

"Comunicast": *podcast* como ferramenta para potencializar o trabalho dos Agentes Comunitários de Saúde durante e após a pandemia de Covid-19

"Comunicast": the podcast as a tool to enhance the work of Community Health Agents during and after the Covid-19 pandemic

"Comunicast": el podcast como herramienta para mejorar el Trabajo de Agentes Comunitarios de Salud durante y después de la pandemia de Covid-19

Alice Venturini Dias¹

Geferson Pelegrini²

Jéssica Limana²

Patrícia Gabriela Riedel²

Claunara Schilling Mendonça³

Camila Giugliani^{3,4}

RESUMO:

O distanciamento social constituiu-se como estratégia fundamental no enfrentamento da pandemia de Covid-19, e tal medida tornou urgente a reconfiguração de processos de trabalho das equipes de Atenção Primária à Saúde (APS) do Sistema Único de Saúde (SUS), sendo o Agente Comunitário de Saúde (ACS) uma figura fundamental para manter viva a comunicação com os usuários. Nesse contexto, a confecção de episódios de *podcast* aparece como forma de proporcionar um diálogo acessível, próximo, gratuito, objetivo e ligado às principais necessidades cotidianas das pessoas que habitam o território. O presente relato de experiência visa apresentar como ocorreu a construção do *podcast* "Comunicast", demonstrar seus potenciais e estimular

¹ Residente em medicina de família e comunidade, Serviço de Atenção Primária à Saúde do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), Porto Alegre – RS, Brasil

² Acadêmica da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre – RS, Brasil

³ Docente do Departamento de Medicina Social da Faculdade de Medicina da UFRGS, Porto Alegre – RS, Brasil

⁴ Docente do Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia da UFRGS, Porto Alegre – RS, Brasil

os serviços de APS a desenvolverem práticas criativas que utilizem a tecnologia como aliada ao trabalho dos ACS e da equipe multiprofissional na perspectiva da educação em saúde. Detalha-se o processo de desenvolvimento do *podcast* pelos residentes de uma Unidade Básica de Saúde. Seu propósito inicial foi estreitar o contato com a população adscrita de seu território durante a pandemia e, no decorrer do primeiro ano de seu desenvolvimento (2020), outras finalidades foram percebidas, considerando seu amplo potencial. A equipe que produz os programas conta com residentes em Medicina de Família e Comunidade (MFC) e da Residência Multiprofissional em APS, ACS e acadêmicos de Medicina. O "Comunicast" é uma experiência que intensifica as possibilidades criativas em um serviço de APS, utilizando tecnologias audiovisuais para estabelecer maneiras inovadoras de comunicação com seus usuários, na ótica da promoção de saúde, com estímulo ao engajamento comunitário e participação chave dos ACS.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Agente Comunitário de Saúde; Equipe Multiprofissional; Educação em Saúde; Difusão de inovações.

ABSTRACT:

Social distancing was a fundamental strategy in coping with the Covid-19 pandemic, and such a measure made it urgent to reconfigure the work processes of the Primary Health Care (PHC) teams of the Unified Health System (SUS), with the Community Health Agent (CHA) being a key figure in keeping communication with users alive. In this context, the making of podcast episodes appears as a way to provide an accessible, close, free, objective dialogue, linked to the main daily needs of the people who inhabit the territory. This experience report aims to present how the "Comunicast" podcast was built, demonstrate its potential and encourage PHC services to develop creative practices that use technology as an ally to the work of the CHAs and the multidisciplinary team from the perspective of health education. The process of developing the podcast by residents of a Basic Health Unit is detailed. Its initial purpose was to strengthen contact with the population assigned to its territory during the pandemic and, during the first year of its development (2020), other purposes were perceived, considering its broad potential. The team that produces the programs includes residents in Family and Community Medicine (FCM) and Multiprofessional Residency in PHC, ACS and medical students. The "Communicast" is an experience that intensifies the creative possibilities in a PHC service, using audiovisual technologies to establish innovative ways of communicating with its users, from the perspective of health promotion, encouraging community engagement and key participation of the CHAs.

Keywords: Primary Health Care; Community Health Agents; Multiprofessional Team; Health Education; Diffusion of Innovation.

