emocionais que a população tem enfrentado diante do isolamento social imposto na tentativa de conter a pandemia, com consequências indesejadas de diminuição da atividade física e consequente maior sedentarismo, o que facilita maiores índices de dores, principalmente na coluna vertebral.⁹⁸

Mesmo antes da referida pandemia, os problemas das dores nas costas, sejam elas agudas ou crônicas, geravam grandes preocupações em saúde coletiva, já com a necessidade de um olhar diferenciado com foco na necessidade de uma atenção primária pautada em boas evidências. Para se ter uma melhor ideia deste problema, no Brasil, nos últimos 20 anos, existiu um aumento de 80% na quantidade de pessoas com incapacidade física em decorrência de dores nas costas, com a geração de uma cascata de problemas físicos, psicológicos e sociais.⁹⁹¹⁰⁰

O *Projeto Luz, Câmera e Movimento*, projeto de extensão da Universidade de Taubaté, com participação integrada de docentes e discentes do Departamento de Fisioterapia da Universidade de Taubaté (UNITAU), junto com os de Comunicação Social e Pedagogia da mesma Universidade, em parceria com a Secretaria de Educação do Município de Taubaté, busca há dois anos uma ação educativa com a temática da dor à comunidade. As ações são pioneiras por proporcionar uma integração interdepartamental com o foco na produção de conhecimento coletivo à comunidade, em especial aos jovens estudantes do ensino fundamental do presente município.

No entanto, diante da pandemia e com a dificuldade de acesso direto presencial com os jovens, ações ímpares foram criadas em um ambiente virtual, mantendo-se o foco da produção de boas informações em saúde coletiva.

Justificativa

Diante da pandemia oriunda do novo coronavírus (Covid-19), viu-se a necessidade de ações multidimensionais com foco na produção de informações em saúde coletiva, com foco em orientações à população sobre a presente doença,

⁹⁸ SHARIAT, Ardalan *et al.* Home-based fundamental approach to alleviate low back pain using myofascial release, stretching, and spinal musculature strengthening during the COVID-19 pandemic. **Work**. v. 67, n. 1, p. 11-19, 2020.

⁹⁹ GBD 2016 BRAZIL COLLABORATORS. Burden of disease in Brazil, 1990-2016: a systematic subnational analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. **Lancet**, v. 392, n. 10149, p. 760-775, 2018.

¹⁰⁰ MA, Vincent Y.; CHAN, Leighton; CARRUTHERS, Kadir J. The Incidence, prevalence, costs, and impact on disability of common conditions requiring rehabilitation in the United States: stroke, spinal cord injury, traumatic brain injury, multiple sclerosis, osteoarthritis, rheumatoid arthritis, limb loss, and back pain. **Arch Phys Med Rehabil**, v. 95, n. 5, p. 986-995, 2014.

expandindo conhecimento específico sobre os problemas secundários, vindos com a presente situação, relacionadas com as melhores ações para o problema da dor musculoesquelética.

Objetivos

Objetivo específico: Promover a inserção de informações pautadas em boas evidências em saúde coletiva à comunidade, com temas relacionados com a saúde diante da presente pandemia.

Objetivos Gerais: Oferecer aos jovens estudantes das unidades escolares da rede pública de ensino do município de Taubaté acesso às diferentes áreas do conhecimento;

Estimular o conhecimento sobre ações educativas em dor a profissionais da rede municipal de ensino;

Proporcionar informações relevantes sobre a melhora da qualidade de vida à população que sofre com dores nas costas, mesmo diante da presente pandemia;

Propiciar a relação interdisciplinar no âmbito acadêmico dentro da Universidade de Taubaté, mesmo diante da presente pandemia.

Metodologias

O Projeto “Luz, Câmera e Movimento”, em parceria com a prefeitura local, com ações conjuntas entre os Departamentos de Fisioterapia, Comunicação Social e Pedagogia, diante da pandemia do novo coronavírus (Covid-19) estruturou ações remotas com foco em gerar boas informações sobre temas relacionados com a saúde coletiva.

Para tal, utilizou-se de estratégias de construção do conhecimento para grupos populacionais vinculados à comunidade escolar do município de Taubaté, com ferramentas digitais e produção de material permanente e de domínio público.

Foram utilizadas informações pautadas em evidências científicas a fim de produzir conteúdo para divulgação e compartilhamento em plataformas digitais de comunicação. As produções foram gravadas com dispositivos móveis e finalizadas com *softwares* de edição de vídeo e imagem.

Essas ações foram orquestradas pelos docentes coordenadores do referido projeto junto com bolsistas e voluntários discentes universitários, guiados pelo Núcleo de gestão e execução de convênios (Nugec), vinculado à Pró-reitoria de Extensão da UNITAU, juntamente com representantes da Secretaria de Educação do Município de Taubaté e pela equipe diretora da escola Municipal de Ensino Fundamental Professor Luiz Ribeiro Muniz, escolhida para a realização das ações.

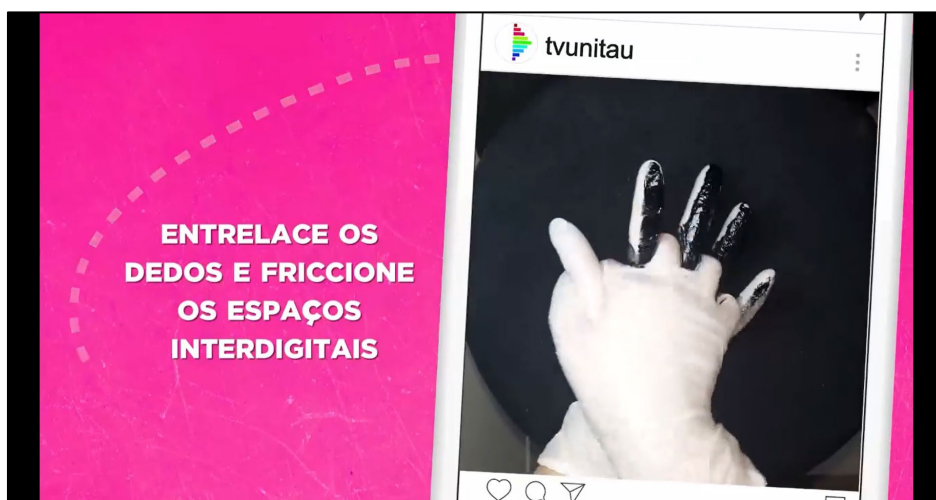
Reuniões foram realizadas para traçarmos ações desde o início do surto no Brasil, que se concretizaram na realização de vídeos educativos, em palestras em ambiente virtual, em debates virtuais e na produção jornalística sobre os temas propostos. Para tais ações, utilizou-se sistemas próprios para videoconferência.

Fonte

Logo no início da pandemia, após reunião com a diretoria da escola de ensino fundamental vinculada ao projeto, foram desenvolvidos vídeos educativos com temas relevantes para educação da comunidade, sendo os mesmos disponibilizados à escola e postados nos ambientes de mídias sociais. Segue a lista de temas abordados nos vídeos educativos:

“Você sabe lavar as mãos?”¹⁰¹ (Figura 1)

Figura 1: Ilustração do vídeo denominado “Você sabe lavar as mãos?”, disponibilizado à rede municipal de ensino da cidade de Taubaté e nas redes sociais do projeto @luzcameraemovimento

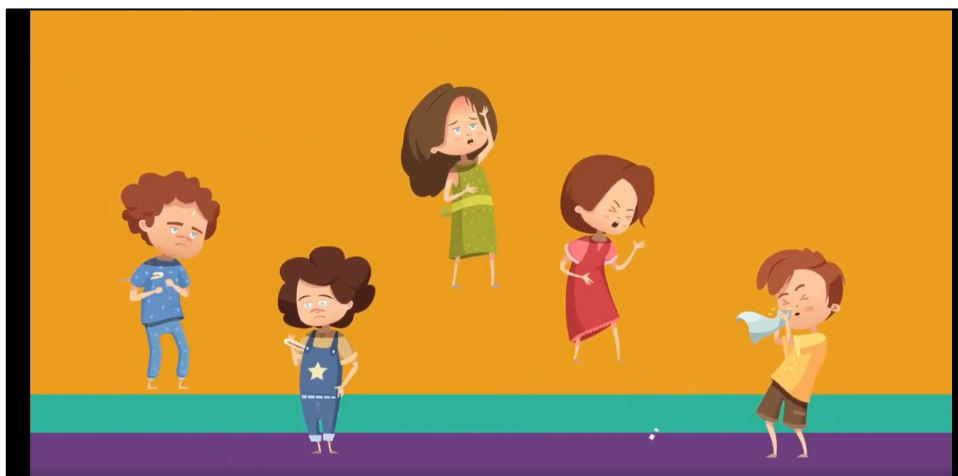


Fonte: projeto Luz, câmera e movimento.

¹⁰¹LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. Vídeo “Você sabe lavar as mãos?” Taubaté. 30 abr. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em https://www.instagram.com/tv/B_njB3Tp00r/?utm_source=ig_web_copy_link. Acesso em: 01 out. 2020.

“Covid-19: higiene e educação com as crianças”^{102,103} (Figura 2)

Figura 2: Ilustração do vídeo denominado “Covid-19: higiene e educação com as crianças”, disponibilizado à rede municipal de ensino da cidade de Taubaté e nas redes sociais do projeto @luzcameraemovimento.



Fonte: projeto *Luz, câmera e movimento*.

Série de 10 vídeos com temas relacionados com saúde coletiva denominados “Você Sabia?”¹⁰⁴ (Figuras 3 e 4).

¹⁰² LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: higiene e educação com as crianças?** Taubaté. 30 de abr. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em https://www.instagram.com/tv/B_nd-evJYh8/?utm_source=ig_web_copy_link. Acesso em: 01 out. 2020.

¹⁰³ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **COVID-19: Higiene e Educação com as crianças.** Taubaté: [s.n.], 27 abr. 2020. 1 vídeo (88 seg). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/cqA60BsiPbc>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹⁰⁴ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo “Você sabia?** Taubaté. 26 jun. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CCCZXGWpMx1/>; <https://www.instagram.com/p/CDMogC7JJl9/>. Acesso em: 01 out. 2020.

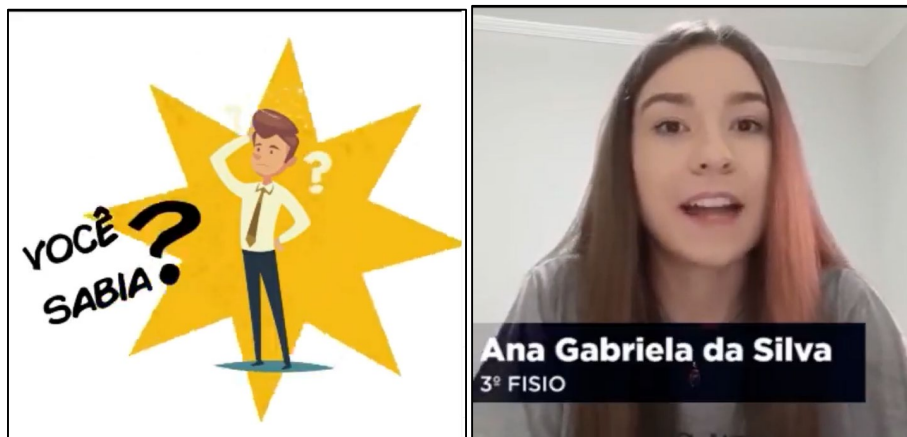
LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 21 jul. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CC5yxjAJ1Ov/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 13 jul. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CCLqxMwJFWL/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 11 ago. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CDw7NnjDhr/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 02 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEpinaiJKVH/>. Acesso em: 01 out. 2020.

Figuras 3 e 4: Ilustração do vídeo denominado “Você sabia? Medo do movimento diante da dor” disponibilizado à rede municipal de ensino da cidade de Taubaté e nas redes sociais do projeto @luzcameraemovimento.



Fonte: projeto Luz, câmera e movimento.

Série de 06 vídeos com perguntas dos jovens sobre assuntos relacionados com saúde coletiva¹⁰⁵ (Figura 5).

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 04 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEuwp7VDCub/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 04 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEuwp7VDCub/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 16 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CFNmFBCpLPD/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 11 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CFAuipjD6J/>. Acesso em: 01 out. 2020.

