

Minuto Saúde: a produção de podcasts no meio acadêmico

Minuto Saúde: the production of podcasts in academic environment

DOI:10.34119/bjhrv6n6-086

Recebimento dos originais: 13/10/2023

Aceitação para publicação: 13/11/2023

Flávia Guimarães Rodrigues

Doutora em Ciências, Pós-Doutora em Imunologia

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: flavia.rodrigues@cienciasmedicasmg.edu.br

Alessandra Silva Lima Jardim

Mestra em Saúde

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: alenf@gmail.com

Waldeir José de Almeida Júnior

Mestre em Ciências da Saúde

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: waldeiralmeidajr@gmail.com

Ana Beatriz Lacerda Monteiro Lisboa

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: anabeatrizlml@hotmail.com

Bárbara Elloar Dellabrida de Andrade e Faria

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: elloardellabrida@gmail.com

Cindy Stephanie Esteves de Lima

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: cin-stephanie@outlook.com

Daiane Rodrigues Silva

Graduanda em Fisioterapia

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110

E-mail: daiarodriguesilva@gmail.com

Déborah Maria Gonçalves Ribeiro

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: deborahmrgribeiro@gmail.com

Lara Andrade Lopes

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: laraandradelopes2011@hotmail.com

Lara Ferraz Diniz de Oliveira

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: laraFerrazbh@gmail.com

Maria Fernanda Monducci Lages Rodrigues

Graduanda em Psicologia

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: mariafernandamonducci@gmail.com

Pablo Pieroni de Souza Soares

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: pablopieroni09@gmail.com

Rafaela Cristina Braga Rosário

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais
Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte – MG, CEP: 30130-110
E-mail: rafaelacristinabraga08@gmail.com

RESUMO

Introdução: No mundo globalizado, a divulgação de informações ocorre de forma instantânea por meio de mídias digitais. Tal propagação de informações se tornou ainda mais evidente no período pós pandêmico. Nesse sentido, assuntos relacionados à saúde geram muitas dúvidas na população, e podcasts que esclareçam tais dúvidas, podem ser grandes aliados para a divulgação de informações relevantes de cunho científico. Método: Trata-se de um relato de experiência, resultado de um projeto de extensão de uma instituição de ensino superior. O projeto foi realizado no período de fevereiro a agosto de 2023, no município de Belo Horizonte, Minas Gerais. A produção do podcast foi desenvolvida em três etapas, sendo elas: o planejamento e embasamento teórico; a elaboração de roteiros e gravação dos episódios; e, por fim, sua divulgação na plataforma *Spotify*. Resultados e Discussão: Foram produzidas quatro temporadas de conteúdos na área da saúde, denominadas, Prevenção das hepatites, da anemia, da obesidade e agosto dourado, contendo dois episódios em cada uma delas, totalizando oito episódios. As análises obtidas revelaram maior audiência relacionada a temporada 1.

Considerações finais: Ressalta-se que o uso dos podcasts socializam a divulgação de informações, o que favorece a educação em saúde e empoderamento da população quanto ao uso dessas informações de forma adequada.

Palavras-chave: podcast, educação continuada, promoção da saúde.

ABSTRACT

Introduction: In the globalized world, the dissemination of information occurs instantly through digital media. Such spread of information became even more evident in the post-pandemic period. In this perspective, issues related to health generate many doubts among the population, and podcasts that clarify these doubts can be great allies in disseminating relevant scientific information. **Methodology:** This is an experience report, the result of an extension project at a higher education institution. The project was performed from February to August 2023, in the city of Belo Horizonte, Minas Gerais. The production of the podcast was developed in three stages, namely: planning and theoretical basis; preparing scripts and recording episodes; and, at last, its dissemination on the Spotify platform. **Results and discussion:** Four seasons of health content were produced, named, Prevention of hepatitis, anemia, obesity and Golden August, containing two episodes in each of them, totaling eight episodes. The obtained analyzes revealed a greater audience related to season 1. **Final Considerations:** It is noteworthy that the use of podcasts socializes the dissemination of information, which favors health education and empowerment of the population regarding the use of this information appropriately.

Keywords: podcast, continuing education, health promotion.