RESUMEN:

El distanciamiento social fue una estrategia fundamental en el enfrentamiento a la pandemia de la Covid-19, y tal medida hizo urgente reconfigurar los procesos de trabajo de los equipos de Atención Primaria de Salud (APS) del Sistema Único de Salud (SUS), siendo el Agente Comunitario de Salud (ACS) una figura clave para mantener viva la comunicación con los usuarios. En este contexto, la realización de episodios de podcast aparece como una forma de propiciar un diálogo accesible, cercano, libre, objetivo, vinculado a las principales necesidades cotidianas de las personas que habitan el territorio. Este relato de experiencia tiene como objetivo presentar cómo se construyó el podcast “Comunicast”, demostrar su potencial y incentivar a los servicios de APS a desarrollar prácticas creativas que utilicen la tecnología como aliada al trabajo de los ACS y del equipo multidisciplinario desde la perspectiva de la educación en salud. Se detalla el proceso de elaboración del podcast por parte de los residentes de una Unidad Básica de Salud. Su propósito inicial fue fortalecer el contacto con la población asignada a su territorio durante la pandemia y, durante el primer año de su desarrollo (2020), se percibieron otros propósitos, considerando su amplio potencial. El equipo que produce los programas incluye residentes en Medicina Familiar y Comunitaria (FCM) y Residencia Multiprofesional en APS, ACS y estudiantes de medicina. El “Communicast” es una experiencia que intensifica las posibilidades creativas en un servicio de APS, utilizando tecnologías audiovisuales para establecer formas innovadoras de comunicación con sus usuarios, desde la perspectiva de la promoción de la salud, fomentando el compromiso comunitario y la participación clave de los ACS.

Palabras clave: Atención Primaria de Salud; Agente Comunitario de Salud; Equipo Multiprofesional, Educación para la Salud; Difusión y Innovación.

INTRODUÇÃO

A propagação de informações confiáveis sobre as práticas de prevenção do contágio da Covid-19 – como o uso de máscaras e álcool em gel, o distanciamento social e a importância das vacinas – foi questão fundamental para a contenção mais efetiva e rápida do número de contaminações durante a pandemia. A necessidade de distanciamento tornou imprescindível o

remodelamento da vida em sociedade, incluindo os processos de trabalho das equipes de Atenção Primária à Saúde (APS) do Sistema Único de Saúde (SUS), por se estabelecerem em um modelo territorial de cuidado em saúde. Nesse contexto, os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) vêm representando, novamente, o seu papel de facilitadores de comunicação e conexão com os usuários, sendo responsáveis pela escuta, pela organização das principais dúvidas e pela disseminação das práticas preventivas necessárias.

Nos últimos tempos, a tecnologia tornou-se aliada fundamental dos profissionais de saúde, permitindo que dados qualificados chegassem à população, bem como se iniciasse uma nova etapa na APS: a era das consultas remotas. Como bem relatado por Ferraretto e Morgado em seu guia de comunicação na pandemia: “Isolados fisicamente em suas residências, mas conectados uns aos outros via tecnologia, os seres humanos precisam da companhia virtual e da orientação precisa oferecida pela mídia qualificada¹⁽⁹⁾”.

A capacidade de comunicação com os usuários durante o período inicial da quarentena foi um dos desafios a serem vencidos pelas equipes do SUS - destarte, foi criado, na Unidade Básica de Saúde Santa Cecília, o "*Comunicast - Comunicar com a comunidade*", o qual foi submetido e aprovado como projeto de extensão da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). A intervenção do tipo *podcast* comunitário foi inicialmente desenhada por residentes em Medicina de Família e Comunidade (MFC) do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), tendo como um dos principais pilares de seus episódios a participação dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS). Essa iniciativa foi inspirada em experiências de outras unidades de saúde com rádios comunitárias e tem sido continuamente supervisionada por médicas e professoras da Faculdade de Medicina da UFRGS. Desde a sua criação, o projeto se propõe a incluir continuamente pessoas interessadas, dando ênfase à sua característica multiprofissional, tornando-se, portanto, espaço de integração do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (incluindo os núcleos

de Nutrição, Enfermagem, Farmácia e Serviço Social), além de campo de prática da Coordenação de Extensão da Liga Acadêmica de Medicina de Família e Comunidade da UFRGS.

