



Olhares sobre a pandemia, Carlos Alberto Silva.

Internet e mídias sociais como aliadas das ações extensionistas do Projeto Boas Práticas durante a Pandemia de Covid-19

Internet and social media as allies of the extension actions of the Good Practices Project during the Covid-19 Pandemic

Resumo

A crise sanitária imposta pela pandemia de COVID-19 proporcionou mudanças nas universidades, as quais precisaram organizar-se para garantir o desenvolvimento das atividades acadêmicas, como a realização de projetos de extensão. O objetivo do presente trabalho foi relatar o uso da *internet* e de mídias sociais, como estratégias extensionistas, desenvolvidas pelo ‘Projeto Boas Práticas de Manipulação em Serviços de Alimentação: Avaliação e Orientação para a Produção de Alimentos Seguros’ durante a pandemia de COVID-19. As atividades relatadas foram realizadas entre abril de 2020 e maio de 2022 pela equipe extensionista. Reuniões remotas foram realizadas para reorganizar as atividades propostas, tais como: elaboração de materiais instrucionais e criação de um perfil no *Instagram*. Três cartilhas sobre temas na área de segurança de alimentos e COVID-19 foram elaboradas. Além disso, foram compartilhados conteúdos relacionados ao tema do projeto no *Instagram*, o que totalizou 91 publicações. Cartilhas e rede social apresentaram repercussão no público-alvo e demonstraram a importância da atividade extensionista adaptar-se. Conclui-se que a importância de usar a *internet* e as redes sociais em atividades extensionistas é evidente, pois agregaram valor ao processo de aprendizagem dos discentes envolvidos e proporcionam ao público-alvo maior alcance ao projeto de extensão.

Palavras-chave: Pandemia COVID-19. Educação em saúde. Rede Social.

Jéssica Gonçalves dos Santos
Maria Clara B. de Aquino
Letícia Batista de Azevedo
Jackline Freitas Brilhante
de São José

jackline.jose@ufes.br

Universidade Federal do
Espírito Santo

Abstract

The health crisis imposed by the COVID-19 pandemic caused changes in universities, which needed to organize themselves to ensure the development of academic activities, such as extension projects. The present work aimed to report the use of the internet and social media as extension strategies developed by the 'Project Good Manipulation Practices in Food Services: Assessment and Guidance for the Production of Safe Foods' during the COVID-19 pandemic. The activities reported were carried out between April 2020 and May 2022. Remote meetings have been conducted to reorganize the proposed activities, such as preparing instructional materials and creating an Instagram profile. The extension team developed these activities. As a result, three materials about food safety and COVID-19 were prepared. In addition, content related to the project's theme was shared on Instagram, totaling 91 publications. Materials and the social network had repercussions on the target audience and demonstrated the importance of adapting to extension activities. The importance of using the internet and social networks in extension activities is evident, as they add value to the student's learning process and give the target audience greater access to the extension project.

Keywords: COVID-19 Pandemic. Health education. Social network. Food Quality.

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, surgiu uma doença respiratória grave causada pelo vírus SARS-CoV-2, a qual foi denominada *Corona Vírus Disease 2019* (COVID-19), pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Essa enfermidade altamente contagiosa e infecciosa, teve sua primeira incidência relatada na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China (ABRANCHES; OLIVEIRA; SÃO JOSÉ, 2021; BRIGHT; KUDZAI; NGAVAITE, 2021). Em 11 de março de 2020, a OMS decretou estado de pandemia e iniciou uma série de recomendações para o enfrentamento dessa crise sanitária (OMS, 2020). O novo coronavírus teve impacto na saúde pública, dado o grande número de casos e o elevado índice de mortalidade em um curto período de tempo. Assim, foi necessário tomar medidas de controle, tais como: o uso de máscara, higienização das mãos e distanciamento social, de modo a reduzir a propagação do vírus. Cabe ressaltar que a pandemia de COVID-19 afetou drasticamente a humanidade, paralisou a economia mundial e teve forte impacto em diversos setores, inclusive no setor da educação (BRIGHT; KUDZAI; NGAVAITE, 2021).

A pandemia de COVID-19 teve forte impacto sobre o ensino superior global. A crise sanitária causada por ela, forçou inúmeras mudanças, e as instituições de ensino, como universidades, precisaram organizar-se para enfrentar os novos desafios e garantir o desenvolvimento das atividades acadêmicas (HOLLANDA, 2020; MÉLO et al., 2021; NUNES et al., 2021).

