



BATE-PAPO SAÚDE EM QUARENTENA: CONGREGANDO PROJETOS EXTENSIONISTAS E COMPARTILHANDO SABERES DE FORMA REMOTA EM TEMPOS DE PANDEMIA

HEALTH IN QUARANTINE CHAT: MATCHING EXTENSION ACTIVITIES AND SHARING KNOWLEDGE REMOTELY IN TIMES OF PANDEMIC

Francisco José Figueiredo Coelho - Doutor em Ensino em Biociências e Saúde (IOC/FIOCRUZ). Docente da Secretaria de Educação do Estado do Rio de Janeiro (SEEDUC/RJ). Pós-Doutorado do Programa de Pós-Graduação em Ensino de Química (PEQui), do Instituto de Química (IQ), da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). E-mail: ensinodeciencias.ead@gmail.com

Jussara Lopes de Miranda - Doutora em Química pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC/RJ). Docente do IQ/UFRJ, do PEQui (UFRJ) e do Programa de Pós-Graduação em Química (PGQu/UFRJ). E-mail: jussaraufjr@gmail.com

Priscila Tamiasso-Martinhon - Doutora em Ciências (IQ/UFRJ). Docente do IQ (UFRJ), do PEQui (UFRJ) e do Programa de Pós-Graduação em História das Ciências e das Técnicas e Epistemologia (HCTE/UFRJ). E-mail: pris-martinhon@hotmail.com

Célia Sousa - Doutora em Engenharia Metalúrgica e de Materiais (PEMM/COPPE/UFRJ). Docente do IQ (UFRJ) e do Programa de Mestrado Profissional em Química em Rede Nacional (PROFQui/UFRJ). E-mail: sousa@iq.ufrj.br

RESUMO

A quarentena, durante a pandemia de COVID-19, resultou no enclausuramento e no isolamento social das pessoas. Essa ação teve impactos sensíveis na saúde física e mental das comunidades escolares. E, dada a necessidade de “acolher” jovens e adultos enclausurados pela quarentena é que o Colégio Estadual Professora Antonieta Palmeira (CEPAP), localizado no bairro do Colubandê, no município fluminense de São Gonçalo, resolveu – através de um bate-papo informal – construir momentos de extroversão e desabafo das angústias estudantis relacionados com diferentes assuntos da Ciência. Esta ação de extensão foi intitulada Bate-papo Saúde em quarentena, ocorrida entre os meses de maio e junho de 2020. A ideia de promover espaços informais e sociáveis e buscar confortar os estudantes sofreu influência do projeto de extensão Química e o Coronavírus, em associação com mais duas atividades extensionistas da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) no CEPAP. Considerando as dificuldades de acesso à internet, a participação da comunidade escolar foi tímida. Contudo, as impressões trazidas pelos participantes nos revelam a potencialidade pedagógica do diálogo e do acolhimento aos estudantes via remota, estimulando interlocuções com os saberes populares e cotidianos a fim de promover reflexões que melhorem a qualidade de vida durante e pós-pandemia.

Palavras-chaves: Saúde mental. Educação em saúde. Extensão universitária. Saúde na escola. Educação popular.

ABSTRACT

Quarantine, in the COVID-19 pandemic, resulted in the confinement and social isolation of people. This action had significant impacts on the physical and mental health of school communities. This extension action was entitled Health Chat in quarantine, which took place between May and June 2020 and it was organized by teachers and professionals from CEPAP, RJ, which is the high school Professor Antonieta Palmeira, located at Columbandê neighborhood in the district of São Gonçalo, state of Rio de Janeiro. The idea of promoting informal and sociable spaces and the pursuit to comfort students was influenced by the chemical extension project intitled The chemistry and the Coronavirus, in association with two more UFRJ extension activities at CEPAP. This work reports some questions and concerns of the school community, especially students and teachers during the COVID-19 pandemic, seeking to reflect on the remote actions the students' quality of life. Considering the difficulties in accessing internet, the project reveals the pedagogical potential of dialogue and the remote welcoming for the students, stimulating dialogue with popular and ordinary knowledge in order to promote reflections. These can improve the quality of life during and after the pandemic.

Keywords: Mental health. Health education. University extension. Health at school. Popular education.

NOTAS PERTINENTES SOBRE A AÇÃO BATE-PAPO SAÚDE EM QUARENTENA

Acolhimento! Esta é uma palavra que deve ser mais bem compreendida atualmente pelos educadores; sobretudo, considerando a pandemia de COVID-19, que pegou todos de surpresa no início de 2020. E, dada a necessidade de “acolher” jovens e adultos enclausurados pela quarentena é que o Colégio Estadual Professora Antonieta Palmeira (CEPAP), localizado no bairro do Colubandê, no município fluminense de São Gonçalo, resolveu – através de um bate-papo informal – construir momentos de extroversão, desabafo das angústias estudantis e conversa sobre diferentes assuntos da Ciência. Esta ação de extensão foi intitulada Bate-papo Saúde em quarentena, ocorrida entre os meses de maio e junho de 2020.