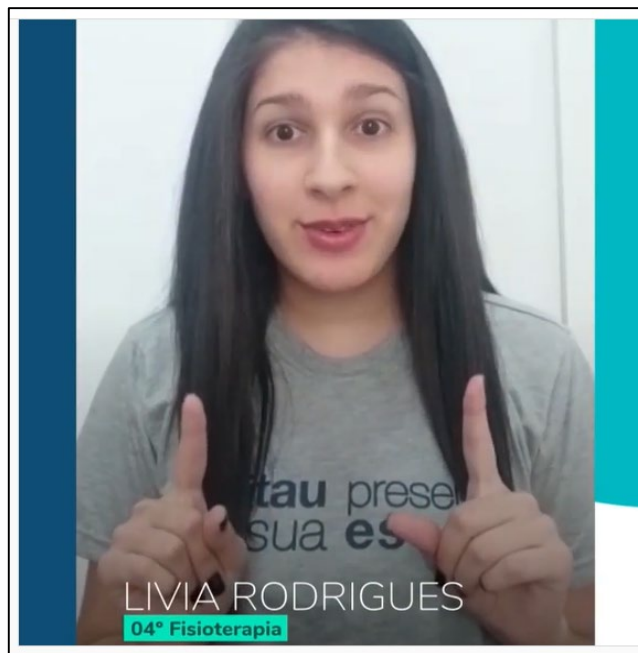
LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 19 ago. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEFgg0tJE9H/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 21 ago. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEKplpaJ2Tb/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 25 ago. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEU88wjYcs/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 27 ago. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CEaHUVrJsgN/>. Acesso em: 01 out. 2020.

Figura 5: Ilustração de um dos vídeos de perguntas dos escolares; “Por que devo usar a máscara?” disponibilizado à rede municipal de ensino da cidade de Taubaté e nas redes sociais do projeto @luzcameraemovimento



Fonte: projeto *Luz, câmera e movimento*.

Desde o mês de abril, também foram realizados alguns debates em ambientes virtuais, no modelo de *live*, no Youtube, com a participação de convidados renomados nas áreas de discussão, dentre os quais destacam-se:

“Mitos e verdades sobre problemas posturais” ¹⁰⁶

“Dor crônica, da criança ao adulto” ¹⁰⁷

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 25 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CFk3SevJUh2/>. Acesso em: 01 out. 2020.

LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **Vídeo: Você sabia?** Taubaté. 23 set. 2020. Instagram: @luzcameraemovimento. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CFfqX2WDhKk/>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹⁰⁶ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Postura, seus mitos e verdades - 09/04/2020 | 17h. Taubaté: [s.n.], 09 abr. 2020. 1 vídeo (89 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em <https://youtu.be/ludz8FBpfFU>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹⁰⁷ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Dor crônica de criança e adultos - 16/04/2020 | 17h. Taubaté: [s.n.], 16 abr. 2020. 1 vídeo (68 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/OMTWhyUSIHY>. Acesso em: 01 out. 2020.

“Dor e sua relação com a alta performance”¹⁰⁸

“Lesões comuns nos corredores amadores”¹⁰⁹

“Biomecânica e performance no esporte”¹¹⁰

“Lesões na articulação do joelho e os tratamentos mais eficazes”¹¹¹

“Passado, presente e futuro sobre manejo da dor”¹¹²

Em adição, estamos em fase de construção de um *podcast*, denominado *ComunicaDor*, o qual terá como objetivo a construção de conhecimentos em saúde coletiva com a participação direta dos discentes, de convidados especialistas nas áreas de interesse e da comunidade escolar.

Todos os materiais produzidos estão atualmente publicados nas redes sociais do Projeto “Luz, Câmera e Movimento” (@luzcameraemovimento).

Considerações finais

A pandemia existente em 2020 trouxe um desafio para todos que estão envolvidos com a educação em saúde. A realidade existente, ímpar, trouxe a necessidade de ações pontuais e dinâmicas diante de um momento no qual a tecnologia de informação foi a grande aliada no presente projeto.

Percebe-se que as mudanças na educação em saúde coletiva não podem deixar de existir e que a inteligência da informação digital é uma grande aliada que veio para ficar. A construção coletiva com esforços de várias áreas torna-se fundamental para que

¹⁰⁸ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Dor e sua relação com a alta performance - 23/04/2020 | 17h. Taubaté: [s.n.], 23 abr. 2020. 1 vídeo (69 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: https://youtu.be/K8nQ3_ym9M4. Acesso em: 01 out. 2020.

¹⁰⁹ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Lesões do corredor - Mitos e Verdade - 07/05/2020 | 17h Taubaté: [s.n.], 07 maio. 2020. 1 vídeo (89 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/mHi17Ss4xx4>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹¹⁰ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Biomecânica e Performance no Esporte - Convidado: Prof. Dr. Julio Serrão - 21/05/2020 | 19h. Taubaté: [s.n.], 21 maio. 2020. 1 vídeo (66 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/oYk3v6PIX-0>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹¹¹ LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE:** Joelho em discussão - 11/06/2020 | 19h. Taubaté: [s.n.], 11 jun. 2020. 1 vídeo (70 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/dmTTKj7DQk>. Acesso em: 01 out. 2020.

¹¹² LUZ, CÂMERA E MOVIMENTO. **LIVE |** Manejo da dor: passado, presente e futuro. Taubaté: [s.n.], 9 jul. 2020. 1 vídeo (78 min). Publicado pelo canal da TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/syOam1fvbm8>. Acesso em: 01 out. 2020.

consigamos construir boas informações e que elas cheguem à comunidade. Atualmente, as redes sociais têm sido as maiores aliadas na perpetuação e na distribuição de boas informações.

Os objetivos das presentes ações buscaram, de forma direta, a construção de boas informações à comunidade, por meio de um construto coletivo interdisciplinar em prol da saúde coletiva e, conseqüentemente, do bem da comunidade, tanto em âmbito regional quanto em uma perspectiva mais abrangente diante da facilitação tecnológica, quebrando fronteiras físicas do conhecimento.

No entanto, sabemos que ainda há um árduo caminho para que consigamos estabelecer um vínculo perfeito de relação na boa comunicação junto à comunidade. A pandemia trouxe mais um obstáculo, mas, ao mesmo tempo, gerou a necessidade de buscarmos novos conceitos de ação, os quais têm se mostrado ser um bom caminho.

Projeto educando em saúde com amor. Hospital do Ursinho, em novo formato

Maria Stella Amorim da Costa Zöllner

Doutora em Ciências

Professora do Instituto Básico de Biociências e Departamento de Medicina

Universidade de Taubaté

Nivaldo André Zöllner

Doutor em Odontologia, sub-área endodontia.

Professor do Departamento de Odontologia

Universidade de Taubaté

Silvia Maira Pereira Enfermagem

Doutora

Professor do Departamento de Enfermagem e Nutrição

Universidade de Taubaté

Fernanda da Costa Zöllner

Psicóloga; Graduada em Direito

Universidade de Taubaté

Guilherme Codazzi da Costa Jornalista

Jornalista

Editor Chefe do Jornal “O Vale”

Idealizador do Projeto “Cartas Perdidas”

Introdução

A extensão é um dos pilares da universidade, objetivando unir a pesquisa e o ensino para atender a uma necessidade da população. A educação em saúde, praticada por projetos de extensão, visa à construção da autonomia do indivíduo, trabalhando com foco na promoção da saúde. A extensão é, portanto, ferramenta de transformação social e desenvolve autonomia, pensamento crítico e reflexão nos acadêmicos, além de melhorar a qualidade de vida do público atendido.¹¹³

¹¹³ LIMA Gabriela Colombi de. *et. al.* A extensão universitária na formação de profissionais da Saúde. **16º Congresso Internacional de Saúde 2019.** Disponível em:

Por outro lado, brincar é atividade fundamental para a criança desenvolver identidade e autonomia, fundamentando o desenvolvimento de suas habilidades socioemocionais e a plenitude do seu desenvolvimento. Construindo-se a brincadeira, produz-se o amadurecimento da capacidade de socialização da criança, por meio de atividades interativas de utilização e de experimentação de regras e de papéis sociais, estimulando-se o protagonismo da criança na aquisição do saber.

Dessa forma, o Programa de extensão saúde na educação da Universidade de Taubaté (UNITAU) realiza o *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho*, uma prática que visa, por meio do lúdico, que crianças e acadêmicos dos cursos das áreas de saúde e ciências humanas (Enfermagem, Medicina, Nutrição, Odontologia, Pedagogia, Psicologia e Direito) estabeleçam um meio eficiente de comunicação e de socialização com o público infantil.

O contato das crianças atendidas com estudantes e professores da área da saúde e ciências humanas nas atividades escolares rotineiras e nas ações planejadas de educação em saúde durante a realização do projeto propiciam a inclusão de pessoas reais do campo da saúde em seu dia a dia. Assim, fica estabelecida uma relação humana forte, em que se torna mais difícil para a criança ter medo de pessoas que conhece e com as quais convive habitualmente. Transferir essa experiência para o atendimento em saúde na forma lúdica prevista no projeto e, sequencialmente, para as necessidades reais de atenção à saúde da própria criança representa um processo fácil e tranquilo, gerado de experiências anteriores construídas com a real participação da própria criança.

O *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho* foi inspirado no internacionalmente denominado *Teddy Bear Hospital*, criado na Europa por estudantes de Medicina. Em outras universidades, é realizado exclusivamente com a figura do profissional médico, mas, desde 2007, no âmbito do Programa de extensão saúde na educação, parceria UNITAU/Prefeitura Municipal de Taubaté, trabalha as mais variadas profissões da área da saúde.

A realização do Hospital do Ursinho como atividade de extensão universitária da UNITAU já tem longa tradição, mas o projeto é muito dinâmico, aprimorando-se constantemente em suas vivências. Seguem algumas ações recentes, abaixo.

No mês de maio de 2016, alunos de Enfermagem, Medicina, Nutrição e Odontologia da UNITAU realizaram mais uma ação do Hospital do Ursinho, na Creche

Municipal Santa Tereza, em Taubaté. A proposta visa trabalhar a ansiedade e o medo das crianças em relação aos procedimentos médicos.¹¹⁴

Em novembro de 2019, crianças da Escola Municipal de Educação Infantil da Vila Aparecida participaram do *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho* em parceria com os *Projetos cartas perdidas* e *Companhia da alegria*. Essa edição especial trouxe o tema natalino para as 120 crianças da escola, com a presença de Papai Noel e com a distribuição de brinquedos para os alunos, além de cartas 'escritas' à mão pelo Bom Velhinho e seus ajudantes.¹¹⁵

São as ricas experiências do nosso projeto, inclusive durante a época de afastamento social provocado pela pandemia de Covid-19, que relatamos a seguir.

Justificativa

É bastante frequente que adultos coloquem medo dos profissionais da saúde, de maneira impensada e cruel, nas crianças com as quais convivem. São comportamentos arraigados e velhos hábitos sociais dos quais as pessoas ainda não se livraram.¹¹⁶

Durante a vida, é inevitável que todos necessitem de cuidados com a sua saúde, sendo natural que frequentem os serviços de saúde, seja para atividades de prevenção e de orientação, seja para se tratarem de alguma doença. Isso ocorrerá muitas vezes na vida de cada pessoa. É altamente indesejável que isso aconteça em ambiente de pânico e temor.

Por outro lado, a criança tem necessidade e direito de ter acesso a informações de qualidade, visando ao cuidado com a saúde e à prevenção de doenças.

¹¹⁴ PAULA, Chico de. Alunos da Unitau realizam o "Hospital do Ursinho". **Portal R3**. [S.l.], 18 maio 2016. Disponível em: <https://www.portalr3.com.br/2016/05/alunos-da-area-da-saude-da-unitau-realizam-o-hospital-do-ursinho/>. Acesso em: 23 abr. 2020

¹¹⁵ ASSIS, Vinicius. Alunos e professores da UNITAU promovem mais uma edição do Hospital do Ursinho. **ACOM/UNITAU**, Taubaté, 16 dez. 2019. Disponível em: <https://unitau.br/noticias/detalhes/4132/alunos-e-professores-da-unitau-promovem-mais-uma-edicao-do-hospital-do-ursinho>. Acesso em: 23 abr. 2020; ALUNOS de escola municipal recebem o "Hospital do Ursinho". **Diário de Taubaté e Região**. Taubaté, 27 nov. 2019. Disponível em: <https://www.diariodetaubateregio.com.br/dt/alunos-de-escola-municipal-recebem-o-hospital-do-ursinho/>. Acesso em: 21 maio 2020; EM UNIÃO de projetos sociais, Noel envia cartas para o Hospital do Ursinho em Taubaté. **O Vale**. [S.l.], 27 nov. 2019. Disponível em: <https://www.ovale.com.br/conteudo/economia/2019/11/92541-e-natal--noel-envia-cartas-para-o-hospital-do-ursinho.html>. Acesso em: 21 maio 2020.

