

# EM PAUTA

## SAO CAMILO

# ALUNO NO CAMPUS, NOVOS MODELOS EDUCACIONAIS EM PRÁTICA

### ALUNO FAZ

O PROJETO  
EXTENSIONISTA  
"NÃO É UMA  
ESCOLHA"

### OBSERVATÓRIO

O AVANÇO DA  
PESQUISA  
NO CENTRO  
UNIVERSITÁRIO  
SÃO CAMILO

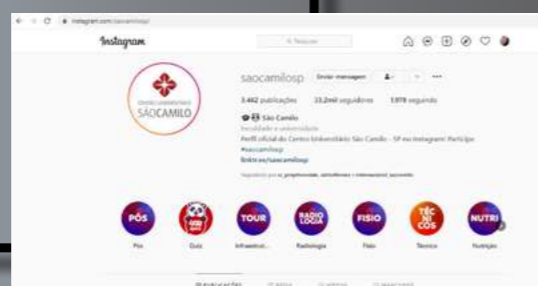
### INTERVIEW

MEDICINA DO SONO:  
RELAÇÃO COM  
A SAÚDE E  
DESCOBERTAS  
RECENTES

### EXTENSÃO

O ESTUDANTE  
PARA ALÉM  
DOS MUROS  
UNIVERSITÁRIOS

# Nos encontre nas redes!!!



 [saocamilosp.br](http://saocamilosp.br)

 [facebook.com/saocamilosp](https://facebook.com/saocamilosp)

 [instagram.com/saocamilosp/](https://instagram.com/saocamilosp/)

 [youtube.com/user/saocamilosp](https://youtube.com/user/saocamilosp)

 [linkedin.com/school/centro-universit-rio-s-o-camilo/](https://linkedin.com/school/centro-universit-rio-s-o-camilo/)

## Universidad Europea de Madrid e Zaragoza



Relações Internacionais firmou acordo com a Universidad Europea de Madrid e Zaragoza, oportunidade para os alunos camilianos estudarem no exterior através do programa de mobilidade acadêmica.

Nas últimas semanas, a São Camilo assinou um acordo de Cooperação com duas universidades espanholas: Universidade de Zaragoza e Universidade Europeia de Madri. Estes acordos preveem atividades em cooperação entre o nosso Centro Universitário e as universidades estrangeiras nos âmbitos acadêmicos, pesquisa e cultura.

“Estamos muito felizes com a ampliação dos convênios internacionais com estas duas instituições que são universidades com muito prestígio na Europa e com objetivos acadêmicos e científicos comuns com o do Centro Universitário São Camilo.

A tarefa do mapeamento de países e instituições consideradas estratégicas para o estabelecimento de cooperação é uma tarefa árdua, bem como o diálogo e negociações entre o departamento de relações internacionais e os agentes de negociação das universidades, porém, muito gratificante, pois, parcerias como estas são fundamentais para a promoção da internacionalização entre as Instituições de Ensino Superior e reforça ainda mais o nome do Centro Universitário São Camilo no cenário global de Educação Superior”.

Rayssa Rios

Assessora de Relações Internacionais  
Centro Universitário São Camilo

ADMINISTRAÇÃO SUPERIOR CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO

Prof. Me. João Batista Gomes de Lima (Reitor)

Anísio Baldesin (Vice-Reitor e Pró-Reitor Administrativo)  
Prof. Dr. Carlos Ferrara Junior (Pró-Reitor Acadêmico)

#### CONSELHO EDITORIAL

João Batista Gomes de Lima; Carlos Ferrara Junior; Luis Antonio Vilalta; Celina Camargo Bartalotti; Marcia Maria Gimenez; Aline de Piano; Leonardo Azevedo Alvares; Fábio Mitsuo; André Barros; Daniela Sakumoto; Bruna San Gregório.

#### COORDENAÇÃO E PRODUÇÃO EDITORIAL

Bruna San Gregório (Coordenadora Editorial);  
Cintia Machado dos Santos (Analista Editorial);  
Bruna Diseró (Assistente Editorial).

#### EM PAUTA SÃO CAMILO

São Paulo, 2022.  
Periodicidade Semestral  
Áreas: Ciência, Saúde, Inovação, Tecnologia  
Versão eletrônica - [saocamilo-sp.br/publicações](http://saocamilo-sp.br/publicações)

Tiragem 200 exemplares

O EM PAUTA SÃO CAMILO é uma publicação sob a responsabilidade do Setor de Publicações do Centro Universitário São Camilo - SP. Rua Raul Pompeia, 144 CEP: 05025-010 - São Paulo - SP - Brasil

E-mail: [publica@saocamilo-sp.br](mailto:publica@saocamilo-sp.br)



É PROIBIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DE TEXTOS, FOTOS, ILUSTRAÇÕES E INFOGRÁFICOS SEM PRÉVIA AUTORIZAÇÃO.

Envie suas perguntas para [secretariapublica@saocamilo-sp.br](mailto:secretariapublica@saocamilo-sp.br)

ISBN: 978-65-86702-24-8



## EDITORIAL

No dia 24 de Janeiro de 2022, Dia Internacional da Educação, a Organização das Nações Unidas (ONU) declarou que o fechamento de escolas impactou a vida de mais de 31 milhões de alunos. Foi destacado também que nos países em desenvolvimento, como no Brasil, a porcentagem de estudantes que abandonam os estudos, e que não sabem ler, pode aumentar de 53% para 70%.

A recente declaração retrata uma preocupação com a crise global na aprendizagem, porém sabe-se que não foi apenas a área educacional afetada pela COVID-19, mas também os demais campos como econômico, político e social. O cenário mundial mudou, mas ainda não é possível mensurarmos os efeitos a longo prazo deste período pandêmico.

Após quase dois anos de ensino remoto, as escolas, ensinos técnicos e instituições de ensino superior retomam as atividades presenciais. O que podemos esperar deste retorno?

Com o retorno do ensino presencial, trouxemos na matéria principal o tema “Aluno no campus, novas práticas educacionais”, assunto que nos faz refletir sobre essa “volta à normalidade” e o quão avançamos tecnologicamente, ainda que de maneira forçada, com o ensino remoto.

Seguindo essa tendência de reformulação tecnológica para atender às novas demandas, o Centro Universitário São Camilo inaugurou em abril o Novo Centro de Simulação Realística, uma metodologia de aprendizado inovadora que proporciona ao aluno camiliano uma formação de qualidade e com experiências próximas da realidade.

