

Relato de Experiência

# GAMIFICAÇÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19: UMA NOVA FORMA DE EDUCAR EM SAÚDE - RELATO DE EXPERIÊNCIA

Wasly Santana Silva <sup>a</sup>, Edna Conceição de Oliveira <sup>a\*\*</sup>, Raissa Vitória Azevedo de Almeida <sup>a</sup>, William Mestre <sup>a</sup>, Késia Prates Nascimento <sup>a</sup>, Elielto Damasceno <sup>a</sup>, Diego Silva Patrício <sup>a</sup>

<sup>a</sup> Faculdade Adventista da Bahia, Cachoeira, Bahia, Brasil.

---

## Resumo

Desde o início da segunda década deste século, estratégias têm sido adotadas dentro da Educação e Saúde, objetivando aumentar a conscientização e agregar valor prático aos profissionais de saúde, para minimizar índices de contaminação e trazer a atenção primária para dentro das empresas e instituições. Diante do cenário contemporâneo brasileiro, subitamente atingido pela pandemia do COVID-19, surgem novas formas de adoecimento mal caracterizadas, como o estresse, fadiga física e mental e outras manifestações de sofrimento relacionadas ao trabalho. Dessa maneira, objetivou-se relatar as estratégias utilizadas para educar em saúde no retorno às atividades presenciais durante a pandemia do COVID-19 em uma instituição particular de ensino básico e superior localizada no recôncavo baiano. Para tanto, a metodologia baseou-se através de um relato de Experiência. Os resultados demonstraram que houve um maior engajamento entre os funcionários, especialmente com a aplicação da gamificação que possibilitou interação e incentivo a prática da ginástica laboral, assim como os cuidados frente a pandemia do COVID-19. Sendo assim, este relato de experiência sugere que o uso da gamificação pode ser um forte aliado juntamente com o afastamento social no combate ao COVID-19 e promoção da saúde laboral. São necessários trabalhos de causa e efeito que investiguem os verdadeiros benefícios da utilização tecnológica especialmente deste no combate ao COVID-19 e na promoção da qualidade ergonômica nos ambientes de trabalho.

Palavras-chave: Covid-19; Atenção Primária à Saúde; Gamificação.

---

## GAMIFICATION IN PANDEMIC TIMES OF COVID-19: A NEW WAY TO EDUCATE IN HEALTH - EXPERIENCE REPORT

---

### Abstract

Introduction: Since the beginning of the second decade of this century, strategies have been adopted within Education and Health, aiming to increase awareness and add practical value to health professionals, to minimize contamination rates, and to bring primary care into companies and institutions. Faced with the contemporary Brazilian scenario, suddenly hit by the coronavirus COVID-19 pandemic, new forms of ill-characterized illness are emerging, such as stress, physical and mental

---

\* Autor para correspondência: ednamoreira1868@gmail.com

fatigue, and another work-related suffering. Objective: In this way, the objective was to report the strategies used to educate in health in the return to face-to-face activities during the pandemic of the coronavirus COVID-19 in a private institution of basic and higher education located in the Bahian region. Methods: For this purpose, the methodology was based on an Experience report. Results: The results showed that Hhouve had a greater engagement among employees, especially with the application of gamification, which enabled interaction and encouragement for the practice of labour gymnastics, as well as care in the face of the COVID-19 pandemic. Final considerations, this experience report suggests that the use of gamification can be a strong ally together with social withdrawal in the fight against COVID-19 and the promotion of occupational health. Cause-and-effect work is needed to investigate the true benefits of technology use, especially in combating COVID-19 and promoting ergonomic quality in work environments.

Keywords: Covid-19; Primary Health Care; Gamification.

---

## **1. Introdução**

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), até novembro de 2020, o novo coronavírus (COVID-19), já provocou a morte de quase 1 milhão e meio de pessoas ao redor do mundo, atingindo 235 países (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2021). No Brasil os números de infectados passaram de 6 milhões, com mais de 170 mil mortes confirmadas (BRASIL, 2021). O grande desafio após sete longos meses de enfrentamento à doença é o retorno às atividades presenciais respeitando as regras sanitárias, de maneira preventiva a um novo aumento na curva de contaminação.

