

# O blog como instrumento de ação social e de saúde: um relato de experiência

The blog as an instrument of social action and health: an experience report

Blog como instrumento de acción social y de salud: un relato de experiência

Caroline Gradim Moraes<sup>†</sup>, Daniel Espirito Santo da Silva<sup>‡</sup>, Aline Miranda da Fonseca Marins<sup>§</sup>

## Resumo

As doenças crônicas são de duração prolongada, mais prevalentes na população idosa e exigem supervisão contínua, especialmente de um cuidador. Esse trabalho tem como objetivo relatar a experiência da criação de um blog, com ênfase em ações informativo-educativas de enfermagem, dirigidas aos cuidadores de idosos hospitalizados. Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, sobre a criação de um blog, a partir de ações desenvolvidas no Projeto de Extensão: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador, vivenciado junto à cuidadores de idosos hospitalizados em um Hospital Universitário, localizado na cidade do Rio de Janeiro. Resultados: Criado em 2016, o seu conteúdo é direcionado a cuidadores de idosos e possui temáticas referentes à: cuidados com a higiene pessoal, alimentação, cuidados com o pé diabético, conforto, quedas, cuidados com o ambiente e atividades físicas. A partir de demandas verbalizadas pelos cuidadores foi idealizada a criação de um elemento midiático que possibilitasse a divulgação do conteúdo ou orientações em saúde de forma dinâmica. Assim, o blog foi criado de forma espontânea e interativa para atender as demandas de um grupo específico. Tem como finalidade principal a inclusão social, o resgate e/ou “despertar” de uma abordagem caracterizada pelo manejo das necessidades de saúde da pessoa idosa e de sua família cuidadora ou de sua rede de suporte social.

**Palavras-chave:** Tecnologia educacional; Enfermagem; Idosos; Cuidadores

## Abstract

Chronic diseases have long duration, being more prevalent in the elderly population, requiring ongoing supervision, especially of a caregiver. This study aims to report the experience of creating a blog, with emphasis on informative-educational actions in nursing, addressed to the caregivers of elderly inpatients. Descriptive study, experience-report type, about the creation of a blog, from actions undertaken in the project of Extension: Caring for the elderly and their caregivers, experienced by the caregivers of elderly inpatients a University Hospital located in the city of Rio de Janeiro. Created in 2016, its content is directed to caregivers of elderly and has themes related to: care with personal hygiene, feeding, caring for the diabetic foot, comfort, falls, care for the environment and physical activity. From demands verbalized by caregivers, the creation of a media element was designed in order to allow the disclosure of the content or guidance in health in a dynamic way. Thus, the blog was created spontaneously and prompting to meet the demands of a specific group. Its main purpose is the social inclusion, the rescue and/or “awakening” of an approach characterized by the management of the health needs of the elderly people and their family caregiver or their network of social support.

**Keywords:** Educational Technology; Nursing; Caregivers; Elderly.

## Resumen

Las enfermedades crónicas son de larga duración, más prevalentes en la población de edad avanzada y requieren una supervisión continua, especialmente de un cuidador. Este estudio tiene por objeto informar acerca de la experiencia de crear un blog, con un énfasis en las acciones de información y educación de enfermería, dirigidas a los cuidadores de ancianos hospitalizados. Se realizó un estudio descriptivo del informe tipo de experiencia, en la creación de un blog de las acciones desarrolladas en el Proyecto de Extensión: El cuidado de las personas mayores y sus cuidadores, experimentado por los cuidadores de los pacientes hospitalizados en un hospital universitario, ubicado en la ciudad de Río de Janeiro. Creado en 2016, su contenido está destinado a los cuidadores de ancianos y tiene temas relacionados con: cuidado con la higiene personal, la alimentación, el cuidado del pie diabético, la comodidad, las caídas, los cuidados con el ambiente y la actividad física. A partir de las demandas expresadas por los cuidadores fue diseñada la creación de un elemento de los medios de comunicación que permita a la divulgación de los contenidos o directrices acerca de la salud de forma dinámica. Por lo que el blog fue creado de manera espontánea e interactiva para satisfacer las demandas de un grupo específico. Su principal objetivo es la inclusión social, el reembolso y / o “despertar” de un enfoque caracterizado por la gestión de las necesidades de salud de las personas mayores y sus cuidadores familiares o su red de apoyo social.

