



## Relato de Experiência

### UMA MISSÃO SOCIAL DE SAÚDE PARA OS PROFESSORES NA PANDEMIA: EXPERIÊNCIA DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Therezita Peixoto Patury Galvão Castro<sup>1</sup>, Matheus Vinicius de Mesquita Soares<sup>1</sup>, Tarcísio Rodrigues da Silva<sup>1</sup>, Rafaella Silva Alcantara<sup>1</sup>, Renata Ferreira Badilho<sup>1</sup>, Felipe Vieira Spalenza<sup>1</sup>, Artur Gutemberg dos Santos e Silva Lima<sup>1</sup>, Shayara Mikelly de Oliveira Andrade<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Alagoas - UFAL, Maceió, Alagoas, Brasil.

<https://doi.org/10.28998/rpss.e02207004>

Recebido em: 07/12/2021

Aceito em: 13/01/2022

Disponível online: 05/04/2022

Autor Correspondente:

Matheus Vinicius de Mesquita Soares

Email: matheussoaresrn@gmail.com



## RESUMO

O desdobrar da pandemia causada pelo Sars-CoV-2 impactou o sistema de ensino nacional, com a transição do ensino presencial para o remoto, o que gerou grande estresse físico e mental aos docentes. Nesse momento pandêmico surge a ideia de fazer um evento para falar do que fazer para melhorar a saúde desses profissionais. Descrever a experiência dos extensionistas e participantes do "Festival de Saúde para os Professores". Foi organizado pelos membros do projeto "dê voz a quem precisa" da Universidade Federal de Alagoas, com a participação dos palestrantes profissionais de saúde. Aconteceu no mês de outubro de 2020, online, pela Stream Yard e no YouTube, para o público os professores, principalmente os de escolas públicas da cidade de Maceió. Instruiu-se os docentes sobre o autocuidado, de forma a revalorizar tópicos imprescindíveis para a saúde básica e mental, como a hidratação, os cuidados com a voz, as rinites, a insônia e como lidar com a ansiedade e elevar a sua autoestima na pandemia. Evento inédito social, interativo, interdisciplinar, que proporcionou uma atenção humanizada e acolhedora, estimulando a mudança de hábitos e estilos de vida para obter uma melhor qualidade de vida.

**Descritores:** docente; pandemia por covid-19; ensino a distância.

## ABSTRACT

The unfolding of the pandemic caused by Sars-CoV-2 impacted the national education system, with the transition from face-to-face to remote teaching, which caused great physical and mental stress to teachers. At this pandemic moment, the idea arises of holding an event to talk about what to do to improve the health of these professionals. To report the experience of extension workers and participants of the event "Health Festival for Teachers". It was organized by the members of the "give voice to those who need it" project at the Federal University of Alagoas, with the participation of professional health lecturers. It took place in October 2020, online, by Stream Yard and on YouTube, for the public, teachers, mainly those from public schools in the city of Maceió. Teachers were instructed on self-care, in order to revalue topics that are essential for basic and mental health, such as hydration, voice care, rhinitis, insomnia and how to deal with anxiety and raise self-esteem in the pandemic. An unprecedented social, interactive, interdisciplinary event, which provided humanized and welcoming care, encouraging changes in habits and lifestyles to obtain a better quality of life.

**Descriptors:** health; faculty; covid-19 pandemic.

## RESUMEN

El desarrollo de la pandemia provocada por el Sars-CoV-2 impactó el sistema educativo nacional, con la transición de la enseñanza presencial a la telemática, lo que provocó un gran estrés físico y mental en los docentes. En este momento pandémico surge la idea de realizar un evento para hablar sobre qué hacer para mejorar la salud de estos profesionales. Dar a conocer la experiencia de los extensionistas y participantes del evento "Festival de la Salud para Docentes". Fue organizado por los integrantes del proyecto "Dar voz a quien lo necesite" de la Universidad Federal de Alagoas, con la participación de profesores profesionales de la salud. Ocurrió en octubre de 2020, en línea, por Stream Yard y en YouTube, para el público, los docentes, principalmente los de las escuelas públicas de la ciudad de Maceió. Se instruyó a los docentes en el autocuidado, con el fin de revalorizar temas fundamentales para la salud básica y mental, como la hidratación, cuidado de la voz, rinitis, insomnio y cómo lidiar con la ansiedad y elevar la autoestima en la pandemia. Un evento social, interactivo, interdisciplinario sin precedentes, que brindó una atención humanizada y acogedora, fomentando cambios de hábitos y estilos de vida para obtener una mejor calidad de vida.