Dessa forma, houve a necessidade de interrupção das atividades presenciais e de adaptação das atividades de ensino, pesquisa e extensão para o ambiente *online*, através do uso de *websites*, aplicativos, plataformas digitais e mídias sociais (CRAWFORD et al., 2020). O período de pandemia mostrou que os projetos de extensão universitários foram adaptados e reinventados, para que fosse possível dar continuidade à produção e ao compartilhamento de conhecimento, dada sua expressiva importância para a sociedade. Logo, atividades de campo presenciais ligadas aos projetos de extensão precisaram ser interrompidas.

A extensão universitária tem como objetivo estabelecer a conexão entre a universidade e a sociedade, além de compor o tripé acadêmico, juntamente com a pesquisa e o ensino, com vistas à democracia, à equidade e à ética (MÉLO et al., 2021); portanto, pode-se afirmar que a extensão universitária é um processo educativo e científico. Ao promover ações de extensão, as instituições de ensino impulsionam a transmissão de conhecimento e tornam possível a relação transformadora entre a universidade e a sociedade. Além disso, é essencial destacar que ações extensionistas possibilitam o diálogo entre professores e alunos, e favorecem uma formação acadêmica mais crítica e construtiva (MENEGON et al., 2015).

De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação, a extensão é um dos desígnios da educação superior, pois está aberta à participação da população, com vistas a permitir a divulgação de conquistas e benefícios resultantes de criações culturais, pesquisas científicas e tecnológicas produzidas na instituição (BRASIL, 1996). Ao considerar-se que a interação entre universidade e sociedade sofre alterações influenciadas pelo contexto em que a instituição está inserida, pode-se afirmar que ela acompanha as mudanças ocorridas nas esferas econômica, social e política (KOGLIN; KOGLIN, 2019; DA SILVA, 2020). Mesmo diante de

situações adversas, como a imposta pela pandemia de COVID-19, as universidades precisam manter seu comprometimento com a comunidade e prosseguir com ações focadas no compartilhamento de conhecimento e de benefícios; ou seja, ela deve reafirmar seu papel social e educacional (SANTOS et al., 2022).

Mas como a universidade pode manter o seu papel na sociedade em um contexto pandêmico, quando é preciso seguir as regras de distanciamento social e a interrupção das atividades presenciais? Nos últimos anos, as universidades têm convivido com o aumento da necessidade de compartilhar informações e inovação nos diversos campos de conhecimento, de forma a atingir públicos diversos, independente de quem sejam e onde estão. Assim, o uso da *internet* e das mídias sociais tem se tornado grande aliado na disseminação de conhecimento (RODRIGUES et al., 2022). Segundo Rodrigues e outros (2022), a Rede Mundial de Computadores (*World Wide Web*) é muito utilizada como veículo de difusão científica, seja no âmbito de publicações técnico-científicas, seja naquelas mais acessíveis ao público, de forma geral. Tal fato dá-se, pois a *internet* propicia a propagação de dados em computadores, em qualquer local do planeta. Logo, os computadores são vistos como uma ferramenta educacional a qual oferece amplas possibilidades de uso e que permite a inovação de estratégias de ensino e aprendizagem (FILADELFI et al., 2019; RODRIGUES et al., 2022; SANTOS et al., 2019).

O uso da *internet* e das mídias sociais, leva à inovação e à democratização do acesso à informação e ao conhecimento. Atualmente, aqueles com acesso à *internet*, por meio de computadores ou *smartphones*, podem visitar inúmeras páginas e redes sociais, como: *Facebook*, *Youtube*, *Instagram*, além de outras plataformas de comunicação (RODRIGUES et al., 2022). As redes sociais apresentam grande visibilidade e têm espaço expressivo na vida contemporânea; aproximadamente 49% dos brasileiros utilizam essas ferramentas, a exemplo do *Instagram*, como primeira ou segunda fonte de informação (RODRIGUES et al., 2021). O uso de mídias sociais em projetos de extensão tornou-se uma estratégia importante e viável como canal de comunicação e de divulgação de conhecimento (RODRIGUES et al., 2021).

As mídias sociais são canais de comunicação nos quais os usuários e organizações possuem contas, com perfis públicos ou privados. Informações e atualizações podem ser compartilhadas com indivíduos nas listas de seguidores; assim, é possível interagir para que haja troca de conhecimento, de opiniões e/ou de publicações de fotos e vídeos (FERNANDES et al., 2018; SOUTO et al., 2020). Entre outras mídias sociais, o *Instagram* é uma ferramenta digital usada, principalmente, em aparelhos de celular, na qual usuários publicam fotos e vídeos, tornando-o um ambiente de entretenimento digital (RODRIGUES et al., 2021).

