

Relato de experiência de extensão com idosos no enfrentamento da COVID-19: percurso metodológico e competências adquiridas por monitores-estudantes de uma universidade pública na Bahia

Ana Cristina Rodrigues Mendes¹

Márcia Cristina Maciel de Aguiar²

Luciana Santos Souza dos Santos³

Patrícia Nascimento dos Santos⁴

Rafaela Farias Rodeiro⁵

Lorrana Corina Gomes⁶

Jessica Monique Sousa de Carvalho⁷

Adilma Santos de Souza⁸

Angela Gabriela da Silva Santana⁹

RESUMO

A monitoria de extensão oportunizada aos estudantes de cursos de saúde da UNEB durante o período de distanciamento social imposto pela pandemia da COVID-19 possibilitou a participação dos discentes no processo de produção de metodologias, recursos e ferramentas para a operacionalização do projeto extensionista com atividades não presenciais, via *on-line*. O projeto AMAR¹⁰, realizado com população de idosos, fez parte das atividades de extensão da Universidade Estadual da Bahia (UNEB), no enfrentamento à COVID-19. O objetivo deste relato é apresentar o

¹ Nutricionista. Doutora em Psicologia, Saúde e Qualidade de Vida-AWU-LAD. Mestre em Nutrição pela UFPE.. Docente do Departamento de Ciências da Vida da Universidade do Estado da Bahia - UNEB. Membro integrante da equipe do Projeto AMAR. E-mail: acrismendes@gmail.com.

² Médica Psiquiatra. Doutora em Medicina e Saúde Humana, pela EBMS-BA. Mestre em Ciências Sociais pela UFBA. Docente do Departamento de Ciências da Vida da Universidade do Estado da Bahia - UNEB e Membro integrante da equipe do Projeto AMAR. E-mail: mmaguiar@uneb.br.

³ Nutricionista. Graduada pela Universidade do Estado da Bahia-UNEB. Colaboradora do Programa de Extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI)-UNEB. Membro integrante da equipe do Projeto AMAR. E-mail: luciana_555@hotmail.com.

⁴ Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: patricia.nascimento2702@gmail.com.

⁵ Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: rafaelarodeiro@hotmail.com.

⁶ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fonoaudiologia da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: lohana822@gmail.com.

⁷ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: jel25carvalho@hotmail.com.

⁸ Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: adilmanutri@gmail.com.

⁹ Graduanda do Curso de Bacharelado em Enfermagem da UNEB. Monitora do Projeto de Extensão AMAR. E-mail: agsantana17@gmail.com.

¹⁰ A equipe do projeto é composta, ainda, pelas docentes Carine Bordallo, Joselita Sacramento e Lindanor Santana (Curso de Nutrição) e Ângela Lofieço (Curso de Enfermagem); pelos monitores: Jorge Costa (Medicina); Hamilton Vivas e Carlos Correa (Nutrição).

percurso metodológico do projeto de extensão AMAR, realizado com idosos da Universidade Aberta da Terceira Idade (UATI), da UNEB, e apontar as competências adquiridas pelos monitores participantes. Apresenta-se o percurso metodológico do projeto AMAR, listando-se as atividades realizadas por cada grupo de trabalho, seguindo-se o registro das competências técnicas e humanas adquiridas pelos monitores, além dos possíveis benefícios aos idosos participantes. As dificuldades encontradas foram também citadas. Como resultados, a experiência de construção coletiva e participativa no projeto AMAR trouxe grande contribuição para o fortalecimento da autonomia, da capacidade criativa e do aprimoramento das habilidades e competências socioemocionais dos estudantes. Além disso, possibilitou o aprendizado da escuta qualificada e do acolhimento à distância, a ampliação das discussões em grupo e elaboração de materiais de cunho técnico-científico e socioeducativo, utilizando-se de novas ferramentas tecnológicas, beneficiando a toda a equipe envolvida na construção e operacionalização do projeto. O projeto impactou positivamente em várias esferas da vida de cada participante, proporcionando aprendizados em trabalho em equipe, dedicação e atenção a cada tarefa desenvolvida, senso de responsabilidade e como consequência desenvolvimento de competências humanas e melhorias da saúde mental e emocional diante do cenário de pandemia em que o projeto se desenvolveu. Enfim, enfatiza-se a relevância de projetos universitários de cunho extensionista, para a formação plena pessoal e profissional.

Palavras-chave: Extensão. Covid-19. Idosos. Educação. Saúde pública.

Extension experience report with elderly in coping with COVID-19: methodological path and skills acquired by students' monitors at a public university in Bahia

ABSTRACT

The monitoring of extension provided to students of health courses at UNEB during the period of social distance imposed by the pandemic of COVID-19 enabled the participation of students in the process of producing methodologies, resources and tools for the operationalization of the extension project with non-classroom activities, via online. The AMAR project, carried out with an elderly population, was part of the extension activities of the State University of Bahia - UNEB, in the fight against COVID-19. The objective of this report is to present the methodological path of the AMAR extension project, carried out with elderly people from the Open University of the Third Age (UATI), from UNEB, and point out the skills acquired by the participating monitors. The methodological path of the AMAR project is presented, listing the activities carried out by each working group, followed by the record of the technical and human skills acquired by the monitors, in addition to the possible benefits for the elderly participants. The difficulties encountered were also mentioned. As results, the experience of collective and participative construction in the AMAR project brought great contribution to the strengthening of autonomy, creative capacity and the improvement of students' socio-emotional skills and competences. In addition, it enabled the learning of qualified listening and welcoming at a distance, the expansion of group discussions and the development of technical-scientific and socio-educational materials using new technological tools, benefiting the entire team involved in the construction and operation of the project. The project had a positive impact on various spheres of life of each participant, providing learning in teamwork, dedication and attention to each task developed, a sense of responsibility and, as a consequence, the development of human skills and improvements in mental and emotional health in the face of pandemic scenario in which the project developed. Finally, the relevance of university projects of an extension nature is emphasized, for full personal and professional training.

