

IDOSOPOD: UMA EXPERIÊNCIA DIGITAL DE EDUCAÇÃO EM GERIATRIA E GERONTOLOGIA

**Rafael Tenório Falcão¹, Bruno Sutani de Cardoso Barros², Bruno de Melo Souza³,
Rodrigo de Lemos Soares Patriota⁴**

¹ Universidade de Pernambuco, (rafael.tenorio@upe.br)

² Universidade de Pernambuco, (bruno.sutani@upe.br)

³ Universidade de Pernambuco, (melosouza.bruno137@gmail.com)

⁴ Universidade de Pernambuco, (rodrigo.patriota@upe.br)

Resumo

Objetivo: O presente relato objetiva descrever a experiência de três ligantes na produção e na participação do projeto de extensão Idosopod, bem como apresentar a experiência do projeto, enquanto instrumento de educação em saúde nos âmbitos da Geriatria e da Gerontologia, e relatar aspectos e impactos quantitativos e qualitativos da experiência citada. **Método:** O projeto de extensão Idosopod fundamenta-se na construção de um olhar voltado para a saúde e o cotidiano dos idosos, procurando informar mais a sociedade acerca do tema. O Idosopod busca difundir informações sobre os âmbitos da Geriatria e da Gerontologia, através das mídias sociais, como Instagram e Spotify, a partir de conteúdos em lives que serão transformados em podcasts, sendo produzidos pelos orientadores e ligantes da Liga Acadêmica de Geriatria da Universidade de Pernambuco. **Resultados:** O projeto obteve mais de 150 reproduções na plataforma Spotify e mais de 3000 visualizações na plataforma Instagram, além de significativo feedback positivo dos participantes. **Conclusão:** Observou-se positiva relação na escolha de temas que estivessem em consonância com os eixos temáticos de eventos organizados pela liga acadêmica. A abordagem multiprofissional na escolha dos temas e a linguagem acessível se mostrou fundamental para a adesão do público alvo.

Palavras-chave: Saúde do Idoso; Educação em Saúde; Webcast.

Área Temática: Inovações e Tecnologias no Ensino de Saúde e Educação em Saúde.

Modalidade: Trabalho completo.

1. INTRODUÇÃO

No período correspondente aos anos de 2020 e 2021, devido a pandemia provocada pelo SARS-CoV-2, ocorreu um fortalecimento do meio digital. Segundo dados da Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel), o uso da internet no Brasil, no mês de abril de 2021, contou com 36,5 milhões de acessos por banda larga fixa. Essa quantia elevada de acessos resultou em um aumento do consumo das mais diversas formas de produtos digitais, como vídeos e postagens em redes sociais.

Um dos formatos de programas que teve um aumento em sua popularidade foi o podcast. Inspirados nos programas de rádio, os podcasts são conteúdos em formato de áudio que são disponibilizados por serviços de streaming ou de arquivos, porém, também podem contar com o auxílio de estímulos visuais no formato de vídeo.

Paralelamente a essa realidade, o Brasil está sofrendo um processo de inversão da pirâmide etária, no qual em 2010, os idosos acima de 65 anos representavam 7,4% de toda a população (IBGE, 2010). Esse aumento na idade média populacional veio acompanhado de uma demanda por acréscimos em políticas e ações públicas que visem essa parcela da sociedade, a exemplo de programas que busquem fornecer e informar de forma acessível e objetiva a respeito da saúde do idoso, não só a fim de gerar a prevenção de comorbidades, mas também conscientizar sobre os tópicos que mais geram dúvidas e tabus nessa temática e auxiliar o cuidado desse idoso, caso já possua alguma patologia.

Imersos nesse contexto, os ligantes da Liga Acadêmica de Geriatria da Universidade de Pernambuco (LAGEUPE), sob orientações de profissionais das áreas de geriatria e de gerontologia, desenvolveram, no ano de 2021, o Idosopod, um podcast a respeito da temática da saúde e cotidiano da pessoa idosa, visando suprir as demandas citadas anteriormente de forma clara e acessível a todos os públicos, sejam idosos, população em geral, acadêmicos de saúde, ocorrendo totalmente de forma digital, nos moldes de uma conversa entre o apresentador, o professor orientador do projeto e o convidado, abordando as mais diversas temáticas a respeito do idoso, desde aspectos biológicos a perspectivas sociais.

O presente trabalho busca descrever a experiência de três ligantes na produção e na participação do Idosopod, tendo também como objetivo apresentar a experiência do projeto de extensão, enquanto instrumento de educação em saúde nos âmbitos da Geriatria e da Gerontologia, e relatar aspectos e impactos quantitativos e qualitativos da experiência citada.

