



**UEPB**

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM  
CURSO DE BACHARELADO DE ENFERMAGEM**

**ALTEMIZA DIAS LIMA BRITO**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÕES NO ENSINO REMOTO EM UM  
PROGRAMA UNIVERSITÁRIO PARA IDOSOS EM PERÍODO PANDÊMICO DE  
COVID-19**

**CAMPINA GRANDE  
2021**

ALTEMIZA DIAS LIMA BRITO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÕES NO ENSINO REMOTO EM UM  
PROGRAMA UNIVERSITÁRIO PARA IDOSOS EM PERÍODO PANDÊMICO DE  
COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharela em Enfermagem.

**Área de concentração:** Saúde do Idoso

**Orientador:** Profa Dra. Lindomar de Farias Belém

**CAMPINA GRANDE  
2021**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

B862r Brito, Altemiza Dias Lima.  
Relato de experiência de ações no ensino remoto em um programa universitário para idosos em período pandêmico de Covid-19 [manuscrito] / Altemiza Dias Lima Brito. - 2021.  
24 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2021.

"Orientação : Profa. Dra. Lindomar de Farias Belém, Departamento de Farmácia - CCBS."

1. Educação em saúde. 2. Pandemia. 3. Saúde mental. 4. Saúde do idoso. I. Título

21. ed. CDD 613.043 8

ALTEMIZA DIAS LIMA BRITO

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÕES NO ENSINO REMOTO EM UM PROGRAMA  
UNIVERSITÁRIO PARA IDOSOS EM PERÍODO PANDÊMICO DE COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)  
apresentado ao Departamento do Curso de  
Enfermagem da Universidade Estadual da  
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do  
título de Bacharela em Enfermagem.

Área de concentração: Saúde do Idoso


Aprovada em: 18/10/2021.

**BANCA EXAMINADORA**



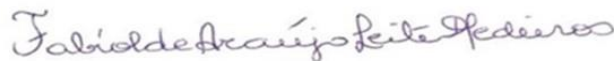
---

Profa. Dra. Lindomar de Farias Belém (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



---

Prof. Dr. Manoel Freire De Oliveira Neto  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



---

Profa. Dra. Fabíola de Araújo Leite Medeiros  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

À minha avó (in memoriam), pela amizade e amor, DEDICO.

“Me diga! E eu esquecerei. Ensine-me e eu lembrarei! Envolve-me e eu aprenderei!”

(Benjamim Franklin)

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

CIM/UEPB	Centro de informações sobre medicamentos da UEPB
ISTs	Infecções Sexualmente Transmissíveis
OMS	Organização Mundial da Saúde
UAMA	Universidade Aberta à Maturidade
UEPB	Universidade Estadual da Paraíba

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>9</b>
<b>2.1</b>	<b>A pandemia por COVID-19.....</b>	<b>9</b>
<b>2.2</b>	<b>Ferramentas digitais no processo educativo: uma estratégia de enfrentamento à pandemia.....</b>	<b>9</b>
<b>2.3</b>	<b>Educação em Saúde na Universidade Aberta a Maturidade em meio à Pandemia.....</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA .....</b>	<b>11</b>
<b>4</b>	<b>RELATO DE EXPERIÊNCIA.....</b>	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÕES .....</b>	<b>12</b>
<b>6</b>	<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>13</b>
	<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>14</b>
	<b>APÊNDICE A – RECORTES FOTOGRÁFICOS DURANTE AS AÇÕES NA PLATAFORMA GOOGLE MEET</b>	<b>17</b>
	<b>APÊNDICE B- FOLDER RELATIVO AOS CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL DISTRIBUÍDO AOS IDOSOS</b>	<b>22</b>



## **RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÕES NO ENSINO REMOTO EM UM PROGRAMA UNIVERSITÁRIO PARA IDOSOS EM PERÍODO PANDÊMICO**

### **REPORT OF EXPERIENCE OF ACTIONS IN REMOTE EDUCATION IN A UNIVERSITY PROGRAM TO ELDERLY IN A PANDEMIC PERIOD**

Altemiza Brito\*

#### **RESUMO**

O envelhecimento da população traz consigo uma elevação do número de idosos e aumento da expectativa de vida e com isso pode ocasionar alterações que estão associadas à vulnerabilidade e ocasionar limitações. Sendo assim, é necessária a educação em saúde voltada as pessoas idosas que sofreram o impacto do isolamento social durante a pandemia. Relatar as experiências durante o ensino remoto desenvolvidas em um projeto na Universidade Aberta a Maturidade (UAMA) ministradas no período pandêmico de Covid-19. trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência realizado na Universidade Aberta a Maturidade com foco nas atividades remotas realizadas em um projeto de extensão no período de agosto de 2020 a outubro de 2021. a UAMA regressou suas atividades através de aulas online permitindo a participação dos alunos, com o intuito de amenizar os impactos da pandemia a partir da plataforma do Google Meet. Foram realizadas aulas, oficinas e ações educativas dentre elas: recomendações e orientações em saúde mental, medidas de prevenção contra o Covid-19, higienização das mãos, sexualidade do idoso, prevenção contra Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) entre outras temáticas relevantes a fim de proporcionar cuidados direcionados a saúde mental e física. As atividades remotas de educação em saúde contribuíram positivamente para a inclusão digital de idosos oferecendo conhecimentos e amenizou riscos e medos através de oficinas, leituras das cartilhas e slides utilizando ferramentas remotas da plataforma como um mecanismo positivo para amenizar o isolamento social diante do contexto atual.

**Palavras-chave:** Educação em saúde. Pandemia. Saúde Mental. Saúde do Idoso

#### **ABSTRACT**

The aging of the population brings with it an increase in the number of elderly people and an increase in life expectancy, which can cause changes that are associated with vulnerability and cause limitations. Therefore, health education aimed at elderly people who suffered the impact of social isolation during the pandemic is necessary. To report experiences during remote teaching developed in a project at the Open University of Maturity (UAMA) given during a pandemic period. This work is a descriptive study with a qualitative approach of the experience report type carried out by a Nursing student at the State University of Paraíba with a focus on remote activities carried out in an extension project at the University open to maturity in August 2020 to October 2021. The UAMA Project returned to its activities through online classes allowing the participation of UAMA students in order to alleviate the impacts of the pandemic from the Google Meet platform, workshops and educational activities were carried out among they: recommendations and guidelines in mental health,

---

\* Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual da Paraíba.  
. E-mail: altemiza.brito@aluno.uepb.edu.br

preventive measures against Covid-19, hand hygiene, elderly sexuality, prevention against Sexually Transmitted Infections (STIs) among other relevant topics to relieve stress, fears and thus work on breathing, resolution of exercises in order to provide care directed to mental and physical health. The remote health education activities contributed positively to the digital inclusion of the elderly, offering knowledge and alleviating risks and fears through workshops, reading of booklets and slides using the internet, as well as remote platform tools as a positive mechanism to alleviate isolation in the current context.

**Keywords:** Health Education. Pandemics. Mental Health. Health of the Elderly.

## 1. INTRODUÇÃO

A pandemia causada pelo vírus Sars-Cov2 levantou várias questões no tocante a patogenicidade deste vírus. No final de 2019, a China vivenciou um surto, no qual identificou-se a existência do novo coronavírus que se propagou rapidamente pelo mundo, levando assim a Organização Mundial da Saúde a considerar uma emergência de saúde internacional e, posteriormente, a declará-la uma pandemia (CAVALCANTE et al., 2020).

O número de casos confirmados no mundo, pelo novo coronavírus chegou a 237.383.711 de COVID-19 sendo 4.842.716 óbitos, no dia 11 de outubro de 2021 (WHO, 2021). Observou-se a tamanha capacidade de transmissão e virulência visto que a OMS e gestores de saúde viram nas medidas de restrição social a capacidade de contenção de novos casos.

