ESTUDOS
UNIVERSITÁRIOS

Revista de Cultura da UFPE

Relato

Texto submetido em: 31 maio 2021. Aprovado em: 28 jun. 2021.

BORBA, Anna Karla de Oliveira Tito; SILVA, Bruna Emanuela Souza da; NOTARGIACOMO, Eduarda Viégas; LOURENÇO, Kelly Dafne Pessoa; BEZERRA, Luiza Menezes Leão; SILVA, Myllena Carolina Sales da; GOMES, Roseane Lins Vasconcelos; SANTOS, Ruth Silva dos; SILVA, Stephany Kauri da; CARVALHO, Quelianne Gomes da Silva. Educação remota em diabetes para a promoção do autocuidado durante a pandemia de Covid-19: experiência alicerçada nos princípios freireanos. *Estudos Universitários: revista de cultura, UFPE/Proexc, Recife*, v. 38, n. 1, p. 403-426, jan./jun., 2021.

DOI: 10.51359/2675-7354.2021.250667

ISSN Edição Digital: 2675-7354

Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons
Atribuição 4.0 Internacional.

Educação remota em diabetes para a promoção do autocuidado durante a pandemia de Covid-19: experiência alicerçada nos princípios freireanos

Remote education in diabetes for the promotion of self-care in the COVID-19 pandemic: an experience based on freirean principles

Anna Karla de Oliveira Tito Borba

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Doutora em Nutrição

E-mail: anna.tito@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-9385-6806>

Bruna Emanuela Souza da Silva

Assistência Médica Internacional S. A., (Amil)

Bacharela em Enfermagem

E-mail: brunaemanuelabruna@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0001-7886-7809>

Eduarda Viégas Notargiacomo

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: eduarda.viegas@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0003-1483-3460>

Kelly Dafne Pessoa Lourenço

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: kelly.dafne@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0001-7924-2878>

Luiza Menezes Leão Bezerra

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: luiza.mlbezerra@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-7055-387X>

Myllena Carolina Sales da Silva

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: myllena.sales@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-6621-2714>

Roseane Lins Vasconcelos Gomes

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Doutora em Saúde da Criança e do Adolescente

E-mail: roseane.vasconcelos@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-6579-8418>

Ruth Silva dos Santos

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: ruth.ssantos@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0001-8987-1707>

Stephany Kauri da Silva

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Graduanda em Enfermagem

E-mail: stephany.kauri@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-1045-0094>

Queliane Gomes da Silva Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

Doutora em Enfermagem

E-mail: queliane.carvalho@ufpe.br

<http://orcid.org/0000-0002-0724-5268>

Resumo

O distanciamento social, imposto pela pandemia, levou à adaptação da educação ao modelo remoto. A metodologia problematizadora, e em grupos, com o uso de mídias sociais, constitui um espaço inovador de assistência e de diálogo que pode contribuir para a promoção do autocuidado em diabetes. Este estudo, baseado nos princípios freireanos, consiste no relato de experiência de uma ação extensionista, cujo objetivo é descrever a experiência de educação remota em diabetes para a promoção do autocuidado durante a pandemia de Covid-19. A educação em diabetes foi realizada pelo aplicativo WhatsApp, sendo composta por três momentos: levantamento das temáticas e planejamento das intervenções educativas; implementação; e avaliação das intervenções educativas. As temáticas foram relacionadas ao autocuidado em diabetes na pandemia de Covid-19 e debatidas pelo docente/tutor e graduandos dos cursos de Enfermagem, Nutrição, Educação Física e Psicologia da UFPE. A experiência extensionista narrada sinaliza a importância do uso de mídias sociais para facilitar a comunicação, trocar experiências, (re)construir o conhecimento e estimular a adesão ao autocuidado em diabetes com vistas ao controle glicêmico. Além disso, possibilita atuar para além dos muros da universidade e permite a formação acadêmica alicerçada nas necessidades da comunidade, com atuação multiprofissional e interdisciplinar, a fim de preparar os graduandos para os desafios da prática profissional.

Palavras-chave: Educação problematizadora. Diabetes Mellitus Tipo 2. Autocuidado. Infecções por coronavírus. Mídia social.

