

Projeto de extensão “Participação Sociocultural da População Idosa” da Universidade Federal do Rio de Janeiro e suas contribuições em tempos de Covid-19

Extension project “Sociocultural Participation of the Elderly Population” at the Federal University of Rio de Janeiro and its contributions in times of Covid-19

Proyecto de extensión “Participación sociocultural de la población mayor” de la Universidad Federal de Río de Janeiro y sus aportes en tiempos de Covid-19

Claudia Reinoso Araujo de Carvalho
Karina Alves Nunes de Oliveira
Marcus Vinicius Sampaio Peres
Mylena Barbosa de Araujo

RESUMO: O objetivo deste artigo foi analisar as práticas do projeto de extensão “Participação sociocultural da população idosa” que, em função do período de restrição social imposto pela pandemia da Covid-19, passaram a acontecer de maneira remota, envolvendo a elaboração de conteúdo audiovisual. A partir da experiência dos autores extensionistas, as atividades audiovisuais foram analisadas enquanto recurso de aprendizagem, possibilidade de aproximação intergeracional, e como meio de difusão do conhecimento.

Palavras-chave: Covid-19; Extensão Universitária; Idosos.

ABSTRACT: *The objective of this article was to analyze the practices of the extension project “Sociocultural participation of the elderly population” which, due to the period of social restriction imposed by the pandemic of Covid-19, started to happen remotely involving the elaboration of audiovisual content. Based on the experience of extension authors, audiovisual activities were analyzed as a learning resource, the possibility of intergenerational approximation and as a means of disseminating knowledge.*

Keywords: *Covid-19; University Extensión; Elderly.*

RESUMEN: *El objetivo de este artículo fue analizar las prácticas del proyecto de extensión “Participación sociocultural de la población anciana” que, debido al período de restricción social impuesto por la pandemia de Covid-19, comenzó a suceder de forma remota involucrando la elaboración de contenidos audiovisuales. A partir de la experiencia de los autores de extensión, se analizaron las actividades audiovisuales como recurso de aprendizaje, posibilidad de aproximación intergeneracional y como medio de difusión del conocimiento.*

Palabras clave: *Covid-19; Extensión Universitaria; Adulto Mayor.*

Introdução

Parece paradoxal que um projeto de extensão com ênfase na participação social, mantenha-se ativo nestes tempos, nos quais a pandemia da Covid-19 exige restrição e confinamento, sobretudo em se tratando de pessoas idosas, público-alvo das atividades do projeto. A vontade de contribuir com o momento e manter o projeto ativo implicou em sua reorganização, gerando novos aprendizados, o que discutiremos centralmente neste artigo.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) durante o mês de março do ano de 2020 classificou o surto do novo Coronavírus (SARS-CoV-2) como uma pandemia, devido à falta de controle da doença e à incapacidade em se conter a expansão mundial do vírus. Como consequência, houve a necessidade do isolamento social, visando a reduzir a taxa de contaminação e evitar o colapso do sistema de saúde. De repente, os modos de vida de todos foram transformadas, demandando mudanças no cotidiano, tanto no nível pessoal como no profissional.

No que concerne à Universidade, diante da nova realidade, a UFRJ decretou uma portaria suspendendo, por tempo indeterminado, as atividades acadêmicas presenciais visando à redução da exposição pessoal ao vírus. O trabalho remoto para alguns cargos e funções, que não estavam diretamente relacionados à assistência hospitalar e nem aos serviços essenciais, foi adotado como medida de prevenção, visando, sobretudo, a diminuir a circulação de pessoas e evitar aglomerações nas salas e demais dependências.

Apesar de o Ministério da Educação (MEC) ter publicado, em 18/3/2020, a portaria n.º 343/2020, que “dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus – Covid-19”, a UFRJ, até o momento, definiu que as aulas em meios digitais não deveriam substituir as atividades presenciais, pontuando a futura reposição presencial de todo o conteúdo programático das disciplinas, visando a não ferir o tratamento isonômico que deve ser dado aos estudantes, considerando principalmente que: as atividades práticas previstas em muitas disciplinas não podem ser realizadas na modalidade a distância; há uma parcela do corpo discente que não dispõe dos recursos tecnológicos necessários para acesso aos conteúdos ministrados na modalidade a distância; pessoas com deficiência (PCDs) necessitam de recursos que ainda não podem ser oferecidos nessa modalidade; e que a oferta de conteúdos na modalidade a distância exige planejamento para a uniformização da operacionalização em meios digitais, o que não pode ser realizado durante a pandemia (UFRJ- Nota da Reitoria, 23/03/2020).

