



<http://pev-proex.uergs.edu.br/index.php/xsiepex/index>

ISSN do Livro de Resumos: 2448-0010

## **PODCAST PANELA DE PRESSÃO: UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19**

Roberta Breves LOSSO<sup>1</sup>; Glauce Maria Nunes de ARAUJO<sup>2,3,4</sup>; Eliane Dantas ROCHA<sup>2,5</sup>.

<sup>1</sup>Graduanda do curso de Nutrição. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). <sup>2</sup> Doutora em Ciências.

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) <sup>3</sup>. Professora Adjunta de Fisiologia e Fisiopatologia. Faculdade de Medicina de Petrópolis (FMP/UNIFASE); <sup>4</sup> Professora Adjunta de Fisiopatologia. Centro universitário Augusto Motta (UNISUAM). <sup>5</sup> Professora Adjunta de Fisiologia. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO).

E-mails: [roberta.breves@edu.unirio.br](mailto:roberta.breves@edu.unirio.br); [gnuaraujo@gmail.com](mailto:gnuaraujo@gmail.com); [dantasrocha@yahoo.com.br](mailto:dantasrocha@yahoo.com.br)

### **Resumo**

A brusca mudança na educação, desencadeada pela pandemia da COVID-19, marcou o início de grandes desafios, em especial na educação. Os espaços das aulas presenciais foram substituídos por salas virtuais e uma série de novas ferramentas foram introduzidas e ampliadas, permitindo que pelo menos, em parte, fosse possível seguir com a qualidade e fundamentos do ensino. Tal desafio levou estudantes e professores à aquisição de novas habilidades, algumas das quais permitiram ampliar ações de interação escola-comunidade. O podcast *Panela de Pressão* foi fruto de um processo de avaliação de aprendizagem da disciplina de Fisiologia Humana para o curso de Graduação em Nutrição na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro o qual, em virtude do resultado positivo e de destaque, deu origem a um Projeto de Extensão Universitária, promovendo Educação Popular em Saúde com linguagem acessível, interativa e motivadora para o público leigo e acadêmicos.

### **INTRODUÇÃO**

Durante a Pandemia da COVID-19 houve a necessidade de se criar novos mecanismos que facilitassem os processos de ensino-aprendizagem, bem como que permitisse dar continuidade a projetos de extensão e outras atividades universitárias. Vários trabalhos na literatura ilustram esse momento determinante da educação (DINIZ et al, 2020; MELO et al. 2021). Sabe-se que a Extensão Universitária pode ser definida como um processo educativo, cultural e científico que vincula o Ensino e a Pesquisa de forma indissociável e viabiliza a relação transformadora entre a Universidade e a Sociedade. Com isso, com o auxílio de métodos e linguagens eficazes para a transmissão de informações e conteúdos, projetos de Extensão Universitária podem enriquecer e contribuir com a produção de conteúdo e materiais para a educação em saúde. Neste contexto surge a ideia do *podcast* *panela de pressão* como um projeto de extensão universitária, que possibilita a educação em saúde, e aproveitando o momento em que as pessoas estão mais voltadas para essa forma de comunicação a distância. O recurso do *podcast* possui vantagem de



apresentar o tema abordado de maneira clara e resumida com artifícios que o tornam além de informativo, atraente e motivador para o ouvinte. No processo de aprendizagem, este enquadra-se como metodologia ativa, já que posiciona os estudantes em local de destaque, como participantes ativos (ROMAN et al., 2017). Esta mídia digital, que em muito se assemelha ao rádio de muitas décadas atrás, vem ocupando espaço e permitindo o desenvolvimento de projetos de educação em saúde, como o que apresentamos aqui, o Painel de Pressão. O objetivo deste projeto é permitir que conhecimentos científicos, que relacionam a nutrição e a fisiologia, possam ser fornecidos a comunidade, de forma acessível, para garantir uma escolha mais saudável e de maior qualidade na alimentação. O Painel de Pressão é criação de uma aluna da graduação do curso de Nutrição dentro de um programa de Extensão de uma Universidade Pública Federal. Este programa possui desde o início da pandemia suas ações compartilhadas por meio do *Instagram*. Além disso, os conteúdos do Painel de Pressão são compartilhados com o público através de diversas plataformas, como *Whatsapp*, *Facebook* e plataformas de áudio.

