

Promoção de saúde, educação popular e extensão: prevenção de doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho e má postura na cidade de Ibimirim/PE

Yuri Alencar de Miranda¹, Paulo Vinícius dos Santos Chagas², Maria das Graças Rodrigues de Araújo³, Jéssica Rodrigues Correia e Sá⁴, Wkellison Miguel da Silva⁵, José Eduardo Garcia⁶, Sérgio Matias da Silva⁷

Resumo

A Educação Popular, por meio da extensão universitária, se torna um elo de acesso à educação acadêmica e valorização dos saberes locais no contexto social brasileiro. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de dois discentes do Curso de Fisioterapia que organizaram e facilitaram oficinas para a prevenção de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) e da Má Postura para moradores da cidade e dos distritos de Ibimirim/PE a partir do Projeto “UFPE no meu Quintal”. Foram oferecidas três oficinas cujas dinâmicas consistiram em rodas de conversa, exposições teóricas, simulações práticas e exercícios de alongamento, momentos para reflexão, discussão e compartilhamento de experiências sobre cuidados no lidar com as doenças do trabalho, com participação ativa de 104 pessoas nas comunidades visitadas. Ressalta-se como a vivência do projeto pôde desenvolver habilidades de adaptação e improvisação, o protagonismo, o trabalho em equipe e a superação do ego no ambiente acadêmico em prol da Educação Popular. Conclui-se que as oficinas produziram efeito positivo tanto na população alcançada enquanto à educação em saúde e perspectivas de futuro, quanto na formação do discente extensionista no que se refere ao exercício de liderança, autoestima e autoconfiança no desenvolver do projeto.

Palavras-chave

Educação em saúde. Exercícios de alongamento muscular. Saúde ocupacional. Transtornos traumáticos cumulativos.

¹ Graduando em Fisioterapia na Universidade Federal de Pernambuco, Brasil. E-mail: yuri.alencarmiranda@ufpe.br.

² Graduando em Fisioterapia na Universidade Federal de Pernambuco, Brasil. E-mail: paulo.vschagas@ufpe.br.

³ Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco, Brasil; professora na mesma instituição. E-mail: mariar.araujo@ufpe.br.

⁴ Doutoranda em Enfermagem e Educação em Saúde na Universidade Federal de Pernambuco, Brasil. E-mail: jessica.correia@ufpe.br.

⁵ Graduado em Direito pela Universidade Escritor Osman Lins, São Paulo, Brasil; assistente administrativo na Universidade Federal de Pernambuco, Brasil. E-mail: wkellison.miguel@ufpe.br.

⁶ Doutor em Genética pela Universidade de São Paulo, Brasil; professor na Universidade Federal de Pernambuco, Brasil. E-mail: joseeduardo.garcia@ufpe.br.

⁷ Mestre em Ciências Ambientais pela Universidade Federal de Pernambuco, Brasil; técnico administrativo na mesma instituição. E-mail: sergio.matias@ufpe.br.

Health promotion, popular education and extension: prevention of work-related musculoskeletal diseases and bad posture in the city of Ibimirim/PE

Yuri Alencar de Miranda⁸, Paulo Vinícius dos Santos Chagas⁹, Maria das Graças Rodrigues de Araújo¹⁰, Jéssica Rodrigues Correia e Sá¹¹, Wkellison Miguel da Silva¹², José Eduardo Garcia¹³, Sérgio Matias da Silva¹⁴

Abstract

Popular Education, through university extension, is a link between access to academic education and the appreciation of local knowledge in the Brazilian social context. The objective of this work is to report the experience of two students from the Physiotherapy Course who organized and facilitated workshops for the prevention of Work-Related Musculoskeletal Disorders (WMSDs) and Bad Posture for residents of both the city and the districts of Ibimirim-PE through the “UFPE no Meu Quintal” Project. Three workshops were offered, the dynamics of which consisted of conversation circles, theoretical expositions, practical simulations, stretching exercises, moments for reflection, discussion, and sharing of experiences about care in dealing with occupational illnesses, with the active participation of 104 people in the visited communities. It highlights how the project experience can develop adaptation, improvisation, protagonism, and teamwork skills and help overcome the ego in the academic environment in favor of Popular Education. It is concluded that the workshops had a positive effect on the population reached in terms of health education and future perspectives, and on the training of extension students in terms of exercising leadership, self-esteem, and self-confidence during the project.

