



A influência da extensão universitária na criação de habilidades e competências durante a graduação

The influence of university extension on the creation of skills and competences during graduation

Luisa Colares Ribeiro¹
Thalia Jardim Dourado¹
Andressa Teoli Nunciaroni²
Cristiane Rodrigues da Rocha²
Vinicius Pinheiro Israel³
Édira Castello Branco de Andrade Gonçalves⁴

Resumo

A extensão consiste em uma das áreas mais dinâmicas dentro da universidade, que coloca em prática a missão social do ensino na participação da construção da cidadania impactando diretamente na formação acadêmica de jovens universitários, sendo assim uma fonte enriquecedora de saberes populares e difusão de conhecimento e vivências. Este artigo tem como objetivo relatar a experiência e seus impactos na formação acadêmica ao atuar no projeto de extensão interinstitucional Esporte Sem Parar, realizado no Rio de Janeiro. A atuação nesse projeto rendeu aos bolsistas extensionistas diversos benefícios acadêmicos e pessoais como a aquisição de habilidades de organização, comunicação, responsabilidade e autonomia através do desenvolvimento de artigos científicos, cartilha, postagens de conteúdos em redes sociais, além da organização de eventos online. Assim como, beneficiou a comunidade através do acesso à prática de atividade física e de informações referentes à saúde promovendo dessa forma o autocuidado. Portanto, a atuação na extensão agrega na formação dos alunos e amplia a sua visão fora dos muros da universidade.

Palavras-chave: Relações Comunidade-Instituição. Saúde. Educação. Formação Profissional.

Abstract

¹ Discentes do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - luisacolares@edu.unirio.br; thalia.dourado@edu.unirio.br;

² Docentes do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - andressa.nunciaroni@unirio.br; cristiane.r.rocha@unirio.br;

³ Docente do curso de Matemática da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - vinicius.israel@uniriotec.br;

⁴ Docente do curso de Nutrição da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - ediracba.analisedealimentos@unirio.br



The extension consists of one of the most dynamic areas within the university, which puts into practice the social mission of teaching in the participation in the construction of citizenship, directly impacting the academic training of young university students, being an enriching source of popular knowledge and dissemination of knowledge and experiences. This article aims to report the experience and its impacts on academic training when working in the inter-institutional extension project *Esporte Sem Parar*, carried out in Rio de Janeiro. The performance in this project has yielded several academic and personal benefits to the extension scholarship holders, such as the acquisition of organizational, communication, responsibility and autonomy skills through the development of scientific articles, booklets, content posts on social networks, in addition to the organization of online events. It also benefited the community through access to physical activity and health-related information, thus promoting self-care. Therefore, the performance in extension adds to the training of students and expands their vision outside the walls of the university.

Keywords: Community-Institution Relations. Health. Education. Professional qualification.

1 Introdução

As universidades obedecem ao princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão (RIBEIRO; PONTES; SILVA, 2017; CRISTOFOLETTI; SERAFIM, 2020). Dessa forma, a formação profissional dos universitários vai muito além das disciplinas da grade curricular, ela busca formar cidadãos envolvidos tanto em pesquisa como em projetos de extensão.

A extensão universitária objetiva práticas junto à comunidade, de forma a construir uma relação entre a instituição e a sociedade. Essa prática é uma maneira eficiente de trocar conhecimentos e experiências entre professores, alunos e população (SANTOS; ROCHA; PASSAGLIO, 2016; RAUBER, 2017). Sendo considerada a área mais dinâmica dentro de uma faculdade, ela vai além da formação profissional colocando em prática a missão social da educação na construção da cidadania (SILVA et al, 2019).



Propostas neste sentido, impactam diretamente na formação acadêmica de jovens universitários, pois promovem esse contato direto com a realidade da comunidade, sendo fonte enriquecedora de saberes populares e difusão de conhecimento e vivências (ANDRADE; MOROSINI; LOPES, 2019; SILVA, 2020). A valorização da criação de vínculos com os participantes agrega habilidades específicas como empatia, sensibilidade, escuta ativa, comunicação clara e efetiva, que são extremamente importantes para o desenvolvimento acadêmico e profissional, uma vez que se lida cotidianamente com a população na universidade e após a formação (ALMEIDA; BARBOSA, 2019; CAVALCANTE et al, 2019).