## **METODOLOGIA**

Na produção do conteúdo de cada episódio houve uma preocupação em baseá-los em evidências científicas, garantir um olhar crítico para o estilo de vida atual, bem como respeitar a cultura alimentar de cada país, região, Estado, cidade, bairro e/ou ciclo social. Para que o Painel de Pressão pudesse ser divulgado como material tecnológico educativo de Extensão Universitária, foi realizada inicialmente a elaboração da capa, do logo do *podcast* e por último foram escolhidos os temas a serem abordados. No total, foram produzidos oito episódios associando os assuntos de fisiologia/nutrição. A pesquisa bibliográfica baseou-se em artigos científicos, Guia Alimentar Para a População Brasileira, livros e outras fontes. Com isso, houve a delimitação dos tópicos dentro dos assuntos, escrita do roteiro, gravação das falas, edição, publicação em plataforma gratuita de áudio e divulgação pelas mídias sociais do programa de Extensão. Eles foram divulgados semanalmente na plataforma do *SoundCloud*. Após a conclusão da temporada, os episódios foram publicados no *Spotify*, *Youtube*, *Google Podcast* e outros; além de ter sido criado o *Instagram* do *Podcast* Painel de Pressão. O público alvo consistiu na comunidade em geral, que acessa as redes sociais do programa de Extensão desta Universidade.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Segundo Carvalho e Saldanha, 2018, o *podcast* é uma promessa para atender as necessidades dos ouvintes, que, no mundo globalizado, sofrem com a grande quantidade de documentos disponíveis para leitura. A vantagem dessa maneira de informação é fornecer o conhecimento em pequenas quantidades o que facilita o processo de memorização e o entendimento. Graças ao avanço tecnológico nestas mídias digitais esse método passou a ser acessível a todos. O acompanhamento em tempo real, bem como a disponibilidade do ouvinte gerenciar o seu tempo são fatores determinante que garantem o sucesso do *podcast*. Durante a construção desse projeto algumas barreiras tiveram que ser transpostas, tais como, a criação dos episódios, a escolha do marketing e plataformas, que seriam utilizadas para a divulgação dos mesmos. Porém um grande problema era



como medir a receptividade do público alvo e o alcance do projeto. As plataformas *Soundcloud* e *Anchor* permitem a coleta desses dados, que estão ilustrados nas tabelas abaixo:

<i>Insight SoundCloud</i>	<b>Resultados</b>
Seguidores	22
Reproduções	371
Curtidas	76
Comentários	65
Locais onde foram reproduzidos	Rio de Janeiro (236 reproduções) Niterói (49 reproduções) Aracajú (10 reproduções) Paranavai (5 reproduções) Betim (1 reprodução)

Dados do *SoundCloud* referentes ao intervalo de 07/07/2021-25/08/2021.

<b>Dados Anchor</b>	<b>Resultados</b>
Reproduções	76
Plataforma	Spotify 73% Reproduzidos na Internet 12% Google Podcasts 3% Outros 12%
Localidade	Brasil 89% Estados Unidos 10%
Gênero	Feminino 91% Masculino 8% Não especificado 2%
Idade	18-22 (23%) 23-27 (21%) 28-34 (19%) 35-44 (30%) 45-59 (6%) 60+ (2%)

Dados do site *Anchor*.

