

Enferm Bras. 2023;22(2):219-28

doi: [10.33233/eb.v22i2.5059](https://doi.org/10.33233/eb.v22i2.5059)

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Uso das mídias digitais por projeto de extensão como recurso de promoção à saúde: um relato de experiência

Letícia Menezes Cahino¹, Karina Karla de Sá Gomes Trevizolo¹, Cintia Bezerra Almeida Costa¹, Vanessa Carla do Nascimento Gomes Brito¹, Janaína Von Söhsten Trigueiro¹, Semirames Cartonilho de Souza Ramos¹, Daniele Bezerra dos Santos², Janine Albuquerque de Carvalho Oliveira³

¹Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB, Brasil

²Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE), João Pessoa, PB, Brasil

³Faculdade de Medicina Nova Esperança (FAMENE), João Pessoa, PB, Brasil

Recebido em: 13 de janeiro de 2022; Aceito em: 13 de abril de 2023.

Correspondência: Letícia Menezes Cahino, leticiamenezescahino@hotmail.com

Como citar

Cahino LM, Trevizolo KKSG, Costa CBA, Brito VCNG, Trigueiro JVS, Ramos SCS, Santos DB, Oliveira JAC. Uso das mídias digitais por projeto de extensão como recurso de promoção à saúde: um relato de experiência. *Enferm Bras.* 2023;22(2):219-28. doi: [10.33233/eb.v22i2.5059](https://doi.org/10.33233/eb.v22i2.5059)

Resumo

As mídias digitais e os meios de comunicação têm o poder de informar, desinformar, transformar ou destruir paradigmas, preceitos individuais e coletivos. Assim, objetivou-se relatar a experiência das integrantes do projeto de extensão “se toque para vida” no desenvolvimento de ações de promoção à saúde, voltadas à prevenção primária do câncer de mama (CM) e câncer de colo do útero (CCU), através do uso de mídias digitais. Trata-se de um relato de experiência vivenciado por alunas integrantes do projeto de extensão “Se toque para vida: ações para prevenção e rastreamento do câncer de mama e colo do útero” durante o desenvolvimento das atividades relacionadas à educação em saúde no período de pandemia (2020-2021). Assim, admite-se que é efetivo levar informações seguras sobre o CM e CCU à população, através de uma linguagem acessível em posts e stories, a fim de ajudar a vida das pessoas durante esse cenário de pandemia, instruindo-as corretamente sobre esses

temas. Portanto, o uso das mídias digitais como recurso de promoção à saúde pode contribuir para aumentar o conhecimento da população sobre assuntos inerentes à saúde e ao autocuidado.

Palavras-chave: promoção da saúde; neoplasias do colo do útero; neoplasias da mama; tecnologia digitais; pandemias.

Abstract

Use of digital media by extension project as a health promotion resource: an experience report

Digital media and means of communication have the power to inform, misinform, transform or destroy paradigms, individual and collective precepts. Thus, the objective was to report the experience of the members of the extension project "touch yourself for life" in the development of health promotion actions, aimed at the primary prevention of breast and cervical cancer, through the use of digital media. This is an experience report lived by students who are part of the extension project "Touch for life: actions for the prevention and screening of breast and cervical cancer" during the development of activities related to health education during the pandemic period or between 2020 and 2021. Thus, it is accepted that is effective to bring safety information about breast and cervical cancer to the population, through accessible language in posts and stories, in order to help people during this scenario pandemic, instructing them correctly on these topics. Therefore, the use of digital media as a health promotion resource can contribute to increasing the population's knowledge about issues inherent to health and self-care.

Keywords: health promotion; uterine cervical neoplasms; breast neoplasm; digital media; pandemic.