O *podcast* comunitário objetiva auxiliar a equipe de atenção primária da Unidade Básica de Saúde (UBS) Santa Cecília a compartilhar informações qualificadas com seus usuários, frente à necessidade de manutenção do distanciamento social e, também, do desejo de aproximar-se dos usuários, contando com os ACS como protagonistas da aproximação com a população adscrita. Considerando o importante papel da prevenção e da promoção da saúde, evidenciado pelo cenário da pandemia de Covid-19, busca-se, na confecção dos episódios do *podcast*, um diálogo acessível, próximo, gratuito, objetivo e ligado às principais necessidades cotidianas das pessoas que habitam o território. Dessa forma, o presente relato de experiência visa apresentar como ocorreu a construção do *podcast* Comunicast, demonstrar seus potenciais e estimular os serviços de APS a desenvolverem práticas criativas que utilizem a tecnologia como aliada ao trabalho dos ACS e da equipe multiprofissional na perspectiva da educação em saúde.

1 Desenvolvimento

As rádios comunitárias representaram o início de uma nova forma de interação com a população no que tange à educação em saúde^{2,3}: vozes conhecidas e ouvidos conhecidos - assim se cria uma rede de conhecimentos, sentimentos e informação qualificada. Quando se fala em rede, torna-se imprescindível trazer à tona o protagonismo do Programa de Agentes Comunitários de Saúde (PACS), estabelecido pelo Ministério da Saúde em 1991, a partir do qual se criou uma categoria de trabalhadores formada pela e para a própria comunidade: os Agentes Comunitários de Saúde (ACS)^{4,5}. Nesta ótica, destacamos a importância de cada indivíduo poder comunicar, pois se sabe que quem melhor possui capacidade para abordar a realidade de uma

comunidade é, justamente, quem a experimenta em seu cotidiano^{6,7}. “Assim, são capazes de mobilizar a população a buscar melhorias na qualidade de vida, formando identidade coletiva, abrindo espaço para a exigência de direitos e mudanças no que não está sendo cumprido nem atendido. Através das rádios comunitárias, pessoas e vozes que dificilmente são ouvidas nas redes comerciais têm espaço para suas manifestações”⁸⁽¹⁰⁾.

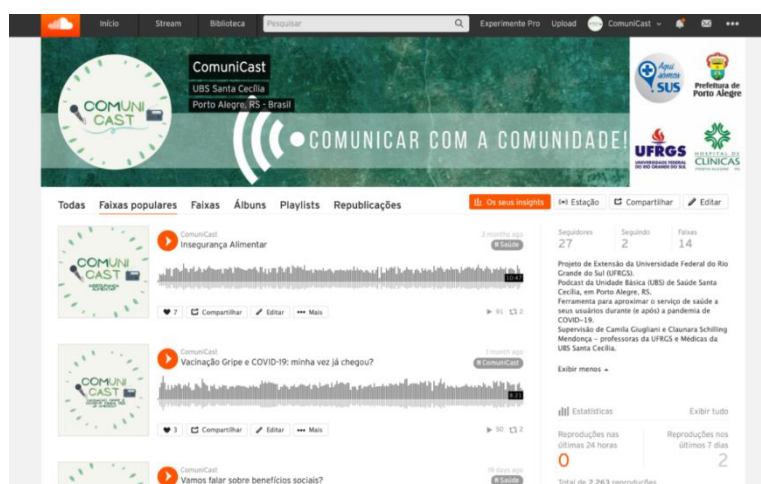
Assim, estabelece-se um belo e curioso paralelo entre as rádios comunitárias e os trabalhadores do PACS. Os ACS, como agentes transformadores, assumem na comunidade diversas funções e simbolismos - moradores, reivindicadores de direitos sociais, fiscais, familiares, representantes dos usuários diante das instituições públicas profissionais da saúde - estando aqui também contida a resistência no que diz respeito à luta de classes. São agentes educadores e, por isso, transformadores de realidades, que se comprometem com a veiculação de informações que auxiliem a população no enfrentamento do processo de adoecimento, bem como na promoção e manutenção de uma saúde integral - este é o elo potencializador que há entre os ACS e o projeto Comunicast.