As atividades de extensão, no entanto, foram estimuladas de forma remota pela Pró-Reitoria de Extensão (Pr5) com a criação da *#Extensão Virtual*, com o objetivo de divulgar o que as ações de extensão da Universidade têm feito neste período de pandemia, para contribuir com a população que está em isolamento social, e também de difusão de informação científica e ações on-line advindas de projetos e ações da UFRJ no combate à Covid-19. Dessa forma, a iniciativa reafirmou o papel da universidade com os fundamentos da extensão universitária que se traduzem no compromisso com a sociedade por meio de um “processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político, que promove a interação transformadora entre universidade e outros setores da sociedade”, e que neste momento é concretizado, principalmente, na luta por uma sociedade com saúde e justiça social (Rede Nacional de Extensão, 2020).

Comprometida com a solução de problemas da sociedade, a universidade deve promover uma relação reflexiva e ativa com o mundo circundante, não abdicando de sua vocação de centro de criação, questionamento e crítica do mundo físico e social. O compromisso com aspectos relacionados à cidadania e emancipação dos sujeitos e coletividades é fundamental e, nesse sentido, a vivência extensionista revela-se estratégica na formação universitária, pois propicia experiências ampliadas aos graduandos. A extensão universitária é também uma forma de ampliar as oportunidades de formação, na medida em que estimula a aprendizagem e impulsiona as atividades de pesquisa (Cavalcante, *et al.*, 2019). Na direção de uma sociedade mais justa e igualitária, a extensão tem a função de promover a comunicação entre a universidade e o meio social. Os projetos de extensão universitária buscam oferecer, aos estudantes, campo para experimentação, compreensão, participação e exercício de ações que sejam compatíveis com seu momento de formação, possibilitando, dessa forma, o desenvolvimento das habilidades e competências requeridas para atuação na área (Carvalho, Mesquita, & Farias, 2017).

O objetivo deste artigo foi analisar as práticas e transformações do projeto de extensão “Participação sociocultural da população idosa”, em função do período de restrição social imposto pela pandemia de COVID 19, tendo em vista o aprendizado de novas habilidades, imprevistas e improváveis fora desse contexto.

Considerações Metodológicas

O presente estudo caracterizou-se por ser de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência. Este refere-se a uma construção teórico-prática que se propõe ao refinamento de saberes sobre a experiência em si, a partir do olhar do sujeito-pesquisador em um determinado contexto cultural e histórico. Neste tipo de estudo, valoriza-se a explicitação descritiva, interpretativa e compreensiva de fenômenos, circunscritos em um determinado tempo histórico (Daltro, & Faria, 2019).

Por não ser previamente pensado como uma pesquisa, o relato de experiência é efeito de significação, que, enlaçada à realidade concreta, é identificada pela sua teorização, contribuindo para o avanço de determinado campo de conhecimento (Daltro, & Faria, 2019).

Tratou-se aqui de uma análise qualitativa das práticas recentes do já referido projeto de extensão, realizada a partir do ponto de vista da equipe do projeto apoiada em leituras do campo da educação, da saúde pública e da gerontologia.

A análise, precedida por uma breve apresentação do projeto, incluiu o processo de ruptura com o campo de prática, a emergência de uma nova realidade, e o papel das atividades audiovisuais enquanto norteadoras do projeto.

A partir da experiência dos autores extensionistas, as atividades audiovisuais foram analisadas enquanto recurso de aprendizagem, possibilidade de aproximação intergeracional e como meio de difusão do conhecimento.

O projeto de extensão

O projeto de extensão “Participação sociocultural da população idosa” foi construído em consonância com as atuais políticas públicas dirigidas à população idosa. No Brasil, as políticas públicas mais abrangentes acerca do envelhecimento: a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) e o Estatuto do Idoso, fazem referência à importância do acesso dessa população à cultura (Brasil, 2003; Brasil, 2006).

A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, vigente em nosso país desde 2006, traz em seu texto a ideia de que o cidadão idoso não é mais visto como passivo, mas sim como agente das ações a eles direcionadas, numa abordagem baseada em direitos, valorizando os aspectos da vida em comunidade e identificando o potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida. No que se refere ao item 3.1, “Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável” (Brasil, 2006, p. 7), esta preconiza, entre outros aspectos, que facilitar a participação das pessoas idosas em equipamentos sociais deve ser um esforço intersetorial.

O Estatuto do Idoso destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 no Brasil, reúne, em peça jurídica, a única legislação abrangente, versando sobre garantias a esta população nos diferentes setores, entre eles: saúde, transporte, habitação e também sobre educação e cultura. O Estatuto versa especificamente sobre a cultura em seus artigos 20 e 23. O artigo 20 diz que “o idoso tem direito à educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade” (Brasil, 2003, p. 17).

O artigo 23 garante a participação dos idosos em atividades culturais e de lazer, mediante descontos de pelo menos 50% (cinquenta por cento) nos ingressos para eventos artísticos, culturais, esportivos e de lazer, bem como o acesso preferencial aos respectivos locais (Brasil, 2003, p. 18).

