

DIFERENCIANDO GRIPES DE RESFRIADOS: EDUCAÇÃO EM SAÚDE VIA REMOTA

MARIA EDUARDA DOS SANTOS GONÇALVES¹; PEDRO TRINDADE VELASQUES²; LAVÍNIA LOPES DA SILVA³; EDUARDA MENDIETA REZENDE⁴; MICHELE CRISTIENE NACHTIGALL BARBOZA⁵; RUTH IRMGARD BÄRTSCHI GABATZ⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – msgduda99@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – velasquespedro@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – silvalavinia124@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelota – dudah.mr@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – michelenachtigall@yahoo.com.br

⁶Universidade Federal de Pelotas – r.gabatz@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

O projeto de extensão “Aprender/ensinar saúde brincando”, da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), produz ações de educação em saúde destinadas a crianças, seus cuidadores e educadores. Anteriormente ao cenário pandêmico da Corona Virus Disease (COVID-19), declarada em março de 2020 (WHO, 2020), as atividades eram desenvolvidas em ambiente escolar e hospitalar de instituições selecionadas. Atualmente, devido à necessidade de isolamento social e impossibilidade de realizar atividades presenciais nas instituições, o projeto está atuando por meio de estratégias virtuais atrativas ao público alvo, utilizando a ludicidade no espaço virtual.

A educação em saúde mostra-se como um processo que favorece o desenvolvimento da consciência crítica dos indivíduos. Deve ser vista como um processo de compartilhamento de saberes entre indivíduos e grupos, estimulando a transformação da realidade, objetivando a prevenção do adoecimento, a promoção da saúde e a qualidade de vida (SILVA *et al.*, 2017). O uso do lúdico tem uma função importante para as ações de educação em saúde com crianças, pois permite o estímulo da realização das atividades propostas, desperta a imaginação, facilita a criação de vínculo, melhora a comunicação e aumenta o interesse e a curiosidade sobre o assunto em questão (FRANK *et al.*, 2020).

Este trabalho tem o objetivo de relatar uma das ações de educação em saúde do projeto, essa foi especificamente direcionada à apresentar sobre a diferenciação de gripe e resfriado. A educação em saúde sobre as infecções respiratórias é importante, uma vez que essas são classificadas como a primeira causa de internação no Sistema Único de Saúde (SUS), além de contribuírem com o índice de morbidade e mortalidade de crianças menores de cinco anos (PRATO *et al.*, 2014).

As crianças são as mais afetadas pelas infecções respiratórias agudas em consequência das características fisiológicas do trato respiratório, visto que, nas vias aéreas de um lactente passa o dobro da quantidade de ar contraposto com o aparelho respiratório de um adulto em repouso, por unidade de peso corporal. Dessa forma, as variações atmosféricas e químicas do ar impactam o dobro no aparelho respiratório de uma criança quando comparado à de um adulto no mesmo período (AZEVEDO *et al.*, 2015).

O resfriado comum e a gripe (influenza) são infecções virais do trato respiratório, frequentemente confundidas devido ao fato de possuírem muitos sintomas em



comum, apesar de terem etiologias diferentes (CAMPOS,2014). As infecções respiratórias agudas (IRAs) são mais ocorrentes no inverno, pois é o período em que há maior circulação dos microrganismos, agravado pela tendência de as pessoas ficarem aglomeradas em ambientes fechados devido às baixas temperaturas (GORDILLO, 2018).

Frente ao exposto, ações de educação em saúde sobre infecções respiratórias são necessárias. É importante que a população saiba identificar a infecção através das manifestações clínicas, de forma a entender a gravidade e procurar atendimento nos serviços de saúde se necessário, assim como é fundamental conscientizar sobre estratégias de prevenção da contaminação por essas infecções, a fim de evitar agravos de saúde e sobrecarregar os serviços de atendimento.

2. METODOLOGIA

Este trabalho, trata-se de um relato de experiência e discorre sobre a atividade de educação em saúde que abordou o tema “diferenciando gripe de resfriado”, desenvolvida para a página do *Instagram* do projeto de extensão “Aprender/ensinar saúde brincando”. Para tanto, realizou-se a elaboração de *cards* e a produção de vídeos curtos, por meio da plataforma *Canva*. Destaca-se que o cronograma de atividades e a definição dos temas foram organizados por meio de reunião, no início do semestre, com os participantes do projeto e os discentes vinculados, por meio do serviço de webconferências da UFPel.

Os materiais produzidos foram postados em dois momentos. A primeira postagem compartilhou os *cards* informativos sobre a diferença entre gripes e resfriados, esses informavam sobre a etiologia, a transmissão, os sintomas e o tratamento de ambas as infecções respiratórias, incluindo também as estações com mais incidência de casos. A segunda postagem compartilhou o vídeo, informando sobre as estratégias de prevenção das infecções respiratórias.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a definição do tema, entendimento da importância dessa atividade de educação em saúde, levantamento teórico, planejamento e formulação dos materiais de forma que ficassem atrativos e acessíveis ao público, foram realizadas as postagens na rede social do projeto. A primeira postagem foi compartilhada no dia 13 de abril de 2021, sendo composta por oito imagens resultantes da produção de *cards* na ferramenta *on-line Canva*, que possibilitou deixar o material ilustrado e atrativo. Os *cards* foram elaborados para apresentar a diferença entre gripe e resfriado, sendo assim, eles continham informações sobre o agente etiológico, as manifestações clínicas, os meios de transmissão, o tratamento e a importância da prevenção dessas afecções.