A intitulação "Comunicast - Comunicar Com a Comunidade" foi concebida a partir da ideia de que a ferramenta seria distribuída para os usuários da unidade em formato de *podcast*. O *podcasting*⁹ é uma forma de mídia organizada em produções de áudio, que tem a internet como local de sustentação, desempenho e disseminação. Assim, tornou-se uma alternativa digital gratuita para as já estabelecidas rádios comunitárias, representando uma possibilidade notável de disseminação de informação, em especial no período de quarentena imposto pela pandemia da Covid-19. Ademais, carregar no nome e no *slogan* o prefixo "comuni" ressalta nosso interesse em manter a comunidade como centro de nosso fazer na APS. A identidade visual foi inspirada na cor verde, a qual carrega consigo o símbolo de formação nas mais diversas áreas da saúde.

Após a ideia inicial de criação do projeto ser discutida entre os residentes de MFC da UBS Santa Cecília e suas orientadoras, decidiu-se realizar um encontro virtual com a equipe responsável pelo projeto "Fica em Casa" da UBS Costa e Silva, do Serviço de Saúde Comunitária (SSC) do Grupo Hospitalar Conceição (GHC)¹⁰, a fim de conhecer o processo de idealização, de construção e de gravação dos seus programas, que começaram a ir ao ar alguns meses antes. A reunião foi um espaço de extrema relevância para nosso projeto; o relato de algumas das agentes comunitárias da unidade Costa e Silva impulsionou-nos a trazer os ACS da Unidade Santa Cecília para local de destaque na produção de nossos episódios.

Os episódios de gravação de áudio, com duração de 5 a 15 minutos, são publicados na plataforma de *streaming Soundcloud* - de acesso fácil, rápido e gratuito - evidenciando, assim, o acesso a informações qualificadas e a democratização das mídias como alicerce do projeto. A equipe que produz os programas é composta por residentes em MFC e da Residência Multiprofissional em APS do HCPA, ACS e acadêmicos de Medicina. Outros membros da equipe da UBS, assim como usuários, podem fazer parte da programação, sugerindo temas, auxiliando na elaboração de roteiros e participando das gravações.

Figura SEQ Figura * ARABIC 1 - Captura de tela do perfil do projeto Comunicast na Plataforma Soundcloud



A preparação de cada episódio envolve, primeiramente, a escolha da temática - assuntos são conjuntamente elencados em um grupo do *WhatsApp* com os responsáveis pelo projeto, buscando, no contexto da semana e/ou mês, qual é a informação prioritária a ser disseminada, quais são as principais dúvidas da população adscrita e os motivos de demanda para a unidade de saúde. Após serem enumerados os assuntos em voga, grupos de trabalho (GTs) específicos são formados para cada episódio. Inicia-se, então, por meio da ferramenta *Google Drive*, a escrita coletiva do roteiro, que necessita de busca de referências sobre o assunto, de seleção dos dados mais relevantes, bem como da estruturação de falas que sejam de fácil compreensão, já que se preza pela competência cultural –importante atributo da APS. Dessa forma, a elaboração do episódio tenta dar ênfase à coloquialidade, à objetividade e ao entretenimento.

A gravação das falas é feita em local silencioso, utilizando como dispositivo de captação o gravador do telefone celular, método sem custo e de alta disponibilidade para os integrantes do projeto. Depois de serem reunidos os arquivos em nuvem de armazenamento online, inicia-se a edição de áudio pelo programa *Audacity*, *software* gratuito disponível para *download* na internet. Uma oficina de capacitação para o processo de edição também foi realizada entre os integrantes do projeto, objetivando uma melhor divisão de tarefas e a democratização do processo de criação e montagem.

