



# VIDEOGRAVAÇÃO NA PRÁTICA EXTENSIONISTA EM PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM UM GRUPO DE IDOSOS

Chaiane Torezan Pellin, Bruna Spier, Dhiuly Anhaia Alvira, Júlia Pereira Maciel, Denise Ruttko Dillenburg Osorio e Simone Rendwanski Tonelotto  
Universidade Feevale

**Justificativa:** O projeto Envelhecimento Saudável e Rede de Suporte Social possui uma proposta multidisciplinar com ações educativas, preventivas e acompanhamento domiciliar visando contribuir positivamente na qualidade de vida da pessoa idosa. Os beneficiados do projeto, em sua maioria em situação de vulnerabilidade social, formam um grupo de aproximadamente 65 idosos, entre 60 a 90 anos (82,9% mulheres e 17,01% homens) residentes nos bairros Santo Afonso e Kephas de Novo Hamburgo-RS. No primeiro semestre de 2020 nosso grupo era constituído por 9 voluntários, 3 bolsistas e 5 professoras, e pela ocasião da pandemia do Covid-19 não foi possível realizar saídas a campo. As visitas domiciliares que proporcionavam um acompanhamento e orientações aos idosos tornou-se inviável.

**Objetivo:** O propósito deste trabalho é apresentar resultados das experiências neste período de isolamento social e como a prática extensionista se constituiu num processo de significativo aprendizado.

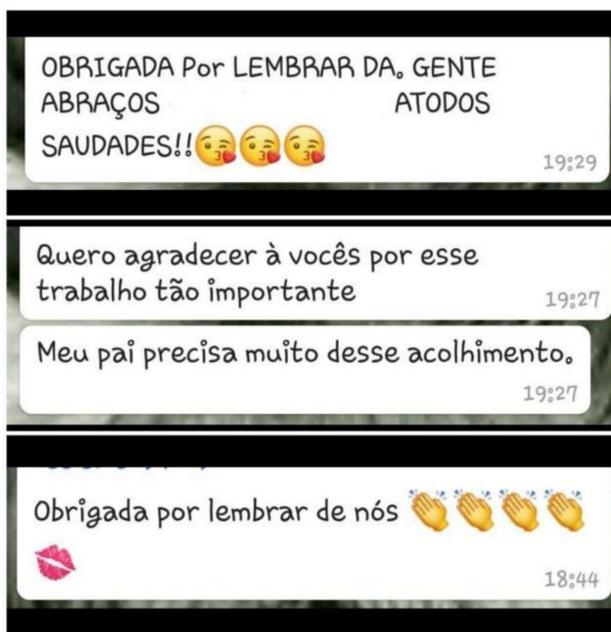
**Metodologia:** A metodologia utilizada foi a videogravação, recurso muito utilizado em pesquisas empíricas de base qualitativa que nos apropriamos para a realização da atividade. Para a elaboração das videograções foram divididos 3 grupos, cada um abordando os seguintes temas: lavagem correta de mãos; higienização correta de frutas, verduras e embalagens; e autocuidado no período de isolamento social. O tema relatado neste resumo será "Autocuidado no período de isolamento social".

**Resultados:** Para a elaboração da videogravação o grupo pesquisou bibliografias relacionadas ao assunto, além das orientações das professoras. O objetivo era informar aos idosos como é possível o cuidado pessoal a partir de procedimentos simples, presentes no seu cenário e que poderiam fomentar maior bem-estar, como por exemplo, a ingestão de líquidos, banho de sol com atenção no tempo de exposição, cuidados básicos de higiene e a busca de situações que mesmo isolados podem dar prazer e minimizar a solidão. Cada integrante do grupo realizou em sua casa as gravações orientando ações de forma dinâmica e leve, ratificando a importância do isolamento social.

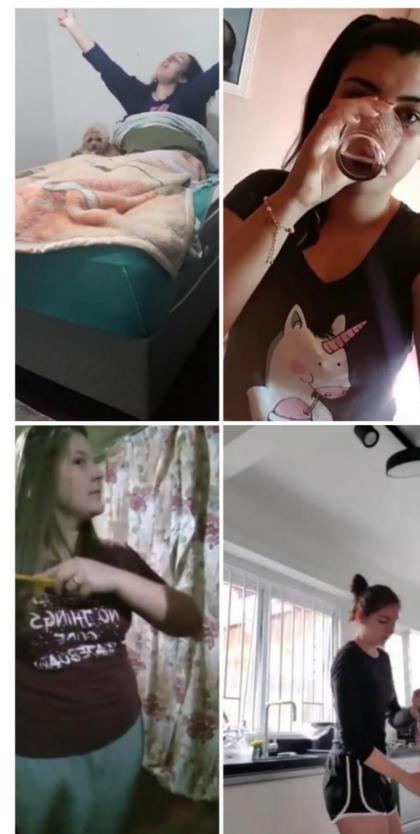
**Considerações finais:** Os vídeos foram enviados através do WhatsApp e o retorno foi bastante positivo e que resultou num sentimento de maior proximidade com os beneficiados, além disso conseguimos solidificar alguns aprendizados mais focados na pessoa idosa, inclusive de comunicação. A metodologia de videogravação foi de grande valia, e os resultados até o momento foram fidedignos com as expectativas projetadas.



Fotos do arquivo de 2019 do projeto Envelhecimento Saudável e Redes de Suporte Social.



Mensagens de feedback dos idosos no grupo onde foi enviado os vídeos.



Fotos retiradas do vídeo "Autocuidado no período de isolamento social"