**Descriptores:** salud; docente; pandemia de covid-19.

## INTRODUÇÃO

O cenário emergencial decorrente da instauração da pandemia do COVID-19, decretado em 11 de março de 2020 pela Organização Mundial da Saúde (1), tem gerado repercussões importantes em todos os setores do mundo, impactando a forma de organização da sociedade e gerando implicações para os setores trabalhistas, marcados por vulnerabilidades e precarização aos trabalhadores (2).

Antes da pandemia, pesquisas já relatavam que educadores brasileiros passam por alterações comportamentais e emocionais durante a prática docente, que levam ao adoecimento docente, desde os distúrbios da voz, rinites alérgicas, gastrites, estresse, ansiedade, depressão e fadiga (3-4).

A pandemia do novo coronavírus impôs ao sistema educacional muitos ajustes e alterações, e com isso, trouxe aos educadores a necessidade de adaptação às condições atuais do trabalho educativo. As dificuldades encontradas para atingir os objetivos propostos pelas novas configurações de ensino, como a necessidade de manuseio dos aparatos tecnológicos como instrumento essencial para o desenvolvimento das aulas, a adequação do próprio ambiente domiciliar como local de trabalho e as incertezas que este período de pandemia tem despertado e contribuído para o agravamento do adoecimento físico e mental (5).

Diante de todas essas transformações relacionadas ao processo de ensino, a pandemia apresenta um substancial impacto físico e psicológico na vida do professor que pode ser duradouro. As mudanças relacionadas à rotina educativa demonstram a necessidade de medidas intervencionistas para combater os efeitos do importante problema de saúde pública na saúde docente. Assim, o incentivo ao autocuidado entre esses profissionais tem sido um fator determinante para redução dessas patologias (6).

Nesse panorama, o projeto de extensão *Dê Voz a Quem Precisa* objetivou desenvolver uma missão social universitária para a promoção da saúde docente, com a produção do evento "Festival de Saúde para os Professores", para liviar a dor desses profissionais nos novos desafios laborais causados pelo isolamento social provocado pela pandemia. O artigo se propõe a descrever a experiência vivenciada pela equipe extensionista e os participantes deste evento que aconteceu exclusivamente online, de forma inédita, interdisciplinar, interativo e humanizado, para a comunidade docente.

## MÉTODOS

A pesquisa descreve a experiência vivenciada pelos extensionistas e participantes durante o evento "Festival de Saúde para Professores" desenvolvido pelo projeto de extensão "Dê Voz a Quem Precisa" da Faculdade de Medicina (FAMED) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Campus A.C Simões, localizado na cidade Maceió, para o público os professores, principalmente aqueles de escolas públicas, no período de 26 a 29 de outubro de 2020.

De natureza interdisciplinar, com a participação dos 21 membros do projeto, discentes e docentes universitários, além de 8 profissionais de várias áreas da saúde, convidados para integrar no evento.

Para a inscrição, divulgação e emissão dos certificados

do evento foi utilizando a plataforma DOITY. No site Canvas as imagens foram criadas, e, posteriormente, divulgadas nas plataformas instagram e whatsapp, onde vídeos editados no Filmora também veicularam.

O evento foi transmitido de forma online, pela Stream Yard e no YouTube, durante 4 noites, a partir das 19:00hs, com uma média de três horas de duração a cada dia. Constataram de dois momentos, as palestras, ministradas pelos profissionais de várias áreas da saúde, dentre elas: 2 otorrinolaringologistas; 1 gastroenterologista; 1 psiquiatra; 1 neurologista; 1 psicóloga, 1 nutricionista; 1 educadora física, 1 fonoaudióloga, em seguida, o debate, para interagir e sanar as dúvidas dos participantes do evento, os professores, pelo chat. Além disso, houve o momento de "homenagem em alusão ao dia do professor", com declamações de poesias e depoimentos pelos outros 14 discentes do projeto e também o momento do lançamento do livro "cuidando da voz e da saúde do professor", produzido pelos membros do projeto dê voz a quem precisa para os cuidados com a saúde do professor.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesse contexto pandêmico, a suspensão das ações extensionistas de promoção à saúde docente do projeto "dê voz a quem precisa", deixaram os professores das escolas públicas desamparados e desassistidos dessa assistência tão importante para a sua saúde.