Resumen

Uso de medios digitales por proyecto de extensión como recurso de promoción de la salud: un informe de experiencia

Los medios digitales y los medios de comunicación son capaces de informar, desinformar, transformar o destruir paradigmas, precedentes individuales y colectivos. Así, el objetivo es relacionar la experiencia de las integrantes del proyecto de extensión "Tocarse es vida", en el desarrollo de acciones de promoción de la salud, orientadas a la prevención primaria del cáncer de mama y de útero, mediante el uso de medios digitales. Es un informe de experiencia vivida por algunas integrantes del proyecto de extensión "Tocarse es vida: acciones para la prevención y detección del cáncer de mama y cuello uterino" durante el desarrollo de actividades relacionadas con la educación para la salud durante el período pandémico (2020-2021). Así, se admite que

es efectivo llevar información segura sobre el cáncer de mama y cuello uterino para la población, a través de lenguaje accesible en posts y stories, con el fin de ayudar la vida de las personas durante este escenario pandémico, instruyéndolas correctamente sobre estos temas. Por tanto, el uso de los medios digitales como recurso de promoción de la salud, puede contribuir a incrementar la conciencia de la población sobre temas relacionados con la salud y el autocuidado.

Palabras-clave: promoción de la salud; neoplasias del cuello uterino; neoplasia de la mama; medios digitales; pandemias.

Introdução

O câncer de mama (CM) e o câncer do colo do útero (CCU) estão entre os tipos de câncer mais incidentes em mulheres no Brasil. Segundo o Instituto Nacional de Câncer (2020) [1], estima-se que a cada ano do triênio 2020-2022 ocorrerão aproximadamente 66.280 novos casos de câncer de mama e 16.710 novos casos de câncer do colo do útero no Brasil.

O CM é uma doença crônica não transmissível ocasionada pela multiplicação desordenada das células da mama [2]. Já o câncer do colo do útero (CCU) ou câncer cervical é causado pela infecção persistente dos tipos oncogênicos do Papilomavírus Humano (HPV). A infecção genital causada pelo HPV é muito frequente, e na maioria das vezes não desencadeia uma neoplasia, entretanto, em alguns casos, ocorrem alterações celulares que podem evoluir para o câncer [3].

Apesar de terem etiologias diferentes, para ambos os tipos de câncer existem ações de prevenção primária. A prevenção primária do CM tem relação com o controle dos fatores de risco conhecidos e a promoção de práticas e comportamentos considerados protetores. Dessa forma, através da alimentação e nutrição adequadas, prática de atividade física, controle de gordura corporal e redução do consumo de açúcar e bebidas alcoólicas é possível reduzir o risco de desenvolver câncer de mama [4]. Quanto ao CCU, a sua prevenção está relacionada à diminuição do risco de contágio pelo HPV, por meio de prática de sexo seguro com o uso do preservativo e pela vacinação recomendada pelo Ministério da Saúde [5].

Nesse contexto, a educação em saúde surge como um importante atributo capaz de desenvolver na população o senso de responsabilidade pela sua própria saúde e a capacidade de adotar comportamentos preventivos e protetores. Esse atributo faz parte das ações realizadas pela Estratégia de Saúde da Família (ESF) e constitui uma estratégia que envolve a concepção da realidade no contexto de saúde e a busca de possibilidades e atitudes geradoras de mudanças, que são resultantes do trabalho em

equipe e dos diversos serviços que buscam uma transformação no quadro de saúde da população [6].

Muitas das ações de educação em saúde realizadas nas Unidades de Saúde da Família (USF) envolvem a participação de estudantes universitários no cumprimento de períodos de estágio ou oriundos de projetos de extensão. Todavia, a pandemia da COVID-19 trouxe inúmeras consequências devido às medidas sanitárias e de distanciamento social, que afetou especialmente o setor da educação, de modo que as atividades pedagógicas presenciais foram suspensas e os órgãos reguladores nacionais indicaram a continuidade do ano letivo por meio de atividades remotas, para que a aprendizagem não fosse interrompida [7]. Portanto, muitas ações executadas pelos projetos de extensão foram suspensas devido à necessidade de contato com o público para serem desenvolvidas.

Assim, as escolas e universidades tiveram que se preparar para lidar com uma crise que requereu o uso de tecnologia avançada, incluindo hardware e software, para permitir o estudo remoto. Muitas instituições se esforçaram para conseguir fornecer um melhor conteúdo do curso online, envolver os alunos e realizar avaliações [8]. Já os projetos de extensão universitária tiveram que encontrar meios diversos para continuarem produzindo e promovendo a disseminação do conhecimento universitário, de suma relevância para a sociedade [9].