Desde o início da segunda década do século XX, estratégias têm sido adotadas dentro da Educação e Saúde para aumentar a conscientização e agregar valor prático dos profissionais de saúde, objetivando minimizar índices de evasão e trazer atenção primária para dentro das empresas e instituições (HAMARI; KOIVISTO, 2013). Neste contexto, as instituições particulares, seja de ensino ou financeiras, são as primeiras a mostrarem urgência na reabertura total de suas atividades, principalmente pela necessidade de manutenção dos seus colaboradores.

Outro ponto importante a ser destacado são as incidências crescentes na atualidade nos índices de doenças do trabalho, como as Lesões por Esforços Repetitivos (LER), também denominadas de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). Diante do cenário contemporâneo brasileiro, subitamente atingido pela pandemia do coronavírus, surgem novas formas de adoecimento mal caracterizadas, como o estresse, fadiga física e mental e outras manifestações de sofrimento relacionadas ao trabalho (FILHO et al., 2020; TEIXEIRA et al., 2020).

A gamificação por sua vez destaca-se por ser uma abordagem qualitativa, através de princípios de realidade aumentada, círculo mágico, cenas, linguagens gráficas, (McGONIGAL, 2011) que tem como coadjuvante a utilização de redes sociais, que aumentam o engajamento, adesão e a participação social na área

da saúde pública (VIANNA et al., 2013). Dentro da era pós-moderna em que vivemos esse pode ser um dos caminhos promissores no enfrentamento a COVID-19 e retorno às atividades presenciais das empresas e instituições de ensino com aumento da segurança epidemiológica e ergonômica. Além disso, quando engajada a gameterapia pode ser uma maneira mais atrativa e inovadora no ensino e incentivo da ginástica laboral na atenção primária à saúde (MALTA; JUNIOR, 2013).

Portanto, o objetivo deste relato de experiência foi demonstrar estratégias utilizadas no enfrentamento ao COVID-19 e ergonomia do trabalho dentro de uma instituição particular de ensino básico e superior localizada no recôncavo baiano.

## 2. Metodologia

Trata-se de um trabalho da tipologia qualitativa que se desenvolveu através do método relato de experiência, acerca de estratégias utilizadas para educar em saúde, numa instituição particular de ensino básico e superior na central de atendimento ao aluno recentemente inaugurada localizada no recôncavo da Bahia.

A Central de Atendimento ao Aluno é um setor onde trabalham desde estagiários dos cursos de Ciências Exatas a Funcionários, dentre eles: Administradores, Contadores e Secretários. Os setores desenvolvidos por esses profissionais são a filantropia, caixa, financeiro e secretária geral.

São responsáveis pelo atendimento de todos os funcionários e alunos do ensino fundamental ao superior que somam em torno de 3 mil pessoas. As características sociodemográficas e antropométricas estão descritas na tabela 1.

Tabela 1. Características demográficas e antropométricas dos funcionários do setor de atendimento ao aluno.

Variáveis	Sexo Feminino	Sexo Masculino
Idade	22,3 ± 3,9	23,7 ± 6,4
Altura	169,6 ± 11,6	170,75 ± 11,5
Peso	68,5 ± 17,6	69,1 ± 17,2
IMC	22,5 ± 3,2	24,51 ± 4,7

IMC - Índice de massa corporal

### **3. Período de Realização da Experiência**

A experiência teve início com planejamento do projeto, realizando o embasamento teórico necessário para a construção do mesmo. Após esse período inicial, sua implementação teve início no dia 14 de setembro de 2020, com a aplicação de um questionário semiestruturado contendo 25 perguntas objetivas e discursivas, com 6 perguntas relacionadas a Características Antropométricas: idade, peso, altura; 12 questões relacionadas a Aspectos de Prevenção do COVID-19: uso de máscara, testagem COVID-19, compartilhamento de materiais, conhecimento sobre os protocolos de enfrentamento ao covid no ambiente de trabalho, distanciamento social; 7 questões relacionadas a Aspectos Ergonômicos: tempo sentado, ajuste da cadeira, ajuste de monitor, conhecimento sobre ginástica laboral, turno de trabalho, dor laboral, satisfação pessoal.