Keywords

Cumulative trauma disorders. Health education. Occupational health. Muscle stretching exercises.

⁸ Undergraduate in Physiotherapy at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil. E-mail: yuri.alencarmiranda@ufpe.br.

⁹ Undergraduate in Physiotherapy at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil. E-mail: paulo.vschagas@ufpe.br.

¹⁰ Doctor in Nutrition, Federal University of Pernambuco, Brazil; professor at the same institution. E-mail: mariar.araujo@ufpe.br.

¹¹ PhD student in Nursing and Health Education at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil. E-mail: jessica.correia@ufpe.br.

¹² Graduated in Law, Osman Lins Writer University, State of São Paulo, Brazil; administrative assistant at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil. E-mail: wkellison.miguel@ufpe.br.

¹³ Doctor in Genetics, University of São Paulo, State of São Paulo, Brazil; professor at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil. E-mail: joseeduardo.garcia@ufpe.br.

¹⁴ Master's degree in Environmental Sciences at the Federal University of Pernambuco, State of Pernambuco, Brazil; administrative technician at the same institution. E-mail: sergio.matias@ufpe.br.

Introdução

No Brasil, a condição econômica precária da família do estudante tende a elevar as chances de abandono escolar, em conjunto com outros fatores, como repetição de ano. Isso ocorre mesmo em escolas com recursos adequados. Ademais, o contexto econômico da área onde a escola está localizada também exerce influência, especialmente na região Nordeste e em áreas rurais mais vulneráveis dessa região (Gonçalves; Rios-Neto; César, 2008).

Nesse contexto, a Educação Popular (EP) apresenta-se como instrumento metodológico eficaz que depende de conexões (ampla dinâmica política) para reverter os efeitos da precariedade da educação formal. Pedagogicamente é caracterizada por uma abordagem rica em valores, promovendo educação mais humanitária, equitativa e solidária. Ela atua como contraponto à exclusão social e à cultura da competição, contribuindo para a criação de uma sociedade que valoriza a cooperação e seus princípios (Alencar, 2016).

Sob essa abordagem, a Política Nacional de Educação Popular em Saúde (PNEP-SUS), iniciada em 2003, abarca uma combinação de práticas e saberes convencionais e consuetudinários que possibilitam acesso às disciplinas de saúde, priorizando o cultivo de valores que promovam interações mais compassivas e empáticas (Brasil, 2013).

De fato, a troca de saberes pela EP forma pontes concretas de relações sociais, e a difusão dos resultados desta transmissão de conhecimentos permite identificar recortes sociais que dizem muito da realidade que as ações encontram extramuros da universidade, mostrando demandas, fragilidades e efetividades (Oliveira *et al.*, 2020). Dessa forma, a EP contribui para o desenvolvimento de metodologias, tecnologias e conhecimentos inovadores no âmbito da gestão federal do Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2013).

Institucionalmente, uma das formas de materializar a EP é a partir da extensão universitária, a qual, mediante ações práticas, potencializa a mobilização dos indivíduos que vivem no campo na busca por educação, respondendo às necessidades dessa comunidade (Silva, 2020). Sendo assim, a falta de acesso à educação formal é contraposta a partir da abordagem de questões que são frequentemente ignoradas pela população em geral, como pobreza, violência, educação e alimentação inadequadas, poluição e exploração do trabalho e da terra, dentre muitas outras (Benincá; Campos, 2017).

Dentre as possíveis abordagens, a técnica participativa de oficinas constitui um espaço de criação e descobertas de forma dialética entre processo e produto. Trata-se de um ambiente

em que objetivos e passos são pactuados com os participantes, configurando-se, assim, pluridimensional, criativo, coletivo, planejado e coordenado coletivamente. Sob essa ótica, todos são essenciais e compartilham a responsabilidade na produção do que se almeja obter, tendo como referência as potencialidades do próprio grupo, a partir da prática de cada um em seu cotidiano (Brasil, 2014).

Dentro dessa conjuntura, a Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), em parceria com outras instituições sociais, promove a extensão no ensino superior com o intuito de democratizar seus serviços, mantendo um alto nível de qualidade e qualificação. Assim, impacta significativamente na reversão de práticas injustas e disparidades sociais que são, ao mesmo tempo, excludentes e insustentáveis.