Após os desafios enfrentados pelos professores durante o período pandêmico, o Workshop de Integração Docente na Instituição aconteceu de forma híbrida, revelando a tendência para o retorno às atividades presenciais, combinando o físico e o virtual, representando também os caminhos da sociedade nesta fase de adaptação.

Uma grande parte dos estudantes aguardava com muita ansiedade pela retomada das aulas e isso tem uma justificativa: as aulas remotas proporcionam facilidades como horários flexíveis e acesso às videoaulas de qualquer lugar, mas também pode significar a não adaptação a este tipo de ensino e causar distanciamento e pouca interação entre professores e alunos. Pensando nisso, preparamos uma coluna especial com depoimentos de alunas camilianas sobre a temática, afinal nada melhor do que entender o impacto desta pandemia através do olhar dos próprios estudantes.

A pandemia de COVID-19 deixou marcas na população, a Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou recentemente que casos de ansiedade e depressão cresceram 25% durante a pandemia, um chamado de alerta para que os países intensifiquem os serviços para apoio em relação à saúde mental da população. Confira a matéria “Artes Manuais e Saúde Mental” e saiba mais como as tarefas manuais podem evitar problemas de saúde mental no nosso dia a dia.

A privação do sono também pode ser um fator influenciador quando o assunto é saúde mental. O avanço da pesquisa no Centro Universitário São Camilo iniciou com a publicação do projeto “Efeitos da privação de sono paradoxal sobre o desenvolvimento de metástases experimentais em modelo de melanoma murino”, entenda um pouco mais sobre este assunto com a entrevista exclusiva “Medicina do sono - relação com a saúde e descobertas recentes”.

A pandemia não terminou, e ainda nos acompanhará por algum tempo, mas o cenário atual nos mostra uma situação mais controlada, diante disso precisamos nos adequar a este novo momento. Sigamos, com todas as medidas de prevenção ainda necessárias e confiantes de momentos mais tranquilos.

Uma excelente leitura!



## SUMÁRIO

<b>ESPECIAL</b>	
Uma breve reflexão sobre a Campanha da Fraternidade de 2022	6
<b>BOAS PRÁTICAS</b>	
Ciência Aberta e Integridade Científica	10
<b>CONHECENDO A SÃO CAMILO</b>	
Inauguração do novo Centro de Simulação Realística	12
<b>CIÊNCIA EM PAUTA</b>	
Artes manuais e saúde mental	18
<b>ESPECIAL</b>	
Centenário dos Camilianos no Brasil	22
<b>CAPA</b>	
Aluno no campus, novos modelos educacionais em prática	26
<b>CONHECENDO A SÃO CAMILO</b>	
A CPA e o processo de autoavaliação institucional	46
<b>EXTENSÃO</b>	
O estudante para além dos muros universitários	50
<b>RESPONSABILIDADE SOCIAL</b>	
Oportunidades com a curricularização da extensão	54
<b>OBSERVATÓRIO SÃO CAMILO</b>	
O avanço da pesquisa no Centro Universitário São Camilo	58
<b>INTERVIEW</b>	
Prof. Lúcio Huebra Pimentel Filho Medicina do sono: relação com a saúde e descobertas recentes	60
<b>ALUNO FAZ</b>	
O projeto extensionista “Não é uma escolha”: em prol da dignidade menstrual	64
<b>AGÊNCIA DE NOTÍCIAS EM SAÚDE</b>	
Agência de Notícias em Saúde aposta na produção audiovisual	68
<b>PUBLICAÇÕES</b>	
	70



## UMA BREVE REFLEXÃO SOBRE A CAMPANHA DA FRATERNIDADE DE 2022

Pe. João Batista Gomes de Lima

**F**raternidade e Educação é o tema da Campanha da Fraternidade - CF de 2022, tendo como lema: *Fala com Sabedoria e Ensina com Amor*. Desde 1964, a Conferência Nacional dos Bispos do Brasil - CNBB tem se dedicado a escolha de temas de grande importância para a sociedade brasileira, e neles orientado seu plano anual de evangelização e trabalho pastoral.

Para entender a relevância da educação na ação evangelizadora e pastoral da Igreja, é importante enfatizar que é a terceira vez que a CNBB dedica sua atenção sobre o assunto como sinal de alerta e preocupação com os casos das nossas lideranças políticas com a formação das nossas crianças e jovens. Como podemos observar, a crise no sistema educacional brasileiro e a luta da Igreja Católica por melhores condições de acesso para os mais pobres à educação formal e de qualidade, não é um problema dos dias atuais, todavia agora tem sido fortemente agravado pela pandemia da COVID-19.

Aqui, vale mencionar a referência histórica, de que na ocasião da Campanha da Fraternidade de 1982, ou seja, na primeira vez em que a CNBB dedicou sua atenção sobre a temática da educação, o fez como dimensão reveladora da verdade e meio de libertação da pessoa humana das trevas da ignorância, com atenção preferencial para com os menos favorecidos. Assim, nada mais justa a escolha do lema da CF daquele ano: *A Verdade Vos Libertará*. Após 16 anos, em 1998, a CNBB se sentiu novamente impelida a escolher a temática da educação como prioridade de sua ação pastoral, nos brindando com o lema: *A Serviço da Vida e da Esperança*. Apesar de um certo encantamento estético e até mesmo uma certa dimensão poética que possa transparecer neste lema, os bispos da época estavam novamente chamando atenção da sociedade e das lideranças políticas para o fato de que não oferecer uma educação básica de qualidade a todos, na idade certa e indistintamente, corresponde a uma ação de violência institucional em que as pessoas são tolhidas dos seus direitos fundamentais de viver e ter esperança.

No contexto atual marcado pela urgência de tantos problemas importantes que têm cau-

sado grandes aflições na sociedade brasileira, nos perguntamos o que levou a CNBB a retomar a preocupação com a educação e escolhê-la como tema da CF de 2022. É evidente que nos últimos anos tivemos vários avanços significativos na área educacional. Não obstante estas importantes conquistas, a CNBB tem plena consciência de que ainda estamos muito atrasados no que diz respeito a consolidação de um sistema educacional com abrangência universal, inclusivo e capaz de atender as diferentes demandas da sociedade atual e, portanto, a discussão sobre o tema, chega em boa hora.

Outro ponto que exerceu grande influência sobre os bispos na escolha do tema, foi a preocupação do Papa Francisco expressa no lançamento, em 2015, da sua *Encíclica Laudato Si* em que o Papa entre tantos segmentos abordados, aponta o educacional com força transformadora desta realidade de degradação do meio ambiente e em 2020 lançou um novo apelo como continuidade da sua preocupação

Fala com sabedoria,  
ensina com amor.  
Pv. 31.26

com a conservação da nossa “casa comum” intitulado de *Pacto Educativo Global*. Assim o *Pacto Educativo Global* foi determinante para decisão da CNBB na escolha da CF deste ano.