¹¹⁶ MALDONADO, Maria Tereza; CANELLA, Paulo. **Recursos e relacionamento para profissionais de saúde: a boa comunicação com clientes e seus familiares em consultórios, ambulatórios e hospitais**. Rio de Janeiro: Reichmann & Afonso Editores, 2003; VIEGAS, Drauzio (org.). **Brinquedoteca hospitalar: isto é humanização**. - Rio de Janeiro: Wak Ed., 2007.

Assim, justifica-se a realização do projeto, buscando educar em saúde e melhorar a qualidade de vida das comunidades atendidas, incluindo em suas ações não somente as crianças, mas também famílias e equipe escolar, o que multiplica a efetividade das ações.

É fundamental destacar que o envolvimento da comunidade no processo, formando laços efetivos de troca de saberes e construção de conhecimento, tem o poder de alicerçar e fundamentar novos saberes em saúde, sólidos e duradouros.

É fundamental para os acadêmicos extensionistas trabalharem com as crianças nas práticas do projeto, trazendo novas oportunidades de crescimento pessoal e profissional, formando profissionais plenos de cidadania e responsabilidade social.

A porta de entrada das ações são escolas municipais de educação infantil, atendendo a criança ávida de conhecimentos, curiosa por definição e pronta a aprender com facilidade, desde que o trabalho se desenvolva com a devida adequação da linguagem, amparada no lúdico.¹¹⁷

Objetivos

O presente trabalho teve por objetivo relatar as ações educativas embasadas nas figuras e nas atividades dos profissionais de saúde e na promoção da saúde e prevenção das doenças, e direitos das crianças, e, dessa forma, trabalhar o medo e a ansiedade das crianças com relação aos cuidados de saúde e aos profissionais de saúde, para a construção de uma relação humana sólida, incluindo familiares das crianças e equipe pedagógica escolar, descrevendo vivências que visam demonstrar a dinâmica do trabalho em duas situações: práticas utilizadas antes da quarentena e práticas utilizadas durante a quarentena em razão da pandemia por Covid-19.

Metodologia

A equipe de trabalho do *Projeto educando em saúde com amor*: Hospital do Ursinho contou com sete alunas bolsistas, durante o ano de 2020, dos cursos de Direito, Enfermagem e Pedagogia, além de alunos voluntários do Curso de Direito e de Medicina

¹¹⁷ SANTOS, Lana Ermelinda da Silva dos. **Creche e pré-escola**: uma abordagem de saúde. São Paulo: Artes Médicas, 2004; KISHIMOTO, Tizuko Morchida (org.). **O brincar e suas teorias**. São Paulo: Cengage Learning, 2011.

da UNITAU e professores da UNITAU da área de Direito, de Enfermagem, de Odontologia e de Medicina (coordenadora do projeto).

O projeto contou também com parcerias importantes com a Cia da Alegria e as Ligas acadêmicas de Infectologia e de Pediatria do curso de Medicina UNITAU e com o *Projeto cartas perdidas*, do jornalista e escritor Guilherme Codazzi, formado pela UNITAU.

As seguintes práticas foram utilizadas para o desenvolvimento do trabalho antes da quarentena: reuniões presenciais, estudo e pesquisa sobre temas do projeto, elaboração de atividades educativas, visitas periódicas às escolas atendidas, aplicação das atividades planejadas nas escolas atendidas, avaliação dos resultados, elaboração de memórias/relatórios.

Para o período de quarentena, realizam-se reuniões em espaços virtuais, estudo e pesquisa sobre temas do projeto, elaboração de atividades educativas, planejamento para a aplicação das atividades elaboradas nas escolas atendidas, produção de material educativo eletrônico para ser distribuído para as escolas e para as redes sociais do projeto, abertura de conta do projeto no Instagram e no YouTube, elaboração de mensagens educativas para rádio (*drops*), avaliação dos resultados, elaboração de memórias/relatórios.

As reuniões de equipe têm acontecido rotineiramente por todo o período de isolamento social, sendo que incluem várias propostas: discussão de pesquisas realizadas para fortalecimento dos conhecimentos; elaboração de vídeos com os temas do projeto; elaboração do relato de experiência do projeto; elaboração de relatos de experiência para participação em eventos (Semex UNITAU); elaboração de planos de atividades educativas e confecção de materiais para aplicação nas escolas, quando retornarem as atividades presenciais; reunião com professoras da educação infantil, buscando novas didáticas e sugestões de atividades educativas em saúde.

Durante todo o ano de 2020, a equipe do *Projeto Educando em saúde com amor*: Hospital do Ursinho realizou pesquisa de artigos científicos, produção de *sites* de conteúdo técnico e matérias de meios de comunicação de massa no campo de abrangência do projeto, a fim de ampliar o conhecimento no assunto e de subsidiar o planejamento de suas atividades educativas.

Utiliza-se o lúdico como linguagem para ganhar a atenção e para melhor entendimento das questões de saúde por parte do público alvo. A importância desse tipo de atividade tem por base que a brincadeira é essencial para o desenvolvimento das crianças¹¹⁸, pois

¹¹⁸ DALLABONA, Sandra Regina; MENDES Sueli Maria Schmitt. O lúdico na educação infantil: jogar, brincar, uma forma de educar. **Revista de divulgação técnico-científica do ICPG**, v. 1, n. 4, . 107-112, jan.-mar./2004. Disponível em: <https://conteudopedagogico.files.wordpress.com/2011/02/o-lidico-na-educacao-infantil.pdf>. Acesso em: 27 mar. 2020; TEIXEIRA Héliça; VOLPINI Mara A importância do brincar no contexto da educação infantil: creche e pré-escola. **Cadernos de Educação: Ensino e Sociedade**,

estimula a compreensão do assunto de forma prazerosa,¹¹⁹ formando cidadãos responsáveis e autônomos, conhecedores de seus direitos.¹²⁰

O Projeto Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho tem o objetivo de apresentar, por intermédio de uma forma lúdica, o ambiente médico-hospitalar para as crianças perderem a insegurança e a ansiedade do contato com os profissionais e os serviços de saúde. Além disso, gera benefícios no aprendizado dos estudantes universitários participantes da ação.¹²¹

As atividades educativas a serem aplicadas nas escolas atendidas são construídas, obedecendo-se aos seguintes eixos de trabalho: atividades rotineiras sobre temas relevantes em saúde (profissionais de saúde, higiene, alimentação saudável, proteção vacinal e prevenção de acidentes na infância); ação do Hospital do Ursinho (com periodicidade mensal) e reuniões/rodas de conversa com os familiares das crianças/comunidade para desenvolvimento de temas de promoção da saúde e de prevenção das doenças.

Resultados

Durante o ano de 2019, o projeto trabalhou de maneira presencial, dando continuidade às ações desenvolvidas em escolas de educação infantil, atendendo em média 300 crianças de duas escolas por semestre. O plano de trabalho da equipe extensionista incluiu os seguintes passos: conhecer e trabalhar na escola,

Bebedouro-SP, v. 1, n. 1, p. 76-88, 2014. Disponível em: <http://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/cadernodeeducacao/sumario/31/04042014074001.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2020.

¹¹⁹ COSCRATO, Gisele; PINA, Juliana Coelho; MELLO, Débora Falleiros de. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Acta Paul Enferm**, v. 23, n. 2: p. 257-263, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000200017. Acesso em: 29 abr. 2020; DIAS, Elaine. Importância do lúdico no processo de ensino-aprendizagem na educação infantil **Revista Educação e Linguagem**, v. 7, n. 1, 2013. Disponível: <https://silo.tips/download/a-importancia-do-ludico-no-processo-de-ensino-aprendizagem-na-educacao-infantil>. Acesso em: 14 maio 2020.

¹²⁰ LEONELLO, Valéria Marli; L'ABBATE, Solange. Educação em Saúde na Escola: uma abordagem do currículo e da percepção de alunos de graduação em Pedagogia. **Interface - Comunic, Saúde, Educ**, v. 9, n. 18, p. 149-66, jan/jun, 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832006000100011&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 12 abr. 2020.

¹²¹ OLIVEIRA Bruna Gonçalves; *et al.* Superando o medo na infância do ambiente hospitalar: a experiência do Projeto Hospital do Ursinho **Revista Intercâmbio PREX** Universidade Estadual de Montes Claros, 2016. v. VII, p. 480-487 Disponível em: <http://www.intercambio.unimontes.br/index.php/intercambio/article/download/119/107>. Acesso em: 16 maio 2020.

desenvolvendo temas de educação em saúde, além da montagem mensal em cada escola atendida da atividade prática do Hospital do Ursinho.

No início do ano de 2020, foram designadas pela Secretaria Municipal de Educação para o trabalho presencial do projeto duas escolas de educação infantil: EMEI Três Marias (170 alunos) e EMEI Canuto Borges (125 alunos). Dessa forma, estava programado para serem atendidas 295 crianças com as ações educativas do *Projeto*.

Apresentam-se os resultados obtidos pelo *Projeto Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho* no primeiro semestre de 2020: reuniões realizadas regularmente em espaços virtuais; continuidade dos estudos e de pesquisas sobre os temas do projeto; elaboração de 48 atividades educativas (incluindo novas modalidades como mensagens para rádio e atividades para mídias sociais, como vídeos); planejamento para a aplicação das atividades educativas nas escolas a serem atendidas; avaliação dos resultados e elaboração de memórias/relatórios sobre as realizações do projeto.

Nesse período, foram produzidos 13 vídeos sobre o trabalho do *Projeto*, dicas de vacinação, profissionais de saúde e suas atividades, prevenção de acidentes, higiene e alimentação saudável. Também foram produzidas 14 mensagens para rádio sobre os temas de saúde desenvolvidos pelo *Projeto Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho* (profissões de saúde, prevenção de acidentes, higiene ambiental, vacinação, alimentação saudável, a importância do brincar). Assim, a equipe conseguiu novas realizações de atividades que não constavam do planejamento original do *Projeto*: produção de material educativo eletrônico; abertura de contas do projeto no Instagram e no YouTube para divulgação de mensagens educativas em saúde (Figuras 1 a 4, abaixo) e atividades parceiras apoiadas pelo projeto como uma palestra sobre a Síndrome do jaleco branco, realizada em maio de 2020, em parceria com a Cia da Alegria.

Figura 1: Vídeo educativo “Dicas de vacinação: segurança”



Fonte: Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho.

Figura 2: Vídeo educativo “Dicas de vacinação: segurança”



Fonte: Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho.

Figura 3: Vídeo educativo “Prevenção de acidentes: trânsito”



Fonte: Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho.

Figura 4: Vídeo educativo “Prevenção de acidentes: trânsito”



Fonte: Educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho.

Com a experiência adquirida nesse novo “jeito de trabalhar”, a equipe do projeto tornou-se mais hábil para desenvolver conteúdos educativos digitais, ampliando suas possibilidades de atuação.

Em julho de 2020, foi criado o *Jornal do Ursinho*, com vídeos de entrevistas especiais: Covid-19, lavagem de mãos, vacinação e saúde bucal. Uma edição especial do nosso jornal sobre saúde bucal, parceria com o *Projeto educação em saúde bucal* PREX UNITAU, foi encaminhada pela Secretaria de Educação do município para 8000 crianças e suas famílias.

Aprendendo cada vez mais o trabalho em redes sociais e plataformas digitais, o projeto realizou, em agosto de 2020, uma edição do *Jornal do Ursinho* sobre a importância da atividade física para a construção da saúde.

Também em agosto foi iniciada uma série de vídeos de contação de histórias denominada *Era uma vez...*, sendo trabalhado o vídeo inicial da série sobre o Ursinho e sua amiga Boneca e abrangendo o tema construindo brinquedos, mais dois vídeos: *Construindo um aparelho de ouvir o coração* e *Uma seringa divertida*.