### **4. Descrição da experiência**

Enquanto o Brasil experimentava o pico da curva gaussiana, por volta do mês de agosto de 2020, os números oficiais do Ministério da Saúde, mostravam mais de 4 milhões de casos acumulados. Neste período, iniciou-se as flexibilizações sociais, com a reabertura de shoppings, comércios, retorno as atividades em faculdades particulares e festas com até 100 pessoas.

Os funcionários da referida instituição, voltaram às atividades presenciais em um ambiente novo, porém, sem todo o conhecimento e adaptações necessárias para manter a segurança e diminuir os riscos de contaminação pela COVID-19.

Tendo em vista orientar os funcionários sobre as principais estratégias dentro do ambiente de trabalho para evitar a contaminação pelo COVID-19 e promover qualidade de vida nas questões ergonômicas, foi iniciado no dia 14 de setembro de 2020 uma avaliação dividida em duas etapas: presencial através de vistoria do local e online por meio de formulário.

O momento presencial teve como objetivo, verificar as questões ergonômicas e sanitárias do local. Para avaliação online foi utilizado como instrumento de coleta o Google Formulários, aplicando um questionário semiestruturado, com o objetivo de identificar, desde as medidas antropométricas, aos conhecimentos e cuidados com a COVID-19.

As intervenções tiveram como base o conhecimento prévio adquirido na avaliação presencial e por formulários. No dia 26 de setembro de 2020 foi realizada a primeira palestra de forma online, através do Google Meet, onde foi explicado os objetivos do projeto e o cronograma de ação. Os funcionários foram orientados a participar do grupo de WhatsApp onde seria postado informações, orientações de cunho ergonômico e de

prevenção ao COVID-19. Além disso, foi explicado o processo de gamificação e como iria funcionar a distribuição de grupos e pontuação (figura 1).

Na segunda palestra do dia 28 de setembro de 2020, foi abordada a importância da Ergonomia na Saúde do Trabalhador, bem como, os benefícios da ginástica laboral. Ao final da palestra, eles foram direcionados a uma plataforma de aprendizado baseada em jogos, denominada Kahoot. Para responder às questões eles utilizaram seus respectivos smartphones. Enviamos via chat do Google Meet o link de acesso ao Google Formulários para contabilizarmos a presença dos funcionários.

O terceiro encontro online teve como objetivo educá-los no enfrentamento ao COVID-19 dentro do ambiente de trabalho. Executado no dia 03 de novembro de 2020, foi abordado aspectos como: cuidados no ambiente de trabalho; orientações baseadas nos protocolos da organização mundial de saúde (OMS), para a volta das atividades laborais presenciais. Ao final da palestra, foi liberado o link do kahoot, onde os funcionários responderam questões sobre o conteúdo abordado durante a palestra. Enviamos via chat do Google Meet o link de acesso ao Google Formulários, para contabilizarmos a presença dos funcionários.

O último encontro ocorreu de forma presencial no dia 12 de novembro de 2020. Neste momento foi realizado uma reflexão sobre a importância da gameterapia para educar em saúde e a necessidade de dar continuidade a tudo que foi aprendido neste período. Após o momento inicial, repassou-se de forma dinâmica, seguindo a ideia original do envolvimento que a gamificação possibilita, o resultado do desempenho das equipes. As duas equipes vencedoras foram informadas que haveria uma última competição com um representante de cada equipe vencedora. Os dois representantes participaram de três partidas do jogo digital Kinect Sports do console Xbox 360 como estratégia da Gameterapia. O momento foi extremamente divertido e possibilitou uma integração melhor do conteúdo e a prática. Toda estratégia gamificada requer pontuação e premiação. Após o encerramento as equipes vencedoras foram devidamente orientadas a respeito de como seria a entrega da premiação.