Em princípio, o Bate-papo Saúde em quarentena não se tratou de um projeto de extensão isolado, mas de uma linha de ação estimulada pelo Projeto Educação Popular em Ciência (PEPCiências) e pelo Projeto Drogas, Educação, Saúde e EJA¹ (DESEJA), desenvolvidos na escola, desde 2016, em parceria com o Grupo Interdisciplinar de Educação, Eletroquímica, Saúde, Ambiente e Arte (GIEESAA), com o Grupo Interinstitucional e Multidisciplinar de Ensino, Pesquisa e Extensão em Ciências (GIMENPEC) e outros grupos interdisciplinares e interinstitucionais de ensino, pesquisa e/ou extensão no Estado do Rio de Janeiro. A ideia de promover espaços informais e sociáveis e buscar confortar os estudantes sofreu influência do projeto de extensão A Química e o Coronavírus². Buscou-se aliar conhecimento científico e bem-estar físico, mental e social dos estudantes da educação básica e dos profissionais de ensino. Nesse sentido, a ação Bate-papo Saúde em quarentena resultou da interlocução com os três projetos extensionistas comentados.

Como fundamentação teórica, a ação *Bate-papo Saúde em quarentena* se apropriou de quatro premissas importantes. A primeira, sinalizada pelo filósofo alemão Martin Heidegger

1. EJA – Educação de Jovens e Adultos. Na rede estadual do Rio de Janeiro (SEEDUC/RJ), a modalidade recebe o nome de NEJA (Nova Educação de Jovens e Adultos).

2. A química e o coronavírus. Painel temático realizado 24 de julho durante o Festival do Conhecimento da UFRJ. Disponível em: <http://www.festivaldoconhecimento.ufrj.br>.

(1989), é de que todos os seres humanos apresentam vivências e experiências polissêmicas. O autor entende que a palavra “experiência” diz respeito ao que o ser humano apreende no lugar que ocupa no mundo e nas ações que realiza. Para ele, o sentido da experiência está enraizado na compreensão. Assim, por constituir a existência humana, a experiência alimenta a reflexão e se expressa na linguagem. Mas, ressalta o autor, a linguagem não denota a experiência pura, pois vem organizada pelo sujeito por meio da reflexão e da interpretação. Em outras palavras, Heidegger (1989) destaca que a vivência é o produto da reflexão pessoal sobre essas experiências. Embora, segundo ele, a experiência possa ser compartilhada por vários sujeitos, a vivência de cada um é episódio único e depende de sua personalidade, de sua biografia e de sua participação na história.

No âmbito dessa diversidade de vivências e experiências que afloram na escola e fora de seus muros, especialmente no momento de pandemia de COVID-19, entendemos que o estado de quarentena é polissêmico. Esta polissemia resulta de uma convivência no mesmo espaço (estudantes do ensino regular e seus pais ou alunos do ensino noturno e seus cônjuges e filhos), porém com interpretações acerca desse convívio bastante variadas. Jovens, acostumados a estar com colegas nas ruas e na própria escola, se percebem enclausurados em suas residências, convivendo diretamente e exaustivamente com seus pais e demais parentes. Assim, ampliam-se as chances de conflitos e indisposições domésticas; da mesma forma que se alastram as chances de um conhecimento mútuo e aprofundado entre as pessoas que residem no mesmo espaço. Extrapolando tal cenário, acreditamos que, em alguma medida, haja impactos na privacidade e saúde física, mental e social desses indivíduos. E, as formas com que um indivíduo lida com as adversidades podem ser compartilhadas e servir de situação de aprendizagem para o outro.

Nesse caminho, conversar de maneira mais informal em um espaço de escolarização (formal, de costume) pode atrair a comunidade escolar para falar sobre distintos temas que impactam na saúde, permitindo que a escola seja percebida como um ambiente de permuta de saberes e não de segregação de um conhecimento em prol de outro. Partindo das ideias do educador Ático Chassot (2007), partimos da segunda premissa: que instaurar esses espaços educativos de menor formalidade pode favorecer o reconhecimento dos saberes dos educandos, estimulando que estudantes do ensino regular possam valorizar não apenas suas experiências de vida como a de seus pares do ensino noturno, como evidenciado na literatura (COELHO; TAMIASSO-MARTINHON; SOUSA, 2019). Assim, entendemos que a escola precisa aprender a valorizar os mais velhos e os menos letrados como fontes de conhecimento que podem ser levados à sala de aula (CHASSOT, 2007).

A terceira premissa, ancorada na ideia anterior, está pautada nos pensamentos de Lisbôa, Costa e Fonseca (2020) ao entenderem que a prática popular pressupõe ao educador abrir mão de seus privilégios sociais para aprender outra perspectiva de vida com os sujeitos e os lugares de onde eles leem o mundo. Nesse caminho, sobretudo no âmbito preventivo-educativo (cerne da ação descrita), a Educação Popular se coloca como um exercício de empatia e amor, contrapondo-se à educação bancária criticada por Freire (2017), que baseia o homem como um ser meramente adaptativo e que pouco valoriza o potencial pedagógico das permutas e compartilhamento de saberes (LISBÔA; COSTA; FONSECA, 2020). Isto enfatiza a dimensão do acolhimento citado no início da seção.