Por fim, aproveito o ensejo para conclamar as famílias, os educadores, alunos, os coordenadores da pastoral e os agentes de pastoral da saúde para nos envolvermos e colocarmos em prática a dimensões da Escuta, do Discernir e do Agir que orientam as reflexões e as ações da CF de 2022, com atenção ao seu lema: *Fala com Sabedoria e Ensina com Amor*. Que estas palavras tão apropriadas para este momento de sofrimento causado pela pandemia, pela dor da perda de pessoas queridas e pela falta de uma pedagogia solidária e acolhedora, nos façam entender que tudo que fazemos só vai produzir efeitos significativos em nós e nos outros, quando fazemos de forma sábia e amoroso. Este é o grande chamamento que a CF deste ano nos faz. ✝

## XXX Workshop de Integração Docente

Em janeiro de 2022 foi realizado o XXX Workshop de Integração Docente do Centro Universitário São Camilo, com palestras, oficinas e bate-papo. Ocorreu a palestra de encerramento: "Docência Humanizada na Era Digital: o que a experiência dos dois últimos anos nos ensinou" com a Profa. Karina Nones Tomelin.



## Inauguração dos espaços do Departamento Pessoal e Gestão de Pessoas

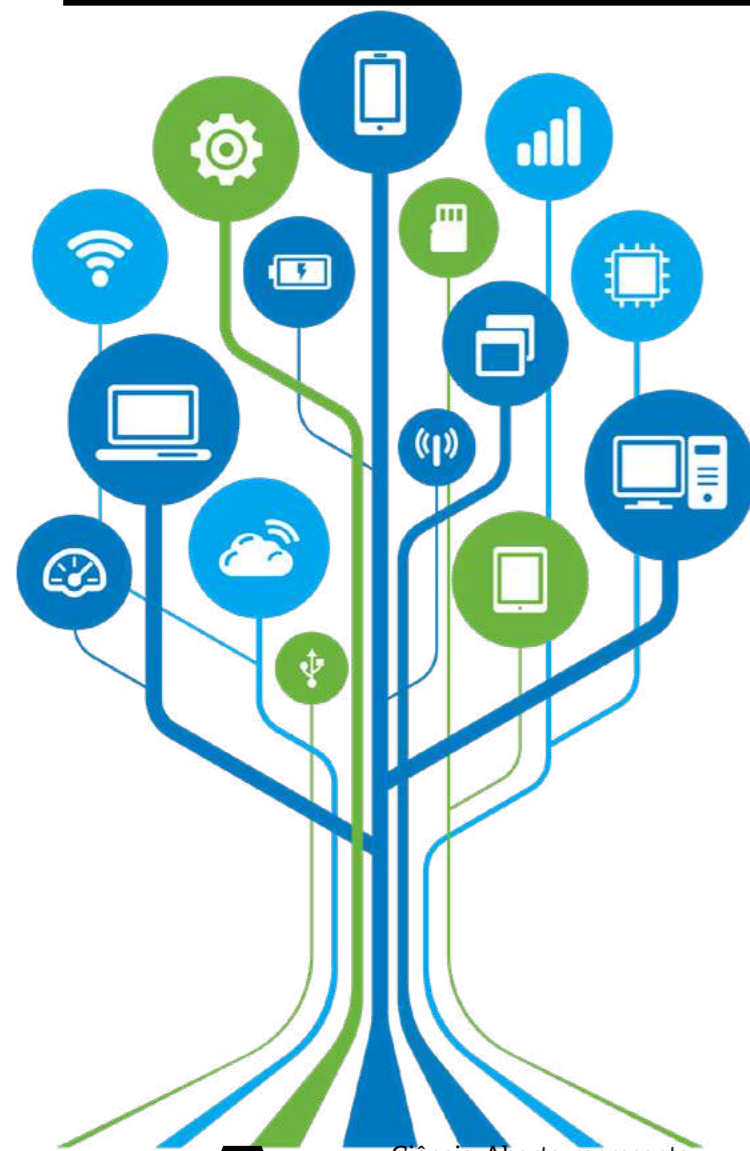
Novos espaços do DP e GP inaugurados no dia 11/03. Pessoas são nosso maior patrimônio! Por isso, aqui na São Camilo, além da infraestrutura acadêmica de ponta, também investimos em modernos espaços corporativos.



## XX Congresso de Gestão Educacional (GEduc) 2022

Equipe de docentes gestores representa o Centro Universitário São Camilo no XX Congresso de Gestão Educacional (GEduc), atividade realizada entre os dias 30 de março a 1º de abril de 2022.





# Ciência Aberta e Integridade Científica

Bruna San Gregório  
Edison Barbieri

**A** Ciência Aberta representa uma nova abordagem do processo científico baseada no trabalho cooperativo e novas formas de difusão do conhecimento usando tecnologias digitais e novas ferramentas colaborativas (Comissão Europeia, 2016b:33). A OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico) define Ciência Aberta como: “tornar público os resultados primários de resultados de pesquisas financiadas – publicações e dados de pesquisa – deixar público e acessíveis em formato digital com nenhuma ou mínima restrição” (OCDE, 2015:7), mas é mais do que isso. A Ciência Aberta visa estender os princípios de transparência a todo o ciclo de pesquisa, promovendo o compartilhamento e a colaboração o mais rápido possível, o que implica uma mudança sistêmica na maneira como a ciência e a pesquisa são feitas.

A Ciência Aberta é frequentemente definida como um termo guarda-chuva que envolve vários movimentos com o objetivo de remover as barreiras para o compartilhamento de qualquer tipo de produção, recursos, métodos ou ferramentas, em qualquer etapa do processo de pesquisa. Como tal, acesso aberto a publicações, dados de pesquisa abertos, software de código aberto, colaboração aberta, revisão por pares aberta, cadernos abertos, recursos educacionais abertos, monografias abertas, ciência cidadã ou financiamento coletivo de pesquisa se enquadram nos limites da Ciência Aberta. Ainda assim, especialmente para o domínio da biblioteca e da informação, o foco geralmente é colocado em dois desses movimentos: Dados Abertos de Pesquisa e Acesso Aberto a Publicações Científicas.

