

## @SALASSEMTEÍDIO: A DIVULGAÇÃO TÉCNICAS E TEORIAS DE UM ENSINO MAIS EFICAZ ATRAVÉS DO INSTAGRAM. RELATO DE EXPERIÊNCIA DE DISCENTES DO MESTRADO ENSINO NA SAÚDE

### @SALASSEMTEÍDIO: Disseminating Techniques and Theories for More Effective Teaching Through Instagram — An Experience Report by Students of the Master's Program in Health Education

**Alex Monteiro de Sousa**<sup>1</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

**Ana Cynde Sampaio Gomes da Silva**<sup>2</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

**Gabrielle Cavalcante Caminha**<sup>3</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

**Maria Caroline Pinho Nogueira**<sup>4</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

**Mateus Jereissati Pinho**<sup>5</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

**Cleide Carneiro**<sup>6</sup>

Universidade Estadual do Ceará- UECE, Fortaleza, CE, Brasil

## RESUMO

Atualmente, a necessidade de transpor os métodos tradicionais de ensino-aprendizado, caracterizados pela passividade do aluno, tem levado à utilização de métodos de ensino inovadores e Tecnologias de Informação e Comunicação (TICS), com utilização de redes sociais, como uma estratégia de educação em saúde capaz de democratizar o acesso à informação e promover mudanças reais de comportamento. Foi então criado um perfil no Instagram, o @SalasSemTédio, concebido sob a ótica da transformação de especialistas em "Professores Inesquecíveis", utilizando o potencial das mídias digitais para disseminar práticas andragógicas e metodologias ativas. O trabalho apresentado trata-se de um estudo descritivo, de natureza qualitativa, do tipo relato de experiência, que descreve a vivência de cinco discentes, de múltiplas áreas de formação, realizado em outubro de 2025, como atividade do Mestrado Profissional em Ensino na Saúde (UECE). Ao longo dos 16 dias de atividade da página foram realizadas postagens de

<sup>1</sup> Mestrando em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6419499199038721>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4670-0905> E-mail: [alex.hematoped@gmail.com](mailto:alex.hematoped@gmail.com)

<sup>2</sup> Mestranda em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4254617047294131>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6358-5296> E-mail: [cyndesampaio@gmail.com](mailto:cyndesampaio@gmail.com)

<sup>3</sup> Mestranda em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6111752699627910>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-9690-8218> E-mail: [caminhagabrielle@gmail.com](mailto:caminhagabrielle@gmail.com)

<sup>4</sup> Mestranda em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6369810338166758>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1393-813X> E-mail: [carolnogueyra@hotmail.com](mailto:carolnogueyra@hotmail.com)

<sup>5</sup> Mestrando em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9875891144000570>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-5660-8146> E-mail: [mateusjp9@gmail.com](mailto:mateusjp9@gmail.com)

<sup>6</sup> Docente/ Orientadora do Curso de Mestrado Profissional em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (CMEPES/UECE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7305279180111924>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7095-1691> E-mail: [cleide.carneiro@uece.br](mailto:cleide.carneiro@uece.br)



conteúdos diários no feed e nos storys do perfil, em um total de 18, com formatos de imagens e textos descritivos, bem como de vídeos expositivos, atingindo um total de 137 seguidores, 16,7 mil visualizações dos variados conteúdos e 680 interações com os usuários do Instagram, a maioria incluídos na faixa etária entre 25 a 44 anos e no gênero feminino. A integração das TICS ao ensino na saúde possibilita a conexão de redes sociais ao aprendizado, permitindo transformar a distração em ferramenta pedagógica, criando espaços de troca acessíveis. Espera-se que este relato inspire outros educadores a explorar as infinitas possibilidades que as TICs oferecem, garantindo que o ensino na saúde acompanhe a evolução digital da sociedade.