As medidas de saúde, segundo as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), são fundamentais para proteger as pessoas na sua integralidade física e mental. Dentre essas medidas, o isolamento social se mostrou um meio importante de combate ao contágio pelo novo coronavírus (OMS, 2020).

Em meio ao presente cenário, estratégias foram sendo desenvolvidas por parte das diversas instâncias sociais, com o intuito de possibilitar a continuidade das atividades através do meio digital. Assim, as ferramentas digitais possibilitaram, além da comunicação da população de um modo não presencial, o trabalho, o ensino e o desenvolvimento de programas, com um acesso rápido e um alcance relevante. (VILAÇA; ARAUJO, 2016).

Para a realização de ações, de uma forma genérica, é de fundamental importância a utilização de tecnologias digitais e de comunicação, para que não se exponha os indivíduos ao risco de adquirir a patologia. Além disso, essas ferramentas possibilitam a troca de conhecimentos, mesmo a longas distâncias (ALMEIDA; NUNES; SILVA, 2021).

Diante desse panorama pandêmico, faz-se pertinente para a população idosa, por se enquadrar em grupo de risco para desenvolvimento de agravos e letalidade pela COVID-19, a realização de educação em saúde para auxiliar na promoção da saúde voltada a esse público-alvo (BEZERRA; LIMA; DANTAS, 2020). E, nesse contexto, ações de saúde realizadas através do meio digital podem exercer para os idosos diversos benefícios positivos (HOLMES et al, 2020).

É notória a importância de utilização desses recursos e ferramentas digitais para divulgar conteúdos de cunho educacional para auxiliar novas formas de conhecimento para a população de idosos com o intuito de maior interatividade mesmo diante das restrições da pandemia (CAMACHO et al, 2020).

As intervenções educativas podem ser abordadas de diversas maneiras, entre as quais se destacam as atividades online, que podem promover a interação social e auxiliar na melhoria da qualidade de vida, o que dependerá dos meios utilizados para conduzir tais

atividades, da abordagem dos assuntos e das necessidades dos idosos (MALLMANN, et al. 2015).

Portanto, objetiva-se com esse trabalho relatar a experiência vivida no Programa da Universidade Aberta a Maturidade (UAMA) diante do cenário de pandemia por COVID-19, onde se utilizou ferramentas digitais para a continuidade no desenvolvimento das ações.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 A pandemia por COVID-19**

A COVID-19 é uma patologia infecciosa cujo agente etiológico é o coronavírus (SARS-COV-2). Surgiu no cenário mundial, em dezembro de 2019, principiando na China, mais precisamente na cidade de Wuhan, alastrando-se rapidamente por diversos países no mundo, resultando, por conseguinte, numa situação de pandemia (WHO, 2020).

O quadro clínico das pessoas infectadas pelo coronavírus (SARS-COV-2) é comumente caracterizado por febre, tosse seca e cansaço. Além desses, algumas apresentam congestão nasal, cefaleia, conjuntivite, dor na garganta, diarreia, hiposmia/anosmia, além de erupções cutâneas ou alterações de cor nos dedos das mãos ou dos pés. Esses sinais e sintomas geralmente são leves e iniciam gradualmente. Cabe assinalar que também se pode desenvolver de maneira assintomática ou até quadros respiratórios mais graves, que podem resultar em óbito (ISER et al.,2020).

Segundo o Ministério da Saúde, o primeiro caso confirmado de COVID-19 no Brasil foi no dia 26 de fevereiro de 2020. Até o dia 20 de junho foram confirmados 1.067.579 casos e 49.976 óbitos. Os idosos acometidos por SARS-COV-2 apresentam dano de tipo característico nos órgãos, além da presença da síndrome da doença respiratória aguda (71%), lesão renal aguda (20%), lesão cardíaca (33%) e disfunção hepática (15%), e 67% necessitaram de suporte vasopressor para o tratamento (ARENTZ et al., 2020).

### **2.2 Ferramentas digitais no processo educativo: uma estratégia de enfrentamento à pandemia**

O perfil epidemiológico diante do contexto desafiador da pandemia é o de encontrar mecanismos e insumos para o combate no cenário sanitário devido à circulação do SARS-COV-2, verificado mundialmente e segundo a Organização Mundial da Saúde o risco dessa nova variante permitiu as pessoas reinventarem meios para enfrentar esse período pandêmico (WHO, 2020).

Uma das estratégias realizadas na educação, seguindo as recomendações da OMS, é o uso da modalidade da Educação à Distância (EaD), também designada de Ensino Remoto, que resultou em aumento do ensino através de e-learning e de outras metodologias (BACICH, 2015).

Verifica-se que com a limitação de ações presenciais, detectou-se a importância no acesso a plataformas digitais, nos últimos meses, ocorreu o crescimento de 15,4 milhões de acessos à tecnologia 4G e 1,6 milhão de acessos a conexão de banda larga. Esses dados mostram que o isolamento provocou um aumento significativo de buscas à internet (VALENTE, 2020).

Sendo assim, reconhece-se o Ensino Remoto pode ser desenvolvido por meio de diversas ferramentas tecnológicas e se tornou imprescindível para o momento de distanciamento social, tendo em vista a política de saúde realizada nos diversos países em meio à situação pandêmica (DE ALMEIDA et al., 2021).

Nessa perspectiva, as universidades reviram suas atividades, construindo ações através de aulas remotas, com a inserção da utilização de ferramentas digitais que redirecionam novas formas de desenvolver o ensino, possibilitando a aquisição de conhecimentos com agilidade (HODGES et al., 2020).

As tecnologias digitais de informação e comunicação são, portanto, instrumentos mediadores de aprendizagem, tendo em vista as mudanças ocorridas nas interações no meio social. Dentre os dispositivos eletrônicos e tecnológicos que passaram a ser bastante utilizados, pode-se destacar: computador, celular, smartphone ou qualquer outro dispositivo que consista em navegação pela internet (COSTA, 2015; MAIA, VERNIER e DUTRA, 2021).

O Google Meet é um exemplo de ferramenta disponível na internet para grupos digitais, permitindo que os diversos indivíduos desenvolvam suas atividades pelo meio virtual, especialmente quando em domicílio, facilitando a comunicação, a realização de reuniões e a promoção de aulas (COSTA, 2015).

Verifica-se, diante da situação da pandemia por Covid-19, a necessidade do amplo acesso a tecnologias virtuais que podem ajudar e proteger o indivíduo da solidão e do isolamento, que podem resultar em problemas de saúde mental (COSTA et al, 2021).

### **2.3 Educação em Saúde na Universidade Aberta a Maturidade em meio à pandemia**

A Universidade Aberta a Maturidade (UAMA) é um programa institucional que tem como objetivo promover a valorização das pessoas idosas e a melhoria das capacidades pessoais, funcionais e sociais delas, por meio de atividades sociais, culturais e educacionais, para que possam enfrentar o processo de envelhecimento através de outras perspectivas. (LIMA; NETO; SILVA, 2017).

As ações de referido programa universitário proporcionam interação, inclusão social e uma forma de resgatar a autonomia de viver com dignidade e dentro do âmbito de ser e estar saudável, melhorar a autoestima, a qualidade de vida, o senso de humor, além de promover a educação em saúde de idosos por meio de aulas remotas que influenciam na continuidade nos programas de ensino e extensão trazendo mudanças positivas. (LIMA; NETO; SILVA, 2017). Diante do cenário de pandemia, a extensão universitária, em razão de sua fundamental importância para construção de conhecimento, por promover a união entre o ensino e pesquisa, deve ser continuada através das ferramentas digitais. Além disso, de acordo com Holmes et al, (2020), o meio digital pode exercer para os idosos diversos benefícios positivos em relação a sua saúde.