Com o lançamento do projeto, ocorreu a movimentação dos estudantes de medicina da Liga Acadêmica de Medicina de Família e Comunidade da UFRGS, que manifestaram interesse em ser parte ativa da construção dos roteiros e das gravações, assim como da edição de áudio e da divulgação dos conteúdos. Tal movimento fez com que essa experiência criativa de educação em saúde viesse a se tornar projeto de extensão vinculado à Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) no mesmo ano de sua criação e, por essa via, serão emitidos certificados de participação para os componentes de cada episódio lançado. Além disso, o estabelecimento de um cronograma que

priorizasse um processo multiprofissional contínuo na estruturação do projeto resultou em novos olhares e interações sobre os mais variados temas.

A partir da necessidade de impulsionar a propagação dos episódios, optou-se pela criação da página oficial do *podcast* no *Facebook* e de um perfil no *Instagram* (@comunicast.ufrgs), buscando maior abrangência de públicos e atingindo faixas etárias diferentes em cada rede social. Atualmente, além de abrigar o conteúdo de áudio, os perfis tornaram-se espaços para divulgação de materiais de prevenção e de promoção à saúde. As postagens contendo os episódios são compartilhadas com as usuárias e os usuários majoritariamente através do *WhatsApp* das(os) ACS, por meio de listas de transmissão. Vale ressaltar que as ACS são as profissionais que guardam o maior número de contatos telefônicos da população adscrita ao território da unidade.

Figura SEQ Figura * ARABIC 2 - Captura de tela de postagem informativa sobre a lista de comorbidades dos grupos prioritários para a vacinação contra a Covid-19, tendo as pessoas do território como público-alvo, do perfil do Comunicast no *Instagram*



Nas Figuras 1 e 2, ilustram-se os layouts e a identidade visual do projeto nas plataformas de mídia *Soundcloud* e *Instagram*, respectivamente.

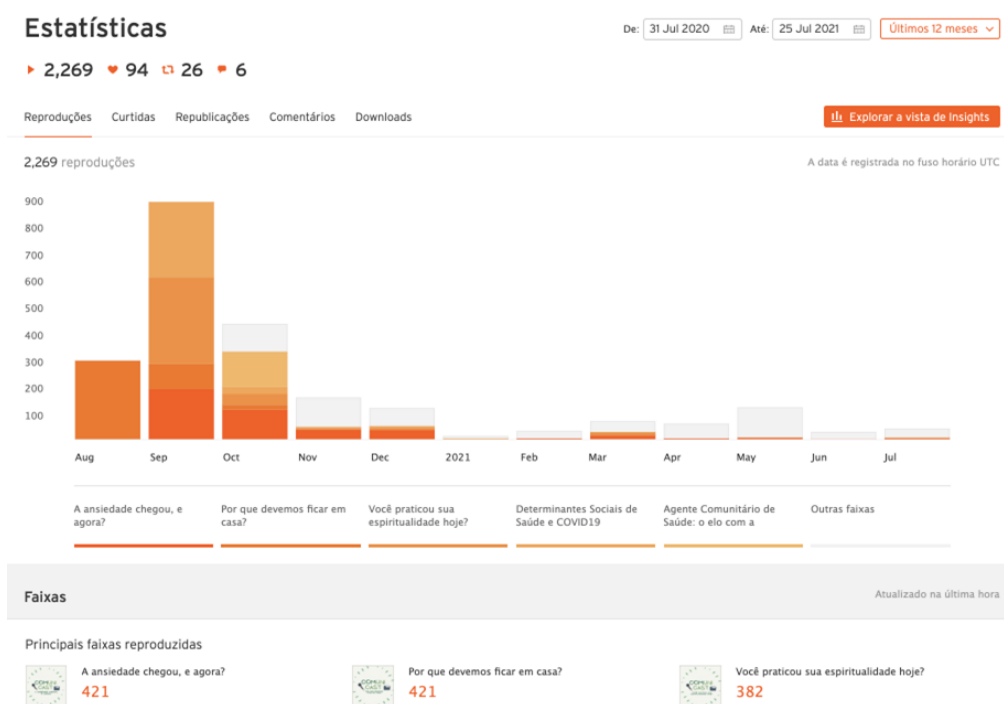
Até o momento, os programas abordaram variados temas, listados no *Quadro 1*, em ordem de publicação.