No mês de setembro de 2020, a equipe do *Projeto* ganhou dois professores da área de Direito e a orientação do Promotor da Infância de Taubaté SP. Assim, ficou fortalecida a equipe de trabalho dos direitos da criança, formada por estudantes de Direito e de Medicina da UNITAU.

Setembro de 2020 foi um mês de muito trabalho extensionista. Ampliou-se a produção educativa no Instagram, trabalhando os seguintes temas: como falar com crianças sobre a COVID, o direito de brincar, alimentação saudável, boa escovação dentária, como incentivar as crianças a estudar, síndrome do jaleco branco, o denticinho.

Realizaram-se dois vídeos da série *Era uma Vez...: Construindo brinquedos: maleta médica e termômetro*. Encerrou-se setembro, realizando uma “roda de conversa” com o tema vacinação: proteção e direito da criança” com os palestrantes Profa. Dra. Bianca Lucarevski, médica infectopediatra, professora da UNITAU; Guilherme Codazzi, jornalista, editor-chefe do jornal *O Vale*, e Dr. Manoel Sérgio da Rocha Monteiro, promotor da infância Taubaté SP, trazendo os olhares das várias profissões sobre proteção vacinal e combate às *fake news* sobre vacinação.

O *Projeto* entrou em outubro de 2020 firme no trabalho extensionista, desenvolvendo *posts* e vídeos nos seguintes temas de saúde e direitos da criança: higiene ambiental, pediculose, vídeo dos direitos assegurados por lei à criança brasileira narrado por uma criança no dia das crianças, brincadeiras para se fazer em casa, cuidados com a saúde bucal desde bebês, direito à saúde, importância de se dar limites às crianças, higiene corporal, vídeo com dicas sobre vacinação, uso de máscaras por crianças e adolescentes e da série *Era uma Vez...* dois vídeos: *Ursinho vai ao dentista* e *Prevenção de acidentes*.

Chegou novembro de 2020, mês no qual a equipe do projeto desenvolveu educativos nos seguintes temas: direito à cultura, vídeo sobre escovação dentária, mitos e verdades sobre a vacinação, brincadeiras para fazer em casa, uso de fio dental na higiene bucal, direito ao lazer, prevenção de acidentes, giardíase e da série *Era uma Vez...* dois vídeos: *Consertando um machucado do Ursinho Joãozinho* e *A vacinação da Ursinha Catarina*.

Também em novembro de 2020, a equipe do projeto apresentou sete relatos de experiência durante o XV Semex UNITAU.

O projeto continuou firme no trabalho extensionista em dezembro, desenvolvendo os seguintes temas: prevenção de acidentes de trânsito, aleitamento materno, a lenda do Papai Noel, vídeo sobre o conto da árvore de Natal, direitos da criança: convivência familiar e proteção, o Ursinho e o Natal (dicas de saúde) e nosso vídeo especial de Natal em que nossa equipe faz seus votos de harmonia para todos.

Com a mudança de cenário em razão da pandemia, as atividades educativas produzidas foram mostradas em redes sociais do próprio projeto e também de escolas municipais de educação infantil da cidade, atingindo outras escolas além das duas unidades escolares que, inicialmente, seriam trabalhadas. Dessa forma, nosso público inicialmente previsto de 295 crianças e suas famílias ampliou-se exponencialmente numa nova experiência educativa exitosa.

Discussão

A escola representa um importante local para o encontro entre saúde e educação, abrigando amplas possibilidades de atividades de educação e de promoção da saúde.¹²² Ressalte-se que a participação da comunidade educativa se torna primordial em todas as etapas das ações de saúde na escola, reforçando a cooperação entre as áreas.¹²³ Dessa forma, a escola desempenha um papel ativo na transformação da visão de saúde,¹²⁴ identificando as necessidades de práticas educativas que auxiliarão com os cuidados do corpo e prevenção de doenças.¹²⁵

Práticas educativas em saúde realizadas constantemente nos ambientes escolares têm como objetivo melhorar a promoção e a prevenção em saúde na comunidade.¹²⁶ Depois da realização de atividades educativas em saúde, famílias relatam diferenças no comportamento de seus filhos com relação ao desejo de serem mais saudáveis e praticarem exercícios físicos.¹²⁷ É importante trabalhar temas de educação em saúde com crianças, por serem indivíduos em construção, sendo mais fácil alterar hábitos prejudiciais à saúde.¹²⁸

A promoção da saúde em ambiente escolar constrói conhecimentos e condutas educativas, partindo das experiências vividas pelos alunos, inclusive aprender com a

¹²² CASEMIRO Juliana; FONSECA Alexandre Carvalho da; SECCO Fábio Martins. Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, pp. 829-840, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000300829. Acesso em: 27 mar. 2020.

¹²³ CARVALHO, Fábio Fortunato Brasil. A saúde vai à escola: a promoção da saúde em práticas pedagógicas. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, pp. 1207-1227, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312015000401207. Acesso em: 15 maio 2020.

¹²⁴ MEIRELLES, Rosane Moreira Silva de; *et al.* Jogos sobre Educação em Saúde: limites e possibilidades. **Enseñanza de las Ciencias**, n.extrad., p. 5079-5084, 2017. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/26677/2/rosane_meirelles_et_al_IOC_2017.pdf. Acesso em: 29 abr. 2020.

¹²⁵ NOBRE Roseanne Sousa; *et al.* Vivenciando a extensão universitária através de ações de educação em saúde no contexto escolar. **Rev. APS**. 20(2): p. 288-292, abr/jun 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15703>. Acesso em: 23 maio 2020.

¹²⁶ FALKENBERG, Míriam Benitez; *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a Saúde Coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, 19(3): p. 847-852, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000300847. Acesso em: 29 abr. 2020.

¹²⁷ SILVEIRA, Bárbara; *et al.* Opinião das famílias sobre as atividades lúdicas desenvolvidas com crianças na escola abordando hábitos saudáveis. **Enferm Foco**, 10 (4): p. 116-121, 2019. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2541>. Acesso em: 24 abr. 2020.

¹²⁸ VIEIRA, Marina; *et al.* Infância saudável: Educação em Saúde nas Escolas. **Expressa Extensão**. v.22, n.1, p. 138-148, jan-jun, 2017.

integração com os profissionais da saúde. O exercício da saúde na educação, com a união dos profissionais dessas áreas, contribui para a melhor formação do indivíduo, possibilitando aos alunos a construção de práticas seguras e a aquisição de novos conhecimentos, voltados para sua proteção e da comunidade.¹²⁹

A vivência de estudantes e de professores de um projeto de extensão universitária, com a interação entre os acadêmicos e as educadoras da unidade escolar possibilita agregar conhecimento para ambos os parceiros sobre o desenvolvimento infantil, produzindo frutos positivos no cuidado das crianças.¹³⁰

A experiência do Hospital do Ursinho funciona como uma importante ferramenta pedagógica para o desenvolver da empatia e da habilidade de comunicação na relação médico-paciente, contribuindo para o ensino da prática pediátrica.¹³¹

Hospitais de bonecas e ursinhos oferecem uma oportunidade de fazer chegar à comunidade infantil a necessária informação em saúde,¹³² ressaltando-se que as crianças que participam do *Teddy Bear Hospital* apresentam maior conhecimento em relação ao seu corpo, à saúde e à doença.¹³³

Crianças relatam vários tipos de medo quando são hospitalizadas: separação da família, tomar injeções, fazer exames de sangue e ficar muito tempo no hospital. Pode-se reduzir a ansiedade das crianças sobre hospitalização, realizando um encontro inicial com o ambiente hospitalar na forma do *Teddy Bear Hospital*, uma experiência sem sofrimento.¹³⁴

O percurso do *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho* é bastante longo, desde sua organização inicial no ano de 2007, como uma ação de

¹²⁹ SALES, Camila Formaggi; MESCHIAL, William Campo; OLIVEIRA, Magda Lúcia Félix. Construção de oficinas pedagógicas para prevenção das intoxicações infantis. **Arq. Ciênc. Saúde**, UNIPAR, Umuarama, v. 22, n. 1, p. 17-22, jan./abr. 2018. Disponível em: <https://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/download/6221/3556>. Acesso em: 30 abr. 2020.

¹³⁰ COSTA, Priscila; *et. al.* Ações de extensão universitária para translação do conhecimento sobre desenvolvimento infantil em creches: relato de experiência. **Rev Esc Enferm USP**, v. 53, pp. 1-8, 2019.

¹³¹ BALDIVIA, Guilherme; *et. al.* Projeto Hospital Ursinho como estratégia educacional para desenvolvimento de habilidades de comunicação durante a formação médica. **Archivos en Medicina Familiar**, v. 20, n. 2, pp. 49-58, 2018. Disponível em: sobramfa.com.br/wp-content/uploads/2018/08/amf182c.pdf. Acesso em: 09 jun. 2020.

¹³² ZIMMERMANN, Polly Gerber; SANTEN, L. Teddy says "Hi!": Teddy bear clinics revisited. **J. Emerg. Nurs**, v. 23, n. 1, pp. 41-44, 1997. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9128510/>. Acesso em: 21 maio 2020.

¹³³ LEONHARDT, Corinna; *et. al.* Does the 'Teddy Bear Hospital' enhance schoolchildren's knowledge? A pilot study with a pre/post-case control design in Germany. **J. Health Psychol**, v. 19, n. 10, pp. 1250-60, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23818510/>. Acesso em: 21 maio 2020.

¹³⁴ BLOCH, Yuval H.; TOKER, Asaf. Doctor, is my teddy bear okay. The "Teddy Bear Hospital" as a method to reduce children's fear of hospitalization. **Isr. Med. Assoc. J.** v. 10, n.8-9, pp. 597-9, 2008. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18847160/>. Acesso em: 21 maio 2020.

extensão universitária inspirada no *Teddy Bear Hospital*, ação internacional de estudantes de Medicina.

Em mais de treze anos de trabalho e realizações, o trabalho evoluiu, cresceu, agregou novas ações e se transformou dinamicamente em um projeto ativo e produtivo de educação em saúde, que, em seu modelo atual, atende regularmente 300 crianças e suas famílias a cada semestre. Também, mediante a necessidade, realiza ações mais amplas, sendo que, em 2020, produziu em parceria com o *Projeto educação em saúde bucal*, do Departamento de Odontologia UNITAU, uma ação de promoção e de educação em saúde bucal que atendeu 8.000 crianças de forma remota em plena pandemia.

O método de trabalho do projeto, alicerçado em estudos e em pesquisas nos temas de abrangência, reuniões semanais para elaboração de propostas e acompanhamento de atividades resulta em ganho e produtividade sistemáticos, em tempos comuns e nos tempos de quarentena vivenciados.

Trabalhar temas relevantes em saúde e direitos da criança e possíveis medos e ansiedades que possam ter em relação aos profissionais de saúde e ao atendimento de saúde é motor e impulso deste projeto que faz e se refaz constantemente, em busca de melhor servir à criança brasileira, nossa razão de existir.

Considerações

Tivemos um semestre de trabalho desafiador, enfrentando uma realidade jamais vista por qualquer pessoa do nosso tempo. O planejamento inicial do projeto foi amplamente refeito para continuarmos o trabalho em novos moldes.

Lutamos o bom combate e conseguimos muitas vitórias. A estrada foi íngreme porque tivemos de nos reinventar, para trabalhar de uma forma muito diferente num ambiente desconhecido. Saímos mais fortes, mais criativos e ainda mais empenhados a continuar em frente, construindo um projeto cada vez mais aprimorado e ciente de seu papel social transformador. Tivemos um ganho enorme para as futuras realizações do *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho*.

Agradecimentos

A realização das ações e o desenvolvimento do trabalho do *Projeto educando em saúde com amor: Hospital do Ursinho*, durante os tempos de pandemia, só têm sido possíveis em razão do empenho e da dedicação de pessoas verdadeiramente especiais,

que construíram essa história juntamente com aqueles que neste momento narram as realizações do nosso projeto.

Nosso sincero reconhecimento ao trabalho desenvolvido pelas bolsistas do projeto: Alessandra Lima de Almeida Arruda; Amanda Mendonça Soares de Medeiros Patrício; Ana Carolina Leite Araújo; Daniela Souza da Costa; Itamara Aparecida Marcelina da Silva; Jaine Eduarda da Mota dos Santos; Lyandra Kelly Bonafé da Silva; Tamyris da Silva Malta e Vanessa Mara de Gouvêa.