Dentre os projetos de extensão da instituição, o projeto UFPE no Meu Quintal (UNMQ), criado em 2017, segue o princípio do dinamismo, que caracteriza tanto as mudanças no conceito quanto as próprias ações de extensão. Fundamentando-se na EP, objetiva realizar a troca de saberes entre o ensino acadêmico e a população de pequenas cidades do sertão pernambucano (Garcia; Silva, 2022).

A ação é desenvolvida a partir de uma parceria entre o Centro Acadêmico da Vitória da Universidade Federal de Pernambuco (CAV/UFPE) e a Coordenadoria de Ensino de Ciências do Nordeste (CECINE). Além disso, o projeto UNMQ é constituído por outros projetos de extensão da UFPE e de parcerias com outras Instituições de Ensino Superior (IFES).

A cada edição do projeto, 85 estudantes extensionistas selecionados nos quatro campi da UFPE, de todas as áreas do conhecimento, ofertam, durante uma semana, oficinas educativas para a comunidade de um município – diferente em cada ação – do sertão pernambucano, tendo como prioridade aqueles que possuem baixo Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) e de menor concentração populacional. O projeto estimula o protagonismo do estudante, o qual define a temática de sua oficina, público e metodologia a ser aplicada com autonomia e liberdade para fazer modificações e articular novas possibilidades com a população. Ademais, aposta na heterogeneidade da comunidade discente e o somatório de perspectivas para a identificação de necessidades e soluções para problemas e situações que não seriam contempladas se as áreas de conhecimento fossem restritas.

No contexto rural, da pesca artesanal até a agricultura, o extrativismo e a mineração, as distintas atividades exercidas expõem a população a uma série de desafios específicos em relação à saúde, que precisam ser compreendidos e abordados de forma apropriada pela Atenção Primária à Saúde (APS). No entanto, as dimensões do trabalho e do ambiente continuam sendo

temas sub representados nas práticas de saúde da Estratégia Saúde da Família (ESF) (Pessoa; Almeida; Carneiro, 2018).

Concretamente, em Ibimirim, a talha de madeira de santeiros e seu processo mecânico repetitivo serviu de inspiração para a temática das oficinas abordando os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) e os efeitos da má postura corporal na saúde do trabalhador.

DORT e seus sintomas são frequentemente negligenciados, levando à incapacidade profissional e, às vezes, à limitação das atividades de vida diárias (Dallepiane *et al.*, 2006) com consequências psicológicas, afetando a subjetividade do trabalhador, fazendo-o sentir culpa e responsabilidade por seu próprio sofrimento (Gaedke; Krug, 2008).

No Brasil, se estima uma incidência cada vez maior de casos de DORT nos próximos anos, uma vez que as práticas de gestão da produção, baseadas em princípios tayloristas, e a intensificação das tarefas ainda predominam no mundo do trabalho (Pulgas; Santos, 2022).

Diante desta conjuntura, este trabalho teve como núcleo temático os efeitos das DORT e da má postura na saúde do trabalhador, cujos objetivos foram: a) desnaturalizar o acometimento das DORT na vida do trabalhador laboral e doméstico, quebrar barreiras de preconceito no imaginário coletivo e parar a estigmatização de pessoas acometidas pela patologia; e b) educar o olhar do cidadão para identificar fatores de seu ambiente de trabalho laboral e/ou doméstico, seus próprios sinais fisiológicos e sua condição postural e instruir na tomada de medidas preventivas, a fim de evitar o surgimento das DORT.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência da vivência de dois estudantes do curso de Fisioterapia da UFPE durante a 9ª operação do UNMQ no município de Ibimirim/PE, que dista aproximadamente 334km de Recife, no período de 21 a 28 de maio de 2023, durante as férias acadêmicas dos extensionistas. A ação contrapõe-se à falta de acesso à informação sobre as DORT nas comunidades mais vulneráveis do sertão pernambucano. Será relatado o processo desde a síntese da oficina ofertada até a própria vivência durante a ação.

A equipe projetou a oficina intitulada “Desnaturalizando o Dano no Cotidiano (DDC): estratégias para a prevenção dos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho e da má postura”. A oficina teve como público: educadores, agentes comunitários de saúde e trabalhadores em geral, com a possibilidade de adaptar a experiência para estudantes.

