

CANAL CONTA COMIGO: TECNOLOGIA VIRTUAL DE CUIDADO, EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO EM SAÚDE NA PANDEMIA DA COVID19

ISADORA OLIVEIRA NEUTZLING¹; LARISSA SILVA DE BORBA²; RODRIGO ESTEVES BORGES³; MILENA OLIVEIRA DO ESPÍRITO SANTO⁴; LIAMARA DENISE UBESSI⁵; VALERIA CRISTINA CHRISTELLO COIMBRA⁶

¹ Universidade Federal de Pelotas – isadoraneutzling@gmail.com

² Universidade Federal de Pelotas – borbalarissa22@gmail.com

³ Faculdade Anhanguera de Pelotas - rerodrigoreb@gmail.com

⁴ Universidade Federal de Pelotas - enfa.milenaoliveira@gmail.com

⁵ Universidade Federal de Pelotas - liaubessi@gmail.com

⁶ Universidade Federal de Pelotas - valeriacoimbra@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

Desde o início de 2020, o mundo enfrenta uma grave crise sanitária de importância internacional (WHO, 2020). A pandemia causada pelo novo coronavírus é uma situação sem precedentes que tem exigido desde então, mudanças rápidas e reinvenções nos modos de cuidado e de educação em saúde.

Frente a necessidade de distanciamento social, os meios virtuais passaram a ser amplamente utilizados como uma opção viável e segura para manter o contato com pessoas amigas, familiares, de trabalho, estudo, entre outras, bem como uma ferramenta de cuidado para a saúde e saúde mental.

Nesse sentido, o Grupo de Pesquisa em Enfermagem em Saúde Mental e Saúde Coletiva vinculado à Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), articulou-se rapidamente para prestar assistência em saúde mental a trabalhadores de saúde na linha de frente e para a população em geral através de um projeto de extensão.

O projeto foi intitulado de “*Canal Conta Comigo - o cuidado que nos aproxima*”, e se insere neste contexto de oferecer respostas à comunidade, para o cuidado e educação em saúde, ainda que de forma virtual. Articula-se com a Coletiva de Mulheres que Ouvem Vozes - CMOV, alguns trabalhadores e algumas trabalhadoras dos Serviços de Saúde Mental de Pelotas e com a Associação de Usuários e Usuárias dos Serviços de Saúde Mental de Pelotas – AUSSMPE.

Essas questões de saúde levam o nome de *e-health* e de saúde mental, *e-mental health*. De acordo com Rocha *et al.* (2016), pode-se entender saúde móvel como a oferta de serviços médicos e/ou de Saúde Pública que se valem do apoio tecnológico de dispositivos móveis, como telefones celulares, sensores e outros equipamentos vestíveis, noutras palavras, dispositivos diretamente conectados à pessoa usuária.

Deste modo, este trabalho tem por objetivo apresentar o trabalho desenvolvido pelo projeto de extensão “Canal Conta Comigo - o cuidado que nos aproxima” no cuidado e educação em saúde de forma virtual, em tempos que ainda exigem o distanciamento social e outras medidas de biossegurança devido a pandemia da Covid-19.

2. METODOLOGIA

Trata-se do relato de experiência da vivência virtual junto ao projeto de extensão, intitulado “Canal conta comigo: o cuidado que nos aproxima”, desenvolvido junto ao *website* do Grupo de Pesquisa “Enfermagem, Saúde Mental e Saúde Coletiva” da Faculdade de Enfermagem e em página de mídias sociais (Facebook, Instagram e Youtube) desde o começo da pandemia da Covid-19, em março de 2020 até os dias atuais. O projeto conta com 21 participantes entre estudantes, bolsistas, docentes e pessoas da comunidade em geral.