Observa-se, então, que os idosos mesmo diante de um menor contato frente ao uso da tecnologia, podem alcançar consequências positivas muito maiores, dentre elas, a minimização das limitações físicas, através da utilização de chamadas de vídeo via WhatsApp, aproximação familiar e outras. Demonstrando que o meio digital pode se tornar um aliado da promoção do bem-estar e ajudar na redução da depressão, solidão e ansiedade (NABUCO et al, 2020).

Dentre os fatores que podem promover a saúde, têm-se o entretenimento associado as ações ao ouvir música, assistir a vídeos, a comunicação em sociedade, voltada aos meios digitais, acessando informações de saúde, noticiários e promovendo uma vida de independência (SUN et al., 2020; ROLANDI et al., 2020).

Neste enfoque, a interação no âmbito digital e a manutenção de contatos possibilitam que os idosos entendam as tecnologias digitais como ferramentas úteis e necessárias, as quais são possíveis de serem utilizadas por eles. Essa percepção permite o sentimento de autonomia,

umentando assim a segurança sobre sua condição de saúde (SUN et al., 2020; ROLANDI et al., 2020).

### **3. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizado por extensionista de enfermagem, no período de novembro de 2020 a outubro de 2021. Foi desenvolvida na Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), localizada no município de Campina Grande no Estado da Paraíba.

As ações foram realizadas de modo online através da ferramenta digital Google Meet, devido à pandemia da COVID-19 que modificou o processo de ensino-aprendizagem ao modelo remoto. Surgindo, com isso, novas atividades com o intuito despertar o interesse pelo estudo de temas relevantes para o grupo envolvido, tais como: dinâmicas com a utilização de musicoterapia, recorte e colagem, roleta com orientações sobre segurança e prevenção do Covid e posteriormente desenvolvimento das ações planejadas, envolvendo temáticas como uso racional de medicamentos, segurança do idoso, saúde mental, orientações de prevenção da Covid-19, musicoterapia, higienização das mãos, os “nove certos” da tomada da medicação. O projeto de extensão, em que se realizaram essas atividades, é intitulado como “Promoção em saúde através de ações educativas para idosos na Universidade Aberta a Maturidade (UAMA)” e acontece simultaneamente durante as aulas que ocorrem na UAMA proporcionando educação em saúde e orientações de suma importância aos alunos.

As aulas aconteceram nas segundas e quartas e na terças-feiras das 09h30 às 11h30 da manhã. Essas ações educativas foram realizadas mensalmente e, ao final, havia o momento lúdico com atividades e jogos para memorização, tira dúvidas do conteúdo e disponibilização dos slides do Power Point e folhetos informativos referentes a atividade disponibilizada verificando as necessidades e potencialidades desse público alvo.

Cabe assinalar que foi dispensada a avaliação pelo Comitê de Ética por se tratar de um relato de experiência, mas os nomes dos alunos idosos participantes foram mantidos em sigilo para preservação da imagem.

### **4. RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Evidencia-se que a saúde mental em período de pandemia foi modificada devido os estressores do meio além dos impactos causados pela mesma, refletindo os desfechos desfavoráveis no contexto da saúde mental. É necessário alertar sobre as estratégias que podem ser utilizadas para diminuir tais impactos.

Destaca-se que o isolamento social, no qual as pessoas devem permanecer em casa, devendo sair em determinados casos extremos acarretou danos psíquicos consideráveis na sociedade

Ao passo que é uma medida necessária, pode gerar consequências negativas à saúde mental das pessoas visto que o período pandêmico associado as medidas preventivas, em especial ao isolamento, faz com que as pessoas possam se sentir sozinhas e ansiosas. Diante disso, é importante atentar-se principalmente para as pessoas idosas visto que é um grupo vulnerável tanto para o desenvolvimento de complicações oriundas da Covid-19, quanto pelo próprio meio no qual estão inseridas.

Percebe-se que muitos idosos apresentam doenças preexistentes que podem estar diretamente relacionadas à saúde mental como a depressão, ansiedade, transtorno do pânico, estresse, e, em casos mais graves, a ideação suicida, que podem ser desenvolvidos ou ter seus sinais e sintomas acentuados durante o período de pandemia.

Dentre os transtornos mentais que acometem a população idosa, os quadros depressivos associados aos sintomas de ansiedade são comuns e podem ser ocasionadas por fatores estressores da vida, limitação cognitiva, doenças crônicas, sensação de tristeza e abandono ou solidão, prejudicando sua funcionalidade mental é importante buscar eliminar possíveis danos ocasionados pelo isolamento social.

A execução das aulas virtuais para o estímulo da mente e do corpo a fim de diminuir ou eliminar esses danos é essencial. Nesse sentido, destaca-se o estímulo das funções cognitivas e o desenvolvimento de atividades prazerosas ao passo que os idosos se mantenham ativos, além de promover a sensação de bem-estar e melhoria nos processos de raciocínio.

As atividades de estimulação entram como métodos que proporcionarão ao idoso, em parte, a retomada de sua autonomia a exemplo dessas atividades pode-se citar a realização de oficinas de recorte e colagem, caça-palavras, verdade ou mentira que proporcionam benefícios a memória e percepção do idoso, o uso de leitura que além de efeitos benéficos e promove uma maior interação a praticidade com que essas atividades podem ser realizadas também revela outro lado benéfico de sua prática.

Durante as aulas os idosos eram orientados a fazerem recorte e colagem, caça-palavras em revistas ou jornais, as palavras eram ditas durante as aulas e vistas nos slides. Diariamente os idosos realizavam as tarefas e discutiam posteriormente o que foi proposto na aula pelo grupo no WhatsApp Messenger para compartilhamento de informações ou sanar dúvidas em relação as aulas e as atividades.

Portanto e experiência remota com os idosos durante o projeto de extensão foi imprescindível para o momento atual enfrentado durante a Pandemia criou-se um vínculo emocional importante nesse período de isolamento e incertezas.

## **5 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A estratégia da educação em saúde é um processo dinâmico e o espaço do grupo representou um aprendizado significativo para todos os participantes. Auxiliando na prevenção da Covid-19 através de ações extensionistas utilizando a plataforma de mídia social. Os profissionais e estudantes da saúde como mediadores da atividade foram capazes de estimular o diálogo, a indagação e a reflexão. Além disso, puderam rever e, também reorientar suas práticas. Deste modo os encontros no grupo são problematizadores, refazendo modos de pensar e de agir, sendo um espaço de construção do saber e trocas efetivas.

A UAMA retomou suas atividades através de aulas online pela Plataforma do Google Meet, durante a pandemia da Covid-19, os assuntos explanados são a saúde mental do idoso, assistência de enfermagem ao idoso, violência contra o idoso, medidas de prevenção contra a Covid-19, musicoterapia, orientações de segurança entre outros temas que são fundamentais para a saúde do público alvo. Além disso, foram realizadas ações educativas sobre temas relevantes para os alunos da UAMA, havendo assim uma adaptação inicial favorável com essa nova aprendizagem devido a dificuldade de acesso na plataforma, queda na rede de internet, distanciamento dos idosos dos demais familiares e aos poucos foi sendo sanada.

A utilização da plataforma social Google Meet colaborou no desempenho das aulas virtuais da UAMA, onde as atividades remotas obtiveram um alcance maior de idosos beneficiados com aulas expositivas e vídeos educativos. Corroborando a essas ações, Abbasi, et al. (2020) fala sobre a importância dos diversos recursos simultâneos e lúdicos que auxiliam na retenção de informações e memorização para a construção do conhecimento.

Posteriormente a isso, foram realizadas oficinas com jogos a fim de estimular a cognição e saúde mental dos idosos. Os assuntos foram avaliados, com embasamento científico, para que mesmo remotamente, se pudesse melhorar o bem estar desse público alvo.