Foi realizada extensa revisão bibliográfica e pesquisa do perfil sociodemográfico da cidade por meio de recursos *online*. Em consulta com professores do Departamento de Fisioterapia da UFPE, foi elaborado um plano de apresentação do material coletado das pesquisas, de forma a ser complementado com o conteúdo ofertado pelo período em que os extensionistas estavam no momento da graduação.

A oficina, portanto, foi estruturada para começar com uma apresentação teórica sobre DORT, contemplando conceitos teóricos de Anatomia, Fisiologia e Biomecânica com projeção de *slides* com linguagem de fácil compreensão.

Materiais adicionais como brinquedos, tipo *slime*, e uma réplica de coluna vertebral foram utilizados para facilitar a assimilação dos conceitos trabalhados (Figura 1). Foram projetados trechos do documentário *Carne osso: o trabalho nos frigoríficos*, o qual apresenta os efeitos lesivos da rotina laboral num grupo de trabalhadores, e o público participou de simulações de situações cotidianas que levam ao acometimento das DORT; em seguida foram feitas demonstrações de como preveni-las utilizando exercícios de alongamento para prevenção de lesões laborais.

Figura 1 – Materiais que foram utilizados durante as oficinas



Fonte: Autores (2023).

Na finalização da oficina foram distribuídos *folders* que continham informações sobre DORT, como suas classificações e seus fatores de risco; lista de alongamentos e um código QR para acessar uma *playlist* de vídeos gravados e editados pela equipe publicados na plataforma

de vídeos *online YouTube*, a fim de ser utilizado todos os dias em qualquer lugar. As atividades propostas tiveram duração de duas horas.

As oficinas foram distribuídas ao longo da semana segundo roteiro planejado para cada dia pela Prefeitura Municipal de Ibimirim, considerando as necessidades da população (Tabela 1).

Tabela 1- Programação da Oficina DDC durante a semana de ação do projeto UNMQ

| DATA | HORÁRIO | LOCAL |
|---|---------|---|
| 1. Terça-feira (23 de maio) | 13h-17h | <i>Distrito de Moxotó (aproximadamente 43km da cidade) Escola Municipal Major Antônio Feitosa</i> |
| 2. Quarta-feira (24 de maio) | 8h-12h | <i>Distrito - Sede (Bairro Bela Vista) Escola Municipal Maria Alves de Queiroz</i> |
| 3. Sexta-feira (26 de maio) | 8h-12h | <i>Povoado Poço do Boi Escola Municipal Manoel Carlos Lins</i> |
| 4. Sexta-feira (26 de maio) | 13h-17h | <i>Distrito-Sede (Bairro Centro) Escola de Referência em Ensino Médio (EREM) Pedro Bezerra de Melo</i> |

Fonte: Autores (2023).

A quarta oficina foi uma interação extra, articulada pelos próprios estudantes com a diretoria do centro onde ocorreu. No final de cada dia, todos os extensionistas se reuniam com a coordenação para compartilhar experiências e avaliar a execução do projeto do dia.

Resultados

A oficina contou com a participação de 104 pessoas. Destas, 37 compareceram no distrito de Moxotó, 27 no bairro Bela Vista e 40 no centro da cidade. Tratou-se de um público diversificado por estudantes, professores, gestores, trabalhadores informais e formais, agricultores e outras profissões específicas da região. A faixa etária do público variou de 8 a 62 anos (Figura 2).

Figura 2 – Registros realizados durante as oficinas: A – Distrito de Moxotó; B – Distrito Bela Vista; C –EREM Pedro Bezerra de Melo, no centro da cidade de Ibimirim/PE



Fonte: Autores (2023).

Na primeira interação da equipe, no distrito de Moxotó, apenas três (8%) dos participantes representaram o público da proposta – trabalhadores –, enquanto os demais foram alunos de diversos anos do ensino fundamental. Houve um maior engajamento durante as simulações práticas em que eles se envolveram, mas foi na execução da rotina de alongamentos em grupo que a equipe obteve a participação completa dos presentes.