A seguir, apresenta-se uma colagem composta pela imagem de capa da publicação dos *cards* e um *print* da legenda do compartilhamento na página do *Instagram* do projeto, contendo também o número de interações com o *post* (Figura 1). Conforme pode ser observado na Figura 1, o material apresentado conta com imagens ilustrativas e uma linguagem clara para maior entendimento do público.



Figura 1 – Representação do *post* sobre a diferença entre gripe e resfriado.

Dando continuidade à ação educativa sobre como diferenciar gripe de resfriado, na mesma semana do primeiro *post*, no dia 16 de abril de 2021, foi compartilhado o vídeo elaborado na página do projeto. Esse material também foi produzido utilizando a ferramenta *on-line* Canva, fazendo uso dos recursos de narração e ilustração de mídia, apresentou-se no decorrer de um minuto e trinta segundos estratégias para prevenir gripes e resfriados. A seguir, exibe-se uma demonstração de algumas partes que compõem o vídeo, assim como a legenda do *post* e os números de alcance do mesmo (Figura 2).

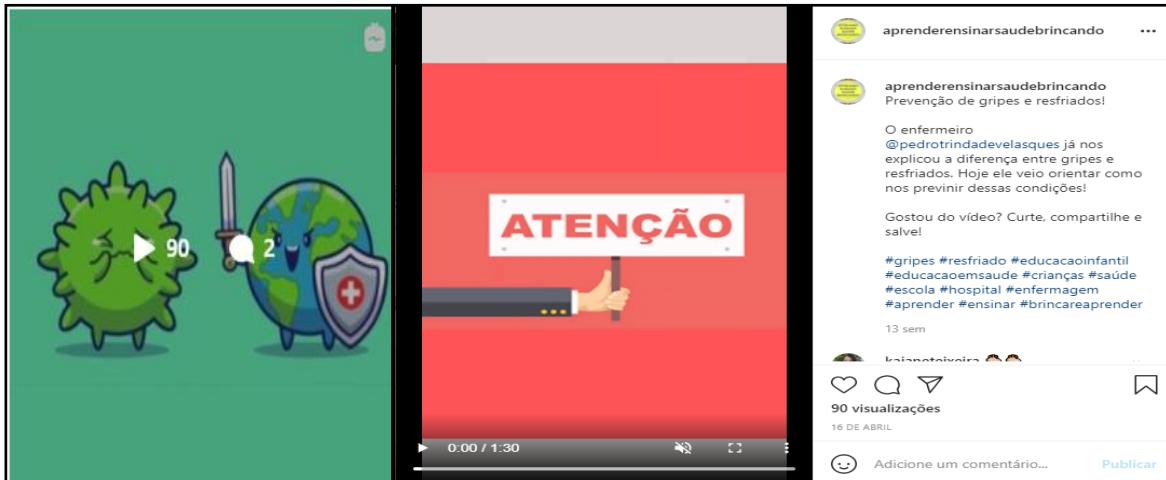


Figura 2 – Demonstração do vídeo didático apresentando os cuidados preventivos de gripe e resfriado.

Destaca-se que o uso do recurso áudio visual das atividades do projeto atingem um número maior de visualização em comparação aos cards. Analisando as interações com os materiais, nota-se que o vídeo obteve um alcance de 90 visualizações, já os cards, publicados anteriormente, tiveram o alcance de 26 curtidas e dois comentários.

4. CONCLUSÕES

Conclui-se com esse trabalho, que a produção de materiais educativos digitais para compartilhamento em redes sociais é um instrumento alternativo de difusão do



conhecimento, permitindo aos acadêmicos e colaboradores do projeto se adaptarem a outras formas didáticas e criativas de trabalhar e abordar assuntos em meio à pandemia, aprendendo assim, uma nova forma de fazer com que as atividades de extensão alcancem a população.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AZEVEDO, J.V. V. de et al. Influência do clima na incidência de infecção respiratória aguda em crianças nos municípios de campina grande e monteiro, Paraíba, Brasil. **Revista Brasileira de Meteorologia**, v. 30, n. 4, p. 467–477, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbmet/a/P9NsC8yg6ZTXngzHkk97XzR/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 jul. 2021.
- CAMPOS, H. Gripe ou resfriado? Sinusite ou rinite?. **Jornal Brasileiro de Medicina**, v. 102, n. 1, 2014. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0047-2077/2014/v102n1/a4024.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2021.
- FRANK, A.E. et al. Estratégias para trabalhar com o lúdico diante do isolamento social por coronavírus: relato de experiência. **Disciplinarum Scientia**, v. 21, n. 2, p. 167–175, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/3290>. Acesso em: 23 Jul. 2021.
- GORDILLO, E. V. **Intervenção Educativa sobre Infecção Respiratória Aguda em crianças de 0 a 12 anos atendidas na UBS Bela Vista no Município de Guairá, Paraná**. 2018. Monografia (Curso de Especialização Multiprofissional na Atenção Básica) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.
- PRATO, M. I. C et al. Doenças respiratórias na infância: uma revisão integrativa. **Revista da Sociedade Brasileira de Enfermeiros Pediatras**, v. 14, n. 1, p. 33–39, 2014. Disponível em: <https://journal.sobep.org.br/article/doencas-respiratorias-na-infancia-uma-revisao-integrativa/>. Acesso em: 23 jul. 2021.
- SILVA, C.B da et al. Atividades de educação em saúde junto ao ensino infantil: relato de experiência. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, v. 11, n. 12, p. 5455–5463, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/22772/25516>. Acesso em: 23 jul. 2021.
- WHO, Word Health Organization. **WHO characterizes COVID-19 as a pandemic**, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>. Acesso em: 21 jul. 2021.