Abstract

The social distancing, imposed by the pandemic, led to the adaptation of education to the remote learning model. Problematization, and in groups, methodology, with the use of social media, constitutes an innovative space of assistance and dialogue that can contribute to the promotion of self-care in diabetes. This study, based on freirean principles, consists in an experience report from an extension activity, whose objective is to describe the experience of diabetes remote education for the promotion

of self-care in the COVID-19 pandemic. Diabetes education was carried out through WhatsApp, consisting of three moments: survey of the themes and planning of educational interventions; implementation; and evaluation of educational interventions. The themes were related to self-care in diabetes during the COVID-19 pandemic, and discussed by the professor/tutor and undergraduate students from Nursing, Nutrition, Physical education and Psychology courses at UFPE. The extension experience signals the importance of using social media in order to facilitate communication, exchange experiences, (re) construct knowledge and encourage adherence to self-care in diabetes to achieve glycemic control. Besides, it makes it possible to go beyond the walls of the university and to do academic training based on the needs of the community, with multiprofessional and interdisciplinary work that prepares students for the challenges of professional practice.

Keywords: Problematizing education. Diabetes Mellitus Type 2. Self-care. Coronavirus infections. Social media.

Introdução

O diabetes é um relevante e crescente problema de saúde coletiva (SBD, 2019). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Plano de Ações Estratégicas, o diabetes se enquadra entre as quatro doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) que são identificadas como primaciais para o desenvolvimento de intervenção e controle. No mundo, são estimados cerca de 89 milhões de anos de vida perdidos ajustados por incapacidades entre os indivíduos com a doença, gerando impacto na sua qualidade de vida (MALTA *et al.*, 2019).

No Brasil, em 2019, existiam mais de 16 milhões de pessoas com o diabetes e esse grupo permanece em expansão, com projeção de 21,5 milhões em 2030 (IDF, 2019)

Ainda no contexto mundial, em 1985, havia cerca de 30 milhões de adultos com a doença e, em 1995, passou para 135 milhões, atingindo 173 milhões em 2002, com projeção de alcançar 300 milhões em 2030 (NASCIMENTO *et al.*, 2019). No Brasil, em 2019, existiam mais de 16 milhões de pessoas com o diabetes e esse grupo permanece em expansão, com projeção de 21,5 milhões em 2030 (IDF, 2019) .

Com o advento da pandemia do *Coronavirus Disease* (Covid-19), tornou-se notório que o diabetes apresenta-se como uma das principais comorbidades para uma maior vulnerabilidade à ocorrência de complicações, hospitalizações e óbitos em indivíduos contaminados pela doença (MUNIYAPPA; GUBBI, 2020). Desse modo, devido ao crescimento progressivo de casos, bem como de óbitos pela Covid-19 no Brasil e no mundo, indivíduos que apresentam alguma comorbidade não tratada ou não controlada de forma adequada, incluindo diabetes, obesidade, hipertensão, doença cardiovascular, dentre outros, têm maiores chances de agravamento do seu estado clínico (WU; MCGOOGAN, 2020).

O descontrole glicêmico contribui diretamente para a gravidade na evolução da Covid-19, sendo prioritária a adesão às práticas de autocuidado em diabetes. Nesse sentido, podemos considerar a Teoria do Autocuidado de Dorothea Orem, a qual parte do pressu-

posto de que todos os indivíduos possuem o potencial para desempenhar habilidades intelectuais e práticas caso sejam estimulados para a realização do autocuidado (OREM, 2005).

O descontrole glicêmico contribui
diretamente para a gravidade
na evolução da Covid-19, sendo
prioritária a adesão às práticas de
autocuidado em diabetes

Na convivência com o diabetes, a rotina de autocuidado abrange o uso de medicamentos antidiabéticos/insulina, modificação no estilo de vida – composto pela prática de atividade física regular –, abandono do tabaco e do álcool, controle do peso e adoção de hábitos alimentares saudáveis – maior consumo de frutas e hortaliças e menor consumo de sódio, açúcares e gorduras saturadas (CEMBRANEL *et al.*, 2017).

Contudo, sabe-se que a adesão às práticas de autocuidado em diabetes é influenciada por diversos fatores, sendo fundamental que esses indivíduos sejam assistidos por uma equipe multiprofissional em cuidado integral, abrangendo os aspectos biológicos, psicossociais e culturais a fim de minimizar os entraves desse processo de mudança de hábitos (FLOR; CAMPOS, 2017).

A educação em saúde é uma das ferramentas que deve ser utilizada por profissionais de saúde com vistas à promoção do autocuidado em diabetes, uma vez que tem o potencial de motivar, informar e esclarecer as dúvidas do indivíduo e dos familiares sobre os cuidados necessários para o controle glicêmico, ajudando-os

no enfrentamento dos desafios impostos pela convivência com a doença, na identificação de fatores intervenientes à adesão ao tratamento e na melhoria da qualidade de vida (IQUIZE *et al.*, 2017).