O segundo dia da oficina, no distrito de Bela Vista, ocorreu com duas turmas diferentes: I) 22 alunos do 2º ao 5º ano do ensino fundamental; II) um professor, duas alunas do ensino médio e duas alunas do ensino fundamental. O impacto da primeira oficina serviu para diminuir as expectativas quanto ao público e melhorar a adaptabilidade da equipe diante dos contratempos. Foi reduzido o conteúdo teórico, que tinha se mostrado denso, em prol de ampliar o espaço para o diálogo, fugindo da lógica das palestras acadêmicas que os extensionistas traziam consigo.

Para o primeiro grupo de alunos, todos do ensino fundamental, a equipe decidiu abandonar por completo o formato de projeção de *slides* e improvisou uma experiência

totalmente dialógica e lúdica. Foi feita uma roda de apresentações de cada aluno e suas aspirações profissionais ao atingir a vida adulta. Além das esperadas respostas de ser advogado, policial ou médico, a equipe deparou-se com sonhos díspares ao que comumente se encontra na metrópole, como o anseio de se tornarem vaqueiros famosos ou caminhoneiros. Essa contextualização facilitou a abordagem da temática das DORT e da má postura com essas crianças, pois há acometimentos específicos dessas profissões.

Foi necessária uma apresentação do Curso de Fisioterapia e de uma explicação de todo o processo pelo qual osicineiros passaram para entrar em um curso de graduação numa universidade pública. Isso serviu para que os jovens se familiarizassem com os extensionistas, descobrissem e se identificassem com as possibilidades que existem para fazer um curso superior, visto que a maioria desconhecia ou não entendia o processo, e entendessem o papel do Fisioterapeuta na sociedade.

Nessa ocasião, a oficina teve um caráter mais ameno, tornando o público protagonista do processo, já que todos os conceitos trabalhados decorreram de seus próprios relatos, brincadeiras e desafios improvisados durante o evento. A réplica de uma coluna vertebral e o brinquedo do tipo *slime* usados foram instrumentos captadores de atenção, pois todas as crianças queriam brincar com o *slime* e nenhuma tinha visto antes uma réplica de coluna vertebral.

A terceira oficina planejada para o povoado Poço do Boi não se efetivou por um erro de comunicação entre as equipes de gestão e a escola de destino e não obteve nenhuma inscrição. Já a última oficina ministrada na Escola de Referência de Ensino Médio (EREM) Pedro Bezerra de Melo não estava incluída na programação oficial do projeto, pois foi fruto de acordos que a dupla de estudantes realizou diretamente com a diretoria do colégio. Sendo assim, sabia-se com antecedência que esta última oficina teria a presença de vários trabalhadores, em sua maioria professores, além de estudantes do ensino médio, o que permitiu um planejamento mais direcionado.

A equipe aproveitou as duas experiências anteriores para organizarem a última oficina, que representou a maturação consequente das vivências durante toda a semana do projeto: a) o conteúdo teórico foi adaptado tanto ao nível da linguagem quanto à densidade, com a possibilidade de ter partes descartadas ao longo da oficina a depender do fluxo do evento; e b) os participantes foram protagonistas do processo a partir de seus relatos e contextos que funcionaram como orientadores do desenvolvimento da oficina.

Houve um elevado nível de engajamento e entusiasmo de todos os participantes. O público solicitou e compartilhou consistentemente informações sobre experiências pessoais e

de outras pessoas, o que permitiu uma melhor absorção dos conceitos trabalhados sobre DORT, já que eram contextualizados em suas vidas.

Discussão

As diferentes interações das oficinas representaram um processo de maturação na dupla de estudantes, que será discutido nas categorias a seguir.

Desenvolvimento da adaptabilidade e improvisação

A maior dificuldade dos extensionistas na vivência do projeto UNMQ consiste na superação de desafios que a imprevisibilidade do contexto apresenta. Isso implica lidar e se adaptar a uma série de adversidades como, por exemplo, a inexistência de infraestrutura e condições ideais para sua oficina – espaço adequado, projetor ou silêncio do ambiente –, não ter um número suficiente de inscritos – como no caso de Poço do Boi, que não houve inscrições –, deparar-se com um público extrapolado na casa das dezenas ou centenas, ou a eventualidade de que os inscritos não configurem seu público ou sequer estejam relacionados com a temática abordada, como ocorreu nos distritos de Moxotó e Bela Vista.