Devemos entender a “A Ciência Aberta” (Open Science), como um movimento global, com o objetivo fundamental de tornar o conhecimento científico acessível e compartilhado para a comunidade científica e o público de modo geral. Neste ponto, havendo uma maior acessibilidade ao conhecimento

científico haverá, reciprocamente, mais cooperação, reutilização de dados e maior inclusão dos envolvidos neste processo, o que promoverá, em nosso entendimento, avanço mais rápido do conhecimento científico e maior retorno benéfico para a sociedade.

Já, quando falamos em “Integridade em Pesquisa”, nos referimos a ética da atividade de um cientista e de como a ciência produzida é realizada e expressa para a sociedade. Adentramos aqui no campo de reflexão sobre as normas, princípios e diretrizes éticas que devem regular o desenvolvimento das pesquisas acadêmicas e científicas no cenário acadêmico, incluindo todas as etapas do fazer científico, desde a concepção até a publicação.

Integridade nesse contexto é a realização da pesquisa com os mais altos padrões de profissionalismo e rigor, de maneira eticamente robusta. A integridade da pesquisa é vital porque

cria confiança, e a confiança está no centro do processo de pesquisa.

Nos tempos atuais, muito tem se discutido sobre formas de promover condutas éticas e a integridade científica em um cenário da ciência aberta, marcada pela colaboração mútua científica cada vez maior, com compartilhamentos imensuráveis de dados.

Os pesquisadores devem sempre poder confiar no trabalho uns dos outros, e eles também devem ter a confiança da sociedade, pois fornecem conhecimentos científicos que podem impactar a vida das pessoas.

A má conduta em pesquisa é o que acontece quando os padrões de integridade e ética são ignorados ou abusados. E isso traz danos à comunidade de pesquisa, às instituições acadêmicas e à sociedade como um todo. ✿

Se familiarize com algumas práticas e conceitos baseados na ideia de tornar a ciência mais transparente e acessível a todos:

- **Acesso Livre (Open Access):** é o acesso virtual, sem restrição (incluindo restrições financeiras), a todo artigo científico publicado em periódicos acadêmicos.
- **Dados e Materiais Abertos (Open Data and Open Materials):** se refere à possibilidade de acessar livremente, sem restrições técnicas ou legais, todos os dados e demais materiais utilizados em uma pesquisa científica.
- **Avaliação Pelos Pares Aberta (Open Peer Review):** é uma variação da avaliação pelos pares tradicional. Um artigo, tipicamente, é publicado após a avaliação pelos pares, que geralmente é feita de forma anônima.
- **Pré-registro de pesquisa (Preregistration of research):** é o comprometimento feito pelos autores de seguir de forma estrita um determinado protocolo de pesquisa, definido antes da coleta dos dados necessários.



## INAUGURAÇÃO DO NOVO CENTRO DE SIMULAÇÃO REALÍSTICA

André S. Barros

**O**s avanços tecnológicos são exponenciais e modelam o mundo, as formas de interação entre as pessoas, a comunicação, o envio de informações e dados, conduzem a sociedade a uma sequência de alterações, em diversos sentidos.

Estes avanços trazem a luz constantes oportunidades de aprimoramento e inovação no processo de ensino-aprendizagem, com a incursão destas novas tecnologias suplantando novas metodologias de ensino para atendimento aos

diversos modelos mentais existentes entre as gerações.

Pode-se, ainda, intuir que o cenário trazido pela situação de pandemia vivida nos últimos 02 anos gerou uma aceleração no desenvolvimento e implementação de novas ferramentas e modelos de interação. A área da saúde foi uma demasiadamente afetada e acionada e, conseqüentemente, o ensino em saúde também, que justifica os investimentos de IESs em ferramentas e metodologias que potencializem a formação dos profissionais, dentre as metodologias, a simulação realística.

O Centro Universitário São Camilo, embasado em sua nobre missão de promover o desenvolvimento do ser humano por meio da educação, buscou aprimorar e ressig-

nificar seu Centro de Simulação Realística (CSR). Este processo foi iniciado com a determinação de uma nova razão existencial, uma revisão de sua missão que agora é:

“Fornecer um ambiente de produção de conhecimento técnico-científico para o aprimoramento profissional e a pesquisa na área da saúde em prol da segurança e bem-estar do paciente.”

Além disso, uma nova infraestrutura foi criada no 2º andar do Bloco B do campus Pompeia, desta forma, o setor que antes atuava em um endereço próprio e isolado, a partir da transição, tem à disposição toda rede de apoio gerada pela infraestrutura da unidade, dentre os quais a biblioteca, laboratórios didáticos, salas de aula, auditório, praça de alimentação, estacionamento próprio, sistema de geradores, entre muitas outras vantagens. A decisão aproximou o CSR da comunidade acadêmica da IES, além de poder trazer maior visibilidade ao público externo e, conseqüentemente, novas oportunidades de negócios.

### NÚMEROS DO NOVO CENTRO DE SIMULAÇÃO REALÍSTICA

O novo CSR, em 348m<sup>2</sup> construído, contempla:

02 Salas de Simulação de Alta Fidelidade destinadas, principalmente, para simulações complexas que exijam a mimetização de ambientes hospitalares, como salas de emergência e leitos de terapia intensiva para ocorrência de cenários;

01 Consultório Simulado, para realização de cenários ambulatoriais práticos e/ou comportamentais mimetizando consultórios, salas administrativas etc.;

01 Enfermaria, com 02 leitos para simulação de cenários de média fidelidade e complexidade;

02 Salas de Debriefing, são anexas às Salas de Simulação de Alta Fidelidade, utilizadas para o acompanhamento das simulações em tempo real por docentes e discentes. Estes ambientes possuem grandes visores unidirecionais, para o acompanhamento das simulações, além de ser equipado com monitores de 43” e tela touch interativa de 65” que apresentará todo conteúdo captado pelas câmeras e monitores multiparamétricos (pelo visor e telas de transmissão) e posterior realização do feedback, avaliação e exploração técnica dos cenários assistidos;

01 Laboratório de Habilidades para o treino repetido de procedimentos de baixa fidelidade e complexidade, com maior grupo de alunos;

01 Sala de Controle, utilizada pela equipe técnica e instrutores para o acompanhamento e operacionalização dos sistemas de audiovisual e dos robôs utilizados no cenário simulado;

Recepção, para acolhimento e orientação dos instrutores, alunos e visitantes do CSR, bem como realização de pequenos eventos e coffees associados aos treinamentos em andamento;

Sala de Administração para a equipe administrativa na condução de processos de backoffice que sustentam as demandas acadêmicas do centro e apoiam a equipe de instrutores;

Área Técnica destinada ao armazenamento, preparo e manutenções dos manequins, simuladores e equipamentos médico-hospitalares utilizados nos treinamentos. Além de toda a estrutura do CSR, foram construídos 02 vestiários (feminino e masculino) para paramentação e guarda dos pertences pessoais dos alunos/profissionais em treinamento.