**Palavras-chaves:** Ensino-aprendizado inovador. Educação em saúde. Metodologias ativas. Andragogia.

## ABSTRACT

This experience report describes the creation of the Instagram profile @SalasSemTédio as an innovative strategy to enhance teaching and learning in health education. Designed to support the transformation of specialists into “unforgettable teachers”, the profile uses digital media to disseminate andragogical practices and active learning methodologies. This descriptive, qualitative experience report presents the work of five graduate students from different professional backgrounds, carried out in October 2025 as part of the Professional Master’s in Health Teaching at a public university in Brazil. Over a 16-day period, 18 posts were published in the feed and stories, including images, descriptive texts, and short expository videos, reaching 137 followers, 16.7 thousand content views, and 680 interactions, predominantly from women aged 25 to 44 years. The experience indicates that integrating information and communication technologies into health education enables the connection between social media and learning, transforming distraction into a pedagogical resource and creating accessible spaces for knowledge exchange. It is expected that this report will encourage other educators to explore the potential of digital technologies to ensure that health education keeps pace with the ongoing digital transformation of society

**Keywords:** Innovative teaching-learning. Health education. Active methodologies. Andragogy.

## 1 Introdução

O cenário contemporâneo da educação em saúde atravessa um período de profunda reestruturação. Como consequência, cresce a necessidade de métodos de ensino que superem a passividade do modelo tradicional. Nesse contexto, as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) deixam de ser meros acessórios para se tornarem aliadas fundamentais da formação profissional, destacando-se, entre elas, as Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) e o uso das metodologias ativas (Silva, 2020).

Para um processo efetivo de ensino-aprendizagem, exige-se a

transposição do conhecimento acadêmico para linguagens acessíveis, especialmente na área da saúde. No cenário atual, a popularização da ciência por meio das redes sociais apresenta-se como estratégia eficaz para engajar profissionais que buscam aprimorar sua prática docente.

O presente relato descreve a criação do perfil @SalasSemTédio, voltado à formação de especialistas como professores capacitados para o ensino de adultos. A iniciativa fundamenta-se nos princípios da Andragogia, que compreende o aprendizado do adulto como um processo autodirigido e orientado para problemas reais. Como afirma Freire (1996), “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou construção”.

No campo da saúde, essa premissa é essencial. A formação de profissionais exige engajamento que vá além da memorização técnica, alcançando a capacidade crítica e reflexiva. A utilização de redes sociais, especificamente o Instagram, surge como estratégia de educação em saúde capaz de democratizar o acesso à informação e promover mudanças reais de comportamento. O perfil @SalasSemTédio foi concebido sob essa perspectiva: transformar especialistas em “professores inesquecíveis”, utilizando o potencial das mídias digitais para disseminar práticas andragógicas e metodologias ativas.

A problemática central que norteia esta experiência é o “tédio” recorrente em salas de aula frequentadas por adultos, nas quais profissionais altamente qualificados, muitas vezes, não conseguem engajar seus alunos por desconhecerem as especificidades do ensino para esse público. Assim, o presente trabalho busca relatar a construção de um canal que utiliza ludicidade e interatividade para conectar a teoria educacional à prática cotidiana do ensino na saúde.

## 2 Metodologia

O trabalho apresentado trata-se de um estudo descritivo, de natureza qualitativa, do tipo relato de experiência, que descreve a vivência de cinco discentes, de diferentes áreas de formação, no processo de construção de uma

e-ISSN: 3085-8666

© 2024 by Associação Igreja Adventista Missionária – AIAMIS is licensed under Creative Commons Attribution 4.0 International



das avaliações da disciplina “Tecnologias da Informação e Comunicação Aplicadas ao Ensino”, integrante da matriz curricular do Curso de Mestrado Profissional em Ensino na Saúde (CMEPES) da Universidade Estadual do Ceará (UECE).

O relato de experiência constitui um tipo de escrita acadêmica relevante para a sistematização e a socialização do conhecimento, uma vez que toma a experiência como ponto de partida para a construção da aprendizagem e articula a uma fundamentação teórico-metodológica, favorecendo a reflexão crítica acerca de práticas científicas e/ou profissionais vigentes (Mussi et al., 2021).