A improvisação ocorre em situações de turbulência externa ou incidentes internos, exigindo decisões e ações rápidas, sem espaço para reflexões profundas. Os resultados da improvisação podem ser positivos, superando eficazmente os desafios; ou negativos, devido à incapacidade de solucionar os problemas ou efeitos colaterais prejudiciais (Arantes; Freitas; Santos, 2018).

Por um lado, a experiência de Bela Vista pode ser vista como exitosa pelas adaptações feitas pela equipe e engajamento dos participantes. Para que um estudante desenvolva sua capacidade de improvisação, é fundamental que seja capaz de tolerar suas próprias falhas e erros, além de ter humildade suficiente para desconstruir ideias preconcebidas e enrijecidas, como abandonar completamente a projeção de *slides* em Bela Vista ou tentar alcançar os pais a partir dos filhos estudantes, em Moxotó, já que eram a maioria do público. Além disso, deve-se usar da análise dos erros para aprender e se estimular a fazer melhor em outra oportunidade, como a última oficina na EREM Pedro Bezerra de Melo.

Por outro lado, pode-se dizer que houve oportunidades perdidas em Poço do Boi, pois a equipe, ao se deparar com nenhum público para sua oficina, poderia ter aproveitado o momento

para passar pelos bares, mercados, praças e casas dos habitantes e convidá-los a participarem da oficina, que poderia ter sido facilitada na própria via pública.

Portanto, o projeto UNMQ submerge o extensionista em uma cultura de experimentação, na qual a distância entre uma boa ideia e sua execução consiste simplesmente na coragem de materializá-la. As adaptações feitas durante e após as oficinas e todo o processo de maturação descrito acima são reflexos deste fato. As mudanças feitas focaram na necessidade de manter o interesse do público diante de um tema que não os afeta diretamente, como no caso dos mais jovens, e de dinamizar a vivência da oficina que em princípio estava impregnada com o formalismo oriundo do ambiente acadêmico. Portanto, este projeto de extensão foi fundamental para a formação dos extensionistas, de forma prática, no aprimoramento de suas habilidades para a resolução de problemas *in situ*.

Importância do protagonismo estudantil

O contexto do projeto permite o desenvolvimento de habilidades de liderança como a comunicação, tomada de decisões, resolução de problemas com responsabilidade e o trabalho em equipe. Do mesmo modo, permite aos estudantes autonomia, favorece o engajamento e participação, desenvolve autoestima e autoconfiança por estar em um ambiente em que suas opiniões e ideias são consideradas e têm efeitos palpáveis na dinâmica da realidade.

Além disso, durante as oficinas foi observado como a equipe serviu de centro motivacional para os alunos participantes. A maioria deles não possuía um projeto vital após a escola, uma vez que desconheciam a gama de possibilidades que constitui uma universidade e das políticas públicas que existem para seu acesso.

A vivência com estudantes do ensino superior tornou essa possibilidade factível. Por exemplo, em Bela Vista, um aluno do 2º ano do ensino fundamental, que havia começado a oficina triste pois pretendia deixar o colégio para ajudar sua mãe puxando carroça na rua, recuperou a vontade de estudar. Segundo ele, a universidade era algo demasiado abstrato e alheio à sua realidade, e portanto, improvável. Logo, pode-se observar que o protagonismo estudantil tem um efeito benéfico tanto para os estudantes que o exercem como de forma inspiradora para quem os observa.

Promoção do coletivismo e superação do ego

A experiência do UNMQ exige que, durante a estadia no município da ação, os estudantes que não estejam ministrando suas oficinas, em determinado momento, apoiem as oficinas dos demais companheiros.

O estudante universitário vem de um ambiente acadêmico muitas vezes adoeceador, em que se desenvolvem distúrbios psicológicos relacionados tanto à escolha do curso, quanto à adaptação à vida acadêmica e à cobrança por bons resultados (Schimitz; Soares, 2019). Em uma perspectiva mais individualista e pessoal, o êxito de sua participação no projeto pode traduzir-se no sucesso da aplicação da oficina que foi projetada por ele após esforços e tempo dedicados à sua concepção. Uma hipervigilância nesses critérios pode derivar em comportamentos egoístas do extensionista que almeja destacar sua participação no projeto. Essa atitude é perigosa, pois se transforma em um fator desestabilizador da vivência e inibidor da proatividade em um projeto que requer a colaboração incondicional de todos os integrantes.