Por outro lado, as atuais políticas públicas de cultura no Brasil são fortemente perpassadas pela Diversidade Cultural. Essa diversidade se manifesta em nossa sociedade não apenas em relação às diferentes etnias e povos que nos constituem – indígenas, afro-descendentes, europeus, ciganos e outros, como também pode ser entendida nos diferentes estratos sociais e etários. O Plano Nacional de Cultura (2010) é um conjunto de princípios, objetivos, diretrizes, estratégias e metas, que devem orientar o poder público na formulação de políticas culturais, com o objetivo de desenvolver programas, projetos e ações culturais no sentido de garantir a valorização, o reconhecimento, a promoção e a preservação da diversidade cultural existente no Brasil. O extinto Ministério da Cultura (MinC) estabeleceu, neste plano, 53 metas a serem alcançadas até o ano de 2020. Embora os idosos não tenham destaque explícito no texto, estes estão contemplados por meio de sua meta 29, que preconiza que as bibliotecas públicas, museus, cinemas, teatros, arquivos públicos, e centros culturais, atendam aos requisitos legais de acessibilidade para deficientes e pessoas com mobilidade reduzida, esta última sendo uma condição de parte dos idosos. Já a meta 28 prevê aumento em 60% do número de pessoas que frequentam museu, centros culturais, cinemas, espetáculos de teatro, circo, dança e música. As pessoas idosas, como parcela de importância crescente no conjunto da população brasileira, podem contribuir com esta meta, na medida em que sejam incentivadas a participar mais da vida cultural das cidades. Nesse sentido, é necessário identificar as oportunidades que lhe são dadas, como se sentem em tais espaços e que possíveis fatores dificultam o acesso desta população a esses dispositivos culturais.

Apesar das prerrogativas legais, as pessoas idosas brasileiras costumam frequentar poucos os equipamentos culturais e, especialmente nas camadas mais populares, não reconhecem a cultura como um direito social. Dessa forma o objetivo principal do projeto é realizar grupos de discussão com as pessoas idosas de diferentes regiões do Rio de Janeiro, frequentadores de unidades de saúde, centros de convivência, coletivos de idosos ou outros grupos constituídos a partir de outros projetos de extensão e pesquisa.

O projeto prevê ainda a organização de eventos em temas relacionados à “Cultura”, visitas em diversos equipamentos culturais da cidade e oficinas com a população-alvo para a discussão das experiências realizadas.

As atividades práticas do projeto se iniciaram no ano de 2018, após sua tramitação nas instâncias da universidade e no comitê de ética em pesquisa e, ao longo desse tempo, fizeram parte do projeto oito estudantes de diferentes cursos da universidade (terapia ocupacional, educação física, enfermagem, educação física, educação artística e psicologia), conferindo às atividades desenvolvidas em equipe, dessa forma, um caráter interdisciplinar.

Aliado ao projeto de extensão, desenvolveu-se uma pesquisa, o que também garantiu aos estudantes as vivências em grupo de pesquisa, a experiência com técnicas de coleta e análise de dados científicos, e a produção de diversos produtos acadêmicos.

O projeto de pesquisa e extensão foi aprovado pelo Comitê de Ética do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho da Universidade Federal do Rio de Janeiro, recebendo o número CAAE: 01842818.0.0000.5257.

Até então realizado em diferentes cenários, o projeto, em virtude de seu público-alvo, foi um dos primeiros a ter suas atividades práticas interrompidas. Antes mesmo da interrupção das atividades acadêmicas por parte da universidade, a equipe já se questionava sobre os agrupamentos de idosos, evitando essa condição, e já discutindo sua pertinência frente ao cenário que se anunciava. Atividades previamente discutidas, elaboradas e preparadas tiveram que ser suspensas, gerando frustração e incerteza entre os extensionistas, profissionais de instituições parceiras e pessoas idosas envolvidas.

Entre a interrupção voluntária das atividades de campo, a suspensão das atividades acadêmicas por parte da universidade, e a retomada das atividades sob a forma remota, instalou-se um período de planejamento, reflexão e supervisão. Algumas dúvidas emanaram em virtude do novo cenário: “Como contribuiríamos com o momento atual?” “Como articular a nossa proposta com a nova realidade?” O uso das ferramentas virtuais foi a opção.

A emergência de um novo campo de prática. O campo virtual

Na atualidade, a utilização crescente de novas mídias e da internet possibilita uma comunicação capaz de interligar territórios e pessoas, a depender da quantidade e qualidade do acesso e do domínio dessas ferramentas para cada um (Silva, & Cardinalli, Lopes, 2015).

