



Título:	EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS POR MEIO DE FERRAMENTAS DIGITAIS: A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO UNISC INCLUSÃO DIGITAL			
Autores:	Victória Staudt Zamboni Artur Gabriel Frantz Henn Caio Eichenberg Gustavo Baumgarten Seelig Tainá Ellwanger Tavares Luciana Oliveira da Cunha Antonio Manoel de Borba Junior Marcia Elena Jochims Kniphoff da Cruz			
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação	
Resumo: O envelhecimento da população brasileira é um fenômeno crescente que exige respostas no campo da saúde pública. Nesse cenário, torna-se necessário promover iniciativas que incentivem o envelhecimento ativo, o autocuidado e a autonomia funcional dos idosos. A educação em saúde é uma estratégia eficaz para a promoção da saúde, através de informações que favorecem a adoção de práticas saudáveis, a prevenção de doenças e o fortalecimento da saúde mental e cognitiva. A universidade, agente de transformação social, tem papel relevante na articulação ensino - comunidade pela extensão universitária. As ferramentas digitais são de grande valia para superar as barreiras de tempo, espaço e distância, e, assim, as informações podem ser disseminadas rapidamente para toda a população. Tem-se como objetivo relatar a experiência extensionista desenvolvida no projeto UNISC Inclusão Digital (Cruz et al., 2021), com ênfase nas ações educativas voltadas à promoção da saúde física, emocional e cognitiva da população idosa atendida, durante o primeiro semestre de 2025. O projeto foi realizado com encontros virtuais de frequência semanal, utilizando ferramenta digital de webconferência. A cada encontro, a bolsista desenvolveu e apresentou, de maneira acessível e interativa, conteúdos educativos relacionados à saúde. Foram trabalhados os seguintes temas: higiene e autocuidado, uso de medicamentos antidepressivos, alimentação saudável, prática de atividade física, sentidos e percepção, neuroplasticidade, saúde mental, doenças crônicas e tipos de mal-estar. As apresentações foram organizadas em <i>slides</i> , buscando estimular o interesse, a participação e a compreensão do conteúdo. Além disso, indicou-se fontes complementares confiáveis, incentivando a autonomia no aprendizado. Ao final de cada apresentação, promoveu-se um espaço para esclarecimento de dúvidas levantadas pelos próprios participantes. Tal participação ativa evidenciou vários impactos positivos. A linguagem acessível e a abordagem interativa permitiram que os participantes compartilhassem experiências, esclarecessem dúvidas e refletissem sobre hábitos cotidianos relacionados à saúde. Observou-se melhora no engajamento com os temas de saúde, ampliação do repertório dos				



participantes e incentivo à adoção de hábitos saudáveis. Os encontros promoveram um ambiente de escuta, acolhimento e diálogo, favorecendo o aprendizado e a convivência. A troca entre a bolsista e o público alvo também favoreceu o desenvolvimento de habilidades comunicativas e didáticas, sensibilidade social e escuta ativa e qualificada por parte da estudante, promovendo uma formação mais humanizada e reforçando a importância do estudante como agente de promoção de saúde e transformação comunitária. Conclui-se que a tecnologia digital consolidou-se como o motor da comunicação contemporânea e garante que a informação rompa barreiras para alcançar, de forma eficiente e instantânea, a sua população-alvo. Ademais, a atuação da bolsista no projeto demonstrou que a educação em saúde, quando conduzida de forma respeitosa, contínua e adaptada, é uma ferramenta potente de promoção da saúde aos idosos. A experiência extensionista reafirmou o compromisso da universidade com a comunidade e proporcionou à bolsista vivências que ultrapassam o ensino teórico, consolidando a formação crítica, empática e comprometida com as demandas sociais reais.

CRUZ, M. et al. Projeto UNISC Inclusão Digital. Extensão Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), 2021.

Link do Vídeo:

https://drive.google.com/file/d/1JcpMByg2J8OH59uYO_55KUmflDLXuy0I/view?usp=drivesdk