1 INTRODUÇÃO

No mundo globalizado, a divulgação de informações ocorre de forma instantânea por meio de mídias digitais. A utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação favorece o uso de informações corretas e de cunho científico (BRAGÉ *et al.*, 2020). Tal propagação de informações se tornou ainda mais evidente no período pós pandêmico. Dentre as novas tecnologias que tem seu campo em ascensão, insere-se os podcasts (CELARINO *et al.*, 2022).

Os podcasts são arquivos de áudio disponibilizados de forma gratuita em plataformas digitais, sendo que o ouvinte pode acessar o conteúdo de acordo com sua disponibilidade e local desejados (LENHARO; CRISTÓVÃO, 2016). Complementa-se que essa ferramenta, além do áudio acessado pela plataforma, possui oralidade, uma vez que ocorre a reprodução em formato de texto das falas dos participantes (FREIRE, 2017). Tal fato resulta em maior promoção de informações relevantes o que pode extrapolar o alcance da informação textual (BRAGÉ *et al.*, 2020).

No campo da educação, o podcast potencializa a divulgação de materiais didáticos completos, documentários e informações em formato de áudio que podem ser ouvidos em qualquer dimensão do espaço geográfico que disponibilize *internet* (CASTRO, CONDE,

PAIXÃO, 2014; LEITE et al., 2020). Nesse contexto, projetos de extensão universitária desempenham um papel vital ao conectar a *expertise* acadêmica ao público em geral (FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS, 2012).

No âmbito da saúde, os podcasts podem ser vistos como ferramentas de prevenção e promoção à saúde, propiciando ao público geral, temáticas diversas direcionadas ao cuidado. Conceitua-se autocuidado a capacidade de o indivíduo realizar atividades de cuidado pessoal para manter sua própria saúde, tais como alimentação, higiene, sono e recreação (SILVA DOS SANTOS *et al.*, 2020). Relacionado a esse autocuidado que deve ser praticado pelos indivíduos, os podcasts podem direcionar essas ações de prevenção e promoção da saúde, tornando os indivíduos mais conscientes de suas atitudes na busca de bem-estar físico, mental e social (ALBUQUERQUE *et al.*, 2022).

Reconhecendo o papel social que o profissional de saúde possui no direcionamento dos indivíduos em busca desse autocuidado, desenvolver projetos de extensão direcionados ao público geral podem favorecer a comunicação eficaz e divulgação de informações científicas de qualidade.

O projeto tem como objetivo relatar a experiência de discentes e docentes envolvidos na condução do projeto de extensão “Minuto Saúde”, além de incitar reflexões acerca dos desafios relacionados ao uso desse tipo de tecnologia.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência de discentes de uma instituição de ensino superior, em Belo Horizonte, Minas Gerais. O projeto de extensão “Minuto Saúde” teve suas ações supervisionadas por docentes da Faculdade e desenvolveu atividades no período de fevereiro a agosto de 2023. O processo de criação e disponibilização dos episódios do Podcast envolveu etapas que serão descritas a seguir:

Em fevereiro de 2023, ocorreu o processo seletivo, guiado pelo setor de Pesquisa e Extensão da Faculdade, a fim de garantir confidencialidade e isonomia no processo. Foram selecionados 10 discentes dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Medicina e Psicologia. O planejamento do projeto de extensão foi apresentado pelo docente coordenador do projeto, a fim de que os acadêmicos tivessem ciência das atividades a serem desenvolvidas. Ademais, parte do planejamento cabia aos discentes, para garantir o andamento das atividades de forma adequada.

Em seguida, houve a seleção de temáticas pela equipe formada. A identificação de temas relevantes em saúde, tais como, como comorbidades que acometem a população em geral, práticas de prevenção e promoção de hábitos saudáveis, foi realizada após *brainstorming* não estruturado entre docentes e discentes envolvidos. Vale ressaltar que algumas temáticas estão relacionadas diretamente a nós críticos abordados em campanhas no Sistema único de Saúde (SUS), tais como estímulo à amamentação, prevenção da obesidade, diabetes, anemias, prevenção do suicídio. Tal fato ressalta a relevância dos temas abordados no projeto.