Apropriando-se desses últimos pensamentos, depuramos de Chassot (2007) e Lisbôa, Costa e Fonseca (2020), o reconhecimento das experiências de vida das pessoas como uma aliada para tornar os debates educativos mais contextualizados. Isso não significa que a escola deva deixar de oferecer uma educação formal e pautada nos saberes eruditos e sistematizados das ciências e das linguagens e códigos. Do contrário, apenas reconhece que existem múltiplos saberes e todos

eles podem ser compartilhados na escola, a fim de comungar transversalidades. Essa apropriação dos saberes populares de uma comunidade pode favorecer, inclusive, a compreensão de diferentes temas científicos na escola, como propõem os trabalhos de Soares, Silva e Trivelato (2016) e Coelho, Tamiasso-Martinhon e Sousa (2019).

Aliada aos pressupostos descritos, Coelho e colaboradores (2020) reconhecem que a escola apresenta um grande potencial (seja no ensino presencial ou remoto, assim entendemos) para mobilizar saberes e buscar reduzir danos à saúde pelo compartilhamento de experiências. Nesse caminho, os autores lembram que parcela das escolas abdica do debate de temas sociais que impactam nossa qualidade de vida. Por vezes, os modelos patologizantes e biomédicos hegemônicos empobrecem os debates populares sobre a qualidade de vida, pois se preocupam mais em prescrever comportamentos do que propriamente reduzir danos à saúde das pessoas. Segundo os autores, é importante estimular a difusão de conhecimentos científicos sem, contudo, se isolar do saber popular enquanto berço de soluções criativas para a inclusão produtiva e social, integrando o diálogo da Universidade e demais centros de pesquisa com a sociedade (COELHO *et al.*, 2020).

A última premissa se alinha ao propósito dos diálogos em grupo e das trocas de conhecimentos anteriormente descritas para auxiliarem na redução de práticas mais ofensivas à saúde no período de quarentena. Ou seja, preocupa-se com a Redução de Danos (RD) de práticas abusivas, como aponta Coelho (2019). Para o autor, várias práticas desencadeiam riscos. Por exemplo, dirigir carros, praticar esportes, comer e fazer sexo são ações cotidianas que carregam em si um risco em potencial. Da mesma forma que dirigir um veículo sem o devido cuidado pode gerar múltiplos danos físicos e sociais; ou o sexo sem a devida proteção que pode acarretar na gravidez não planejada ou infecções indesejadas – tais como o HIV ou a sífilis. Nesse cenário, é importante considerar que, se essa prática se faz de forma desorientada e/ou abusiva, pode potencializar comportamentos compulsivos, mas, também, pode ocorrer dentro de relações sociais estáveis, não prejudiciais e integradas em múltiplas dimensões da vida dos sujeitos (COELHO, 2019).

Diante dessa perspectiva apresentada por Coelho (2019), convém chamar a atenção para as distintas relações de abuso e toxicidade vivida pelas pessoas, que vai desde a ingestão de substâncias químicas sem controle e orientação às relações de abuso e dependência com outros seres humanos. Nesse caminho, as tensões psicológicas se ampliam em função do enclausuramento social vivido devido à pandemia de COVID-19. Em outras palavras, os sujeitos experienciam situações de convívio próximo, mas a sua depuração promove vivências distintas (HEIDEGGER, 1989). Aliando tais ideias, entendemos que algumas práticas abusivas se traduzem como uma forma de escape associado ao descontrole da ansiedade. Comer excessivamente, usar entorpecentes ou se alienar com as diversões trazidas pelo uso das mídias sociais buscam – de alguma forma – um conforto físico e mental. Quer dizer, surgem como comportamentos aliados para reduzir a pressão do isolamento social dentro de suas casas.

O reconhecimento desses estados de tensão física e emocional nos leva a crer na importância de um debate esclarecido que não seja marcado pela repressão ou pela ênfase na abstinência (deixar de comer algo ou de beber, por exemplo). Há de se convir que as pressões familiares e sociais – como um todo – desestabilizam os indivíduos e tendem a estimular quadros agressivos de convivência dele consigo e dele com os demais. Nesse caminho, a abordagem pedagógica da RD, segundo Coelho (2019), leva o sujeito a refletir sobre o uso e meios mais seguros, conhecendo melhor seus danos a fim de minimizá-los. Quer dizer, pensar na RD, sobretudo no momento de quarentena, pode ser um caminho para que as pessoas repensem em suas ações e percebam em quais pontos podem realizar mudanças a fim de tornar uma ação menos lesiva para si mesmo e para os demais, reconhecendo novas formas de lidar com o outro e com as práticas abusivas.

