



# Panorama UFCSPA

JORNAL DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE CIÊNCIAS DA SAÚDE DE  
PORTO ALEGRE • ANO XII • Nº 66 • DEZEMBRO 2020/JANEIRO/FEVEREIRO 2021

## “NOVO NORMAL”

Os aprendizados que a pandemia da  
Covid-19 trouxe para a sociedade  
e a comunidade universitária.

*pp. 6 e 7*

### EDITORIAL

*O que levaremos para  
o pós-pandemia?*

*p. 2*

### ARTIGO

*Como evitar novas  
pandemias?*

*p. 3*

### PESQUISA

*Os desafios da  
vacina*

*p. 5*

### ACADEMIA

*Trabalho remoto  
e EAD*

*p. 8*

## O que levaremos para o pós-pandemia?

Podemos dizer que tivemos um ano de muitas preocupações e prejuízos, decisões difíceis e muita incerteza, mas também de muito aprendizado. Assim, antes de pensar em como vai ser o “novo normal”, devemos pensar o que havia de normal na vida que levávamos antes.

Exploração do meio ambiente, desigualdades, ausência de propósito, incompreensão, intolerância, nada disso é “normal”. A partir dessa reflexão, podemos construir um novo normal com o que aprendemos ao longo da vida e, também, com o nosso “curso intensivo de vida” que tem sido 2020. Podemos buscar mudar o mundo na direção da empatia, da solidariedade e da consciência ampliada sobre o que nos cerca.

Nós sobrevivemos, como espécie, graças à colaboração e à vida em conjunto. Sendo uma espécie relativamente frágil diante dos predadores naturais, desenvolvemos redes para cuidar uns dos outros. Alguns estudos mostram que a coleta e a caça feita por toda a aldeia eram muito mais efetivas do que aquelas feitas só por homens, ou só por mulheres. Cuidar de todos era tarefa de todos.

Isso não é privilégio humano, pois diversas espécies também prosperam à base da colaboração. Pássaros que voam juntos para assustar predadores, formigas que constroem intrincadas estruturas, peixes, abelhas, enfim, os exemplos são inúmeros. Os elefantes vivem em uma rede complexa, na qual apoio, empatia e ajuda são essenciais para a sobrevivência. Justamente por isso, os elefantes são vistos como referência

de lealdade, companheirismo e unidade em várias culturas.

Aos poucos, fomos perdendo esse senso de comunidade por não precisarmos mais dele para sobreviver (pelo menos aparentemente), mas ficou em nós, marcada bem no fundo da nossa alma, a necessidade de conexão.

Para além dos animais, temos mais capacidade de refletir e evoluir, mas também de afetar o futuro do planeta. Chegou a hora de retomarmos essa nossa conexão profunda com tudo o que nos cerca para entender que só poderemos construir um novo normal quando ele puder incluir todas e todos em um esforço coletivo para salvar nossa humanidade.

**Lucia Campos Pellanda**  
Reitora da UFCSPA



IMAGEM: INGI IMAGE

Editado pela Ascom –  
Assessoria Especial de  
Comunicação da UFCSPA  
Rua Sarmento Leite, 245,  
prédio 1, sala 507  
Porto Alegre, RS, Brasil  
CEP 90050-170  
Telefone: (51) 3303-8722

**comunicacao@ufcspa.edu.br**  
facebook.com/UFCSPA  
twitter.com/UFCSPA  
youtube.com/UFCSPA  
instagram.com/UFCSPAoficial

**Reitora**  
Lucia Campos Pellanda

**Vice-Reitora**  
Jenifer Saffi

**Chefe de Gabinete**  
Isadora Farias

**Pró-Reitora de Graduação**  
Márcia Rosa da Costa

**Pró-Reitora de Pesquisa  
e Pós-Graduação**  
Márcia Giovenardi

**Pró-Reitora de Extensão,  
Cultura e Assuntos Estudantis**  
Débora Fernandes Coelho

**Pró-Reitor de Administração**  
Leandro Mateus Silva de Souza

**Pró-Reitora de Planejamento**  
Alessandra Dahmer

**Pró-Reitora de Gestão  
com Pessoas**  
Ana Cláudia Souza Vazquez

### PANORAMA UFCSPA

**Jornalismo**  
José Antônio Leal  
Márcia Schmitt Veronezi Cappellari

**Jornalismo em Cultura**  
Lisiane Wandscheer

**Fotos**  
Luciano Amaro Junqueira Valério

**Projeto Gráfico e Diagramação**  
Eduardo Coimbra Farias

## Como evitar novas pandemias?

A maior parte dos vírus de relevância clínica chega aos humanos após passagem por animais, tanto domésticos como silvestres. Estima-se que o vírus causador da Covid-19 tenha vindo de morcegos, enquanto que a gripe H1N1 tenha se originado de porcos. Tratam-se, portanto, de zoonoses. Neste sentido, o que esperar de futuras pandemias? Podemos nos preparar melhor?

O mundo de hoje possui características bem peculiares. Somos uma aldeia globalizada, onde se viaja com velocidade. A população mundial só cresce, gerando uma enorme demanda por alimentos. Existe um desmatamento sem precedentes, associado a um consumo de agrotóxicos em alta escala. Vivemos quase todos em grandes centros urbanos, em muita proximidade com outras pessoas e animais, em um planeta cada vez aquecido e exposto a radiações. Nossa água é cada vez menos potável, e nosso ar, mais poluído. A desigualdade social só cresce, o que se associa a violências de diferentes tipos, conflitos armados e êxodos populacionais. Crescem os imunodeficientes e o consumo de antibióticos ocorre em demasia, alterando nossa própria microbiota.