De acordo com Frizzo, Bousso, Borghi e Pedro (2017), os espaços virtuais vêm sendo cada vez mais utilizados como estratégias de comunicação e expressão e no Brasil, o *Facebook* tem se revelado um lócus privilegiado para distintas finalidades, tais como lazer, entretenimento, trabalho e expressão.

Embora algumas variáveis possam dificultar o acesso da população idosa à internet, tais como os efeitos de geração, o nível de escolaridade, ou variáveis biológicas intrínsecas ao processo de envelhecimento, tais como a perda de visão, de memória etc., são muitos os benefícios do uso da internet pelos mais velhos. Na última década, o uso de redes sociais entre usuários com 65 anos ou mais tem aumentado e torna-se cada vez mais imprescindível entender a influência do uso das mídias sociais na vida das pessoas idosas (Rebello, 2015; Silva, Scortegagna, & Bertoletti de Marchi, 2018).

A escolha de usar a rede social como uma possibilidade de manutenção das atividades extensionistas foi o meio encontrado para a continuidade do projeto durante a suspensão das atividades presenciais e, nesse sentido, o passo inicial foi a construção de sua página on-line no *Facebook*. O propósito da página é fornecer conteúdo sobre atividades indicadas para idosos durante o período de restrição social, o compartilhamento de notícias e as matérias sobre envelhecimento, dicas de filmes, séries e músicas, além de adaptações de atividades de estimulação cognitiva, de forma a torná-las mais interessantes para as pessoas idosas.

Considerando o contexto atípico imposto pela pandemia, foi preciso cuidado com proposições simplistas, que se limitavam à adaptação alienada e descontextualizada das atividades. Foi preciso criticidade e sensibilidade social, para entender que a reclusão ao ambiente doméstico, nesse caso, é vivida com dor e não com prazer, devido à consciência do sofrimento pelos mortos e suas famílias e pelas pessoas que não têm condições de viver esse tempo com dignidade (Bregalda, Correia, Amado, & Omura, 2020). Esse foi o pressuposto norteador de todas as proposições indicadas na página.

Inicialmente o primeiro conteúdo foi um vídeo, apresentando o projeto e seus objetivos, bem como sua nova proposta. Outros vídeos foram sendo disponibilizados na medida em que os extensionistas os preparavam. Estes possuíam diversas temáticas, como: a importância de manter-se ativo durante a quarentena, dicas sobre como minimizar a ansiedade perante a pandemia, atividades de estimulação cognitiva utilizando fotografias e músicas.

Apostou-se na adesão da proposta pelas pessoas idosas, tendo em vista a boa aceitação do *Facebook* por esse público, o que se explica pela vontade de pertencer, de poder participar de conversas, e acompanhar a família, e ainda pela necessidade de preencher o tempo livre, e vencer a solidão. Estes são apontadas como principais motivos que aproximam as pessoas idosas das redes sociais (Rebello, 2015).

Atividades audiovisuais enquanto forma de aprendizagem, aproximação intergeracional e difusão do conhecimento

As vantagens da produção de vídeo no processo de aprendizagem são amplamente confirmadas pela literatura, que aponta seus inúmeros benefícios, entre eles: estímulo ao desenvolvimento do pensamento crítico, da expressão e comunicação; incentivo ao aprendizado de forma interdisciplinar; e integração de diferentes capacidades e inteligências (Silva, Scortegagna, & Bertolotti de Marchi, 2020).

O processo de produção dos vídeos para ser disponibilizado na página do projeto em rede social seguiu três etapas: Preparação do roteiro contendo o tema, a proposta e a abordagem; a gravação do vídeo propriamente dita que incluiu repetições de cenas, gravações do mesmo roteiro pelos três extensionistas para posterior escolha mais adequada e finalmente a postagem e divulgação do material na página.

Ao preparar o roteiro, houve um necessário investimento teórico por parte dos estudantes extensionistas, decorrentes do momento de supervisão. O momento da supervisão semanal, acontecido de forma remota por meio de plataformas virtuais, foi percebido como um momento de troca de percepções, dúvidas e inquietudes e se configuraram em uma experiência de ganho duplo: se, por um lado, os extensionistas adquiriram novos saberes e habilidades, por outro garantiram uma melhor formação que poderá ser convertida em uma prática futura mais eficaz.