Com as publicações semanais e divulgações, pode-se observar *feedbacks* extremamente positivos do público, por meio de comentários nas plataformas online, além de um grande número de compartilhamentos. Na plataforma do *SoundCloud* foram coletados dados acumulados durante a primeira temporada (07/07/2021-25/08/2021). Neste período de coletas de dados, de cerca de um mês, 371 pessoas acessaram os episódios do *podcast*. Outro fator que chama a atenção é que o alcance que se estendeu para além das fronteiras do Rio de Janeiro, onde o projeto foi iniciado. Além disso, foram coletados resultados do



*Anchor* (18/08/2021 e 15/09/2021), site o qual direcionou os episódios para o *Spotify* e outras plataformas de áudio. Nesse caso houve acesso inclusive em outros países. Nesta plataforma é possível avaliar a faixa etária mais atingida, de 35 a 44 anos, com 30% dos ouvintes. Destaca-se o acesso significativo dos mais jovens, quando comparados ao público mais velho. Acredita-se que essa procura reflita uma preocupação atual, desse grupo de pessoas, em relação a alimentação mais saudável, maior cuidado com o corpo e qualidade de vida. Também chama a atenção que o gênero feminino representa 91% do total de ouvintes demonstrando ser essa forma de comunicação mais atraente para esse grupo de pessoas. Ainda com o propósito de intensificar as formas de comunicação com o público, após a conclusão da primeira temporada, foi criada a página do *Instagram* do Painel de Pressão. Com isso, foi observado um crescimento do acesso ao Painel de Pressão bastante significativo (em menos de um mês de publicações): 149 seguidores; 606 interações do público com o conteúdo, sendo elas 266 curtidas, 58 comentários, 36 salvamentos e 149 compartilhamentos. Números esses bastante motivadores para a continuação de produção de conteúdos e da segunda temporada, a qual está em andamento e contará com nova identidade visual, equipamentos eletrônicos aprimorados para potencializar a qualidade do áudio, bem como convidados muito importantes em cada episódio, contando com médicos, nutricionistas, professores, historiadores, cozinheiros, institutos, projetos comunitários e auditores fiscais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em virtude dos resultados alcançados através de feedbacks e interações com o público, foi possível perceber que o Painel de Pressão corrobora o seu papel extensionista de promover a integração com a comunidade. Com certeza o mesmo possui impacto social significativo, tendo em vista que apresenta objetivos intrinsecamente relacionados com a transmissão de informações embasadas cientificamente. Atualmente, devido ao fácil acesso a conteúdos não-científicos sobre os alimentos, encontrados nas redes sociais, falta discernimento, por grande parcela da população, para identificar informações verdadeiras. Devido a este cenário, muitas pessoas adotam comportamentos alimentares e de estilo de vida que podem gerar complicações no organismo a médio e/ou a longo prazo. Portanto, por meio de linguagem leve, acessível e atraente, com a utilização de exemplos cotidianos e descontração nos episódios, além do constante reforço do papel do profissional nutricionista para a promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida, o Painel de Pressão garante suas ações de comunicação e integração com a comunidade.

## REFERÊNCIAS

- CARVALHO K. M. A.; SALDANHA G.S. (2018) “O Som Que O Documento Tem: O Podcast E O princípio monográfico”. *Brazilian Journal of Information Science: Research Trends*, vol. 12, nº 1, doi:10.36311/1981-1640.2018.v12n1.04.p36.
- ROMAN C.; ELLWANGER J.; BECKER G.C; SILVEIRA A.D.D, MACHADO C.L.B, MANFROI W.C.( 2017). Metodologias ativas de ensino-aprendizagem no processo de ensino em saúde no Brasil: uma revisão narrativa. *Clin Biomed Res.* 37(4):349-57.
- DINIZ, E. G. M., SILVA, A. M.; NUNES, P. H. V.; FRANCA, W. W. M.; ROCHA, J.V.R. DA; SILVA; D.V.S.P.; SANTOS, V.H. B.; ARAÚJO, H.D.A.; ALBUQUERQUE, M. C. P.; & AIRES, A. (2020). A extensão universitária frente ao isolamento social imposto pela COVID-19



/ University extension front of the social isolation imposed by COVID-19. *Brazilian Journal of Development*, 6(9), 72999–73010. <https://doi.org/10.34117/BJDV6N9-669>

**MELO C. B;** DIAS G.D.; NUNES V.R. R.; ANDRADE T. S. A. B.; PIAGGE C. S. L. D. A extensão universitária no Brasil e seus desafios durante a pandemia da COVID-19 (2021). *Research, Society and Development*, v. 10, n. 3, doi: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.12991>