Assim, não precisamos de bola de cristal para prever que a história da humanidade será entrecortada, de tempos em tempos, por importantes epidemias. Assumindo que estas sejam inevitáveis, como podemos melhor nos preparar?

Primeiramente, precisamos ser capazes de rapidamente reconhecer uma nova (e relevante) epidemia, o que requer uma efetiva rede de informação, preferencialmente global, e minimamente nacional. Frente a uma nova pandemia, sequenciamento genômico de última geração precisa estar amplamente disponível, para que rapidamente se sequencie o genoma do agente infectante. Isto requer não apenas equipamentos, mas pessoal qualificado (com conhecimento de biologia molecular, epidemiologia, infectologia e bioinformática), e insumos. A indústria nacional precisará estar apta para produzir reagentes, bem como de

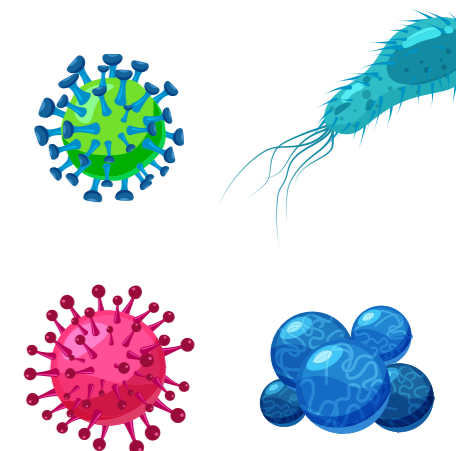


IMAGEM: INGI IMAGE

maquinário, equipamentos de proteção individual e outros materiais de uso hospitalar. A pesquisa científica precisa ser estimulada, para que tenhamos maior massa crítica, bem como *know how* no uso das ferramentas de análise. O setor público e o produtivo precisam andar mais próximos, para o bem da sociedade e resolução mais rápida de problemas complexos, como os que se impõem no momento de uma pandemia. Politicamente, as crises requerem decisões mais centralizadas, algo difícil de ser alcançado, muitas vezes por falta de consenso, informação/aconselhamento, transparência ou liderança. O pensamento científico deverá sempre preponderar, algo que requer profunda mudança em nossa base educacional.

Mas sejamos positivos. Não fossem as crises, os grandes conflitos e as epidemias, a humanidade não sofreria a mesma pressão evolutiva. Seguiríamos estagnados, em uma eterna zona morna de conforto. Como em todo o processo evolutivo, o futuro não pertence aos mais fortes, mas aos que melhor conseguem se adaptar. Os humanos precisam perceber que estão inseridos em um complexo ecossistema, e que a saúde humana depende diretamente da saúde das demais espécies vivas com as quais devemos manter equilíbrio. Embora esta lição possa parecer simplória, ela ainda não foi completamente compreendida pela espécie que se auto-intitulou sapiens.

**Alessandro C. Pasqualotto,**  
Professor de Infectologia da UFCSPA

# Pandemia fez surgir novos hábitos de higiene

***Maior cuidado com a limpeza das mãos e das compras deve permanecer após o controle do coronavírus***

Por Márcia Veronezi

Os hábitos de higiene da humanidade vão se modificando ao longo dos séculos. Na Roma Antiga, nas grandes cidades eram comuns os banhos públicos, havia aquedutos que conduziam a água limpa às cidades e sistemas de esgoto levavam os dejetos para longe dos habitantes. A época posterior, a Idade Média, por outro lado, foi um tempo não muito voltado à limpeza, com ruas cobertas por lixo, urina e fezes humanas e de animais, o que acabou oportunizando a disseminação de ratos, bem como de doenças e a consequente peste negra. O banho, nesse período, passou a ser sinônimo de pecado pela Igreja, que associava o nu ao sexo. Também no período em que se seguiu, a higiene continuou a ser desprezada, com sociedade de reis, rainhas e cortes, que tomavam banhos anuais e se cobriam de perfume para ocultar o mau cheiro, usando perucas para esconder os piolhos. Foi somente no final do século XIX que os cientistas começaram a associar a sujeira à existência de parasitas e os hábitos de lavar as mãos e tomar banho passaram a ser recomendados, bem como a promoção do saneamento básico e manutenção da limpeza dos ambientes.

Em pleno 2020, considerávamos que nossos hábitos de higiene já estavam consolidados e que fazíamos o suficiente para evitar a proliferação em massa de vírus, bactérias e outros parasitas. Porém, o surgimento de uma epidemia de proporções mundiais de um vírus que não podia ser controlado provocou a reflexão: será que não estamos sendo higiênicos o suficiente? A partir daí surgiram novas questões:

como achávamos normal trazer compras do supermercado, onde artigos ficam meses armazenados entre insetos e ratos? Por que considerávamos ok almoçar em um buffet em que centenas de pessoas passavam conversando por cima da comida? Por que era parte de nossas vidas alguém ir trabalhar ou estudar gripado e contaminar todos os colegas de sala? Afinal nós, que nos considerávamos tão higiênicos em relação ao passado, estávamos sendo “sujos” aos olhos das gerações futuras.