Keywords: Extension. Covid-19. Elderly. Education. Public health.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) caracteriza a COVID-19 como uma pandemia, constituindo-se em uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (BRASIL,

2020). Nesse cenário, ressalta-se que a tríade saúde-doença-cuidado, pode ser favoravelmente influenciada pela implantação e desenvolvimento de práticas de educação e promoção em saúde, principalmente, nos grupos populacionais classificados como grupos de riscos, como os idosos (TEIXEIRA, 2016).

As mudanças impostas por esse cenário pandêmico vêm afetando fortemente o cotidiano da população mundial, em vários aspectos da vida, e, em particular os grupos mais vulneráveis, como as pessoas idosas. Segundo Ceccon e Schneider (2020), em tempos de crise sanitária e social, o enfrentamento dessa situação, em especial no campo da saúde, demanda a implementação de práticas educativas e humanizadas e cuidados pautados nas tecnologias leves. Algumas das práticas que podem contribuir para minimizar os impactos sociais e psicológicos que o atual momento da pandemia impõe à população são: produção do cuidado humanizado, a construção de vínculo e relações de confiança.

Nesse sentido, tornou-se urgente a operacionalização de ações e práticas de acolhimento, monitoramento e orientação a esta população, no que se refere a medidas e cuidados em saúde, higiene pessoal, alimentação, sanitização ambiental, saúde psicoemocional, dentre outros, como meios de intervenção essenciais para consolidação de desfechos positivos.

Aliada a isso, a extensão universitária, compreendida como um processo educativo, científico e cultural que se articula, de forma indissociável, com o ensino e a pesquisa no âmbito das instituições de ensino superior, pode, através de projetos e programas sociais, contribuir para viabilizar a relação transformadora entre a Universidade e Sociedade (RIBEIRO, 2019). Do ponto de vista pedagógico, a extensão visa fomentar a visão multidimensional, em que as esferas político-social-humanas estejam presentes na formação acadêmica do estudante, estimulando-o a um posicionamento crítico-reflexivo (CARDOSO *et al.* 2015). Nessa perspectiva, a monitoria de extensão, dentro das universidades, tem como objetivo incentivar os estudantes a participarem da prática profissional orientada para a reflexão acerca do processo de trabalho.

Partindo desta premissa, foi proposta a seleção e inclusão de estudantes dos cursos de saúde da Universidade do Estado da Bahia – UNEB – *Campus I* (Salvador), para atuar como monitores, sob orientação docente, para o desenvolvimento de ações e estratégias dentro de uma proposta intitulada Projeto A.M.A.R – Acolhimento, Monitoramento, Autocuidado e Recomendações nutricionais e sanitárias para idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI) – frente à pandemia da COVID-19. Trata-se de um Projeto de caráter emergencial, voltado para idosos da UATI, com objetivo de realizar escuta qualificada e monitoramento periódico sobre as condições de saúde, alimentação, sono, higiene e estado emocional dos idosos, além de propor e estimular estratégias de enfrentamento dos impactos resultantes do distanciamento social impostos pela

pandemia da COVID-19, sobre a saúde física e mental dos participantes. Através de escuta telefônica, os monitores sob a supervisão de docentes, identificaram as principais demandas do público-alvo dentro do cenário da pandemia e utilizaram estratégias de educação em saúde para auxiliar o público alvo, incluindo dicas sobre técnicas de respiração, alimentação - consumo de chás e outros alimentos –; leituras, meditações, músicas, vídeos e encaminhamentos para serviços de saúde e de apoio psicossocial etc.

Nesse contexto, a participação de discentes de graduação como monitores do projeto representou uma experiência acadêmica de grande relevância no sentido de lhes oportunizar vivenciar uma prática extensionista integrada e humanizada, que buscou promover uma aprendizagem contínua e contextualizada no cenário de uma pandemia junto ao público idoso da Universidade Aberta à Terceira Idade – UATI.

Assim, o objetivo deste relato é apresentar o percurso metodológico do projeto de extensão A.M.A.R e apontar as competências adquiridas pelos monitores participantes.

2 PERCURSO METODOLÓGICO

O projeto A.M.A.R, apresentado e aprovado pela PROEX – Pró Reitoria de Extensão da UNEB –, foi realizado durante três meses, por uma equipe interdisciplinar, que contou com a participação de quatro docentes do curso de Nutrição, um docente do curso de Enfermagem e um docente do curso de Medicina. Foram selecionados nove monitores entre os cursos de saúde da Universidade, incluindo estudantes de cinco cursos: Enfermagem (01), Fisioterapia (01), Fonoaudiologia (01), Medicina (01) e Nutrição (05), sendo seis bolsistas e três voluntários. Também fez parte da equipe do projeto uma nutricionista convidada para a função de apoio técnico aos monitores.

O público-alvo constituiu-se de 45 idosos matriculados na Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI) que aceitaram o convite para ingressar no programa. Alguns idosos em situações de vulnerabilidade e necessidade de apoio psicoemocional foram incluídos por solicitação da coordenação da UATI, por tratar-se de pessoas que perderam seus companheiros vítimas da COVID-19 e que tiveram os seus contatos enviados para a equipe, em caráter de prioridade para que fossem incluídas no projeto, caso desejassem.

Antes do início do projeto, a equipe foi dividida em quatro grupos de trabalho a fim de otimizar e integrar as ações propostas no plano de ação: 1. Grupo de acolhimento, monitoramento e suporte; 2. Grupo de elaboração de questionários e enquetes; 3. Grupo de elaboração de *cards* e

vídeos; 4. Grupo de postagens em redes sociais (*WhatsApp* e *Instagram*), acompanhamento de mensagens e esclarecimento das dúvidas dos idosos.

Como ação preparatória para o contato com os idosos, foi realizada uma prática de escuta sensível *on-line*, entre duplas integrantes da equipe de trabalho, para suporte e aproximação entre os membros facilitando uma melhor integração. Utilizou-se como base um roteiro com três perguntas (Como você está? O que você tem feito para lidar com esse momento de distanciamento social? De que ajuda você precisa?), que também foram posteriormente usadas no acolhimento inicial dos idosos da UATI participantes deste projeto.