Projetos sociais são definidos como ações e atividades organizadas, com objetivos, resultados, recursos e tempo programados para ocorrerem e têm o intuito de promover espaços de proteção social e vivências diferentes e inclusivas (ARMANI, 2006; MEIRELES et al, 2020; ROCHA et al, 2021). Eles advêm de uma necessidade de redução da desigualdade no acesso a necessidades humanas básicas a exemplo da saúde, educação, emprego e habitação.

Os projetos sociais ligados ao esporte passaram a ocupar maior espaço dentro da universidade em virtude de seu reconhecimento como instrumento educacional, sendo capaz de promover socialização, saúde, dentre outros valores (OLIVEIRA et al, 2016; KRAVCHYCHYN et al, 2019).

Nos espaços comunitários, projetos de extensão universitária e projetos sociais coexistem a partir das necessidades da população. Com isso, a integração entre as diferentes ações propostas em um mesmo território pode ocorrer por meio da união entre a extensão e os projetos sociais, o que possibilita a articulação próxima e contínua entre a universidade, a gestão do projeto e a população, além da troca de saberes e vivências (DEUS, 2018).

Dessa forma, devido a todos os benefícios da integração entre um projeto de extensão e um projeto social, o Projeto Interinstitucional Esporte sem Parar apresenta como objetivo a democratização do acesso à prática de atividade física e lazer através de 40 núcleos localizados no estado do Rio de Janeiro ofertando essa atividade à



população acima de seis anos de idade. Esses núcleos encontravam-se na região Fluminense, Zona Norte, Zona Oeste e Zona Sul.

Este projeto foi desenvolvido em parceria entre a Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) e a Organização Não Governamental Contato conforme o convênio nº 896335/2019 e contava com uma equipe de 40 professores graduados em Educação Física, 40 articuladores sociais, 40 monitores, cinco supervisores, um assistente social, um coordenador operacional, três pesquisadores supervisores, um coordenador técnico, dois coordenadores do projeto e cinco alunos extensionistas.

Iniciativas como essa buscam transformar de forma positiva a comunidade e/ou o indivíduo, oferecendo suporte e assistência adequada em diferentes perspectivas. Esses espaços proporcionam sociabilização, oportunidade de lazer e entretenimento, atividades físicas, combate à criminalidade, oferta de espaços de educação e geração de emprego para o entorno, gerando impacto diretamente na qualidade de vida dos indivíduos que fazem parte do projeto (SOUZA; SANTOS, 2017).

Este artigo tem como objetivo relatar a experiência de atuação no projeto de extensão interinstitucional Esporte Sem Parar, realizado no Rio de Janeiro e identificar a influência dessa participação na formação acadêmica na percepção discente.

2 Desenvolvimento

Trata-se de um estudo do tipo relato de experiência. Este estudo ocorreu através da experiência de estudantes vinculados aos cursos de graduação em Enfermagem e Nutrição de uma universidade pública do Estado do Rio de Janeiro em um projeto de extensão esportivo de cunho social.

A equipe do Projeto Interinstitucional Esporte Sem Parar na UNIRIO objetivou desenvolver a pesquisa, o ensino e a extensão. Dessa forma, a equipe produziu artigos técnicos e científicos, cartilhas, postagens de conteúdos em redes sociais, além da realização de eventos online com temáticas do interesse da população beneficiária,



ainda foram realizadas reuniões de planejamento mensais para que as atividades pudessem ser debatidas e viabilizadas.

Inicialmente, objetivou-se levar ações de educação em saúde para serem discutidas com a população dos núcleos esportivos do projeto, entretanto devido às imposições de medidas sanitárias para a contenção da Covid-19, a equipe da UNIRIO converteu essas ações em capacitações online através do canal do projeto no Youtube®³.