Além das práticas de educação em saúde realizadas no próprio Google Meet, segundo Oliveira et al. (2012), a intervenção com caça-palavras relaciona a atividade lúdica e corrobora a melhora considerável dos aspectos cognitivos dos participantes. As atividades e jogos exercitam habilidades além de estimular a imaginação mental e ensinar com excelência a compartilhar informações de suma importância sem ser fatigante para os alunos.

O projeto contribuiu positivamente e as aulas remotas foram de fundamental relevância para idosos. Contribuindo ao que Sá, et al. (2019) pensam que é sobre a tecnologia educacional como instrumento para o processo de cuidado educativo, inclusive em idosos, com vistas a contribuir para o aprendizado em saúde do mesmos. Pois tornou-se um apoio e houve um contato mais próximo mesmo durante o período pandêmico trazendo assim informações importantes sobre imunização, medidas de prevenção contra a Covid-19, higienização das mãos e sexualidade

Nesse sentido é mister as aulas virtuais, slides, vídeos disponibilizados através de condutas educativas e aconselhamento sobre a saúde mental e outras temáticas de suma importância bem como a imunização, prevenção contra o Covid-19, a sexualidade e as Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) relacionadas, objetivando a promoção da saúde através de informações importantes, elucidação de dúvidas com a finalidade de alcançar um processo de envelhecimento mais saudável e melhorando a qualidade de vida dos idosos. Em consonância com Mallman et al (2015) é necessário planejar ações que promovam saúde e previnam os agravos decorrentes do processo de envelhecimento.

A resposta dos idosos foi positiva durante as aulas remotas. Percebeu-se a motivação e entusiasmo através das atividades e oficinas. Temas das aulas expositivas relacionados a imunização e protocolo de vacinação para idosos. Segundo o Ministério da saúde, medidas de prevenção contra o Covid-19, orientações sobre saúde mental, segurança do idoso, musicoterapia, higienização das mãos e os “nove certos” da tomada da medicação, prevenção contra as ISTs. Buscou-se ainda, dar continuidade as atividades extracurriculares em saúde do idoso por meio do modo remoto.

Durante o processo de aprendizagem e diálogo através do Google Meet, relataram o acolhimento, importância do cuidado e elucidação de dúvidas por meio do grupo no WhatsApp, dessa forma, segundo Shojaei e Masoumi (2020) materiais informativos auxiliam a compreensão de temas em saúde, como assim foi realizado pelos idosos da UAMA. Já que recebiam os slides e cartilhas pelo meio digital neste período de restrições.

As aulas remotas foram de extrema relevância para os idosos e o contato semanal permitiu a educação em saúde e informações transmitidas, momento de desenvolvimento e reinvenção de novos mecanismos de ensino o objetivo das atividades era estimular a parte cognitiva e a saúde mental bastante fragilizada devido os efeitos negativos que a pandemia trouxe consigo.

Ao término as aulas os idosos podiam fazer questionamento a respeito das ações realizadas e os temas referentes aquele dia e as atividades eram postadas no WhatsApp e corrigidas nas oficinas via Google Meet.

Os resultados deste estudo foram similar ao obtido pelo Mallman et al(2015) em que contribuiu na melhora da qualidade de vida e na capacidade cognitiva para esse público alvo.

Considerando que este autor direcionou sua pesquisa de forma presencial porém este estudo proporcionou a educação em saúde de forma online. Em suma, percebe-se que o envelhecimento ativo pode ser construído através de ações em educação em saúde e pode ser efetuada de forma presencial ou online pois se consegue os mesmos resultados.

## 6 CONCLUSÃO

As novas estratégias no ensino-aprendizagem remoto em saúde do idoso é de notória relevância, pois houve a continuidade das ações educativas ministrada pela Universidade Aberta a Maturidade (UAMA) juntamente com a extensionista de Enfermagem adquirindo conhecimento na atenção ao idoso para a prática assistencial de futuros enfermeiros/as em período pandêmico através do conhecimento, prevenção e promoção da saúde dos idosos, e garantindo a capacitação, acolhimento e humanização do atendimento prestado aos idosos. Assim, as recomendações aconteciam em encontros síncronos através da internet pelo uso da plataforma do Google Meet foram realizadas as aulas expositivas que beneficiaram os idosos com informações importantes a nova realidade de pandemia e as suas limitações.

Além do que foi extremamente pertinente, corroborar com as orientações de educação em saúde e mental, trazendo aspectos de prevenção de riscos à saúde deve-se ter ainda uma relação dialogo-reflexiva que promovam a transformação da realidade vivenciada pelos idosos em período pandêmico.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A.; NUNES, L. F.; SILVA, V. T. Educação em tempos de isolamento social: o ensino via Google Meet e Google Forms. **Pesquisa e Ensino**, v. 2, p. 1-29, 2021.

ALMEIDA, E. G. et al. Ensino remoto e tecnologia: uma nova postura docente na educação pós-pandemia. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO - CONEDU, 7., 2020, Maceió. **Anais [...]**. Maceió, AL, 2020.

ALVES, A. N.; MAGALHÃES, I. M. Implicações na saúde mental de idosos diante do contexto pandêmico da COVID-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 93, 2020.

ARAUJO, L. F. S. C.; MACHADO, D. B. Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 6, p. 2457-2460, 2020.

ARENTZ, M. et al. Características e resultados de 21 pacientes gravemente enfermos com COVID-19 no estado de Washington. **Jama**, v. 323, n. 16, p. 1612-1614, 2020.

BACICH, L.; NETO, A. T.; TREVISANI, F. M (org). **Ensino híbrido: personalização e tecnologia na educação**. 1 ed. Porto Alegre: Penso, 2015.

BEZERRA, P. C. L.; LIMA, L. C. R.; DANTAS, S. C. Pandemia da covid-19 e idosos como população de risco: aspectos para educação em saúde. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, 2020.

CAMACHO, A. C. L. F.; SILVA, T. R.; SOUZA, V. M. F. Tecnologia da informação ao idoso em tempos de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 6, 2020.

CAVALCANTE, et al. COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. **Epidemiologia e Saúde**, v. 29, n. 4, 2020.

COSTA, D. E. S. et al. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 2, 2021.



COSTA, S. R. S. et al. Tecnologias digitais como instrumentos mediadores da aprendizagem dos nativos digitais. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, v. 19, n. 3, p. 603-610, 2015.

COUTINHO, J. A.; PORTO, E. A Universidade Aberta à Maturidade (UAMA): Uma análise pela ótica do idoso e sua família. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE ENVELHECIMENTO HUMANO - CIEH, 4., 2015, Campina Grande. **Anais [...]**. Campina Grande, 2015.

FORTE, E. C. N.; PIRES, D. E. P. Nursing appeals on social median in times of coronavirus. **Revista Brasileira de Enfermagem** [online], v. 73, n. 2, 2020.

GUSTAVSSON, J.; BECKMAN, L. Compliance to recommendations and mental health consequences among elderly in Sweden during the initial phase of the COVID-19 pandemic - a cross sectional online survey. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 15, 2020.

HODGES, C. et al. Diferenças entre o aprendizado on-line e o ensino remoto de emergência. **Revista da Escola, Professor, Educação e Tecnologia**, v. 2, 2020.

HOLMES, E. A. et al. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 6, p. 547-560, 2020.

ISER, B. P. M. et al. Definição de caso suspeito da COVID-19: uma revisão narrativa dos sinais e sintomas mais frequentes entre os casos confirmados. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 3, 2020.

LIMA, R. A.; NETO, M. F. O.; SILVA, H. X. UAMA: **Oito anos de educação inclusiva e transformadora**. Campina Grande: LATUS, 2017.