Com a chegada da Covid-19 ao Brasil vieram as primeiras recomendações: lavar frequentemente as mãos ou utilizar álcool gel e não tossir ou espirrar nas mãos. Logo, as dicas para evitar o contágio foram aumentando: utilizar máscaras em caso de sintomas respiratórios (e, depois, mesmo sem sintomas), esterilizar as compras do supermercado, evitar entrar em casa com roupas e sapatos que utilizou na rua, higienizar celular, carteira e bolsa, limpar maçanetas, tomar banho ao chegar em casa, aquecer alimentos recebidos por tele-entrega, entre outras. Alguns estudos apontam que vários destes cuidados seriam desnecessários, já outros indicam que seriam, sim, importantes. Na falta de evidências concretas, melhor pecar pelo excesso de zelo. Independentemente da certeza sobre todos estes novos hábitos, uma coisa já é certa: boa parte deles veio para ficar.

Atuante na área de Biossegurança na UFCSPA há 16 anos, a professora Cláudia Giuliano Bica espera que os novos hábitos de higiene adquiridos no combate ao coronavírus sejam permanentes. “Entre os novos hábitos, um que eu gostaria muito

que ficasse é a higienização dos carrinhos de supermercado”, destaca. Sobre outros hábitos, como lavar com frequência as mãos e cuidar ao espirrar (etiqueta respiratória), ela ressalta que já deveriam estar em prática há anos, pois não são novidade como recomendações de saúde. Questionada sobre quais hábitos pré-pandêmicos deveríamos abandonar para sempre, Cláudia destaca dois principais: “Entrar com calçados da rua dentro de casa e não higienizar as compras”.

Além do cuidado com as residências e a higiene pessoal, a pandemia provocou também uma reflexão sobre a importância do rigor nas ações de biossegurança em ambientes de saúde (unidades básicas e hospitais), bem como em ambientes de pesquisa (laboratórios). Os profissionais que irão tratar a saúde da população precisam ser os primeiros a se proteger, pois são fundamentais para atuar na contenção e no tratamento das doenças, devendo evitar se tornarem também agentes contaminantes de outros pacientes. Conforme a professora Cláudia, situações de emergência de saúde pública podem fomentar mudanças permanentes nos hábitos: “Nos anos 1980, com o surgimento do HIV, passamos a atuar com precaução redobrada no manuseio dos perfurocortantes e materiais biológicos como sangue e secreções. Neste momento, com a possibilidade da contaminação por um vírus respiratório, não tenho dúvidas de que teremos uma nova mudança de comportamento em relação as formas de prevenção respiratórias. Provavelmente, o uso de EPIs de proteção facial fará parte da rotina de todos os profissionais de saúde daqui para a frente”.

# Os desafios para a chegada da vacina

***Escassez de informações sobre o novo coronavírus e a possível capacidade de mutação são alguns dos obstáculos para a imunização***

Por José Leal

Além das medidas de isolamento físico e da preparação dos serviços de saúde para o tratamento da Covid-19, outra frente de combate também foi mobilizada desde o início da pandemia: os esforços em escala global para o desenvolvimento de uma vacina contra o novo coronavírus. Neste sentido, mais de 170 pesquisas em andamento já foram registradas junto à Organização Mundial da Saúde até o mês de outubro – os estudos mais avançados são oriundos de países como Alemanha, China, Estados Unidos, Reino Unido e Rússia.

Apesar da ampla expectativa do conjunto da sociedade para o retorno à “normalidade”, a cautela dá o tom das manifestações dos especialistas. “O tempo para desenvolvimento e produção de um produto terapêutico ou vacina leva em média dez anos, se tudo der certo. Isto porque existe fases experimentais e de testagem a serem cumpridas, e o avanço para a subsequente depende do sucesso da antecedente. Não há como contornar caminhos”, explica o professor de Imunologia da UFCSPA, Luiz Carlos Rodrigues Júnior.

Até o mês de outubro, cerca de dez pesquisas se encontravam na terceira e última fase de desenvolvimento, conforme detalha o docente. “A

etapa pré-clínica é caracterizada pelo processo exploratório experimental, identificação dos principais alvos e avaliações em modelos in vitro. Também, a eficácia das moléculas com potencial vacinal previamente selecionadas é testada em modelos animais”, detalha. A fase clínica é composta por três momentos: (I) a avaliação de segurança das moléculas mais promissoras em um grupo pequeno (dezenas a centenas) de indivíduos; (II) a verificação da segurança em grupo maior e mais diversificado de indivíduos (milhares), essa também se associa ao potencial imunológico; (III) verificação da eficácia em um grande número de indivíduos. Somente após a finalização bem-sucedida dessas fases é que a vacina está pronta para registro sanitário e distribuição para a população.

Entre os desafios impostos à vacina, estão as próprias características biológicas dos vírus e o escasso conhecimento a respeito do comportamento do novo coronavírus no organismo humano. “Os vírus são partículas muito simples, com material genético único, fáceis de sofrer mutação. O produto dessa mutação é expresso como uma nova proteína/característica viral, o que pode ‘driblar’ a resposta imune montada por vacinas já bem estabelecidas, ou mesmo aquelas ainda em desenvolvimento”, esclarece Luiz Carlos. O professor acrescenta ao cenário desafiador a

complexidade dos mecanismos de infecção e replicação viral, assim como a possibilidade de o vírus adaptar-se à célula hospedeira, “desligando vias de sinalizações importantes para a montagem da resposta vacinal”.

