

<b>Título:</b>	<b>EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS POR MEIO DE FERRAMENTAS DIGITAIS: A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO UNISC INCLUSÃO DIGITAL</b>		
<b>Autores:</b>	Victória Staudt Zamboni Artur Gabriel Frantz Henn Caio Eichenberg Gustavo Baumgarten Seelig Tainã Ellwanger Tavares Luciana Oliveira da Cunha Antonio Manoel de Borba Junior Marcia Elena Jochims Kniphoff da Cruz		
<b>Área</b>	<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	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<p><b>Resumo:</b></p> <p>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</p>			



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\\_55KUmf1DLXuy0I/view?usp=drivesdk](https://drive.google.com/file/d/1JcpMByg2J8OH59uYO_55KUmf1DLXuy0I/view?usp=drivesdk)