Agradecemos imensamente aos alunos equipe da Companhia da Alegria, do Departamento de Medicina da UNITAU: Ananda Totti Rodrigues; Felipe de Abreu Alves; Gabriel Manfredini Ribeiro; Isabela do Nascimento Ciopek; Júlia Bittencourt Ribeiro; Júlia Guerrero Freitas; Luana Gomes; Maria Luísa Almeida Lim; Marina Júlio Cardoso; Vitória Birkett Ventura e Yasmim dos Santos.

Agradecemos de maneira muito especial à Profa. Ma. Rosemeire Isabel Ramos Análio, cuja presença constante em nossas vidas permite que realizemos o trabalho da extensão universitária em toda a sua plenitude.

Se existem trabalhos, lutas e vitórias para contar é porque as vivências do projeto foram construídas a muitas mãos.

O uso da tecnologia e das mídias sociais para ensinar sobre patrimônio: a experiência durante a pandemia do vírus Covid-19

Rachel Duarte Abdala

Doutora em História da Educação
Professora do Departamento de Ciências Sociais e Letras
Universidade de Taubaté e Universidade de São Paulo

Carlos Danilo Machado Monteiro

Graduando em História
Universidade de Taubaté

Izabela Zogbi Martins

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Larissa Oliveira Casemiro da Rocha

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Laiany Oliveira Gomes da Silva

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Laura Henrique Pavret

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Lucas de Castro Valério

Graduanda em História
Universidade de Taubaté

Introdução

Este trabalho de pesquisa está vinculado a um projeto de educação patrimonial desenvolvido em uma escola da rede municipal de ensino de Taubaté-SP. Este artigo

tem como objetivo relatar a experiência do uso de recursos tecnológicos no desenvolvimento do projeto em uma escola da rede municipal de ensino de Taubaté-SP durante a pandemia da Covid-19, Devido ao alto índice de contaminação, o vírus atingiu inicialmente a Europa e posteriormente o restante dos países. Nesse cenário, o mundo se encontra totalmente rendido a algo para o qual não há soluções imediatas. As medidas políticas tomadas pela maioria dos países foi a do isolamento social da população, para evitar aglomerações e conter o contágio acelerado da doença, a fim de não sobrecarregar o sistema de saúde. A situação impôs a necessidade de isolamento social e a solução para dar continuidade a diversas atividades, entre elas as educacionais, foi recorrer à tecnologia e à internet. Assim, o avanço das tecnologias de informação possibilitou o uso de ferramentas que foram empregadas pelos bolsistas no desenvolvimento das atividades relacionadas ao projeto, possibilitando maior disponibilidade de informações e recursos para os alunos, tornando o processo educativo mais dinâmico, eficiente e inovador.

O relato de experiência tem como base teórica as formulações do sociólogo, filósofo e teórico da comunicação canadense Marshall McLuhan, que criou o conceito de “aldeia global”, no ano de 1962. De acordo com Lima e Bomfim, McLuhan assevera que o avanço tecnológico e as mídias de massa encurtaram as distâncias, reproduzindo as relações sociais de uma aldeia. Dessa forma, a internet nos oferece a possibilidade de compartilhar conhecimento com muitas pessoas de forma rápida e eficaz.¹³⁵ O historiador Michel de Certeau, no livro *A invenção do cotidiano*, coloca a reflexão em outro caminho. Para ele, a televisão não controla a recepção, ou seja, as pessoas assistem à televisão, mas ancoram o que assistem em suas referências.

Portanto, com base no contexto em que vivemos, da chamada “sociedade cibernética”, definida por Castells¹³⁶, nos propusemos a refletir sobre o uso da tecnologia para desenvolver a educação patrimonial durante a pandemia e como implementar a tecnologia nas atividades escolares para aprender sobre patrimônio. Desse modo, além da reflexão, apresentamos a experiência que tivemos no trabalho do *Projeto educação patrimonial* no uso de tecnologias a distância para o desenvolvimento das atividades.

Os resultados alcançados na utilização das redes sociais (Instagram e Facebook), *blog* e um canal no Youtube foram positivos, devido a sua capacidade de fazer ponte para o conhecimento da população sobre o patrimônio escolar.

¹³⁵ Cf. LIMA, Ana Claudia Silva; BOMFIM, Filomena Maria Avelina. A implementação da Aldeia Global de McLuhan no século XXI: a Educomunicação como ambiente sustentável de aprendizagem. **PENSACOM – BRASIL**. São Paulo-SP, 2016.

¹³⁶ CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede**. São Paulo: Paz e Terra, 1999.

Conforme Souza ressalta: “A educação é uma das áreas que se apropriou dos recursos audiovisuais, pois os tem transformado em ferramentas pedagógicas”.¹³⁷

Nesse sentido, podemos observar que as ferramentas tecnológicas podem ser vistas como uma nova metodologia de ensino, que vem possibilitando a interação digital dos professores com os educados. Com isso, o educando passa a interagir com diversas ferramentas que lhe possibilitam o seu processo de ensino-aprendizagem.

O Projeto educação patrimonial como desenvolvimento da cidadania

A proposta do *Projeto educação patrimonial*, além de procurar contribuir para o desenvolvimento do aprendizado dos alunos no que diz respeito às noções relativas ao patrimônio, atua no âmbito sociocultural. O propósito da educação patrimonial abrange a transformação social e a construção da cidadania, visto que a comunidade também é responsável pela preservação e pela conservação do patrimônio cultural.

Para que isso aconteça, é importante o reconhecimento do patrimônio. A partir desse processo, o indivíduo se sente como parte integrante da história e reconhece o patrimônio como responsável pela continuidade histórica de uma comunidade e de sua herança cultural.

A educação patrimonial como projeto nas escolas auxilia na alfabetização cultural, incentivando os alunos na autopercepção como cidadão pertencente a uma identidade. Desse modo, os envolvidos passam a enxergar a importância na conservação do patrimônio e de sua revitalização, com o objetivo de fornecer acesso à sua história para todos os membros da sociedade em que está inserido.

O envolvimento social com a preservação do patrimônio também resulta na formação de cidadãos com um olhar crítico em relação à sua história, reconhecendo períodos históricos e seus personagens, utilizando do patrimônio cultural como registro histórico.

O *Projeto educação patrimonial* em questão se inicia com a identificação do patrimônio não só em monumentos, conjuntos e/ou sítios, mas também com a reflexão dos alunos com sua história de vida. As oficinas atuam como ponte para ligação entre sua própria história, como a identificação do significado do seu nome e dos seus objetos de infância como registro de um período específico de sua vida, para depois desenvolver o conhecimento sobre sua comunidade.

¹³⁷ SOUZA, Pedro de Almeida e. **História em rede**: O uso do YouTube como estratégia de ensino na disciplina de História numa sociedade midiática. 2019. Monografia (Graduação em História), Universidade de Taubaté, Taubaté-SP, 2019. p. 3.

A integração em sala de aula se assemelha ao propósito das mídias sociais que pode ser muito mais ampla, o que vimos como resultado a partir do início das atividades remotas onde nosso conteúdo atingiu novas faixas etárias.

Portanto, todos os aspectos da Educação Patrimonial e de seu envolvimento no âmbito escolar nos mostram a importância de envolver os indivíduos com a sua história, a cultura local, e o respeito em relação à diversidade, resultando na participação da comunidade na gestão do patrimônio e no seu valor como objeto de continuidade histórica.

Por isso, urge a necessidade de adaptação no período de pandemia de COVID-19, que suspendeu as aulas presenciais por tempo indefinido. Logo, de acordo com os preceitos de Castells,¹³⁸ o *Projeto* está atuando a partir de mídias sociais e da produção de vídeos informativos que promovem a interação do aluno com a educação patrimonial e diversas outras facetas que surgiram a partir dessa adaptação, como as oficinas para identificação do patrimônio dentro de casa.

Dessa forma, mantivemos os alunos no processo de envolvimento com o patrimônio e pudemos dar continuidade às oficinas, apesar de todos os desafios. A rede é um mecanismo ainda não tão explorado pelas escolas tradicionais, o que dificulta ainda mais as novas adequações do projeto, bolsistas e coordenadores trabalhando em conjunto para aprender novas ferramentas para desenvolver atividades e explorar a forma mais acessível de distribuí-las, com o objetivo de buscar sempre por *sites* que utilizam a menor quantidade de dados possíveis e materiais leves para que possam ser abertos com facilidade.

Objetivos e entrelaçamentos

No que diz respeito aos objetivos traçados para o *Projeto*, estão a promoção da valorização dos aspectos culturais na comunidade na qual o *Projeto* será desenvolvido, a partir da educação patrimonial, de acordo com objetivos afins do IPHAN (Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional).

Por meio do *Projeto*, proporciona-se aos estudantes do curso de graduação em História atividades práticas de cunho extensionista, em que aspectos culturais e sociais da educação patrimonial possam ser compreendidos pelo contato com estudantes do ensino fundamental da rede municipal de ensino de Taubaté.

Além de promover, por meio da identificação cultural e do trabalho com a educação patrimonial, a permanência do educando na escola, assistindo-o

¹³⁸ CASTELLS, Manuel, *op. cit.*

integralmente em suas necessidades básicas e educacionais, reforçando o aproveitamento escolar, autoestima e o sentimento de pertencimento.

E, em relação ao atual cenário mundial, devido à pandemia causada pelo vírus Covid-19, nos propusemos a refletir sobre o uso da tecnologia para desenvolver a educação patrimonial durante esse período. Desse modo, objetivo deste relato de experiência foi refletir sobre o desafio de implementar a tecnologia nas atividades escolares para aprender sobre patrimônio, buscando solucionar, de uma maneira eficaz, o distanciamento causado por medidas de segurança em combate ao vírus.

Pretendemos diversificar a forma como o conteúdo pode ser abordado, alternando entre músicas, vídeos, museus *online* e diversas outras ferramentas a que a tecnologia nos permite acesso, sendo essas ferramentas pontes para um aprendizado constante e eficaz, visto que elas se moldam e se caracterizam numa abordagem menos "formal" de sala de aula, o que é positivo na transformação do ambiente caseiro em um ambiente de aprendizagem, principalmente entre crianças e jovens.

Caminhos metodológicos e interfaces

Devido ao avanço tecnológico ao longo da história humana, a tecnologia se tornou parte de nossas vidas em muitos aspectos. A dependência desse instrumento no cotidiano já era discutida por inúmeros estudiosos. Podemos utilizar como referência o sociólogo Marshall McLuhan, que criou o conceito de “aldeia global”, no qual, segundo ele, o avanço tecnológico e as mídias massificadas encurtariam as distâncias, reproduzindo as relações sociais de uma aldeia. Portanto, a internet oferece a possibilidade de compartilhar o conhecimento com milhares de indivíduos de forma rápida e fácil. No contexto em que McLuhan estava presente, o avanço tecnológico era perceptível. Em seus estudos, o sociólogo utiliza o papel da televisão como uma exemplificação de sua teoria. Lauro de Oliveira Lima¹³⁹ analisa as mutações da educação de acordo com as proposições de McLuhan.

Além do sociólogo McLuhan, podemos citar também outros teóricos atuais, Manuel Castells e Maria Luiza X. de A. Borges, que propõe considerações a respeito de uma das finalidades da Internet:

Comunidades são redes de laços interpessoais que proporcionam sociabilidade, apoio, informação, um senso de integração e identidade social. Naturalmente, a questão decisiva aqui é o deslocamento da comunidade para a rede como a forma central de organizar a interação. [...] As redes são

¹³⁹ LIMA, Lauro de Oliveira. **Mutações em educação segundo Mcluhan**. 19. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 1987.

montadas pelas escolhas e estratégias de atores sociais, sejam indivíduos, famílias ou grupos sociais.¹⁴⁰

Assim, as mídias sociais disponíveis nas plataformas permitem que haja uma interação coletiva entre indivíduos a longas distâncias, podendo realizar diversas tarefas, tais como trabalhos, estudos, entre outros.