Nesta corrida para encontrar uma alternativa eficaz de imunização, várias dúvidas estão colocadas aos pesquisadores. “Existem inúmeros relatos de reinfecção, por exemplo. Isto seria devido a uma variante viral? Seria um reservatório viral ainda não identificado em pessoas supostamente curadas? Precisamos entender essas e outras questões para produzir a melhor vacina e com o maior espectro”, projeta.

Superados os diversos obstáculos para a criação da vacina comprovadamente segura e eficiente contra a Covid-19, o docente faz um alerta: “É importante a vacinação do maior número de pessoas. Somente assim poderemos ter maior chance de proteção da população, e um monitoramento das pessoas vacinadas por órgãos governamentais. Essas informações alicerçam outras medidas de controle de uma epidemia ou pandemia por parte do governo. Não vamos apostar em imunidade de rebanho, uma situação improvável de acontecer, assim como em justificativas pouco fundamentadas de movimentos antivacinas”.

NOVOS TEMPOS

# Um momento para reinvenção individual e coletiva

*Em meio ao medo da doença e às perdas das mais variadas ordens, surge a necessidade de elaborar novos significados para a época atual*



Por José Leal

A face mais dolorosa da pandemia no Brasil é refletida nas mais de 175 mil vidas perdidas para a Covid-19 desde o registro dos primeiros casos. A cada morte causada pelo novo coronavírus, imergem no sentimento de dor os familiares, amigos e colegas abalados pela perda de alguém querido. Além do aspecto trágico do maior desafio de saúde pública enfrentado pela atual geração, também se somam a esse cenário outras razões para o surgimento de desafios à saúde mental dos indivíduos, como medo, ansiedade e depressão.

Conforme a professora do curso de Psicologia da UFCSPA, Luciana Suárez Grzybowski, o momento atual pode ser definido como uma situação social traumática. “O conceito de trauma está diretamente relacionado a acontecimentos invasivos que têm como consequência o prejuízo físico e psíquico”, define. De acordo com

a docente, a pandemia mundial, a velocidade do contágio, os velórios sem abraços e o impacto do isolamento físico sobre saúde, educação e renda podem trazer a cada pessoa sentimentos diversos relacionados à impotência, finitude e desamparo diante da onipresença da morte.

Em meio aos medos da contaminação, da morte, da perda de alguém, do futuro, além de outros tantos temores, Luciana explica que cada indivíduo se “defende” de uma maneira. “O medo pode provocar reações ansiogênicas, que no cenário geral são defesas adaptativas. Algumas manifestações fazem parte dessa angústia, como a insônia, o exagero na alimentação, suspensão de qualquer contato social mesmo que protegido”, enumera. Todos estão sujeitos ao sofrimento psíquico, mas é preciso estar atento: “A ansiedade que paralisa e incapacita é um sinal de alerta e pode ter muitos desdobramentos”.

A brusca mudança em rotinas

profissionais e familiares, como decorrência das medidas de isolamento social, trouxe novos desafios à convivência sob o mesmo teto. “Com o homeoffice e o homeschooling, o ambiente doméstico passou a contemplar as tarefas profissionais e escolares, além da manutenção da casa e os afazeres cotidianos do lar”, explica a professora. Como resultado da indisponibilidade das redes de apoio formal e informal para os pais, muitas famílias chegaram ao “esgotamento”. “Destaca-se, neste cenário, a sobrecarga especialmente feminina, sendo as mulheres as mais afetadas com a sobreposição de tarefas”, acrescenta.

Devido ao risco, o grupo dos idosos foi especialmente afetado pelo isolamento durante a pandemia. “Isto requer uma atenção maior, por tudo que já acomete essa parcela da população no que diz respeito ao abandono, segregação e solidão”, salienta Luciana. As alternativas encontradas para

amenizar o sentimento de separação entre pais e filhos e avós e netos, viabilizadas pelas ferramentas online como as videochamadas, são uma forma de amenizar o distanciamento. “A ideia de que a separação é um gesto de amor e cuidado tem reconfortado aqueles que precisam viver desta forma nesses tempos”, lembra a professora.

Neste cenário, como ir em frente em meio a tantas incertezas? “Surge neste momento a necessidade de lidar com os lutos e as perdas, a partir da partilha e da resignificação, para chegar a uma elaboração psíquica”, responde Luciana. Neste sentido, a docente reforça a importância de protocolos de saúde mental nas instituições visando a proporcionar espaços de escuta e apoio no enfrentamento à pandemia e seus contornos. “Precisamos de um colo seguro, que empreste sentidos de vida, estabeleça ligações, acolha, respeite a diversidade e alimente a memória individual e coletiva”, complementa.

## Universidade faz adaptações para o ensino a distância em caráter emergencial

Um dos desafios enfrentados pela UFCSPA na pandemia foi a adaptação, de forma excepcional e temporária, do ensino em nível de graduação considerando a impossibilidade de aulas presenciais. A implementação do ensino a distância em caráter emergencial foi conduzida pela Pró-Reitoria de Graduação (Prograd) após uma série de discussões, iniciada no mês de maio, junto a coordenações de cursos, departamentos de professores e órgãos representativos dos alunos.

De acordo com a pró-reitora Márcia Rosa da Costa, a adoção do EAD Emergencial teve como premissa o cuidado com os alunos e professores, visando a minimizar as dificuldades enfrentadas na retomada das atividades acadêmicas. “Tivemos a preocupação de fazer um levantamento junto aos estudantes para ver suas condições de acompanhamento das aulas a distância. Pelo lado dos docentes, começamos a ofertar atividades de formação para que pudessem preparar os materiais neste novo formato”, pontua.