A composição e atribuições dos grupos de trabalho supracitados estão descritas a seguir.

1. Grupo de acolhimento, suporte e monitoramento:

Este grupo, composto por um docente de Nutrição, um docente de Medicina, uma nutricionista, um monitor de Fisioterapia e um monitor de Medicina, foi responsável por fazer o convite inicial aos idosos para participar do projeto, realizar a escuta e o acolhimento inicial, monitorar e, dar suporte individual, quinzenalmente via telefone ou chamada de vídeo pelo aplicativo *Whatsapp*, a cada participante. As etapas do trabalho desse grupo foram assim organizadas:

- a. Seleção dos participantes: Captação e organização de lista de contatos dos alunos matriculados na UATI *Campus I*, em Salvador-Bahia, pelos monitores responsáveis pelo acolhimento.
- b. Convite aos idosos: A partir da disponibilização da lista de contatos dos idosos pela coordenação da UATI, foi enviado um convite para participação no projeto, via *Whats app*, para cada idoso.
- c. Acolhimento e escuta qualificada: Após a concordância dos idosos em participar do projeto, realizou-se o agendamento para o primeiro atendimento por chamada telefônica. Nesse contato, foi realizada a escuta qualificada do idoso a partir de três perguntas: “Como você está?”, “O que você tem feito para lidar com esse momento de distanciamento social?” e “De que ajuda você precisa?”. A partir da escuta foram registrados na ficha de Acolhimento, os dados pessoais, demandas específicas, além das estratégias de ação, condutas e orientações sugeridas pelos monitores e professores da equipe. As ligações iniciais para acolhimento e inserção no projeto, duraram em média de 30 minutos a 1 hora.

- d. Inclusão em grupo: Após esse acolhimento inicial, o idoso era inserido em um grupo de *Whatsapp*, criado para fins de divulgação de informações técnico-científicas e esclarecimento de dúvidas sobre cuidados de saúde frente à pandemia da COVID-19.
- e. Monitoramento: Após esse processo inicial de escuta e adesão, a cada quinze dias eram feitas ligações de retorno para dar seguimento à escuta ativa e ter um *feedback* do idoso a respeito do seu estado geral e sobre a utilização das estratégias sugeridas pela equipe de monitores e professores.
- f. Encaminhamento de demandas específicas: Nos casos de atendimentos em que havia demandas específicas por parte dos idosos, a ficha desse idoso era encaminhada para outro integrante do projeto, mais qualificado para auxiliar no caso. Feito o encaminhamento e acolhimento especializado, a ficha do idoso retornava para o monitor que realizou o atendimento inicial para prosseguir com o monitoramento.

Vale ressaltar que, no percurso das etapas de acolhimento, suporte e monitoramento, foram sugeridas, pelos monitores e professores, atividades e estratégias de enfrentamento para situações de estresse e controle da ansiedade, potencializados pelo distanciamento social, tais como: orientações nutricionais, atividades de lazer, relaxamento e autorregulação emocional, indicação do uso de técnicas de respiração meditação, orações, confecção de artesanato, uso relaxante e recreativo da música e da dança, dentre outras.

2. Grupo de elaboração de questionários e realização de enquetes:

Este grupo composto por um docente e um monitor do curso de Nutrição foi responsável por dois instrumentos de levantamento de dados e informações: um questionário antes de iniciar propriamente as ações do projeto e uma enquete, ao final das atividades, descritos a seguir.

A elaboração e aplicação do primeiro instrumento, intitulado “Questionário sobre medidas e práticas de cuidados na higiene e limpeza de alimentos e equipamentos” foi realizada em três etapas: a) Levantamento na literatura científica de instrumentos similares que atendessem às demandas do projeto; b) Elaboração e apresentação do modelo do formulário proposto convertido para formato eletrônico (*Google Forms*); c) Aplicação do questionário (enquete) via grupo do *Whatsapp*, para os idosos participantes.

Após aplicação e monitoramento das respostas dos formulários, os dados foram organizados e os resultados da enquete foram apresentados para a equipe como diagnóstico preliminar sobre as medidas e práticas necessárias de cuidados na higiene e limpeza de alimentos e equipamentos

durante a pandemia, o que norteou a elaboração posterior dos *cards* e vídeos educativos e informativos do projeto.

Ao final do projeto, foi realizada a aplicação de um segundo questionário, com o objetivo de avaliar a satisfação dos participantes em relação às atividades e ações desenvolvidas no percurso do projeto e possibilitar aos idosos a oportunidade de expressar suas opiniões, sugestões e experiências no projeto.

3. Grupo de elaboração de *cards* e vídeos

O grupo foi constituído por um docente de enfermagem, três docentes de nutrição, um nutricionista e sete monitores: cinco de nutrição, um de enfermagem e um de fonoaudiologia e ficou responsável por elaborar *cards* e vídeos com informações higiênico-sanitárias, nutricionais e cuidados gerais com a saúde.

As atividades foram realizadas em quatro etapas:

- 1) Coleta e seleção de informações gerais sobre a COVID-19, veiculados pelo Governo do Estado da Bahia, Ministério da Saúde (Brasil), pautados nos dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) e artigos científicos para compor o conteúdo dos *cards*;
- 2) Elaboração de *cards* com base nas informações coletadas na primeira etapa e atendendo aos seguintes critérios: fontes de letra no mínimo 25 para facilitar a leitura, linguagem acessível e de fácil compreensão, coloração do template harmoniosa e agradável para evitar “confusão” visual;
- 3) Elaboração do roteiro de apresentação das informações nos vídeos;
- 4) Gravação dos vídeos e edição de todo o material produzido em forma de *cards* e vídeos, com o apoio dos aplicativos para *Renderforest* (<https://www.renderforest.com/pt/>), *VivaVídeo* e *Canva*: a duração máxima dos vídeos não ultrapassava os 3 minutos, sendo caracterizados como curta metragem.

