

# Diálogos culturais e educacionais no projeto Esporte Sem Parar: a contribuição das redes sociais



ISSN 2358-7180

*Cultural and educational dialogues in the Esporte Sem Parar project: the contribution of social networks*

**Thalia Jardim Dourado<sup>1</sup>, Giulia Neres Pontes<sup>2</sup>, Luisa Colares Ribeiro<sup>3</sup>, Larissa dos Santos Amaral<sup>4</sup>, Andressa Teoli Nunciaroni<sup>5</sup>, Édira Castello Branco de Andrade Gonçalves<sup>6</sup>, Vinicius Pinheiro Israel<sup>7</sup>, Cristiane Rodrigues da Rocha<sup>8</sup>**

## RESUMO

O projeto de extensão interinstitucional Esporte Sem Parar atua em 40 núcleos espalhados no estado do Rio de Janeiro e tem como meta ofertar atividades esportivas, educativas e socioculturais com foco na saúde física, mental e nutricional. As mídias sociais foram grandes aliadas na disseminação desse projeto. Sendo assim, o objetivo deste artigo consiste em relatar a experiência da realização das capacitações para os participantes dos núcleos, na modalidade on-line, que ocorreram no canal Projeto Esporte Sem Parar, no YouTube®, com o propósito de evidenciar o alcance dos debates esportivos e de saúde, por meio das mídias sociais, no dia a dia dos integrantes do projeto, avaliado pelo número de visualizações e interações no *chat*. Considerando-se a participação dos 120 integrantes do projeto e uma média de 330 visualizações, além das diversas interações no *chat*, infere-se que este é um instrumento capaz de atingir o público desejado.

Palavras-chave: Esporte. Saúde. Ensino. Rede social.

## ABSTRACT

The inter-institutional extension Project X operates in 40 centers across the state of Rio de Janeiro and its goal is to offer sports, educational and sociocultural activities with a focus on physical, mental and nutritional health. Social media were great allies in disseminating this project. Thus, the objective of this article is to report the experience of conducting training for the participants of the centers, in the

<sup>1</sup> Acadêmica de Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [thalia.dourado@edu.unirio.br](mailto:thalia.dourado@edu.unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9362-0396>.

<sup>2</sup> Acadêmica de Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [giulianeres@edu.unirio.br](mailto:giulianeres@edu.unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0782-3531>.

<sup>3</sup> Acadêmica de Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [luisacolares@edu.unirio.br](mailto:luisacolares@edu.unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0388-289X>.

<sup>4</sup> Acadêmica de Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [larissa.amaral@edu.unirio.br](mailto:larissa.amaral@edu.unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4400-4754>.

<sup>5</sup> Doutora em Ciências da Saúde. Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Campinas, SP, Brasil. E-mail: [andressa.nunciaroni@unirio.br](mailto:andressa.nunciaroni@unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6469-592X>.

<sup>6</sup> Doutora em Ciências da Química. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [ediracba.analisedealimentos@unirio.br](mailto:ediracba.analisedealimentos@unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4802-0575>.

<sup>7</sup> Doutor em Sociologia e em Estatística. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) e Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [vinicius.israel@uniriotec.br](mailto:vinicius.israel@uniriotec.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6902-1617>.

<sup>8</sup> Doutora em Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: [cristiane.r.rocha@unirio.br](mailto:cristiane.r.rocha@unirio.br). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5658-0353>.