Quadro 1 - Episódios do projeto Comunicast lançados até julho de 2021

Data de lançamento	Título do episódio
02/08/2020	Por que devemos ficar em casa?
31/08/2020	Determinantes Sociais de Saúde e Covid-19
07/09/2020	Você praticou sua espiritualidade hoje?
15/09/2020	A ansiedade chegou, e agora?
03/10/2020	Quando devo testar para Covid-19?
04/10/2020	Agente Comunitário de Saúde: o elo com a comunidade!
12/10/2020	Saúde da Criança na Covid-19
19/11/2020	Visibilidade da População Negra no SUS
20/12/2020	Fiz sexo sem camisinha: e agora?
01/02/2021	Por que nos vacinamos?
14/03/2021	Parar de Fumar: Primeiros Passos
19/04/2021	Insegurança Alimentar
26/05/2021	Vacinação para gripe e Covid-19: minha vez já chegou?
06/07/2021	Vamos falar sobre benefícios sociais?

O primeiro programa, intitulado "Por que devemos ficar em casa?", datado de agosto de 2020, conta com 421 execuções na plataforma de áudio, sendo um dos mais reproduzidos até julho de 2021. O episódio demarcou informações relevantes no que se refere ao distanciamento social durante o primeiro grande pico de casos de coronavírus. Além disso, destacamos o episódio "Agente Comunitário de Saúde: o elo com a comunidade!", cujo roteiro foi desenvolvido para contar um pouco sobre a história desses trabalhadores no SUS, assim como seu importante papel como profissional de saúde comunicador e educador: antes, durante e após a pandemia da Covid-19. Tal programa foi lançado no dia 04 de outubro, data em que se comemora o Dia Nacional do ACS, e possui mais de 130 execuções na plataforma. Quando contabilizados todos os episódios, já são 2.269 reproduções (Figura 3)

Figura SEQ Figura * ARABIC 3 - Estatísticas referentes às reproduções dos programas do projeto Comunicast até julho de 2021 geradas através de recurso da plataforma de áudio Soundcloud



Ainda, é importante destacar que os episódios são utilizados para fins terapêuticos durante as consultas multiprofissionais, por contarem com temáticas altamente relevante se prevalentes nos cuidados em saúde. Exemplo disso é o episódio “A ansiedade chegou, e agora?”, programa que abordou o conceito de ansiedade, seus principais sintomas e estratégias para manejá-la durante a pandemia. Ao final, o episódio conta com um trecho de uma sessão de musicoterapia, o que agrega, ademais, a visão de saúde integrativa¹¹, multiprofissional e criativa que a equipe responsável pelo *podcast* sustenta.

CONCLUSÃO

O *podcast* “Comunicast” experimenta as capacidades criativas dos profissionais, dos estudantes e dos usuários em um serviço de APS, utilizando a inovação audiovisual para estabelecer novas estratégias de comunicação com seus usuários, na perspectiva da educação e da promoção de saúde, com estímulo ao engajamento comunitário. A experiência aponta que pode ser considerada uma ferramenta potencializadora do trabalho dos ACS da UBS Santa Cecília, durante e após o período de pandemia.

Entre as dificuldades encontradas, destacamos que as iniciativas de cunho coletivo e comunitário ocupam papel secundário na formação do residente, especialmente na residência médica, quando comparadas às atividades assistenciais diretas.– Assim, foi preciso enfrentar: a falta de horário reservado para desenvolvimento do projeto; a pouca participação do restante da equipe Unidade Básica de Saúde, devido à sobrecarga envolvida no processo de trabalho; a ausência de recursos financeiros para a realização e divulgação do *podcast*; e a situação de vulnerabilidade social em que se encontra parte da população-alvo do projeto, com conseqüente dificuldade de acesso às tecnologias.

Para superar essas dificuldades, utilizamos meios gratuitos (*softwares* de áudio e plataformas de distribuição de mídia), tanto para lidar com a

limitação de financiamento, como para aumentar a disponibilidade do material junto ao público por meio de seus próprios dispositivos. A dificuldade inicial de centralização da edição dos áudios em um único integrante do projeto foi parcialmente superada com a capacitação dos estudantes de medicina, que passaram a também realizar a tarefa de forma eficiente e sem custos adicionais.