A pandemia da COVID-19 desafia as Universidades a darem respostas à sociedade e um concreto caminho é através das ações de extensão universitária. A extensão universitária apresenta um papel fundamental na sociedade, visto que é uma forma de construir, disseminar e discutir o conhecimento produzido dentro das Universidades perante as realidades e necessidades sociais do país (7). Como realizar ações de extensão universitária diante desse cenário pandêmico?

Passado cinco meses da pandemia, a coordenadora do projeto resolve convocar 7 alunos da faculdade de medicina da UFAL e forma uma equipe. Realiza várias reuniões, quando surge a ideia de realizar um evento interdisciplinar, o "festival de saúde para os professores", com a intensão de solidariedade, visando mudanças de hábitos e estilo de vida para promover um bem-estar físico e mental destes profissionais.

Nesse momento pandêmico as instituições de ensino, inclusive a escola pública, vinham mantendo suas atividades no formato de ensino remoto de um ambiente virtual de trabalho. Tendo que improvisar o próprio espaço doméstico e dividir, simultaneamente, a sua atenção entre as atividades profissionais e familiares, o que trouxe muitos transtornos a saúde docente, como: angústia, ansiedade, desespero e, a depender do modo que se lida com a situação, particularmente naqueles que já exibiam algum tipo de manifestação clínica, o desencadeamento de problemas no plano da saúde mental é uma evidência (2).

Pela primeira vez na história desse projeto foi realizado um evento de forma online, que se configurou como grande desafio para os extensionistas na organização técnica do Festival, visando ser capaz de promover um amplo acesso para os professores de diferentes regiões do país. Os

discentes da equipe buscaram aprimorar suas habilidades nas tecnologias digitais, vencendo as dificuldades do isolamento social, por estarem confinados em suas residências, em diferentes cidades do país, produziram os pôsteres e vídeos para divulgação do evento, através dos meios de comunicações digitais como whatsapp, instragram, e-mails e sites para convidar um maior número de professores a participarem do evento, incluindo o site da UFAL e de outras instituições.

Aconteceu no mês do professor e possibilitou 1697 visualizações no YouTube. As palestras abordaram os seguintes temas: os cuidados com a voz; comunicação oral e linguagem corporal; como controlar e prevenir o refluxo gastroesofágico, a rinite alérgica e viral; alimentação e a voz do professor; como lidar com a ansiedade no isolamento social durante a pandemia; dicas para combater a insônia; práticas de exercícios corporais para a qualidade de vida e como recuperar e valorizar o papel do professor. Os debates proporcionaram o contato do público com os palestrantes, quando suas perguntas no chat eram transmitidas pelos discentes extensionistas para os palestrantes e estes respondiam com orientações e dicas para resolver os problemas de saúde dos professores, o que representou o ponto máximo do evento.

Observou-se um caráter humanizado, elucidando questões frequentes e específicas dos docentes, o que pode ser comprovado pelo crescente engajamento no “chat” à medida que as palestras eram apresentadas. Além disso, promovendo um ambiente aberto para discussão dos profissionais, no momento do debate, quando dúvidas dos professores podiam ser respondidas diretamente pelos palestrantes, o que promoveu, de modo online, um ambiente de diálogo necessário para a construção do conhecimento por fios sociais tecidos em diferentes contextos (8).

As orientações dadas pelos palestrantes e os depoimentos e poesias declamadas pelos discentes durante o momento de homenagem ao dia do professor contribuíram para promover um ambiente otimista elevando a sua autoestima, diante das incertezas que a pandemia impôs aos profissionais. Essa mudança de perspectiva operou de modo positivo não só no combate a transtornos psicológicos, mas também na redução de diversos fatores de risco, como a alimentação e hidratação inadequada. Além disso, motivou os docentes a pesquisarem sobre o autocuidado, com o intuito de possuir qualidade de vida progressivamente melhor, relevante fator de proatividade que afirma a função da própria população como parte ativa no processo de promoção da saúde e prevenção de agravos (9).

A experiência foi considerada incrível pelos extensionistas, principalmente os discentes que afirmaram ter sentido uma imensa gratidão, além de despertar o senso de responsabilidade para a transformação social visando melhorar a vida dessas pessoas (10). Adquiriram também diversas habilidades técnicas para manejar plataformas virtuais, promover a edição e criação de imagens, além de aprimorar as ferramentas de divulgação e produção de eventos.