Partindo desses pressupostos, o objetivo desse artigo é o de evidenciar como um bate-papo informal realizado de forma remota via conferência *Google Meet* pode revelar angústias, mudanças de hábito cotidiano e estratégias de adaptação em uma comunidade escolar durante o período de pandemia de COVID-19. Por meio dessas manifestações, o relato de experiência expresso fornece subsídios e orienta caminhos pedagógicos para se pensar a saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes e membros locais.

ASPECTOS METODOLÓGICOS DA ATIVIDADE EXTENSIONISTA BATE-PAPO SAÚDE EM QUARENTENA

A ação foi organizada para acontecer nos meses de maio e junho de 2020, previsto para às sextas-feiras, cada encontro com duração em torno de uma hora. As datas e temas são descritos no quadro 1. As mediações foram realizadas pelo primeiro autor desse artigo, coordenador pedagógico do PEPCiências e do Projeto DESEJA no CEPAP.

Todos os alunos do Ensino Médio (tanto o regular diurno quanto a NEJA noturna) foram convidados, bem como seus colegas, familiares e funcionários da instituição. Não houve critérios de participação, sendo a atividade aberta para todos. Os alunos do Ensino Fundamental com mais de 14 anos de idade também puderam participar. A divulgação foi realizada pelos grupos de *Whatsapp* das turmas e pelas mídias sociais da escola, gerenciado pelo grêmio estudantil em parceria com a direção escolar.

Quadro 1 – Temas do Bate-papo em Saúde

DEBATES DE MAIO
15/05 - Sexo e sexualidade em tempos de Pandemia
22/05 - Curso Técnico ou Universidade? O que fazer após o Ensino Médio?
29/05 - De bem ou de mal com o meu corpo na quarentena?
DEBATES DE JUNHO
05/06 - O sexo e o isolamento social em tempo de COVID-19
19/06 -Saúde mental na quarentena: eu e minha ansiedade.
26/06 - A automedicação na quarentena: risco ou cuidado?

Fonte: Os autores.

No primeiro mês, maio, foram planejados três debates (dias 15, 22 e 29 de junho). Todos ocorreram. No mês seguinte, junho, foram definidos quatro (dias 5, 12, 19 e 26). Contudo, o encontro virtual do dia 12 de junho não foi realizado devido ao ponto facultativo decretado. No total, seis debates constituíram a ação de extensão.

Os temas selecionados para os debates foram requisitados pelos estudantes, pelo grêmio estudantil e pela observação dos alunos da NEJA diretamente com o professor mediador. Convém

lembrar que a inserção de enunciados associados à saúde mental resultou de demandas da própria comunidade, dada a abertura que os discentes têm com a direção escolar, com o grêmio estudantil e com o mediador dos debates. Os benefícios desse acolhimento e gestão participativa na escolha do temário foi discutido em publicações recentes sobre o PEPCiências (COELHO *et al.*, 2020), revelando o interesse dos alunos em conversar sobre assuntos polêmicos e que impactam na qualidade de vida.

Em cada encontro, um convidado do GIEESAA, do GIMENPEC ou do Projeto A Química e o Coronavírus participou da discussão. O(A) pesquisador(a) trazia inquietações para a comunidade escolar pensando questões no âmbito da pandemia e pós-pandêmico. Nesse sentido, a ação seguiu as bases gerais das oficinas e rodas de conversa do projeto PEPCiências, promovendo o encontro de, pelo menos, um(a) pesquisador(a) ou acadêmico(a) filiado(a) aos grupos mencionados com os estudantes do Ensino Médio e outros membros da comunidade (estudantes matriculados, alunos egressos, responsáveis de alunos, professores e demais funcionários do CEPAP).

Além de intencional a construção de espaços lúdicos e informais para conversar sobre questões emocionais mais amplas e sobre as principais dificuldades em lidar com o isolamento social e com o enclausuramento domiciliar, a ação Bate-papo em quarentena buscou aproximar os estudantes de diferentes turnos via conferência pelo aplicativo *Google Meet*, vinculado à plataforma educativa *Google Sala de Aula*. Houve duas formas de acesso: pelo computador físico (PC) através do *link* da sala de aula virtual do módulo II (NEJA) ou pelo aplicativo *Google Meet* – previamente instalado no celular. No caso da entrada via celular, o *link* era disponibilizado para o grupo dos representantes uma hora antes do início dos encontros. Eventuais dificuldades de acessibilidade ou manuseio do aplicativo por parte de algum participante não familiarizado com esta tecnologia era, prontamente, sanada pelo mediador da atividade.

Para avaliarmos as limitações e potencialidades desta ação, contamos com os registros físicos (espécie de diário de bordo) do aluno Gabriel Araújo (também presidente do grêmio) e da pesquisadora Sandra Martins, organizadores locais voluntários das ações do PEPCiências e do Projeto DESEJA. A partir da análise dos registros destes agentes (observação direta dos debates *on-line* e relatório com impressões gerais), avaliamos dois aspectos da ação de extensão, a saber: 1) Os pontos mais dolorosos da convivência em quarentena; 2) Principais mudanças nos hábitos alimentares, sexuais e práticas de atividade física.