Diversas metodologias estão descritas na literatura para subsidiar a prática educativa em diabetes. Destaca-se, dentre elas, a necessidade do desenvolvimento de um pensar crítico e reflexivo que permita esclarecer ao indivíduo a sua atual realidade e proponha ações reformadoras e inovadoras que incentivem a autonomia e a independência de um sujeito histórico-social capaz de propor e opinar sobre as decisões de saúde para cuidar de si, de sua família e de sua coletividade (FALKENBERG *et al.*, 2014).

Diante disso, a metodologia pedagógica problematizadora, proposta por Paulo Freire, destaca-se pela percepção da realidade, do protagonismo e do trabalho em grupo (FREIRE, 2011a). Nesse sentido, a construção coletiva do conhecimento para a tomada de decisões relativas à saúde é um dos princípios da metodologia dialógica e se adequa aos processos grupais, uma vez que o número limitado de pessoas possibilita a troca de experiências, motivação para a mudança duradoura de comportamento e atitudes de promoção da saúde em que se busca, sobretudo, a autonomia do indivíduo (FIGUEIREDO; RODRIGUES NETO; LEITE, 2010).

A mídia social pode mediar as intervenções de saúde e ajudar a superar as barreiras relacionadas à interação face a face vivenciada pelo distanciamento social. Indivíduos com diabetes que usam as mídias sociais para se conectarem e compartilharem experiências semelhantes de convivência com a doença podem encontrar um ambiente propício para a (re)construção do conhecimento e apoio social (COOPER, 2014). Um estudo sobre o uso do WhatsApp na educação para o autocuidado em diabetes mostrou resultados posi-

tivos no controle glicêmico, com a redução de 0,7% na hemoglobina glicada em comparação aos cuidados de rotina (AL OMAR *et al.*, 2020).

Desse modo, a educação problematizadora e em grupos no contexto pandêmico, com o uso de mídias sociais, constitui um espaço inovador de assistência e de diálogo por meio da troca de conhecimentos e experiências para a construção de um saber coletivo, compartilhado e contextualizado, podendo servir como intervenção terapêutica para a superação das limitações à promoção do autocuidado em diabetes. Sendo assim, este estudo, baseado nos princípios freireanos, tem como objetivo descrever a experiência de educação remota em diabetes para a promoção do autocuidado durante a pandemia de Covid-19.

Caminho metodológico

Trata-se de um relato de experiência das ações extensionistas realizadas pela equipe do projeto intitulado *Educação em diabetes para a promoção do autocuidado*, com indivíduos com diabetes assistidos no Ambulatório de Endocrinologia, localizado no 4º andar do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco (HC/UFPE). A equipe multiprofissional é composta por docentes e graduandos dos cursos de Enfermagem, Nutrição, Psicologia e Educação Física da UFPE.

As ações foram iniciadas em 2018 com atividades presenciais e, em 2020, em virtude da pandemia de Covid-19, passaram a ser realizadas no modelo remoto, por meio da ferramenta WhatsApp. Para este relato, serão consideradas as ações desenvolvidas no período de agosto a dezembro de 2020.

Os indivíduos com diabetes participantes da ação foram identificados a partir da consulta aos prontuários de saúde disponibilizados pelo serviço e, posteriormente, foi realizado o convite à participação das atividades educativas por meio de contato telefônico. Com esse procedimento, foram formados 8 grupos no total; entretanto, 6 grupos possuíam 3 indivíduos com diabetes, e os outros 2 possuíam 4, totalizando 26 indivíduos que participaram de cinco encontros educativos com frequência semanal e duração de 30 minutos. O número de participantes por grupo levou em consideração o quantitativo de pessoas permitidas em uma ligação de áudio pelo aplicativo WhatsApp, uma vez que, em cada ligação, participavam um docente, dois graduandos e três ou quatro indivíduos com diabetes.

Semanalmente, cada equipe formada por professor/tutor e alunos era responsável por conduzir dois grupos distintos: o primeiro realizado às 14 horas e o segundo às 15 horas, sendo abordadas temáticas diferentes por cada equipe. A metodologia utilizada alicerçou-se nos princípios freireanos da problematização.

De acordo com Paulo Freire, existem diversas formas de fazer educação, destacando-se entre elas a educação bancária e a problematizadora, que divergem em suas propostas. Enquanto a educação bancária compreende tendências tradicionais, a educação problematizadora apresenta características progressistas e de caráter libertador (WEYH; NEHRING; WEYH, 2020).