A respeito dos simuladores e manequins, destacam-se a aquisição de um novo simulador de média fidelidade, novos torsos de RCP com feedback instantâneo e toda a revitalização e atualização dos softwares dos simuladores de alta fidelidade (em andamento). O CSR também está equipado com equipamentos médico-hospitalares atuais para as práticas clínicas, de emergência e em terapia intensiva, para oportunizar um grande rol de cenários e treinamentos.

Quanto aos recursos tecnológicos, todas as salas de treinamento estão equipadas com câmeras, microfones e caixas acústicas estrategicamente posicionadas para captar a performance dos alunos, com a transmissão aos expectadores nos debriefings e aos instrutores nas salas de controle, permitindo intervenções nos cenários e a avaliação detalhada dos procedimentos e protocolos executados, inclusive com o posterior resgate das gravações.

Para operacionalizar esta moderna infraestrutura tecnológica, o CSR está equipado com uma plataforma de videoconferência especializada para simulação realística clínica, o V-training®. Esta solução integra via rede todas as câmeras IP (fixas e robotizadas), o sistema de áudio, os equipamentos médico-hospitalares (monitor de parâmetro, ultrassom, entre outros), o armazenamento das gravações em HD, além de permitir o acesso remoto (WEB) e gravação em data center (ou nuvem). Esta plataforma é completamente intuitiva e possibilita aos instrutores e alunos acompanhar os cenários em tempo real ou posteriormente (gravações), de qualquer ambiente da IES com acesso à rede do CSR, subsidiando as sessões de debriefing e avaliações.

O novo CSR, em sua capacidade total, permitirá atender um público de 70 alunos simultaneamente. Importante destacar que todos os ambientes foram projetados e construídos adotando-se as premissas e normas de acessibilidade e circulação, com climatização inteligente por controle central e trazendo todos os elementos da identidade visual do Centro Universitário.

Ao todo, já foram investidos cerca de 2 milhões de reais nestas melhorias, o que evidencia o propósito da IES em oferecer o que há de melhor e mais atualizado para o ensino em saúde. ❀





## Instituto Tecnológico e de Estudos Superiores de Monterrey – México

Entre os dias 28/3 e 1/4, o Pe. João Batista Gomes de Lima (Reitor) e o Prof. Dr. Carlos Ferrara Júnior (Pró-Reitor Acadêmico) do Centro Universitário São Camilo, participaram de capacitação no Instituto Tecnológico e de Estudos Superiores de Monterrey – México. Na ocasião, puderam vivenciar o modelo de aprendizagem baseado no paciente e os desafios para líderes da educação interprofissional em saúde.

Foi um importante momento de grande troca de experiências com líderes de outras 14 instituições de ensino superior brasileiras, bem como, líderes mexicanos do Instituto Tecnológico e de Estudos Superiores de Monterrey.



## Visita do Cônsul

O Centro Universitário São Camilo recebeu, na tarde do dia 09/03, a visita do Embaixador da Finlândia, Sr. Jouko Leinonen; do Cônsul, Sr. Lasse Kaisalo; da Coordenadora, Sra. Sanni Haka da Silva e do CEO da Interedtech, Sr. Arsenio Pagliarini. A visita teve como objetivo os alinhamentos para a divulgação do novo curso de pós-graduação Star Lessons que ensina as práticas de Sala de Aula no Modelo Finlandês, em parceria com a HY+Universidade de Helsinque e a InterEdtech. Esta é uma parceria inédita que proporciona um curso com metodologia diferenciada aos profissionais do setor educacional. O Centro Universitário São Camilo muito se alegra em poder levar para todo o País um curso de excelência do ensino finlandês, fruto de uma parceria com instituições de renome mundial.



## Academia Brasileira Rotária de Letras

No dia 17/3, o Prof. Dr. Carlos Ferrara, Pró-Reitor Acadêmico do Centro Universitário São Camilo, tomou posse na Academia Brasileira Rotária de Letras da cidade de São Paulo.

Nosso Pró-Reitor Acadêmico ocupa a cadeira número 66, do patrono Walter Koch.



# ARTES MANUAIS E SAÚDE MENTAL

Lydiane Regina Fabretti Streapco

**T**om Daley conquistou medalha de ouro nos saltos ornamentais nas olimpíadas de Tóquio 2021, mas sua popularidade aumentou mesmo ao publicar fotos em suas redes sociais praticando tricô nas arqui-

bancadas dos ginásios. Casacos, gorros, cachecóis e até uma bolsa para guardar a merecida medalha. Peças realizadas com agilidade e criatividade, no tempo livre entre as competições, que na opinião dos jornalistas são consideradas verdadeiras artes autorais. Além das obras do atleta retratarem os temas que fazem parte de sua vida, como o amor pela família e os direitos da comunidade LGBTQIA+, sua comercialização permite até angariar recursos para uma fundação de apoio à pessoas com tumor cerebral (doença que matou seu pai). E o jovem atleta garante que a prática artesanal é um recurso muito eficaz para manter sua concentração e calma também revertendo em resultados positivos no esporte.

O artesanato como prática que atua no fortalecimento de competências cognitivas e atitudinais e na construção de espaços de expressão, criatividade e socialização não é novidade no campo da saúde mental. Vale destacar que o

assunto ganhou especial visibilidade durante a pandemia de COVID-19, nos tempos em que havia muitas incertezas e temores e a reclusão era a melhor opção para os grupos sociais que tiveram a oportunidade de permanecer em segurança, isolados e trabalhando/estudando em casa. A partir

da iniciativa de artistas e professores de artesanato foram realizados diversos encontros virtuais, aulas e cursos de modo remoto pela internet. Saberes e práticas manuais tornavam-se propícios na contraposição ao excesso de tecnologias decorrente da exposição excessiva às telas para estudo, trabalho e lazer. Considerando que havia certa desaceleração e introspecção naquele contexto de crise, talvez a angústia e o tempo livre em isolamento tenham sido propícios a que cidadãos urbanos resgassem o desejo de aprender ou se dedicar a hobbies como cultivar fermento natural para fazer pão caseiro, produzir cerveja artesanal, plantar mini-hortas de chás e temperos, descobrir dotes culinários e compartilhar receitas de família, também aprendendo a desenhar, bordar e a fazer tricô e crochê.

