

ENCONTROS ONLINE SOBRE SEXUALIDADE E SAÚDE EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19 COM MULHERES QUE REALIZARAM O PROCEDIMENTO DE MASTECTOMIA¹

ONLINE MEETINGS ON SEXUALITY AND HEALTH IN COVID- 19 PANDEMIC TIMES WITH WOMEN WHO PERFORMED THE MASTECTOMY PROCEDURE

Andresa Aguiar dos Santos [andresafoltz@gmail.com]^{1,4}

Beatriz Pereira da Silva Lima [biaifrj20162@gmail.com]^{2,4}

Paloma Ruivo Sant'Ana [palomaruivosantana@gmail.com]^{1,4}

Thalyne de Sá da Silva [ss.thalyne@gmail.com]^{2,4}

Susana Engelhard Nogueira [susana.nogueira@ifrj.edu.br]^{3,4}

¹Aluna Curso: Fisioterapia; ²Aluna Curso: Terapia Ocupacional, ³Professora

⁴IFRJ/CReal – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro

RESUMO

A partir da pandemia de COVID-19, deflagrada no ano de 2020, foram desenvolvidas medidas para a redução da transmissão do vírus que impactaram em mudanças a nível mundial. Para restabelecer algumas atividades, a internet serviu como uma estratégia. Com essa nova conformação, muitas práticas de saúde adquiriram formato virtual para dar continuidade ao suporte e ações educativas. Mediante isso, o Programa de Educação Tutorial Conexões de Saberes em Sexualidade e Educação Sexual (PET Sexualidade) desenvolveu atividades remotas com mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia e que estiveram anteriormente em atividade de grupo presencial com a equipe no ano de 2019. Busca-se neste trabalho relatar a experiência de implementação de atividades desenvolvidas em modalidade de encontros virtuais durante o distanciamento social causado pela pandemia do COVID-19, compreendendo-as como um dispositivo alternativo de educação em saúde. Um grupo online foi ofertado pelo PET Sexualidade durante os meses de julho a dezembro do ano de 2020 junto ao público considerado. Ocorreram dez encontros e dentre os temas abordados, destacaram-se alterações na rotina devido ao distanciamento social, atividades realizadas neste período, informações sobre COVID-19, autocuidado, bem-estar, revisitação e valorização da história pessoal das participantes. Participaram seis mulheres com idade média de 60 anos, sendo observadas oscilações em suas frequências. Dentre os principais resultados, foi possível observar a importância do fomento a reflexões acerca da sexualidade e sua relação com diferentes temas relacionados à saúde, autoestima, bem-estar, religião, importância do distanciamento social, adequação de novas atividades de lazer no ambiente doméstico, além do aprendizado mútuo ao longo dos encontros através da construção do conhecimento. A atividade relatada estimula um espaço de educação em saúde, além de contribuir para o processo formativo das discentes envolvidas e para o desenvolvimento de estratégias metodológicas de intervenção em sexualidade e saúde.

PALAVRAS-CHAVE: mastectomia; grupo online; suporte; sexualidade; COVID-19.

¹ Este trabalho integra uma ação prevista em planejamento anual do Programa de Educação Tutorial (PET) Conexão de Saberes em Sexualidade e Educação Sexual do IFRJ Campus Realengo e possui financiamento de bolsas de discentes, de tutoria docente e de custeio por parte do Ministério da Educação/MEC/FNDE.

ABSTRACT

Because of the COVID-19 pandemic, which started in 2020, measures were developed to reduce the transmission of viruses that caused changes at global level. To resume some activities, the internet served as a strategy. Considering this new arrangement, many health practices have acquired a virtual way to continue support and educational actions. Therefore, the Tutorial Education Program Knowledge Connections in Sexuality and Sexual Education (PET Sexualidade) developed remote activities with women who had undergone the mastectomy procedure and who were previously in face-to-face group activity with the team in 2019. This work seeks to report the experience of implementing activities developed in the form of virtual meetings during the social distance caused by the pandemic of COVID-19, understanding them as an alternative health education device. With this audience in mind, an online group was offered by PET Sexualidade from July to December of 2020. In ten meetings, some of the topics covered were: changes in routine highlighted due to social distance, activities carried out during this period, information on COVID-19, self-care, well-being, revisiting and appreciating the participants' personal background. Six women with an average age of 60 years participated, with fluctuations in their frequencies. Among the main results, it was possible to observe the importance of fostering reflections on sexuality and its relationship with different topics related to health, self-esteem, well-being, religion, importance of social distance, adequacy of new leisure activities in the domestic environment, in addition to mutual learning throughout the meetings through the construction of knowledge. The reported activity stimulates a health education space, in addition to contributing to the training process of the students involved and to the development of methodological intervention strategies in sexuality and health.