Com base nas narrativas, foi realizado um breve relato das falas dos estudantes participantes da atividade, trazendo as principais ideias centrais contidas no evento: as falas dos alunos, as angústias e as soluções criativas, capturando parte das mensagens visuais e sonoras dos debates. Assim, as mensagens expressaram as representações sociais que refletem as elaborações mentais dos indivíduos, revelando questões acerca das experiências e vivências de cada um dos participantes, que se manifestou nas discussões. A partir dessas falas, realizamos breves inferências e interpretações, com exemplos de alguns depoimentos, para discutir os critérios mencionados anteriormente.

Convém lembrar que tais registros são oriundos de observações diretas do ambiente virtual e não foram mencionados na íntegra. Preferimos não gravar o evento, para manter o anonimato e a informalidade do mesmo e permitir a desinibição dos participantes, sobretudo em momento tão peculiar de pandemia de COVID-19.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nos encontros realizados, a frequência de participação de estudantes, visitantes e professores da instituição é descrita no quadro 2.

Quadro 2 – Frequência de estudantes e visitantes nos debates

DEBATES DE MAIO	PARTICIPANTES	COMPOSIÇÃO
Sexo e sexualidade em tempos de Pandemia	29	20 alunos 8 professores 1 visitante
Curso Técnico ou Universidade? O que fazer após o Ensino Médio?	18	10 alunos 6 professores 2 visitantes
De bem ou de mal com o meu corpo na quarentena?	17	11 alunos 5 professores 1 visitante
DEBATES DE JUNHO	PARTICIPANTES	COMPOSIÇÃO
O sexo e o isolamento social em tempo de COVID-19	22	15 alunos 5 professores 2 visitantes
Saúde mental na quarentena: eu e minha ansiedade.	12	8 alunos 2 professores 2 visitantes
A automedicação na quarentena: risco ou cuidado?	12	6 Alunos 3 Professores 3 visitantes

Fonte: Os autores.

Convém lembrar que a ação Bate-papo em quarentena assumiu contornos comunitários, sendo aberto para alunos matriculados, egressos e quaisquer interessados em aprender e conversar sobre temas científicos, propiciando um momento de trocas de ideias e opiniões que não fosse o espaço presencial da sala de aula. Em trabalhos anteriores (COELHO; TAMIASSO-MARTINHON; SOUSA, 2019; COELHO *et al.*, 2020), notamos o mesmo realce: de que pessoas diferentes (convidado/as) conversando abertamente sobre um tema proporcionaria que novas experiências fossem conhecidas, inclusive as deles mesmos. Isso, para os estudantes, seria um caminho favorável para se pensar a qualidade de saúde física, mental e social, especialmente dado o quadro de enclausuramento social e tensões emocionais sofridas pelos estudantes.

De forma geral, sobre os pontos mais dolorosos da convivência em quarentena, ao longo dos seis encontros foi possível registrar dois incômodos: 1) o convívio exaustivo com seus familiares e a perda de privacidade e a 2) falta de outras interações sociais, incluindo a relação com amigos, colegas e funcionários da escola e/ou parceiros sexuais. Em relação à convivência exaustiva com os familiares, esse incômodo foi citado pelos alunos, praticamente, em todos os encontros. Já a ausência de outras interações sociais foi destacada pela dificuldade de frequentar lugares (escola, bares, casa de amigos) indisponíveis no período da quarentena.

Ancorado à falta de interações sociais, especialmente nos debates do dia 15/05, dois adolescentes do Ensino Médio diurno e dois adultos da NEJA relataram a dificuldade que tinham para se manterem em casa, sobretudo pela privação de se relacionarem sexualmente com seus parceiros em relações fixas ou casuais. Alguns, inclusive, cabe destacar, não respeitaram o momento de isolamento, declarando que ficar sem sexo há mais de um mês (na ocasião do debate do dia 15 de maio havia se passado um mês em quarentena no Estado do Rio de Janeiro) era uma das piores ações. Nesse debate, um aluno da NEJA relatou um diálogo com um amigo, ao orientá-lo para não sair de casa e evitar a contaminação de seus pais idosos. Segundo o aluno, houve indisposição entre eles, uma vez que seu colega não conseguiu se isolar e deixar de buscar o sexo casual. Outros alunos referiram-se a saídas esporádicas de UBER (aplicativo de transporte que permite a busca por motoristas baseada na localização) para a realização de relacionamentos sexuais casuais.

Nos demais encontros, especialmente no terceiro e quatro (dias 29/05 e 05/06), os relatos sobre a relutância de lidar com a abstinência sexual continuaram frequentes, mas não tão eloquentes como no primeiro encontro. Alguns relataram manter atividades sexuais com os devidos cuidados de proteção (uso do preservativo) e saídas para sexo casual. Uma fala de um aluno do Ensino Médio descreve que a quarentena não impediu que tais práticas ocorressem para alguns estudantes. E, destacou: “(...) preso dentro de casa e sem sexo não rola, né? Pelo menos umazinha de vez em quando”.