Vale lembrar o desafio do “faça você mesmo” ou em inglês “DiY – do it yourself” que viralizou em 2020 no TikTok sob a inscrição #harrystylescardigan. Tudo começou quando o músico Harry Styles vestiu um casaco de tricô multicolorido



Fotos de autoria de Gabriella Ceruti de Pontes (setembro 2020)

confeccionado pelo estilista Jonathan Anderson em uma apresentação num programa de tv. O sucesso da peça foi tão grande, quanto o susto que os fãs tiveram ao descobrir o valor pelo qual a peça estava à venda no site da marca. Diante da comoção do público, o estilista disponibilizou na internet a receita para a confecção do casaco, estimulando que, naqueles tempos difíceis, no auge da pandemia, as pessoas entrassem na brincadeira e se dedicassem a aprender algo novo – por que não tricotar seu próprio casaco de visual retrô? - cujas lembranças também remetiam ao aconchego do universo caseiro.

Curioso foi o caso da bióloga Ana Luiza Catalano, doutoranda em Bioacústica, cuja rotina de pesquisas nas matas a fim de registrar os sons de aves foi interrompida devido às restrições da pandemia. Como alternativa para se ocupar criativamente, ela fez um curso de bordado online (pintura de agulha) que abriu espaço para o reconhecimento de seu talento manual. Ela passou a ilustrar por meio da linguagem das agulhas e linhas as delicadas formas e cores de pássaros brasileiros. Para além da fruição estética, a jovem manteve sua pesquisa minuciosa acerca dos hábitos e características das espécies para que suas produções, outrora científicas, passassem a ser também artísticas. Seu exercício criativo inspirou-a, inclusive, a buscar representações gráficas para a experiência sonora do canto dos pássaros.

Sob o ponto de vista dos comportamentos e afetos vale refletir acerca dos sentidos compartilhados que envolveria o fenômeno espontâneo que se observa em torno de cidadãos urbanos em pleno século XXI, fortemente imersos no universo que incita ao consumismo, imediatismo e em questionáveis critérios de obsolescência programada, se interessarem pela produção lenta, trabalhosa e nem sempre rentável de itens artesanais.

## Tecnologias: eletrônicas e artesanais

Quando pensamos em artesanato, podemos facilmente lembrar da figura das avós e de outras mulheres que, em determinados contextos da sociedade ocidental não encontravam possibilidades de desenvolverem papéis além dos que envolvessem os cuidados da casa e da família. Deste modo, era possível supor que sua criatividade e habilidades fossem direcionadas para as chamadas prendas domésticas. Podemos também lembrar das feiras de artesanato turísticas que, apesar de defendidas no contexto da economia solidária e da economia criativa, não usufruem do prestígio, tampouco do valor agregado dos itens eletrônicos e outros produtos industriais.



No entanto, práticas artesanais envolvem tecnologias e, em alguns casos, raciocínios muito elaborados, documentando a história da própria humanidade. Há indícios arqueológicos de objetos feitos de ossos e pedras, como agulhas e instrumentos musicais provavelmente originários de cultura neandertalense. Tapeçarias gigantescas ricamente bordadas na Idade Média ainda resistem ao tempo. Até mesmo em fragmentos de cerâmicas, esculturas e pinturas rupestres percebe-se representações de objetos artesanais e artesãos trabalhando, reforçando a compreensão de que nos diversos contextos históricos, culturais e sociais outras matérias-primas e ferramentas foram usadas e outros objetos foram produzidos, com os mais diversos propósitos.

O artesanato consiste em diversos produtos e saberes inerentes ao ser humano, de modo que também pode ser considerado fonte documental da história do povo que o produziu. (SESC; INSTITUTO URDUIME, 2021)

Sabemos que o prestígio de uma atividade e as relações que acontecem no seio da sociedade e da cultura regulam o valor econômico de produtos e serviços. Nos tempos atuais, percebe-se que a produção industrial e a comercialização de uma infinidade de materiais, bem como a troca de informações e de conhecimento nas redes, permite que o modo de vida criativo seja valorizado. No entanto, Mario de Andrade em sua obra O Baile das Quatro Artes (ANDRADE, 1938/1963) ressaltava que artistas e artesãos são irmãos criativos. Apontava para a necessidade de o artista dominar o processo artesanal de manejo da matéria-prima, ser perseverante, dedicado, flexível e criativo. Talvez algumas aproximações do artesanato com o mundo da arte e da moda, nos

tempos mais recentes em que há um mercado para a compra de rendas, bijouterias e outros produtos artesanais de prestígio, indiquem que técnicas artesanais permanecem vivas em seu simbolismo, enquanto linguagem e suporte para a expressão humana, por exemplo, em pautas relacionadas à ecologia, cultura nacional e identidades.

### Apoio ao universitário e a clínica de um cuidado artesanal

Interessante que a lógica do fazer manual complementa a lógica do imediatismo e da massificação. Cada peça atualiza saberes tradicionais, mas, ao mesmo tempo, permite a expressão dos sujeitos na escolha das cores, no improvisado frente ao erro, na relação subjetiva com o objeto que, na medida que vai se formando, também corresponde a um ser humano que aprende e se sente protagonista de escolhas.

Imagine uma tapeçaria ricamente colorida. Quantos fios não vão se entremecendo para formar a trama? Sob alguns aspectos, a formação no ensino superior também é tecida no movimento de entrelaçamento de inúmeras experiências cognitivas, afetivas e sociais, que se inter-relacionam e

se afetam mutuamente, dependendo, ao mesmo tempo, da matéria-prima que se traz na bagagem, do planejamento e dos encontros entre pessoas que trocam saberes.

Enquanto trabalham intelectualmente na aquisição de novos conhecimentos é comum aos estudantes ampliarem seu círculo social, a visão que têm de si, do mundo e de seus papéis sociais. Por exemplo, podem surgir preocupações com a autonomia financeira, a demanda por parcerias afetivas, amorosas, a pressão por tomar decisões em relação à sua área de preferência e como querem se posicionar no mercado de trabalho. Em alguns casos pode haver a autocobrança exacerbada por resultados, ou o medo de não conseguir superar dificuldades e de não se tornar um bom profissional.