KEYWORDS: mastectomy; online group; support; sexuality; COVID-19.

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, China, a COVID-19 foi identificada, alavancando um surto por diversas regiões do mundo (PEREIRA *et al.*, 2020). No dia 11 de março de 2020, o diretor geral da Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou estado de pandemia causado pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2). No Rio de Janeiro, o decreto nº 46.973, de 16 de março de 2020, reconheceu a situação de emergência na saúde pública do Estado (RIO DE JANEIRO, 2020).

Considerando as deliberações supracitadas, várias autoridades governamentais propuseram medidas preventivas em saúde visando o controle da disseminação do vírus, dentre elas o isolamento social, com o objetivo de reduzir a velocidade de transmissão da doença. Porém, com essa nova perspectiva de hábitos, foram necessárias adaptações nos relacionamentos interpessoais, nas atividades domésticas e de trabalho (PEREIRA *et al.*, 2020). Sob tantas mudanças, a pandemia trouxe uma nova realidade para a execução do ofício remoto por meio da difusão do *home office* como uma ferramenta para dar continuidade à produtividade (LOSEKANN *et al.*, 2020). Em decorrência disso, diversas esferas empregatícias e acadêmicas assumiram esse formato para dar prosseguimento às atividades.

No âmbito do Instituto Federal do Rio de Janeiro (IFRJ), diante deste novo contexto e sensível às demandas surgidas, o Programa de Educação Tutorial Conexões de Saberes em Sexualidade e Educação Sexual (PET Sexualidade) manteve as atividades concernentes ao seu planejamento de maneira remota. Este Programa consiste em uma iniciativa vinculada ao Ministério da Educação (MEC)/Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e é desenvolvido junto a cursos de graduação em instituição de ensino superior a partir da criação de grupos compostos por docentes tutores e discentes, sendo orientado pela indissociabilidade da tríade ensino, pesquisa e extensão. Dentre os objetivos mais amplos do PET, destacam-se os seguintes: implementar atividades de excelência; cooperar para um

padrão de qualidade integral do bolsista; fomentar uma formação que considere qualificação técnica, científica, tecnológica e acadêmica; contribuir para melhora e inovação do ensino superior e incentivar o desenvolvimento do raciocínio crítico dos discentes. (BRASIL, 2010)

Especificamente no âmbito do PET Sexualidade, a equipe é formada por 12 discentes e uma tutora docente, que compõem um grupo interdisciplinar vinculado ao IFRJ, *campus* Realengo. As novas perspectivas de trabalho trouxeram a necessidade da adaptação e ajuste das atividades para forma remota, tais como as reuniões *online*. Entretanto, a continuidade da execução de atividades em campos da extensão foi um desafio, uma vez que eram realizadas presencialmente, sendo primordial a reinvenção da aproximação com os públicos, retomando as interações por meio de grupos *online*.

Dentre os públicos que o PET Sexualidade já teve contato, as mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia compõem um campo de atuação que foi contemplado presencialmente no segundo semestre de 2018, por meio de uma atividade piloto, e ao longo do ano de 2019, quando foi realizado, no segundo semestre, a prática em campo baseada na realização de encontros grupais com finalidade de apoio em saúde, tendo como focos temáticos de abordagem a sexualidade e a educação sexual, a fim de fomentar um espaço de escuta, aprendizado e interação entre seus membros e a equipe.

Sobre o público sobredito, é importante salientar que o câncer de mama é a neoplasia mais comum entre as mulheres, atingindo 2,1 milhões de casos novos e 627 mil óbitos pela doença no mundo. No Brasil, a estimativa é de 66.280 casos novos para cada ano do triênio 2020-2022 (INCA, 2019). Um dos tratamentos cirúrgicos mais recorrentes dessa neoplasia é a mastectomia, que consiste na retirada parcial ou total da mama. Tal intervenção possui diversas consequências sobre a sexualidade, uma vez que interfere diretamente na autoestima e autoimagem por possuir efeito mutilatório, o que gera impactos sobre a saúde física e emocional das pessoas submetidas ao procedimento (ROCHA *et al.*, 2016).