A educação bancária é definida pela formação de relações hierárquicas dentro do ambiente escolar, pois há uma verticalização do processo de ensino-aprendizagem, uma vez que é atribuída uma postura de detentor do conhecimento ao professor enquanto que o aluno apenas recebe e reproduz as informações. Assim, não são dadas ao educando as devidas oportunidades para compartilhar o

conhecimento adquirido em vivências anteriores, de modo que ele assume uma postura passiva quanto ao seu aprendizado (WEYH; NEHRING; WEYH, 2020).

Em contrapartida, a metodologia problematizadora proposta por Paulo Freire configura um método educacional inovador que prioriza o compartilhamento mútuo de saberes e experiências entre os atores envolvidos no processo de ensino-aprendizagem, considerando ambos os contextos socioculturais e, portanto, os conhecimentos prévios herdados pelos indivíduos. Desse modo, o educando torna-se protagonista na construção da própria aprendizagem, uma vez que a pedagogia do diálogo, presente na metodologia da problematização, possibilita a postura ativa e corresponsável do indivíduo. Essa estratégia metodológica permite que os educandos questionem a realidade na qual estão inseridos e elaborem soluções, sendo conduzidos pelo educador para concretizá-las, pois tal metodologia acredita na capacidade humana de transformação social (PAIM; IAPPE; ROCHA, 2015).

O desenvolvimento dos grupos educativos foi baseado na metodologia pedagógica problematizadora (FREIRE, 2011b), que consiste em: Análise da Demanda (levantamento do conhecimento prévio sobre a temática); Pré-análise da Problemática do Contexto e do Grupo (planejamento); Levantamento dos Temas-Geradores e Definição do Foco (execução) e Avaliação através da verbalização de soluções aplicáveis à realidade dos participantes.

O atual cenário pandêmico provocado pela Covid-19 impactou profundamente a educação no Brasil e no mundo, uma vez que as atividades presenciais precisaram ser suspensas devido à necessidade de distanciamento social (SANTOS *et al.*, 2020). Nesse sentido, no período de realização das atividades de extensão, as ações educa-

tivas foram adaptadas para o formato de ensino remoto, sendo necessária a familiarização com as ferramentas e plataformas digitais tanto pela equipe da extensão quanto pelos participantes.

Nessa perspectiva, a utilização de Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs), as quais incluem as mídias sociais, constituem ferramentas facilitadoras do processo de ensino-aprendizagem fundamentais nos ambientes de ensino, pois promovem o encurtamento das distâncias e a criação de redes de comunicação eficazes. A educação mediada por tecnologias baseada na metodologia problematizadora de Paulo Freire traz significativas contribuições para o cenário educacional atual, porém, é fundamental que tal estratégia mantenha-se embasada no diálogo contínuo entre alunos, professores e tutores, criando cenários participativos e propícios para a contextualização de saberes (WEYH; NEHRING; WEYH, 2020).

Contudo, Freire propõe um olhar crítico ao uso das tecnologias em educação, afirmando que as TICs não devem ser *endeusadas*, uma vez que a infoexclusão é uma realidade no Brasil em virtude da profunda desigualdade na população quanto ao acesso à tecnologia e à internet (SOFFNER, 2013). Ademais, indivíduos não nascidos na geração denominada *net-generation*, permeada por informações tecnológicas, são considerados *imigrantes digitais*, pois apresentam dificuldades no manejo das tecnologias digitais, sendo caracterizados, principalmente, pela baixa escolaridade, idade avançada e menores recursos, assim como o público-alvo da extensão (MORAES, 2018).

Nessa perspectiva, por meio da qual surgem desafios para a implementação das intervenções seguindo os princípios freireanos, a experiência aqui relatada se desenvolve em três momentos: levan-

tamento das temáticas e planejamento das intervenções educativas; implementação; e avaliação das intervenções educativas.

Levantamento das temáticas e planejamento das intervenções educativas

O planejamento e a organização das atividades educativas foram baseados em duas etapas: o levantamento do universo temático e o desenvolvimento das atividades educativas. O levantamento do universo temático ocorreu por meio do contato telefônico, através do qual foram identificados o conhecimento prévio e os temas que os indivíduos com diabetes gostariam que fossem trabalhados nos grupos educativos na modalidade remota quanto à prática do autocuidado em diabetes durante a pandemia.

Em seguida, as temáticas levantadas foram agrupadas em seis temas centrais, os quais foram desenvolvidos a partir do referencial teórico relacionado ao autocuidado e ao diabetes em tempos de Covid-19 proposto pela Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD, 2020).

Para a organização das atividades educativas, foram elaborados um plano de ensino para os temas centrais e estratégias de trabalho em grupo: vigilância das taxas glicêmicas e administração de medicamentos; adaptação ao período da pandemia de Covid-19 de forma saudável; resolução de problemas relacionados ao diabetes; redução do risco de complicações em pessoas com diabetes e alimentação saudável.