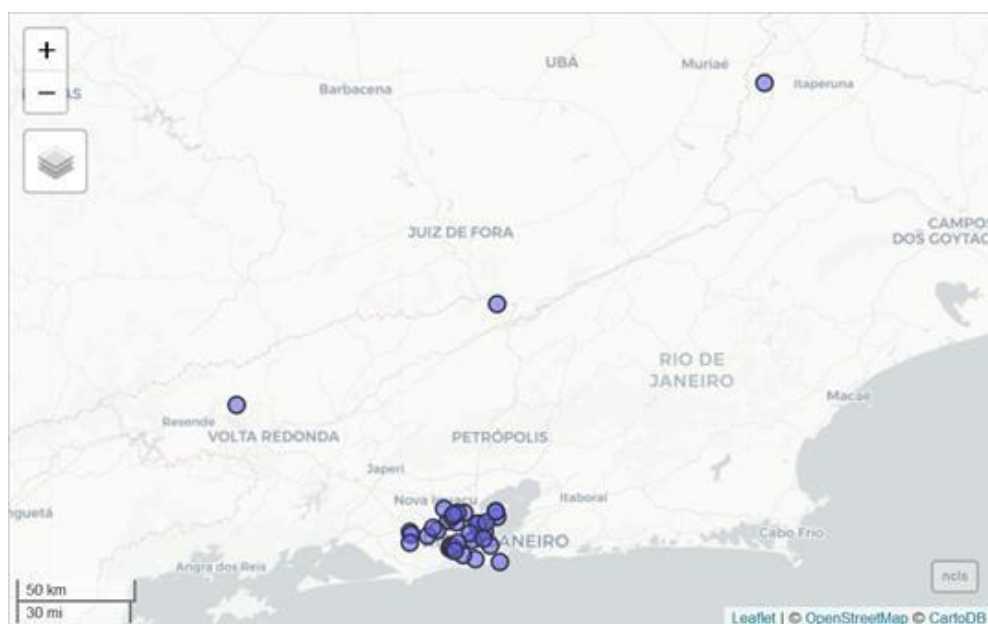
online modality, which took place on the Project X channel, on YouTube®, with the purpose of highlighting the scope of sports and health debates, through social media, in the daily lives of Project members, assessed by the number of views and interactions in the chat. Considering the participation of the 120 project members and an average of 330 views, in addition to the various interactions in the chat, it is inferred that this is an instrument capable of reaching the desired audience.

Keywords: Sport. Health. Teaching. Social Networking.

## INTRODUÇÃO

O projeto Esporte Sem Parar é um projeto de extensão interinstitucional realizado pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro em parceria com a Organização não Governamental (ONG) Contato e com a Secretaria Nacional de Esporte, Lazer e Inclusão Social. O projeto atua em diversos pontos do estado que possuem diferentes características culturais e socioeconômicas, por meio de núcleos, levando atividades esportivas, saúde, educação e cultura para os mais de 4.000 beneficiários, com idades a partir de seis anos, como mostra a Figura 1.

**Figura 1** – Distribuição geográfica dos núcleos do projeto Esporte Sem Parar



Fonte: Autoria própria (2021).

Além de ampliar o acesso à prática de atividade física gratuita para uma população em situação de vulnerabilidade social, o projeto tem como objetivo a difusão de conhecimentos sobre a saúde física, mental e nutricional para seus beneficiários e trabalhadores.

No atual contexto da pandemia da covid-19, em que o isolamento social se faz necessário, as mídias sociais passaram a ser grandes aliadas para a disseminação de atividades socioculturais e educativas. Com isso, o acesso à internet segue em um crescimento gradual e, assim, o uso de mídias sociais como forma de comunicação em tempo real tem evoluído, permitindo o encontro de diversas culturas, línguas, nacionalidades e interesses (SILVA *et al.*, 2019; SOUZA; VALENTIM; CANAL, 2017).

A cultura, em muitas ocasiões, está associada às artes, entretanto, no sentido sociológico, seu significado é ampliado para crenças, valores, costumes, leis ou hábitos. Ou seja, a cultura é entendida como um produto social, a partir da criação humana, e diz respeito tanto à humanidade como um todo, como a cada povo, sociedade e grupo humano (CUNHA FILHO, 2018; SANTOS, 2017).

Visto que a definição de cultura possui diversos segmentos e abrangências (MACHADO; GALATTI; PAES, 2015; ROSSETTO JUNIOR, 2014), a prática esportiva, elemento cultural, tem diversas representações para diferentes parcelas da população, desde educação, lazer, promoção da saúde, diversão e até mesmo carreira profissional. Dessa forma, pode ser entendida e empregada em diversos segmentos, sendo ela abrangente e polissêmica.

Com base nas observações expostas, o objetivo deste artigo consiste em relatar a experiência da realização das capacitações para os participantes dos núcleos do projeto Esporte Sem Parar, na modalidade on-line, que ocorreram no canal Projeto Esporte Sem Parar, no YouTube®, com o propósito de evidenciar o alcance dos debates esportivos e a promoção à saúde, por meio das mídias sociais, no dia a dia dos integrantes do projeto – avaliado pelo número de visualizações e interações no *chat* durante o evento.