A disciplina Tecnologias da Informação e Comunicação Aplicadas ao Ensino ocorreu entre os dias 03 e 18 de outubro de 2025. Entre as atividades avaliativas, propôs-se a criação, por grupos de discentes, de uma página pública na rede social Instagram voltada à abordagem de uma temática específica, com ações a serem desenvolvidas entre 04 e 18 de outubro de 2025. No encerramento da disciplina, em 19 de outubro de 2025, cada grupo apresentou sua experiência e os resultados obtidos com a produção do perfil na rede social, promovendo trocas de vivências e reflexão crítica entre os discentes responsáveis pelas diferentes páginas.

O grupo participante deste estudo optou por abordar técnicas e teorias de ensino direcionadas à educação de adultos, com a finalidade de fornecer informações à população em geral e, especialmente, ao público de educadores que atuam com aprendizes dessa faixa etária. Foi escolhido o nome da página **Salas Sem Tédio**, bem como uma linguagem visual com imagens lúdicas, descrições informativas de fácil leitura e uma paleta de cores padronizada, capaz de capturar a atenção do usuário e estimular o acompanhamento do perfil. Como parte do planejamento, definiu-se um calendário editorial que previa uma publicação diária nos stories, com duração de 24 horas, e no feed, compondo a estrutura fixa do perfil.

Os materiais utilizados para a construção do projeto incluíram artigos provenientes de bases virtuais, como SciELO, PubMed e Google Acadêmico,

além do acervo de materiais compartilhados ao longo das disciplinas do CMEPES. Também foram empregadas ferramentas de inteligência artificial, como *Gemini* e *NotebookLM*, que auxiliaram na organização das informações e na criação de imagens. O bloco de notas foi utilizado para a elaboração de textos autorais.

O processo de desenvolvimento do perfil @SalasSemTédio seguiu planejamento estruturado em etapas distintas, descritas a seguir:

1. **Ideação e fundamentação teórica:** A equipe, de caráter multidisciplinar, partiu da premissa de que o engajamento ocorre quando o conteúdo é percebido como relevante pelo receptor. O foco central foi estabelecido na Andragogia, a arte de ensinar adultos, em contraposição à pedagogia tradicional.
2. **Desenvolvimento da identidade visual e planejamento editorial:** Definiu-se uma paleta de cores e um estilo de linguagem voltados à ludicidade e à simplicidade. O planejamento incluiu um calendário editorial sistematizado, prevendo postagens diárias no feed e nos stories, a fim de garantir regularidade de publicação e visibilidade do conteúdo.
3. **Seleção de ferramentas tecnológicas:** Para a produção dos conteúdos, utilizou-se um ecossistema digital composto por:
  - o **Canva:** criação de templates visuais e apresentações;
  - o **CapCut:** edição de vídeos dinâmicos (reels);
  - o **Gemini e NotebookLM:** apoio à curadoria de conteúdos e à estruturação de textos;
  - o **Bloco de notas e WhatsApp:** comunicação interna da equipe e elaboração de rascunhos de roteiros.

A execução do projeto ocorreu durante o período letivo, com foco no crescimento orgânico e na interação direta com os seguidores por meio de caixas de perguntas e comentários.

### 3 Resultados e Discussão

A página do Instagram @SalasSemTédio foi criada no primeiro dia da

disciplina **Tecnologias da Informação e Comunicação Aplicadas ao Ensino**. Entre os membros da equipe, definiu-se a temática, escolhida devido à relevância da divulgação de informações sobre teorias e metodologias de ensino eficazes para adultos, em consonância com os aprendizados desenvolvidos ao longo do ano no CMEPES.

Com o objetivo de alcançar maior engajamento com o tema, optou-se pelo nome **Salas Sem Tédio** e por uma descrição na biografia que convidasse o seguidor a acessar um guia prático e resolutivo.