2. MÉTODO

O projeto de extensão Idosopod (Idoso + Podcast = Idosopod) fundamenta-se na construção de um olhar voltado para a saúde e o cotidiano dos idosos, procurando informar mais a sociedade acerca do tema. O Idosopod tem como objetivo disseminar conhecimentos no que tange a área da saúde do idoso para a população, através de lives e podcasts. Como objetivos específicos, o projeto busca: instruir futuros médicos generalistas sobre os conteúdos de geriatria essenciais para a prática médica; difundir a geriatria como residência médica entre os alunos de medicina; popularizar a Liga Acadêmica de Geriatria da Universidade de Pernambuco entre os discentes do estado; propagar conhecimentos ao público leigo sobre aspectos fundamentais da saúde e do cotidiano da pessoa idosa.

Tal importância da disseminação de conhecimento na área da saúde do idoso tem base no fato do envelhecimento populacional ser uma realidade mundial em diversos países, fazendo-o imprescindível uma adequada atenção e promoção à saúde do idoso (OLIVEIRA *et al.*, 2021). Com isso, busca-se transmitir a necessidade de capacitação dos futuros profissionais da saúde e de informar a população em si para que seja garantido o envelhecimento saudável, principalmente num futuro em que é previsto maioria idosa.

Segundo Ana Maria Silva Oliveira, "dentre as possibilidades da internet, as redes sociais são as mais atrativas, tanto que o Facebook e WhatsApp lideram o ranking de acessos. E, nessas redes sociais, é crescente uma nova tendência: as redes sociais segmentadas. São páginas ou grupos criados para visualização e compartilhamento de mensagens direcionadas a públicos específicos e temas diversos. O ambiente da web se tornou um dos mais propícios para publicação de variados assuntos, incluindo neste contexto, os temas referentes à Ciência, Tecnologia e Inovação (CT&I)" (OLIVEIRA, 2020). Acompanhando o pensamento da autora, nota-se que as redes sociais são uma importante ferramenta de propagação de conhecimentos.

Nesta perspectiva, novos caminhos se abrem para o compartilhamento de informações para a população e a adoção de novas abordagens é necessária dentro de um contexto de isolamento social em que o contato tem-se realizado, de forma preferencial e segura, por meio das redes sociais.

Assim, a proposta do projeto é que a saúde do idoso e seu dia a dia seja mais discutida entre alunos e a comunidade, auxiliando na construção da formação acadêmica e na melhoria da qualidade de vida dessa população.

O Idosopod busca difundir informações sobre a saúde e o cotidiano da pessoa idosa, através das mídias sociais, como Instagram e Spotify, a partir de conteúdos em lives que serão transformadas em podcasts (conteúdos em áudio), sendo produzidos pelos orientadores e ligantes da LAGEUPE.

Outrossim, os assuntos abordados seguem um cronograma previamente definido pela liga, acompanhando os eventos por ela realizados. O roteiro baseia-se nas dúvidas do público, colhidas através da plataforma Instagram. Busca-se, além dos profissionais, trazer os idosos para os podcasts e colher relatos, enriquecendo assim ainda mais a discussão.

Atualmente, a frequência do podcast é semanal e o projeto, que é totalmente gratuito, tem como público alvo profissionais e estudantes de saúde, cuidadores, familiares e os próprios idosos. Inicialmente, foram realizadas reuniões com todos os discentes e docentes responsáveis pelo projeto para a decisão e organização dos temas abordados, bem como escolha de convidados e o cronograma das apresentações do podcast. Posteriormente, são elaborados quizzes sobre os assuntos dos programas, a fim de medir o grau de conhecimento prévio dos ouvintes e divulgar a live que acontece no Instagram.

Para cada episódio, é definido um tema base, que será apresentado por um especialista sobre o assunto abordado, um professor orientador (médico geriatra) e um aluno participante do projeto, que atuará como mediador da conversa. Importante destacar que os temas abrangem os mais diversos profissionais de saúde e são de grande relevância para a saúde e o cotidiano da pessoa idosa.