## DESENVOLVIMENTO

No período de fevereiro a junho do ano de 2021, realizaram-se quatro encontros virtuais. Os temas, sugeridos pelos profissionais participantes, foram: união dos núcleos do projeto Esporte Sem Parar no combate à covid-19; nutrição esportiva: mitos e verdades; atividade física e saúde mental: benefícios e desafios atuais; e como manter a motivação para a atividade física: um bate-papo com três atletas olímpicas do triatlo.

As sugestões de temas foram colhidas durante a primeira capacitação presencial, no auditório Vera Janacópulos, da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), com o auxílio de um formulário on-line, elaborado a partir da Teoria da Expectativa de Vroom. Esse instrumento ajudou a identificar os temas que os participantes se interessavam em abordar e debater nos encontros (ROCHA *et al.*, 2021).

Tais atividades buscaram fortalecer o vínculo entre a universidade e os profissionais, bem como proporcionar um espaço de troca de conhecimento e saber científico de forma leve e interativa, pautada na educação popular (BRANDÃO; FAGUNDES, 2016; SIGNORELLI *et al.*, 2021).

Quanto ao preparo do evento, foi importante estabelecer uma identidade visual para a divulgação das atividades e uma padronização das informações que estariam contidas nos cartazes, de forma que fossem claras, objetivas e atraentes para o público-alvo. Ademais, foi preciso pensar na facilidade de ingresso dos participantes na plataforma selecionada para a realização das apresentações; para isso, foi realizada ampla divulgação do *link* dos encontros de capacitação no perfil do Instagram® do projeto Esporte Sem Parar, com a seguinte identidade visual e disposição das informações, conforme demonstrado nas Figuras 2 e 3.

**Figura 2** – Divulgação dos eventos União dos núcleos do Esporte Sem Parar no combate à covid-19 e Nutrição esportiva: mitos e verdades no perfil do Esporte Sem Parar no Instagram®



Fonte: Ilustração extraída do perfil do Esporte Sem Parar no Instagram®.

**Figura 3** – Divulgação dos Eventos Atividade física e saúde mental: benefícios e desafios atuais e Como manter a motivação para atividade física: um bate papo com três atletas olímpicas do triátlon no canal do Instagram® do Esporte sem Parar



Fonte: Ilustração extraída do Instagram® do Esporte Sem Parar.

As capacitações virtuais aconteceram mensalmente, aos sábados, no período da tarde, possibilitando, assim, a participação da maioria dos profissionais, visto que os participantes sinalizaram esse período como o de maior disponibilidade para participarem dos eventos. Para a realização das capacitações, utilizou-se a plataforma Stream Yard® integrada ao canal do projeto no YouTube®. Os encontros tiveram duração média de uma hora de apresentação, e 30 minutos para diálogo entre palestrantes e participantes via *chat*, ferramenta disponibilizada pelo próprio YouTube®. Após o término do evento, os vídeos foram publicados na íntegra no canal do projeto, de modo que aqueles que não puderam participar ao vivo tivessem acesso ao conteúdo. A disponibilização desses vídeos no canal também possibilita a todos que buscam conhecimento científico por meio das plataformas digitais acesso às palestras.

As capacitações atingiram uma média de 330 visualizações no YouTube®. Considerando os 120 integrantes do projeto, pode-se perceber que essa estratégia possibilitou uma grande difusão de conhecimento entre os participantes.

A Tabela 1 informa quais foram as capacitações, a quantidade de visualizações e a data de postagem.

**Tabela 1** – Total de visualizações das capacitações no YouTube®

Capacitação	Visualizações	Data de postagem
União dos núcleos do Esporte Sem Parar no combate à covid-19.	407	6 de março de 2021
Nutrição esportiva: mitos e verdades.	359	17 de abril de 2021
Atividade física e saúde mental: benefícios e desafios atuais.	379	29 de maio de 2021
Como manter a motivação para a atividade física: um bate-papo com três atletas olímpicas do triatlo.	176	19 de junho de 2021
Total	1.321	

Fonte: Autoria própria (2021).