Além de tais repercussões sobre a saúde, pacientes oncológicos têm que lidar atualmente com o período pandêmico causado pelo novo coronavírus, que enquadra esses indivíduos no grupo de risco da doença, colocando-os sob uma condição de vulnerabilidade ainda maior, pois, além do enfrentamento das questões que abarcam a saúde física e emocional causada pelo câncer, correm o risco de complicações ainda mais graves se forem expostos ao vírus. Ademais, as repercussões negativas sobre a saúde psíquica podem tornar-se intensificadas mediante os sentimentos de medo, estresse, angústia e solidão causados pelo isolamento social (CORRÊA *et al.*, 2020).

Ainda sob essa perspectiva, a pandemia dificultou o acesso do paciente oncológico aos serviços de saúde. Segundo o INCA (2020), por conta da heterogeneidade da situação da pandemia de COVID-19 no país, as unidades de saúde estão enfrentando problemas no oferecimento de procedimentos eletivos, incluindo exames de rastreamento do câncer, pois devido à variação de escopo das mesmas, não é possível adotar uma recomendação única a respeito da retomada desses exames, sendo determinado que cada gestor avalie os riscos dos pacientes para a continuidade desses serviços (INCA 2020). Bem como ocorre com os procedimentos eletivos, o acesso a práticas integrativas e complementares em saúde - tais como atividades de meditação e relaxamento - foram suspensas, piorando a situação do paciente oncológico ao afetar sua saúde emocional e física, uma vez que essas práticas contribuem no alívio dos efeitos do tratamento da neoplasia e auxiliam a sua saúde psicológica (CORRÊA *et al.*, 2020).

Tendo em vista essas ponderações, a equipe do PET Sexualidade buscou realizar a implementação de grupos *online* junto a mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia como estratégia alternativa para contribuir para a redução dos impactos biopsicossociais na saúde em decorrência da pandemia e do isolamento social. Ao ser

ofertado um espaço de acolhimento, interação e escuta entre as participantes e a equipe, buscou-se disponibilizar um ambiente de apoio e de estímulo ao bem-estar.

Hipotetiza-se que a oferta deste tipo de iniciativa pode auxiliar no enfrentamento desse público ao momento pandêmico atual, servindo como um grupo de suporte para a manutenção da saúde biopsicossocial das participantes e que pode, ainda, auxiliar na elaboração futura de atividades terapêuticas e educativas *online* para pacientes oncológicos, de maneira a contribuir para a promoção e educação em saúde deste público.

Em consonância com estas premissas, este trabalho tem como objetivo geral relatar a experiência de implementação de atividades desenvolvidas em um grupo online junto a mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia em meio ao distanciamento social durante a pandemia do COVID-19, enquanto dispositivo alternativo de educação em saúde. Tem ainda como objetivos específicos: apresentar como foi realizada a manutenção do contato e vínculo com as participantes, relatar as ações de educação em saúde desenvolvidas na modalidade de grupo online junto ao público-alvo considerado e elencar as contribuições decorrentes desta iniciativa, tanto no âmbito das participantes quanto no âmbito do processo formativo discente que envolveu os membros da equipe PET.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um relato de experiência sobre a vivência de seis alunas do IFRJ, bolsistas do Programa de Educação Tutorial Conexões de Saberes em Sexualidade e Educação Sexual, sendo duas de Fisioterapia e quatro de Terapia Ocupacional, sob a orientação de uma tutora doutora em Psicologia Social, junto a um grupo *online* que ocorreu durante os meses de julho a dezembro do ano de 2020 com mulheres que realizaram o procedimento de mastectomia. Os critérios de inclusão das participantes neste grupo foram: terem participado do grupo presencial realizado pela equipe PET em 2019, terem passado pelo procedimento de mastectomia e apresentarem interesse em participar das atividades.

A metodologia utilizada pela equipe PET foi de, inicialmente, realizar o levantamento de possíveis plataformas que fossem acessíveis para todas as participantes, a fim de minimizar suas possíveis dificuldades para acesso e permanência. Foi escolhida, por fim, a plataforma *Google Meet®*. Os dias e horários foram estabelecidos com o objetivo de não interferir nas atividades de vida diária de cada participante, tendo sido ofertados 10 encontros com duração máxima de uma hora cada e em frequência quinzenal. Após a definição da plataforma e do cronograma, foi feito um planejamento prévio de atividades voltadas ao suporte e reflexão, sendo selecionados os seguintes temas: alterações na rotina por conta do distanciamento social e as atividades realizadas durante esse período, informações sobre COVID-19, autocuidado, bem-estar e autoestima, além de revisitação e valorização da história de cada participante.