Os vídeos com apresentação pessoal dos monitores foram elaborados com cuidado em relação ao áudio e a luminosidade do local. Já os vídeos animados feitos pela plataforma *Renderforest* (<https://www.renderforest.com/pt/>), foram planejados com a escala de fonte de 100%, da própria plataforma com tempo ajustado de um *template* para o outro, tendo o cuidado para que o público-alvo pudesse ler com facilidade, já que a proposta era o envio destes por aplicativos de mensagens (*Whatsapp*) e rede social do projeto (@projetoamar), ou seja, seriam visualizados em geral pelo aparelho celular.

Foram produzidos *cards* e vídeos informativos sobre: higienização de superfícies e alimentos, assuntos relacionados à COVID-19, produção de substâncias sanitizantes, educação alimentar e nutricional, nutrientes e seus benefícios, e confecção de máscaras de proteção individual. Havia um cronograma semanal de postagens destes materiais. No total, foram produzidos e veiculados, vinte e cinco *cards* e doze vídeos, sendo seis animados e seis com apresentação direta dos monitores. Vale ressaltar, que após ser finalizado pela equipe responsável, todo material produzido passava por uma avaliação de todos integrantes do projeto antes de ser enviado para o público alvo ou de ser postado nas redes sociais.

4. Grupo de postagens em redes sociais e acompanhamento das mensagens e esclarecimento das dúvidas dos idosos

O grupo, composto por uma nutricionista e cinco monitores, sendo dois de Nutrição, um de Fisioterapia, um de Enfermagem e um de Fonoaudiologia foi responsável pela elaboração de um cronograma de postagens semanal de *cards* e vídeos com a seguinte programação: nas segundas-feiras eram postados os *cards* educativos e informativos, e nas quintas-feiras eram postados vídeos. Todas as quartas-feiras e sextas-feiras, o grupo de *Whatsapp* era aberto ao público-alvo, das 14h às 17 h para a discussão, envio de perguntas e dúvidas dos idosos, relacionadas aos conteúdos postados pela equipe, como também, aquelas geradas a partir de outros conteúdos ou *fake news* veiculados pelas redes sociais ou programas de televisão. Os monitores desse grupo, sob orientação dos docentes, eram responsáveis por esclarecer e postar as respostas em atendimento às dúvidas dos participantes do grupo, denominado “Grupo UATI/Projeto AMAR”.

Além disso, foi criada pelos monitores uma página do projeto no *Instagram* (@projetoamar), com a finalidade de ampliar o seu alcance, dando visibilidade não somente aos idosos da UATI, mas também a toda a comunidade acadêmica UNEB. Nesta página, foram divulgadas semanalmente, informações e *cards* com orientações de prevenção e cuidados no período da pandemia, além de *cards* de apresentação pessoal dos membros da equipe responsável pelo projeto.

3 SOBRE A DINÂMICA DA EQUIPE DO PROJETO AMAR:

Durante todo o período da execução do projeto, tanto equipe geral do projeto quanto os grupos de trabalho, se reuniam semanalmente via plataforma digital. Paralelamente, ao longo da semana, ocorria a comunicação entre todos os membros da equipe, através do *Whatsapp* para

viabilizar e operacionalizar as atividades do projeto. A interdisciplinaridade e o apoio mútuo foram fundamentais neste percurso, possibilitando a troca de informações, visões complementares e grande aprendizado para toda a equipe.

Além das atividades planejadas pela equipe, durante o período de realização do projeto, ocorreram três momentos de bate-papo virtual entre a equipe e os idosos participantes, incluindo o encontro de finalização, que oportunizou o relato dos participantes, monitores e professores, homenagens, expressões de poesia e música além de uma prática de respiração e relaxamento. Não faltaram agradecimentos e aplausos virtuais ao final.

Na construção do relatório final do projeto, foi solicitado que cada monitor fizesse um relato de suas vivências e experiências durante o desenvolvimento de ações e estratégias construídas coletivamente, sob a orientação e acompanhamento dos docentes da equipe. Esses relatos foram analisados e discutidos através da análise do conteúdo, sendo as categorias de análise selecionadas objetivando identificar as competências adquiridas a partir da participação neste projeto de extensão.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos relatos dos monitores e da nutricionista que trabalhou no apoio técnico, a partir do questionamento sobre como foi a experiência com o projeto A.M.A.R, foi possível identificar algumas competências técnicas e humanas adquiridas. Além disso, foram citados por alguns os potenciais benefícios aos idosos participantes e as dificuldades e desafios enfrentados durante o percurso. Os dados serão apresentados a partir dos trechos das narrativas dos monitores, seguidas da letra M (monitor) e um número, preservando o anonimato.

4.1 Competências técnicas:

As práticas extensionistas podem ser importantes meios de experiências para o desenvolvimento e aquisição de competências ao longo da formação dos alunos, uma vez que, podem permitir a exposição à realidade que os impeliram, a saber, mobilizar os conteúdos e ferramentas adquiridos via ensino a partir de pesquisa (COELHO; VIDEIRA, 2017).