As capacitações online foram espaços riquíssimos de trocas de conhecimento e de aproximação dos profissionais do núcleo do projeto e da universidade. Os temas desses encontros foram selecionados através de propostas dos próprios profissionais coletadas através de questionário disponibilizado para este fim. A partir disso, as capacitações ofertadas foram sobre a união dos núcleos do esporte sem parar no combate à Covid-19: Orientações de cuidados de prevenção e vacinação; Nutrição esportiva: mitos e verdades; Atividade física e saúde mental: benefícios e desafios atuais; Como manter a motivação para atividade física, um bate-papo com três atletas olímpicas do triathlon.

Além disso, eventos assim proporcionaram aos bolsistas a experiência da organização de eventos desde a criação da arte, da divulgação nas redes sociais, até no auxílio nas plataformas de transmissão com a retirada de dúvidas dos participantes no chat e na formulação dos certificados que posteriormente foram enviados por e-mail para os ouvintes. Trazendo assim enormes benefícios para a formação profissional do universitário criando características de organização, comunicação e responsabilidade.

O projeto contou com um total de 4107 indivíduos cadastrados, porém devido aos diferentes perfis de idade, sexo e comorbidades, exigiu-se uma análise situacional desse grupo para implementar estratégias capazes de alcançar os objetivos propostos pelo projeto. Assim, foi necessária a atuação dos discentes extensionistas na elaboração de planilhas contendo os dados das fichas cadastrais dos participantes buscando-se o planejamento de atividades voltadas a cada público em específico, proporcionou desse modo uma melhor administração do projeto e das atividades.



Entretanto, essa organização das fichas cadastrais encontrou-se prejudicada devido ao recebimento de fichas incompletas durante o cadastro, o que limitou a avaliação por completo dos participantes do projeto.

Por ser um projeto esportivo, houve favorecimento na integração social para diferentes faixas etárias, atendendo a demanda de locais em vulnerabilidade e democratizando o acesso às práticas esportivas (SOUZA; SANTOS, 2017). No que abrange a questão da saúde, destaca-se o papel da enfermagem e da nutrição no papel de educação em saúde para a população, promovendo atividades educativas baseadas em conhecimento científico e construção de vínculo entre todos os envolvidos (COSTA et al., 2020).

Levando em conta o conceito ampliado de saúde estabelecido pela Lei nº 8.080 de 1990 em que saúde é expressa através de determinantes e condicionantes tais como: educação, trabalho, alimentação, atividade física, dentre outros, fez-se necessária atuação global para atingir os níveis de saúde da população.

Assim, um dos fatores abordados foi a educação nutricional. Inicialmente, a partir dos dados coletados pela planilha, acima mencionada, verificou-se grande dispersão do índice de massa corporal (IMC) dos participantes, encontrando situações desde magreza extrema até obesidade grave. Dessa forma, com o objetivo de melhorar a saúde nutricional da população foram produzidas duas cartilhas com uma linguagem de fácil acesso para a população leiga voltadas à temática de hidratação e nutrição esportiva. Estas foram disponibilizadas de forma gratuita nas plataformas digitais como o YouTube®, Instagram® e EduCapes.

Na faixa etária adulto e idoso, trabalhou-se o cuidado cardiovascular através da priorização do autocuidado, seja através de exercícios físicos ou atividades guiadas pelo profissional de educação física, além de estimular seu sentimento de pertencimento a um grupo, seguindo a teoria do autocuidado proposta por Dorothea Orem, que consiste em realizar ações para manutenção da própria saúde e bem-estar (OREM, 1991). É importante destacar que a prática de exercícios físicos é um método não farmacológico de extrema importância para prevenção de agravos e de doenças, atuando nos fatores de risco para doenças cardiovasculares e em seus efeitos



(HORTENCIO et al., 2018). O estímulo à prática de atividade física torna-se, portanto, um fator de proteção permitindo uma maior qualidade de vida.

A confecção das cartilhas “Apoio ao Autocuidado em Saúde em Projetos Sociais: um guia para os profissionais” e “Nutrição e Esporte - volumes 1 e 2”, assim como o desenvolvimento de artigos científicos relacionados ao projeto proporcionou aos alunos extensionistas uma rica experiência na produção científica, com um maior desenvolvimento crítico, uma melhor escrita, um conhecimento de normas técnicas além de estimular uma maior autonomia e interesse para submissões em revistas científicas. Com isso, essa situação se acrescenta no currículo dos discentes para futuras oportunidades de especializações em programas de residências e mestrado.