Em seguida, as bolsistas do programa PET entraram em contato com as mulheres que participaram do grupo em formato presencial no ano de 2019, sendo aberto também à participação de novas integrantes que não foram aos encontros presenciais, mas que se enquadram no perfil do público-alvo, por meio de mensagens enviadas pelo aplicativo *WhatsApp®*. Estes contatos foram realizados de maneira individual, tendo em vista o objetivo de averiguar o interesse de cada uma em participar do grupo *online*, além do acesso à *internet* e disponibilidade. Após o contato inicial, foi dado auxílio para as participantes quanto ao acesso ao aplicativo *Google Meet®* e suas funções. Foi consultado junto a cada participante se o horário previsto era favorável, uma vez que o planejamento realizado pela equipe PET foi construído com o intuito de alcançar todas as mulheres, de forma que os encontros pudessem se encaixar em suas rotinas sem prejudicá-las.

ENCONTROS ONLINE SOBRE SEXUALIDADE...

Como estratégia adotada durante a organização da proposta de grupo *online*, a equipe PET incluiu no planejamento de cada encontro um momento reservado para acolher as demandas apresentadas pelas participantes em termos de possíveis temas, podendo estes serem utilizados como foco de encontros posteriores.

No quadro a seguir, foram descritas brevemente as temáticas e os objetivos dos encontros com as mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia:

Quadro 1. Síntese dos temas abordados e seus respectivos objetivos

Encontros	Temas	Objetivos
1º	Auxiliar no uso da plataforma <i>online</i> durante o encontro	Averiguar o acesso à internet pelas participantes, verificar se já haviam utilizado ou se sabiam utilizar o Google Meet®.
2º	Reaproximação com o grupo, verificação de acesso à internet e à plataforma escolhida, além do levantamento das atividades realizadas durante a pandemia	Restabelecer o vínculo; acolher novas participantes; levantar suas principais necessidades e o modo como estão vivenciando este momento de pandemia; sanar dúvidas em relação às plataformas, aplicativos e redes sociais; possibilitar a recordação de atividades.
3º	Atividades que proporcionam bem-estar	Levantar como está a rotina das participantes e quais suas atividades de lazer, apresentar às mulheres algumas atividades que proporcionam bem-estar e trocar experiências entre participantes e petianas, utilizando recurso de compartilhamento de tela da plataforma para exibir o observatório de notícias do programa.
4º	Atividades durante o isolamento social	Averiguar o processo de enfrentamento do isolamento social pelas participantes, compreender quais medidas protetivas têm sido utilizadas mediante serem um público de risco e discutir sobre a manutenção da saúde biopsicossocial.
5º	Autocuidado	Discutir a importância do autocuidado e das atividades que proporcionem a promoção da saúde.
6º	Jogo da força da sexualidade, educação sexual e saúde	Realizar uma atividade interativa em formato de “jogo de força” para revisar nomenclaturas importantes sobre sexualidade anteriormente abordadas nos encontros presenciais com o grupo.
7º	Minha história	Realizar uma dinâmica em grupo, para compartilhar momentos memoráveis através de fotos de cada participante, com o objetivo de resgatar lembranças pré pandemia e trazer à tona sentimentos de conforto.

8º	Dúvidas e alertas sobre o COVID-19	Elucidar dúvidas a respeito da COVID-19 e promover educação em saúde.
9º	“Do que eu tenho medo?”	Promover a reflexão sobre os impactos que podem ser gerados pelo sentimento de medo, além das reações humanas a ele.
10º	Encerramento e avaliação	Finalizar as atividades com uma dinâmica sobre as perspectivas das participantes para a comemoração do Natal e para o ano que se inicia, além de realizar a avaliação dos encontros.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram contatadas dez mulheres, porém seis ingressaram efetivamente nos encontros. Destaca-se que a idade média das participantes foi de 60 anos (DP = 6,58) e suas participações apresentaram-se de maneira oscilante em termos de frequência. Foram realizados no total dez encontros que abordaram os temas previamente descritos na metodologia e, em média, cada encontro contou com a presença de duas mulheres.