Cabe considerar que, ao longo de todos os debates, especialmente sobre o mercado superior ou técnico, alguns estudantes do Ensino Médio e NEJA relataram a angústia que o isolamento da escola trazia. Para uma das alunas da NEJA, “estar na escola me faz bem. Sinto saudades de conviver com os colegas e do momento da merenda (...)”. Essa fala evidencia como, para a aluna, a escola é um espaço de convivência afetiva importante. Com base nesse discurso, os alunos do Ensino Médio diurno destacaram a forma obsoleta como a escola trata dos assuntos. “Há professores que pedem que as atividades *on-line* da plataforma *Google Meet* sejam copiadas no caderno”, relata um dos jovens. Essas manifestações abriram espaço para que os alunos do ensino noturno comentassem sobre o papel falho de algumas escolas que não preparam os estudantes para o mercado de trabalho. Nesse sentido, também reconheceram a ausência de espaços de trocas e de diálogos abertos que falem de assuntos cotidianos. Como comentou um dos alunos do Ensino Médio diurno: “(...) falta espaço para conversar assim, para saber o que podemos fazer no futuro”. Um dos jovens do ensino regular colocou questões sobre a importância de explorarem outras profissões e realizarem cursos livres a fim dessas práticas auxiliarem na escola profissional. Nesse caminho, duas alunas da NEJA ressaltaram a importância do mercado técnico na área da saúde e as múltiplas possibilidades do curso técnico de enfermagem e afins serem opções para inserir os jovens no mercado de trabalho e, inclusive, ajudarem em uma escolha mais sensata de um curso superior.

Acerca dessas angústias descritas no período da pandemia, é possível perceber como as tensões psicológicas emergem no Bate-papo, sobretudo as associadas com a ausência (ou redução) da presencialidade e/ou das práticas sexuais oriundas do enclausuramento social. Imersos nesses debates são reveladas experiências de vida marcantes e distintas, que servem de cenários de aprendizagem para tornar os debates educativos mais contextualizados. Ao questionar as práticas remotas de ensino centradas em ações obsoletas - como copiar conteúdos digitais da plataforma - e as discordâncias com comportamentos de risco deles próprios ou de conhecidos, saberes científicos do campo da saúde e das ciências naturais surgem como questionadoras da realidade social experimentada por tais sujeitos, veiculando como saberes populares podem estar aliados aos saberes científicos de ordem prática, como apontado pela literatura de nossa introdução.

No que tange às mudanças nos hábitos alimentares, sexuais e práticas de atividades físicas, ao longo dos debates, especialmente no dia 29/5, foram frequentes as indagações sobre a saúde física e mental durante a quarentena. A mudança de práticas alimentares, com o aumento da ingestão de alimentos e de carboidratos refinados e processados (sobretudo petiscos e doces), foi bastante citada ao longo do dia 29 de maio; assim como nos demais encontros virtuais. Uma prática comentada pelos alunos da NEJA foi a ingestão de álcool (sobretudo cerveja) à noite, para relaxarem. A prática não foi citada pelos alunos do ensino diurno, mas bem referenciada pelos da noite. O relaxamento oferecido pela bebida alcoólica proporcionava um alívio para o confinamento e para a própria tensão causada pelo excesso de informações trazidas pela mídia. Também da NEJA o relato de dois estudantes que procuraram evitar assistir aos noticiários, dado o excesso de informações trágicas sobre a COVID-19. Sua programação consistia em entretenimento como novelas e programas alternativos, como séries e filmes.

Na busca do relaxamento e na fuga da tensão, duas alunas da NEJA afirmaram fazer uso de ansiolíticos, como práticas comuns, no período da quarentena. Essas falas surgiram especialmente no dia 19 de junho, momento em que a questão da ansiedade foi discutida com prioridade. Cabe lembrar que, embora não utilizassem ansiolíticos, alunos do Ensino Médio aludiram a casos de automedicação entre familiares em confinamento, tais como analgésicos. No encontro específico sobre automedicação, não foram relatadas tais condutas. Contudo, uma aluna da NEJA (natural do interior do Nordeste), observou que a automedicação é comum no Sudeste, reconhecendo a fitoterapia como um conhecimento pouco utilizado nesta região. As pessoas, segundo ela, preferem utilizar um ansiolítico a preparar uma infusão ou um chá para relaxar.

Ao buscar lidar com os pontos dolorosos durante o longo enclausuramento social, constatou-se, especialmente nos debates sobre sexo na quarentena, que a prática da masturbação foi relatada por alguns participantes. Alguns alunos da NEJA, embora não reconhecessem a prática, entendiam que o conhecimento do corpo poderia ajudar a relaxar, especialmente dadas as tensões do confinamento. Reconheciam, também, que, embora existissem famílias numerosas, isso não seria um problema e poderiam ser aproveitados os espaços do banho para que os jovens se autoconhecessem. Uma das alunas desse segmento comentou: “(...) não posso inibir os desejos de meus filhos. Acho que conversar sobre isso é fundamental. Lembro que minha mãe, quando descobriu que eu via revista pornográfica, me fez comer a revista. Não quero isso para os meus filhos. Por isso falo francamente. (...)”. A fala dela propiciou que outros colegas se pronunciassem a favor de debates esclarecedores e não repressores, não apenas sobre o sexo, mas sobre quaisquer temas, em especial, os que tangem a saúde das pessoas.