O processo de implementação das atividades a distância iniciou com a análise de quais disciplinas poderiam ser ofertadas nesta modalidade. Um desafio, na medida em que todos os cursos da UFCSPA são da área ou possuem interface com a saúde. “Nossas graduações envolvem muitas atividades práticas, pois preveem o desenvolvimento de habilidades, seja nos laboratórios ou nos locais de atuação”, salienta Márcia. Desta forma, desde o

início ficou evidente o foco em disciplinas teóricas passíveis de adaptação para o meio virtual. Entre as mudanças colocadas pela nova modalidade estiveram a necessidade de alterações na construção dos planos de ensino, no processo de registro de frequência dos alunos e no uso do ambiente virtual Moodle.

Uma ressalva importante levantada pela pró-reitora é que não existe a possibilidade de transformação de nenhum curso de graduação para o formato integral em EAD. “Apenas trabalhamos, com o apoio do Núcleo de Ensino a Distância da UFCSPA, com o ensino a distância naqueles cursos que são possíveis na pós-graduação, como é o caso da UNA-SUS. A legislação permite apenas um percentual da carga horária no formato EAD para as graduações na saúde”, ressalta Márcia, lembrando que se trata de uma situação excepcional devido à pandemia.

Em relação aos estudantes com dificuldades na nova rotina de estudos, a pró-reitora reforça que o Núcleo de Apoio Psicopedagógico (NAP), em conjunto com as tutorias, e o Núcleo de Inclusão e Diversidade (NID) também estão à disposição dos alunos neste novo contexto. Ela acrescenta: “Em primeiro lugar está o cuidado com as pessoas, e junto com isso o cuidado com o processo de ensino-aprendizagem. As perdas neste momento são inevitáveis para todos, mas estamos fazendo tudo o que estiver ao nosso alcance para auxiliar e minimizar os prejuízos”.

# Trabalho remoto e EAD viraram realidade na pandemia

*Atividades a distância tiveram impactos positivos e negativos em estudantes e profissionais*

Por Márcia Veronezi

Se há muitos anos já se discutiam questões como a possibilidade do trabalho remoto e a ampliação das atividades de ensino a distância (EAD), a pandemia da Covid-19 fez com que estas mudanças se tornassem cotidianas de uma hora para outra, sem qualquer preparo prévio. Trabalhadores tiveram que emprestar parte de suas casas para criar um miniescritório, em meio à correria de crianças, cachorros, gatos e papagaios. Estudantes (crianças e adultos) tiveram que entrar na logística das síncronas e assíncronas e de - muitos - trabalhos escolares ou acadêmicos para compensar a carga horária necessária dos cursos.

Alguns fatores foram positivos. Nunca se teve tanto acesso a cursos, conferências, congressos e simpósios de todo o país e, até mesmo do exterior, como nesse período. A convivência familiar, que antes, muitas vezes se restringia a poucas horas do dia, se tornou integral, com seus ônus e bônus. Outros fatores foram negativos. A falta de convivência com amigos e parentes (para os que não vivem junto com os seus) e a quebra da fronteira entre trabalho/estudo e lar foram algumas destas situações.

Para a psicóloga e pró-reitora de Gestão com Pessoas, Ana Vazquez, o isolamento social tem sido percebido de diferentes formas por diferentes pessoas. Enquanto alguns não saem de suas casas desde meados de março nem para atividades essenciais, como supermercados ou farmácia, outros frequentam parques, praias e bares, o que faz com que a experiência desse momento tenha diferentes níveis de percepção. Ela destaca que o isolamento em si não é capaz de promover a falta de conexão social entre as pessoas: "Somos agentes da nossa própria rede de relacionamentos e, com os recursos pessoais tecnológicos de que dispomos, podemos nos abrir a novas experiências, novos modos de trocas sociais". Entretanto, a professora Ana também relata que o isolamento social pode sim provocar efeitos na população, tais como sensação de insegurança e tensão emocional, dificuldades no manejo de situações práticas cujas soluções precisam ser adaptadas, sensações de desesperança e frustração, alterações de humor e aumento da violência doméstica.



No que se refere especificamente ao trabalho remoto/estudo a distância, os impactos podem ser relativos a: a) percepção inadequada do fator de produtividade, provocando sobrecarga ou subcarga de trabalho; b) tensão ou situações de conflito com colegas; c) cansaço extremo, pois o trabalho ou estudo remoto é mais exigente em horas e demanda mudanças no modo como a pessoa se desempenha. Estes impactos podem ser reduzidos avaliando o que é possível ser realizado dentro das possibilidades da atividade remota, pensando o impacto de suas ações sobre os colegas de trabalho e de estudo e limitando o tempo destinado ao exercício das atividades: "O equilíbrio entre trabalho ou estudo e períodos de descanso precisa ser colocado como elemento chave para o trabalho e o estudo saudável. Deve-se definir um horário para realização as atividades, sem que seja necessário utilizar horas de lazer ou finais de semana para dar conta de tarefas", ressalta Ana Vazquez.