Portanto, devido à condição que nos foi imposta, a partir do vírus Covid-19, foi necessário estabelecer uma flexibilidade em todas as áreas, do comércio até a educação. Para implantar essa maleabilidade, foi fundamental o uso da tecnologia. As plataformas de comunicações disponíveis em computadores e smartphones auxiliou na continuação dos afazeres humanos, incluindo o nosso estudo do patrimônio escolar, que tem como objetivo compartilhar informações com estudantes ou outros sujeitos interessados no assunto, como, por exemplo, pedagogos, idosos, entre outros. De acordo com Ricardo Pacheco, “Cada planejamento de ensino é uma peça única confeccionada por um professor específico para um determinado grupo de alunos”.¹⁴¹

Diante dessa situação global, foi necessário que educadores se adaptassem para continuar seus ensinamentos. Assim, o nosso projeto teve a mesma iniciativa por consequência. Assim como o historiador Pacheco nos afirma, cada professor tem um método de ensino diante da circunstância apresentada. Devido a isso, foi necessário que nós, bolsistas e voluntários, desenvolvêssemos perfis em algumas redes sociais para alcançar o nosso público.

Nesse sentido, foi necessário que nós analisássemos cada rede social de acordo com a sua principal audiência, pois, em face de tantos programas, cada geração se apropria de uma delas. O sociólogo Luís Mauro Sá Martino afirma que:

As Mídias Digitais, integradas ao cotidiano, foram apropriadas pelas pessoas, grupos, comunidades e sociedades como parte de suas atividades, de seus relacionamentos, suas vidas. Ligadas ao mundo profissional, ao trabalho, à diversão e mesmo à vida afetiva e íntima, muitas vezes alterando o que eram as barreiras e fronteiras entre esses espaços.¹⁴²

¹⁴⁰ CASTELLS, Manuel; BORGES, Maria Luiza X. de A. **A galáxia da internet: Reflexões sobre a Internet, os negócios e a sociedade.** Rio de Janeiro: Zahar, 2003. p. 107.

¹⁴¹ PACHECO, Ricardo Aguiar. **Ensino de História e Patrimônio Cultural: um percurso docente.** 1. ed. Judiaí-SP: Paco, 2017. p. 70

¹⁴² MARTINO, Luís Mauro Sá. **Teoria das Mídias Digitais: linguagens, ambientes, redes.** 2.ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2015. p. 271.

Portanto, criamos perfis em 3 redes sociais: no Facebook, que permite formar um perfil pessoal ou uma *fan page* e interagir com as pessoas presentes nele, por meio de bate-papos, comentários, curtidas, vídeos, fotos, textos, entre outros. Também é possível participar de grupos *online* de acordo com os seus interesses; Instagram, mídia que tem como principal característica o conteúdo visual, como fotos, vídeos e *lives*. Dentro desse aplicativo também ocorrem interações entre os usuários e o Youtube, tendo como função o compartilhamento somente de vídeos e *lives*, é uma rede social que também possibilita a interação por meio de comentários e curtidas.

Tendo em vista a geração Z como nosso público alvo, visto que Marta Avancini, em seu artigo “O valor da educação para a geração Z”, nos informa que: “Como nasceram em plena era da informação, sentem-se confortáveis para usar a internet e os equipamentos eletrônicos como ferramenta de aprendizagem, em especial as plataformas de streaming e redes sociais”,¹⁴³ contudo também alcançamos adultos e idosos usuários das mídias sociais.

A elaboração dos perfis nessas mídias teve como finalidade partilhar os estudos realizados pelo *Projeto*, visando produzir *posts* atrativos e interativos, enfocando curiosidades, histórias, dicas de aplicativos, vídeos explicativos e canções. Por exemplo, executamos um *cover* e clipe da música “Estúpido Cupido”, da artista Celly Campello, para demonstrar que a música também é um patrimônio cultural, para exaltar a importância deste na cidade de Taubaté e para incentivar a valorização dessa herança entre os cidadãos que não investigam o legado que sua própria cidade carrega. Sendo assim, o intuito é tornar mais desejável a educação patrimonial segundo a explicação de Carlos Rodrigues Brandão¹⁴⁴: “Como outras práticas sociais constitutivas, a educação atua sobre a vida e o crescimento da sociedade em dois sentidos: 1) no desenvolvimento de suas forças produtivas; 2) no desenvolvimento de seus valores culturais”.

Mesmo nas condições atuais, a educação não deve ser paralisada, pois ela é necessária para o desenvolvimento de diversos âmbitos sociais, principalmente nos valores culturais, como podemos observar na fala de Brandão.¹⁴⁵

Em alguns vídeos explicativos desenvolvidos pelos bolsistas e voluntários do projeto, houve a participação de seus familiares, por meio de quem ocasionou a conexão com o público mais velho. Dessa forma o engajamento nesses conteúdos obteve mais acessos por usuários que se identificaram com esses participantes.

¹⁴³ AVANCINI, Marta. O valor da educação para a geração Z. *Ensino Superior*, 02 maio 2019. Disponível em: <https://revistaensinosuperior.com.br/educacao-geracao-z/>. Acesso em: 02 jun. 2019. p. 28

¹⁴⁴ BRANDÃO, Carlos Rodrigues. *O que é educação*. São Paulo: Brasiliense, 1981. p. 75.

¹⁴⁵ *Idem*.

Além disso, podemos evidenciar a ampliação do acesso aos nossos materiais por intermédio dos compartilhamentos dos seguidores em suas páginas, sendo um recurso que o CyberSpace nos proporciona. Ele é definido por Lévy:

Devemos construir novos modelos do espaço dos conhecimentos. No lugar de uma representação em escalas lineares e paralelas, em pirâmides estruturadas em “níveis”, organizadas pela noção de pré-requisitos e convergindo para saberes “superiores”, a partir de agora devemos preferir a imagem de espaços de conhecimentos emergentes, abertos, contínuos, em fluxo, não lineares, se reorganizando de acordo com os objetivos ou os contextos, nos quais cada um ocupa uma posição singular e evolutiva.¹⁴⁶

Por meio do aplicativo WhatsApp,¹⁴⁷ os alunos bolsistas e voluntários participaram de uma palestra proferida pela professora e coordenadora do *Projeto educação patrimonial* Rachel Abdala, estendendo o seu conhecimento para o grupo PAIE - Programa de Atendimento Integral ao Envelhecimento, desenvolvido pela Universidade de Taubaté, com o intuito de ensinar o pensamento histórico para idosos e os distrair do sentimento de solidão, causado pelas medidas governamentais tomadas para a paralisação da propagação do vírus.

Mesmo com a confinção, não deixamos de comemorar o dia 18 de maio, em 2020, definido por ser o Dia dos museus. Para celebrar essa data de tal importância para os historiadores e museólogos, a convite da Universidade de Taubaté, participamos de uma *live*¹⁴⁸ com o tema “Comemorando o Dia dos museus em tempo de pandemia: desafios, possibilidades e limites dos museus hoje” na plataforma do Instagram, com a participação da professora e coordenadora do projeto de Educação Patrimonial Rachel Abdala e da bolsista Pietra Bueno Cesário, em que os participantes tiveram a oportunidade de se informar sobre a importância do patrimônio e seus objetivos e houve também a participação da Profa. Rachel Abdala e do bolsista Lucas Valério de Castro, em um programa, no dia 12 de maio, na Rádio Unitau FM 107,7.

Embora alguns integrantes do grupo já estivessem adaptados a essa exposição virtual, outros apresentaram certas limitações, entretanto conseguiram superá-las e concluir as atividades propostas. Foi de extrema importância a presença de alunos que

¹⁴⁶ LÉVY, Pierre. **As tecnologias da inteligência**: o futuro do pensamento na era da informática. 2.ed. São Paulo: Editora 34, 2010, p. 160.

¹⁴⁷ Aplicativo que possibilita gratuitamente aos usuários serviços de mensagens de texto e áudio criptografadas, chamadas de voz e vídeo, envio e recebimento de diversos tipos de arquivos, além do compartilhamento de localização entre os usuários.

¹⁴⁸ Recurso disponível na mídia do Instagram, que permite a interação do público.

têm conhecimento das mídias sociais, de *design gráfico* e de edição de vídeos, entre outros.

Analizando os desafios da educação remota

Como resultado dessas iniciativas, verificamos amplo interesse pelo patrimônio escolar e local, não se restringindo apenas às atuais comunidades escolares. As redes sociais permitiram o alcance de cidadãos de diversas idades (de 18 a mais de 65 anos) e até possibilitou o envolvimento de não-taubateanos, considerando que 32% do público não mora na cidade, de acordo com os dados gerados pelo Instagram.

Além das estatísticas de visualização geradas pela rede social, nota-se o interesse pelo conteúdo com a participação de familiares e amigos dos bolsistas nos comentários, compartilhamentos e até mesmo na produção de algumas publicações. É válido lembrar que, com a divulgação dos trabalhos, recebemos mais uma voluntária para o projeto, que pediu para participar ao notar a relevância do que havíamos produzido. O resultado foi extremamente positivo e conectou-se com várias pessoas da região.

As ações no Dia dos museus, a Oficina dos nomes, a Oficina de patrimônio em casa, o vídeo musical e a presença do *Projeto* em diversas plataformas de comunicação social são alguns exemplos de ações que resultaram, de certa forma, na valorizaram da cultura local, lembrando aos que acompanharam a página da importância de conhecer e de dar significado às suas tradições. Esta é uma finalidade essencial do projeto, que foi atendida com sucesso. Como aponta Mário de Andrade, ao mencionar o Anteprojeto para a criação do Serviço do Patrimônio Artístico Nacional em publicação na *Revista do Patrimônio Artístico e Histórico Nacional*, “[...] o verdadeiro museu não ensina a repetir o passado, porém a tirar dele tudo o quanto ele nos dá dinamicamente para avançar em cultura dentro de nós, e em transformação dentro do progresso social”.¹⁴⁹

Além disso, por meio das palestras *online*, sobre o mundo após o período de pandemia, ministradas pela professora coordenadora do projeto, Rachel Abdala, foi possível observar como os participantes e ouvintes (sendo eles jovens, adultos ou idosos) enxergavam-se como agentes da História, ou seja, perceberam sua função social no meio em que vivem. A apropriação das mídias digitais, como explica Luís Mauro Sá Martino,¹⁵⁰ alteraram barreiras em todos os campos sociais, sendo assim pode-se

¹⁴⁹ ANDRADE, Mário de. **Cartas de trabalho**: correspondência com Rodrigo Mello Franco de Andrade, 1936-1945. Lélia Coelho Frota (Ed.). Brasília: MEC-Sphan, 1981b, p. 39-54. Republicado em: Revista do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional, n. 30 – “Mário de Andrade”. Marta Rossetti Batista (org.). Iphan: Rio de Janeiro, 2002, p. 188.

¹⁵⁰ MARTINO, Luís Mauro Sá. *op. cit.*

considerar que o projeto não foi reduzido, mas estendido a diversos públicos, de uma forma que seria impensável sem essa ampliação tecnológica.

Entretanto, não alcançamos diretamente os alunos da escola municipal em que estaríamos atuando neste ano. Como os contatos dos alunos ainda não foram oficialmente disponibilizados pelo colégio, ainda não nos comunicamos nem transmitimos nossos trabalhos a eles. Mas, como a produção de conteúdo foi intensa, houve um resultado positivo e seguiu conforme o planejamento anual do projeto. Acredita-se que, quando o contato com os estudantes for permitido, já saberemos como trabalhar e utilizar os meios tecnológicos a favor da construção do conhecimento deles.

Nas reuniões do projeto, também se discutiu sobre a possível falta de acesso a recursos digitais de alguns alunos da escola. Sabemos que, provavelmente, não haverá como exigir atividades que requerem muitos recursos, sendo assim buscamos nos preparar para receber os estudantes de forma que nenhum fique impossibilitado de realizar as atividades propostas nem seja prejudicado por não conseguir estudar devidamente.

Ademais, ressaltam-se os resultados positivos que os bolsistas e voluntários obtiveram com essa iniciativa. A busca pelo ensino remoto sobre patrimônio escolar e local contribuiu para o desenvolvimento da autonomia, da criatividade e da postura dos bolsistas e dos voluntários em formação que compõem a equipe do projeto. Consideramos que, desde o início deste século, a inserção de novas tecnologias e da internet está cada vez mais intensa na educação, mesmo dentro da sala de aula, e é uma grande aliada do ensino de História. “É inegável a presença do audiovisual na rotina de uma sala de aula no século XXI. [...] As dimensões das ferramentas audiovisuais para o aprendizado de um conteúdo ainda encontram barreiras estruturais, pedagógicas e até profissionalizantes.”¹⁵¹

Apesar de o desenvolvimento de todos os conteúdos trabalhados ser orientado constantemente pela professora coordenadora Rachel Abdala, os bolsistas e voluntários se encontraram em uma situação em que foi necessário ser “autônomo” e criar maneiras de resolver os impasses e as dificuldades na transmissão de ideias, pois enfrentaram determinadas barreiras como: descobrir as plataformas mais adequadas, roteirizar e editar vídeos que gerassem interação e alcance nas redes sociais, falar com a câmera e desenvolver uma escrita dinâmica etc.

