

# VIII Simpósio de Ensino em Saúde

## Desafios da Contemporaneidade

Outubro de 2022

Realização:

Mestrado Profissional em Ensino em Saúde  
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul

### A relevância da extensão universitária do curso de enfermagem na pandemia do COVID – 19: Relato de experiência de um projeto de extensão

**Maynaira Nascimento Silva**

[maynaradasilva2017@outlook.com](mailto:maynaradasilva2017@outlook.com) / UEMS

**Wilson Brum Trindade Junior**

[profwilsonbrum@gmail.com](mailto:profwilsonbrum@gmail.com) / UEMS

#### RESUMO

Este artigo tem como objetivo relatar a experiência da construção de roteiros para produzir conteúdo audiovisual. O método foi adotado a partir de um projeto de extensão desenvolvido na Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS), o projeto ocorreu durante um período da pandemia do COVID - 19, na qual o intuito do projeto era a criação de vídeos para ser confeccionados na plataforma digital do *YouTube* utilizando como estratégia de comunicação e divulgação as plataformas do *Instagram* e *Facebook*. A autora vivenciou o desenvolvimento da criação de roteiros e gravação de vídeos informativos referente a saúde mental, tendo uma visão ampla de termos científicos e linguagem mais simples se adaptando a realidade. Desse modo, permitindo vivenciar experiências com tipos e maneiras de linguagem diferentes possibilitando trabalhar com níveis de capacidade cognitiva, aprimorando vocabulário e comunicação. Assim, influenciando na atuação de profissional de saúde relacionado a ações educativas.

**Palavras-chave:** Educação em Saúde; Tecnologia em Saúde; Saúde Mental; Pandemia por Covid-19

#### INTRODUÇÃO

A Educação em Saúde é de extrema importância para a sociedade, visto que é uma ferramenta utilizada para promover os conhecimentos da população baseando-se em fontes técnicos-científico, assim, garantindo os direitos do saber a

todo indivíduo. Além disso, a educação em saúde visa ter participantes ativos durante o desenvolvimento para uma melhor aprendizagem e assim propagar o conhecimento adquirido de forma clara e correta (CONCEIÇÃO, 2020).

A Educação em Saúde é implementada para transmitir conhecimentos e melhorar a qualidade de vida, desse modo, a educação em saúde começou a se destacar como um instrumento fundamental para promover o aprendizado com o intuito de ações preventivas. Abordando condições fisiológicas, mentais, espirituais e culturais a fim promover mudanças nos hábitos comportamentais da população, logo, melhorando a qualidade de vida (VIEIRA, 2021).

Vale ressaltar, que a educação em saúde para a população só é possível quando há um diálogo com linguagem acessível, troca de saberes e compreensão entre as partes envolvidas na relação. Desse modo, a extensão universitária é um utensílio de ensino, pesquisa e extensão que tem uma fundamental importância para haver uma transformação da realidade social dentro de uma perspectiva sociocultural e na relação consciência-mundo (FREIRE, 2014).

Entretanto, com a chegada da pandemia devido ao Covid-19 e a necessidade de manter o isolamento social, os desenvolvimentos de atividades extensionistas foi atingido por novos meios metodológicos a fim de continuar a propagação do conhecimento e aprendizado, atendendo os anseios da sociedade.

Esta situação de pandemia envolve uma epidemiologia global, com alta capacidade de transmissão da Covid-19, tendo consequências graves atingindo níveis sociais, educacionais e econômicos. Os indivíduos sofreram um grande impacto devido ao isolamento social comprometendo principalmente na saúde mental e física, afetando o bem-estar psicológico e social. Surgindo na população sentimentos e ações prejudiciais em consequência da pandemia, pois, devido esta nova doença há uma imprevisibilidade e insegurança (RAMOS, 2021).

Antes da pandemia já existia uma grande preocupação com as questões psicológicas, principalmente as pessoas com transtornos psiquiátricos pré-existentes, com a chegada da pandemia isso só agravou. Neste período de pandemia, aumentou os níveis de medo que conseqüentemente intensificou o grau de ansiedade e estresse em pessoas saudáveis. Há estudos realizados que pacientes infectados ou apenas com suspeita de Covid-19 pode desenvolver emoções e comportamentos intensos, como por exemplo; ansiedade, sentimentos de solidão, insônia e entre outros (ORNELL, 2020).