MAIA, S. A. B.; VERNIER, A. M. B. et al. Ensino Remoto Emergencial: experiências de uma educadora na Educação Básica. **Pesquisa e Ensino**, v. 2, n. 2, 2021.

MALLMAN, D. G. et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciências e Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2015.

NABUCO, G.; OLIVEIRA, M. H. P. P.; AFONSO, M. P. D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. **Revista Brasileira de medicina de família e comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532-2532, 2020.

OLIVEIRA, C. S. et al. Oficina de Educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a terceira idade. **Revista Ciência e Extensão**, v. 8, n. 1, p. 8-17, 2012.

PIMENTEL, A. M. S. Linguagem online: textos e práticas digitais. **Entrepalavras**, v. 6, p. 186-189, 2016.

ROLANDI, E. et al. Loneliness and social engagement in older adults based in Lombardy during the COVID-19 lockdown: The long-term effects of a course on social networking sites use. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 21, 2020.

SÁ, G. G. M. et al. Tecnologias desenvolvidas para a educação em saúde de idosos na comunidade: revisão integrativa da literatura. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, 2019.

SHOJAEI, S. F.; MASOUMI, R. The importance of mental health training for psychologists in COVID-19 outbreak. **Middle East Journal of Rehabilitation and Health Studies**, v.7, n. 2, 2020.

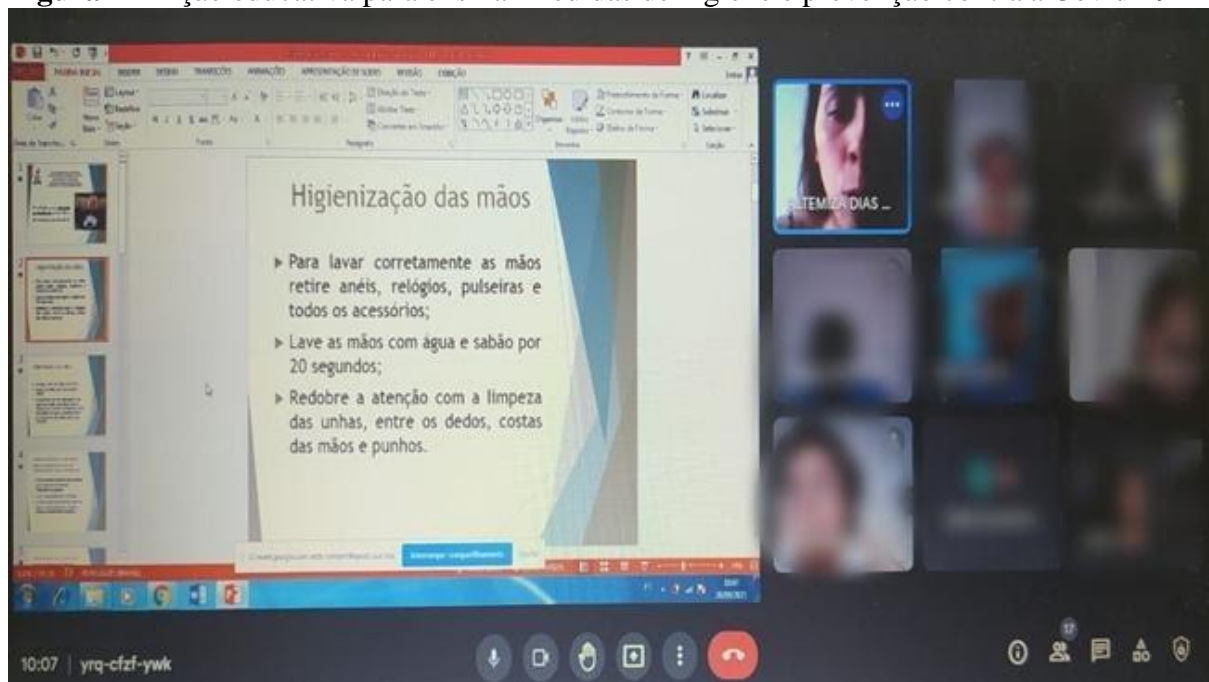
SILVA, L. H. H. L. et al. Educação em saúde sobre crise convulsiva: Relato de experiência. In: MOSTRA DO INTERNATO EM ENFERMAGEM, 2., 2018, Fortaleza. **Anais [...]**. Fortaleza, 2018.

SUN, X. et al. Internet use and need for digital health technology among the elderly: a cross-sectional survey in China. **BMC public health**, v. 20, n. 1, p. 1-8, 2020.