## CONCLUSÃO

No contexto de distanciamento social, ações on-line que

zelem e busquem incentivar o autocuidado docente são cada vez mais essenciais para mitigar as diversas mazelas consequentes do abandono assistencial, principalmente no que concerne a distúrbios psicológicos. Nessa lógica, é plausível a conexão e o diálogo interdisciplinar e multiprofissional, buscando construir uma rede de conhecimento cada vez mais aberta, de comunicação eficiente, com a capacidade de promover, de modo gradativo, a saúde docente.

## REFERÊNCIAS

1. WORLD HEALTH ORGANIZATION(a) (WHO). Timeline of WHO's response to COVID-19, Last updated 30 July 2020. [citado 2020 nov. 27]. Available from: <https://www.who.int/news-room/detail/29-06-2020-covidtimeline>.
2. Souza KR, Santos GB, Rodrigues AMS, Felix EG, Gomes L, Rocha GL, et al. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. Trabalho, Educação e Saúde [periódico da internet]. 2021[citado 2020 jul. 08]; 19. Disponível em: <http://www.revista.epsjv.fiocruz.br/index.php?Area=NumeroAtual>.
3. Tostes MV, Albuquerque GSC, Silva MJS, Petterle RR. Sofrimento mental de professores do ensino público. Saúde Debate [periódico da internet]. 2018[citado 2020 ago. 09]; 42(116):87-99. Disponível em: <https://saudeemdebate.org.br/sed/article/view/775>.
4. Castro TPPG, Monteiro VCQ, Martins HA, Coutinho WL. Sintomas vocais e queixas associadas ao trabalho de professores em escolas públicas. Rev. Port. Saúde e Sociedade[periódico da internet]. 2020[citado 2020 nov. 20];5(1):1340-50.
5. Silva KCB, Acantara KCGM. A (in)corporeidade do professor em tempos de pandemia e educação à distância. Revista FAEEBA[Periódico da internet]. 2020[citado 2021 jan. 22]; 29(60):102-16. Disponível em: <https://revistas.uneb.br/index.php/faeeba/article/view/10526>.
6. Matiz A, Fabbro F, Paschetto A, Cantone D, Paolone AR, Crescentini C. Positive Impact of Mindfulness Meditation on Mental Health of Female Teachers during the COVID-19 Outbreak in Italy. Int J Environ Res Public Health[Internet]. 2020[citado 2021 mar. 12]; 17(18):6450. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32899739/>.
7. Diniz EGM, Silva AM, Nunes PHV, FRANÇA WWM, Rocha JVR, Silva DVSP, et al. A extensão universitária frente ao isolamento social imposto pela COVID-19. Braz. J. of Develop [periódico da internet]. 2020[citado dez. 03]; 6(9):72999-73010. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/17434>.
8. Ministério Público do Trabalho (BR). Nota técnica – GT COVID 19, de novembro de 2020. Estabelece os direitos fundamentais de professoras e professores quanto ao trabalho por meio de plataformas virtuais e/ou em home office. Procuradoria Geral do Trabalho (Brasília) [Documento na internet]. 2020 [citado 2021 nov. 22]. Disponível em: [https://protocoloadministrativo.mpt.mp.br/processoEletronico/consultas/valida\\_download.php?id=4867297&ca=PVMGRAC3PR4C5DCW](https://protocoloadministrativo.mpt.mp.br/processoEletronico/consultas/valida_download.php?id=4867297&ca=PVMGRAC3PR4C5DCW).
9. Porto LV, Meirinho AGS. A dispensa em massa e a pandemia do covid-19. Rev. Trib. Reg. Trab. 3a Reg [documento da internet]. 2020 [Citado 2021 jan. 30], 101(2 Supl):477-507. Disponível em: <https://portal.trt3.jus.br/escola/institucional/revista/covid-19-ed-especial-tomo-2>.
10. Castro TPPG, Alves BRP, Castro MTPG, Porto, VFA. Promoção de saúde para docentes de escolas públicas: experiência da extensão Universitária. Rev. Port. Saúde e Sociedade[Periódico da internet]. 2020[citado 2021 abr. 28],5(3):1543-51. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/nuspfamed/issue/view/549>.

## COMO CITAR

Castro TPPGC et al. Uma Missão Social De Saúde Para Os Professores Na Pandemia: Experiência Da Extensão Universitária. Revista Portal: Saúde e Sociedade, 7 (único):e02207004. DOI:10.28998/rpss.e02207004.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.