No primeiro encontro, somente uma participante entrou na reunião, mas não conseguiu permanecer *online* por dificuldades com a plataforma e o horário escolhido. No segundo encontro, apenas uma participante esteve presente, e demandou auxílio das petianas para a interação na plataforma. Foi proposta a reflexão a respeito das medidas preventivas ao novo coronavírus e ampliação do vínculo através da rememoração dos encontros presenciais. A equipe pôde observar que houve dúvidas a respeito da temática abordada e que o vínculo não se desfez com o passar do tempo.

Já no terceiro encontro participaram duas mulheres, tendo sido compartilhadas no grupo as suas rotinas diversas. Foi feita a sugestão de filmes e séries por meio do observatório de notícias elaborado pela equipe PET, além da indicação de atividades voltadas à promoção de bem-estar e segurança durante o período de distanciamento social. Ademais, as participantes puderam realizar troca de experiências sobre o que assistiram e indicaram umas para as outras, e também sobre outras atividades com as quais se envolveram para passar o tempo. Entretanto, observou-se a dificuldade de manutenção da rotina, em função do sono e horários estarem alterados desde o início do isolamento.

Verificou-se no quarto encontro que a única participante presente não apresentou preocupações relativas à autoproteção contra o novo coronavírus, em função da não utilização de máscara em suas atividades. A partir disso, foi promovida pela equipe a reflexão a respeito da importância de manter os cuidados mediante a exposição ao vírus e para redução da transmissão da doença, ressaltando a importância de precauções junto ao grupo de risco que inclui o paciente oncológico.

No quinto encontro, três mulheres participaram. Foi debatida a importância do autocuidado por meio da realização de um jogo *online*, no qual foi possível abordar a percepção de quanto tempo, durante a semana, as mulheres haviam se dedicado a atividades que promovessem o seu bem-estar, sendo pontuado cada momento em que isso ocorresse. As participantes demonstraram envolvimento e entusiasmo com as atividades, relacionando-as a momentos agradáveis. Observou-se que todas as participantes apresentaram pontuação elevada na atividade, havendo trocas de experiências entre si e a equipe.

Com a presença de duas participantes, foi realizado o sexto encontro, no qual abordaram-se diferentes temas, sobressaindo a discussão sobre o prazer e Outubro Rosa. A equipe observou que o isolamento social tem restringido as atividades de lazer realizadas fora de casa e que proporcionam o prazer e bem-estar, como sair para se divertir e ter contato com as pessoas que fazem parte das redes de apoio, tais como familiares, amigos e profissionais da área da saúde. Ademais, foi conversado sobre a importância do Outubro Rosa e percebeu-se a presença de dúvidas a respeito desta campanha nacional se referir apenas ao câncer de mama e não ao câncer de modo geral.

No sétimo encontro, houve a participação de três mulheres. Nesta ocasião foram lembrados momentos agradáveis junto às participantes, possibilitando uma atividade prazerosa e descontraída ao resgatar sentimentos de conforto relacionados a passeios e aproximações com pessoas que possuem laços afetivos antes do período de isolamento social.

Uma participante compareceu ao oitavo encontro, no qual foi proposta a reflexão a respeito da importância dos cuidados recomendados com a saúde no período excepcional de pandemia e as possíveis consequências quando estes estão ausentes. O grupo problematizou o fato de que o descuido mais comum está relacionado a não se utilizar máscaras em ambientes compartilhados e que o cuidado mais recomendado tem envolvido ações voltadas à manutenção da higiene.

No penúltimo encontro, participaram três mulheres, sendo uma pela primeira vez. Observou-se que inicialmente as integrantes compartilharam suas dificuldades emocionais face às adaptações necessárias durante a pandemia e o isolamento social. A religiosidade perpassou toda a discussão como uma forma de enfrentamento às situações adversas neste contexto. A equipe precisou realizar uma discussão específica sobre o tema medo, entendendo-o como um sentimento inerente ao ser humano, além de realizar escuta qualificada e recomendação de suporte junto a especialistas, como o psicólogo.