Nota-se, que os transtornos mentais vêm aumentando na população e trazendo impactos relevantes na qualidade de vida de cada indivíduo principalmente aquele que já possui alguma doença mental. Desse modo, a educação em saúde relacionada a saúde mental é de extrema importância, visto que, o cuidado em saúde mental deve proporcionar autocuidado e autonomia conseqüentemente a independência do indivíduo, assim, estimulando habilidades, reduzindo o sofrimento e incapacidades (FINK, 2012).

A educação em saúde consiste em promover o conhecimento e o desenvolvimento das capacidades práticas, portanto, o ensino sobre a saúde mental é uma estratégia de prevenção de doenças mentais, fornecendo informações de prevenção, tratamento e autocuidado. Em suma, a educação em saúde pode proporcionar competência das responsabilidades diárias promovendo a autonomia e assim melhorando a qualidade de vida do indivíduo (FINK, 2012).

Com a chegada repentina da pandemia e com o potencial de atingir a todos, trazendo várias emoções distintas principalmente com correlação as novas adaptações de vivência. O setor acadêmico e a comunidade sofreram essas novas adaptações, a extensão universitária funciona como a comunicação de conhecimento entre os acadêmicos e a população tendo então um contato direto.

Desta forma, estando todos expostos para o contágio desta doença o setor de comunicação ficou incapaz de continuar sem novas adequações (DA SILVEIRA, 2021).

Os meios tecnológicos estão ganhando destaque nesse período de pandemia, pois, a internet obtém informações rápidas com fácil acesso. Além disso, as plataformas digitais têm funções como: postar vídeos, fotos e criar imagens que auxilia o entendimento do indivíduo. Dessa forma, essas funções podem trazer benefícios para as pessoas, proporcionando a educação em saúde. Ademais, os meios tecnológicos, principalmente as redes sociais tornaram-se uma possibilidade de aproximação entre as pessoas, uma forma de compartilhar saberes e experiências.

Entretanto, a internet pode se tornar um problema, pois, com o aumento do uso das redes sociais cresceu as Fake News, ou seja, informações falsas gerando conflitos e conseqüentemente situações estressoras para a população, afetando o bem-estar. Infelizmente, com a falta de averiguação das informações alguns indivíduos acabam compartilhando informações falsas e assim disseminando a Fake News (NETO, 2020). Logo, com o isolamento social, medo da Covid-19 e ainda as informações falsas nas redes sociais afetou diretamente os transtornos psíquicos.

A tecnologia se tornou uma solução, principalmente neste tempo de pandemia, pois, com a utilização das redes sociais, a internet possibilitou o desenvolvimento das atividades extensionistas, de uma maneira modificada para permanecer o distanciamento físico e manter a segurança de todos. A internet é um meio de fácil acesso ao conhecimento e também a distribuição desse conhecimento para a população, sendo necessário a permanência do setor de extensão universitária (CONCEIÇÃO, 2022).

A partir disso, a extensão universitária se beneficiou da tecnologia podendo trazer uma aproximação das pessoas, desse modo, estava inserida em um projeto de extensão universitário abordando temas relacionados a saúde mental. Neste contexto de levantar referencial teórico com fontes confiáveis com o objetivo de diminuir a Fake News e utilizando a tecnologia como adaptação da extensão universitária, logo, foi desenvolvido a construção de um canal no *YouTube* no qual foram inseridos vídeos para orientar a população sobre a educação em saúde com temas associados aos transtornos psíquicos com o intuito de diminuir a propagação de Fake News (NETO, 2020).

Vale ressaltar, que o objetivo do projeto era oferecer uma assistência para a comunidade, desse modo, ao estar inserida em um projeto de extensão universitário em um tempo pandêmico era necessário modificações (FREIRE, 2014).