Nesse contexto, os relatos evidenciam como principais competências identificadas pelos monitores: a capacidade do trabalho em equipe, aprendizado profissional específico e para além do seu campo de atuação, estímulo à busca de conhecimento como traduzidas nas falas a seguir:

“Aprendi a trabalhar em equipe multiprofissional e aprendi aspectos para além da minha profissão. [...] Foi importante e desafiador, pesquisar e produzir conteúdo que fosse de entendimento fácil para o público alvo”. (M1)

“Percebi a necessidade de trabalhar sempre de forma multidisciplinar. [...] Me estimulou ao conhecimento da gerontologia”. (M2)

“Percebi a importância de disseminar conhecimento e de realizar pesquisa para auxiliar a população idosa”. (M3)

“Enriqueceu a minha aprendizagem”. (M4)

“Me proporcionou agregar novos conhecimentos e crescimento profissional”. (M5)

“O projeto AMAR foi uma experiência incrível de desenvolvimento acadêmico e profissional”. (M6)

“Foi um aprendizado prazeroso e rico de conhecimento; para elaborar os cards foi necessário consultar livros e artigos científicos referentes ao tema. [...] A experiência que o projeto AMAR me proporcionou eu levarei para a minha vida pessoal”. (M7)

“O projeto trouxe um novo olhar para mim, como estudante e futuro profissional de saúde”. (M8)

“Aprendi muito, sei que vai ser enriquecedor para a minha carreira profissional”. (M9)

“Agregou conhecimento como futura profissional”. (M10)

Segundo Coelho (2014), a participação em atividades extensionistas permite que os estudantes possam aumentar seu engajamento social e desenvolver cidadania, além de qualificar-se profissionalmente, tendo, na interação com a sociedade, fonte de conhecimentos e desenvolvimento de habilidades. A participação em um projeto que envolve a comunidade oportuniza um aprendizado mútuo, uma vez que os acadêmicos, além de partilharem o seu conhecimento também são capazes de aprender com aquele grupo, ampliando as suas habilidades (SILVA, 2019).

Os projetos de extensão permitem que os acadêmicos aprimorem as habilidades técnicas adquiridas academicamente, unificando a prática interprofissional e permitindo que experimentem o trabalho contínuo na busca pela melhoria da qualidade de vida desses idosos dentro do contexto sócio-histórico-cultural dos mesmos. Ações extensionistas estimulam a atuação multiprofissional, interdisciplinar e transdisciplinar, promovendo saúde com embasamento científico, culminando com aspectos de cidadania e ética, pois reforça a premissa de que todo o profissional da saúde deve exercer sua profissão de forma articulada ao contexto social contribuindo para a transformação da realidade em benefício da sociedade (CARDOSO *et al.* 2015).

Nessa perspectiva, o projeto A.M.A.R, agregou muitas habilidades técnicas importantes para o desenvolvimento profissional dos estudantes, oportunizando a aquisição de conhecimentos que facilitam o desempenho da atividade profissional, o desenvolvimento de novas atitudes e comportamentos e a socialização de conhecimentos científicos. Além disso, o projeto contribuiu para a construção de novas relações interpessoais e multidisciplinares, pois uma gama de atividades desenvolvidas estabeleceu uma facilidade de relacionamento entre os monitores e os idosos assistidos.

4.2 Competências humanas e ajuda pessoal

Segundo Duarte (2014) os projetos de extensão universitária têm papel relevante no processo de aprendizagem, trazendo benefícios na prática da cidadania e atuação profissional dos estudantes. Tornando-se uma forma eficiente de compartilhar com a comunidade o saber adquirido no âmbito acadêmico podendo suprir necessidades específicas daquela comunidade.

Dentre elas, foram apontadas competências humanas adquiridas com a participação no projeto AMAR, necessárias na formação do profissional de saúde, assim como surgiram relatos de que o projeto funcionou como uma ajuda pessoal. Apenas o monitor de número 08 não referiu, em seu relato, competências humanas adquiridas:

“Eu fui ajudada, preenchida, [...] foi uma experiência enriquecedora. [...]. Me senti realizada, satisfeita em ter podido ajudar. [...] Melhorei a confiança em mim mesma”. (M1)

“Percebi a necessidade de conhecer melhor a população idosa”. (M2)

“Me trouxe crescimento pessoal. [...] As reuniões on-line e os treinamentos amenizaram a ansiedade que veio com o isolamento social”. (M3)

“Me fortaleci. [...] Foi recompensador poder de alguma forma auxiliar no autocuidado dos idosos, na saúde física e psicológica. Me fez refletir sobre a população idosa, [...], tentarei ser uma profissional que pense nas necessidades dos outros e consiga ajudar. [...] Me proporcionou momentos gratificantes na minha jornada pessoal e social”. (M4)

“Me proporcionou o exercício da escuta ativa. [...] Me proporcionou crescimento pessoal e espiritual, a partir das trocas do suporte aos idosos”. (M5)

“O projeto AMAR foi uma experiência incrível de desenvolvimento pessoal, me ajudou a me desenvolver como ser humano, sou grata por ter conseguido ser útil, ajudar ao próximo. [...] Meu coração não quer se despedir do projeto”. (M6).

“A experiência que o projeto AMAR me proporcionou eu levarei para a minha vida pessoal”. (M7)

“Esse projeto me ajudou a melhorar os problemas emocionais que eu estava passando. [...] Fico feliz em ter compartilhado conhecimento. [...] Gratidão é a palavra que resume este projeto”. (M9)

“Oportunizar um espaço de paz, conforto e informação foi incrível! Sou muito grata por fazer parte disso. Foi uma experiência única e riquíssima, [...], cresci pessoalmente. Confesso que dá uma dorzinha no coração saber que está findando, gratidão e amor por esse tão lindo trabalho”. (M10)

Um estudo de Silva *et al.* (2013) ressalta que o ato do cuidado com o outro envolve dentre outros aspectos, os vínculos, diálogos, os sentimentos, conhecimentos técnicos e de contextos de vida, escuta e compreensão do outro. Nesse sentido, embora existam as singularidades de cada sujeito, os relatos enfatizam que foi muito significativa a troca de saberes entre os idosos e discentes, exigindo conhecimentos técnicos prévios, os quais, se somaram aos que foram adquiridos durante todo o projeto.