Três integrantes participaram do décimo e último encontro. Foi debatida a dificuldade das participantes em frequentarem instituições religiosas devido à pandemia, entretanto, observou-se que as *lives* têm se tornado um recurso alternativo para diminuir sentimentos de ausência e privação. Em seguida, foi iniciada uma dinâmica que abordou a data comemorativa do Natal e os desejos futuros para o ano que se inicia. Foi observado o anseio pela produção da vacina do novo coronavírus e imunização da população como possibilidade para a retomada da rotina e a reaproximação entre as pessoas. Ainda nesse encontro, foi realizada uma avaliação acerca de todo o processo grupal ofertado. Observou-se que, embora o encontro *online* tenha sido compreendido como possibilidade alternativa devido às circunstâncias causadas pela pandemia e isolamento social, houve preferência pelo formato anterior que envolveu a modalidade presencial, uma vez que favorece aproximação direta entre as integrantes e a equipe. Foi observada ainda a dificuldade de algumas participantes em lidarem com tecnologia, o que pode ter contribuído para a oscilação na frequência.

Com base nos resultados observados para as participantes do grupo deste estudo, foi possível perceber que todas vivenciaram impactos decorrentes da pandemia, seja direta ou indiretamente. Tal dado está em consonância com o que Diniz *et al.* (2020) apontam em seu estudo acerca da magnitude alcançada pela pandemia do novo coronavírus, sendo este um momento histórico, considerado uma situação de crise global. Portanto, constitui um grave cenário que, desde a descoberta do vírus Sars-Cov-2, impacta sociedades inteiras em função do elevado teor de transmissibilidade que apresenta. Dentro deste contexto, foi observado nos encontros *online* que as participantes precisaram se adequar a uma nova rotina a qual não estavam habituadas, pois deixaram de frequentar academias, suas respectivas igrejas, ou mesmo encontrar-se com amigos e parentes. Destaca-se ainda que a pandemia alastrada do novo coronavírus tem sido percebida como um evento em potencial e duradouro, que

apresentou capacidade de afetar econômica, social, física e mentalmente milhões de indivíduos sem que ao menos tenham sido contaminados pela doença.

Em situações de crise, é necessário criar estratégias diversificadas de enfrentamento, sendo prioritário o desenvolvimento de iniciativas de apoio às pessoas vulneráveis (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2011). Com isso, viu-se um grande potencial na criação do grupo *online* que serviu como uma rede de apoio, uma vez que favoreceu o compartilhamento de medos, angústias e também de alegrias, além da retomada do contato com suas participantes e a equipe PET enquanto alternativas para a manutenção do bem-estar e novas aprendizagens. Dessa maneira, partindo-se da premissa de que o grupo realizado constituiu oferta de suporte e acolhimento ao público-alvo considerado, compreende-se que tal iniciativa está em consonância com as orientações preconizadas pela OMS, uma vez que a entidade sugere que, em casos como esse, ofereça-se ajuda com responsabilidade (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2011).

Visto isso, pesquisadores do mundo inteiro têm se dedicado, em muitas áreas, a discutir estratégias que possam minimizar o potencial adoecedor do estado de isolamento social (PEREIRA *et al.*, 2020). Dentre elas, o uso de tecnologias tem se apresentado enquanto um potente recurso que interfere no modo de socialização (CAVALCANTI, 2020). Portanto, através do presente estudo observa-se que, apesar do uso da plataforma não ter sido de imediato algo fácil de ser manuseado por algumas participantes, a experiência trouxe como uma de suas contribuições a reaproximação das mesmas entre si e com a equipe PET, favorecendo interação social e cuidados em saúde durante o período pandêmico.

Em relação à saúde emocional das participantes, ao longo dos encontros foram percebidos sentimentos como saudade dos familiares e de passeios, por vezes agravados por episódios de ansiedade, pânico e estresse. O estudo de Corrêa *et al.* (2020) aborda os enfrentamentos de pacientes oncológicos durante a pandemia, ressaltando as alterações biopsicossocioespirituais causadas pelas mudanças na rotina, principalmente devido ao isolamento social. Esta condição de distanciamento compromete a qualidade de vida, uma vez que intensifica os sentimentos de desconforto que podem ser oriundos de sintomas de ansiedade, estresse e tédio, afetando também a resposta imune desses pacientes, colocando-os ainda em maior vulnerabilidade. Essas dificuldades de enfrentamento do isolamento social foram perceptíveis ao longo de todos os encontros, principalmente por conta da sensação de privação devido à impossibilidade da realização de algumas atividades que proporcionam bem-estar e qualidade de vida, além de alterações na alimentação e sono.