As reuniões que acontecem no final de cada dia funcionam como um espaço para o compartilhamento de experiências entre todos. Isto serve para que haja uma interação multidirecional entre os próprios extensionistas, evitando o sentimento de isolamento. É o momento ideal para alimentar nos participantes o sentimento de coletividade do projeto, com discursos reconfortantes e inspiradores. De fato, foi de suma importância lembrar a toda a equipe, na maioria das reuniões, que o sucesso de uma oficina, independente do autor, implica no êxito de todo o projeto UNMQ e em sua continuidade no futuro. Um estudante aberto a receber tais diretrizes, e que seja capaz de pensar o projeto a partir da coletividade, tem uma experiência extensionista diametralmente oposta à de alguém com atitude mais vaidosa ou egoísta.

Em um contexto em que certos projetos individuais se destacam mais que outros, o trabalho em equipe convive inevitavelmente com as comparações e as autocobranças. Porém, pensar no sucesso alheio como o bem do coletivo e, em consequência, o bem para si, torna a vivência no projeto libertadora. O extensionista pode permitir colocar em segundo plano suas expectativas pessoais para se preocupar e se debruçar em soluções para as dificuldades alheias, potencializando sua proatividade, melhorando o trabalho em equipe e trazendo o sentimento de pertencimento.

Os efeitos formativos do UNMQ não se restringem ao público inscrito nas oficinas, pois o próprio estudante pode adquirir um conjunto de habilidades e qualidades novas, do tipo

didático, logístico, interpessoal, emocional, ético e moral se tiver a abertura e maturidade para maximizar o aproveitamento das oportunidades fornecidas pela vivência extensionista.

Limitações encontradas

Houve dificuldade em manter a atenção e o interesse dos estudantes inscritos no debate, sobretudo quando eram trabalhados conceitos mais teóricos, pois rapidamente preferiam brincar e conversar entre si ou com outros discentes que passavam pela janela, além de repetidamente se levantarem dos assentos e entrarem e saírem da sala.

A projeção do documentário captou por pouco tempo a atenção deles, pois em seguida retornaram às suas atividades de distração. Também aconteceram conflitos e algumas discussões entre os alunos pela posse do brinquedo *slime*, ao ponto de dificultar a continuidade das dinâmicas, o que foi resolvido dividindo o brinquedo pela metade e estipulando um tempo limite de três minutos para seu uso individual.

Considerações finais

A vivência do projeto UNMQ desafia os extensionistas na superação de dificuldades decorrentes da imprevisibilidade do contexto, promovendo capacidade de improvisação e proatividade, ao mesmo tempo em que estimula atitudes de liderança e o sentimento de coletividade e pertencimento.

Durante a execução do projeto, a equipe enfrentou desafios logísticos e adaptou sua metodologia para atender diferentes públicos. A abordagem mais dinâmica e participativa nas oficinas provou ser mais eficaz, especialmente ao interagir com crianças e jovens. A última oficina representou o ápice da aprendizagem e experiência da equipe, destacando o valor formativo da extensão universitária a partir da Educação Popular.

Portanto, a Educação Popular, por meio de projetos como o UNMQ, tem o potencial de colaborar efetivamente para o desenvolvimento de uma sociedade mais justa e inclusiva ao abordar questões sociais urgentes e promover a conscientização e a empatia, enquanto complementa a formação dos envolvidos na sua promoção.

Agradecimentos

A edição Ibimirim Inverno/2023 do Projeto UFPE No Meu Quintal foi subsidiada por recursos do orçamento da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) e da emenda parlamentar do Exmo. Dep. Federal Túlio Gadelha, executado pela Fundação de Apoio ao Desenvolvimento da Universidade Federal de Pernambuco. Agradecemos também à Prefeitura Municipal de Ibimirim e suas secretarias pelo apoio necessário para o bom desenvolvimento do Projeto.

Notas

A cartilha está disponível no *link*: <https://smallpdf.com/pt/file#s=e75493ec-3d9b-4a51-b219-1a81f7261ff4>.

