

“CANAL CONTA COMIGO: O CUIDADO QUE NOS APROXIMA” CONECTANDO PESSOAS E PROMOVENDO SAÚDE

**DENYAN ALVES SILVEIRA¹; MILENA OLIVEIRA COSTA²; LIAMARA DENISE
UBESSI³; LUCIANE PRADO KANTORSKI⁴; RODRIGO ESTEVES BORGES⁵;
VALÉRIA CRISTINA CHRISTELLO COIMBRA⁶**

¹*Universidade Federal de Pelotas – denyanalvessilveira9@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – enfa.milenaoliveira@gmail.com*

³*Universidade Federal do Pampa – liaubessi@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – kantorskiluciane@gmail.com*

⁵*Universidade Federal do Rio Grande – rerodrigoreb@gmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – valeriacoimbra@hotmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A internacionalização universitária refere-se à expansão das atividades acadêmicas para além das fronteiras nacionais, visando proporcionar uma formação diferenciada aos estudantes. Este movimento abrange áreas como ensino, pesquisa, extensão e inovação, e tem se consolidado como uma tendência atual devido aos inúmeros benefícios que oferece para o avanço em setores como saúde, ciência e tecnologia, beneficiando também diversos segmentos da sociedade (BRASIL, 2018).

Na era tecnológica atual, estamos em constante evolução e adaptação, vivenciando um período marcado pela aprendizagem virtual, buscando maneiras de aprimorar nossa experiência diária e de conectividade com as pessoas (Winters et al, 2023).

Para Asnake (2015), a expansão da tecnologia tem sido utilizada para realizar a transferência de informações, permitindo aos internautas o acesso, a pesquisa e o compartilhamento de informações com maior facilidade e cada vez com mais rapidez. Ao longo desta década, testemunhamos significativas transformações em termos de acesso digital. Uma das mudanças notáveis foi a utilização da internet como ferramenta para promover a saúde. A expansão da mesma e o crescimento contínuo das redes sociais deram origem a diversas plataformas de comunicação e nestes espaços, muitos aproveitam da conectividade disseminando boas práticas para o bem-estar.

As tecnologias virtuais têm se mostrado essenciais na promoção da saúde e na disseminação do conhecimento. Pinto, et al. (2017) afirma que seu uso favorece a autonomia, eleva a autoestima e promove a partilha de saberes, resultando em alterações benéficas no comportamento saudável dos indivíduos. Além disso, elas se estabeleceram como um recurso valioso para alcançar um amplo público, conforme destacado por Souza, et al. (2022).

O projeto de extensão "Canal Conta Comigo: O cuidado que nos aproxima" opera por meio de redes sociais, visando difundir conhecimento, compartilhar dicas de autocuidado e veicular informações oriundas de fontes confiáveis voltadas para a promoção da saúde física, mental e social. Suas publicações alcançam perfis tanto nacionais quanto internacionais. Sob essa perspectiva, ele se configura como um instrumento de internacionalização, conectando acadêmicos, profissionais, instituições educacionais e pessoas de diversos setores da sociedade.

Assim, este trabalho tem como objetivo, descrever o alcance das publicações do Canal Conta Comigo e a experiência sobre suas contribuições para a promoção de saúde.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência sobre o alcance e o trabalho virtual, que é desenvolvido pelo projeto de extensão “Canal Conta Comigo: O cuidado que nos aproxima”, vinculado ao Grupo de Pesquisa Enfermagem, Saúde Mental e Saúde Coletiva da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), ao Coletivo Rizoma SUS da Universidade Federal do Pampa/Campus Uruguaiana e ao IFRS.

O mencionado projeto de extensão foi concebido e iniciado no começo da pandemia de COVID-19. Suas páginas nas redes sociais, incluindo Facebook, Instagram, Twitter e Youtube, foram criadas em março de 2020 e continuam ativas atualmente. Segundo Oliveira *et al.* (2021), as redes sociais, são dotadas de grande potencial informacional, além de propiciar a virtualização da realidade dos indivíduos ao se transformar em um espaço de comunicação e interação.