A extensão universitária é uma ferramenta que tange a integralidade da assistência à saúde, nos diversos níveis de atenção, e ganha maior expressão na promoção da saúde através das práticas educativas e da reformulação de saberes na junção do conhecimento técnico-científico e popular. Além disso, a vivência da extensão universitária possibilita a interação sociocultural à comunidade acadêmica, contribuindo assim para o aprendizado e favorecendo a percepção do processo saúde-doença [10].

A prática da promoção da saúde vai além de aconselhar ou persuadir os indivíduos a fazerem mudanças no seu estilo de vida, podendo ocorrer em diferentes níveis, como, por exemplo, o contato presencial com indivíduos, trabalho com grupos e comunidades e as ações em nível estratégico, incluindo assim o desenvolvimento de políticas públicas [11].

O significado de Educação em Saúde está fundamentado no conceito de promoção da saúde, pois se refere aos processos que abrangem a participação de toda a população no contexto de sua vida cotidiana e não apenas das pessoas sob o risco de adoecer. Além disso, envolve a concepção de saúde como estado positivo e dinâmico de busca de bem-estar, que integra os aspectos físicos, ambientais e psicossociais [6].

A educação e a comunicação de notícias, portanto, caracterizam-se como meios de se promover saúde. Isto acontece por meio da melhora do entendimento dos determinantes do processo saúde-doença, da compreensão de eventos relevantes da atualidade que possam vir a impactar a vida do indivíduo, e da divulgação de informações [11].

Segundo Guidry [12], é importante discutir os aspectos negativos de surtos de doenças, visto que pode ser uma forma importante de envolver o público e estabelecer confiança. Dessa forma, reconhecer as preocupações e medos das pessoas pode ser uma maneira crucial de começar a construir um vínculo.

As mídias digitais e os meios de comunicação têm o poder de informar, desinformar, transformar ou destruir paradigmas, preceitos individuais e coletivos. No momento atual de distanciamento social, esses meios têm se mostrado importantes aliados para a manutenção das ações de educação e promoção da saúde [11].

Neste contexto, considerando a importância da manutenção de ações de promoção da saúde e educação em saúde desenvolvidas pela comunidade acadêmica, através da interação entre academia e sociedade, possibilitado pelos projetos de extensão universitária, o projeto “Se toque para a vida”, desenvolvido na Universidade Federal da Paraíba, que tem como objetivo desenvolver ações de promoção da saúde, prevenção e detecção precoce do câncer de mama e do colo do útero por meio da utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), buscou-se a utilização das mídias digitais como ferramenta de comunicação a fim de dar continuidade às atividades de divulgação e promoção de conhecimento científico atualizado, voltado para o rastreamento precoce dos cânceres de mama (CM) e do colo do útero (CCU).

Assim, objetivou-se relatar a experiência das integrantes do projeto de extensão “se toque para vida” no desenvolvimento de ações de promoção à saúde, voltadas para a prevenção primária do câncer de mama e câncer de colo do útero, por meio do uso de mídias digitais.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência vivenciado por alunas integrantes do projeto de extensão “Se toque para vida: ações para prevenção e rastreamento do câncer de mama e colo do útero” durante o desenvolvimento das atividades relacionadas à educação em saúde no período de pandemia (2020-2021).

No período de abril a novembro de 2020, devido ao fechamento das Universidades, as ações do projeto tiveram que ser adaptadas ao modelo remoto.

Sendo assim, foi necessário a utilização das plataformas digitais para dar prosseguimento ao projeto.

As atividades remotas realizadas no ano de 2020 tiveram a participação de 2 alunas de Enfermagem, 1 aluna de Medicina e 1 aluna de Nutrição. Semanalmente, eram realizadas ações educativas relacionadas ao CM e CCU através do perfil do projeto “@setoqueparavida” na rede social Instagram.