Embora não seja o foco desta análise, vale ressaltar que outra estratégia utilizada para a troca de conhecimentos foi a criação de um perfil do projeto Esporte Sem Parar no Instagram® (@esportesemparar), o que nos auxiliou na divulgação dos eventos que ocorreriam no YouTube®. O perfil possui, atualmente, 270 seguidores e apresenta postagens informativas, com diversas temáticas na área da saúde e qualidade de vida. Nos *stories*, outro recurso de interatividade dessa rede social, são reapresentadas aos seguidores postagens feitas no *feed*, lembretes sobre eventos futuros, além de imagens e vídeos do projeto divulgados por outros usuários na rede.

A primeira capacitação on-line foi guiada por duas enfermeiras pesquisadoras do projeto e tratou do momento pandêmico, abordando como prevenir a transmissão da covid-19 durante as atividades nos núcleos esportivos e a importância da vacinação. As



perguntas e o bate-papo giraram em torno das orientações para a triagem de sinais e sintomas de infecção dos participantes antes da realização das atividades do projeto.

Já no encontro sobre nutrição esportiva, realizado pela pesquisadora da área de nutrição, o diálogo abordou principalmente as estratégias para se alcançar equilíbrio na alimentação, a fim de ajudar o praticante de atividade física a atingir seus objetivos, melhorar a saúde e, conseqüentemente, sua qualidade de vida.

A partir das sugestões dos profissionais, na terceira capacitação discutiu-se acerca da saúde mental. A interação foi guiada por uma convidada dessa área da saúde e seguiu na linha dos benefícios da prática esportiva e sua associação com a melhora do humor, do relaxamento e do sono.

A última capacitação teve a presença de três atletas olímpicas transplantadas, que contaram sua história de vida e de superação por meio do esporte. O diálogo visava, inicialmente, motivar os participantes a realizarem atividade física, mas se expandiu para uma proposta de redescoberta dos limites de cada indivíduo e para um debate sobre a importância da doação de órgãos e tecidos, tornando-se um momento extremamente rico de experiências de vida.

## DISCUSSÃO

O uso da internet como ferramenta de comunicação utilizada no projeto foi motivado pelas recomendações de isolamento social devido à pandemia de covid-19. Essa foi a solução encontrada por muitas instituições de ensino para continuarem a missão de ofertar seus conhecimentos ao público-alvo.

As medidas de isolamento impostas pela pandemia de covid-19 ocasionaram a suspensão das atividades letivas presenciais em todo o mundo. Dessa forma, como uma alternativa às medidas restritivas, as instituições tiveram que migrar para a modalidade on-line, transferindo as metodologias e práticas do ambiente físico para o ensino remoto de emergência (DOSEA *et al.*, 2020; MOREIRA; HENRIQUES; BARROS, 2020).

As ferramentas adotadas para essa forma de aprendizagem têm sido diversas, englobando desde a realização de *lives* em redes sociais como o YouTube® e o Facebook® até a utilização de plataformas de videoconferências como o Google Meet® e o Zoom®. Essas plataformas vêm desempenhando papel fundamental na difusão de

informações e conhecimentos, constituindo-se como importante canal de comunicação entre educadores e as diferentes parcelas da população. Nesse contexto, as *lives* ganharam bastante relevância por serem um espaço que possibilita reflexões, discussões e a troca de conhecimentos entre as pessoas (NOBRE; MOURAZ, 2020; NEVES *et al.*, 2021).

Outro ponto positivo foi a aproximação de alguns grupos populacionais ao campo acadêmico de interesses similares, a despeito da distância física das escolas e universidades. Nesse sentido, o ensino híbrido, na perspectiva da união do ensino a distância com a modalidade presencial, mostrou-se uma alternativa viável para o estudante, atuando no tripé ensino, pesquisa e extensão (COQUEIRO; SOUSA, 2021).

Por outro lado, apesar das diversas possibilidades da aprendizagem virtual, o curto período de tempo para a migração de modalidades totalmente presenciais para o on-line trouxe enormes desafios para professores e alunos. O domínio insuficiente dos recursos tecnológicos, as dificuldades de acesso à internet, a falta de computadores e de espaços físicos adequados para a participação nas aulas virtuais, assim como a ausência do hábito da autoaprendizagem, marcam os grandes desafios dessa modalidade de ensino (AMARAL; ROSSINI; SANTOS, 2021; CATANANTE; CAMPOS; LOIOLA, 2020).