O diálogo é a base da pedagogia problematizadora, de modo que planejar as intervenções educativas a partir do levantamento das temáticas citadas pelos participantes é fundamental para o desen-

volvimento de um processo de ensino-aprendizagem eficiente. Em *Pedagogia do oprimido*, Freire reflete sobre a necessidade de realizar práticas educativas que convergem com a realidade na qual os atores do processo educativo estão envolvidos, como forma de promover a transformação social (NASCIMENTO, 2016).

Assim, as temáticas abordadas durante as intervenções educativas foram relacionadas às necessidades do grupo, proporcionando a problematização de planos de autocuidado com o diabetes durante a pandemia de Covid-19. Os planos de ensino abrangeram uma pergunta de aproximação, problematização, fundamentação teórica, reflexão teórico-prática, elaboração coletiva das respostas, síntese do que foi vivenciado e avaliação (MONTEIRO; VIEIRA, 2010).

O diálogo é a base da pedagogia
problematizadora, de modo
que planejar as intervenções
educativas a partir do levantamento
das temáticas citadas pelos
participantes é fundamental para o
desenvolvimento de um processo de
ensino-aprendizagem eficiente

Implementação das intervenções educativas

As ligações telefônicas através da ferramenta WhatsApp ocorreram no turno da tarde e em horário previamente agendado com os participantes, que foram orientados a procurar um ambiente

reservado e silencioso e a usar fones de ouvido, quando possível. Ao início do contato telefônico por áudio, os participantes foram indagados quanto à preferência por vídeo ou áudio, de modo que a intervenção prosseguia de acordo com a sua predileção. De forma geral, as ações educativas ocorreram por áudio, sendo esta a preferência da maioria dos participantes.

O acompanhamento telefônico é uma técnica moderna e executável envolvendo diversas TICs, as quais propiciam acesso dos usuários aos serviços de saúde. Dessa forma, essas ferramentas estão sendo cada vez mais utilizadas na assistência a pessoas com doenças crônicas, como o diabetes *mellitus* tipo 2, auxiliando-as no manejo dos cuidados e no tratamento da doença no domicílio (PALMEIRA; RAMOS; MUSSI, 2021).

Os temas abordados pelas intervenções abrangem aspectos importantes quanto ao autocuidado em diabetes durante a pandemia, visto que a doença integra o conjunto de comorbidades elencadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como fator de risco para o desenvolvimento de quadros mais graves na infecção por Covid-19. Dessa forma, a realização de atividades com o objetivo de promover a prevenção de Covid-19 por meio de cuidados gerais, que são atribuídos a toda sociedade, ou específicos, como no caso dos indivíduos com diabetes, destaca-se no sentido de preservar a sua saúde (SILVA *et al.*, 2020).

Cada temática abordada nas intervenções educativas foi debatida por um professor/tutor e dois graduandos, de forma multidisciplinar e interdisciplinar, que atuam como mediadores e observadores do processo educativo.

Anteriormente ao início das atividades educativas, foram disponibilizados vídeos e materiais educativos elaborados pela equipe do

projeto por meio de comunicação assíncrona através dos grupos no WhatsApp para melhor instrumentalizar os participantes quanto ao manuseio da ferramenta digital, tendo em vista a dificuldade relatada por muitos participantes no convite à participação na ação extensionista. Além disso, foram disponibilizados outros materiais, como vídeos e infográficos sobre os temas discutidos nos grupos educativos, a fim de favorecer consultas diante de possíveis dúvidas.

A partir do compartilhamento desses materiais educativos, os participantes demonstraram maior familiaridade com as ferramentas digitais e com os temas trabalhados. Contudo, entre as dificuldades enfrentadas durante a execução das atividades educativas, encontram-se prejuízos na adesão à proposta, uma vez que muitos participantes foram resistentes à utilização das TICs e acabaram não retornando o contato inicial. Já outros participantes alegaram indisponibilidade ou não compareceram a todos os encontros.

Avaliação das intervenções educativas

Para finalizar a intervenção, a equipe realizava uma avaliação verbal com o objetivo de determinar o nível de satisfação, a adesão dos participantes e o nível de aprendizagem. Para Paulo Freire, incluir os educandos como parte ativa no processo de avaliação é uma das formas de desenvolver a Pedagogia da Autonomia, pois tal ação proporciona a emancipação dos sujeitos (LOPES; MACIEL, 2020). De forma geral, os indivíduos reagiram positivamente aos encontros educativos, demonstrando interesse nas temáticas abordadas.