Desse modo, foi desenvolvido vídeos educativos e informativos com embasamento técnico-científico com fontes confiáveis, além disso, foi procurado por informações atualizadas e com uma linguagem mais acessível, assim, os vídeos foram disponibilizados na plataforma do *YouTube* para toda a população. Para este projeto alcançar o seu objetivo de Educação em Saúde associado a saúde mental e ter bons resultados era necessário muita dedicação, pois, para iniciar o projeto era fundamental inicialmente construir um roteiro, gravar o vídeo, editar, divulgar e outros detalhes que cada vídeo exigia para ter uma boa qualidade.

### **METODOLOGIA**

Para a construção de um roteiro foi necessário inicialmente um tema, dessa forma, utilizando a plataforma do Google Trends [<https://trends.google.com.br/trends/?geo=BR>] que mostra os termos mais buscados no site com foco na saúde mental. Vale ressaltar, que para a educação em saúde ser

eficiente é importante ter um referencial teórico-científico com linguagem simples e objetiva, mas também, para uma qualidade audiovisual (DE OLIVEIRA,2021). Portanto, após a seleção dos temas, escolha do título e de um referencial teórico foi elaborado um roteiro do qual é composto por uma estrutura; Frase relacionada ao tema, frase impactante, apresentação, vinheta, explicação dos conteúdos informativos e por fim as considerações finais sobre o tema que foi abordado. Além disso, para cada vídeo foi desenvolvido uma descrição a fim de evidenciar sobre quais informações contém no vídeo proposto com a disponibilidade do material utilizado.

Para cada elaboração de roteiro incluindo a busca por referência bibliográfica, construção e montagem do roteiro, descrição e disponibilidade do material usado utilizou no mínimo duas horas para cada vídeo. Ao término da elaboração do roteiro, descrição, analisar e realizar correções inicia a progressão da gravação do vídeo. Desfrutando da tecnologia, os vídeos foram gravados utilizando o celular com duração de no máximo 25 minutos após termino de edição, os vídeos foram editados no celular, incluindo figuras, legendas e vídeos complementares para uma melhor resolução, além de obter fotos próprias para criação da capa do vídeo. Logo, foi usado plataformas digitais com estratégias de comunicação, criando um canal na plataforma digital do *YouTube* para ser hospedado os vídeos, mas também, aproveitando das outras plataformas para a divulgação dos vídeos como *Facebook* e *Instagram*.

### RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na fase inicial foi um processo complexo, pois, necessitava de horas de procura e leitura, compreensão para ler e reescrever com uma linguagem mais acessível e também desenvolver habilidade da fala para poder gravar o vídeo.

Porém, apesar do processo difícil o canal teve 53 roteiros construído e consequentemente 53 vídeos gravados.

Para montagem dos roteiros foi necessário um referencial teórico com qualidade e atualizado, entretanto, a busca por esses materiais se tornou um desafio. Pois, com alguns temas relacionados aos transtornos mentais as literaturas não estavam atualizadas, além de possuir uma linguagem de difícil compreensão. Com isso, se tornou um obstáculo criar um roteiro com referencial teórico atualizado, com qualidade, objetivo, informativo e com linguagem popular sem deixar de perder o conhecimento técnico-científico.

Inicialmente para começar a gravar os vídeos era necessário um celular com uma boa qualidade de câmera e memória, porém, nos primeiros meses houve uma falta de condições para obter um telefone celular de qualidade necessitando de utilizar o telefone celular de familiares. Mas, ainda sim ocorria uma má qualidade de imagem nos vídeos, áudio prejudicado e também a falta de armazenamento no telefone celular. Devido a pandemia os vídeos foram gravados em casa, tendo interferência de sons como por exemplo; carros passando, cachorro latindo, vizinhos conversando e etc. Ocorrendo durante os momentos de gravação e assim perdendo a eficácia do áudio.

Ao decorrer da gravação era necessário compreensão e adaptação de falas que facilitava a dicção sem sair do foco principal da informação passada. Além disso, muitas frases precisavam ser decoradas e pronunciadas com habilidades e elegância passando mais segurança para o indivíduo que estivesse assistindo. A timidez também foi um grande obstáculo para discorrer durante as gravações e as publicações dos vídeos.