## APÊNDICE A

### RECORTES FOTOGRÁFICOS DURANTE AS AÇÕES NA PLATAFORMA GOOGLE MEET

**Figura 1** – Ação educativa para ensinar medidas de higiene e prevenção contra a Covid-19



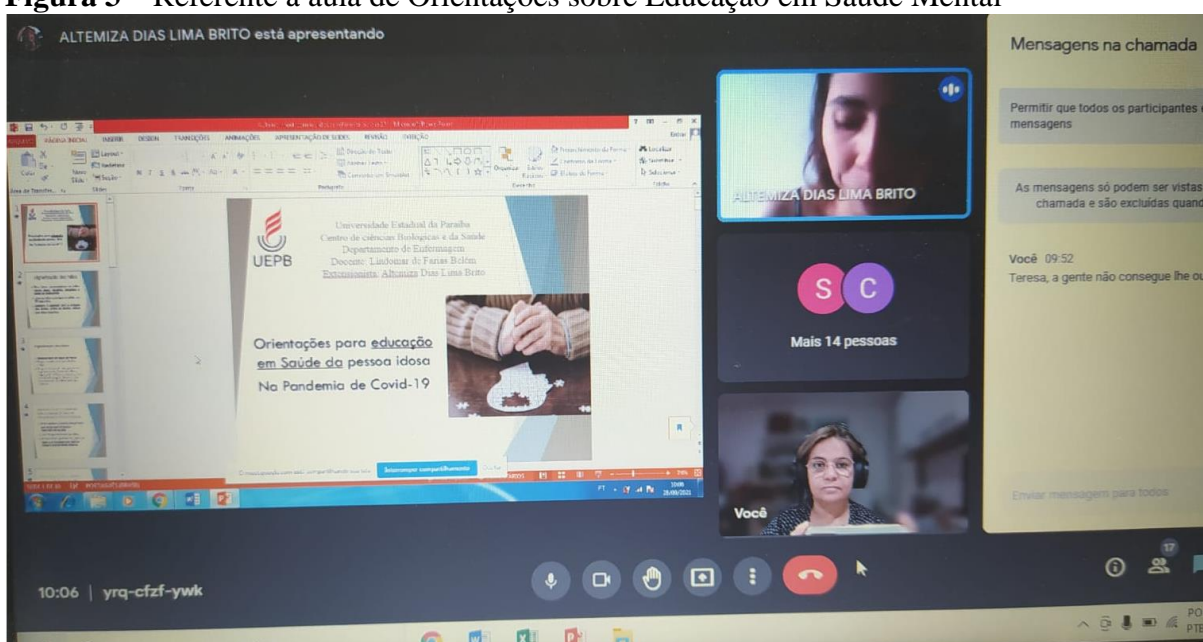
Fonte: Dados do estudo 2021

**Figura 2** – Referente à aula de imunização em tempos de Pandemia



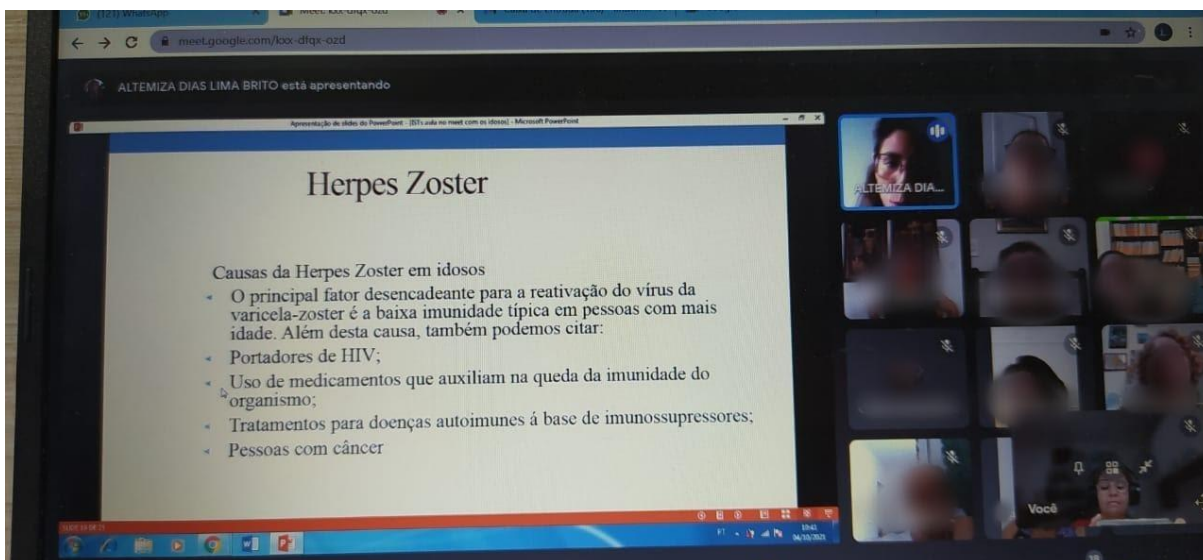
Fonte: Dados do estudo 2021

**Figura 3** – Referente à aula de Orientações sobre Educação em Saúde Mental



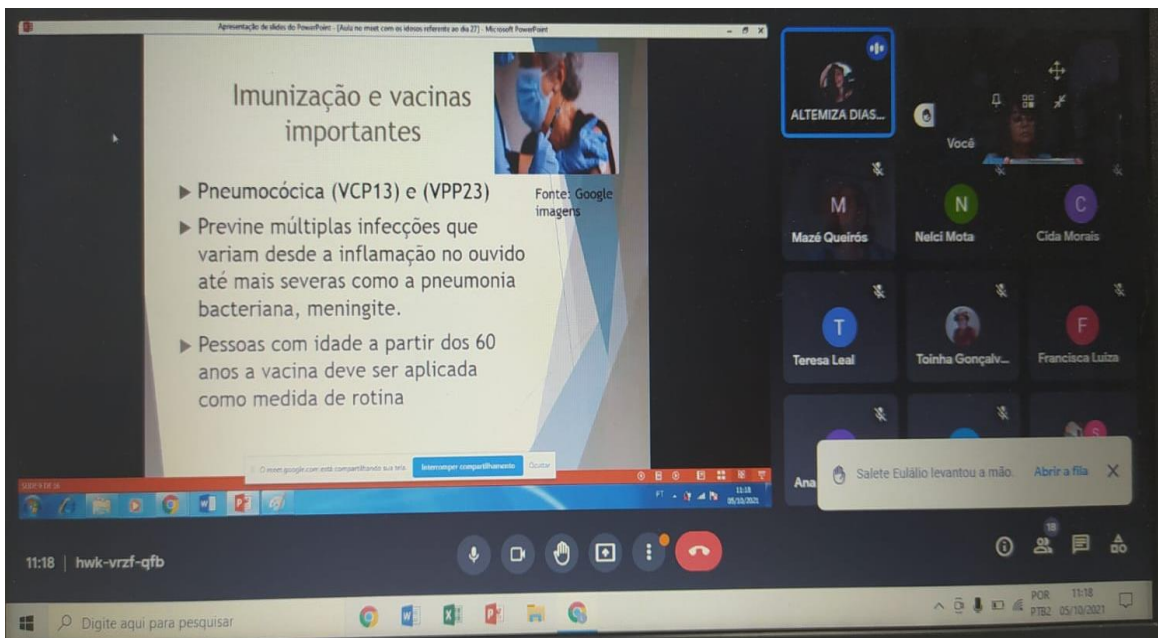
Fonte: Dados do estudo, 2021.

**Figura 4** – Referente à aula sobre Prevenção das Infecções sexualmente Transmissíveis (ISTs) na terceira idade



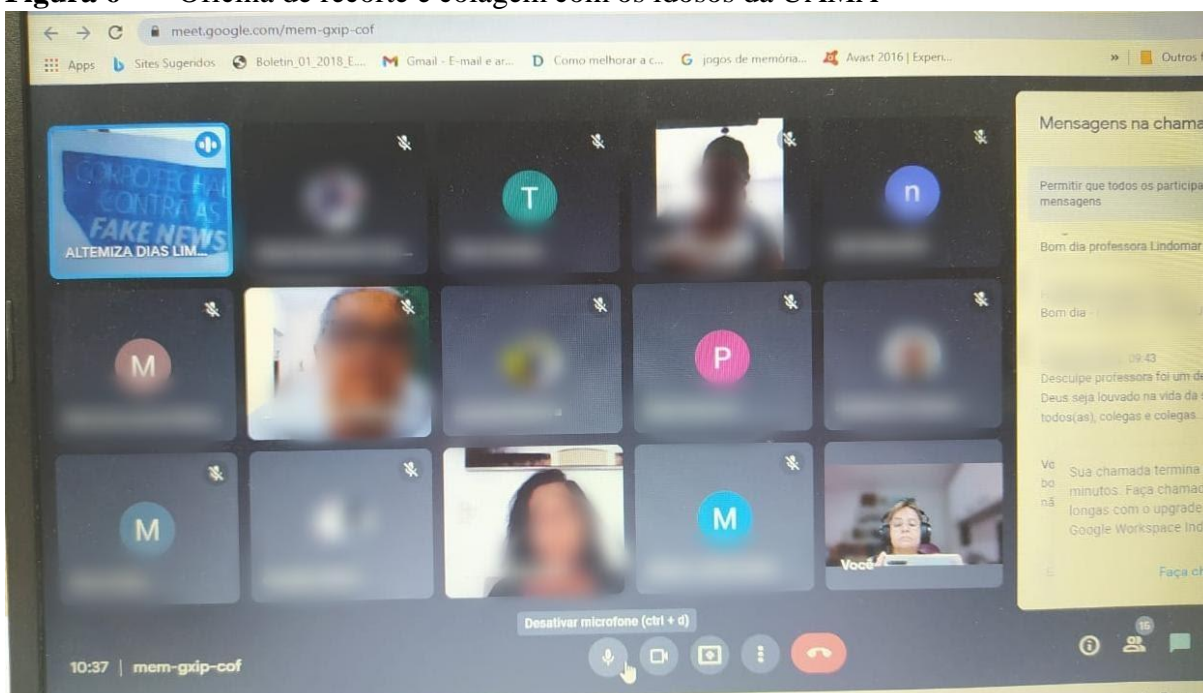
Fonte: Dados do estudo, 2021.