A avaliação verbal era realizada a partir de perguntas de pré-teste, com o objetivo de identificar o conhecimento prévio dos participantes acerca do assunto que seria abordado na intervenção. Ao final da ação educativa, a equipe realizava a mesma pergunta como forma de pós-teste para identificar a construção do conhecimento e efetividade do processo de ensino-aprendizagem. Além disso, os participantes eram indagados quanto ao nível de satisfação em relação à experiência de ensino remoto e à temática abordada, bem como sobre a adesão às próximas atividades, através de duas perguntas: “Como foi para o(a) senhor(a) participar do encontro?” e “O(a) senhor(a) participaria novamente em outra oportunidade?”

A temática *vigilância das taxas glicêmicas e administração de medicamentos* foi bem recebida pelos participantes, pois, através da pergunta de satisfação, expressavam estar alegres e satisfeitos com a oportunidade de esclarecer suas dúvidas. Esse momento sensibilizou os atores do processo educativo quanto à importância da atenção ao nível glicêmico, à prática de atividade física, à alimentação saudável e à manutenção dos medicamentos em locais visíveis para que não haja esquecimento.

Em relação à *temática adaptação ao período da pandemia de Covid-19 de forma saudável*, os indivíduos demonstraram estar satisfeitos, porém possuem preferência pelos encontros presenciais, pois sentem falta de acompanhamento psicológico. Contudo, alguns participantes relataram não compreender a ausência de outros integrantes, pois eram gratos pelo suporte proporcionado ao grupo.

Diante do assunto *resolução de problemas relacionados ao diabetes*, os participantes mostraram-se agradados e bem instruídos quanto às estratégias de enfrentamento em casos de hipoglicemia ou hiperglicemia, como ingerir 250 ml de suco de laranja, que corres-

ponde a 1 copo descartável ou 1 xícara de chá, em momentos de hipoglicemia, e evitar doces e frituras, prevenindo picos hiperglicêmicos (SBD, 2020).

A temática *redução do risco de complicações em pessoas com diabetes* foi bastante enriquecedora e esclarecedora de acordo com os participantes, uma vez que possibilitou o esclarecimento de diversas dúvidas sobre a alimentação adequada. Alguns indivíduos relataram que o momento serviu como terapia devido ao isolamento social e que o aprendizado acerca da temática seria compartilhado com a família. Contudo, como não houve a participação direta dos membros da família nos grupos de intervenção educativa, não foi possível avaliar o impacto da ação junto aos familiares.

O tema *alimentação saudável* também foi discutido durante as intervenções e obteve avaliações positivas dos participantes, os quais verbalizaram que os encontros sempre proporcionam momentos de agregação de conhecimentos acerca dos cuidados com a doença, se mostraram agradecidos pelo auxílio da equipe extensionista e estimulados a participar de mais encontros educativos.

O ensino remoto por meio de mídias sociais favorece a interação em tempo real entre os participantes com diabetes e o profissional de saúde, sendo necessárias adaptações quanto ao dia e horário para a realização das atividades a fim de não interferir na rotina dos participantes (AL OMAR *et al.*, 2020). Na experiência relatada, os encontros ocorreram em dias e horários fixos com o intuito de favorecer a participação de todos do grupo, além do fato de que, antes dos momentos de abordagem das temáticas, foram estabelecidos contatos com os participantes através de ligações telefônicas para proporcionar a criação de vínculo com a equipe. Ademais, a vivência na atividade extensionista no formato remoto proporcionou momen-

tos de escuta e apoio emocional aos participantes que, muitas vezes, não tinham com quem dividir suas dúvidas e preocupações.

Contudo, ainda neste modelo remoto, nota-se a resistência dos indivíduos à participação nos grupos educativos com destaque para as dificuldades no manejo das TICs, pois, apesar de haver a comunicação assíncrona com o compartilhamento de materiais e a indisponibilidade para a participação, muitos dos participantes mantêm as atividades laborais e compromissos pessoais no horário do desenvolvimento da ação. Essas dificuldades também foram vivenciadas no momento presencial antes da pandemia, sendo a adesão à participação nos encontros um dos grandes entraves para o desenvolvimento dos grupos educativos. Desse modo, cabe uma reflexão para o desenvolvimento futuro de um grupo educativo na modalidade remota no período noturno, a fim de acolher os indivíduos com diabetes inseridos no mercado de trabalho.