*Exemplo de roteiro:*

Tema: Anamnese na Enfermagem psiquiátrica

Título: Enfermagem na psiquiatria

Maynaira: Você sabe qual o papel da Enfermagem na psiquiatria?

Amanda: Você sabe como funciona a anamnese de Enfermagem na psiquiatria?

May: Continue assistindo este vídeo e saiba mais sobre o papel da Enfermagem na psiquiatria.

May: Olá, eu sou a Maynaira Nascimento.

Amanda: Oi pessoal, eu sou a Amanda Silveira. Somos acadêmicas de enfermagem na Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul.

Vinheta

May: A pessoa com transtorno mental exige uma atenção complexa, necessitando de diferentes profissionais seja da área da saúde e também de outras áreas, como por exemplo; cuidadores, dentre eles, há Enfermagem, para que este indivíduo, tenha um melhor atendimento em todas as suas necessidades específicas.

Amanda: E qual o papel da Enfermagem na psiquiatria? Bom, o profissional da enfermagem tem o objetivo de desenvolver o autocuidado de forma que permita a pessoa com transtorno mental ter autonomia durante suas relações com a sociedade.

Maynaira: A partir disso, com a orientação do enfermeiro poderá minimizar problemas ocasionados pela própria pessoa ou família.

Amanda: Assim, tendo orientação dos cuidados específicos para cada indivíduo com transtorno mental reduzindo possíveis episódios de quebra terapêutica ou intercorrências devido a mal qualidade de tratamento.

Maynaira: Além disso, o profissional da Enfermagem tem o papel de promover a segurança do paciente, dar suporte emocional, assegurar a administração de



medicamento, suas necessidades de alimentação, higiene e interação social. Assim, garantindo a qualidade de todo o tratamento.

Amanda: E onde esses profissionais de enfermagem atendem? O enfermeiro está em todo lugar, não é mesmo? Porém há um lugar especializado em tratar pessoas com transtornos mentais que são Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS).

Maynaira: O CAPS é um serviço de saúde comunitário que contém uma equipe multiprofissional atendendo pessoas com transtornos mentais, sofrimento seja leve, moderado ou profundo incluindo pessoas dependentes de álcool e outras drogas.

Amanda: Quer saber mais sobre o CAPS? Conta pra gente aqui nos comentários e se inscreva no canal. Logo, logo vamos fazer um vídeo completo sobre o CAPS.

Maynaira: Você sabe o que é anamnese e para que ela serve na Enfermagem? Ana significa “trazer de volta” e mnese significa “memória”, ou seja, é como uma entrevista que permite saber fatos importantes sobre a vida do paciente.

Amanda: Essa é a primeira fase de um processo, que permite coletar dados importantes, principalmente para identificar quais são os problemas de cada indivíduo, determinar diagnósticos, planejar e realizar a assistência necessária.

Maynaira: Portanto, a anamnese tem o objetivo de realizar entrevista, exame físico, analisar resultados e revisar prontuário juntamente com a participação de toda a equipe de profissionais e assim realizar uma assistência de qualidade.

Maynaira: Na Enfermagem psiquiátrica a anamnese é fundamental para o sucesso do diagnóstico e tratamento, além de ajudar a manter um vínculo de confiança entre paciente e profissional. Existem teorias da Enfermagem específicas para o atendimento ao paciente em sofrimento psíquico, mas isso também é conteúdo para outro vídeo.

Amanda: Achou este tema interessante? Conta aqui para gente nos comentários, não se esqueça de curtir, comentar e compartilhar com seus amigos e familiares.

Maynaira: Se inscreva no nosso canal e ative o sininho para ficar por dentro dos nossos próximos vídeos. Tchau e até o próximo vídeo.

Descrição: Você sabe qual o papel da Enfermagem na psiquiatria? Você sabe para que serve a anamnese da enfermagem na psiquiatria? Na prática, a anamnese é um instrumento fundamental para realizar a assistência de enfermagem de forma eficaz e com qualidade. Por isso, o vídeo de hoje vem trazer informações importantes para o profissional da Enfermagem e para quem tem interesse em saber como funciona esta área. Não se esqueça de curtir, comentar e compartilhar com seus amigos e familiares. E para ficar por dentro dos nossos próximos vídeos se inscreva no canal e ative o sininho para você ficar por dentro dos próximos vídeos, além disso, siga o mentalizando nas redes sociais (FREITAS, 2022).