A educação permanente em saúde destaca-se como principal meta a ser alcançada por este trabalho, tendo em vista o curto período de atuação. Portanto, os funcionários foram motivados a dar continuidade nas ações ergonômicas diariamente e no cuidado com a propagação do vírus. Nesta perspectiva, a rotina do centro de atendimento estudantil e financeiro deveria ser modificada, tendo como principais protagonistas os

colaboradores da instituição.

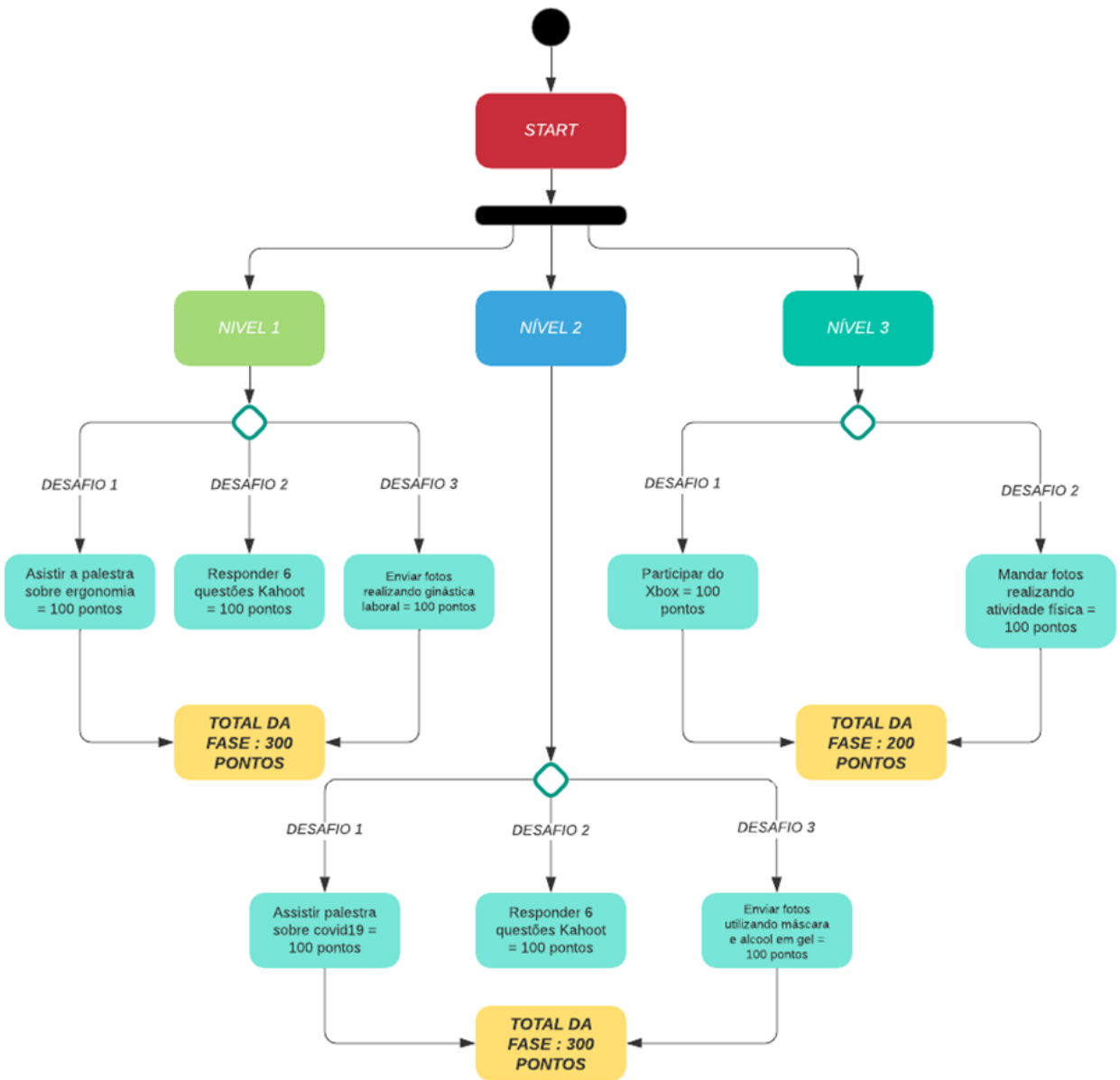


Figura.1. Diagrama com as fases do jogo e pontuações.