**Palabras-clave:** Tecnología para la Educación; Enfermería; Cuidadores; Ancianos.

**Como citar esse artigo.** Moraes CG, da Silva DES, Marins AMF. O blog como instrumento de ação social e de saúde: um relato de experiência. Revista Pró-UniverSUS. 2016 Jul./Dez.; 07 (3): 56-59.

Afiliação dos autores: <sup>†</sup> Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ

<sup>‡</sup> Graduando de Enfermagem. Escola de Enfermagem Anna Nery / UFRJ. Rio de Janeiro / RJ / Brasil. Bolsista do Projeto de Extensão: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador (PRO-ECIC / PIBEX / UFRJ).

<sup>§</sup> Enfermeira. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica, Coordenadora e Líder do Projeto de Extensão: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador (PRO-ECIC), da Escola de Enfermagem Anna Nery, da Universidade Federal do Rio de Janeiro. RJ, Brasil. Endereço: Rua Afonso Cavalcanti, 275. Bairro: Cidade Nova. CEP: 20211-110. Rio de Janeiro / RJ.

## Introdução

A evolução das taxas de mortalidade, natalidade e fecundidade a partir de 1950 caracteriza o processo de transição demográfica no Brasil.<sup>1</sup> O processo de envelhecimento populacional refere-se à mudança na conformação da pirâmide etária de determinada população, mostrando um grande aumento no número da população idosa.<sup>2</sup>

O Brasil se põe a caminho desse processo de mudança no perfil populacional de sua nação. Essa mudança se dá de forma progressiva e contínua, trazendo consigo novas realidades a serem pensadas. Projeções para o Brasil indicam que, em 2020, haverá um contingente de 29,8% de pessoas com 60 anos ou mais e 4,7 milhões acima de 80 anos.<sup>3</sup>

Considerando o cenário apresentado, o aumento da expectativa de vida vem acompanhado das doenças crônicas na população idosa, o que reflete na maior demanda por serviços de saúde, hospitalizações e tratamentos prolongados e consequente aumento dos custos para o sistema de saúde.

As principais causas de internação / reinternação dos idosos estão relacionadas às doenças crônico-degenerativas, dentre elas a hipertensão, o diabetes mellitus, as doenças pulmonares obstrutivas crônicas e a doença de Alzheimer e suas complicações. A probabilidade de internações é 20% maior, resultado do agravamento à saúde provocado pela presença de pelo menos três doenças crônicas.<sup>4,5</sup>

As doenças crônicas podem afetar a funcionalidade dos idosos, dificultando, ou até mesmo impedindo, suas atividades rotineiras e comprometendo sua qualidade de vida. A dependência para o desempenho das atividades de vida diária tende a aumentar cerca de 5% na faixa etária de 60 anos para cerca de 50% entre os com 90 ou mais anos.<sup>6</sup>

Considerando que as doenças crônicas são de duração prolongada e exigem acompanhamento e supervisão contínuos podendo cursar com períodos de internação e reinternação, esse estudo enfatiza as ações educativas e informativas de enfermagem dirigidas ao cuidador do idoso. Comumente, esse cuidador é aquele que irá auxiliar o idoso ou até mesmo realizar suas atividades rotineiras, tanto no ambiente domiciliar quanto no hospitalar.

Os cuidadores podem ser leigos, informais ou não profissionais, que, em nossa cultura, na maioria das vezes, a própria família é responsável por esse cuidado. A tarefa de cuidador pode ser também exercida por vizinhos, comadres/compadres, colegas de trabalho, voluntários ou, ainda, acompanhantes contratados, tais como atendentes, auxiliares de enfermagem e empregadas domésticas.<sup>7</sup>

Como uma proposta de extensão e de contrapartida

social, o Projeto de Extensão intitulado: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador (PROECIC), da Escola de Enfermagem Anna Nery, da Universidade Federal do Rio de Janeiro, recebeu sugestões de cuidadores de idosos para que houvesse orientações de enfermagem sobre a saúde do idoso institucionalizado.

Esse projeto tem como cenário de atuação um Hospital Universitário, situado na cidade do Rio de Janeiro. A escolha deu-se visto à necessidade de orientar os cuidadores que acompanham idosos internados, em sua maioria, com doenças crônicas, que exigem tempo de internação prolongada e, sobretudo, supervisão e manutenção constante dos cuidados no retorno ao ambiente domiciliar.