Portanto, é preciso refletir sobre as desigualdades digitais, que se intensificaram nesse período, apresentando forte relação com critérios de renda e marcadores sociais como raça, gênero e idade (MACEDO, 2021; MAGALHÃES, 2021). Segundo o TIC Domicílios 2020, 17% dos domicílios brasileiros não têm acesso à internet e apenas 45% possuem computadores. A disparidade de acesso é mais presente na população acima de 60 anos, no sexo feminino, nas classes D e E, e na área rural. Esses dados revelam a urgência da implementação de políticas públicas para que o ensino à distância nesse período pandêmico não aumente as desigualdades presentes no país.

As ferramentas tecnológicas podem alcançar um grande número de pessoas, no entanto é preciso pensar, primeiramente, na estrutura, capacitação e preparação para sua utilização tanto por parte das instituições que irão transmitir as informações quanto dos usuários, o que requer tempo e investimento financeiro (YAMASHITA; CASSARES; VALENCIA, 2012). Vale ressaltar, porém, que nem todas as instituições e usuários estão preparados para vivenciar e usufruir desse mundo virtual.



Nesse contexto, quase dois anos após a Organização Mundial da Saúde ter decretado a pandemia por covid-19, as estratégias de ensino seguem buscando atender às demandas educacionais, adequando a forma tradicional de ensino às salas de aula remotas. Ao avaliar as mudanças que essa realidade de isolamento trouxe ao campo do ensino, pode-se observar que a incorporação dessas ferramentas moldou um novo comportamento nos aprendizes. Por ser a interação com o professor mais limitada, a busca pelo conhecimento exigiu dos alunos maior disciplina e autonomia no processo de aprendizagem. Para os professores e palestrantes, o isolamento provocou a busca por novas formas de estimular a comunicação e a interação com seu público-alvo (COQUEIRO; SOUSA, 2021; SOUZA, 2020).

É importante destacar, também, que essas mudanças no campo pedagógico alteraram a forma como a sociedade enxerga a relação da educação com os aparelhos eletrônicos, mostrando que, quando utilizadas de forma didática, as ferramentas tecnológicas são grandes aliadas do ensino. Nota-se uma mudança cultural no processo de ensino-aprendizagem da população, que busca a aquisição de novos conhecimentos no mundo digital, por sua dinamicidade e facilidade de manipulação, não mais se confinando a um único espaço e tempo (ALMEIDA; SILVA, 2011).

Diante desse cenário, a propagação do conhecimento por meio das mídias sociais esteve presente no projeto Esporte Sem Parar como uma das estratégias não só de comunicação, mas também de ensino e extensão por meio da disponibilização de materiais didáticos interativos criados, como e-books e cartilhas informativas, além das capacitações já mencionadas.

Assim, o conjunto de capacitações promovidas pelo projeto proporcionou aos beneficiários a oportunidade de obter conhecimentos que lhes permitissem iniciar mudanças em relação à alimentação, à consciência corporal e à prática de atividades físicas na rotina diária.

Por meio da interação virtual, o projeto Esporte Sem Parar propiciou a conscientização sobre os benefícios da prática de atividade física – compreendida, hoje, como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético, tendo componentes e determinantes de ordem biopsicossocial, cultural e comportamental, como jogos, lutas, danças, esportes, exercícios físicos, atividades laborais e deslocamentos (SILVA *et al.*, 2017; SOARES *et al.*, 2017).

Ressalta-se que, com esse projeto, será possível observar não apenas as mudanças imediatas, mas, a longo prazo, os impactos que uma reeducação alimentar e física poderão trazer à vida dos participantes. A atividade física desempenha um papel importante na qualidade de vida e na prevenção e controle de doenças crônicas, permitindo à população longevidade e bem-estar (CAMBOIM *et al.*, 2017). Além dos benefícios físicos, as atividades corporais melhoram a saúde mental, pois o desempenho cognitivo também é transformado, devido à melhora da circulação cerebral e à síntese e degradação de neurotransmissores (OLIVEIRA *et al.*, 2011; ROJO *et al.*, 2020). O bem-estar, a melhora do humor e o ânimo na prática esportiva são exemplos de como os hábitos saudáveis são favoráveis tanto ao corpo como à mente.