Desta forma, primeiro foi criado um canal nas redes sociais (Facebook e Instagram). Após foi adicionado ao projeto de extensão ações, como publicações diárias com informações científicas confiáveis, realização de Lives sobre temáticas atuais, e os grupos de Auto e Mútua Ajuda (AMA) no Whatsapp, assim como o envio de Reiki, Tethahealing e imposição de mãos à distância, e após se criou o espaço no site do Grupo de Pesquisa vinculado à Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Canal Conta Comigo, é um projeto de extensão, que foi criado devido a pandemia do coronavírus, a fim de auxiliar as pessoas, que assim desejassem e precisassem, através das mídias sociais, como Facebook, Instagram e Whatsapp. O trabalho desempenhado pelo projeto vai desde a criação de conteúdos diversos tais como: postagens em redes sociais, voltados às mais diversas situações que podem facilitar a produção da educação e do cuidado em saúde mental. Além da realização de grupos online como: Escuta na Quarentena, AMA Ouvidor/a de Vozes, Crianças Unidas, AMA AUSSMPE, Fênix na pandemia (Cuidativa de Pelotas e Terapia Ocupacional da UFPEL), envio de Reiki, Tethahealing e imposição de mãos à distância, entre outras atividades.

Devido ao alcance do Canal, foi necessário que várias pessoas se agregassem ao grupo e assim, este espaço precisou ser organizado de forma que o conteúdo veiculado fosse melhor aproveitado, o que fortaleceu a operacionalização do mesmo e favoreceu o exercício da interdisciplinaridade em saúde na produção dos infográficos e partilha dos mesmos via redes virtuais como o Facebook, Instagram e Whatsapp.

O Projeto conta com 21 integrantes, dos quais quatro homens e dezessete mulheres, estudantes de vários cursos de graduação, pós-graduação em âmbito de mestrado, doutorado e pós-doutorado, docentes e uma bolsista de extensão universitária e pessoas da comunidade em geral. Os mesmos realizam a produção, análise e revisão dos materiais a serem postados, a postagem em si e a divulgação nas mídias sociais. Também, avaliam os conteúdos enviados por pessoas que desejam veicular eventos, atividades, ou utilidade pública via o Canal, para compartilhamento com a comunidade.

Os participantes que atuam no Projeto possuem diferentes áreas de formação e atuação, o que começou na enfermagem, se expandiu para psicologia, terapia ocupacional, relações internacionais, nutrição, entre outros.

Quando o projeto tomou maiores proporções, notou-se que seria necessária uma pessoa que pudesse organizar esse material e disponibilizá-lo ao longo da

semana para que os responsáveis pelas postagens naquele dia, pudessem ter a clareza do que deveria ser feito. Assim foi criado um sistema de revisão das postagens, em que cada pessoa deve mandar suas postagens para uma terceira pessoa revisora do produzido por aquela pessoa. Após tal triagem a postagem é enviada ao grupo das postagens com o dia e hora indicado para a mesma.

O Canal organizou suas publicações de modo a contemplar todo o ciclo virtual e oferta de uma diversidade de informações e práticas de cuidado, de modo que nas segundas-feiras compartilha práticas de cuidado em saúde, nas terças-feiras, conteúdos sobre vacinação; nas quintas-feiras, a Quinta Cultural com dicas de filmes, de músicas com artistas locais, sexta-feira dos Ouvidores de Vozes, entre outros temas diversos que surgem durante a semana.

O conteúdo é elaborado em formato de infográficos e vídeos, as ações da página promovem práticas autocuidado em saúde e saúde mental, ao considerar as diversas dimensões humanas, corpo, subjetividade, espiritualidade, informações de medidas de biossegurança, prevenção e vigilância epidemiológicas da covid-19, datas comemorativas, conscientização dos cuidados em saúde. Cita-se como exemplo: o 'setembro amarelo', que é temático para prevenção do suicídio, ou o novembro azul, outubro rosa, entre outros, divulgação de grupos de apoio na quarentena de forma remota, divulgação de lives e eventos, além dos dias temáticos do canal incluindo práticas integrativas e complementares, sobre a Covid-19 e vacinas, nutrição, quinta cultural e ouvidores de vozes.