A pandemia impôs a necessidade do distanciamento social e, assim, para se comunicarem, a população ampliou a utilização de plataformas digitais. Estes fatos se somaram a atual tendência de uso da *internet* e das mídias sociais que se estabeleceram como importante veículo de comunicação nos últimos anos (SOUTO et al., 2020). Ao considerarmos o uso crescente da *internet* - quando o assunto é saúde, o projeto de extensão intitulado como “Boas Práticas de Manipulação em Serviços de Alimentação: Avaliação e Orientação para a Produção de Alimentos Seguros” adaptou suas ações à nova realidade imposta pela pandemia e propôs novas atuações no âmbito da *internet*, como o uso das mídias sociais.

Portanto, o objetivo do presente trabalho foi relatar o uso da *internet* e das mídias sociais como estratégia extensionista desenvolvida pelo projeto de extensão durante o período da pandemia de COVID-19.

MÉTODO

Este trabalho é um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, o qual abordou as adequações feitas no desenvolvimento das atividades do projeto de extensão, intitulado “Boas Práticas de Manipulação em Serviços de Alimentação: Avaliação e Orientação para a Produção de Alimentos Seguros”, do curso de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo durante a pandemia de COVID-19. Na ocasião, esse projeto de extensão contava com a participação de cinco discentes extensionistas, sendo um deles bolsista e um nutricionista (colaboradora externa), coordenados por uma docente do curso de Nutrição.

Esse projeto de extensão teve início em 2014, com o principal propósito de avaliar as condições de manipulação de alimentos em diferentes contextos de produção e de orientar comerciantes, e a população geral, acerca dos cuidados seguros para produção de alimentos. As atividades realizadas durante a pandemia ocorreram entre abril de 2020 e maio de 2022. Durante este período, foram realizadas reuniões semanais de planejamento com a equipe, em formato remoto, as quais focavam na reorganização das atividades do projeto. A criação da conta do projeto na rede social *Instagram* e a elaboração dos materiais instrucionais foram definidas nessas reuniões. Inicialmente, a identidade visual do projeto foi criada com o apoio da instituição de ensino, para permitir seu uso na rede social. Também, foi confeccionado um cronograma de atividades com prazos e temas para as postagens, assim como cartilhas e outros materiais pertinentes ao projeto.

As atividades que envolveram a *internet* e o *Instagram* desenvolvidas pela equipe extensionista, sob a supervisão da coordenadora, foram organizadas da seguinte forma: reuniões virtuais via *Google Meet*, para discutir os temas das postagens e cartilhas; leitura de artigos científicos, visitas a *websites* e leitura de documentos de órgãos oficiais para auxiliar a elaboração das cartilhas e das postagens no *Instagram* e; criação da página no *Instagram* denominada @projetoboaspraticas.ufes; criação de conteúdo no programa *Canva*®, versão gratuita; verificação dos materiais pela coordenadora do projeto para adequação do conteúdo, das imagens e da linguagem; aprovação e disponibilização das postagens na rede social, divulgação das cartilhas e acompanhamento da repercussão do conteúdo disponibilizado.

As cartilhas foram elaboradas entre abril e junho de 2020. Os membros da equipe consideraram três fatos registrados durante esse período para a definição dos temas, a saber: intensa busca por serviços *delivery* para a aquisição de alimentos/refeições, isolamento social que impulsionou o preparo de refeições em casa e o surgimento de dúvidas sobre a relação entre alimentação e COVID-19. As postagens, para o *Instagram*, abordavam conceitos introdutórios do projeto e temas como: boas práticas na manipulação de alimentos; contaminação cruzada e doenças de origem alimentar; como evitar a ocorrência de contaminação de alimentos; como higienizar frutas e hortaliças corretamente; armazenamento correto de alimentos; higienização das mãos; fontes de contaminação; tempera-

tura de conservação de alimentos frios e quentes; contaminação de esponjas de limpeza, dentre outros. Além disso, foram feitas postagens relacionadas a artigos científicos publicados antes da pandemia, de acordo com o desenvolvimento de ações de extensão do próprio projeto, assim como postagens relacionadas às datas comemorativas e relevantes para a área de segurança de alimentos.

Todos os materiais elaborados e divulgados em formato de cartilha, e postagens em rede social, visaram atingir aqueles que trabalham com a manipulação de alimentos em estabelecimentos comerciais ou institucionais, que manipulam alimentos em cozinhas residenciais, estudantes e profissionais de nutrição e áreas afins, bem como demais interessados no tema do projeto.