Ainda nessa etapa de seleção das temáticas, houve a pesquisa e elaboração de conteúdos, com a coleta de informações atualizadas e confiáveis sobre cada assunto. A pesquisa envolveu bases de dados confiáveis, tais como MEDLINE, LILACS, SciELO por meio de descritores em saúde que abordavam a temática proposta nos idiomas inglês, português e espanhol. Posteriormente, os dados foram transformados em roteiros de Podcast, utilizando linguagem simples e exemplos práticos cotidianos, compatíveis com o público-alvo. Duplas de discentes previamente formadas na primeira reunião do projeto foram responsáveis pela elaboração dos roteiros de cada temporada. Posteriormente, os roteiros foram submetidos à revisão técnica pelos docentes responsáveis pelo projeto para então serem liberados para a gravação.

A etapa de gravação e edição envolveu docentes, discentes, especialistas convidados e corpo técnico do Hub Tecnológico da Faculdade. A gravação foi elaborada de forma clara e envolvente, evitando termos técnicos em consonância com o público-alvo. Os especialistas foram convidados pelos discentes e docentes do projeto e, de acordo com sua disponibilidade, compareceram ao Hub Tecnológico, juntamente com a dupla de discentes responsáveis, para realizar a gravação do podcast. A distribuição dos episódios ocorreu na plataforma de *streaming* *Spotify*, sendo que cada temporada era divulgada em dois episódios, a cada 15 dias. O áudio dos episódios obteve um tempo médio entre 10 e 15 minutos de duração.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No Podcast: Minuto Saúde, foram produzidas quatro temporadas de conteúdos na área da saúde, denominadas, prevenção das hepatites, da anemia, da obesidade e agosto dourado, contendo dois episódios em cada uma delas, totalizando oito episódios (Tabela 1). Um dos objetivos propostos no projeto de extensão consistiu em divulgar o conteúdo elaborado por meio de plataformas de podcasts. As gravações foram realizadas, com a parceria do Hub tecnológico da instituição de ensino, em estúdio audiovisual próprio para essa finalidade. Normalmente, cada sessão de gravação contava com dois a quatro participantes do projeto e um convidado que foi entrevistado.

Tabela 1. Conteúdo referente às quatro Temporadas do Podcast: Minuto Saúde.

Temporada	Episódio	Link de acesso
1. Prevenção de hepatites	1. Pele amarelada é sinal de problema no fígado?	https://open.spotify.com/episode/4rn9PSbhy0ZLQPiCfhoA31
	2. O consumo excessivo de bebida alcoólica causa hepatite?	https://open.spotify.com/episode/1f0H2o1tXm6eY8kjeOVcYL
2. Prevenção da anemia	1. A anemia é sempre um sinal de má alimentação?	https://open.spotify.com/episode/4izZmWXfZMY9uSncmTkiSh
	2. A anemia pode evoluir para leucemia?	https://open.spotify.com/episode/4vowVsUpzMx38m2TCN3Wl0
3. Obesidade e diabetes	1. Uma pessoa com obesidade pode desenvolver diabetes?	https://open.spotify.com/episode/4oIYUS5b07jTVcDZt3eXy
	2. Como manter uma alimentação saudável nas férias	https://open.spotify.com/episode/3jI2C0tzVH9VsqdWvNM1Oa
4. Agosto dourado	1. Amamentação, por onde começar?	https://open.spotify.com/episode/6dHpny05GWbo7QjvB8aKqL
	2. Mitos e verdades sobre a amamentação	https://open.spotify.com/episode/1FtKntv76YjDNlvWKTxQ3M

Fonte: Autoria própria.

A primeira temporada, denominada “Prevenção de hepatites”, abordou de forma didática dúvidas comuns da população sobre as hepatites, no mês de conscientização da doença, como: “Pele amarelada é sinal de problema no fígado?” e “O consumo de bebida alcoólica causa hepatite?”. Um desafio na construção dos episódios foi esclarecer de forma mais simples possível tais dúvidas para atingir a população, porém fornecendo uma informação com qualidade e baseada em estudos científicos e livro didático (WHO, 2023; BRASIL, 2023a; BRASIL, 2023b; BRASILEIRO FILHO, 2022). Para tal, o episódio contou com a participação de dois especialistas, um infectologista e outro, patologista. A segunda temporada, denominada “Prevenção da anemia”, se baseou na compreensão da anemia, identificando os tipos, os cuidados com a alimentação e os principais mitos sobre as doenças hematológicas. O tema foi abordado por meio de dois episódios intitulados: “A anemia é sempre sinal de má alimentação?” e “A anemia pode evoluir para leucemia?”. A abordagem dos temas propostos foi baseada em informações de cunho científico (MS, 2023; FERRI, 2023; PINHEIRO, 2023; HOFFBRAND & MOSS, 2017). Além disso, para abordagem dos episódios, dois especialistas em hematologia, discorreram sobre o assunto durante as gravações.