Essa variedade de publicações contempla vários públicos e faz do Canal um veículo de informação e de produção de cuidado em saúde e saúde mental, bem como de educação, no qual as pessoas possam buscar, de forma virtual, o que precisam. Além disso, o Canal é reconhecido como uma via de divulgação que muitas pessoas solicitam apoio na divulgação de outras práticas de cuidado, lives de diversos temas, tais como: Sexualidade em tempos de pandemia; O trabalhador de enfermagem na linha de frente do SUS; A atuação da enfermagem em Saúde Mental em tempos de pandemia, entre outras, avaliada pelas pessoas que executam as atividades do Canal.

Com essa organização, notou-se que o Canal teve um crescimento maior nas redes sociais, pois assim as pessoas interagem mais com o conteúdo apresentado. Atualmente o Canal conta com mais de 2 mil seguidores em suas redes sociais e no mês de junho de 2021 teve mais de dois mil comentários e curtidas.

A página hospedeira do Canal no Facebook e Instagram é destinada para a divulgação de materiais e informações de fontes confiáveis para o acesso da população em geral, possibilitando diferentes abordagens de cuidado de si, do outro e do coletivo. Como Brooks *et al.* (2020) destaca, alguns dos principais estressores durante a pandemia são a frustração, o tédio, suprimentos inadequados, propagação de informações inadequadas e o medo de adoecimento e morte.

Conforme cita Oliveira e Oliveira (2020), propagar notícias influencia diretamente no comportamento das pessoas, os quais adotam uma postura frente às informações recebidas. No contexto da pandemia, ainda sem contenção, o comportamento da população é um importante fator social a ser considerado, podendo este alavancar ou amenizar a contaminação.

Esses dados destacam a importância deste projeto de pesquisa, que desde março de 2020 traz informações seguras à população em geral, cumprindo seu papel humanitário nesta pandemia.

O projeto também trouxe experiência prática e segura a todos os envolvidos no mesmo, contribuindo para uma formação acadêmica dinâmica em saúde e

educação, além de contribuir para produção de saúde e saúde mental de todas as pessoas envolvidas na sua exequibilidade e movimentação, ao encontro da função social da Universidade Pública.

4. CONCLUSÕES

A existência do canal contribui para o intercâmbio e a aplicação ética do conhecimento para melhorar a saúde e saúde mental, por meio de serviços e produtos mais efetivos e afetivos, fortalecendo a formação em saúde, o cuidado às pessoas e os sistemas de saúde. Favorece também a comunicação e o entendimento entre pesquisadores da área da saúde e a população em geral, com a utilização de dados científicos e combatendo a propagação de notícias falsas.

Projetos de extensão universitária, como o Canal Conta Comigo, proporcionam aprendizados, busca e aprimoramento de conhecimentos no cuidado e educação em saúde, e favorece uma formação ampliada em saúde pela multi e interdisciplinaridade de saberes, dentre estes o popular. Fortalece a ação no enfrentamento de epidemias e em outras realidades e situações de saúde.

5. REFERÊNCIAS

BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.

OLIVEIRA, G.C.R. de, OLIVEIRA, N.S. de. Saúde e Fake News: o impacto das notícias falsas no comportamento da população em meio à pandemia da COVID-19. **Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão**: vol. 4, nº 8, 2020.

Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/conecte-se/article/view/24603>. Acesso em: 29 jul. 2021

ROCHA, T.A.H, et al. Saúde Móvel: novas perspectivas para a oferta de serviços em saúde Título do Artigo. **Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 25, n. 1, p. 159-170, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/RqrG7HnJDhKxTY8F5pBBD6k/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 21 jul. 2021

WHO. World Health Organization. **Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report. 2020**. Disponível em:

<<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>>. Acesso 20 jul. 2021.