A Universidade deve fazer o estudante ver que os saberes teóricos tem relação com toda comunidade e, quando ambos os lados tomam ciência de que são importantes um para o outro, ocorrem benefícios mútuos.<sup>8</sup>

Nesse contexto, o graduando de enfermagem atua como um agente educador em saúde. Buscando oferecer a esses cuidadores uma fonte acessível de informações com embasamento científico, porém, com linguagem simples e de fácil compreensão, optou-se pela criação de um *blog*, um modelo de tecnologia leve. Tecnologias leves são produzidas no trabalho vivo em ato, condensam em si as relações de interação e subjetividade, possibilitando produzir acolhimento, vínculo, responsabilização e autonomização.<sup>9</sup>

Como relevância, esse trabalho serve como um instrumento que confere dignidade aos cidadãos por meio do empoderamento informativo viabilizado pelo *blog*, sendo este um instrumento que possui elementos importantes para a assistência, ensino e extensão. A extensão tem o papel de transformar a sociedade e aprofundar a cidadania. Pode-se aqui fazer um paralelo de “aprofundar a cidadania” e “conferir dignidade”, encontrando uma relação de semelhança.<sup>8</sup>

Dessa forma, esse estudo tem como objetivo relatar a experiência da criação de um *blog*, com ênfase em ações informativo-educativas de enfermagem, dirigidas a cuidadores de idosos hospitalizados.

## Materiais e Métodos

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, a partir do Projeto de Extensão: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador (PROECIC), vivenciado junto a cuidadores de idosos hospitalizados em um Hospital Universitário, localizado na cidade do Rio de Janeiro.

Esse projeto iniciou-se em 2014 e tem como finalidade principal desenvolver ações informativo-educativas de saúde às pessoas idosas e seus cuidadores, com ênfase nas necessidades afetadas e centradas

na recuperação, manutenção e promoção da saúde e qualidade de vida. O projeto possui apoio do Programa Institucional de Bolsas de Extensão (PIBEX / UFRJ – 2015/2016).

Para o desenvolvimento desse trabalho foram consultados 58 cuidadores de idosos a partir de uma ação extensionista, cujo produto final apontou demandas de orientação/informação sobre os cuidados básicos dispensados diariamente ao idoso, dentre eles: higiene íntima e pessoal, banho, alimentação, hidratação, higiene oral, deambulação, cuidados com a pele e uso de fraldas, mudanças de decúbito e/ou transferências.

Em atendimento a essas demandas, optou-se pelo desenvolvimento ou construção de um *blog*, como um instrumento e/ou canal de comunicação e informação para esses cuidadores.

Para tal, foram consultados estudos que nortearam e embasaram a sua construção na Biblioteca Virtual em Saúde. Também foram pesquisados artigos científicos, produtos de dissertações e teses, assim como livros, que serviram de constructo teórico para a continuidade do projeto. Para a fundamentação do *blog*, o período de coleta de dados ocorreu de março de 2015 a março de 2016.

## Resultados e Discussão

O desenvolvimento das tecnologias acontece num processo perene e paralelo ao desenvolvimento humano como sociedade. Desde o descobrimento do fogo até os dias atuais, o ser humano tem vivido uma intensa busca por novas formas de linguagem, tecnologias e diversas ferramentas que o possibilitem criar uma alteração no seu modo de viver e de ver o mundo.<sup>10</sup>

A tecnologia se desenvolve de forma exponencial com suas milhares de vertentes para busca e divulgação da informação, ao passo que os profissionais de saúde não podem perder esse espaço tecnológico e educacional - o *blog* - para desenvolver ações educativas e informativas em saúde. A informática é um fator importante para subsidiar ações que visem à melhoria da qualidade da assistência em saúde.<sup>11</sup>

A partir de demandas verbalizadas pelos cuidadores, em que os mesmos solicitaram intervenções educativas, no hospital onde as ações extensionistas são desenvolvidas pelo PROECIC, pensou-se na criação de um elemento midiático que possibilitasse a divulgação do conteúdo ou orientações em saúde de forma dinâmica.

Em um mundo de grandes transformações, exploração e descobertas, os *blogs* estão se transformando nos instrumentos mais rápidos de difusão de ideias hoje existentes na *Web*.<sup>12</sup>

Assim, o espaço eletrônico desenvolvido pelo PROECIC e que utiliza a inscrição do link < <http://>

[idososnofoco.blogspot.com.br/](http://idososnofoco.blogspot.com.br/)>, foi criado de forma espontânea e interativa para atender as demandas de um grupo específico.