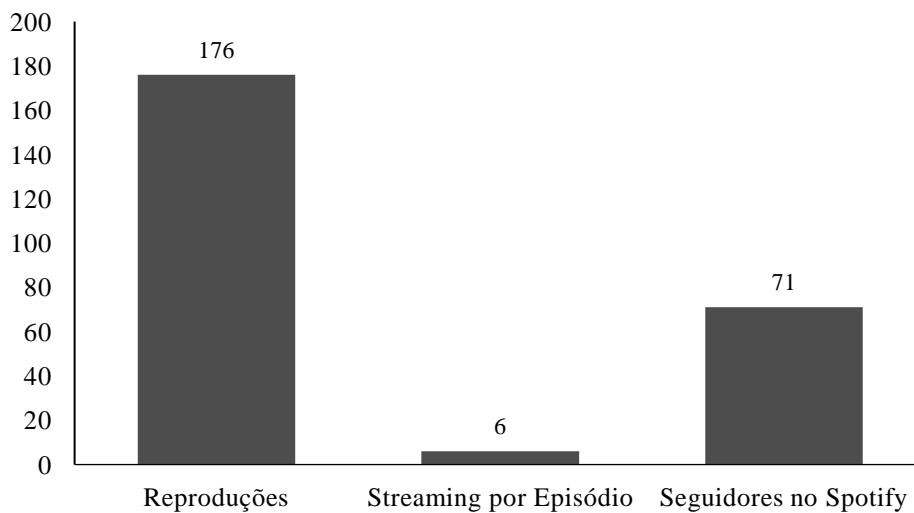
Com a chegada das férias, em que a qualidade da alimentação principalmente das crianças reduz, a obesidade foi a temática da 3ª. temporada. Nela foram elaborados dois episódios intitulados “Uma pessoa com obesidade pode desenvolver diabetes?” e “Como manter uma alimentação saudável nas férias” (OPAS, 2022; MS, 2022, SBEM, 2022) que contou com a participação de dois especialistas, um endocrinologista e uma nutrologista.

Os cuidados com as mamas na amamentação são essenciais para garantir uma experiência mais leve e saudável para mãe e bebê. Afinal, é o peito da mãe que vai fornecer o

leite e ser sugado com frequência – e esse uso constante pode causar feridas e outros problemas que atrapalham a amamentação. Além disso, o cuidado inadequado pode atrapalhar a pega. Saber como cuidar das mamas no puerpério é essencial para evitar o desmame precoce! O mês de agosto, conhecido como agosto dourado por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação, abordou as dúvidas comuns da população sobre os pontos importantes da amamentação, como: “Amamentação, por onde começar?” e “Principais mitos e verdades sobre a amamentação” (BRASIL, 2021). Para tal, os episódios contaram com a participação de um especialista em Mastologia e de uma enfermeira especialista em Amamentação.

De acordo com a Figura 1, observou-se que até o mês de agosto, as estatísticas gerais, obtidas na plataforma *Spotify*, indicaram que o Podcast Minuto Saúde teve 176 acessos ou reproduções, sendo 6 transmissões por episódio, e 71 seguidores do perfil.