A supervisão incluiu a orientação e o estudo com base em textos nos temas de Gerontologia (Carvalho, Mesquita, & Farias, 2017):

“A bagagem multidisciplinar dos participantes do projeto também contribuiu para a efetivação de um conteúdo amplo, amparado pelo Campo da Gerontologia que se debruça sobre o tema proposto. Ademais, a orientação ativa e a construção horizontal de conhecimentos junto à professora coordenadora fez-se primordial nesse novo formato de extensão.” (Extensionista 1, Estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

O momento da pandemia é de excesso de informações e muitas incertezas. Por isso, tornou-se fundamental, portanto, instrumentalizar o estudante para que ele fosse capaz de filtrar as informações e fazer uma seleção crítica do material disponível, estabelecendo uma reflexão coletiva e dialogada sobre os conhecimentos disponíveis (Silva, Scortegagna, & Bertolotti de Marchi, 2020). Além dos conhecimentos próprios do Campo da Gerontologia, aconteceu também o aprendizado das próprias ferramentas virtuais, bem como da aquisição de uma nova linguagem adequada ao ambiente das redes sociais virtuais. Foi necessário o aprimoramento do poder de síntese e seleção dos conteúdos realmente prioritários e mais relevantes, visto que as informações precisavam ser apresentadas em curto período de tempo e em uma linguagem acessível a qualquer público.

O momento da gravação propriamente dita se deu de maneira individual em virtude das circunstâncias, que exigiam a restrição social. O erro que, em geral, caracteriza-se como algo negativo, passou a ser construtivo para a aprendizagem. Na experiência de gravação, o erro era percebido como momento privilegiado de reflexão e investigação, sendo, portanto, valorizado como acontecimento significativo e como estratégia fundamental para uma proposta de aprendizagem (Marcelino, E., & Marcelino, A. B. B., 2018). As múltiplas cenas, gravadas e regravadas, quando apresentadas posteriormente nas reuniões remotas, promoveram a discussão sobre os erros e acertos, propiciando a participação ativa dos extensionistas.

A edição dos vídeos foi motivo de muita interação entre os extensionistas que, em virtude da pandemia, utilizaram os meios remotos para essa tarefa complexa.

Tal tarefa envolveu o aprendizado de novos aplicativos de produção de vídeo e de novas habilidades. A pesquisa por novas técnicas de edição e programas de computador, que auxiliassem na criação de material virtual acessível para as pessoas idosas, também foi um aspecto importante. Todos os vídeos produzidos foram legendados, utilizaram cores de maior contraste, fontes de tamanho adequado a leitura e boas condições de luminosidade, levando em conta as questões relacionadas à acessibilidade.

“Às vezes a experiência é cansativa por ter muitas modificações, mas quando finalizamos é muito gratificante. É muito prazeroso terminar os vídeos e conseguir disponibilizar um conteúdo didático sobre exercícios físicos, estimulação cognitiva entre outras.” (Extensionista 2, Estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

“Ao longo das vivências práticas, percebemos que era necessário repensar a rotina entre as tarefas domésticas e as dedicadas ao projeto, pois, muitas vezes, as atividades eram estruturadas por horas extensas e pouco convencionais, estendendo-se frequentemente até às 3h da manhã, independentemente do dia da semana, tornando esse processo cansativo. Mediante estes apontamentos, resolvemos pactuar horários para o engajamento das ações, de forma a conciliar melhor as ocupações do cotidiano. A boa relação entre os extensionistas contribuiu para que a comunicação e execução das incumbências durante esta fase adaptativa fosse conduzida de forma proveitosa, entregando um trabalho final bastante satisfatório.” (Extensionista 1, Estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

Segundo os extensionistas, as habilidades aprendidas dificilmente seriam acessadas fora da situação atual, pois não fosse o confinamento não perceberiam essa importância, que foi decorrente da necessidade de manter a interação e continuar as atividades projeto e, também, por outro lado, o investimento também se deveu à consciência de que o número diário de internautas provavelmente aumentou bastante, e esse é um meio possível para um futuro exercício profissional.

O cenário atual possibilitou um novo horizonte aos profissionais de saúde, o do teleatendimento que passou a ser uma realidade, beneficiando classes e pacientes que continuaram seu tratamento mesmo durante a pandemia. Espera-se que, daqui para a frente, que o ensino para a formação de novos profissionais inclua essas habilidades.

Os vídeos e as gravações foram meios pelos quais os extensionistas puderam ir se familiarizando com essas novas formas de interação. Observou-se, então, que esse cenário pode trazer oportunidades e incluir a tecnologia para mais perto do cotidiano dos profissionais de saúde.

Os extensionistas consideraram a gravação dos vídeos também como oportunidade de estreitamento dos laços com os avós, já que, por vezes, esses participaram das filmagens realizando as atividades propostas, e servindo de “modelos”, no sentido de mostrar como realizá-las.