Por outro lado, nem só aspectos negativos envolveram a mudança para o trabalho/

estudo remoto. O professor de Tecnologia da Informação, Sílvio César Cazella, enxerga que a adaptação emergencial das atividades a tecnologias online pode ter impactos positivos após o retorno à normalidade. "O momento atual propiciou um grande teste para todas as áreas/domínios, mostrando até onde é possível estar remotamente disponível. No retorno às atividades presenciais, vai haver muita reflexão sobre o quanto realmente éramos produtivos no modelo com o qual estávamos acostumados", destaca. Neste momento futuro, será possível pensar sobre quais atividades realmente precisam ser presenciais, pois provocam dispêndio de tempo em trânsito, deslocamento, filas, entre outros fatores. Para o docente, o maior aprendizado do período emergencial foi a percepção da possibilidade de aprimoração de conhecimentos a distância: "Sempre incentivamos os alunos a buscar formação 'além muros'. Hoje, com a quantidade de bons cursos disponíveis (nacionais ou internacionais), ir além do muro está a um clique", aponta.

## Como amenizar os efeitos negativos do distanciamento social:

- Fixar horários de trabalho e estudo
- Ter horas de lazer e descanso bem definidas
- Buscar um ambiente adequado para realização das atividades (calmo e bem iluminado)
- Manter contato com colegas de curso ou de trabalho
- Respeitar as necessidades do corpo
- Buscar ajuda psicológica em caso de necessidade, contatando o NAP (estudantes) ou a Progesp (servidores), respectivamente pelos e-mails [nap@ufcspa.edu.br](mailto:nap@ufcspa.edu.br) e [peessoas@ufcspa.edu.br](mailto:peessoas@ufcspa.edu.br)

# UFCSPA contra o Coronavírus

*Entrevistas com profissionais da universidade foram publicadas semanalmente no site institucional*

Por Márcia Veronezi

No intuito de tornar visível o trabalho realizado por diferentes profissionais da universidade nas ações de combate e prevenção à Covid-19, a UFCSPA lançou, no mês de agosto, a série de entrevistas

"UFCSPA contra o Coronavírus". Realizadas pelos jornalistas da Ascom, José Leal e Márcia Veronezi, as entrevistas estão sendo publicadas semanalmente a cada quarta-feira no site institucional. Os relatos têm mostrado a visão profissional e pessoal dos docentes em relação

ao enfrentamento à pandemia. Até 14 de outubro, foram publicadas dez entrevistas, que podem ser acessadas na área do Especial Coronavírus, no site da UFCSPA. O Panorama UFCSPA reproduz abaixo, alguns dos trechos mais marcantes destas entrevistas.



**Alessandro Pasqualotto**  
(publicada em 12/08)

"Nunca vivenciei crise desta proporção. Fico imaginando como deve ter sido a vida de pessoas que passaram por conflitos ainda maiores, como as grandes guerras. Nos últimos meses, vi pessoas sendo levadas ao extremo, seja pelo cansaço, desespero, rupturas familiares, dependência química, ansiedade ou depressão. Nenhum dia foi fácil." "A pandemia foi um importante agente catalizador de mudanças. Ela

deixou clara a importância de nos adaptarmos rápido. Eu nunca tinha visto pessoas trabalharem de modo tão articulado para a preservação da própria espécie. Assim, é evidente que toda esta crise trouxe enormes ganhos. Menos viagens, menos eventos, menos reuniões. Voltamos a valorizar componentes muitas vezes esquecidos de nossas vidas: saúde, família, solidariedade e respeito ao espaço e individualidade alheios."

"Tive que parar as minhas atividades profissionais por ter adoecido justamente pela Covid-19. (...) A doença, em mim, foi leve. Tive três dias de febre, cefaleia, dor retrorbital, mialgias, artralguas, anorexia, prostração, cansaço. (...) Naqueles dias eu pensava: 'Que situação diferente estar participando da elaboração de um protocolo de uma doença pela qual eu estou passando no momento... E uma doença nos moldes de uma pandemia tão avassaladora e geradora de uma

crise no planeta!'" "O outro lado da moeda, que a pandemia me trouxe é o da renovação e ressignificação da minha profissão. (...) A minha volição de querer diminuir as desagradáveis sensações que acompanham aqueles que têm febre, que sofrem de doenças infecciosas, aumentou extremamente. Nessa pandemia, toda essa vontade de ajudar a aliviar o sofrimento trazido pela Covid-19, podendo trabalhar na prevenção e no tratamento das pessoas, é algo difícil de expressar em palavras somente."



**Paulo Behar**  
(publicada em 19/08)

## ENTREVISTAS



**Ana Beatriz Gorini da Veiga**  
(publicada em 26/08)

“A atual pandemia tem uma dimensão muito significativa por causa da globalização, em que os países são dependentes uns dos outros, e por causa dos meios de comunicação. Com isso também acabamos sofrendo com as fake news, a “infodemia”. Esta tem sido uma crise de saúde pública em todos os aspectos, não apenas pelo impacto direto da Covid-19, mas também outros problemas de saúde que acabam sendo negligenciados.”

“Espero que a pandemia tenha nos mostrado sobre o que de fato importa, quais são as nossas prioridades na vida. A pandemia, isto é importante salientar, é humana. A doença é causada por um vírus, que é algo natural, mas a pandemia é um evento humano. A rápida proliferação de uma doença infecciosa ocorre devido ao comportamento humano. Isso precisa servir para nós repensarmos o nosso modo de viver, como tratamos o resto da natureza.”

“As incertezas, hoje, são as intérpretes principais. A pandemia é ainda mais brutal para aqueles e aquelas que se encontram no espectro de invisibilidade social. Portanto, o maior desafio é minimizar o sofrimento do próximo. Mesmo com diminutas atitudes podemos aliviar o fardo de quem se encontra em dificuldades maiores que as nossas.”  
“Somos os diretores e intérpretes de nossas existências. Está em nossas mãos, como sociedade,

lutar por condições que viabilizem a continuação de humanos (em sua expressão mais generosa). (...) Que tenhamos mais circulação de bits e pouca circulação de átomos. Que o conhecimento seja disseminado livre e abertamente. Que as nossas comunidades sejam inclusivas e que no futuro possamos chamá-las de não-excludentes (pois englobarão de forma orgânica e abrangente a miscelânea de fenótipos e comportamentos de nossa espécie).”