O projeto Esporte Sem Parar promoveu, ainda, o vínculo entre os participantes; o sentimento de pertencimento; e a inclusão social, alcançados a cada nova atividade mediante a incorporação de valores, tradição, cultura e atitude de todos os participantes (CALDAS *et al.*, 2013). Isso estreitou a relação entre profissionais e alunos, estendendo-se o aprendizado mútuo e o compartilhamento de experiências para além do tempo de aula.

Evidencia-se, nesse processo de integração, que as ferramentas de comunicação on-line possibilitam a transposição de barreiras culturais, individuais e geográficas, bem como podem moldar o indivíduo de acordo com o fluxo de conhecimentos adquiridos (DUGNANI, 2018). Nesse sentido, as redes sociais, considerando sua capacidade de rápida propagação, influenciam diretamente em diversas áreas da vida do indivíduo (XAVIER *et al.*, 2020), ao mesmo tempo que a flexibilização proporcionada por essas redes permite às pessoas maior liberdade de expressão e comunicação, tendo-se a ideia de organização social, política, econômica, cultural e educacional (VERMELHO *et al.*, 2014).

Destaca-se que as redes sociais também podem ter um papel negativo na sociedade, sobretudo em relação à saúde mental, podendo levar os usuários a desenvolverem problemas de autoestima, ansiedade, dependência ou necessidade de aprovação (VAZ; FERNANDES, 2021). Outra situação negativa que pode suscitar nessas redes se refere à propagação de notícias inverídicas, as *fake news*.

Frente ao cenário de incertezas ocasionadas pela pandemia de covid-19, as *fake news* ganharam bastante espaço, até mesmo em virtude da facilidade de publicação

oferecida no ambiente virtual (NETO *et al.*, 2020). São conteúdos de baixa qualidade e/ou falsos, sem a devida investigação, e cuja natureza é difícil de identificar (DELMAZO; VALENTE, 2018).

Em vista disso, o Ministério da Saúde lançou uma campanha para combater as *fake news*, abrindo um canal de comunicação direto com a população, via WhatsApp, por meio do qual é possível verificar com os profissionais de saúde das áreas técnicas se um texto ou imagem que circula nas redes sociais é verdadeiro ou falso.

Surge, com isso, a necessidade de capacitar equipes para atender a essa nova demanda do mundo moderno, isto é, profissionais que sejam referência para a propagação de informações seguras – aquelas que apresentam fontes confiáveis – e que atuem no combate às *fake news* (PALETTA, 2020).

Pode-se dizer que, para confirmar a veracidade do conteúdo, é preciso conferir a data da publicação, analisar a fonte do texto, desconfiando de manchetes alarmantes ou chamadas com adjetivos (PONTALTI MONARI; BERTOLLI FILHO, 2019).

Nesse sentido, os projetos de extensão e a produção científica contribuem para a divulgação de informações fidedignas para a população, por meio das redes sociais oficiais. Do mesmo modo, essas redes, associadas a instituições com credibilidade acadêmica e científica, podem ser utilizadas como ferramenta didática para ministrar aulas ou produzir materiais, tendo como limites o conhecimento sobre sua utilização, o acesso a equipamentos e à internet, e a criatividade do docente (OLIVEIRA; CUNHA, 2021).

## CONCLUSÃO

O planejamento e a execução de atividades na modalidade on-line têm representado um grande desafio para os educadores. No âmbito da extensão, o desafio é ainda maior, visto que suas atividades envolvem levar o conhecimento acadêmico-científico à população, no intuito de promover mudanças positivas no grupo com o qual se pretende trabalhar, interação que se dava presencialmente nas comunidades de atuação dos projetos.

Assim, as capacitações descritas, que, a princípio, frente às dificuldades impostas pelo momento pandêmico, pareciam impossíveis de serem realizadas, ocorreram de

forma satisfatória na modalidade on-line. Desse modo, o projeto Esporte Sem Parar influenciou a cultura local, com a divulgação de conhecimentos científicos e histórias de vida motivacionais trazidas para estimular o autocuidado e melhorar a saúde dos participantes.

O impacto da proposta, apesar da fragilidade da mensuração realizada, foi percebido pelo número de visualizações e interações no *chat* do YouTube®, em que os participantes fizeram perguntas e manifestaram opiniões acerca dos temas discutidos. Os relatos ao final de cada capacitação indicaram satisfação, havendo agradecimentos aos palestrantes, à UNIRIO e à ONG pela abordagem de temas tão relevantes.