Para concretizar este estudo, foram utilizados os indicadores das plataformas de comunicação associadas ao perfil do projeto na rede social do Instagram e do Facebook. Visualizações, alcance e impressões de página são as métricas empregadas para estimar quantas pessoas visualizam os conteúdos publicados. Com essas informações, buscou-se avaliar o alcance das postagens feitas até o presente mês, setembro de 2023.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ativo há três anos, o projeto conquistou 3.666 seguidores no Instagram e 2.100 no Facebook. Conta com uma equipe composta por um bolsista e dezessete voluntários, sendo estes estudantes de graduação e pós-graduação, professores de variados cursos da UFPel e de outras instituições, além de representantes da comunidade. A funcionalidade do mesmo acontece através das tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), que são, os conjuntos de ferramentas e meios, destinados ao processamento e distribuição da informação (BELLONI, 2008). Isto é, os equipamentos eletrônicos, digitais e entre outros que são utilizados. Dentro dessas tecnologias, estão as mídias sociais e nelas o projeto se dedica à elaboração, análise e revisão de materiais para publicação nas redes, que visam contribuir com a saúde. Também são avaliadas sugestões externas relacionadas a divulgação de eventos, atividades ou informações relevantes, com o intuito de compartilhá-las com a comunidade.

No contexto da modernidade, o projeto prioriza a promoção da saúde, especialmente a saúde mental, aproveitando-se das tecnologias e ferramentas online para potencializar o cuidado e ofertar possibilidades a quem acompanha as páginas do Canal. Essa estratégia amplia o alcance das ações de conscientização, e promove o diálogo entre pesquisadores e a sociedade, com o objetivo de impactar positivamente na vida das pessoas. Iniciativas inovadoras possuem o poder de beneficiar não só indivíduos e grupos, mas também sociedades inteiras e o mundo como um todo.

Na elaboração deste estudo, foram analisadas as visualizações de página, que mostram quantas vezes ela foi acessada, tanto por usuários conectados quanto por aqueles não conectados. Observou-se também o alcance, que se

relaciona com o número de pessoas que viram algum material da página ou a respeito dela, e as impressões, que apontam a quantidade de vezes que qualquer conteúdo da página foi exibido na tela de alguém.

Utilizando essas métricas, foi possível determinar o alcance do projeto "Canal Conta Comigo". Os dados encontrados nas páginas do Facebook e Instagram revelaram que, desde o início das atividades até agora, o projeto alcançou além do Brasil, 9 países, incluindo Portugal, Itália, Colômbia, Espanha, Uruguai, Alemanha, Angola, El Salvador e Suíça. Além disso, foram observados dados sociodemográficos, referindo a presença de um público majoritariamente feminino, com cerca de 80% mulheres e 20 % de homens, tendo idade entre 18 e 65 anos. Das informações obtidas, também é possível saber as cidades, tipos de públicos atingidos, conteúdos preferidos, gêneros, presença de outras faixas etárias e entre outros.

Alcançar diversos públicos e locais é essencial, pois permite concretizar o principal objetivo do projeto: elaborar e divulgar conteúdos que promovam práticas de saúde, autocuidado e que beneficiem as pessoas. A internet facilitou o acesso a informações e possibilitou conexões através das redes sociais, independentemente da distância geográfica. Assim, a tecnologia serve como ferramenta para oferecer sugestões, orientações, grupos de discussão online e oficinas remotas. Por meio das redes sociais do projeto, os usuários podem encontrar recomendações de sites, leituras, filmes, músicas e outros recursos que contribuem positivamente para enriquecer a experiência de seus usuários.

De acordo com Silveira, et al. (2022) o cuidado e a atenção desempenham papéis cruciais nas interações humanas, especialmente quando se trata de indivíduos em situações de necessidade. A prática consistente de oferecer apoio e compartilhar sentimentos positivos pode não apenas promover uma atmosfera de bem-estar, mas também fortalecer os laços humanos e contribuir para um estado de saúde mais equilibrado.