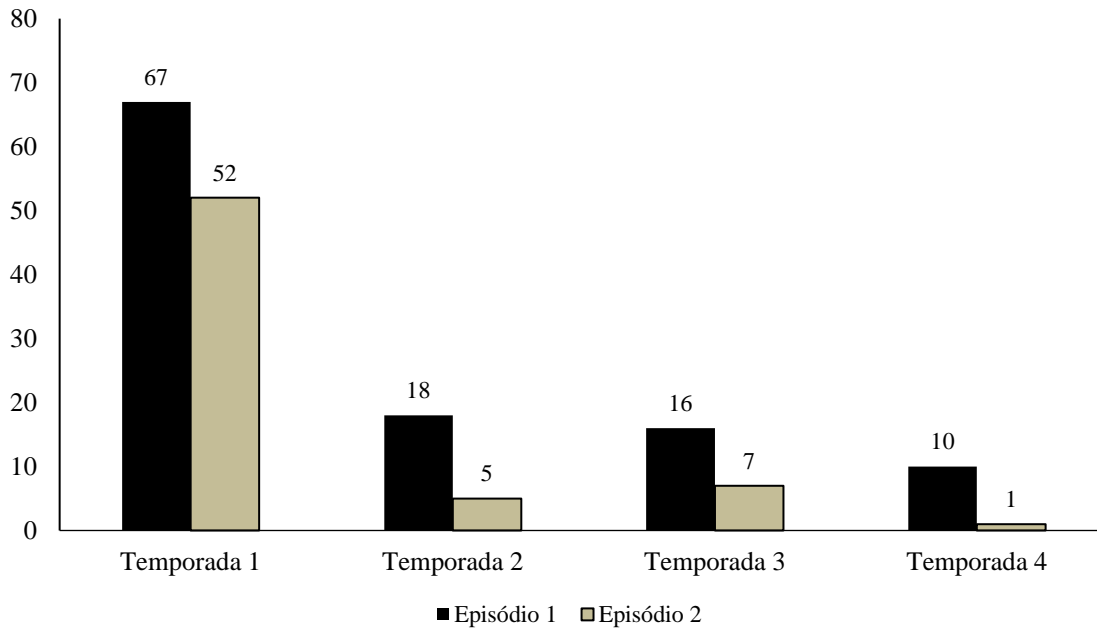
Figura 1: Audiência do Podcast Minuto Saúde entre abril e agosto de 2023. No estudo foram contabilizados o número de reproduções, transmissões por episódios e seguidores na plataforma *Spotify*.



Fonte: Autoria própria.

Para verificar o alcance de acessos por episódio, foram contabilizados o número de reproduções de cada episódio por temporada (Figura 2). A temporada 1 foi a que obteve o maior número de reproduções, totalizando 119, sendo 67 no episódio 1 e 52 no episódio 2. Com relação às temporadas 2 e 3, obteve-se 23 reproduções, sendo 18 no episódio 1 e 5 no episódio 2 para a temporada 2, e 16 no episódio 1 e 7 no episódio 2, para a temporada 3. Entretanto, até o momento a temporada 4 obteve o menor número de reproduções, totalizando 11, sendo 10 no episódio 1 e 1 no episódio 2.

Figura 2. Alcance de acessos por episódio de cada temporada do Podcast Minuto Saúde no período entre abril e agosto de 2023. No estudo foram contabilizados o número de acessos de cada episódio em cada uma das quatro temporadas.



Fonte: Autoria própria.

4 CONCLUSÕES

De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Estatística (IBGE), em 2021 cerca de 80% dos domicílios no Brasil possuíam acesso à internet, sendo uma estatística que corrobora com o aumento da busca por informação através da *internet*. Entretanto, é válido ressaltar que a desigualdade no acesso à informação ainda persiste como um problema complexo e multifacetado na sociedade, e diversos fatores contribuem para que alguns grupos sociais sejam afetados. Somado a isso, o fenômeno das “*fake news*” representa uma ameaça ao acesso à informação precisa e confiável. Esse cenário evidencia a importância de ferramentas como o podcast, para divulgação de informações embasadas na ciência, de forma democrática e acessível, e com linguagem compreensível e inclusiva. Assim, é possível atingir um público amplo e diverso, de diferentes níveis de escolaridade e de diferentes áreas.

Baseado nessa importância, o projeto foi desenvolvido com o propósito de democratizar o acesso à informação. Os temas propostos são de fácil entendimento, com enfoque especial para a prevenção de doenças. O principal obstáculo encontrado foi em relação à divulgação dos episódios no perfil na plataforma *Spotify*, a fim de possibilitar maior alcance. Entretanto, estratégias complementares como a disponibilidade e divulgação em outras redes de contato estão sendo desenvolvidas no sentido de aumentar o engajamento da população ao conteúdo divulgado.