Esse constante ajuste das vocações, das idealizações e dos planos para o futuro é um cuidado necessário, porque os ensinamentos profissionais consistem num contato mais profundo e criativo com o conhecimento. Inclusive dosando os ritmos de estudos, ora focados em processos avaliativos, ora fruindo o prazer e a autorrealização que proporciona a busca por conhecimento. Deste modo, enquanto o artesão



Colagem de autoria de Sabrina Silva Ramos (setembro 2019)

## Saiba mais

Em termos de saúde mental existe uma importante correlação entre as artes manuais e diversos outros processos de expressão criativa. Desde as atividades expressivas exercidas por amadores e leigos nos grupos de arteterapia ou no lazer, até as exercidas por artistas célebres cuja ocupação profissional tenha sido instituída socialmente.

A habilidade humana para transformar matérias-primas em algo que expresse ideias complexas nos acompanhou desde a pré-história, pois os bisões pintados nas paredes das cavernas não eram mera cópia dos animais observados na natureza mas, expressavam sobretudo, os anseios, temores e capacidade ritualística de instigar estados emocionais como o senso de coragem, preparando os caçadores para o risco mortal que enfrentariam a seguir.

A expressão artística e criativa por meio de contos, poemas e narrativas, bem como na produção de fotos, desenhos e colagens, quer se utilizem de papel, tesoura e cola, como se utilizem de recursos tecnológicos e publicações em suportes eletrônicos, também pode ser considerada resultado da capacidade humana de expressão e fruição. Lembrando que não se pode separar a arte de seu contexto.

Grupos de atendimento psicológico podem ser permeados por experiências de expressividade artística, artesanal ou expressiva. O importante é pensarmos que afora as exigências do mercado da arte, humanos se beneficiam se espaços compartilhados que cultivem sua capacidade de percepção, expressão e manejo da matéria-prima em prol de experiências que comuniquem, nos conectem, compartilhem, provoquem, revelem ou instiguem.

trabalha o reconhecimento das qualidades de cada fio, de sua cor e espessura, também o universitário deve reconhecer seus esforços, suas dificuldades, suas vitórias. Tecer correlações entre os seus estudos e suas crenças pessoais. Analisar figura-fundo, como está ficando o trabalho e a tensão da linha, ponto a ponto.

Trabalhar a formação profissional numa perspectiva integral está na alma do Centro Universitário São Camilo, que por suas bases humanistas ao mesmo tempo valoriza o cuidado com o indivíduo e o fortalecimento do senso comunidade. Em consonância com as diretrizes do MEC acerca da importância do acolhimento ao discente para sua inclusão e permanência, o Núcleo de Apoio Psicológico e Psicopedagógico é um serviço para o discente, ligado à Pró-Reitoria acadêmica que atua frente às demandas psicológicas mais urgentes e atuais, que possam interferir nos processos de ensino-aprendizagem. O serviço interdisciplinar atualmente é composto por dois psicólogos, uma psicopedagoga e uma médica psiquiatra. O acesso aos atendimentos pode ocorrer por iniciativa do aluno ou por sugestão de professores e coordenadores de curso.

Além dos atendimentos individuais e por meio de entrevistas, outros espaços de criatividade, convivência, expressão e acolhimento psicológico são oferecidos regularmente.

Na roda de conversa na campanha do Setembro Amarelo 2019 partilhamos a técnica de origami (dobraduras) para a confecção da flor de lótus. A partir da mediação psicológica buscou-se convidar os participantes a desdobrarem suas experiências em torno do tema Promoção da Vida.

O artesanato é um fenômeno polissêmico, uma expressão autêntica humana, que se ressignifica de acordo com o contexto histórico e cultural e nos mantém criativos e conectados conosco, com as tradições, com o meio que nos cerca e com o outro. Deste modo, contrariando preconceitos, será um recurso valioso também no meio científico e acadêmico, sempre nos convidando a ampliar nossa visão acerca da matéria-prima disponível, de seus usos, e de nosso próprio potencial de aprender e criar. ✿

### Livros

A obra O Penhoar Chinês de Rachel Jardim é um romance psicológico que narra a relação de uma mulher com as memórias de infância, registradas ao longo de um delicado processo de bordado em um penhoar chinês ao lado de sua mãe. Temas acerca das relações conjugais, dos direitos sociais e familiares das mulheres na pequena burguesia do começo do século XX em contraponto com os costumes da personagem da filha quase cinquenta anos depois, revelam as transformações vividas por indivíduos e sociedade.

### Redes Sociais

Instagram de artes manuais do nadador Tom Daley

@madewithlovebytomdaley

Instagram de artes manuais do cantor Seu Jorge

@novelodeanjo

### Referências

ANDRADE, Mario. O Artista e o Artesão. In ANDRADE, Mario. O Baile das Quatro Artes. São Paulo: Martins Fontes, 1963 (1938). Pp. 9-33.

GOMBRICH, Ernst Hans. A História da Arte. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

SESC; Instituto Urdume. Glossário Colaborativo de Técnicas Têxteis Latino-americanas. [e-book]. Serviço Social do Comércio, SESC Pinheiros. 2021. Disponível em <<https://sesc.digital/conteudo/artes-visuais/glossario-colaborativo>>. Acesso em 12 jul21.

### Internet

Bióloga Aprende Bordado na Pandemia e Surpreende com Obras Sobre as Aves do Brasil. G1. Disponível em <http://lnnk.in/azhZ>

Bordado à Mão. O Nobre Caminho de um Ofício Atemporal. Matizes Dumont. Disponível em <https://www.matizesdumont.com/blogs/news/historia-do-bordado-feito-a-mao>. Acesso em 22jun 2021.

Se Inspire com Harry Styles! Cardigan de tricô por JW Anderson. Blog Pingouin. Disponível em: <https://blog.pingouin.com.br/se-inspire-com-harry-styles-cardigan-de-trico-jw-anderson/>. Acesso em 29 mar 2022.

Xodó da Vovó: campeão olímpico, Tom Daley viraliza com tricô nas arquibancadas de Tóquio. O Estado de São Paulo. Disponível em <https://esportes.estadao.com.br/noticias/jogos-olimpicos,xodo-da-vovo-campeao-olimpico-viraliza-com-trico-nas-arquibancadas-do-japao,70003798169>. Acesso em 29 mar 2022.