Os processos de ensino-aprendizagem não se resumem a operações individualizadas numa mecânica intelectual, mas fazem convergir emoções, afetos mútuos, ou seja, pressupõem vários atores que tecem agenciamentos entre o já estabelecido e as novidades científicas e informacionais (CARDOSO *et al.*, 2015). Sendo assim, o projeto oportunizou vivências para além do ambiente acadêmico e profissional, proporcionando o conhecimento integral sobre outras dimensões da vida. Os relatos sinalizam que a participação no projeto contribuiu para a melhora da saúde mental e emocional dos monitores, tema que tem sido bastante discutido nos últimos anos devido ao seu aumento e prevalência. Segundo as falas da maioria dos estudantes, as atividades da monitoria de extensão contribuíram para minimizar os problemas emocionais e mentais potencializados pelo cenário da pandemia da COVID-19.

Apesar de não ter sido perguntado, nos relatos foram citados por alguns, os possíveis benefícios aos idosos participantes do projeto com o fato de serem ouvidos, ajudados, terem recebido informações verdadeiras e terem ampliado a sua rede de apoio social:

“Os idosos puderam ser ouvidos, entendidos, ajudados, [...], levamos alegria para eles. [...] Receberam informações verdadeiras”. (M1)

“Conseguimos driblar um pouco as fake news proporcionando informações seguras”. (M3)

“Houve grande interação entre os idosos. [...]. Eles puderam tirar muitas dúvidas sobre este momento de pandemia, [...], se sentiram acolhidos, amparados, eles criaram novos laços de amizade, [...] a rede de apoio foi ampliada.” (M5)

A partir das falas, evidencia-se a importância da educação em saúde e da escuta ativa, que foi realizada durante este processo de interação com os idosos, sobretudo tendo em vista que este grupo de idosos, neste período de distanciamento social, encontra-se muito vulnerável e carente de informações fidedignas e de escuta e acolhimento. A possibilidade de contato com pessoas dispostas a ouvi-las e ajudá-las, tanto com informações confiáveis, como com apoio emocional, trouxe a oportunidade de apoio e reflexão sobre seus próprios problemas e os aprendizados em meio a uma pandemia e à condição de isolamento social.

Dessa forma, o projeto foi realizado promovendo educação em saúde, a qual segundo Falkenberg (2014) tem prioritariamente três atores envolvidos: profissionais de saúde, gestores e a população, sendo fundamental a participação ativa da população para aumentar sua autonomia. Dentre os objetivos da educação em saúde, há o de fazer com que as pessoas se adaptem às novas condições de vida e implementar racionalidade no campo da saúde elegendo caminhos para o cuidado com a saúde coletiva e individual (PIMONT, 1977). Além disso, a prática da escuta oportuniza, à população, um espaço para tirar dúvidas e expressar opiniões, havendo o reconhecimento e a valorização do saber do outro, transmissão de informações e construção compartilhada de novos saberes, possibilitando o protagonismo das pessoas e dessa forma melhorando a qualidade de vida. (MOREIRA; PELLIZARO, 2009).

As ações de educação em saúde voltadas aos idosos fazem com que eles desenvolvam a capacidade de intervenção sobre sua vida e o ambiente em que interagem, envolvendo tomada de decisão e consciência sobre o processo educativo para sua formação e desenvolvimento. A integração entre educação e saúde auxilia na conscientização e no autocuidado, o que possibilita aos indivíduos mais controle sobre sua própria saúde e, concomitantemente, sobre sua vida. A educação em saúde proporciona transformação dos modos de vida coletivos e individuais, promovendo assim, saúde e qualidade de vida (MALLMANN, 2015; PITZ; MATSUCHITA, 2015).

Considerando-se contexto da pandemia da COVID-19, no qual o distanciamento social foi adotado como uma das formas de evitar a contaminação e a disseminação do vírus, a escuta ativa e uma conduta empática, por parte dos profissionais e estudantes de saúde integrantes do projeto, foi um meio de proporcionar acolhimento e conforto para esse grupo de idosos, como foi evidenciado em algumas falas dos monitores.

Nessa perspectiva, Mesquita e Carvalho (2014) declaram que o processo de escuta gera no assistido: minimização das angústias; diminuição do sofrimento; alívio imediato, pois reduz a tensão; e, contribui para respostas mais positivas a situações de estresse psicológico. O diálogo permite que o assistido possa ouvir o que está sendo dito por ele mesmo, levando-o a uma autorreflexão. A escuta estabelece relações entre o profissional de saúde e a população atendida, auxiliando o assistido no enfrentamento da doença, ou mesmo de outras situações, que possam estar afligindo-o. Esse processo gera neste uma atitude positiva de respeito, calor e interesse, sendo, desta forma, uma estratégia terapêutica.

Segundo Bertachini (2012), em sua abordagem sobre a importância da Escuta Terapêutica como fator de humanização na Atenção Primária, é necessário haver uma interação entre o profissional e a comunidade assistida. No Projeto AMAR, houve grande interação entre os integrantes do projeto e o grupo de idosos assistido pelo mesmo. Ainda segundo Bertachini (2012), essa comunicação na assistência à saúde é de grande importância; para que haja esta interação, é necessária a presença de dois aspectos fundamentais: a humanização e a comunicação, pois é a partir da habilidade do profissional, de falar e de ouvir, de escutar a voz do outro e do diálogo com as pessoas, que deriva a humanização.

O estudo de Duarte (2014) enfatiza que um projeto de extensão, compreendido como um processo educativo, cultural e científico que propõe auxiliar a população idosa, age também como facilitador do aprendizado da prática do exercício profissional de escuta e auxílio no autocuidado à comunidade para os alunos ali inseridos através da socialização, trazendo benefícios de cunho acadêmicos e social na construção de conhecimentos.

Diante dos relatos apresentados, observa-se que a experiência de construção coletiva e participativa no projeto AMAR trouxe grande contribuição para o fortalecimento da autonomia, liderança, iniciativa, capacidade criativa e do aprimoramento das habilidades e competências socioemocionais dos estudantes. Além disso, possibilitou o aprendizado da escuta qualificada e do acolhimento à distância, a ampliação das discussões em grupo e elaboração de materiais de cunho técnico-científico e socioeducativo, utilizando-se de novas ferramentas tecnológicas, beneficiando a toda equipe envolvida na construção e operacionalização do projeto.