Através do suporte de grupos *online*, foram trabalhadas temáticas sobre sexualidade e saúde, visando atenuar as fragilidades supracitadas que esse público enfrenta por conta do isolamento social. Foi possível observar, a partir da vivência dos encontros, que a experiência relatada está em sintonia com o observado em estudo de Corrêa *et al.* (2020), o qual expõe que esse enfrentamento pode ocorrer por meio da espiritualidade, do apoio da família e da comunidade. Portanto, a equipe PET buscou exercer atividades de caráter acolhedor, corroborando com o estudo dos autores Pereira *et al.* (2020) que apontam a importância de ofertar e receber apoio, uma vez que, por conta da pandemia, este pode ficar comprometido, pois muitas vezes é assegurado por familiares e amigos e, quando em situações de sua ausência, pode gerar impactos emocionais agravados pela não verbalização de sentimentos. Ressalta-se a importância de um espaço de escuta qualificada e suporte em saúde como uma forma de compor essa rede de apoio, de modo a favorecer a possibilidade do compartilhamento desses sentimentos (CORRÊA *et al.*, 2020).

Com relação especificamente às contribuições advindas desta experiência para os membros da equipe PET, observou-se que as práticas de grupos *online* com esse público possibilitaram uma nova visão sobre as perspectivas do fazer em saúde, permitindo o desenvolvimento do olhar humanizado e escuta qualificada, além de agregar novos conhecimentos e possibilitar a sensibilização mediante a percepção de demandas e dos

enfrentamentos realizados pelo público-alvo. Ademais, as ações educativas em saúde colaboraram para a qualificação do processo formativo discente, integrando a prática aos conhecimentos adquiridos durante a formação, além de terem colaborado para o desenvolvimento de habilidades pessoais dos acadêmicos, tais como a empatia.

Estes dados estão em sintonia com os apresentados por Santos, Rocha e Passaglio (2016), segundo os quais as experiências extensionistas, como o suporte de saúde oferecido de maneira remota, fomentam um espaço de aprendizado mútuo. No que tange à evolução da trajetória formativa, as ações extensionistas possibilitam um novo olhar sobre as práticas acadêmicas a partir da produção de novos saberes através da integração do discente com a sociedade, sendo possível identificar as demandas da comunidade e realizar atividades que trazem benefícios a ambos, como a construção do conhecimento, a possibilidade de novas pesquisas e a integração entre a teoria e prática para os acadêmicos. Já para a sociedade, fomentam uma percepção ampliada sobre os problemas sociais, econômicos e políticos, possibilitando uma formação voltada para o exercício da cidadania (SANTOS; ROCHA; PASSAGLIO, 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades exercidas pela equipe PET junto ao grupo de mulheres que passaram pelo procedimento de mastectomia fomentam um espaço de educação em saúde, uma vez que existe o compartilhamento de informações que auxiliam no processo da promoção e prevenção em saúde, além de propiciar o aprendizado mútuo entre os discentes futuros profissionais da área e as participantes por meio das trocas de experiências e prática em campo, o que contribui para a qualificação do processo formativo.

Ademais, a realização de estudos como este, que expõem novas experiências metodológicas com grupos remotos, auxiliam no desenvolvimento do ensino e aprendizagem sobre estratégias metodológicas de intervenção em sexualidade e saúde, reforçando a importância do apoio e da escuta qualificada por meio de atividades lúdicas e dinâmicas que visem o bem-estar, sem perder de vista as demandas e condições em saúde que perpassam a vivência deste público.

Apesar do planejamento do grupo ter sido realizado a partir das condições mais adaptadas possíveis às mulheres que o integraram, ainda assim algumas limitações foram observadas: o número de participantes dos encontros não ultrapassou o quantitativo de três (3), apesar do interesse geral em comparecer ao grupo *online*; foi observado que algumas mulheres apresentaram dificuldade de acesso à plataforma utilizada; impossibilidade de comparecer no horário proposto e o uso de aparelho(s) com limitação tecnológica. Uma outra limitação para o presente estudo foi a dificuldade das autoras de encontrar publicações semelhantes que descrevessem a iniciativa de grupo *online* no período de pandemia, o que impossibilitou comparações equiparadas de dados.