Tudo isso foi experiência enriquecedora aos participantes, pois é evidente que são habilidades úteis ao pensarmos nas constantes mudanças e evoluções tecnológicas de todas as profissões. Adquirir mais conhecimento sobre o nicho digital é, ainda, estar preparado para diferentes oportunidades oferecidas pelo mercado de trabalho. Logo, a

¹⁵¹ SOUZA, Pedro de Almeida e. *op. cit.*, p. 9.

inserção e o trabalho com esses recursos deverão, assim, ser amplamente discutidas, refletindo-se sobre os desafios e os limites que impõem.

O uso de mídias sociais é uma forma de democratização do ensino, afinal, o conhecimento pode ser disponibilizado de forma simples e gratuita a usuários de várias faixas etárias e de vários locais diferentes. Mesmo assim, é importante ressaltar que o acesso às redes de internet ainda não chega a todos e, muitas vezes, o uso pode dificultar o ensino, ao invés de facilitá-lo. Mas, apesar das barreiras, concluímos satisfatoriamente que a adaptação às tecnologias no ensino de educação patrimonial é possível e necessária.

Considerações finais

A abordagem remota do *Projeto educação patrimonial* busca suprir a ausência de aulas presenciais a partir do uso da tecnologia e das mídias sociais, constantemente buscando alcançar objetivos de aprendizado que superem as limitações ocasionadas pelo isolamento social decorrente da Covid-19.

Num contexto de paralização imprevisível, no qual toda a sociedade precisou se adequar à realidade social do isolamento, os recursos tecnológicos deixaram de ser mais uma ferramenta disponível para ser a única e mais efetiva ferramenta para a continuidade do projeto. Em outras palavras, para que as discussões e conhecimentos acerca da educação patrimonial pudessem alcançar a comunidade escolar, os bolsistas e voluntários do projeto se adaptaram, aprenderam e produziram conteúdos multimídias, experienciando novas ferramentas que não estavam nas propostas iniciais do *Projeto*, mas que se mostraram necessárias para a sua continuidade, sempre com o enfoque tanto na transmissão de conhecimento quanto no desenvolvimento profissional e pedagógico dos bolsistas e voluntários.

Os conteúdos produzidos (vídeos, músicas, *lives*, *posts* informativos e desafios com interação) podem ser vistos como tentativas de ser ponte para um aprendizado constante e eficaz, que alcançasse a comunidade escolar em seus respectivos ambientes caseiros, se caracterizando numa abordagem menos "formal" de sala de aula, justamente para se adequar ao novo ambiente e transformá-lo num ambiente também de aprendizado.

De modo geral, os resultados foram bastante satisfatórios: todos os conteúdos compartilhados nas mídias sociais (Instagram, Facebook, *blog* e YouTube) obtiveram alcance, interações e *feedbacks* positivos por parte da comunidade escolar e por pessoas não ligadas diretamente ao *Projeto*, mas que se interessaram pelos conteúdos, possibilidade essa dada pelo caráter público de todo o conteúdo produzido e

compartilhado. Entretanto, o público alvo inicial do *Projeto*, os alunos da Escola Municipal Anna dos Reis Signorinni, não foram efetivamente alcançados pelos conteúdos produzidos, pois o contato com eles não foi oficialmente disponibilizado.

A adaptação do ensino para o caráter remoto, como já foi explicitado, não foi uma proposta usual, mas uma necessidade. Logo, dificuldades nesse processo surgiram e foram enfrentadas em prol de um projeto bem-sucedido. Roteirizar, gravar e editar vídeos, falar com a câmera, desenvolver linguagem dinâmica e encontrar as plataformas mais adequadas à transmissão de ideias foram alguns desafios enfrentados pelos bolsistas e voluntários, que se mostraram dispostos e proativos, sendo isso muito importante tanto para o bem-estar do projeto quanto para desenvolver suas habilidades de adaptação, de autonomia e de comprometimento com um objetivo em comum.

Para concluir, podemos afirmar que a abordagem remota do ensino acerca do patrimônio e seus conceitos foi bem sucedida e apresentou a força das mídias sociais na luta pela democratização do ensino, possibilitando a produção, a transmissão e a interação de toda comunidade conectada à internet, principalmente num contexto de isolamento social, que amplia o número de pessoas conectadas simultaneamente e, por consequência, alcançadas pelos conteúdos e conhecimentos que o *Projeto educação patrimonial* pretende transmitir.

Projeto de Extensão InformaDor: relato de experiência das ações realizadas para prevenção de lesões em jovens atletas

Alex Sandra Oliveira de Cerqueira Soares

Doutora em Biodinâmica do Movimento Humano
Professora do Departamento de Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Renato José Soares

Doutor em Biodinâmica do Movimento Humano
Professor do Departamento de Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Thiago Vasquez Molina

Mestre em Linguística Aplicada
Professor do Departamento de Comunicação Social
Universidade de Taubaté

Ana Gabriela da Silva

Graduanda em Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Izabela Paschoal Cortez de Lima

Graduanda em Fisioterapia
Universidade de Taubaté

Introdução

Os números crescentes da população portadora de dor crônica, que consequentemente sofrem prejuízos nas suas funções física por viverem com número importante de dias com incapacidades, justificam a preocupação no âmbito da saúde pública de ações efetivas que busquem reduzir a dor musculoesquelética.¹⁵²

¹⁵² GBD 2016 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 328 diseases and injuries for 195 countries, 1990-

Pacientes com dor musculoesquelética, muitas vezes, apresentam conhecimento errôneo sobre o manejo da dor, fato que contribui para a piora do quadro. A ciência reconhece que a educação a respeito da neurociência moderna da dor é fundamental no tratamento de dores primárias e secundárias. Assim, aumentar a compreensão a respeito da neurofisiologia da dor; da prática de exercícios baseados na exposição gradual ao movimento como terapêutica fundamental para diminuição das incapacidades físicas e da importância da adoção do tratamento baseados em terapêuticas ativas, como a prática de exercícios regulares, são os focos do *Projeto InformaDor*, projeto de extensão da UNITAU.

No âmbito universitário, os projetos de extensão aproximam a comunidade do conhecimento científico e propiciam a oportunidade de levar a educação, no caso do presente *Projeto*, voltada ao manejo da dor para a população. Dessa forma, ampliam a atuação do universitário para além das salas de aula, oferecendo a prática respaldada no conhecimento científico oferecido na graduação. O discente universitário interage com a comunidade, aproxima-se da realidade da população e dos problemas enfrentados por ela e então reflete. A partir da sua realidade e reflexão, atua transformando a sociedade. Para falar sobre dor precisamos dessa integração, universidade a serviço da sociedade, empregando a ciência para sua transformação.

A partir do modelo biopsicossocial, desde 2017, nasceu o *Projeto InformaDor*. Inicialmente, a proposta foi levar vídeos educativos com temas relacionado à dor musculoesquelética para a sociedade. Em 2018, iniciamos o programa de educação para pacientes com dor crônica que estavam na fila de espera da Clínica-escola de Fisioterapia da UNITAU. Em 2019, essa atividade continuou, junto com a atenção ao idoso. Por meio de palestras e dinâmicas, alunos de Fisioterapia trabalharam junto ao *Programa de atenção integral ao envelhecimento (PAIE)* da UNITAU com o objetivo de esclarecer as queixas mais comuns de dor nesse grupo populacional e apresentar o papel de práticas como o alongamento muscular, a massagem, o exercício sobre o bem-estar físico e mental.

Ainda em 2019, o *Projeto InformaDor* iniciou suas ações com crianças e adolescentes. Nesse ano, a coordenação do projeto procurou a Secretária de Educação de Taubaté com a proposta de desenvolvimento de um programa de educação em dor para a Escola de formação de atletas de formação integral (EAFI). Essa Escola é desenvolvida no Sistema educacional de desenvolvimento social (Sedes), complexo educacional do município de Taubaté. A escola abriga alunos de ensino fundamental e médio que estudam em período integral. Entre os alunos, 350 participam no período invertido das aulas da EAFI.

2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet* v. 16, n. 390, p: 1211-1259, 16 set., 2017.

Assim, este relato de experiência tem como objetivo descrever o trabalho desenvolvido pelo projeto de extensão InformaDor junto à EAFI no ano de 2020. As ações desenvolvidas têm seu alicerce na prática baseada em evidências e na interação de alunos universitários com alunos e professores da rede municipal de Taubaté com o objetivo de levar conhecimento sobre dor e introduzir o tema prevenção de lesões.

Métodos

Implementação das ações do *Projeto InformaDor* junto à Escola de atletas de formação integral (EAFI)

Na EAFI, os alunos da escola Sedes participam de treinamento esportivo nas seguintes modalidades: *handball*, *volleyball*, tênis de mesa, futsal masculino e feminino, atletismo masculino e feminino, xadrez masculino e feminino e ginástica artística. Para o ingresso na modalidade, é necessário realizar um teste. Após passar por ele, inicia o treinamento esportivo.

Os seguintes objetivos foram definidos pelo *Projeto InformaDor* junto aos atletas da EAFI:

atender a demanda interna na implantação de um programa de prevenção e tratamento da dor a partir da avaliação e do mapeamento dessa população;

realizar educação em dor para crianças e adolescentes;

propagar terapêuticas seguras e eficientes no tratamento da dor;

trabalhar por meio de ações coletivas interpessoais, interdepartamentais e interprofissionais.

A inserção do projeto de extensão em um trabalho dessa natureza traz benefícios para a formação do discente universitário e para os discentes do ensino médio e fundamental. A integração entre eles permite ao universitário a aplicação dos conhecimentos na prática, e aos escolares, a experiência de vivenciar a formação acadêmica e, assim, vislumbrar um futuro no esporte e fora dele.

No ano de 2019, iniciamos a 1ª proposta: avaliação da equipe de voleibol feminina, formada por alunas de 13 a 16 anos e, após, foi implementado um programa de prevenção de lesões. Os trabalhos foram iniciados em outubro e, ao final, após verificar a importância da inserção da Fisioterapia no dia a dia das atletas, foi então realizada a proposta de 2020: implementarmos as ações em todas as modalidades esportivas contempladas pelo programa EAFI.

Em fevereiro de 2020, durante os primeiros dias de treinamento, realizamos a avaliação diagnóstica para reconhecer as principais queixas de dor dos jovens atletas e

verificar a interferência dela sobre testes funcionais. Para essa primeira abordagem, foram utilizados os questionários Nórdico músculoesquelético¹⁵³ e Inventário breve de dor.¹⁵⁴ No primeiro, Nórdico, é possível localizar as queixas de dor nos últimos 7 dias e 12 meses e verificar quais levaram ao afastamento da prática esportiva e à busca por tratamento por um profissional de saúde. O segundo, Inventário, permite avaliar os locais de dor, sua intensidade em diferentes momentos, a medicação utilizada para tal e como as queixas influenciam no dia a dia dos atletas. Além dos questionários, foram realizados testes funcionais como o *Hop Test* unipodal com 1 e 3 saltos, com o objetivo de avaliar o controle neuromuscular dos membros inferiores (Figura 1). Ou seja, quantificar a simetria entre os membros inferiores por meio de parâmetros quantitativos. Essa avaliação é importante, pois espera-se que em atletas as assimetrias intermembros sejam mínimas, exceto em casos de lesão prévia¹⁵⁵. Além disso, tais avaliações permitem formar um banco de dados com o histórico de lesões e resultado de testes funcionais das atletas. No caso de novas lesões, teremos um parâmetro de base para comparação durante o tratamento, facilitando a análise de evolução e alta.

Figuras 1 e 2: Avaliação das queixas de lesão prévia e (b) realização do Hop Test com 3 saltos



Fonte: Isabela Spatuzzo Ruggero de Oliveira.