Para além das competências adquiridas pelos monitores e dos benefícios proporcionados aos idosos, também foi possível observar algumas dificuldades na execução das atividades do projeto tais como: limitações de manuseio das ferramentas digitais por parte de alguns idosos; demandas por consultas e/ou prescrição de medicamentos; resistência de alguns ao contato telefônico, talvez por não reconhecer o número telefônico que enviava o convite à participação no projeto;

necessidade de adaptação da linguagem dos materiais dos órgãos oficiais para facilitar compreensão dos conteúdos pela população-alvo, dentre outras.

Nesse sentido, Silva (2011) reforça que competências como compromisso social com a comunidade, proatividade acadêmica, com a ânsia pelo conhecimento, são habilidades adquiridas e aperfeiçoadas com o projeto de pesquisa e extensão, trazendo maiores conhecimentos na sua área de formação, o que foi possível observar, durante esse período acadêmico, em cada graduando trabalhando com a interdisciplinaridade dos monitores selecionados.

Diante do exposto, pode-se afirmar que toda a estruturação do projeto foi construída a fim de oportunizar um melhor acolhimento, acesso à informação e compreensão de estratégias e técnicas necessárias para enfrentamento desse momento tão delicado do cenário mundial. Com a rápida modificação ocorrida no perfil epidemiológico atual, as ações de prevenção em saúde se tornaram ainda mais importantes, considerando-se que a grande maioria do público assistido possui risco aumentado ao adoecimento viral, devido à comorbidades fragilizantes. Além disso, o confinamento e a perda de entes queridos, ao longo deste período, também aumentou a necessidade de apoio e acolhimento deste público. Nesse processo de cuidar, as “vozes” dos participantes foram igualmente importantes, tanto quanto, a dos idealizadores da iniciativa.

A partir da análise dos relatos, apesar de alguns desafios e dificuldades, o projeto impactou positivamente não somente o público-alvo de idosos, mas também os monitores e professores, preenchendo temporariamente “lacunas emocionais” e funcionando como um momento de apoio para todos os envolvidos. Considerando-se, sobretudo, que o cenário da pandemia da COVID-19 potencializou os problemas sociais, familiares, pessoais e emocionais na maioria das pessoas, o envolvimento nas atividades do projeto contribuiu fortemente para diminuir os sentimentos como preocupação, ansiedade, medo e angústia, dos membros da equipe e dos participantes.

Sendo assim, o Projeto A.M.A.R contribuiu tanto nas esferas profissional e acadêmica, quanto na saúde física, mental e emocional proporcionando experiências de autonomia, liderança, empenho e dedicação nas atividades, tomada de decisões, trabalho em equipe e também de um olhar solidário e empático com o público alvo. A experiência do projeto sinalizou para a possibilidade de novas formas de trabalhar e se relacionar em equipe, tendo um olhar mais amplo e amoroso, dedicação e entrega no serviço ao próximo e ações mais articuladas, fazendo com que os esforços direcionados ao projeto tivessem valores para além de questões profissionais, mas também de ajuda emocional e desenvolvimento pessoal.

Nessa perspectiva, as experiências relatadas enfatizam o papel agregador e transformador que a monitoria de extensão trouxe para os futuros profissionais e como é importante estar presente

na educação superior junto com as outras duas esferas: ensino e pesquisa se tornando essenciais para a formação plena do futuro profissional.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das discussões, avalia-se que o projeto de extensão em questão trouxe grandes benefícios e aprendizados não apenas para o público-alvo, mas também para os monitores integrantes do projeto. A partir das falas dos monitores, foi possível observar que além de estimulá-los na busca de conhecimentos e experiências de atuação junto ao público idoso, o projeto de extensão também oportunizou: o fortalecimento da autonomia e do senso de responsabilidade; o estímulo ao trabalho em equipe multidisciplinar e multiprofissional; exercício de liderança e iniciativa nas atividades a serem executadas; ampliação e aprimoramento da capacidade criativa e de habilidades e competências sócio-emocionais. Além disso, possibilitou o exercício e o fortalecimento das discussões e do trabalho em grupo e produção de materiais de cunho técnico-científico e socioeducativo, utilizando-se de novas ferramentas tecnológicas.

Este projeto contribuiu também, significativamente, segundo as narrativas, para a melhora na dimensão afetiva dos monitores, impactando positivamente na saúde mental e emocional e proporcionando fortalecimento da autoconfiança, por fazê-los perceber a sua importância como um futuro profissional, “fazendo a diferença” na vida de outras pessoas. Além disso, favoreceu também o aprendizado da escuta qualificada e acolhimento a distância, criando assim, novos vínculos de forma diferente do habitual, agora, de forma virtual.

Enfim, enfatiza-se a relevância de projetos universitários de cunho extensionista, para a formação pessoal e profissional, fomentando uma visão e uma prática mais humanizadas e voltadas, sobretudo, para a prevenção e promoção da saúde do indivíduo assistido. Além disso, possibilita a criação de um vínculo mais próximo com o público-alvo, tendo como base a confiança e o respeito favorecendo a adesão às ações e estratégias educativas e terapêuticas propostas.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Pró-Reitoria de Extensão da Universidade do Estado da Bahia, pela abertura do Edital PROBEX Nº030/2020 - Edição Especial, através do qual o Projeto A.M.A.R foi aprovado contando com apoio financeiro para seleção de monitores bolsistas e voluntários, além da aquisição de materiais. À UATI, pelo apoio e intermediação para contato com idosos matriculados no programa e por todo incentivo à participação no projeto. A todos os monitores bolsistas e voluntários que se dedicaram intensamente na pesquisa e coleta de informações de qualidade para levá-las de forma acessível ao público-alvo, na produção de material educativo e no acolhimento e apoio aos idosos do projeto. E por fim, aos queridos idosos, sem os quais nada disso aconteceria, por aceitarem compartilhar seus dias, suas experiências e anseios, dando sentido e tornando os dias mais leves.