O convívio intergeracional implica em atitudes mais positivas em relação às demais gerações, além do enriquecimento cultural derivado das trocas de experiências próprias de cada geração, por meio de um processo no qual os jovens transmitem aos idosos novos hábitos e valores, além das novas tecnologias, ao mesmo tempo em que os idosos repassam aos jovens a história da família e da comunidade, além de diferentes modelos de como lidar com o envelhecimento (Nepomuceno, Farias, Folle, & Mazo (2018). Os estudos acerca da relação entre avós e netos demonstram que, quando eles interagem uns com os outros, com frequência tendem a ser emocionalmente próximos e apresentam uma relação satisfatória (Nepomuceno, Farias, Folle, & Mazo (2018):

“A relação com minha avó está sendo cada vez mais próxima, pelo fato de utilizar os conhecimentos adquiridos com os vídeos, com ela, fazendo com que nossa relação melhore a cada oportunidade. Também vejo que ela está gostando bastante por ter uma relação mais próxima a mim e por estar sempre realizando uma atividade, seja ela física, como os exercícios físicos ou cognitiva, como os jogos de memória e dos sete erros.” (Extensionista 3, estudante do Curso de Educação Física).

“O meu avô que mora comigo tem tido mais interesse em alongamentos, exercícios e na saúde dele. Através do conteúdo que ele me vê produzindo, tem ficado mais cauteloso com a saúde dele e aprendido a importância de permanecer em casa. Contudo, tenho tido mais contato com ele por estar fora da rotina corrida e aprendido a ouvir melhor.” (Extensionista 2, estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

“A minha relação com o meu avô sempre foi bastante próxima, uma vez que moramos no mesmo quintal; entretanto, por decorrência da quarentena exigir maior atenção à saúde, fomos capazes de incluir, com mais frequência, hábitos de cuidado com o corpo e de manutenção das habilidades cognitivas através de atividades variadas; entre elas, incluímos as atividades físicas abordadas no vídeo que produzimos para divulgar na página do Facebook do projeto, de forma bem descontraída. Ao final da primeira prática dos exercícios recomendados, meu avô confessou que foi o melhor exercício que ele já fez na vida. Não só por se manter mais ativo, mas também por compartilhar esse momento comigo.” (Extensionista 1, estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

A família é a principal fonte de suporte do idoso diante das tensões geradas pelos eventos de vida, tais como esse tempo de confinamento, sendo também importante investir nessa aproximação para o conhecimento de suas fragilidades e potencialidades. O vídeo propiciou essa aproximação:

“É muito prazeroso terminar os vídeos e conseguir disponibilizar um conteúdo didático sobre exercícios físicos, estimulação cognitiva e outros temas.” (Extensionista 2, estudante do curso de Terapia Ocupacional)

O vídeo é uma ferramenta que possui ampla possibilidade de divulgação e acesso. A linguagem audiovisual possibilita alcançar espectador de forma multissensorial, permitindo a interatividade e a flexibilidade para futuras consultas (Lima, *et al.*, 2019). A experiência permitiu que os conteúdos criados no projeto tenham uma visibilidade bem maior e imediata:

“O fato de o conteúdo estar na internet, permite que mais pessoas conheçam o projeto e, ainda por cima, consigam fazer as atividades que estamos propondo com a elaboração dos vídeos.” (Extensionista 3, estudante do Curso de Educação Física).

“Nesse momento, a maior visibilidade desse conteúdo, na minha opinião, é de fundamental importância para o idoso que realizará essas atividades, pois além de não o deixar ocioso, faz com que ele seja

constantemente estimulado, cognitiva e fisicamente, resultando numa quarentena menos danosa para este indivíduo. Caso essas atividades sejam continuadas durante e após a quarentena, esse idoso será beneficiado ao melhorar sua qualidade de vida.” (Extensionista 2, estudante do Curso de Terapia Ocupacional).

É inegável a importância das mídias sociais no cotidiano das pessoas, inclusive de idosos. Os *sites* funcionam como central de informações de enorme rapidez. Notícias importantes são disseminadas em *sites*, como o *Facebook*, numa velocidade que outros veículos de comunicação não conseguem acompanhar (Silva, V., & Silva, A., 2015).

Analisando os acessos da página, percebeu-se que os vídeos publicados alcançaram público além do público-alvo (as pessoas idosas). Percebeu-se o compartilhamento de pessoas de diversas idades, de outros países, e daqueles que não frequentam o ambiente universitário. Como o uso das redes sociais tem sido crescente nesse período de quarentena para divulgação de informações, *lives*, cursos e para fins educacionais, isso resulta em bastante interação com o público. Nessa perspectiva, a difusão do conhecimento tem sido mais rápida, pois a informação fica disponível na internet.

A rede social é uma maneira muito poderosa para se veicular uma notícia, e ainda tem a vantagem do rápido retorno do impacto da informação, quase que de forma imediata, e na parte de comentários dos *posts*, a possibilidade de que se realizem discussões sobre o tema abordado, aumentando a interação entre o divulgador da informação e o público (Silva, V., & Silva, A., 2015).