Promover o cuidado em saúde mental é tão importante quanto cuidar das questões físicas e sociais. O bem-estar humano é composto por diversos aspectos interconectados, e a saúde mental desempenha papel fundamental nesse equilíbrio. Cuidar não se limita apenas a prestar assistência individual, mas também envolve ações que agregam a população e promovem o cuidado. Essas ações têm o potencial de criar um impacto significativo e positivo em diversas esferas, (BRASIL, 2013).

Portanto, é importante salientar a relevância da atuação do "Canal Conta Comigo" na promoção do cuidado em saúde através de uma abordagem inovadora. Esta não apenas beneficia a comunidade, mas também enriquece a formação e qualificação dos profissionais que integram o projeto, reafirmando o papel social da universidade pública.

4. CONCLUSÕES

Através da análise sobre o alcance das páginas, se observou que o projeto atinge diversos seguimentos da sociedade e chegou a outros países além do Brasil. Esta informação possui relevância substancial, pois motiva a expansão e a continuidade das iniciativas de promoção da saúde, com ênfase na saúde mental.

Dentro do cenário tecnológico atual, a extensão universitária, como evidenciado pelo "Canal Conta Comigo", demonstrou sua capacidade de transcender fronteiras e alcançar populações diversas por meio de plataformas virtuais. É necessário se adaptar às novas realidades, utilizando a tecnologia como

facilitadora desse processo. As métricas apresentadas validam o impacto e o alcance, demonstrando a importância de iniciativas similares para o futuro da educação e da extensão universitária.

A saúde mental, física e social é intrinsecamente interconectada, e ao adotar abordagens inovadoras e empáticas como o projeto, é possível influenciar positivamente na vida das pessoas.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASNAKE, M. A importância da publicação científica para o desenvolvimento da saúde pública. **Ciência & Saúde Coletiva** [Internet], v. 20, n. 7, p. 1972-1973, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63039870001>.

BELLONI, M.L. **Ensaio sobre a educação a distância no Brasil**. Campinas (SP) : Autores Associados, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/yvpWm7vFNqhpZYMtjn8kHZD/?format=pdf&lang=pt>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Humanização - PNH**. Brasília: Ed. Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. **Planejamento estratégico de Internacionalização da UFPel**. Ministério da Educação, Universidade Federal de Pelotas, gabinete do reitor, Coordenação de Relações Internacionais. 2018.

SILVEIRA, D.A. et al. **Contribuição do canal conta comigo para a comunidade acadêmica e comunidade em geral através da produção e divulgação de conteúdos nas redes sociais**. 8º SIEP. IX Congresso de Extensão e Cultura. Saúde. p.343. Anais. 2022. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/congressoextensao/files/2022/12/2022SAUDE.pdf>.

OLIVEIRA, P.P.M. et al. Utilização pedagógica da rede social Instagram. **Rev Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 06, Ed. 02, Vol. 13, p. 05-17. 2021. DOI:10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/utilizacao-pedagogica.

PINTO, A.C.S. et al. Uso de tecnologias da informação e comunicação na educação em saúde de adolescentes: revisão integrativa. **Revista enfermagem UFPE Online**, v. 11, n. 2, p. 634-644. 2017. DOI://10.5205/1981-8963-v11i2a11983p634-644-2017.

SOUZA, T. T. et al. Canal conta comigo na pandemia da covid-19: cuidado que aproxima? **Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem**, [S. l.], v. 12, n. 38, p. 89–96, 2022. DOI: 10.24276/rrecien2022.12.38.89-96.

WINTERS, JRF et al. Remote teaching during the COVID-19 pandemic: repercussions from professors' perspective. **Rev Bras Enferm.**, v. 76, Suppl 1, e20220172, 2023. DOI:<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0172pt>.