Na tabela I está representado o planejamento de temáticas abordadas nas postagens do perfil do projeto no Instagram. As temáticas foram definidas de forma que abordasse desde a anatomia das mamas e do colo do útero até a relação do câncer de mama e de colo do útero com a COVID-19. Dessa forma, o público estaria informado acerca dessas questões mais atuais.

Tabela I - *Temáticas abordadas no perfil oficial do projeto de extensão “@setoqueparavida” no ano de 2020*

| Data | Temática |
|---------------|---|
| 04/07 a 12/07 | Promoção e Prevenção primária do CM e CCU. |
| 18/07 a 26/07 | Significado do CM e do CCU e consequências físico-emocionais. |
| 01/08 a 09/08 | Epidemiologia do CM e do CCU. |
| 15/08 a 23/08 | Anatomia das mamas e do colo do útero. |
| 29/08 a 06/09 | Fatores de risco para o CM e CCU. |
| 12/09 a 20/09 | Exames de rastreio e detecção para CM e CCU. |
| 26/09 a 27/09 | Autoexame das mamas. |
| 03/10 a 11/10 | Sinais e sintomas corporais do CM e CCU não detectados. |
| 17/10 a 25/10 | Tratamento do CM e CCU. |
| 31/10 a 01/11 | Direitos da paciente com diagnóstico de CM e CCU. |
| 07/11 a 08/11 | Câncer de mama e do colo do útero e covid-19. |

Fonte: produzido pela autora, 2020

Para as postagens no perfil do projeto no Instagram, foram utilizados diversos recursos informativos produzidos pelas próprias extensionistas, como panfletos digitais, infográficos, imagens temáticas ilustrativas vinculadas a pequenos textos, além de pequenos vídeos informativos abordando todas as temáticas da tabela I. As postagens de vídeos de curta duração foram denominadas como “Minuto do Se Toque”.

Somado a isso, com o objetivo de informar antecipadamente as temáticas aos seguidores, houve a produção e divulgação de cronogramas semanais contendo os temas com as respectivas datas. Os textos, as imagens e os vídeos, assim como os cronogramas da semana seguinte eram postados nas segundas-feiras.

No ano de 2021, as Universidades permaneceram fechadas. Consequentemente, o projeto de extensão deu andamento ao período de forma remota como já estava sendo realizado anteriormente. No entanto, mesmo com a utilização de métodos similares ao ano anterior, algumas mudanças precisaram ser estabelecidas para que o projeto progredisse. O cronograma precisou ser repensado para que novas

temáticas fossem discutidas nas postagens do Instagram do projeto. Alguns temas foram introduzidos, bem como: “O tabagismo como fator de risco para o câncer de colo de útero”, “O chá verde e Câncer de Mama”, “O papel do resveratrol na prevenção do Câncer de Mama”, “A cúrcuma na prevenção do Câncer de Mama” e “Obesidade e Câncer de mama”.

Durante o desenvolvimento do projeto de extensão de forma remota, também foram oferecidos alguns treinamentos às alunas extensionistas e aos docentes, a fim de aprimorar as postagens realizadas no perfil do projeto no Instagram. O treinamento foi ministrado por um convidado experiente em uso de mídias digitais, através da plataforma Google Meet, com o tema: “O uso de ferramentas digitais”, no qual foram apresentadas diversas ferramentas de edição de vídeo e imagem, além de recursos interativos ofertados pelas mídias digitais. Além disso, no ano de 2021 também foram oferecidos cursos de atualização em câncer de mama e câncer de colo de útero, com duração de três e dois meses, respectivamente.

Discussão

Desde o início do projeto, as ações eram realizadas em duas Unidades de Saúde da Família localizadas no município de João Pessoa/PB. Com a chegada da pandemia da COVID-19 em 2020, houve a impossibilidade de realizar as atuações de educação em saúde dentro das Unidades de Saúde da Família (USF).