Ademais, outro ponto relevante é que a equipe Inter profissional, essencial na construção do projeto, agrega diferentes saberes. Isso porque todos os episódios contaram com a participação de especialistas sobre o respectivo tema, o que, além de permitir um cuidado integral à saúde para o público-alvo, traz uma perspectiva mais ampla para os discentes participantes do projeto, baseadas no trabalho em equipe.

Ferramentas tecnológicas podem ser utilizadas como forma de disseminação de conhecimento científico de forma compreensiva, concisa e objetiva visando disseminar informações de qualidade gratuitamente. Estabelecer uma relação entre o meio acadêmico e a sociedade por meio de um Podcast, focado em temáticas relacionadas à promoção de saúde, irá contribuir para sanar dúvidas e reduzir a circulação de notícias falsas, além de favorecer aos acadêmicos desenvolvimento de habilidades de comunicação e crescimento pessoal.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA (ABP). Setembro amarelo. Disponível em: <https://www.abp.org.br/search-results-page/setembro%20amarelo?lang=pt>.

BRAGÉ, E.G.; RIBEIRO, L. da S. RAMOS, D. B.; FIALHO, I.R.; ROCHA, D.G. da; BUSATTO, C.; LACCHINI, A.J.B. Desenvolvimento de um podcast sobre saúde mental na pandemia de COVID-19: Um relato de experiência. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 3, n. 4, p. 11368–11376, 2020. DOI: 10.34119/bjhrv3n4-382. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/15931>

CENTRO DE COMUNICAÇÃO SOCIAL DA FACULDADE DE MEDICINA DA UFMG (CCS Medicina UFMG). Setembro Amarelo: mês de prevenção ao suicídio, 2019.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA (CFM). Suicídio – informando para prevenir, 2014.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hepatites-v> . Acesso em 15 mar. 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Hepatite. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/hepatite>. Acesso em: 12 mar. 2023b.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Depressão. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>. Acesso em: 05 ago.2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Qual a diferença entre anemia e leucemia? – BVS Atenção Primária em Saúde. Disponível em: <<https://aps-repo.bvs.br/aps/qual-a-diferenca-entre-anemia-e-leucemia/>> . Acesso em: 24 ago. 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Caderneta da Criança: Passaporte da cidadania. 3ª edição. Brasília, 2021.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica Saúde da criança aleitamento materno e alimentação complementar Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica 2 ed Brasília Ministério da Saúde, 184 p il. (Cadernos de Atenção Básica-n 23), 2015.

CASTRO, L.; CONDE, I.; PAIXÃO, G.C. Podcasts exploratórios e colaborativos: oralizando conhecimentos em um curso de graduação à distância. *Revista Tecnologias na Educação*, n.11, 2014. Disponível em: <http://tecnologiasnaeducacao.pro.br/>

CELARINO, A.; STOHR, M. A.L.; BRESCIANI, K.D.; CADORIN, G.A.; GANHOR, J.P. THE use of podcasts as a teaching tool in education: approaches in national journals between 2009 and 2020. *SciELO Preprints*, 2022. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/4644>

DOS SANTOS, A.M; PASSOS DE V. S, FONTELLES, C.F, MENEZES MAGALHÃES DE, F.G. SOUZA SILVA, C.D. Construção de Podcast sobre autocuidado na promoção da saúde no SUS. *Cadernos ESP*, Fortaleza-CE, Brasil, v. 16, n. 4, p. 135–138, 2022. DOI:

10.54620/cadesp.v16i4.942. Disponível em:
<https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/942>.

FERRI, F.F. Ferri Oncologia e Hematologia - Recomendações Atualizadas de Diagnóstico e Tratamento. Grupo GEN, 2019. *E-book*. ISBN 9788595150584. Disponível em:
<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595150584/>

FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS. Política Nacional de Extensão Universitária. Manaus: Imprensa Universitária, 2012, 40 p. Disponível em: < <https://www.ufmg.br/proex/renex/images/documentos/2012-07-13-Politica-Nacional-de-Extensao.pdf> > . Acesso em 10 agosto 2023.