Referências

- ALENCAR, I. C. A educação popular e a amorosidade como caminho para a inclusão social de sujeitos oprimidos. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO, 2., 2016, Campina Grande. **Anais** [...] Campina Grande: Realize Editora, 2016. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/22534>. Acesso em: 13 out. 2023.
- ARANTES, F. P.; FREITAG, M. S. B.; SANTOS, E. L. S. Improvisação e aprendizagem de empreendedores informais: a experiência de empreendedores feirantes. **Revista de Empreendedorismo e Gestão de Pequenas Empresas**, São Paulo, v. 7, n. 3, p. 30-31, 2018. DOI 10.14211/regepe.v7i3.921. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5615/561559184003/>. Acesso em: 14 out. 2023.
- BENINCÁ, D.; CAMPOS, F. S. Extensão popular: uma proposta transformadora para a educação superior. **Dialogia**, São Paulo, n. 27, p. 145-156, 2017. DOI 10.5585/dialogia.N27.7247. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/7247>. Acesso em: 12 out. 2023.
- BRASIL. **Portaria n. 2.761, de 19 de novembro de 2013**. Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no Âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPSSUS). Brasília, DF, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt2761_19_11_2013.html. Acesso em: 28 mar. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **II Caderno de Educação Popular e Saúde**. Textos Básicos de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- OLIVEIRA, R. A. *et al.* Fisioterapia e sociedade: a extensão universitária na região Centro-Oeste do Brasil. **Revista Extensão & Sociedade**, Natal, v. 11, n. 2, p. 7-20, 2020. DOI

10.21680/2178-6054.2020v11n2ID20748. Disponível em:
<https://periodicos.ufrn.br/extensaoesociedade/article/view/20748>. Acesso em: 16 out. 2023.

DALLEPIANE, S.; BAUER, L. A.; FLORIANO, D.; BIGOLIN, S. E. Relação entre a sobrecarga de uso de membros superiores e as queixas de dor e desconforto nos trabalhadores da unidade polímeros de uma empresa do segmento elétrico/mecânico/agroindustrial. **Revista Contexto & Saúde**, Ijuí, v. 5, n. 10, p. 39-46, Jan-Jun 2006. Disponível em:
<https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/download/1379/1138>. Acesso em: 12 out. 2023.

GAEDKE, M. A.; KRUG, S. B. F. Quem sou eu? A identidade de trabalhadoras portadoras de LER/DORT. **Revista Textos & Contextos**, Porto Alegre, v. 7, n. 1, p. 120-37, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/fass/article/view/3942>. Acesso em: 12 out. 2023.

GARCIA, J. E.; SILVA, S. M. **UFPE no meu Quintal**: manual do extensionista. Recife: Editora UFPE, 2022.

GONÇALVES, M. E.; RIOS-NETO, E. L. G.; CÉSAR, C. C. A evasão escolar no ensino fundamental e sua associação com a pobreza. **Revista Desenvolvimento Social**, Montes Claros, v. 1, n. 2, p. 1-22, 2008. Disponível em:
<https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/rds/article/view/1520>. Acesso em: 13 out. 2023.

PESSOA, V. M.; ALMEIDA, M. M.; CARNEIRO, F. F. Como garantir o direito à saúde para as populações do campo, da floresta e das águas no Brasil? **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, p. 302-314, 2018. Disponível em:
<https://saudeemdebate.emnuvens.com.br/sed/article/view/679>. Acesso em: 14 out. 2023.

PULGAS, E. M. S.; SANTOS, K. O. B. Agravos e incapacidades para o trabalho entre profissionais do ensino: análise dos registros oficiais no Brasil. **Caderno Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 285-296, 2022. DOI 10.1590/1414-462X202230020400. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/d9x6QYCVsYVzHYqXqHJLn8m/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 out. 2023.

SCHMITZ, G. A.; SOARES, M. R. Z. Saúde mental na universidade – a compreensão da síndrome de burnout em universitários a partir da análise do comportamento. **Ideação - Revista do Centro de Educação, Letras e Saúde**, Foz do Iguaçu, v. 21, n. 1, p. 70-89, 2019. DOI 10.48075/ri.v21i1.23964. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/ideacao/article/view/23964>. Acesso em: 12 out 2023.

SILVA, M. S. P. Educação do campo e o paradigma da extensão descolonial na universidade pública. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 15, p. 2382-2395, 2020. DOI 10.21723/riaee.v15iesp3.14447. Disponível em:
<https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/14447>. Acesso em: 12 out. 2023.

Submetido em 23 de abril de 2024.
Aprovado em 20 de agosto de 2024.