**Figura 5** – Foto sobre a aula de imunização e vacinação na terceira idade



**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

**Figura 6** – Oficina de recorte e colagem com os idosos da UAMA



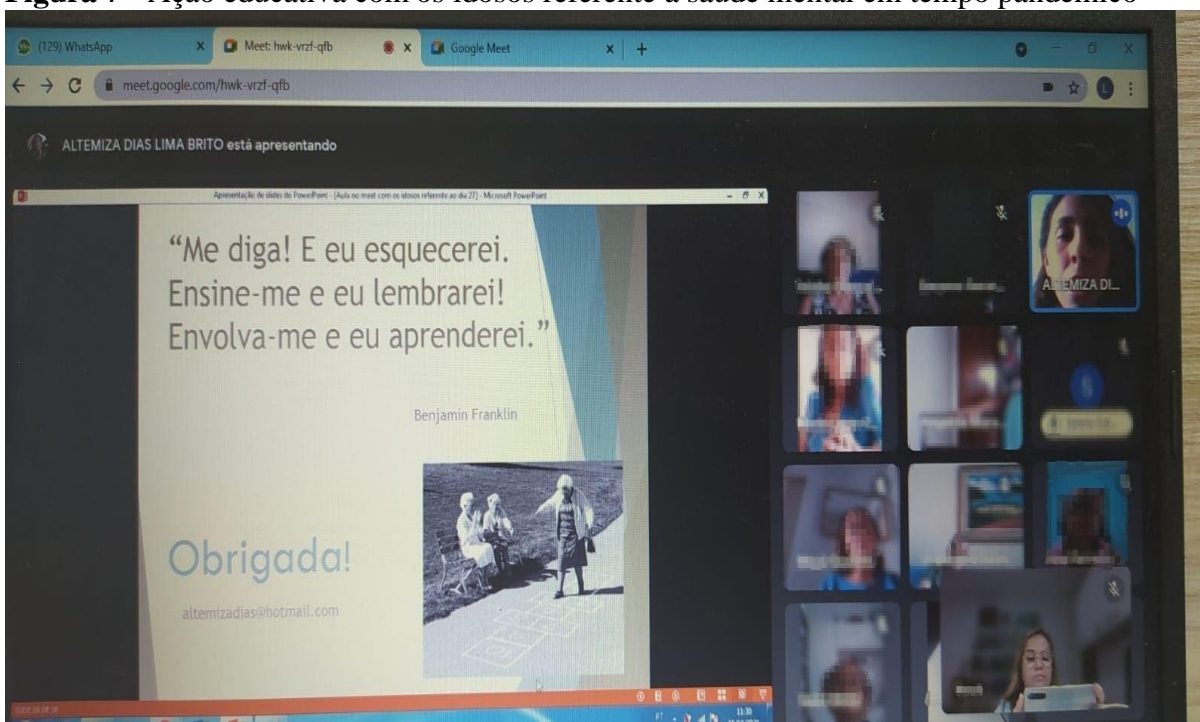
**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

**Figura 7** – Vídeo educativo referente ao Dia Mundial do Idoso



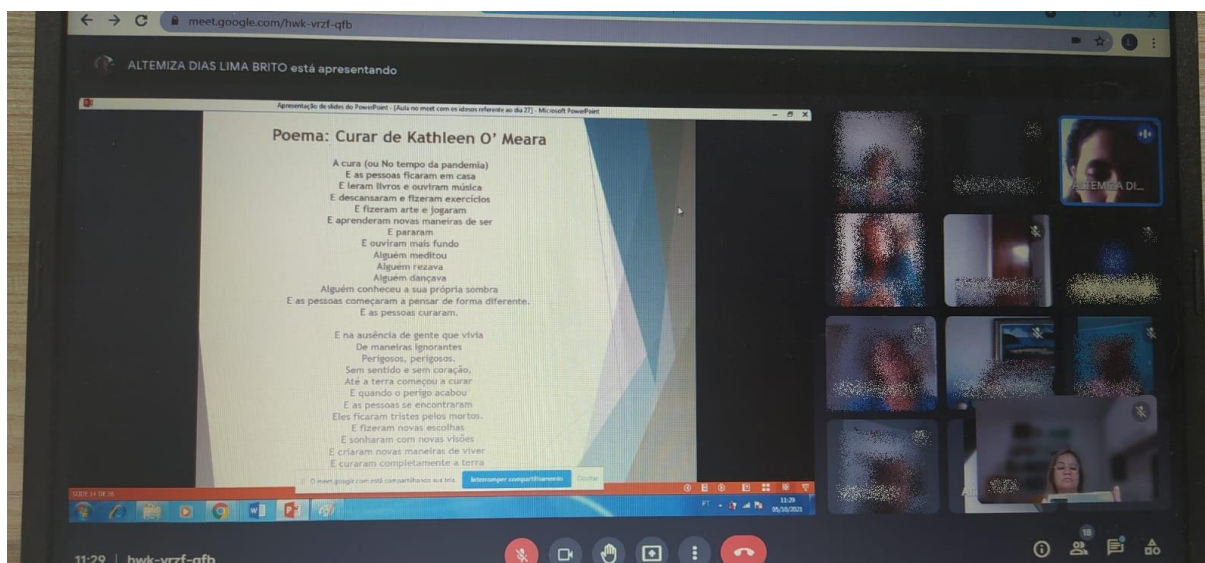
**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

**Figura 7** - Ação educativa com os idosos referente a saúde mental em tempo pandêmico



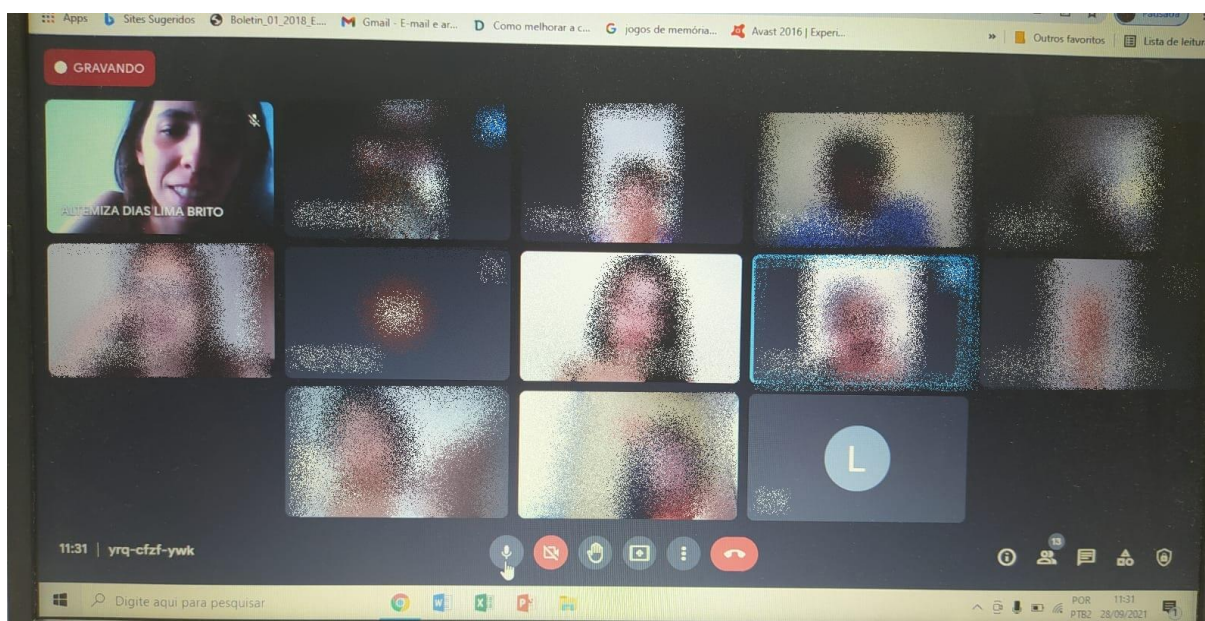
**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

**Figura 8** – Ação educativa referente a aula de imunização e vacinas



**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

**Figura 9** - Finalização da ação educativa com os idosos



**Fonte:** Dados do estudo, 2021.

## APÊNDICE B

### FOLDER RELATIVO AOS CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL DISTRIBUÍDO AOS IDOSOS

**Figura 10** –Folder distribuído aos idosos para melhor entendimento de forma ilustrativa



## Como cuidar da saúde mental em período de pandemia

- 

**Use a internet como ferramenta de comunicação, entretenimento e aprendizagem!**

  - Realize atividades manuais como pintura, crochê, costura, cuidar de plantas
- 
  - telefonar ou fazer vídeo chamadas para familiares distantes ou pessoas que tem saudades
  - Escrever o que está sentindo em um papel ou redigir poesias
- praticar exercícios físicos em casa**


  - cuidados com pensamentos catastróficos ou fake news pois esses têm poder de aumentar o nível de ansiedade e imaginação de piores desfechos
  - cuidados com a alimentação
- 
- 

**Extensionista:  
Altemiza Dias**

Referência:  
GONZÁLEZ-SOUTO C. E., AGUERA G J. A. et al. cuidados na saúde mental de idosos na transição de Pandemia do Covid-19 na transição Pandemia do Covid-19- Nova normalidade. Cogitare Enfermagem, v.26, 2021.