Além disso, com o auxílio de ferramentas de inteligência artificial, a partir de comandos relacionados à temática, ao público-alvo e às características de adesão de usuários do Instagram, foram criadas a logomarca específica da página e a paleta de cores gráfica, com o intuito de produzir uma identidade visual (Figura 1).

**Figura 1:** Perfil do Instagram @SalasSemTédio



**Fonte:** Elaborada pelo autor, 2026

Ao longo dos 16 dias de atividade da página, foram realizadas postagens diárias de conteúdos no feed e nos stories do perfil, totalizando 18 publicações, em formatos de imagens com textos descritivos e vídeos expositivos. A equipe elaborou um cronograma com os temas publicados no perfil @SalasSemTedio para a atividade, detalhado no Quadro 1 a seguir:

**Quadro 1** - Temas publicados no perfil @SalasSemTedio

Dia 1	Imagem com logo da página e convite inicial
Dia 2	Foto coletiva e individual apresentando os criadores da página
Dia 2	Vídeo em formato de reels apresentando um futuro manual sobre metodologias para o aprendizado de adultos
Dia 3	Imagem autoral de um dos componentes da equipe em formato de charge, convidando à novo aprendizados no ensino para adultos
Dia 3	Primeiro vídeo do manual: diferença entre ensino para adultos e crianças
Dia 4	Imagem, quadro explicativo e descrição explicando diferenças entre a pedagogia e a andragogia
Dia 4	Segundo vídeo em formato de manual sobre diferenças entre pedagogia e andragogia
Dia 5	Terceiro vídeo em formato de manual sobre os princípios da andragogia
Dia 5	Imagem e descrição sobre a importância do plano de aula
Dia 6	Imagem autoral de um dos componentes da equipe citando e homenageando Paulo Freire
Dia 7	Quarto vídeo em formato de manual sobre aplicações prática da teoria andragógica
Dia 8	Imagem e descrição sobre a importância de centralizar o processo do aprendizado no aprendiz
Dia 9	Fotos dos componentes da equipe em atividade nas apresentações de trabalhos em evento acadêmico
Dia 10	Imagem e descrição sobre as metodologias ativas
Dia 11	Imagem e descrição sobre o dia das crianças, relacionando o que pode-se apreender também do ensino de crianças
Dia 12	Imagem e descrição sobre a técnica de ensino estudo de caso
Dia 13	Imagem e descrição sobre a técnica de ensino sala de aula invertida
Dia 14	Imagem e descrição estimulando a programação metodológica do ensino direcionada aos objetivos dos aprendizes

**Fonte:** Elaborada pelo autor, 2026.

O roteiro de conteúdo foi organizado de forma diversificada, contemplando diferentes formatos de apresentação, o que conferiu dinamicidade à constituição da página. Os vídeos publicados em *reels* foram concebidos como manuais rápidos, abordando temas relacionados às metodologias de ensino para adultos e à andragogia, em conteúdos interligados de maneira seriada.

Técnicas de aprendizagem foram exploradas por meio de descrições nas postagens, que incluíam imagens atrativas criadas com o auxílio de ferramentas de inteligência artificial, direcionadas por comandos relacionados ao conteúdo abordado. Outras publicações apresentaram os membros criadores do perfil, tanto em sua atuação profissional quanto em atividades acadêmicas.

Uma postagem utilizou a data comemorativa do Dia das Crianças, amplamente abordada na rede social naquele período, para relacionar semelhanças e diferenças entre os processos de aprendizagem de adultos e crianças.

Também foi oportunizada a citação de um dos mais notórios estudiosos da educação, Paulo Freire, no mês em que celebraria seu aniversário, por meio da publicação de uma imagem autoral produzida por um dos integrantes da equipe.

O trabalho com o perfil do Instagram @SalasSemTédio apresentou, ao final do período acordado de manutenção da página na disciplina **Tecnologias da Informação e Comunicação Aplicadas ao Ensino**, um total de 137 seguidores, 16,7 mil visualizações dos conteúdos e 680 interações com usuários do Instagram.