Sobretudo, para próximos estudos sugere-se que sejam elaborados mais tutoriais de ensino, disponibilizados gratuitamente, sobre a utilização das plataformas de reuniões remotas para os participantes do grupo *online*, visto que a dificuldade das integrantes em utilizarem ferramentas de comunicação desta natureza podem impossibilitar o acesso aos encontros e comprometer a assiduidade, limitando o seu processo de aprendizagem e o andamento das ações. Recomenda-se, também, que sejam realizados mais estudos acerca da aplicação dos grupos *online* de suporte em saúde, especialmente junto ao público alvo, pois configuram parte do grupo de risco do novo coronavírus e se encontram em maior vulnerabilidade biopsicossocial.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. **Portaria MEC nº 976, de 27 de julho de 2010**. Brasília, 2010. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=10093-portaria-mec-976-27-07-2010-1&category_slug=fevereiro-2012-pdf&Itemid=30192. Acesso em: 04 jun. 2021.

CAVALCANTI, Isabella Macário Ferro *et al.* Tecnologias em tempos de isolamento social [recurso digital]. 1.ed. v.7– Belém: **RFB Editora**, 2020. Disponível em: https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/38163/1/Livro%207_Tecnologias%20em%20tempos%20de%20isolamento%20social.pdf. Acesso em: 16 nov. 2020.

CORRÊA, Karine Marques; DE OLIVEIRA, Júlia Damasceno Borges; TAETS, Gunnar Glauco de Cunto Carelli. Impacto na Qualidade de Vida de Pacientes com Câncer em meio à Pandemia de Covid-19: uma Reflexão a partir da Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Abraham Maslow. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 66, 2020. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/revista/index.php/revista/article/view/1068/660>. Acesso em: 11 nov. 2020.

DINIZ, Michely Correia *et al.* Crise global coronavírus: Monitoramento e impactos. **Cadernos de Prospecção**, v. 13, n. 2, p. 359, 2020. Disponível em: <https://cienciasmedicasbiologicas.ufba.br/index.php/nit/article/view/35937>. Acesso em: 16 Nov. 2020

INCA. **Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva**. Estimativa 2020: incidência de câncer no Brasil / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. – Rio de Janeiro: INCA, 2019. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//estimativa-2020-incidencia-de-cancer-no-brasil.pdf>. Acesso em: 11 Nov. 2020.

INCA. **Nota Técnica – DIDEPRE/CONPREV/INCA**. Rastreamento de câncer durante a pandemia de COVID-19. 09/07/2020. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//nota-tecnica-rastreamento-covid-didepre-09-jul-2020.pdf>. Acesso em: 04 Dez. 2020.

LOSEKANN, Gonçalves Caldeira Brant; MOURÃO, Helena Cardoso. Desafios do teletrabalho na pandemia covid-19: quando o home vira office. **Caderno De Administração**, v. 28, p. 71-75, 2020. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CadAdm/article/view/53637>. Acesso em: 11 Nov. 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; WAR TRAUMA FOUNDATION; VISÃO GLOBAL INTERNACIONAL. Primeiros Cuidados Psicológicos: guia para trabalhadores de campo. **OMS: Genebra**, 2011. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=p-revencao-e-cont-doencas-e-desenv-sustentavel-071&alias=1517-primeiros-cuidados-psicologicos-um-guia-para-trabalhadores-campo-7&Itemid=965. Acesso em: 11 Nov. 2020.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.9, n.7, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>. Acesso em: 11 Nov. 2020.

RIO DE JANEIRO. Decreto nº 46.973, de 16 de março de 2020. **Reconhece a situação de emergência na saúde pública do Estado do Rio de Janeiro em razão do contágio e adota medidas de enfrentamento da propagação decorrente do novo coronavírus (COVID-19); e dá outras providências**. Diário Oficial do Estado do Rio de Janeiro 2020; 17 mar. Disponível

em: <https://pge.rj.gov.br/comum/code/MostrarArquivo.php?C=MTAyMjl%2C>. Acesso em: 11 Nov. 2020.

ROCHA, Jucimere Fagundes Durães Rocha *et al.* Mastectomia: as cicatrizes na sexualidade feminina. **Rev. enfermagem UFPE**. Recife, v.10, Supl.5, p.4255-63, 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/11171/12705>. Acesso em: 11 Nov. 2020.

SANTOS, João Henrique de Sousa; ROCHA, Bianca Ferreira; PASSAGLIO, Kátia Tomagnini. Extensão Universitária e Formação no Ensino Superior. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**. Minas Gerais, v. 7, n. 1, p.23-28 jan./jun. 2016. Disponível em: <https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/3087/pdf>. Acesso em: 14 jan 2021.