## 5. Principais resultados/discussão

A estratégia de intervenção utilizada mostra-se promissora para a prática de profissionais da saúde, no combate à propagação do COVID-19 e promoção da qualidade de vida dos seus funcionários. Destaca-se que durante todo o processo de atendimento até o momento de encerramento, não foram registrados casos de COVID-19 dentro do setor de atendimento estudantil, financeiro e secretarias, locais estes onde foram realizadas as palestras online e orientações sanitárias. Além disso, destacamos maior engajamento entre os funcionários, especialmente com a aplicação da gamificação que possibilitou interação e incentivo a prática da ginástica laboral. Quando questionados sobre **“O projeto Ergonomia e Educação em Saúde em Tempos de Pandemia ajudou em quais aspectos dentro do seu ambiente de trabalho?”** As principais contribuições destacadas foram respectivamente: “A conhecimentos sobre o assunto”; “Em sair da rotina”; “Em dar mais atenção a minha saúde”.

A consultoria online também possibilitou orientar a maneira correta de ajustes ergonômicos, principalmente no que se diz respeito à altura da cadeira e monitores de computador e a utilização correta do centro de gravidade corporal para carregamento de peso.

Em resposta ao questionário aplicado via Google Formulários a pergunta **“Em sua opinião qual a importância da ginástica laboral?”** As respectivas respostas destacam a importância de sua implementação dentro das empresas: “Ela é muito importante pois traz benefícios tanto para o colaborador quanto para a empresa”; “Fundamental para uma boa atividade no trabalho”; “Essencial para nós funcionários”. Isso possivelmente esteja relacionado a melhora da qualidade de vida, como diminuição das dores laborais e aumento da produtividade.

São exemplos de benefícios da gamificação e que podem ser utilizados na atenção básica, o aumento da participação nas intervenções dentro de uma empresa, do desempenho na prática da ginástica laboral e diminuição da evasão do tratamento (PATRICIO; AIRES; MEDEIROS, 2020). Como já mencionado, um fator chave para contribuição na gamificação é o uso da gameterapia (MALTA; JUNIOR, 2013). Mesmo com apenas uma aplicação junto aos funcionários, destacamos o poder de engajamento gerado e a dinamicidade em todo o processo da Ginástica Laboral. A gameterapia possibilitou aprendizado prático ao que já tinha sido apresentado e estava sendo realizado de maneira autônoma após palestra via Google Meet. Destaca-se como principais benefícios: engajamento dos funcionários e entrega à atividade realizada.

## 6. Limitações do Estudo

Como um relato de experiência, as principais limitações se encontram na inferência desses resultados

às empresas cujos funcionários não têm acesso às tecnologias utilizadas nesta abordagem. Além disso, a estratégia de gamificação deve ser adaptada para cada tipo de serviço, levando em consideração o tempo disponível pela empresa, tempo de trabalho de pé ou sentado e nível de instrução de cada setor.

## **7. Contribuições para a Prática**

Reafirmar e intensificar o papel do profissional de saúde, especialmente do fisioterapeuta, na atenção primária e sua importância no retorno às atividades presenciais empresariais foi o foco principal deste relato de experiência. Observamos que o uso da gamificação pode ser um forte aliado no combate a COVID-19, engajando a população escolhida nos projetos de saúde, neste caso em específico, aos aspectos ergonômicos e sanitários no ambiente de trabalho.