REFERÊNCIAS

- BERTACHINI, Luciana. A comunicação terapêutica como fator de humanização da Atenção Primária. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 36, n. 3, p. 507-520, jun. 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria MS/GM nº 188, de 3 de fevereiro de 2020. Declara Emergência em Saúde Pública de importância Nacional (ESPIN) em decorrência da Infecção Humana pelo novo Coronavírus (2019-nCoV) [Internet]. **Diário Oficial da União**, Brasília (DF), 2020 fev 4 Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0188_04_02_2020.html. Acesso em: 26 ago. 2020.
- CARDOSO, Andréa Catelan; CORRALO, Daniela Jorge; KRAHL, Monica; ALVES, Leonardo Porto. O estímulo à prática da interdisciplinaridade e do multiprofissionalíssimo: a extensão universitária como uma estratégia para a educação interprofissional. **Revista da Abeno**, [S.L.], v. 15, n. 2, p. 12-19, 9 ago. 2015. Associação Brasileira de Ensino Odontológico ABENO. <<http://dx.doi.org/10.30979/rev.abeno.v15i2.93>>. Acesso em: 26 ago. 2020.
- CECCON, R.F; SCHNEIDER, I. J.C. **Tecnologias leves e educação em saúde no enfrentamento à pandemia da COVID-19**. InPrint *SciELO Public Health; preprints.scielo.org*. 2020. 19p
- COELHO, Geraldo. O papel pedagógico da extensão universitária. **Revista em Extensão**, [S.L.], v. 13, n. 2, p. 11-24, 31 dez. 2014. EDUFU - Editora da Universidade Federal de Uberlândia. http://dx.doi.org/10.14393/ree-v13n22014_art01. Acesso em: 26 ago. 2020.
- COELHO, Diego Bonaldo; VIDEIRA, Raphael Almeida. O desenvolvimento de competências por meio da extensão universitária: caso da Global Jr. ESPM-SP na formação do diplomata corporativo. **Meridiano-47: Journal of Global Studies**. [S.I.], v. 18,11 p. 1-19. 25 abr. 2017.
- DUARTE, Jacildo da Silva. **As contribuições da Extensão Universitária para o processo de aprendizagem, prática da cidadania e exercício profissional**. 2014. 102 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação, Programa de Pós Graduação Strico Sensu em Educação da Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2014. Disponível em: <<https://bdt.d.uceb.br:8443/jspui/bitstream/123456789/771/1/Jacildo%20da%20Silva%20Duarte.pdf>>. Acesso em: 26 ago. 2020.
- FALKENBERG, Mirian Benites; MENDES, Thais de Paula Lima; MORAES, Eliane Pedrozo de; SOUZA, Elza Maria de. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 19, n. 3, p. 847-852, mar. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <<http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013>>. Acesso em: 26 ago. 2020.
- MALLMANN, Danielli Gavião; GALINDO NETO, Nelson Miguel; SOUSA, Josueida de Carvalho; VASCONCELOS, Eliane Maria Ribeiro de. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 20, n. 6, p. 1763-1772, jun. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <<http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232015206.02382014>>. Acesso em: 26 ago. 2020.
- MESQUITA, Ana Cláudia; CARVALHO, Emilia Campos de. Therapeutic Listening as a health intervention strategy: an integrative review. **Revista da Escola de Enfermagem da Usp**, [S.L.], v. 48, n. 6, p. 1127-1136, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0080-623420140000700022>
- MOREIRA, Bernadete *et al*. Educação em Saúde: um programa de extensão universitária. **Revista Textos & Contextos Porto Alegre**, Porto Alegre, v. 8, n. 1, p. 156-171, 17 jun. 2009.
- PIMONT, Rosa Pavone. A EDUCAÇÃO EM SAÚDE: conceitos, definições e objetivos. **Revista Pan Americana de Saúde Publica**, São Paulo, v. 1, n. 82, p. 14-22, maio 1977.
- PITZ, Amanda de Fáveri; MATSUCHITA, Hugo Leonardo Pereira. Importância da Educação em Saúde na Terceira Idade. **Uniciências**, [S.L.], v. 19, n. 2, p. 161-168, dez. 2015.
- RIBEIRO, Raimunda Maria da Cunha. As bases institucionais da política de extensão universitária. **Revista Internacional de Educação Superior**, [S.L.], v. 5, p. 1-17, 11 jan. 2019. Universidade Estadual de Campinas. <http://dx.doi.org/10.20396/riesup.v5i0.8652870>.

SILVA, Ana Lucia de Brito e; SOUSA, Silvelene Carneiro de; CHAVES, Ana Carolina Feitosa; SOUSA, Shirley Gabriele da Costa; ANDRADE, Tercio Macedo de; ROCHA FILHO, Disraeli Reis da. Importância da Extensão Universitária na Formação Profissional: projeto canudos. **Revista de Enfermagem Ufpe On Line**, [S.L.], v. 13, e242189, 24 out. 2019.

<<http://dx.doi.org/10.5205/1981-8963.2019.242189>> . Acesso em: 20 ago. 2020.

SILVA, A. R. **A contribuição da extensão na formação do estudante universitário**. 2011. 97 f. Dissertação de Mestrado em Educação da Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2011.

Disponível em: <<https://btd.uceb.br:8443/jspui/handle/123456789/654>> Acesso em: 20 ago. 2020.

SILVA, Antonio Fernando Lyra da; RIBEIRO, Carlos Dimas Martins; SILVA JÚNIOR, Aluísio Gomes da. Pensando extensão universitária como campo de formação em saúde: uma experiência na universidade federal fluminense, brasil. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, [S.L.], v. 17, n. 45, p. 371-384, jun. 2013. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1414-32832013000200010>. Acesso em: 20 ago. 2020.

TEIXEIRA, Paulo Henrique Mendes. **Educação em saúde na estratégia saúde da família: concepções, práticas e abordagens**. 2016. 61 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Saúde Coletiva, Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia, Bahia, 2017.