Dessa forma, por intermédio do projeto Esporte Sem Parar, foi possível trabalhar o corpo, por meio do esporte e da prática de atividades físicas realizadas nos núcleos; contribuir com conhecimentos científicos de qualidade sobre os temas abordados; e promover a saúde mental dos integrantes do projeto durante os encontros virtuais, que viabilizaram o diálogo sobre temáticas ligadas ao esporte e à saúde da população. Essas estratégias foram um importante passo rumo à construção de uma cultura de autocuidado para os beneficiários do projeto.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. E. B.; SILVA, M. G. M. Currículo, tecnologia e cultura digital: espaços e tempos de web currículo. **Revista e-Curriculum**, v. 7, n. 1, p. 1-19, 2011.

AMARAL, M. M.; ROSSINI, T. S. S.; SANTOS, E. O. A viralização da educação online: a aprendizagem para além da pandemia do novo coronavírus. **Revista Práxis Educacional**, [s. l.], v. 17, n. 46, p. 334-355, 2021.

BRANDÃO, C. R.; FAGUNDES, M. C. V. Cultura popular e educação popular: expressões da proposta freireana para um sistema de educação. **Educar em Revista**, Curitiba, n. 61, p. 89-106, jul./set. 2016.

CALDAS, R. *et al.* O esporte como ferramenta da cultura e do pertencimento. **EFDeportes.com, Revista Digital**, ano 18, n. 183, p. 1, 2013.

CAMBOIM, F. E. F. *et al.* Benefícios da atividade física na terceira idade para a qualidade de vida. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, Recife, v. 11, n. 6, p. 2415-2422, jun. 2017.

PALETTA, F. C. **A complexidade da globalização do trabalho**: formação do profissional da informação e os desafios da tecnologia e inovação. [S. l: s. n.]: 2020. (Série Tecnologia e organização da informação: contribuições para a ciência da informação).

CATANANTE, F.; CAMPOS, R. C.; LOIOLA, I. Aulas on-line durante a pandemia: condições de acesso asseguram a participação do aluno? **Revista Científica Educ@ção**, [s. l.], v. 4, n. 8, p. 977-988, out. 2020.

COQUEIRO, N. P. S.; SOUSA, E. C. A educação a distância (EAD) e o ensino remoto emergencial (ERE) em tempos de Pandemia da Covid 19. **Brazilian Journal of Development**, [s. l.], v. 7, p. 15, jul. 2021.

CUNHA FILHO, H. **Teoria dos direitos culturais**: fundamentos e finalidades. São Paulo: Edições Sesc, 2018.

DELMAZO, C.; VALENTE, J. C. L. Visualização de fake news nas redes sociais online: propagação e reações à desinformação em busca de cliques. **Media & Jornalismo**, [s. l.], v. 18, n. 32, p. 155-169, 2018.

DOSEA, G. S. *et al.* Métodos ativos de aprendizagem no ensino online: a opinião de universitários durante a pandemia de covid-19. **Interfaces Científicas**, Aracaju, v. 10, n. 1, p. 137-148, 2020. Número Temático.

DUGNANI, P. Globalização e desglobalização: outro dilema da pós-modernidade. **Revista FAMECOS**, [s. l.], v. 25, n. 2, p. 1-14, 2018.

MACEDO, R. M. Direito ou privilégio?: desigualdades digitais, pandemia e os desafios de uma escola pública. **Estudos históricos**, Rio de Janeiro, v. 34, n. 73, p. 262-280, 2021.

MACHADO, G. V.; GALATTI, L. R.; PAES, R. R. Pedagogia do esporte e projetos sociais: interlocuções sobre a prática pedagógica. **Movimento - Revista de Educação Física da UFRGS**, Porto Alegre, v. 21, n. 2, p. 405-418, abr./jun. 2015.

MAGALHÃES, R. C. S. Pandemia de covid-19, ensino remoto e a potencialização das desigualdades educacionais. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 4, p. 1263-1267, 2021.

MOREIRA, J. A. M.; HENRIQUES, S.; BARROS, D. Transitando de um ensino remoto emergencial para uma educação digital em rede, em tempos de pandemia. **Dialogia**, São Paulo, n. 34, p. 351-364, 2020.