Após a elaboração da rede social foi feita a checagem direta no perfil do *Instagram* (número de seguidores, número de impressões, alcance e curtidas) e buscas em *websites* foram feitas para acompanhar a repercussão das postagens na rede social e da divulgação das cartilhas, respectivamente. O número de impressão equivale ao número de vezes que uma foto, vídeo ou texto, foram vistos no *feed* da conta no *Instagram*. Curtidas equivalem ao número de contas que gostaram da publicação e que clicaram no ícone referente a ‘curtir’ (CALDERONI et al., 2020).

RESULTADOS

Cartilhas em formato digital

Os desafios impostos pela pandemia impulsionaram a elaboração de três cartilhas. A primeira, apresentou o tema “Serviços *delivery* em tempos de COVID - 19: O que é preciso saber ao receber os alimentos?” (Figura 1a).

Figura 1:
Imagens das cartilhas elaboradas pela equipe extensionista: a- Serviços *delivery* em tempos de COVID - 19: O que é preciso saber ao receber os alimentos? b- Higiene de alimentos em tempos de COVID-19: O que é preciso saber? c- Coronavírus (COVID-19) - Mitos e Verdades: O que é preciso saber sobre alimentação?



Figura 1a

Figura 1b

Figura 1c

Esse material foi construído para prover informações relacionadas aos cuidados no recebimento de alimentos/refeições por meio dos serviços *delivery* à população, de forma a reduzir os riscos de disseminação do novo coronavírus. O material apresentou orientações sobre a forma mais adequada de efetuar o pagamento, sobre como portar-se durante a entrega, assim como sobre os cuidados no momento de consumir o alimento.

A Figura 1b apresenta a capa da cartilha com o tema: ‘Higiene de alimentos em tempos de COVID-19: O que é preciso saber?’. A cartilha esclarece uma dúvida

Fonte:
Elaborada pelos
autores.

que foi bastante recorrente no início da pandemia quanto a transmissão do novo coronavírus via alimentos. O documento aborda informações acerca da importância dos cuidados relacionados à higiene de alimentos, e orientações sobre o momento de comprar alimentos durante a pandemia de Covid-19, assim como sobre os cuidados a serem tomados no armazenamento dos alimentos em casa, com destaque para a importância da higienização de embalagens, alimentos, superfícies e mãos, na busca pela diminuição do risco de contaminação, dentre outros assuntos.

A terceira cartilha, elaborada pela equipe extensionista, foi titulada: “Coronavírus (COVID-19) - Mitos e Verdades: O que é preciso saber sobre alimentação?” (Figura 1c). Esse material aborda os principais mitos e verdades a respeito da alimentação e do COVID-19. Várias informações relacionadas a esse tema foram difundidas nas redes sociais no início da pandemia; muitas delas, sem qualquer embasamento científico. Portanto, houve a necessidade de prover informações que esclarecessem o que era mito e o que era verdade. A cartilha aborda dúvidas relacionadas ao papel dos alimentos na proteção contra o COVID -19, principalmente a alimentos ou nutrientes específicos, assim como aos cuidados na compra de alimentos, à importância do processo de higienização correta das mãos dentre outras.

Os materiais apresentados foram compartilhados nas redes sociais, em aplicativos de mensagens, via *e-mail* e nas páginas da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), da Pró-Reitora de Extensão (Proex) da universidade, da Rede Nacional de Extensão, do Curso de Nutrição, do Curso de Pós-graduação em Nutrição e Saúde, de forma a alcançar o maior número de pessoas. As cartilhas foram disponibilizadas gratuitamente no Repositório institucional da Universidade Federal do Espírito Santo. Além disso, cabe destacar que esses materiais foram consultados e utilizados por órgãos como a prefeitura do município da Serra/ES¹, Instituto Federal do Tocantins² entre outros.

Mídia social – Instagram

O perfil do *Instagram* (@projetoboaspraticas.ufes) foi criado em junho de 2020 e até maio de 2022, foram realizadas 91 postagens via publicações na página principal (*feed*) e via *stories*. As postagens apresentavam diferentes temas, a saber: apresentação do projeto de extensão, apresentação da equipe extensionista, histórico do projeto, divulgação das cartilhas elaboradas, doenças transmitidas por alimentos, cuidados para evitar contaminação de alimentos, divulgação de artigos científicos sobre o tema do projeto, vídeo instrucional sobre higienização de alimentos, tipos de perigos oferecidos pelos alimentos; controle de temperatura e reutilização de óleo, contaminação de esponjas de limpeza, higienização das mãos, controle de temperatura e utilização de óleo em preparações, temperatura para conservação de alimentos; onde armazenar ovos, dentre outros (Figura 2). Os temas foram definidos durante as reuniões periódicas entre os discentes extensionistas e a coordenadora do projeto.