Nas redes sociais foi possível uma troca entre a população e a equipe do projeto, pois era um espaço para retiradas de dúvidas, publicação de informações referentes às atividades dos projetos, assim como postagens de temas relacionados à saúde que eram sugeridos ao longo do tempo pela própria comunidade e pelos trabalhadores vinculados ao projeto. Esse espaço de trocas possibilitou mais proximidade do extensionista com a população alvo, assim como maior divulgação de informações para a promoção de saúde. Além disso, o manuseio das mídias digitais e criação de conteúdos visuais possibilitou a aquisição de habilidades pelos discentes em ferramentas de design gráfico como o Canva.

Através dessa diversidade de meios e interações, experiências como extensionistas impactaram o desenvolvimento de diversas habilidades e competências, como aperfeiçoamento técnico científico, concretização de vínculos e relacionamento interpessoal, além da atuação como um ser político, com a difusão de informações científicas consistentes.

3 Conclusão

Dessa forma, pode-se concluir que foram notórios a importância e os benefícios de projetos de extensão de cunho social e sua agregação para a comunidade participante através da procura nas redes sociais e opiniões compartilhadas durante



as capacitações. A partir da extensão, a universidade cumpre seu papel social e público com a sociedade sendo um local de formação e de construção da cidadania, gerando também autonomia enquanto ser social e político.

Além disso, percebe-se a relevância dessa participação para a formação dos estudantes universitários, pois proporciona uma experiência rica na graduação ampliando a visão extramuros da universidade e possibilitando transformações tanto da sociedade quanto da própria instituição de nível superior, influenciando a continuidade de participação em outros projetos de extensão.

Referências

ALMEIDA, S. M. V.; BARBOSA, L. M. V. Curricularização da Extensão Universitária no Ensino Médico: o Encontro das Gerações para Humanização da Formação.

Revista Brasileira de Educação Médica, v.12, n.1, 2019. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbem/a/DfkjtF6SgYzNFZKKXYLp85g/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 19 mai. 2022.

ANDRADE, R. M.; MOROSINI, M.; LOPES, D. A extensão universitária na perspectiva da universidade do encontro. **Em Aberto**, Brasília, v. 32, n. 106. 2019.

Disponível em:

<http://rbep.inep.gov.br/ojs3/index.php/emaberto/article/view/4229/3681>. Acesso em: 15 mar. 2022.

ARMANI, Domingos. **Como elaborar projetos: Guia prático para a elaboração e gestão de projetos sociais**. Porto Alegre: Tomo Editorial. 2006.

CAVALCANTE, F. M. L.; SOUSA, F. W. M.; OLIVEIRA, I. K. M.; AMARAL, H. R. M.; ROSA, B. S. C.; GOMES, J. S.; ARAGÃO, J. M. N.; VASCONCELOS, M. I. O.

Atividades de extensão universitária: um olhar para promoção da saúde do adolescente. **Extensão na educação superior e profissional**, v. 5, n.3, 2019.

Disponível em: <http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/rede-unida/article/view/2426>. Acesso em: 19 mai. 2022.

CRISTOFOLETTI, E. C.; SERAFIM, M. P. Dimensões Metodológicas e Analíticas da Extensão Universitária. **Rev. Educação & Realidade**. v.45. 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/edreal/a/jY9GgBb45W8YhHLQYCggLNt/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 mar. 2022.

COSTA, D. A. DA et al. Enfermagem e a Educação em Saúde. **Revista Científica da Escola Estadual de Saúde Pública de Goiás "Cândido Santiago"**, v. 6, n. 3, p.



e6000012-e6000012, 20 out. 2020. Disponível em:

<https://www.revista.esap.gov.br/index.php/resap/article/view/234>. Acesso em: 19 mai. 2022.

DEUS, S. F. B. A extensão universitária e o futuro da universidade. **Espaço Pedagógico**. v. 25, n. 3, Passo Fundo, p. 624-633, 2018. Disponível em:

<http://seer.upf.br/index.php/rep/article/view/8567>. Acesso em: 20 mar. 2022.