Ao longo das discussões, em todas as rodas de conversa notou-se que os alunos se filiavam bastante às atividades tecnológicas como forma de ocupar a mente durante a quarentena. Poucos têm o hábito de meditar ou relaxar ouvindo músicas. Essa percepção foi mais declarada no debate sobre o corpo na quarentena. Houve unanimidade – alunos, visitantes e professores – na utilização frequente do *Whatsapp* ou serviços de *streaming* – como séries e filmes –, na busca de entretenimento nesse período. Alguns alunos, tanto da NEJA quanto do Ensino Médio regular, reconhecem esse uso exacerbado das mídias e o descontrole para lidar com essas ferramentas. Contudo, enfatizam que isso não é restrito a esse momento pandêmico, podendo atrapalhar a concentração e a exploração de novas tarefas. Nesse sentido, um dos alunos da NEJA comentou que isso demonstra que as pessoas não conseguem relaxar. Segundo ele, isso “afeta a estética do ser humano e também o psicológico. (...) tem gente que fica até mal por não estar numa boa forma como desejaria, mas, também, não se coça”. Para não ficar frustrado só comendo, bebendo e usando o *Whatsapp*, o rapaz criou um meio de se exercitar: fez dois pesinhos, de cimento, para a prática da malhação.

Aproveitando a fala do estudante, uma das professoras que participou com frequência dos debates disse que realizara atividades físicas no estacionamento de seu prédio, como leves caminhadas. Uma das visitantes do evento recomendou *playlists* de yoga e meditação gratuitas pela plataforma *Youtube*. Diante disso, uma aluna formanda (finalizando o módulo final – Módulo IV) da NEJA afirmara sofrer com momentos de estresse e usava vasodilatadores, para melhorar a respiração e reduzir a tensão. Práticas de automedicação são frequentes em sua família, que ela incorporara em sua vida. Contudo, pensando na saúde de seu esposo e filho, ressaltou a importância de atividades alternativas para reduzir as tensões cotidianas, seja antes ou durante a quarentena. Essa aluna, especialmente, destacou a relevância da música e da meditação como um caminho favorável para esquecer alguns problemas.

É possível notar, como base nas narrativas, que o enclausuramento produziu uma tensão maior em suas vidas. Alguns, inclusive, declararam consumir álcool e ansiolíticos para ficarem mais tranquilos. Outros, enxergaram na ingestão de carboidratos uma forma de reduzir a tensão. Em ambos os casos, o Bate-papo revelou práticas abusivas que aumentaram no período. Uma parcela dos participantes, entretanto, apresentou soluções criativas para lidar tanto com a alimentação quanto com as atividades físicas, na impossibilidade de realizarem caminhadas, visitas à academia ou não conseguirem deixar de ter relações sexuais. Quer dizer, parte desses saberes populares se traduziu em hábitos preocupados com a qualidade de vida, evidenciando que – ainda em condições de tensão – parcela dos participantes se preocupa com ações de proteção e bem-estar físico e mental.

Os dados relatados nessa seção permitem aferir que há diferentes formas de lidar com a pandemia de COVID-19. São vivências únicas e dependentes da subjetividade de cada um, sendo associadas à complexidade de como cada um as tece. E sendo assim, cada um constrói e construiu a sua própria verdade, baseada nas suas *experienci-ações*. Ações como o Bate-papo em quarentena, em nosso entendimento, ampliam os laços entre os estudantes, pesquisadores e comunidade escolar, se convertendo em ações extensionistas dialógicas e populares de compreensão do outro e de autocompreensão. Nesse viés, estimulam e legitimam a escola enquanto espaço popular de comunhão de saberes, especialmente ampliando debates e orientações acerca do que é possível desenvolver em situações de enclausuramento, minimizando – na medida do possível – os danos e desconfortos provenientes da situação de vulnerabilidade socioemocional na qual o país se encontra.

NOTAS FINAIS

Os resultados obtidos neste trabalho são tímidos; porém, promissores. Lançam olhares sobre o potencial do protagonismo estudantil dos jovens da Educação Básica, fortalecendo a intenção de ampliar a parceria entre saberes escolares e saberes científicos com a interlocução entre saberes técnicos e a experiência e vivência estudantis. Nesse caminho, o *Google Meet* é uma ferramenta tecnológica que pode ser uma aliada, ainda que de forma tímida. Isso não desconsidera os debates presenciais, mas se converte como uma ferramenta adicional para conectar pessoas, especialmente dado o momento pandêmico em que a presencialidade foi comprometida. Nessa interface, é possível o aproveitamento de recursos virtuais da internet para oferecer encontros entre diferentes alunos e profissionais em prol de conversas sobre questões de saúde, provendo um espaço de trocas de saberes e de conforto emocional através da informalidade e do lúdico.