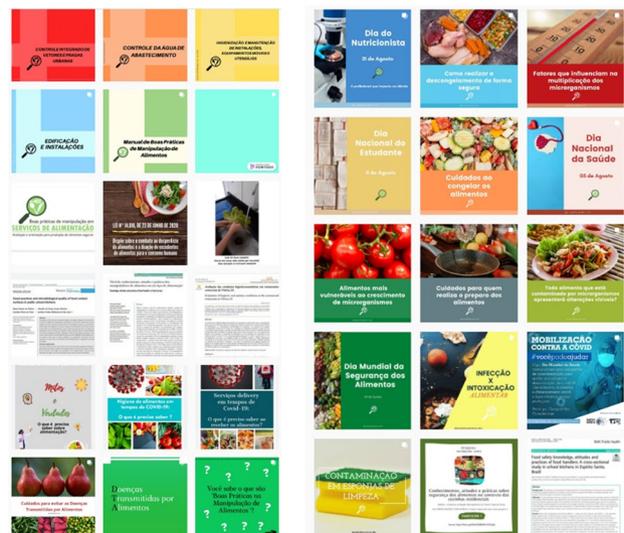
Atualmente, o perfil do projeto possui 1.105 seguidores, e tem expressiva interação nas publicações disponibilizadas (Tabela 1). As publicações que mais despertaram o interesse do público foram: ‘Contaminação do ar em locais de preparo de alimentos’, ‘Devo lavar os ovos antes de guardar na geladeira?’, ‘Controle de vetores e pragas urbanas’ e ‘Como realizar o descongelamento de forma segura?’,

¹ PREFEITURA DA SERRA, 2020. Disponível em <<http://www.serra.es.gov.br/noticias/vai-a-feira-confira-como-higienizar-os-alimentos>>. Acesso em: 12 de maio de 2022.

² INSTITUTO FEDERAL DE TOCANTINS. 2020. Disponível em <<http://www.ifto.edu.br/iftoreitoria/pro-reitorias/proae/assistencia-estudantil/alimentacao-e-nutricao/documentos/cartilha-cuidados-com-alimentos-para-prevencao-da-covid-19.pdf>>. Acesso em: 12 de maio de 2022.

Figura 2:
Imagens ilustrativas das postagens publicadas no perfil do projeto de extensão, na rede social *Instagram*.

Fonte: Adaptado das imagens disponibilizados em @projeto boas praticas.ufes.



entre outras. Os vídeos sobre armazenamento correto de alimentos na geladeira e sobre a prática da lavagem das carnes antes do preparo, apresentaram o maior número de visualizações: 652 e 5.170, respectivamente.

Nos últimos 30 dias do período pesquisado, o perfil alcançou 4.219 contas na rede social; seu público é composto, majoritariamente, de mulheres (80,5%), com idade entre 25 e 34 anos (32,6%), e brasileiras (98,5%).

Tabela 1 – Temas e métricas avaliadas, relacionadas às publicações disponibilizadas no perfil da rede social *Instagram*, do projeto de extensão (@projeto boas praticas.ufes), 2022.

Fonte: Elaborado pelos autores.

TEMA DA PUBLICAÇÃO	ALCANCE	CURTIDAS
Contaminação do ar em locais de preparo de alimentos	10.000	262
Devo lavar os ovos antes de guardar na geladeira?	8.108	210
Controle de vetores e pragas urbanas	5785	114
Como realizar o descongelamento de forma segura?	4299	72
É adequado lavar o arroz antes do preparo?	729	118
O vinagre deve ser utilizado como sanitizante de alimentos?	693	117
Todo alimento contaminado por microrganismos apresenta alterações?	3975	63

DISCUSSÃO

A extensão universitária permite que a Universidade vá até a comunidade, ou a receba, com o intuito de disseminar conhecimento (MENEGON et al., 2015). O distanciamento social durante a pandemia de COVID-19 tornou essa interação mais complexa; portanto, houve a necessidade de adaptá-la à modalidade virtual. Logo, a equipe extensionista utilizou ferramentas de tecnologia de informação e comunicação, para esta nova realidade.

A *internet* tem sido cada vez mais utilizada como fonte de pesquisa e de meio de comunicação quando o assunto é saúde; tal fato, deve-se, principalmente, a seu fácil, conveniente e anônimo acesso. Considerando o contexto atual e a expressiva quantidade de informações duvidosas e enganosas publicadas no ambiente virtual, é fundamental usar esse espaço de forma adequada. Estima-se que mais de 10 milhões de usuários acessam *websites* sobre saúde regularmente no Brasil. A criação da *internet* favoreceu bastante a produção massiva de conteúdo vindo das mais variadas fontes (SANTOS et al., 2019).