KRAVCHYCHYN, C.; SOUZA, J.; STAREPRAVO, F. A.; RINALDI, I. P. B.;

OLIVEIRA, A. A. B. Projeto e Programas Sociais Esportivos no Brasil: Antecedentes Históricos e Reflexividade Social. **Rev. Alesde**: Curitiba, v. 10, n. 1, p. 53-68, 2019.

Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/alesde/article/view/59415/38844>. Acesso em: 18 mar. 2022.

HORTENCIO, M. N. S.; SILVA, J. K. S.; ZONTA, M. A.; MELO, C. P. A.; FRANÇA, C.

N. Efeitos de exercícios físicos sobre fatores de risco cardiovascular em idosos hipertensos. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 31, n. 2, p. 1-9, 22 jun. 2018.

Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/6631>. Acesso em: 20 mar. 2022.

MEIRELES, V.; SALDANHA, D. M. F.; MENESCAL, D. M. P.; OLIVEIRA, R. K. A.;

GONZALEZ, R. H. Projetos esportivos sociais para adolescentes no Brasil: impactos, implicações e barreiras. **Physical Education and Sport Journal**. v. 18. n. 1. 2020.

Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7956734>. Acesso em: 22 mar. 2022.

OLIVEIRA, A. A. B. ; BISCONSINI, C. R.; TEIXEIRA, F. C.; KRAVCHECHYN, C.;

RINALDI, I. P. B.; REPPOLD, A. R. Formação Continuada em Projetos e Programas Sociais Esportivos: Um Estudo de Caso. **Rev. Movimento**. v.22. n.3. 2016. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/57304>. Acesso em: 18 mar. 2022.

OREM, Dorothea. **Nursing Concepts of Practice**. [s.l.] St. Louis : Mosby Year Book, 1991.

RAUBER, S. B. Extensão Universitária e Formação Profissional: Indissociáveis no Processo de Aprendizagem da Universidade Católica de Brasília. **Educere**. 2017.

Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/792_883.pdf. Acesso em: 15 mar. 2022.

RIBEIRO, M. R. F.; PONTES, V. M. A.; SILVA, E. A. A Contribuição da Extensão Universitária na Formação Acadêmica: Desafios e Perspectivas. **Revista Conexão UEPG**. v.13. n.1. 2017. Disponível em:

<https://www.redalyc.org/journal/5141/514154370005/html/>. Acesso em: 20 mar. 2022.

<https://www.redalyc.org/journal/5141/514154370005/html/>. Acesso em: 20 mar. 2022.



ROCHA, A. C. S.; RIZZI, R. S.; ARAÚJO, F.; SOUZA, F. L.; ALMEIDA, L. F. M. Proposta de um modelo híbrido de gestão de projetos sociais realizados por organizações não governamentais. **Brazilian Journals of Business**. v. 3. n. 1. 2021. Disponível em:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJB/article/download/26016/20633>. Acesso em: 22 mar. 2022.

SANTOS, J. H. S.; ROCHA, B. F.; PASSAGLIO, K. T. Extensão Universitária e Formação no Ensino Superior. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**. v. 7. n.1. 2016. Disponível em:

<https://periodicos.ufrn.br/index.php/RBEU/article/view/3087>. Acesso em: 20 mar. 2022.

SILVA, W. P. Extensão Universitária. **Revista Extensão & Sociedade**, v. 11, n. 2, 10 nov. 2020. Disponível em:

<https://periodicos.ufrn.br/extensaoesociedade/article/view/22491>. Acesso em: 15 mar. 2022.

SILVA, A. L. B.; SOUSA, S. C.; CHAVES, A. C. F.; SOUSA, S. G. C.; ROCHA, D. R. Importância da Extensão Universitária na Formação Profissional: Projeto Canudos. **Rev. enferm.** UFP. 2019. Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/242189>. Acesso em: 18 mar. 2022.

SOUZA, Geiza; SANTOS, Sandra. Avaliação em um dos projetos social esportivo de um município baiano. 2017. 55 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração Pública). Disponível em:

<https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/handle/123456789/915>. Acesso em: 20 mar. 2022.