Por se tratar de uma doença com alto índice de transmissibilidade através de gotículas ao tossir, espirrar ou falar, alguns cuidados para evitar a contaminação pelo vírus SARS-CoV-2 foram estabelecidos, seguindo as recomendações do Ministério da Saúde, que incluíam: distanciamento de no mínimo 1 metro entre pessoas; evitar circulação desnecessária em ambientes públicos; realizar isolamento social de doentes, entre outras. Sendo assim, as ações do projeto tiveram que ser replanejadas e passaram a ser realizadas de maneira remota.

Diante desse fato, o projeto de extensão precisou ser repensado e reorganizado para que as ações de educação em saúde sobre as neoplasias da mama e do colo de útero fossem realizadas através das mídias digitais. Devido à grande parte da população ter acesso aos diversos meios de comunicação social, foi possível utilizá-las como forma de divulgação de conteúdo acerca das temáticas relacionadas ao projeto.

Para o desenvolvimento remoto das ações do projeto, foram utilizados materiais digitais que de alguma forma fossem atrativos ao público, de fácil visualização e de linguagem acessível, bem como infográficos; imagens temáticas vinculadas a pequenos

textos; panfletos digitais educativos e vídeos informativos denominados “Minuto Se Toque”.

Segundo pesquisa da INFO Exame (2013), o Brasil está entre os cinco maiores países que usam o Instagram, atingindo o número de 200 milhões de usuários ativos por mês e 60 milhões de novas imagens postadas a cada dia [13]. O Instagram foi a plataforma escolhida pela equipe do projeto por ser uma das redes sociais com maior poder de alcance destinada a todos os públicos, assim, admite-se que é efetivo levar informações seguras sobre o CM e CCU à população, através de uma linguagem acessível em posts e stories, a fim de ajudar a vida das pessoas durante esse cenário de pandemia, instruindo-as corretamente sobre esses temas.

As informações contidas nas postagens referentes ao CM e CCU foram extraídas de artigos científicos publicados em periódicos confiáveis, pois, dessa forma, há uma maior fidedignidade em relação ao assunto abordado. Essa estratégia, além de aumentar a confiança dos leitores na página do “Se toque” como fonte de informação segura, estimula os integrantes do projeto a se manterem atualizados nas novidades sobre o CM e CCU.

Adicionalmente, transformar as informações colhidas em artigos de linguagem técnica e complexa em publicações educativas de linguagem acessível e atrativa para diversos públicos foi um desafio edificante para a equipe, considerado bem-sucedido, a julgar pelo aumento do engajamento do público no perfil do projeto “@setoqueparavida”.

Assim, espera-se que os conhecimentos adquiridos pelas usuárias por meio do acesso às publicações do Instagram, constituídas de informações filtradas de fontes seguras, empondere-as quanto ao autoconhecimento e autocuidado.

Além da atividade supracitada, outros produtos do projeto permaneceram ativos, adaptados ao modelo remoto, como os cursos de Atualização em Câncer de Mama e Atualização em Câncer do Colo de útero. Os cursos foram realizados através da plataforma Google Meet, com carga horária de 80 horas e 30 horas, respectivamente. Ambos são de suma importância para o aprendizado das discentes integrantes do projeto, além de serem disponibilizados ao público externo. A experiência de realização dos cursos foi bastante positiva, tanto sob a ótica das extensionistas, quanto sob a ótica dos discentes do curso, que consideraram os conteúdos programáticos relevantes, atuais e reveladores.

Conclusão

Conclui-se que o uso das mídias digitais como recurso de promoção à saúde pode contribuir para aumentar o conhecimento da população sobre assuntos inerentes

à saúde e ao autocuidado, e elevar o empoderamento das pessoas em relação à tomada de decisão em aspectos que interferem em sua qualidade de vida. Sendo assim, ferramentas populares e de uso assíduo pela população, como o Instagram, tornam-se úteis na disseminação de informações de saúde.

Além disso, apreende-se que a tradução de informações obtidas a partir de artigos científicos em linguagem coloquial e acessível, aproxima o leitor do conhecimento atualizado em assuntos relacionados à sua saúde e elucida questões dubitáveis expressas frequentemente em sites de busca, os quais muitas vezes fornecem informações ambíguas ou controversas e oriundas de fontes não confiáveis.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não possuir nenhum conflito de interesse.