Transformações geradas por um mundo globalizado a partir da utilização de novas tecnologias, táticas de informação e comunicação, fazem com que as redes sociais cresçam e sejam utilizadas em ações extensionistas, como forma de comunicação direta com a comunidade (SANTOS et al., 2022). O uso das mídias sociais pode contribuir com a formação de discentes na área de saúde e favorecer a formação de profissionais aptos a responder às questões da população. Além disso, essas ferramentas apresentam amplo potencial nas atividades de extensão, e disseminação de informações para a sociedade como um todo (CÉSAR et al., 2021).

No presente relato, a elaboração das cartilhas e a criação da conta no *Instagram*, somada à publicação de conteúdos relacionados ao tema do projeto de extensão, permitiu que as ações tomadas fossem continuadas, de modo a garantir as ações ‘extramuros’ e a interação entre universidade e comunidade, mesmo durante a pandemia de COVID-19. Ademais, permitiu ampliar o alcance desse projeto de extensão que anteriormente era focado em serviços e em indivíduos da Região Metropolitana da Grande Vitória, estado do Espírito Santo. No período anterior à pandemia, as ações extensionistas do projeto ocorriam presencialmente, com a ida aos estabelecimentos de comercialização de alimentos e refeições, fato que limitava o alcance das ações. Durante a pandemia, as publicações das cartilhas digitais e o uso do *Instagram* pela equipe extensionista, permitiram que o projeto alcançasse um público maior e em diferentes regiões do país - o número de seguidores passou de 1000. Tal fato mostra a capacidade que a *internet* e as redes sociais possuem no que diz respeito ao aumento da visibilidade de ações extensionistas universitárias (SOUTO et al., 2020). Fatores como: acesso rápido, disponibilidade em tempo integral, rapidez, baixo custo e retorno facilitado, fazem das redes sociais ferramentas práticas para uso por profissionais da saúde, discentes e docentes (CARMO; FERREIRA; LUQUETTI, 2019).

Vivenciar a extensão universitária por meio da *internet* e do uso das mídias sociais permite o acompanhamento da modernização de ferramentas disponíveis para a realização de atividades com fins educativos, uma vez que geram maior participação, interação e mobilização (SANTOS; CAMARGO; MENOSSI, 2020). Apesar de uma situação crítica imposta pela pandemia de COVID-19, foi possível adotar estratégias inovadoras para o compartilhamento de saberes com a comunidade. De acordo com Santos, Camargo e Menossi (2020), adotar inovações pode gerar desenvolvimento e possibilitar a implantação de novas ideias ou técnicas para a consolidação de ações tomadas.

Ao longo de quase dois anos, os resultados observados de ações pelo projeto em ambiente virtual, mostraram crescimento considerável no número de seguidores e permitiram mais engajamento por parte destes. O público alcançado pela rede social buscou estabelecer contato com a equipe extensionista por meio de comentários, curtidas ou compartilhamentos das postagens.

Santos, Camargo e Menossi (2020) afirmaram que há crescente engajamento, interesse do público no conteúdo e maior chance de adesão às novas ações, quando existe o envolvimento com o público-alvo na rede social.

Por fim, é preciso destacar o envolvimento dos discentes participantes do projeto de extensão em questão, os quais se dedicaram e empenharam para que as ações tomadas não fossem interrompidas durante o período de pandemia. O esforço e o trabalho coletivo da equipe extensionista foram fundamentais para a visibilidade conquistada pelo projeto 'Boas Práticas'.

Diante do exposto, o uso da *internet* e da rede social *Instagram*, foi, e é, aliado às ações do projeto de extensão aqui abordado. Durante a pandemia, a *internet* e o *Instagram* tornaram possível a disseminação de informações que auxiliaram a promoção da saúde da população. Atualmente, essas ferramentas já são peças fundamentais das ações extensionista do projeto descrito acima, e foram agregadas a outras atividades que, comumente, já eram realizadas na modalidade presencial. Por assim, elas possibilitaram a consolidação e ampliação da interação universidade/comunidade.

Entretanto, é importante ressaltar que as atividades virtuais podem complementar ações presenciais, mas nunca substituí-las por completo, principalmente na área da saúde. De acordo com Pivetta e outros (2010), a busca por implementação de práticas e o estímulo a inserção dos alunos nos diversos contextos sociais e níveis de intervenção contribui para formação do futuro profissional de saúde. As ações extensionistas presenciais permitem ricas trocas de saberes com a comunidade, e trazem mais humanidade e cuidado para esta interação. A troca de conhecimento, principalmente *in loco*, permite que a Universidade compreenda melhor diferentes conjunturas sociais da comunidade, e, assim, proporcionar ações que gerem mudanças de curto, médio e longo prazo (DINIZ et al., 2020).