No que tange a dinâmica do episódio, o modelo segue o formato de uma roda de conversas, na qual é debatido, entre o convidado, o orientador e o estudante, um tema previamente definido e que permeia a Geriatria e/ou a Gerontologia. Em um primeiro momento, a gravação do episódio acontece por meio de uma live no Instagram, através do perfil da LAGEUPE. Posteriormente, é extraído o áudio do episódio através de ferramentas que permitem converter o formato do vídeo a mp3. Então, o arquivo do áudio será inserido nas mais

diversas plataformas utilizadas para escutar podcasts, a exemplo da Anchor, Breaker, Google Podcasts, Pocket Casts, RadioPublic, Spotify, estando contido em contas do projeto Idosopod.

Os episódios ocorreram, inicialmente, quinzenalmente e hoje ocorrem semanalmente. Antes de iniciar a gravação, é disponibilizado ao público uma caixa de perguntas na plataforma do Instagram, para serem colocadas as principais dúvidas das pessoas acerca do tópico do dia, servindo como base para o roteiro do programa, com objetivo de sanar as principais dúvidas da população. Cada programa conta com um tempo médio de duração entre 30 a 50 minutos.

Após a publicação de cada episódio, é realizada uma reunião para obter o feedback dos participantes em relação ao que foi apresentado, além da distribuição de um formulário para a avaliação do conteúdo que foi apresentado, abordando tópicos como relevância, didática, qualidade do áudio e duração.

Outrossim, é realizado o acompanhamento mensal das visualizações dos episódios e da postagem realizadas na página do Instagram, a fim de colocar esses dados no gráfico, servindo como estratégia de acompanhamento das atividades. Além disso, há a produção de tabelas para o monitoramento do crescimento nos números de seguidores tanto nas plataformas que será lançado o podcast, bem como na página do Instagram para verificar a evolução do público contemplado pelo projeto.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O podcast da LAGEUPE, o Idosopod, até o presente momento, possui 08 episódios, disponibilizados nas plataformas Instagram, Anchor, Breaker, Google Podcasts, Pocket Casts, RadioPublic e Spotify. Ademais, encontram-se disponibilizadas no Instagram da LAGEUPE, onde são originalmente transmitidas no formato de live e, posteriormente, salvas no IGTV, sendo esta uma ferramenta da rede social para a visualização de vídeos com até uma hora de duração. Abaixo, encontra-se a listagem dos oito episódios produzidos até o presente momento:

- Episódio 01 - Perguntas e respostas sobre a alimentação no idoso
- Episódio 02 - Quando a tristeza é algo para se preocupar no idoso?
- Episódio 03 - "Estou esquecido... E agora?"

- Episódio 04 - Como correr da ansiedade e depressão?
- Episódio 05 - Como o terapeuta ocupacional atua no cuidado com o idoso?
- Episódio 06 - Adesão medicamentosa no idoso
- Episódio 07 - Vacinação nos idosos: vamos falar sobre?
- Episódio 08 - Direitos dos idosos

A escolha do assunto dos dois primeiros episódios do podcast foi feita em consonância com o tema de cursos organizados pela liga, nas áreas de nutrição geriátrica e psicogeriatría, respectivamente. O primeiro, intitulado “Perguntas e respostas sobre alimentação no idoso”, foi transmitido no dia 03 de março de 2021, trazendo uma nutricionista para sanar dúvidas levantadas previamente pelo público em uma caixa de perguntas disponível no Instagram. O episódio teve 42 reproduções no Spotify e 306 visualizações no Instagram, representando significativa adesão e aceitação do projeto quanto ao público e visibilidade ao tema.

As alterações biopsicossociais presentes no envelhecimento podem propiciar o surgimento de algumas doenças (DANTAS, SANTOS, 2017). Nesse aspecto, a depressão se apresenta em elevada frequência na população idosa e traz, conseqüentemente, impacto na qualidade de vida do indivíduo (GULLICH, DURO, CESAR, 2016). Assim, o segundo episódio, nomeado “Quando a tristeza é algo para se preocupar nos idosos?”, foi transmitido em 31 de março de 2021 e contou com a presença de um convidado da área de psicologia. Foi possível observar forte interesse por parte do público ouvinte, trazendo dúvidas e comentários acerca do assunto no chat. Esse episódio obteve 28 reproduções no Spotify e 605 visualizações no Instagram.

O podcast, almejando abordar temáticas pertinentes ao envelhecimento, trouxe uma queixa comum de pacientes idosos e seus familiares: o esquecimento. O terceiro episódio (“Estou esquecido... e agora?”), transmitido em 12/04/2021, trouxe um médico geriatra convidado para falar sobre a temática, trazendo os cenários em que o esquecimento merece uma maior preocupação e observação. Visto que é uma queixa relacionada à capacidade cognitiva e pode estar associada à presença de demência em idosos, teve-se considerável visibilidade ao tema frente ao público do Instagram com 322 visualizações e 23 no Spotify.