A participação no projeto de extensão durante o contexto pandêmico agregou na vida acadêmica e profissional dos alunos integrantes da equipe por meio do contato com usuários do serviço de saúde ainda na graduação, possibilitando uma reflexão acerca das temáticas trabalhadas e desenvolvimento frente aos desafios que podem surgir na prática profissional, como no caso do distanciamento social para a prevenção da infecção pela Covid-19. Além disso, o projeto oportunizou a experiência de utilizar uma abordagem multiprofissional e interdisciplinar, fundamental para a qualidade da assistência à saúde.

Diante do exposto, pode-se inferir que a educação em diabetes baseada nos princípios freireanos e mediada pelo WhatsApp possibilitou a comunicação, a troca de experiências e o acesso a informações de qualidade prontamente disponíveis e sem nenhum

custo, podendo contribuir para a (re)construção do conhecimento em diabetes e para o apoio social. Destaca-se, também, que a intervenção educativa realizada em ambiente domiciliar traz a comodidade e a possibilidade de compartilhamento das informações com outras pessoas da residência, contribuindo para o fortalecimento da relação existente entre indivíduo, família e profissionais de saúde com vistas à promoção do autocuidado em diabetes.

Considerações finais

A educação em diabetes para a promoção do autocuidado no contexto pandêmico, baseada nos princípios freireanos e promovida de forma remota, permitiu que a informação alcançasse os indivíduos (apesar da necessidade do distanciamento social), o esclarecimento de dúvidas, a (re)construção do conhecimento e o estímulo à adesão às práticas de cuidado em diabetes com vistas ao controle glicêmico.

Além disso, a ação extensionista permite ir além dos muros da universidade, de modo a implementar o resultado de pesquisas e contribuir para a formação dos graduandos alicerçada nas necessidades da comunidade, com atuação de caráter multiprofissional e interdisciplinar, preparando-os para o enfrentamento dos desafios acerca da prática profissional.

Referências

- AL OMAR, M. *et al.* The impact of a self-management educational program coordinated through WhatsApp on diabetes control. *Pharmacy Practice*, Granada, v. 18, n. 2, p. 1841, apr./jun. 2020. DOI: <https://doi.org/10.18549/PharmPract.2020.2.1841>.
- CEMBRANEL, F. *et al.* Impacto do diagnóstico de diabetes e/ou hipertensão sobre indicadores de consumo alimentar saudável: estudo longitudinal com idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 34-46, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.160081>.
- COOPER, A. New dawn: the role of social media in diabetes education. *J. Diabetes Nurs*, Londres, v. 18, n. 2, p. 68-71, 2014. Disponível em: https://www.woundsinternational.com/uploads/resources/dotn/_master/3630/files/pdf/jdn18-2-68-71.pdf. Acesso em: 25 maio 2021.
- FALKENBERG, M. B. *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciê. Saúde Coletiva*, Manguinhos, v. 19, n. 3, p. 847-852, mar. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013>.
- FIGUEIREDO, M. F. S.; RODRIGUES NETO, J. F.; LEITE, M. T. S. Modelos aplicados às atividades de educação em saúde. *Rev. Bras. Enferm*, Brasília, v. 63, n. 1, p. 117-21, jan./fev. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/reben/v63n1/v63n1a19.pdf>. Acesso em: 21 maio 2021.
- FLOR, L. S.; CAMPOS, M. R. Prevalência de diabetes *mellitus* e fatores associados na população adulta brasileira: evidências de um inquérito de base populacional. *Rev. Bras. Epidemiol.*, São Paulo, v. 20, n. 1, jan./mar. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-5497201700010002>.
- FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia*. Brasil: Paz e Terra, 2011a.
- FREIRE, P. *Pedagogia do oprimido*. 50. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2011b.
- INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION (IDF). *Diabetes Atlas*. 9. ed. Bruxelas: IDF, 2019. Disponível em: www.diabetesatlas.org. Acesso em: 19 maio 2021.

IQUIZE, R. C. C. *et al.* Práticas educativas no paciente diabético e perspectiva do profissional de saúde: uma revisão sistemática. *J. Bras Nefrol*, São Paulo, v. 39, n. 2, p. 196-204, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/jbn/v39n2/pt_0101-2800-jbn-39-02-0196.pdf. Acesso em: 23 maio 2021.

LOPES, J. M. R.; MACIEL, A. O. Reflexões sobre avaliação a partir da obra “Pedagogia da autonomia” de Paulo Freire. *Revista IMPA*, Fortaleza, v. 1, n. 2, p. e020014, 2020. DOI: <https://doi.org/10.51281/impa.e020014>. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/impa/article/view/3945>. Acesso em: 20 maio 2021.