**Fonte:** Elaborada pelo autor, 2021.



## AGRADECIMENTOS

“Confia no Senhor de todo o teu coração e não te estribes no teu próprio entendimento. Reconhece-o em todos os teus caminhos e ele endireitará as tuas veredas.” (Provérbios 3:16)

Agradeço a Deus, acima de tudo, pela minha vida, por me possibilitar a conquista dos meus objetivos e por me dar muito mais do que mereço, sem Ele nada disso seria possível. Além disso, por todo o cuidado e amor, por ter me conduzido e dado coragem para ultrapassar os obstáculos, sinto que Ele está sempre ao meu lado, juntamente com Nossa Senhora, iluminando os meus caminhos.

Agradeço à minha família, meus pais Maria de Fátima Dias e Francisco de Assis, bem como meu irmão César Augusto por apoiarem meus sonhos. Sempre priorizaram minha educação e felicidade, se alcancei esse objetivo foi graças a eles e para eles. Obrigada pelas orações, pela compreensão em relação ao meu pouco convívio e distância de casa nesses últimos anos.

Agradecimento especial à minha mãe. Criou-me para ser independente, corajosa e lutar pelo que anseio. Orgulho-me em perceber o tanto da senhora em mim.

À minha avó (in memoriam), Maria José Dias, embora fisicamente ausente, sentia sua presença ao meu lado, dando-me força.

Minha gratidão aos meus melhores amigos Cícero Luiz, Laura Carvalho, Lívia, Maira e Walber, que puderam acompanhar de perto todo o processo em todos os anos de graduação. Desde a infância, compartilhando tristezas, felicidades, cumplicidade e diversão.

Agradeço também à minha grande amiga Nathália, pelo companheirismo, cuidados nos estágios, momentos de distração, bem como conselhos nos momentos de conflito, orações. Sua fé sempre foi inspiradora para mim.

Gratidão à minha amiga-irmã Jéssica, extremamente leal, por sempre estar ao meu lado em todos os aniversários, mesmo estando a quilômetros de distância, momentos compartilhados de alegrias e tristezas, viagens e shows, mesmo sob chuva. Ensinou-me muito a conseguir encontrar o melhor diante de várias situações, ter um olhar crítico e modificar pensamentos, intensificando, assim, o melhor que há em mim.

À minha querida amiga Paula Cristina, pelos momentos compartilhados na Universidade durante a extensão, momentos de alegria e tristeza, nossos trabalhos do Cieh publicados e realizados com muito carinho, por ela ser uma pessoa que transmite uma paz divina. Tenho extrema admiração pelos seus sorrisos e genialidade, grata pelos seus ensinamentos.

Agradeço também aquele que, no decorrer da caminhada, pude conhecer em Campina Grande durante a Pandemia, ao meu estimado amigo Júlio, por ter me incentivado e me inspirado a ser uma pessoa mais corajosa, decidida, tão essencial nesse período com palavras de sabedoria, gratidão pelos momentos de alegria, sorrisos, carinho e leveza a minha vida.

À minha grandes amigas Cinthia Rodrigues e Cleisla Lacerda pelo companheirismo nos estágios, momentos de aprendizado e descontração, nos momentos de alegria e tristeza e pelo cuidado, tenho extrema admiração pela pessoa e profissional que estás se tornando.

À minha avó Maria do Carmo Brito, às minhas tias Margarida, Maria do Socorro, Maria de Fátima Marques, aos meus tios Luiz Gonzaga, Marcos Antônio, Paulo Roberto e aos meus primos Danilo, Paulo Junior, André, pela compreensão por minha ausência nas reuniões familiares.

Agradeço a Pró-reitoria de Extensão pela concessão da bolsa de extensão; ao CIM-UEPB pela participação no programa.

Agradeço a todos os meus professores e preceptores que tanto me ensinaram, todos foram fundamentais para o meu crescimento tanto profissional quanto pessoal, em especial à

minha orientadora Lindomar Farias, a quem tenho uma grande admiração e carinho, desde as ações educativas na UAMA e o primeiro contato com idosos, pude aprender bastante sobre medicamentos e sua maneira de conduzir as aulas me inspirou a doar-me de coração, orientou-me neste trabalho e tenho tamanha gratidão.

À minha querida professora Ardigleusa, que tenho grande inspiração como pessoa de coração grandioso, bem como, profissionalmente. Durante o contato com as idosas do CAPS e as oficinas realizadas na unidade, ensinou-me a ver a saúde mental como fundamental na nossa vida, principalmente, nas aulas durante o período de Pandemia.

Ao meu querido professor Manoel Freire, por todos os ensinamentos repassados durante as aulas da UAMA, através dele pude compreender como os idosos fazem a diferença em nossa vida, além da experiência de como cada um deles é único e singular.

A minha querida professora Fabíola Leite pelos ensinamentos em saúde do idoso por ter despertado em mim o amor e carinho pelos idosos, pelas aulas na UAMA, que assistia com todo cuidado e admiração, servindo como inspiração para a gerontóloga que desejo me tornar, agradeço a professora Fabíola pela grande profissional e exemplo como pessoa que és e gratidão também pelos minicursos para aprender mais sobre a caderneta dos idosos e as consultas de enfermagem na UBS da UEPB, agradeço de todo o coração.

Ao meu querido professor Erijacson Damião, pelos ensinamentos durante a monitoria e por ter me apresentado à docência com grande responsabilidade, além de ter com ele muito aprendido na sala de vacinação, tão essencial nesse momento de Pandemia.

À minha querida professora Millena, por ter me conduzido a aprender sobre os procedimentos e intervenções necessárias aos pacientes da Unidade Básica de Saúde. Foi nesse compartilhar que notei o olhar de cada paciente durante cada procedimento, percebendo o amor e o cuidado e como o Sistema Único de Saúde é importante na nossa vida.

Aos professores que me acompanharam durante todos esses anos, em especial a Thaise Alves, Sueli Aparecida, Eloíde André, Amanda Rangel, Estélio, Socorro Lúcio, Alex do Nascimento, Alex Coura, Mayara Evangelista, Inácia, Gabriela Costa, Larissa Nogueira, Rafaela Dantas, Renata Clemente, José Cavalcanti, Célia Regina, Lara Caline, Jaqueline Gama, Deinha e Thiago.

Aos colegas de classe, pelos momentos de amizade e apoio, gratidão por cada pessoa que me ajudou a chegar até aqui, coração cheio de felicidade.

Sou grata, também, aos pacientes que compartilharam comigo suas histórias e serviram de instrumento para o meu aprendizado ao longo desses seis anos de graduação e que me fizeram compreender a importância da profissão que eu escolhi.

Passados seis longos anos de esforços, abdições e de um caminho cheio de tortuosidades, chegou um momento mais que esperado por mim e por todos que me apoiam, mais um ciclo se fecha para que outro possa iniciar e o sentimento que permeia meu coração é de gratidão.

Sou grata a todos que me apoiaram durante essa jornada, sendo esses laços de sangue ou de afeto, meu muito obrigado por se fazerem presentes durante esse percurso.