A escolha de usar este roteiro como exemplo é para evidenciar o quanto o profissional Enfermeiro pode contribuir na área da psiquiatria. A enfermagem psiquiátrica tem o papel de desenvolver habilidades e competências fundamentais para a educação em saúde. Não podendo deixar de mencionar que este profissional tem a capacidade de olhar o indivíduo como um todo e não apenas para a sua doença (FREITAS, 2017).

A presença de um profissional da enfermagem na área da psiquiatria pode trazer inúmeros benefícios principalmente para o próprio paciente, o atendimento da enfermagem nos Centros de Atenção Psicossocial utiliza instrumentos metodológicos de forma holística e integral. A fim de obter uma assistência de Enfermagem humanizada e com qualidade (FREITAS, 2017).

Entretanto, apesar das dificuldades que surgiram durante as gravações dos vídeos foi possível identificar vários benefícios pessoais de crescimento profissional que foi desenvolvido durante o processo do projeto. Inicialmente com a busca por referencial teórico e leitura de vários materiais de origem confiável trouxe vantagens

para o aprimoramento dos conhecimentos relacionados a saúde mental. Além disso, devido a necessidade de leitura constante ocasionou uma melhora do vocabulário.

Não apenas o vocabulário, mas também o desenvolvimento da escrita, pois, para a criação do roteiro era necessária uma compreensão do tema e transformá-lo de linguagem técnico-científico para uma linguagem mais simples e comum sem perder a qualidade da informação. Vale ressaltar que a fala/dicção também foi aprimorada ao decorrer das gravações, lembrando que a fala é um importante instrumento para ter uma boa comunicação principalmente na área da Enfermagem. Assim, o enfermeiro possibilita repassar informações necessárias independente do ambiente educacional, seja no aspecto individual, em grupo ou coletivo a fim de proporcionar uma qualidade de vida eficaz para a população (KIRSCH, 2019).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, vale ressaltar que a Educação em Saúde é um instrumento utilizado pela enfermagem para meios de prevenção, pois, proporciona uma aprendizagem para a população. Sendo assim, o indivíduo será capaz de saber identificar atitudes prejudiciais e também saber o que é necessário para suas necessidades básicas e assim melhorando a sua qualidade de vida (OLIVEIRA, 2004).

Vale lembrar que devido a pandemia do Covid-19 a tecnologia se destacou, porque as redes sociais e as plataformas digitais se tornaram o meio de entretenimento, interação entre as pessoas e o meio mais fácil e rápido de acessar informações. Dessa maneira, se beneficiando das plataformas digitais foi possível disponibilizar informações relacionadas com a saúde mental utilizando a Educação em Saúde e possibilitando uma aproximação entre os indivíduos por meio de vídeos aderidos na plataforma do *YouTube*.

# VIII Simpósio de Ensino em Saúde

## Desafios da Contemporaneidade

Outubro de 2022

Realização:

Mestrado Profissional em Ensino em Saúde  
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul

Para a construção dos vídeos com uma boa qualidade, era necessário desenvolver um roteiro eficiente. Dessa forma, para produzir um roteiro era de extrema importância levantar referencial teórico atualizado com embasamento técnico-científico, compreender e adequar para uma linguagem mais popular a fim de obter o entendimento de todos que acessar o vídeo. Além disso, o roteiro precisa ter uma estrutura que cativa o espectador e assim faça ter interesse para assistir o vídeo todo, mas também para curtir, comentar e compartilhar.

Portanto, neste contexto desafiador de pandemia a promoção da Educação em Saúde necessitou de adaptações e assim utilizou os meios tecnológicos. Sendo disponibilizado vídeos com conteúdo educativo e informativo com uma nova linguagem e uma comunicação eficaz com o intuito de haver uma socialização e conseqüentemente uma aproximação entre as pessoas tendo como objetivo principal o aprimoramento do conhecimento relacionado com a saúde mental.