MALTA, D. C. *et al.* Prevalência de diabetes *mellitus* determinada pela hemoglobina glicada na população adulta brasileira, Pesquisa Nacional de Saúde. *Rev. bras. epidemiol.*, Rio de Janeiro, v. 22, supl.2, p. e190006, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549720190006.supl.2>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2019000300408. Acesso em: 18 maio 2021.

MONTEIRO, E. M. L. M.; VIEIRA, N. F. C. Educação em saúde a partir de círculos de cultura. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 63, n. 3, p. 397-403, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v63n3/a08v63n3.pdf>. Acesso em: 14 maio 2021.

MORAES, E. M. A. Multiletramento e emancipação para aprendizes de LI imigrantes digitais: por uma pedagogia da autonomia. *Hon no Mushi - Estudos Multidisciplinares Japoneses*, Manaus, v. 3, n. 4, p. 1-11, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufam.edu.br/HonNoMushi/article/view/4430>. Acesso em: 18 maio 2021.

MUNIYAPPA, R.; GUBBI, S. COVID-19 pandemic, coronaviruses, and diabetes mellitus. *Am. J. Physiol. Endocrinol. Metab.*, Rockville, v. 318, n. 5, p. 736-741, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1152/ajpendo.00124.2020>. Disponível em: <https://journals.physiology.org/doi/full/10.1152/ajpendo.00124.2020>. Acesso em: 19 maio 2021.

NASCIMENTO, H. R. B. *A valorização do saber popular na educação de jovens e adultos*. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016.

NASCIMENTO, M. T. *et al.* Risk factors associated with the development of diabetic foot and actions performed in Primary Health Care for disease prevention. *REAS/EJCH*, São Paulo, v. S33, n. e1371, p. 1-8, 2019. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e1371.2019>. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1371>. Acesso em: 18 abr. 2021.

OREM, D. E. *Nursing: concepts of practice*. St. Louis: Mosby, 2005. 82 p.

PAIM, A. S.; IAPPE, N. T.; ROCHA, D. L. B. Metodologias de ensino utilizadas por docentes do curso de enfermagem: enfoque na metodologia problematizadora. *Enfermería Global*, Murcia, v. 14, n. 1, p. 136-169, 2015. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.14.1.186291>. Disponível em: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/eglobal.14.1.186291>. Acesso em: 10 maio 2021.

PALMEIRA, C. S.; RAMOS, G. A.; MUSSI, F. C. Avaliação da experiência do telemonitoramento de enfermagem por mulheres com excesso de peso. *Esc. Anna. Nery*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. e20200090, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0090>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-81452021000100216&script=sci_arttext&lng=pt. Acesso em: 19 maio 2021.

SANTOS, M. B. P. *et al.* Uma conversa com Freire e Vigotsky sobre as atividades de ensino remotas devido à pandemia do Covid-19. *Revista de Estudos e Pesquisas sobre Ensino Tecnológico*, Manaus, v. 6, p. e155520, 2020. DOI: <https://doi.org/10.31417/educitec.v6.1555>. Disponível em: <https://sistemascmc.ifam.edu.br/educitec/index.php/educitec/article/view/1555>. Acesso em: 13 maio 2021.

SILVA, A. L. D. A. *et al.* Medidas de prevenção da Covid-19 em pessoas que vivem com diabetes mellitus. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, Rio de Janeiro, v. 98, p. e020004, ago. 2020. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/808>. Acesso em: 18 maio 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). *Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes: 2019-2020*. São Paulo: Ed. Clannad, 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/338111816_Diretrizes_da_Sociedade_Brasileira_de_Diabetes_2019-2020. Acesso em: 03 ago. 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). *E-Book SBD – Autocuidado e diabetes em tempos de Covid-19*. São Paulo: SBD, 2020. Disponível em: <https://diabetes.org.br/e-book/autocuidado-e-diabetes/>. Acesso em: 03 ago. 2021.

SOFFNER, R. Tecnologia e educação: um diálogo Freire – Papert. *Tópicos Educacionais - UFPE*, Recife, v. 19, n. 1, p. 147-162, jan./jun. 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/topicoseducacionais/article/viewFile/22353/18549>. Acesso em: 10 maio 2021.

WEYH, L. F.; NEHRING, C. M.; WEYH, C. B. A educação problematizadora de Paulo Freire no processo de ensino-aprendizagem com as novas tecnologias. *Braz. J. of Develop.*, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 44497-44507, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-171>. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/12858>. Acesso em: 12 maio 2021.

WU, Z.; MCGOOGAN, J. M. Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in China: summary of a report of 72,314 cases from the Chinese Center for Disease Control and Prevention. *JAMA*, [s. l.], v. 323, n. 13, p. 1239-1242, 2020. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2762130>. Acesso em: 21 maio 2021.