A maioria dos seguidores situou-se na faixa etária de 25 a 44 anos, predominantemente do gênero feminino. Os dias e horários de maior atividade concentraram-se entre quarta-feira e sexta-feira, no período das 12h às 18h. A publicação que gerou maior engajamento foi a apresentação dos membros da equipe, com fotos coletivas e individuais (Figura 2).

Figura 2 - Estatísticas do perfil @SalasSemTedio



Fonte: Elaborada pelo autor, 2026.

A faixa etária das pessoas que interagiram com a página demonstrou o interesse crescente pelo tema dentro da população economicamente produtiva, e consumidora de conteúdo digital, cada vez mais presente no cotidiano. Evidenciou também que o uso de redes sociais tem se tornado uma ferramenta facilitadora e às vezes necessária para atuação profissional, em um mercado de trabalho cada vez mais competitivo.

Embora o uso de tecnologias também esteja persistentemente presente nos meios acadêmicos de ensino superior e pós-graduação, a utilização de tecnologias, não somente como meio de acesso a matérias de estudo, mas como ferramenta integrante da estratégia de ensino, pode permitir novas e mais abrangentes abordagens do processo ensino-aprendizagem, mais condizentes com o aprendizado de adultos, devido à maior flexibilidade, facilidade de acesso e eficiência (Wang, Torrissi-steele, Reinsfield; 2020).

Fica evidente também a busca pela microaprendizagem (*“microlearning”*), estratégia educativa presente em redes sociais através da produção de conteúdos que possam ser consumidos pelos usuários de maneira rápida e prática, como uma proposta pedagógica de conhecimento em pequenas quantidades. Adequar-se a estas novas modalidades de ensino-aprendizagem, passa a ser um dos grandes desafios contemporâneos (Moser et.al.; 2021).

#### 4 Considerações Finais

A construção do perfil @SalasSemTédio proporcionou aos mestrandos uma compreensão prática de como as TDICs podem ser integradas ao ensino na saúde para além da teoria. A experiência confirmou que o Instagram constitui uma ferramenta eficaz para a disseminação de informações e para a educação de um público que busca atualização profissional rápida e dinâmica.

Conclui-se que a “Sala Sem Tédio” não é apenas um conceito, mas uma necessidade na formação de educadores da saúde. A integração das redes sociais ao aprendizado permite transformar a distração em ferramenta pedagógica, criando espaços de troca que ultrapassam as barreiras físicas da universidade.

Espera-se que este relato inspire outros educadores a explorar as possibilidades oferecidas pelas TICs, contribuindo para que o ensino na saúde acompanhe a evolução digital da sociedade.

#### Referências

BACICH, L.; MORAN, J. **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. Porto Alegre: Penso, 2018.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

KNOWLES, M. S.; HOLTON III, E. F.; SWANSON, R. A. **Aprendizagem de resultados: uma abordagem prática para aumentar a efetividade da educação corporativa**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.

MOSER, A.; GUERRA, A.; KOLBE JUNIOR, A.; MEDEIROS, L.F. Microlearning: uma forma de ensino para o nosso tempo. In: AFONSO, G.B.; MEDEIROS, L.F.; SANTOS, R.O. **Educação e Tecnologias: potencialidades e limitações**. Curitiba-PR, ed. 1. Editora Bagai, 2021. 215p.

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Cláudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Práxis Educacional**, Vitória da Conquista, v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. DOI: 10.22481/praxisedu.v17i48.9010. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/9010>. Acesso em: 14

e-ISSN: 3085-8666

© 2024 by Associação Igreja Adventista Missionária – AIAMIS is licensed under Creative Commons Attribution 4.0 International



ago. 2023.

SILVA, A.J.C. **Guia prático de metodologias ativas com uso de tecnologias digitais da informação e comunicação**. Lavras : UFLA, 2020.

WANG, V.; TORRISI-STEELE, G.; REINSFIELD, E. Transformative learning, epistemology and technology in adult education. **Journal of Adult and Continuing Education** 0(0).2020.