FREIRE, E.P.A. Podcast: breve história de uma nova tecnologia educacional. **Educação em Revista**, Marília, v. 18, n. 2, p. 55-70, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/2236-5192.2017.v18n2.05.p55> .Acesso em: 16 de setembro de 2023.

HOFFBRAND, A.V.; MOSS, P. A H. Fundamentos em hematologia de Hoffbrand. Editora: Artmed, 7^a.ed. 384 p., 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa mostra que 82,7% dos domicílios brasileiros têm acesso à internet [citado em: 2021 Ago 28]. Disponível em: <https://www.gov.br/mcom/pt-br/noticias/2021/abril/pesquisa-mostra-que-82-7-dos-domicilios-brasileiros-tem-acesso-a-internet>.

BALLS-BERRY, J.; SINICROPE, P.; VALDEZ, S.M.; BROCKMAN, T.; BOBK, M.; PATTEN; C. Linking Podcasts With Social Media to Promote Community Health and Medical Research: Feasibility Study. *JMIR Form Res*, v. 24, n. 2(2):e10025, oct. 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30684430/>

SENDRETE DE CARVALHO OLIVEIRA LEITE, Y.; RANGEL ROSA, K. BERNARDO DE SOUZA, M. C. ; BRAGA LIMA, D.; PEREIRA DE BRITO, T.R. A utilização de podcasts para a conscientização sobre violência contra a pessoa idosa: relato de experiência. *Revista Extensão & Cidadania*, [S. 1.], v. 8, n. 14, p. 303-315, 2020. DOI: 10.22481/recuesb.v8i14.7838. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/recuesb/article/view/7838>. Acesso em: 17 set. 2023.

SILVA DOS SANTOS, E.C.; RODRIGUES LOURENÇO, A. K.; LESSA DE BARROS, E.N.; SANTOS DE FARIAS, P.; MELO, L.F.de.; SILVA ARAUJO, M. G. Contributos teóricos da teoria do autocuidado para a profissão de enfermagem. *Revista Remecs - Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde*, [S. 1.], p. 217, 2020. Disponível em: <http://www.revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/594>. Acesso em: 17 set. 2023.

LENHARO, R.I. CRISTÓVÃO, V. L. L. Podcast, participação social e desenvolvimento. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 32, n. 1, p. 307-335, 2016. Acesso em: 19 de setembro de 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. O impacto da obesidade: Entenda por que as consequências vão muito além das questões de saúde pública. gov.br. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-peso-saudavel/noticias/2022/o-impacto-da-obesidade>. Acesso em: 13 nov. 2022.

OLIVEIRA, S.G.; OLIVEIRA, C.A.P.; SILVA, J.L.R. A Educação Sociotécnica e Humana, a Medicação Tecnológica e a Agenda 2030 da ONU. In: *Gestão de Recursos Humanos em Saúde Medidos por Tecnologia: Seguindo a Trilha da Inovação*. Natal: EDUFRN; 2017. p. 29–59.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). Diabetes. <https://www.paho.org/pt/noticias/11-11-2022-numero-pessoas-com-diabetes-nas-americas-mais-do-que-triplica-em-tres-decadas#:~:text=Washington%20D.C.%2C%2011%20de%20novembro,novo%20relat%C3%B3rio%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Pan%20>

PACCELLI, A.F.E. Podcast: natureza, potencialidades e implicações da nova tecnologia na educação brasileira. Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2019.

PINHEIRO, D.P. Anemia pode virar leucemia? MD. Saúde. Disponível em: <https://www.mdsaude.com/hematologia/anemia-leucemia> . Acesso em: 24 mar. 2023.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLISMO. O que é Diabetes? Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/o-que-e-diabetes/> . Acesso em: 13 nov. 2022.

VENDRUSCULO, V.G.; ELY, K.Z.; JOAQUIM, C.S.; MARQUES, B.B; SIMON, E.L.; POSSUELO, L.G. O uso de Podcast como ferramenta de comunicação: auxiliar na educação permanente em saúde. *Saberes Plurais, [S. l.]*, v. 6, n. 1 (supl.), p. 10, 2022. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/saberesplurais/article/view/122808>.