Analisando a experiência como um todo, notaram-se aspectos que, de alguma forma, facilitaram-na ou a dificultaram-na. Entre os processos facilitadores, destacaram-se: a fixação e melhor aprendizado do tema como consequência da reiteração havida durante a produção dos vídeos; o aperfeiçoamento da capacidade linguística variada, com o intuito de oferecer uma linguagem simplificada; a progressão da relação interpessoal entre os integrantes do projeto e a troca multidisciplinar para o desenvolvimento do material. Além disso, essa prática possibilitou o exercício da habilidade de mediar opiniões em prol do progresso das ações que demandam o projeto.

Entre as dificuldades, foram percebidas: a maior necessidade da otimização do tempo com o intuito de equilibrar as dinâmicas do dia a dia; a dificuldade para estabelecer um diálogo ativo durante as reuniões remotas, pois os participantes dependeram de uma boa conexão com a internet e precisaram considerar a dinâmica de suas rotinas familiares.

A vivência do projeto de extensão, dentro desse novo contexto, em meio ao isolamento social, proporcionou um novo olhar sobre os tipos de metodologias existentes, as quais se podem explorar em situações imprevistas. Para os estudantes extensionistas, a continuidade das ações do projeto, de forma remota, também foi crucial para a manutenção do vínculo com a universidade, visto que as aulas foram suspensas, assim como os estágios e demais atividades práticas.

Considerações finais

Este artigo abordou as práticas e transformações do projeto de extensão “Participação sociocultural da população idosa”, em função do período de restrição social imposto pela pandemia da Covid-19, e consistiu em um trabalho de elaboração das experiências do projeto, segundo a visão de sua equipe, considerando suas competências reflexivas e associativas, bem como suas crenças e posições. As atividades foram aqui analisadas enquanto forma de aprendizagem, aproximação intergeracional e difusão do conhecimento.

No estudo, as estratégias adotadas foram abordadas em consonância com realidade atual, a fim de alcançar o público-alvo e discutiu-se o novo modo de se operar com o projeto, que incluiu: o incremento das habilidades tecnológicas, a transformação das reuniões de planejamento para o modo virtual, utilizando as diferentes plataformas; o uso dos aplicativos para edição de vídeo e, o conhecimento sobre as dinâmicas das redes sociais (tempo de vídeo, formas de interatividade e divulgação).

Espera-se que o estudo possa ter contribuído, demonstrando o papel estratégico da extensão na formação profissional, e ainda as potencialidades inerentes às mudanças, ainda que estas tenham sido decorrentes de momentos adversos, tais como o imposto pela pandemia.

Referências

Brasil. (2003). Diário Oficial da União [DOU]. Lei Federal n.º 10.741, de 1º de outubro de 2003. *Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências*. Recuperado em 18 maio, 2020, de: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/2003/L10.741.htm.

Brasil. (2006). Ministério da Saúde [MS]. *Portaria n.º 2.528, de 19 de out de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa*. Diário Oficial da União, 19 out de 2006. Recuperado de: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/2528%20aprova%20a%20politica%20nacional%20de%20saude%20da%20pessoa%20idosa.pdf>.

Brasil. (2010). Diário Oficial da União [dou]. *Lei n.º 12.343, de 2 de dezembro de 2010. Institui o Plano Nacional de Cultura - PNC cria o Sistema Nacional de Informações e Indicadores Culturais - SNIIC e dá outras providências*. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <http://www.cultura.gov.br/documents/10907/963783/Lei+12.343++PNC.pdf/e9882c97-f62a-40de-bc74-8dc694fe777a>.

Bregalda, M. M., Correia, R. L., Amado, C. F., & Omura, K. M. (2020). Ações da terapia ocupacional frente ao coronavírus: reflexões sobre o que a terapia ocupacional não deve fazer em tempos de pandemia. *Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup.*, 4(3), 269-271. Recuperado em 18 maio, 2020, de: [file:///C:/Users/Dados/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/34445-92016-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Dados/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/34445-92016-1-PB%20(1).pdf)

Carvalho, C. R. A., Mesquita, M. M., & Farias, P. H. (2017). A influência da prática extensionista na identidade profissional. *Interagir (Uerj)*, 1(1), 58-72. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/interagir/article/view/25110>.

Cavalcante, Y. A., Carvalho, M. T. V., Fernandes, N. T., Teixeira, L. C., Moita, S. de M. N., Vasconcelos, J., & Moreira, A. C. A. (2019). Extensão Universitária como ferramenta no processo de ensino e aprendizagem na formação do enfermeiro. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(1), 463-475. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/45461/30038>.

Daltro, M. R., & Faria, A. A. (2019). Relato de experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. *Estud. Pesqui. Psicol.*, 19(1), 223-237. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v19n1/v19n1a13.pdf>.