NETO, M. *et al.* Fake News no cenário da pandemia de COVID-19. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 25, e72627, p. 1-7, 2020.

NEVES, V. N. S. *et al.* Utilização de lives como ferramenta de educação em saúde durante a pandemia pela covid-19. **Educação & Sociedade**, [s. l.], v. 42, e240176, p. 1-17, 2021.

NOBRE, A.; MORAZ, A. Reflexões sobre os efeitos da pandemia na aprendizagem digital. **Dialogia**, São Paulo. n. 36. p. 367-381, set./dez. 2020.

OLIVEIRA, E. N. *et al.* Benefícios da atividade física para saúde mental. **Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 8, n. 50, p. 126-130, 2011.

OLIVEIRA, F. L.; CUNHA, D. O. Dispositivo digital: relato de experiência na produção de objeto de aprendizagem pedagógica. **Revista Extensão Em Foco**, Palotina, v. 158, n. 24, p. 158-168, ago./dez. 2021.

PONTALTI MONARI, A. C.; BERTOLLI FILHO, C. Saúde sem fake news: estudo e caracterização das informações falsas divulgadas no Canal de Informação e Checagem de Fake News do Ministério da Saúde. **Revista Mídia e Cotidiano**, [s. l.], v. 13, n. 1, p. 160-186, 2019.

ROCHA, C. R. *et al.* A teoria da expectativa de Vroom no encontro de capacitação da equipe do projeto de extensão Esporte Sem Parar. *Revista ELO – Diálogos em Extensão*, Viçosa, v. 10, p. 1-8, 2021.

ROJO, M. R. S. *et al.* Efeitos do exercício físico na aptidão física e funções cognitivas de idosos. **Brazilian Journal of Health Review**, [s. l.], v. 3, n. 2, p. 2243-2262, 2020.



ROSSETTO JUNIOR, A. J. Cultura e esporte: o possível diálogo. **The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport (ALESDE)**, Curitiba, v. 4, n. 2, p. 46-55, 2014.

YAMASHITA, D. S.; CASSARES, N. C.; VALENCIA, M. C. P. Capacitação do bibliotecário no uso das redes sociais e colaborativas na disseminação da informação. **CRB8 Digital**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 161-172, 2012.

SANTOS, J. L. **O que é cultura**. São Paulo: Brasiliense, 2017.

SIGNORELLI, S. C. M. *et al.* Educação popular em pauta: uma história de resistência. **Revista Internacional de Extensão da UNICAMP / International Journal of Outreach and Community Engagement**, Campinas, v. 2, e021010, p. 1-6, 2021.

SILVA, C. L. *et al.* Atividade física de lazer e saúde: uma revisão sistemática. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 57-65, 2017.

SILVA, F. B. *et al.* The importance of social media in the citizens' life of the city of Currais Novos/RN. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 8, n. 2, e3282663, p. 1-10, 2019.

SOARES, D. S. C. *et al.* Atividade física na gestação: uma revisão integrativa. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, [s. l.], v. 2, n. 2, p. 71-84, 2017.

SOUZA, C. O., VALENTIM, R. P. F.; CANAL, F. D. As redes sociais e as transformações sócio-culturais. **Revista Ambiente Acadêmico**, [s. l.], v. 3, n. 2, p. 120-134, jul./dez. 2017.

SOUZA, E. P. Educação em tempos de pandemia: desafios e possibilidades. **Cadernos de Ciências Sociais Aplicadas**, Vitória da Conquista, v. 17, n. 30, p. 110-118, jul./dez. 2020.

VAZ, L. C. S.; FERNANDES, N. C. P. V. Redes sociais e a distorção da autoimagem: um olhar atento sobre o impacto que os influenciadores digitais provocam na autoestima das mulheres. **Repositório Anima Educação**, 2021.

VERMELHO, S. C. *et al.* Refletindo sobre as redes sociais digitais. **Educação & Sociedade**, [s. l.], v. 35, n. 126, p. 179-196, mar. 2014.

XAVIER, F. *et al.* Análise de redes sociais como estratégia de apoio à vigilância em saúde durante a Covid-19. **Estudos Avançados**, [s. l.], v. 34, n. 99, p. 261-281, ago. 2020.

---

**Recebido em:** 05 de janeiro de 2022

**Aceito em:** 11 abril de 2022