A criação do *blog* se deu no primeiro trimestre do ano de 2016. Contudo, o planejamento de sua criação ocorreu durante todo o ano de 2015, efetivando-se a partir de discussões e ações extensionistas desenvolvidas no PROECIC.

Algumas questões foram levadas em consideração, como, por exemplo: a) durante o desenvolvimento de ações extensionistas, foi possível observar que os cuidadores sentiam-se receosos em se ausentar das enfermarias onde se encontram os idosos; b) por se tratar de um Hospital Universitário, o fluxo de estudantes e de profissionais de saúde é intenso, o que dificulta, em alguns casos desenvolvimento de ações/atividades que exijam um tempo prolongado dentro das enfermarias, como também aquelas que, porventura, possam causar barulho ou ruídos, especialmente aos idosos ali internados, comprometendo o bem-estar dos mesmos. Assim, o desenvolvimento de estratégias como rodas de conversa, pequenas apresentações, jogos interativos, foram descartadas.

Durante visitas às enfermarias, foi possível observar que a maioria dos acompanhantes/cuidadores utilizava o celular, tendo acesso à *internet* e buscavam, muitas vezes, informações a respeito da saúde e cuidados aos idosos.

Embora essa fosse uma atitude que demonstrasse zelo, preocupação e pro atividade no cuidado diário aos idosos, vale destacar que nem todos os sites da *internet* tem fundamentação científica adequada. A partir dessa perspectiva, despertou em nós, a ideia de utilizarmos a *internet* como um instrumento para a educação em saúde desses cuidadores.

Na escolha do método para realizar educação em saúde através de uma mídia de comunicação, pensou-se em diversas possibilidades, dentre elas, a criação de: página em uma rede social, *site*, aplicativo para celular, vídeos e *blog*.

Contudo, os membros do PROECIC chegaram a conclusão que o *blog* seria a ferramenta mais adequada, por ser de fácil acesso, sem custo financeiro e pela possibilidade do leitor deixar comentários, promovendo, assim, a interação dos usuários com os agentes educadores, neste caso, com os membros do PROECIC.

Na confecção do *blog* propriamente dito, tivemos o cuidado de consultar o setor de programação visual da Universidade Federal do Rio de Janeiro / UFRJ, sobre informações relacionadas ao uso de sua representação gráfica (Minerva), para que fosse devidamente utilizada no *blog*. As cores utilizadas no *blog* foram escolhidas e baseadas nas cores encontradas e mais destacadas no site da Universidade, sendo: azul, amarelo e branco.

No cabeçalho do site, foi feita uma faixa com o

símbolo da universidade, nome do projeto, símbolo da EEAN e símbolo da Enfermagem. Foi criada uma lista e legenda de pequenos símbolos usados nas postagens, com o objetivo de chamar a atenção dos leitores sobre informações importantes contidas no texto. Foi realizada, também, uma breve descrição do projeto, blogs relacionados e postagens anteriores.

O blog idealizado tem inscrição no link: <<http://idososnofoco.blogspot.com.br>> e seu conteúdo é direcionado, especialmente, a cuidadores de idosos, com temáticas referentes a: cuidados com a higiene pessoal, informações importantes sobre alimentação, cuidados com o pé diabético, conforto, quedas, cuidados com o ambiente, atividades físicas, além de notícias de eventos científicos com a participação dos membros do PROECIC.

## Conclusão

As doenças crônicas e/ou crônico-degenerativas são prevalentes na população idosa. Assim, há maior demanda e procura por serviços de saúde, como também por cuidados de enfermagem gerontológica. Quando o idoso é hospitalizado, além de cuidados específicos e complexos, ele, possivelmente, necessitará de acompanhamento e participação de um cuidador.

Como uma proposta de extensão e de contrapartida social, o Projeto: Cuidando do Idoso e de seu Cuidador (PROECIC) recebeu sugestões dos cuidadores para que houvesse orientações de enfermagem direcionadas a saúde do idoso. Como produto dessa aproximação/diálogo com os cuidadores, foi desenvolvido o blog <<http://idososnofoco.blogspot.com.br>>.