O quarto e o quinto episódios trouxeram o encerramento de um ciclo voltado à saúde mental dos idosos, em uma abordagem multiprofissional. O quarto episódio (Como correr da

ansiedade e depressão?), transmitido em 26 de abril de 2021, contou com a presença de um profissional de educação física, incentivando a prática de atividades físicas e demonstrando o papel do cuidador nesse cenário. Em sequência, no dia 03 de maio de 2021, o quinto episódio (“Como o terapeuta ocupacional atua no cuidado com o idoso?”), foi o primeiro a trazer o enfoque na atuação do profissional de saúde, sendo a convidada presente uma terapeuta ocupacional. Com isso, no Spotify, obteve-se no primeiro 22 reproduções e 10 em seu subsequente; enquanto isso, no Instagram, teve-se, respectivamente, 709 e 154 visualizações.

O envelhecimento saudável consiste na manutenção da saúde física, mental, social e espiritual, frente às alterações presentes no envelhecer (TAVARES et al, 2017). Com isso, os três episódios seguintes do podcast marcaram o início de um ciclo que permeia o envelhecimento saudável. A escolha deste eixo decorreu da presença da LAGEUPE na organização da I Jornada do Envelhecimento Saudável do Hospital Universitário Oswaldo Cruz, que ocorreu nos dias 04 e 05 de junho.

Dessa forma, no dia 10 de maio de 2021, teve-se o sexto episódio (“Adesão medicamentosa no idoso”), com a presença de uma enfermeira especialista em gerontologia, com 11 reproduções no Spotify e 233 no Instagram. O episódio seguinte, no dia 17/05/2021, com a presença de uma médica geriatra e paliativista, abordou a seguinte temática: “Vacinação em idosos: vamos falar sobre?”, tendo 16 visualizações no Spotify e 217 no Instagram. Por fim, no dia 26 de maio de 2021, o último episódio transmitido, até o presente momento, teve como convidada uma assistente social e trouxe o tema “Direito dos idosos”, com 06 visualizações no Spotify e 487 no Instagram. Diante disso, observou-se que a abordagem do eixo de envelhecimento saudável, no podcast, representou um momento de apresentação de assuntos que permeavam aqueles que seriam abordados posteriormente na I Jornada do Envelhecimento Saudável do Hospital Universitário Oswaldo Cruz.

4. CONCLUSÃO

Diante do exposto, observou-se positiva relação na escolha de temas que estivessem em consonância com os eixos temáticas de eventos organizados pela LAGEUPE, atuando de forma

complementar e cativando o público acerca dos eventos futuros. Ademais, a abordagem multiprofissional na escolha dos temas e a linguagem acessível se mostrou fundamental para a adesão do público alvo, constituído pela população geral, idosos e por estudantes e profissionais da área da saúde.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. **Agência Nacional de Telecomunicações**. Painéis de dados, 2021. Disponível em <<https://informacoes.anatel.gov.br/paineis/aceessos>>. Acesso em: 09 de jun. de 2021.
- DANTAS, E. H. M.; SANTOS, C. A. S. Aspectos biopsicossociais do envelhecimento e a prevenção de quedas na terceira idade. Joaçaba: **Editora Unoesc**, 2017.
- GULLICH, I.; DURO, S. M. S.; CESAR, J. A. Depressão em idosos: um estudo de base populacional no Sul do Brasil. **Rev bras Epidemiol**, v. 19, n. 4, 2016.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Divisão de Estudos e Projeção da População do Brasil por Sexo e Idade para o Período de 1980-2050: revisão 2006 Rio de Janeiro: **IBGE**, 2010.
- OLIVEIRA, A. M. S. As redes sociais e a popularização do conhecimento científico: metodologia para o ensino de física. **Revista Multidisciplinar de Ensino, Pesquisa, Extensão e Cultura do Instituto de Aplicação Fernando Rodrigues da Silveira**, 2020. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/e-mosaicos/article/view/46504>>. Acesso em: 3 de março de 2021.
- OLIVEIRA, M. C. S. *et al.* Importância da atenção e promoção à saúde frente ao processo de cuidado da pessoa idosa. **Brazilian Journal of Health Review**, 2021. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/23130>>. Acesso em: 3 de março de 2021.
- TAVARES, R. E. *et al.* Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. **Rev bras geriatr gerontol**, v. 20, n. 6, 2017.