**Gisele Introíni**  
(publicada em 02/09)



**Roselaine de Oliveira**  
(publicada em 23/09)

“O paciente da Covid-19 geralmente chega em estado mais grave que o habitual. Estamos acostumados e treinados para lidar e cuidar de pacientes graves em terapia intensiva. A diferença deste paciente em relação aos outros que estamos acostumados é que eles são muitos. (...) A demanda do paciente de Covid-19 em relação à gravidade e ao número de serviços que ele precisa – suporte, ventilação, diálise – é muito maior.” “Devemos seguir

neste nosso papel de colaboração, de diversidade e se lembrar de que saúde é muito mais do que sinais, sintomas, exames e tratamentos. É saber ouvir, saber falar, acolher. Eu sempre digo para os alunos que quando um paciente chega para nós, ele não quer saber o nosso currículo, não quer saber quanto tiramos nas disciplinas ou qual foi a nossa média final na faculdade. Ele quer que nós o acolhamos e que possamos cuidá-lo. O papel do médico é cuidar.”

“Irá passar pelos profissionais da saúde seguir como guerreiros na propagação de informações e orientações de algumas condutas que se tornaram rotineiras em nosso país neste momento, mas que podem, dentro das limitações de cada um, serem mantidas total ou parcialmente.” “A Covid-19 evidenciou o valor imensurável dos profissionais de saúde em todas

as regiões do planeta. Na esfera acadêmica, demonstrou a grande necessidade de aproximar cada vez mais nossos alunos das populações marginalizadas e vulneráveis, para que compreendam as diferentes necessidades de saúde da população e que, desse modo, possamos formar profissionais mais humanos, solidários e comprometidos com a sociedade.”



**Cabral Pavei**  
(publicada em 30/09)



**Cláudia Bica**  
(publicada em 09/09)

“Penso que, historicamente, nunca vivemos nada parecido. À medida que vamos adquirindo novos conhecimentos, mudamos nossos hábitos. Mudança é a palavra de ordem para o momento. Já dizia Darwin que quem sobrevive é o mais apto e não o mais forte. Precisamos nos adaptar nos novos tempos, tanto de ensino quanto de postura profissional.”

“Com certeza [a pandemia] deixará marcas em todos nós: professores, técnico-administrativos e alunos. Estamos vivendo a história e vamos contá-la para as futuras gerações de como enfrentamos a pandemia. É um momento de mudanças, de repensar os conceitos e tudo que fizemos. Estamos entrando em um mundo novo e cheio de desafios.”



**Denusa Wiltgen**  
(publicada em 07/10)

“Acredito que esta experiência não tem precedentes, pelo menos não para nós, brasileiros modernos, que nunca enfrentamos uma situação imposta, como grandes guerras. O tempo está passando e o que se somam são mais incertezas do que certezas. Acredito que só teremos a real compreensão do que estamos vivendo em alguns anos, quando, sem o calor da emoção, das diferenças, dos embates sociais, políticos e médicos, poderemos ‘passar a régua e fechar a conta’”

“Eu acredito que o mundo sempre melhora após grandes crises, então sairemos diferentes disso tudo, e melhores. Talvez compreendamos mais facilmente que o contato humano é o que faz a vida valer a pena. Talvez (re)aprendamos a ver todos os ângulos de um assunto antes de termos opinião fechada sobre o tema. Talvez aceitemos mais as diferenças. Talvez deixemos as redes sociais e voltemos a ser fisicamente sociáveis. Talvez tenhamos mais empatia...”

“A ‘infodemia’ da Covid-19 é um grande desafio no sentido de fazer a informação necessária e precisa chegar às pessoas. Algumas vezes, o excesso de informação deixa as pessoas confusas e sem saberem no que acreditar.” “É inegável que o mundo precisa de mais educação e esclarecimentos, e muitas vezes é preciso vencer os desafios para se

fazer o conhecimento, de fato, atingir as pessoas e ser levado a quem não é o nosso alvo mais direto (alunos), que é a sociedade. As universidades possuem muitas atividades na esfera da Extensão que auxiliam essa “conversa” ou “troca”, mas é preciso mais adesão dos educadores de todo o Brasil para se atingir um número maior de pessoas.”



**Melissa Markoski**  
(publicada em 16/09)

“Durante os vinte e sete anos de docência já vividos, entendo que esse foi o momento de maior significado e de responsabilidades. A experiência como docente e pesquisador foi fundamental para poder atuar durante toda a pandemia de forma a estabelecer práticas baseadas em evidências e de manter a segurança de todos os envolvidos. O trabalho em equipe foi fundamental e tive

a felicidade de ter ao meu lado profissionais altamente qualificados e comprometidos com a saúde das pessoas.” “Um aspecto que me marcou muito foi a coragem dos profissionais de saúde que estiveram à frente da pandemia nos momentos de maior incerteza e dificuldades. Tenho um apreço especial por estes colegas, que foram extremamente corajosos e fiéis à missão profissional.”