CONCLUSÕES

A importância do uso da *internet* e das redes sociais como aliadas em atividades extensionistas é evidente, pois essas agregam valores ao processo de aprendizagem dos discentes envolvidos e proporcionam mais alcance desse projeto de extensão. Todas as ações realizadas ao longo do período pandêmico permitiram aos alunos do curso de Nutrição, a vivência de diferentes estratégias de extensão. Além disso, permitiram o reconhecimento da importância da atuação dos profissionais de saúde, especialmente do nutricionista, no atual cenário mundial, uma vez que dúvidas acerca de temas como higiene e cuidados relacionados a aquisição, preparo e armazenamento de alimentos crescem exponencialmente.

É essencial ressaltar, que durante este momento atípico, a equipe do projeto de extensão 'Boas Práticas', pôde efetivamente exercer seu papel através das ações propostas por seus participantes. É preciso destacar a relevância de ações de extensão desenvolvidas na universidade, tanto para discentes quanto para a comunidade, as quais permitiram maior aproximação e integração com o público externo.

REFERÊNCIAS

- ABRANCHES, M.V.; OLIVEIRA, T.C.; SÃO JOSE, J. F. B. **A alimentação coletiva como espaço de saúde pública: os riscos sanitários e os desafios trazidos pela pandemia de Covid-19.** Interface (Botucatu), vol.25, suppl.1, e200654, 2021.
- BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Diretrizes e Bases da Educação Nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 2 jun. 2022.
- BRIGHT, M.P.; KUDZAI, N.T.; NGAVAITE, C. **The impact of COVID-19 on agricultural extension and food supply in Zimbabwe.** Cogent Food & Agriculture, v.7, n.1, p.1918428, 2021.
- CALDERONI, T. L.; LEMOS, Y. R.; BRAGA, I. R.; SILVA, L. L.; RIBEIRO, Y. G.; RODRIGUES, A. C. C.; MONTEIRO, L. S.; SPERANDIO, N.; CAPELLI, J. DE C. S. **O uso do Instagram para divulgação das informações de um projeto de extensão sobre alimentação e nutrição de crianças menores de dois anos: o antes e durante a Covid-19.** Raízes e Rumos, v.8, n.2, p.314–324, 2020.
- CARMO, L. P.; FERREIRA, M. S.; LUQUETTI, S. C. P. D. **Rede social no incentivo à leitura de rótulos de alimentos.** Revista Ciência em Extensão, v.15, n.3, p.137-147, 2019.
- CÉSAR, F.C.R.; MENDES, M.C.; COSTA, C.S.C.; SOUZA, T.F.; ALVES, A.G.; BARBOSA M.A.; MORAES, K.L.; OLIVEIRA, L.M.A.C. **Letramento em saúde por mídia social durante a pandemia.** Extensão em foco, v. 00, p. 273-286, 2021.
- CRAWFORD, J.; BUTLER-HENDERSON, K.; RUDOLPH, J.; MALKAWI, B.; GLOWATZ, M.; BURTON, R.; MAGNI, P.A.; LAM, S. View of COVID-19: 20 countries' higher education intra-period digital pedagogy responses. **Journal of Applied Learning & Teaching**, v.3, n.1, p.1-20, 2020.
- DA SILVA, W.P. **Extensão universitária.** Revista Extensão & Sociedade, v.11, n.2, p.1-12, 2020.
- DINIZ, E. G. M.; SILVA, A. M. DA; NUNES, P. H. V.; FRANCA, W. W. M.; ROCHA, J. V. R.; SILVA, D. V. S. P.; SANTOS, V. H. B.; ARAÚJO, H. D. A.; ALBUQUERQUE, M. C. P. A.; AIRES, A. L. (2020). A extensão universitária frente ao isolamento social imposto pela COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v.6, n.9, 72999–73010.
- FERNANDES, L. de S.; CALADO, C.; ARAUJO, C. A. **Redes sociais e práticas em saúde: influência de uma comunidade online de diabetes na adesão ao tratamento.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 3357-3368, 2018.
- FILADELFI, A. M. C.; SANTOS, M. R. S.; LEITE, T. P. B.; MURAOKA, S. Y.; TOBALDINI, G. **Uso da web e da pesquisa em educação enquanto prática extensionista,** REVISTA CIÊNCIA EM EXTENSÃO, v. 15, p. 86-101, 2019.
- HOLANDA, V. N. **Pandemia de COVID-19 e os esforços da ciência para combater o novo coronavírus.** Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia, 8(1), 360-361, 2020.
- KOGLIN, T.; KOGLIN, J. C. **A importância da extensão nas universidades brasileiras e a transição do reconhecimento ao descaso.** Revista Brasileira de Extensão Universitária, v. 10, n. 2, p. 71-78, 2019.
- MÉLO, C. B.; FARIAS, G. D.; NUNES, V. R. R.; ANDRADE, T. S. A. B. de; PIAGGE, C. S. L. D. **University extension in Brazil and its challenges during the COVID-19 pandemic.** Research, Society and Development, v. 10, n. 3, p. e1210312991, 2021.
- MENEGON, R. R.; LIMA, M.; LIMA, J. M.; ROMERO, L. R. **A importância dos projetos de extensão no processo de formação inicial de professores de educação física.** 14ª Jornada do Núcleo de Ensino de Marília, Anais, 01-12,2015.
- NUNES, R. K. S.; MACIEL, G. A. dos S.; ALMEIDA, E. B.; GUEDES, M. R.; HENN, R. **Desafios e adaptações da extensão universitária em tempos de pandemia: relato de experiência.** Revista Ciência Plural, v. 7, n. 1, p. 211–223, 2021.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Coronavirus disease (COVID-19): situation report, 163.** 2020. Dis-