Fontes de financiamento

A autoria não recebeu nenhum financiamento para a realização deste artigo.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho de pesquisa: Cahino LM; *Coleta de dados:* Cahino LM; *Análise e interpretação dos dados:* Cahino LM, Trevizolo KKSG; *Redação do manuscrito:* Cahino LM, Trevizolo KKSG, Costa CBA, Brito VCNG, Santos DB, Oliveira JAC; *Revisão crítica do manuscrito:* Cahino LM, Trevizolo, KKSG

Referências

1. Instituto Nacional do Câncer (Brasil). Estimativa 2020: incidência de câncer no Brasil [Internet]. 2019. [citado 2021 nov 12]. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/estimativa-2020-incidencia-de-cancer-no-brasil.pdf>
2. Instituto Nacional do Câncer (Brasil). Detecção precoce do câncer. Câncer de Mama [Internet]. 2021. [citado 2023 mai 10]. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document/deteccao-precoce-do-cancer_0.pdf
3. Instituto Nacional do Câncer (Brasil). Detecção precoce do câncer. Câncer de Colo de Útero [Internet]. 2021. [citado 2021 Dez 12]. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document/deteccao-precoce-do-cancer_0.pdf
4. Instituto Nacional do Câncer (Brasil). Controle do Câncer de Mama: prevenção [Internet]. 2021. [citado 2021 Dez 10]. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document/deteccao-precoce-do-cancer_0.pdf
5. Instituto Nacional do Câncer (Brasil). Controle do Câncer de Colo de Útero: prevenção [Internet]. 2021. [citado 2021 Dez 14]. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controle-do-cancer-do-colo-do-uterio>

6. Cardoso RR, Brito DM, Soares CMA, Souza SM, Matos FV, Mendes PHC. Promovendo educação em saúde na sala de espera das Unidades de saúde: relato de experiência. *Rev Min Enferm.* [Internet]. 2016 [citado 2021 nov 12];5(1):97-104. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/renome/article/view/2557>
7. Rondini CA, Pedro KM, Duarte CS. Pandemia da COVID-19 e o ensino remoto emergencial: mudanças na prática pedagógica. *Interfaces Cient Hum Soc.* 2020;10(1): 41-57. doi: 10.17564/2316-3828.2020v10n1p41-57
8. Mukhtar K, Javed K, Arooj M, Sethi A. Advantages, Limitations and Recommendations for online learning during COVID-19 pandemic era. *Pak J Med Sci.* 2020;36(S27-S31). doi: 10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2785
9. Mélo CB, Farias GD, Nunes VGR, Andrade TSAB, Piagge CSLD. A extensão universitária no Brasil e seus desafios durante a pandemia da COVID-19. *Res Soc Dev.* 2021;10(3):e1210312991. doi: 10.33448/rsd-v10i3.12991
10. Santana RR, Santana CCAP, Neto SBC, Oliveira EC. Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. *Educ Real.* 2021;46(2). doi: 10.1590/2175-623698702
11. Silva ESM, Ono BHVS, Souza JC, Menin IBF. Mídia e promoção da saúde em tempos de COVID-19. *Res Soc Dev.* 2020;9(8):e842986252. doi: 10.33448/rsd-v9i8.6252
12. Guidry JPD, Jin Y, Orr CA, Messner M, Meganck S. Ebola on Instagram and Twitter: How health organizations address the health crisis in their social media engagement. *Public Relations Review.* 2017;43:477-86. doi: 10.1016/j.pubrev.2017.04.009
13. Maia TR, Menezes BS, Farias FG, Gomes DWR. O uso do Instagram como ferramenta de marketing: um estudo de caso em empresas do ramo de moda. *FACEF Pesquisa* [Internet]. 2018 [citado 2021 nov 20];21(1). Disponível em: <https://periodicos.unifacef.com.br/index.php/facefpesquisa/article/viewFile/1487/1195>



Este artigo de acesso aberto é distribuído nos termos da Licença de Atribuição Creative Commons (CC BY 4.0), que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.