Esse blog tem como finalidade principal a inclusão social, o resgate e/ou “despertar” de uma abordagem caracterizada pelo manejo das necessidades de saúde da pessoa idosa e de sua família cuidadora e/ou de sua rede de suporte social, apresentando para a sociedade, de um modo geral, e aos profissionais de saúde, a necessidade de ações/intervenções de caráter humanístico e social, com ênfase na qualidade de vida e bem-estar das pessoas envolvidas.

Conclui-se que é fundamental incentivar e promover aos estudantes da área da saúde, especialmente ao discente de enfermagem, reflexões, suporte teórico e ambientes de trocas de saberes / conhecimentos, os quais, possivelmente, fortalecerão incrementos para ações de promoção à saúde da pessoa idosa e de sua rede de suporte social.

E finalmente, é importante sensibilizar e instrumentalizar o estudante em formação na área da saúde, levando-o a reconhecer-se como protagonista de sua própria formação e, conseqüentemente, um agente de mudança social. Dessa forma, ele terá ferramentas para responder às demandas dos atores sociais, habilidade

em obter e trocar informações, assim como capacidade de negociar (interna e externamente) as expectativas de cada um.

## Referências

1. Vasconcelos AMN, Gomes MMF. Transição demográfica: a experiência brasileira. *Epidemiol. Serv. Saúde*. 2012 dez; 21(4): 539-548. Disponível em: <http://scielo.iec.pa.gov.br/pdf/ess/v21n4/v21n4a03.pdf>
2. Alves DSB, Barbosa MTS, Caffarema ER, Silva AS. Caracterização do envelhecimento populacional no município do Rio de Janeiro: contribuições para políticas públicas sustentáveis. *Cad. Saúde Colet*. 2016; 24 (1): 63-69. Disponível em; <http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v24n1/1414-462X-cadsc-1414-462X201600010272.pdf>
3. Camarano AA, Kanso S. Perspectivas de crescimento para a população brasileira: velhos e novos resultados. Textos para discussão nº1426. Rio de Janeiro: Ipea; 2009.
4. Carboni RM, Reppetto MA. Uma reflexão sobre a assistência à saúde do idoso no Brasil. *Rev. Eletr. Enf.* 2007 jan/abr; 9(1):251-60. Disponível em: [https://www.fen.ufg.br/fen\\_revista/v9/n1/pdf/v9n1a20.pdf](https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v9/n1/pdf/v9n1a20.pdf)
5. Lenardt MH, Willig MH, Seima MD, Michel T, Kletemberg DF. O cuidado de enfermagem ao idoso em situação de cronicidade e hospitalização. In: Gonçalves e Tourinho (orgs). Barueri, SP: Manole, 2012.
6. BRASIL. Portaria nº 2528 de 19 de outubro de 2006. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília, Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: [bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528\\_19\\_10\\_2006.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html) <Acesso em 11 março 2016>.
7. Gonçalves LHT, Alvarez AM, Santos SM. Os cuidadores leigos de pessoas idosas. In: Duarte YAO, Diego MJD (org). *Atendimento Domiciliar: Um enfoque gerontológico*. São Paulo: Atheneu, 2000.
8. Rodrigues ALL. Contribuições da Extensão Universitária na Sociedade. *Cadernos de Graduação - Ciências Humanas e Sociais*. 2013 mar; 1(16):141-148. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/cadernohumanas/article/viewFile/494/254>
9. Ferri SMN, Pereira MJB, Mishima SM, Caccia-Bava MCG, Almeida MCP. As tecnologias leves como geradoras de satisfação em usuários de uma unidade de saúde da família. *Interface - Comunic, Saúde, Educ*. 2007 set/dez; 11(23): 515-29. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/1801/180115440009.pdf>
10. Vega MA. Aspectos y avances en ciencia, tecnología e innovación. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*. 2012; 11(33): 451-468. Disponível em: <http://www.scielo.cl/pdf/polis/v11n33/art22.pdf>
11. Bosco OS, Santiago LC, Ferreira EC, Carneiro BM, Flores PVP. Sistemas Eletrônicos de Informação em Enfermagem: ferramenta que subsidia o aprimoramento da qualidade da assistência. *Rev Enf UFPE*, 2014 jun; 8(6):1824-6.
12. Barros MA. Blogs e bibliotecários. BARROS, Moreno Albuquerque de. Blogs e bibliotecários. In: Encontro Nacional dos Estudantes de Biblioteconomia, Documentação, Ciência e Gestão da Informação, 27. 2004, Recife. Anais. Recife:[s.n], 2004. WWW