ponível em: < <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>>.

PIVETTA, H.M.F.; BACKES, D.S.; CARPES, A.; BATTISTEL, H.T.A.L.; MARCHIORI, M. Ensino, pesquisa e extensão universitária: em busca de uma integração efetiva. **Linhas Críticas**, v. 16, n. 31, p. 377-390, 2010.

RODRIGUES, A. C. C.; SILVA, L. L.; FERNANDES, M. A.; SOUZA, E. V.; MELLO, L. Z.; Oliveira, I.S.; MONTEIRO, L.S.; LIMA, F. F.; CAPELLI, J.C.S. **Alimentação complementar no Instagram de um projeto de extensão universitária: estudo de caso sobre receitas infantis**. Brazilian Journal of Development, v. 7, p. 50720-50734, 2021.

RODRIGUES, C. H.; BEHNCK, V. P.; ORTEGA, S.C.; GARCÉS, A.L.S. **Isolados, mas conectados: o papel das mídias digitais nas atividades remotas do pet-letras UFSC**. Extensio: Revista Eletrônica de Extensão, v. 19, n. 41, p. 62-77, 2022.

SANTOS, G. S. H.; CAMARGO C.C.; MENOSSI, B. R.S. **Projeto de extensão universitário no combate a obesidade infantil através das mídias sociais em face de pandemia por Covid-19: um estudo transversal**. Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 9, p. 69886-69900, 2020.

SANTOS, R. C., ARAUJO NETO, A. T., DANTAS, C. M., CUTRIM, C. M. S., SALES, R. S. C., SILVA, M. A., PRÓSPERO, D. F. A., & NUNES, N. A. C. **A influência da internet no processo de automedicação: uma revisão integrativa**. Brazilian Journal of Health Review, v.2, n.5, p. 4310-4323, 2019.

SANTOS, T. S.; RAMOS, W. T.; PINHEIRO, F. G. de M. S.; FREITAS, C. K. A. C.; MENDES, R. B.; BARREIRO, M. do S. C. **Contributions of an extension project during a COVID-19 pandemic: experience report**. Research, Society and Development, v. 11, n. 2, p. e48711226065, 2022.

SOUTO, J.T.; RABÊLO, J.W.C.; ANDRADE, I.Q.; MONTEIRO, Í.V.B.; ALVES DE SOUSA GOMEZ, L. **Uso da ferramenta de mídia social, Instagram, como meio para contribuir na construção do conhecimento, difundir informações científicas e combater “fake news” durante a pandemia da Covid-19: relato de experiência**. Revista Extensão & Sociedad, v.12, n.1, 2020.

AGRADECIMENTOS

As autoras agradecem à Universidade Federal do Espírito (UFES), pelo apoio ao projeto de extensão desde 2014 e a Pró-Reitoria de Extensão da UFES pela bolsa concedida a primeira autora deste trabalho. As autoras também agradecem a todos os profissionais de saúde que tem trabalhado arduamente ao longo de todo o período da pandemia de Covid-19.

FONTES DE FINANCIAMENTO

Bolsa de extensão concedida pela Pró-Reitoria de Extensão da UFES.