O uso de ferramentas como reuniões presenciais/remotas possibilita a interação profissional de saúde e empresa, sem a necessidade de aglomeração e com potencial de mudança que pode ser bem estabelecido. O uso de estímulos competitivos é uma ferramenta indispensável neste processo, principalmente com a hibridização de intervenções presenciais e remotas.

Este modelo de intervenção sugere que há um caminho lógico, a partir da utilização de gamificação para atuação multiprofissional dentro das empresas. Sugerimos então como primeiro passo para começar os trabalhos, visita técnica com inspeção dos principais pontos de mudanças no ambiente físico laboral; o segundo passo, avaliação online por meio de uma anamnese detalhada de cada funcionário; terceiro passo, realização de reuniões online, visando estabelecer os principais pontos de mudança, com base nas duas avaliações anteriores; o terceiro é criar o senso de Educação Continuada, princípio de autocuidado dentro da empresa e ensino de atividades laborais promotoras de saúde; por último, pode ser utilizado como facilitadora a ferramenta da gameterapia, unindo todas as etapas anteriores no propósito de motivar a prática da ginástica laboral, interação entre os funcionários e aprendizagem continuada.

Finalmente tendo em vista as características já bem descritas do COVID-19, sua capacidade recidivante, a não existência de uma vacina ou medicamento cientificamente comprovado para combater à doença no momento em que este artigo estava sendo escrito, ressalta-se a importância de trabalhos de prevenção. Ademais, destacamos a necessidade de estudos posteriores que analisem os benefícios da utilização da gamificação para a promoção e proteção à saúde dentro da atenção básica e saúde coletiva.

## **8. Considerações Finais**

Este relato de experiência sugere que o uso da gamificação pode ser um forte aliado juntamente com



o afastamento social no combate ao COVID-19 e promoção da saúde laboral. São necessários trabalhos de causa e efeito que investiguem os verdadeiros benefícios da utilização tecnológica especialmente deste no combate ao COVID-19 e promoção de qualidade ergonômica nos ambientes de trabalho.

## REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério Da Saúde. **COVID-19 NO BRASIL**. 2021. Disponível em: [https://susanalitico.saude.gov.br/extensions/covid-19\\_html/covid-19\\_html.html](https://susanalitico.saude.gov.br/extensions/covid-19_html/covid-19_html.html). Acesso em: 04 jan. 2021.

FIHO, J. M. J. *et al.* A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, n.1, p. 01-03, 2020. Disponível em: [http://www.cesteh.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/editorial\\_rbso\\_-\\_a\\_saude\\_do\\_trabalhador\\_e\\_o\\_enfrentamento\\_da\\_covid\\_19.pdf](http://www.cesteh.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/editorial_rbso_-_a_saude_do_trabalhador_e_o_enfrentamento_da_covid_19.pdf). Acesso em: 04 de jan. 2021.

HAMARI, J.; KOIVISTO, J. Social Motivations To Use Gamification: An Empirical Study Of Gamifying Exercise. **ECIS 2013 Completed Research**, 1 jul. 2013.

MALTA, D. C.; SILVA JR, J. B. DA. O Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil e a definição das metas globais para o enfrentamento dessas doenças até 2025: uma revisão. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 22, n. 1, p. 151–164, 2013.

McGONIGAL, J. **Reality Is Broken: Why Games Make Us Better and How They Can Change the World**. New York: THE PENGUIN PRESS, 2011.

PATRICIO, D.S; AIRES, Y.R; MEDEIROS, C.M. Gamification: A Tool to Increase the Frequency of Physical Activity in Overweight Adolescents. **Journal of Exercise Physiologyonline**, v. 23, n. 3, p. 13-24, 2020.

TEIXEIRA, C. F. DE S. *et al.* A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3465–3474, 2020.

VIANNA, Y *et al.* **Gamification, Inc**: Como reinventar empresas a partir de jogos. Rio de Janeiro: MJV Press, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Coronavirus disease (COVID-19) pandemic**. 2021. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>. Acesso em: 05 jan. 2021.