Ainda no meio das avaliações, chegou a pandemia e as aulas dos acadêmicos e escolares foram suspensas. Nesse momento, começamos a trabalhar de forma remota nas atividades do projeto de extensão. A primeira meta estipulada para bolsistas e

¹⁵³ PINHEIRO, Amaral; TRÓCCOLIA, Bartholomeu, CARVALHO, Cláudio. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. **Revista de Saúde Pública**. v. 36, n. 3, p. 307-12, 2002.

¹⁵⁴ FERREIRA, Karine; *et. al.* Validation of Brief Pain inventory to Brazilian Patients with pain. **Supportive Care In Cancer**. v. 19, n. 4, p. 505-511, 2010.

¹⁵⁵ MELICK, Nicky Van; *et. al.* Evidence-based clinical practice update: practice guidelines for anterior cruciate ligament rehabilitation based on a systematic review and multidisciplinary consensus. **British Journal Sports Medicine**. v. 50, n. 24, p. 1-13, 2016.

voluntários do projeto em meio à pandemia foi a construção do relatório com os dados das avaliações diagnósticas.

Foram avaliados 187 atletas das seguintes modalidades esportivas da EAFI: tênis de mesa, futsal masculino, ginástica artística, basquete, atletismo, *handball*, futsal feminino, xadrez, judô e vôlei. As regiões que apresentaram maiores queixas de dor foram: joelho, tornozelo/ pé e punho/ mão. Dessas regiões, aquelas que levaram ao afastamento dos treinamentos e à busca por tratamento foram respectivamente: o tornozelo/ pé, o joelho e o punho/ mão.

Então, foi construído um relatório geral, com todos os atletas analisados conjuntamente, e relatórios específicos, considerando os participantes de cada modalidade esportiva. Estes relatórios foram entregues à diretoria da EAFI e apresentados em uma reunião virtual para a direção da escola e para os professores das modalidades.

Figura 3: Reunião entre integrantes do *Projeto InformaDor* e direção e professores das modalidades esportivas da Escola de Atletas de Formação Integral (EAFI) - SEDES



Fonte: *Projeto InformaDor/Instagram*.

Para discutir os achados da avaliação diagnóstica no 1º semestre, foi realizada uma *live* denominada: Joelho em discussão. Nesse bate papo, recebemos o Prof. Dr. Moisés Cohen, médico cirurgião há mais de 40 anos e professor titular do Departamento de Ortopedia e Traumatologia da UNIFESP, junto com o fisioterapeuta Prof. Dr. Gabriel

Leão, professor da Universidade Federal do Ceará e um importante influenciador digital na temática. A *live* está disponível no canal da TV UNITAU no Youtube.¹⁵⁶

Figura 4: *Live* com os profissionais Dr. Moisés Cohen e Dr. Gabriel Leão



Fonte: Projeto InformaDor/YouTube.

Em relação ao programa de prevenção de lesões, foram elaborados exercícios preventivos com foco na otimização das seguintes capacidades: mobilidade articular, resistência muscular e controle neuromuscular. Esses exercícios foram apresentados por meio de cartilhas elaboradas no aplicativo simpleset.net (<https://simpleset.net/>) e vídeos. As cartilhas e vídeos foram compartilhadas ao longo do 1º e 2º semestres de 2020 nas redes sociais da escola Sedes (<https://www.instagram.com/eafitaubate/?hl=pt-br>). Segue um exemplo, abaixo (Figura 3). Além disso, nossos acadêmicos, bolsistas e voluntários participam semanalmente das reuniões virtuais realizadas pelos professores das modalidades esportivas e então aplicam os exercícios, fazem as correções necessárias e realizam o programa de educação em dor.

¹⁵⁶ LIVE: Joelho em discussão - 11/06/2020 | 19h, [S.l: s.n], 2020. 1 vídeo. (ca. 70min). Publicado pelo canal TVUNITAU. Disponível em: <https://youtu.be/dmTTKJ7DQk>. Acesso em: 10 set. 2020.

Figura 4: Cartilha compartilhada nas redes sociais da EAFI

Fisioterapia - Atletas - Sedes
Realização: terças e quintas-feiras - Treino 7 e 8
Dra. Alex Sandra Soares (CREFITO 3/27348-F)

Bicicleta
Séries: 3
Repetições: 30 segundos
Repouso: 15 segundos

Flexão Do Quadril Alternando Pernas
Séries: 3
Repetições: 30 segundos executando
Repouso: 15 segundos

Agachamento Com Abdução De Quadril
Séries: 3
Repetições: 15 p/ cada lado
Repouso: 30 segundos

Agachamento Isométrico Na Parede
Séries: 3
Repetições: 30 segundos em isometria
Repouso: 15 segundos

Flexão De Tronco Com Extensão De Joelhos
Séries: 3
Repetições: 30 segundos
Repouso: 15 segundos

Caminhar Para Frente Com Joelhos Estendidos
Séries: 3
Repetições: 10
Repouso: 15 segundos

Realizar Um Mini Agachamento Com Apoio Em Uma Perna E a Outra Esticada À Frente (Direita E Esquerda)
Série: 3
Repetições: 10
Repouso: 10 segundos

Ficar Na Ponta Dos Pés
Série: 3
Repetições: 15
Repouso: 15 segundos

InformaDor - UnitaU

eafitaubate • Seguindo

eafitaubate Planilha para hoje. Planilha da Fisioterapia para os atletas EAFI. Fisioterapia preventiva para hoje 09 de julho). Objetivo: aumentar a resistência muscular dos músculos dos membros inferiores e superiores.

#orgulhodeserEAFI.
#orgulhodeserTaubaté
@raphavolley
#raphavolleyembaixadoreafi
@projetoinformador

13 sem

Curtido por cleber_andrade11 e outras 20 pessoas

9 DE JULHO

Adicione um comentário... **Publicar**

Fonte: EAFI/Instagram.

Dor: da definição à educação

A dor é uma experiência desagradável de diferentes graus de intensidade e pode ser caracterizada por um desconforto leve ou extremamente insuportável. A sensação pode durar períodos curtos e, nesse caso é denominada aguda, ou persistir por 3 meses ou mais, e é chamada de dor crônica.¹⁵⁷

Nos últimos 50 anos, houve um expressivo crescimento acerca do conhecimento científico relacionado aos mecanismos fisiopatológicos da dor, sua avaliação e tratamento, fato que levou à reavaliação da definição que estava estabelecida desde

¹⁵⁷ MINSON, Fabiola Peixoto; MORETE, Marcia Carla; MARANGONI, Marco A. **Dor**. Editora Manole, 2015. p. 9-20.

1979. Uma força tarefa liderada pela Sociedade internacional para o estudo da dor foi formada em 2018 e, agora, em 2020, foi publicada a nova definição: “Uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial”. Além disso, seis notas foram adicionadas como uma lista que completa a etimologia da palavra.¹⁵⁸

Os processos dolorosos nada mais são do que o sistema de alarme do corpo, comunicando perigos provenientes dos ambientes externos e internos. É comum uma escoriação arder, ou sentir dor de cabeça pós estresse. Estas são algumas das formas de o organismo alertar sobre os estímulos nocivos e comunicar danos que foram potencialmente sofridos. Entretanto, no caso do mal funcionamento desse sistema, ele pode perpetuar o sintoma. Nesse caso, tem-se a dor crônica; quando se perde a função de alerta, ora a dor não se esvai, ora se mitiga. Sensorialmente, isso pode ser entendido como um perigo interminável e constante, o que não é real, ou verdadeiro, a dor é, sim, concreta, todavia a sensação de perigo não.¹⁵⁹

Para juízo desse tema ao público em geral, os autores Butler & Moseley escreveram o livro *Explicando a dor*. O texto é tecido por uma linguagem simplificada e aborda desde os processos neurofisiológicos que ocorrem no organismo até o tratamento e o manejo dos sintomas do paciente. O livro traz a chance de o paciente realizar a leitura enquanto realiza seu tratamento. Pode-se estender o convite às pessoas que estão no seu convívio e então desenvolver aquilo que a Ciência atual preconiza, fazer a educação sobre dor tendo em vista o modelo biopsicossocial. O fisioterapeuta, por sua vez, pode aprender a pedagogia do processo para, então, ensinar o tema aos seus pacientes com um linguajar simples e assertivo.

O intuito deste projeto concorda com tal iniciativa, ou seja, conduzir e estimular o conhecimento sobre o conteúdo “dor” do modo mais completo e compreensivelmente acessível ao público, como aconselhado no livro *Explicando a dor*, que acredita que, embora desagradável, todas as experiências de dor são normais e excelentes respostas do cérebro ao julgar uma situação sendo ameaçadora.

O tratamento da dor crônica é um desafio pela sua complexidade. Há 15 anos, deu-se o início da educação em dor baseada nos estudos sobre a neurociência da dor. Clinicamente, a inclusão da educação é promissora para o tratamento da dor crônica, contudo são necessários novos estudos acerca do tema para apontar sua efetividade. Hoje, sabe-se que o comportamento é um ponto-chave que determina a experiência de dor de cada indivíduo. Nesse caso, a mudança de comportamento visa à busca pela qualidade de vida. Em casos como os de fibromialgia, a dor pode não ser curada, mas a

¹⁵⁸ RAJAA, Srinivasa; *et. al.*. **The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: concepts, challenges, and compromises.** *Pain*. v. 161, n. 9, p. 1976-1982, 2020.

¹⁵⁹ BUTER, David S.; MOSELEY, G. Lorimer. **Explicando a Dor**. Tradução: Tanja S. Jorgic. Austrália: NOI Australasia Pty Ltd, 2009. p. 8-42.

busca pela minimização das incapacidades funcionais passa pelo conhecimento acerca do desenvolvimento da dor crônica. Ou seja, reconhecer que, nesse caso, há perpetuação da dor sem a presença de uma lesão tecidual pode gerar a compreensão de que a prática de exercícios não vai gerar mais lesão, mas, sim, atuar a favor da melhora da dor e da função. A redução da função impacta diretamente no agravamento do problema. Educação em dor combinada a terapias ativas, ou seja, realizada por meio de exercícios físicos é a combinação que pode mudar o prognóstico da cronicidade da dor musculoesquelética.¹⁶⁰ Essa é a linha de raciocínio desenvolvida dentro do nosso projeto para executar as ações na escola Sedes.

São pontos-chaves da educação em atletas: 1) na ausência de traumas, esclareça que a dor pode não ser causada por lesão tecidual; 2) não indique o uso de imagens, a menos que suspeite de doenças graves ou se o exame for necessário para o cuidado do atleta; 3) esclareça que os fatores biopsicossociais podem contribuir para o quadro de dor; 4) passe mensagens positivas e esclarecedoras ao avaliar e tratar pacientes com dor; 5) otimize a tolerância dos tecidos corporais para a prática esportiva; 6) use terapias passivas somente como coadjuvantes às terapias ativas; 7) compartilhe as decisões relacionadas ao planejamento das intervenções com seu atleta para aumentar a autoeficácia; 8) as informações devem ser compartilhadas pela equipe interdisciplinar de forma unificada. Esses pontos-chave foram publicados na literatura científica recentemente e formam a base do conhecimento atual sobre o assunto.¹⁶¹

Conclusão

O *Projeto InformaDor* tem como missão planejar, avaliar, propor e executar programas de educação em dor com o alicerce dos saberes da Fisioterapia e da prática baseada em evidências. Esta experiência compartilhada por docentes, discentes e a comunidade vai ao encontro do objetivo das ações extensionistas, o de unir a universidade e a comunidade. Na escola Sedes, aplicamos nossos conhecimentos com o alicerce da ciência e, no dia a dia, aprendemos e reavaliamos nossas intervenções para implementar com qualidade a educação e a prevenção de lesões a atletas em formação.

¹⁶⁰ LOUW, Adriaan; *et. al.* Know Pain, Know Gain? **Journal Of Orthopaedic And Sports Physical Therapy** v. 46, n. 3, p: 131-134, 2016.

¹⁶¹ CANEIRO, João Paulo; *et. al.*. There is more to pain than tissue damage: eight principles to guide care of acute non-traumatic pain in sport. **British Journal of Sports Medicine**. Vol. 55, n. 02, editorial, 2020. Disponível em: <https://bjsm.bmj.com/content/55/2/75>. Acesso em: 09 set. 2020.



UNITAU
Universidade de Taubaté

ISBN: 978-65-86914-22-1

CBL



9 786586 914221