As conversas dirigidas sobre saúde na quarentena revelaram como a escola é um espaço de afeto e convivência social, como apontado na fala de alguns estudantes. Estes reconhecem a

importância da escola para o esclarecimento dos cidadãos. Contudo, tecem críticas às formas obsoletas como alguns professores conduzem as aulas, especialmente não se abrindo a debates e ouvindo o que as outras pessoas pensam sobre um determinado assunto.

Como limitações, destacamos o baixo acesso dos alunos às plataformas virtuais, ainda que os *banners* tenham sido divulgados com antecedência no *Facebook* da escola, nos canais de *Whatsapp* dos alunos matriculados e no *Facebook* privado dos estudantes e funcionários. Cabe salientar que há muitos estudantes sem acesso à internet. Por isso defendemos as conferências pelo *Google Meet* como coadjuvantes e não obrigatórias no processo formativo.

Ainda que limitadas pelo acesso à internet, em nosso entendimento a proposta de conversar sobre questões de saúde na quarentena via Educação Popular nos pareceu um caminho viável para dialogar sobre questões que impactaram e têm impactado na qualidade de vida dos estudantes e convidados envolvidos. Nessa linha de pensamento, desconhecendo o futuro nebuloso pós-pandemia de COVID-19, acreditamos que tais iniciativas possam também ser realizadas a distância, por aplicativos digitais, pensando em intervenções pedagógicas abertas ao conhecimento da realidade dos participantes, sem prejulgamentos ou ataques às liberdades de expressão cotidianas.

Num entendimento mais amplo do evento, a partir dos referenciais teóricos apresentados, entendemos que o mesmo não substitui a interação presencial, oportunidade gerada pelo processo de escolarização e pela abertura dos muros da escola para a comunidade entorno, como ocorre frequentemente nas ações do PEPCiências. Em outras palavras, respaldado pelas impressões dos participantes do evento, apuramos que as ações pedagógicas descritas nesse artigo – enquanto intervenção mediada e centrada na redução de danos e na educação popular – podem promover interlocuções com os saberes populares e cotidianos pelo uso de ferramentas tecnológicas virtuais, funcionando como um espaço “complementar” (aspas nossos) das ações presenciais em contextos pós-pandêmicos.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos Diretores do CEPAP, Leonardo Coimbra e Cíntia Silva e aos convidados do GIEESAA/UFRJ, do Grupo de Pesquisa Educação e Drogas (GPED/UERJ) e do Instituto de Química da UFRJ. Pela organização do evento, agradecemos especialmente ao monitor Gabriel de Araújo Pinto (presidente do grêmio estudantil) e à Jornalista Sandra Martins, parceiros dos projetos de extensão universitária no CEPAP desde 2018. Também ao professor Eduardo dos Santos e aos demais membros do grêmio estudantil, que – de forma voluntária – têm se revelado parceiros na divulgação e gerenciamento de eventos científicos na unidade escolar.

REFERÊNCIAS

CHASSOT, A. **Educação conSciência**. 2. ed. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 2007.

COELHO, F. J. F. **Educação sobre drogas e formação de professores: uma proposta de ensino a distância centrada na redução de danos**. 2019. 245f. Tese (Doutorado em Ensino de Biociências e Saúde) – Instituto Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, 2019.

COELHO, J. J. F.; TAMIASSO-MARTINHON, P.; SOUSA, C. Educação científica popular e protagonismo juvenil de mãos dadas: a ação de extensão PEPCiências no Colégio Estadual Professora Antonieta Palmeira, São Gonçalo, RJ. In: COELHO, J. J. F.; TAMIASSO-MARTINHON, P.; SOUSA, C. (org.). **Educação em ciências, saúde e extensão universitária**. Curitiba: Brasil Publishing, 2019. p. 85 – 96.

COELHO, F. J. F. *et al.* Popularização da ciência, educação popular e ensino de ciências e saúde a partir do voluntariado: potencialidades e limitações no projeto PEPCiências na visão dos monitores. **Revista Educação Popular**, Uberlândia, v. 19, n. 3, p. 274-292, set./dez. 2020.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 63. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2017.

HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. Petrópolis: Vozes, 1989.

LISBÔA, C. M. P.; COSTA, R. R. S.; FONSECA, A. B. C. As potencialidades da educação popular na construção curricular da formação em nutrição. **Revista Educação Popular**, Uberlândia, v. 19, n. 1, p. 3-23, jan./abr. 2020.

SOARES, N.; SILVA, R.; TRIVELATO, S. L. F. O saber popular e o Ensino de Ciências: uma possibilidade de investigação científica na Educação de Jovens e Adultos. **Trama Interdisciplinar**, São Paulo, v. 7, n. 3, p. 157 – 165, set./dez. 2016.

Data de recebimento: 28/01/2021

Data de aceite para publicação: 26/03/2021