Desse modo, esse desafio enfrentado com essas atividades realizadas mostra o quanto foi relevante a extensão universitária do curso de enfermagem, sendo desenvolvido nesta nova modalidade usando tecnologia para o alcance das pessoas em tempo pandêmico, do qual, era necessário o isolamento social. Além disso, pode ser continuado a ser usado pelo alcance e potência das tecnologias.

### REFERÊNCIAS

CONCEIÇÃO, Dannicia Silva *et al.* A educação em saúde como instrumento de mudança social. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 8, p. 59412-59416, 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/15195/12535>. Acesso: 04/07/2022.

# VIII Simpósio de Ensino em Saúde

## Desafios da Contemporaneidade

Outubro de 2022

Realização:

Mestrado Profissional em Ensino em Saúde  
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul

DA SILVEIRA, Rogério Zanon *et al.* Extensão universitária no enfrentamento da Covid-19: a Universidade e o (re) configurar de projetos e ações. **AtoZ: novas práticas em informação e conhecimento**, v. 10, n. 1, p. 72-84, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/atoz/article/view/76152>. Acesso em: 08/07/2022.

DE OLIVEIRA, Carlos Henrique *et al.* Produção de vídeos educativos de curta duração para redes sociais, na área da virologia-um relato de experiência. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 7, p. 71382-71387, 2021. Disponível em: <https://esud2020.ciar.ufg.br/wp-content/anais-esud/210093.pdf>. Acesso em: 14/07/2022.

FINK, Nathalia Belineli *et al.* Educação em saúde na prática assistencial de enfermagem em saúde mental: relato de experiência. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 11, n. 2, p. 415-419, 2012. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/12403/pdf>. Acesso em: 06/07/2022.

FREIRE, Paulo. **Extensão ou comunicação?** Editora Paz e Terra, 2014.

FREITAS, Ozaniely Linhares de *et al.* Instrumento de acompanhamento aos pacientes em sofrimento mental no âmbito da assistência em enfermagem psiquiátrica. 2017. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/bitstream/riufcg/7857/3/OZANIELY%20LINHARES%20DE%20FREITAS.%20TCC.%20BACHARELADO%20EM%20ENFERMAGEM.2017.pdf> Acesso: 09/07/2022.

KIRSCH, Gustavo Hanich; VERONEZI, Daiane Russo. Visão do enfermeiro como educador em saúde. **Saúde e Desenvolvimento**, v. 14, n. 8, 2019. Disponível em: <https://cadernosuninter.com/index.php/saude-e-desenvolvimento/article/view/1045>. Acesso em: 06/07/2022.

NETO, Mercedes *et al.* Fake News no cenário da pandemia de Covid-19. **Cogitare enfermagem**, v. 25, 2020.

OLIVEIRA, Hadelândia Milon de; GONÇALVES, Maria Jacirema Ferreira. Educação em saúde: uma experiência transformadora. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 57, p. 761-763, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/rj/reben/a/hSpf9RWGCJ8M35kqMk9nMWH/?lang=pt>. Acesso em: 25/07/2022.

# VIII Simpósio de Ensino em Saúde

## Desafios da Contemporaneidade

Outubro de 2022

Realização:

Mestrado Profissional em Ensino em Saúde  
Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul

ORNELL, FELIPE *et al.* Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Debates em Psiquiatria**, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/35/23>. Acesso em: 06/07/2022.

RAMOS, Natália; LOPES, Ana Cristina Duarte. Desafios da Educação a distância em tempos de pandemia. **Vozes da educação. Pesquisas e escritas contemporâneas**, v. 2, p. 117-138, 2021. Disponível: <https://repositorioaberto.uab.pt/handle/10400.2/11397>. Acesso em: 05/07/2022.

VIEIRA, Mariana de Sousa Nunes *et al.* Educação em saúde na rede municipal de saúde: práticas de nutricionistas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 455-464, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/LWZ93HtD4bnSRZgp9PrMccw/?lang=pt#>. Acesso em: 04/07/2022.