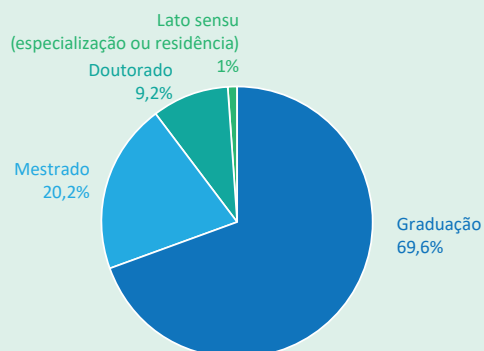
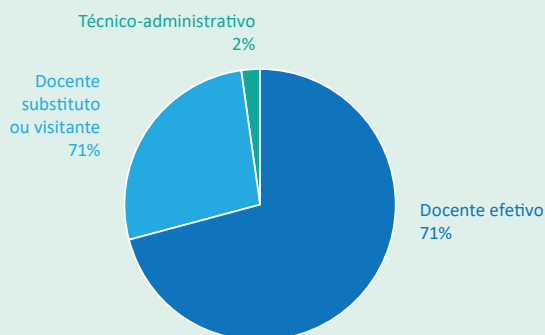
**Rodrigo Della Múa Plentz**  
(publicada em 14/10)

## INTERNACIONALIZAÇÃO

# Questionário levanta experiências e perspectivas dos membros da Comunidade UFCSPA no âmbito da internacionalização

A UFCSPA vem se projetando no cenário acadêmico internacional, com a inserção em rankings que incluem universidades de projeção e o fechamento de novos e promissores acordos de parceria com instituições de diferentes países. Em diálogo com a comunidade acadêmica,

novas possibilidades de ação podem ser desenhadas no trabalho da Comissão de Internacionalização. Em agosto, foram lançados questionários para conhecer o Perfil de Internacionalização de servidores e discentes da Instituição. Este texto apresenta uma primeira leitura dos dados apurados.



## Habilidades linguísticas

Entre discentes e servidores, destacam-se especialmente domínio dos idiomas inglês e espanhol, seguidos por francês, alemão e italiano. Entre os servidores, 4% tem o português como língua estrangeira e, entre os discentes, 5%. A maior parte dos respondentes que já prestou um exame de proficiência internacional obteve comprovação relativa à língua inglesa.

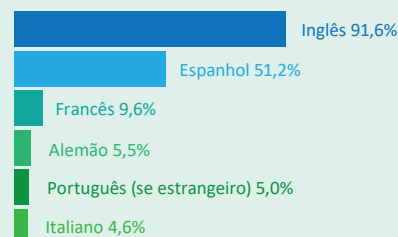
## Experiências internacionais prévias

Entre servidores, destaca-se a mobilidade em nível de doutorado (40,9%). Já entre discentes, a mobilidade na etapa de graduação caracteriza a experiência de deslocamento internacional prolongada mais comum (40,2%).

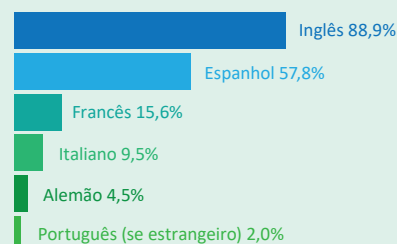
Discentes e servidores, respectivamente, também apontam uso de referências internacionais (59% e 72,4%), participação em eventos internacionais (56,1% e 61,5%) e cursos de línguas (53,2% e 34,2%) como meios recorrentes de internacionalização.

## Expectativas internacionais

Enquanto as perspectivas dos servidores se concentram na publicação científica (71,4%) e envolvem estabelecer parcerias com pesquisadores estrangeiros (56,8%), os discentes planejam, em sua maioria, prestar exames de proficiência (74,8%), estudar uma língua adicional (71,3%), realizar capacitação no exterior (66,3%), publicar internacionalmente (64,6%), participar de mobilidade internacional (60,2%) e participar de cursos internacionais virtuais (61,1%). Merece especial destaque o fato de que 56,9% dos



13 outros idiomas foram citados por menos de 1% dos respondentes



4 outros idiomas foram citados por menos de 1% dos respondentes

docentes efetivos indicam disponibilidade para oferecer disciplinas e cursos com vagas para mobilidade virtual nos próximos semestres. Os idiomas utilizados seriam português, inglês, espanhol e italiano, em cursos em níveis de graduação e pós-graduação.

## Para onde vamos?

A pandemia evidenciou o fato de que vivemos em um mundo cada vez mais interconectado e que o desenvolvimento de competências interculturais é uma das habilidades mais importantes para a formação de cidadãos globais. Uma forma de impulsionar o desenvolvimento dessas habilidades é a colaboração entre acadêmicos de diferentes contextos socioculturais. Uma sala de aula "multicultural", seja ela em formato presencial ou virtual, proporciona aprendizados que vão muito além do imediatismo das atividades desenvolvidas. A incorporação de temáticas de interesse global nos currículos, como as relacionadas aos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), torna-se cada vez mais relevante como eixo de formação cidadã e pelo compartilhamento de práticas de responsabilidade social.

Os resultados da nossa pesquisa sobre o perfil de internacionalização apontam que a comunidade acadêmica da UFCSPA está atenta às várias possibilidades de internacionalização que envolvem os diferentes pilares da universidade. Para que o processo se consolide, é preciso fortalecer debates e iniciativas no tema, especialmente com vistas à oferta de disciplinas e cursos com vagas para mobilidade virtual, dado o respaldo da comunidade para empreender nessa direção.