Frizzo, H. C. F., Bousso, R. S., Borghi, C. A., & Pedro, W. J. A. (2017). A expressão de pesar e luto na internet: um estudo de caso mediante o processo de adoecimento e morte de um cônjuge. *Revista Kairós-Gerontologia*, 20(4), 207-231. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/36628/24996>.

Lima, V. S., Azevedo, N. A. A., Guimarães, J. M. X., Pereira, M. M., Agostinho Neto, J., Souza, L. M., Pequeno, A. M. C., & Sousa, M. S. (2019). Relato de experiência | Produção de vídeo educacional: estratégia de formação docente para o ensino na saúde. *Reciis – Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde*, 13(2), 428-438. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/33800/2/17.pdf>.

Marcelino, E., & Marcelino, A. B. B. (2018). A importância da construção de materiais didáticos digitais para professores do ensino superior. *Braz. Ap. Sci. Rev.*, 2(2), 596-606. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BASR/article/view/428>.

Nepomuceno, A. S. N., Farias, G. O., Folle, A., & Mazo, G. Z. (2018). Relação intergeracional e prática de atividade física entre avós e netos. *Pensar a Prática*, 21(1), 178-193. Recuperado em 18 maio, 2020, de: DOI: 10.5216/rpp.v21i1.46602.

Rede Nacional de Extensão. (2020). FORPROEX divulga iniciativas extensionistas de combate à Covid-19. Recuperado em 29 maio, 2020, de: <https://www.ufmg.br/proex/renex/index.php/noticias/194-forproex-divulga-iniciativas-extensionistas-de-combate-a-covid-19>.

Rebello, C. (2015). Utilização da Internet e do Facebook pelos mais velhos em Portugal: estudo exploratório. *OBS**, 9(3), 129-153. Recuperado em 19 maio, 2020, de: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-59542015000300008&lng=pt&nrm=iso.

Silva, A. N. da, Senna, M. A. A. de, Teixeira, M. C. B., Lucietto, D. A., & Andrade, I. M. de. (2020). O uso de metodologia ativa no campo das Ciências Sociais em Saúde: relato de experiência de produção audiovisual por estudantes. *Interface*, 24, 1-14. Recuperado em 22 maio, 2020, de: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832020000100502&lng=en&nrm=iso.

Silva, C. R., Cardinalli, I., & Lopes, R. E. (2015). A utilização do blog e de recursos midiáticos na ampliação das formas de comunicação e participação social. *Cad. Ter. Ocup.*, 23(1), 131-142. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <http://doi.editoracubo.com.br/10.4322/cto.2015.012>.

Silva, F., Scortegagna, S., & Bertoletti de Marchi, A. C. (2018). Facebook as a Social Support Environment for Older Adults. *Univ. Psychol.*, 17(3), 194-204. Recuperado em 18 maio, 2020, de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672018000300194&lng=en&nrm=iso.

Silva, L. L. N. B., & Rabelo, D. F. (2017). Afetividade e conflito nas díades familiares, capacidade funcional e expectativa de cuidado de idosos. *Pensando fam.*, 21(1), 80-91. Recuperado em 18 maio, 2020, de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2017000100007&lng=pt&nrm=iso.

Silva, V., & Silva, A. (2015). O papel do Facebook na divulgação científica de notícias relacionadas ao meio ambiente. *Revista Extraprensa*, 8(1), 177-192. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <http://www.revistas.usp.br/extraprensa/article/view/epx15-r2>.

Universidade Federal do Rio de Janeiro. Pró-Reitoria de Extensão. Extensão universitária: conceitos, métodos e práticas. In: Universidade Federal do Rio de Janeiro. *Pró-Reitoria de Extensão*. Recuperado em 18 maio, 2020, de: <http://www.pr5.ufrj.br/index.php/o-que-e-extensao/conceito>.

Universidade Federal do Rio de Janeiro. *Nota da Reitoria*. Coronavírus: Reitoria da UFRJ faz esclarecimento sobre EaD. Recuperado em 15 maio, 2020, de: <https://ufrj.br/noticia/2020/03/23/coronavirus-reitoria-da-ufrj-faz-esclarecimento-sobre-ead>.

Claudia Reinoso Araujo de Carvalho - Professora Adjunta do Departamento de Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Professora Permanente do Programa de Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social do Instituto de Psicologia da UFRJ (EICOS/IP/UFRJ).
E-mail: claudiareinoso@medicina.ufrj.br

Karina Alves Nunes de Oliveira - Acadêmica do Curso de Terapia Ocupacional, Universidade Federal do Rio de Janeiro.
E-mail: karinanunes.toufrj@gmail.com

Marcus Vinicius Sampaio Peres - Acadêmico do Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio de Janeiro.
E-mail: marcusperes39@gmail.com

Mylena Barbosa de Araujo – Acadêmica do Curso de Terapia Ocupacional, Universidade Federal do Rio de Janeiro.
E-mail: d.mylena@gmail.com