Apesar de o programa mostrar-se, no cotidiano do trabalho da equipe, como importante recurso de comunicação comunitária, entendemos que é de suma importância a realização de estudos que demonstrem seu impacto, a fim de evidenciar quantitativamente o papel da estratégia digital na APS. Como limitação do projeto de extensão, podemos citar a ausência de dados relativos ao tempo de reprodução dos episódios por usuário, aos compartilhamentos efetuados entre os usuários e ao nível de satisfação com o conteúdo recebido. Para a obtenção desses dados, são necessários suportes não gratuitos na plataforma. Entretanto, no que diz respeito ao processo de construção de cada episódio, percebemos o quanto esta iniciativa foi capaz de reforçar a integração entre os diferentes profissionais da equipe e os acadêmicos. Finalmente, esperamos com este relato, expressar a nossa gratidão pela parceria dos agentes comunitários e reforçar nosso apoio na luta para uma melhor valorização desses profissionais. Dentre os planos futuros, a elaboração de uma oficina de criação de *podcast* para unidades de saúde é uma ideia a ser executada pelos integrantes do projeto, apostando nas novas formas de educação em saúde do mundo digital para o mundo real.

REFERÊNCIAS

- 1- Ferraretto LA, Morgado F. Covid-19 e comunicação: um guia prático para enfrentar a crise [Internet]. Rio de Janeiro: Válega; 2020. [cited 2021 Oct 15]. Available from: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/213925/001118081.pdf?sequence=1>.
- 2- Prado EV, Martins FL, Mattos MCT, et al. Construindo cidadania: educação popular em saúde via rádio comunitária. Rev APS. [Internet].

- 2011 [cited 2021 Oct]; 14(4):497-501. Available from:
<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15059/7966>.
- 3- Conrad KQ, Fossá MIT. A (re)configuração do espaço público nas ondas das rádios comunitárias. In: Anais do XII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sul [Internet]; 2011 Mai 26; Londrina, Paraná: Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação; 2011. Available from:
<http://www.intercom.org.br/papers/regionais/sul2011/resumos/R25-1033-1.pdf>.
 - 4- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2012.
 - 5- Giugliani C, Lavor ACH, Lavor MC, et al. Agentes Comunitários de Saúde. In: Duncan BB, Schmidt MI, Giugliani ERJ, et al. Medicina Ambulatorial: Condutas de Atenção Primária Baseadas em Evidências. Porto Alegre: Artmed; 2013. p. 150-162.
 - 6- Jardim TA, Lancman S. Subjective aspects of living and working within the same community: the realities experienced by community healthcare agents. *Interface (Botucatu)* [Internet]. 2009;13(28):123-135. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1414-32832009000100011>.
 - 7- Cardoso AS, Nascimento MC. Comunicação no Programa Saúde da Família: o agente de saúde como elo integrador entre a equipe e a comunidade. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2010; 15(1):1509-20. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000700063>.
 - 8- Girard I, Jacobus R, Rocha BL, et al. Para fazer rádio comunitária com “C” maiúsculo [Internet]. Porto Alegre: Revolução de Ideias; 2009 [cited 2021 Oct] 80p. Available from:
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/storage/materiais/0000012420.pdf>.
 - 9- Flores TCP. A nova mídia podcast: um estudo de caso do programa Matando Robôs Gigantes [undergraduate thesis]. Rio de Janeiro: Escola de Comunicação – ECO, Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2014. 45 p. [cited 2021 Oct]. Available from:
<https://pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/4379/1/TFlores.pdf>.
 - 10- Blog do Costinha - Fica em Casa: primeiro programa. 2020 Apr. 18 [cited 2021 Oct] [Internet]. Available from:
<https://uscostinha.blogspot.com/2020/04/fique-em-casa-programa-1.html>

- 11- Lima KMSV, Silva KL, Tesser CD. Práticas integrativas e complementares e relação com promoção da saúde: experiência de um serviço municipal de saúde. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [Internet]. 2014; [cited 2021 Oct]; 18(49):261-272. Available from: <https://doi.org/10.1590/1807-57622013.0133>.