## CENTENÁRIO DOS CAMILIANOS NO BRASIL

Pe. José Wilson Correia da Silva, MI

“Há de chegar o dia em que a nossa Ordem se espalhará em todo mundo” (São Camilo de Lellis)

### PALAVRAS INTRODUTÓRIAS

Os Religiosos Camilianos do Brasil, com gratidão, celebram os 100 anos de presença da Cruz Vermelha Camiliana na terra de Santa Cruz (1922/2022). Os primeiros missionários camilianos atravessaram o Oceano Atlântico, partindo do porto de Gênova (Itália) rumo a cidade do Rio de Janeiro. Uma história fundacional tecida no leito de enfermidade, no enfrentamento do processo de finitude e nos desencontros da vida, porém na resiliência e esperança que a semente da espiritualidade e do carisma camiliano germinassem no Brasil, no solo do mundo da saúde, da enfermidade e do sofrimento. Uma história sendo construída na linha do tempo de Deus, entretanto no discernimento e sabedoria de homens atentos em realizar à Sua vontade no contexto histórico, iluminados pelo Espírito Santo e sobre a proteção de seu “Pai Fundador São Camilo de Lellis”.

### NO LEITO DE ENFERMIDADE: NASCE O DESEJO DA PRESENÇA CAMILIANA NO BRASIL

Pe. Teófilo Sanson, pároco na cidade de Sete Lagoas (Arquidiocese de Mariana - MG), estando na Itália, adoece e é hospitalizado no Hospital Geral de Pádua (fevereiro de 1922). Sendo cuidado pelos Religiosos Camilianos, encanta-se com a assistência recebida em sua enfermidade pelos filhos espirituais de São Camilo, e cogita a possibilidade de uma fundação Camiliana no Brasil. Esquecendo o estado de enfermo, entra em contato com seu bispo, Dom Silvério, compartilha os cuidados samaritanos recebidos no leito de enfermidade, e solicita que este convide os Religiosos da Cruz Vermelha para a Arquidiocese de Mariana.

### A SEMENTE CAMILIANA É PLANTADA: CARTA DO ARCEBISPO DE MARIANA

Em carta datada de 23 de março de 1922, sob os cuidados do Pe. Lucca, superior da comunidade de Pádua, Dom Silvério solicita uma fundação

camiliana no Brasil. A carta é encaminhada ao Pe. Angelo Carazzo, superior provincial da Província Lombardo-Veneta. O provincial visita o Pe. Teófilo, ainda hospitalizado, no intuito de averiguar as motivações da fundação no Brasil. O encontro não teve um resultado fecundo, levando o superior provincial escrever ao Pe. Lucca dizendo não poder assumir uma nova fundação por falta de pessoal, dentre outros motivos. Neste intervalo de tempo, Pe. Teófilo falece na esperança de florescer a espiritualidade camiliana no Brasil.

### APELO AS PROVÍNCIAS DA ORDEM: CARTA CIRCULAR DO SUPERIOR GERAL

Na esperança que outra Província Camiliana pudesse atender ao apelo missionário de Dom Silvério, Pe. Lucca envia cópia da carta ao superior geral, Pe. Alfonso Maria Andrioli. Percebendo a vontade de Deus expressa nas palavras de Dom Silvério, escreve uma carta circular apelando as Províncias assumirem a fundação camiliana no Brasil, na arquidiocese de Mariana.

### SUPLANTANDO AS RESPOSTAS NEGATIVAS DAS PROVÍNCIAS: COM RESILIÊNCIA E OBLAÇÃO

Pe. Andrioli não perde a esperança frente as respostas negativas que che-

gavam das Províncias e estava convicto que era vontade de Deus uma fundação no Brasil. Gravemente enfermo, oferece suas dores e incômodos pela missão camiliana no Brasil: "Ficai sabendo, porém, que minha vida está oferecida pelo feliz êxito da Fundação Brasileira" (PIGATTO, Pe. Carlos A. Org.). Reminiscências Históricas da Fundação Camiliana no Brasil. Iomerê - SC: Província Camiliana Brasileira, 2014, p. 58).

#### NOVO APELO FUNDACIONAL: OS PRIMEIROS ARAUTOS MISSIONÁRIOS CAMILIANOS

Aproveitando a presença do Pe. Angelo em Roma, o superior geral aborda o tema da fundação brasileira. Um encontro iluminado pelo Espírito Santo motiva o Pe. Angelo aceitar oficialmente a fundação no Brasil, indicando o Pe. Inocente Radrizzani como o responsável pela missão. Este escolhe o Pe. Eugênio Della Giacoma

como companheiro na missão. "Eu não posso morrer contente, sem cumprir a vontade de Deus, tão clara na carta de Dom Silvério e tão presente no meu espírito" (MUNARO, Júlio e PESSINI, Leo, P. Inocente Radrizzani: fundador dos religiosos camilianos no Brasil, SP: Centro Universitário São Camilo; Província Camiliana Brasileira, 2012, p.64), assim se expressou o superior geral. Os preparativos consulares iniciam-se, mesmo sem a chegada da resposta de Dom Silvério quanto as condições e disposições legais da fundação. Embarcam do porto de Gênova rumo ao Brasil (29/08/1922), ainda aí, tomam conhecimento que Dom Silvério estava moribundo.

#### BAÍA DE GUANABARA: DO ENCANTAMENTO ÀS MÁIS NOTÍCIAS

Os primeiros arautos da Cruz Vermelha Camiliana a vislumbrar as paisagens da cidade maravilhosa, desembarcam na cidade do Rio de

Janeiro, capital federal (15/09/1922). A cidade estava em festa, no campo civil, Centenário da Independência do Brasil, no campo religioso, Primeiro Congresso Eucarístico Nacional. Ficam hospedados no Colégio Santa Rosa, em Niterói, e são informados da morte de Dom Silvério (30/08/1922) e que a cidade de Belo Horizonte, lugar onde se iniciaria a fundação, tinha se desmembrado de Mariana, tornando-se assim diocese. Chegando na cidade de Mariana (18/09/1922), para surpresa de todos, o prelado não tinha conhecimento das tratativas de Dom Silvério com os camilianos. Entretanto, são bem acolhidos, recebem hospedagem, demonstrando interesse pela missão.

#### APÓS DIAGNÓSTICO DA REALIDADE: CONSTATOU-SE QUE O APOSTOLADO EM MARIANA NÃO SERIA EFICIENTE

Cinco dias depois da chegada à Mariana, em encontro com o vigário capitular, Dom Antônio de Assis, expõem suas impressões, constatações e previsões quanto a Arquidiocese de Mariana, chegando à conclusão que não podiam fincar os pilares da fundação sobre uma base pequena e incerta. São aconselhados por vozes eclesiais a tentarem o início da fundação na cidade de São Paulo.



#### DA CIDADE BARROCA A CAPITAL DOS MODERNISTAS: INÍCIO DAS PRIMEIRAS ATIVIDADES CAMILIANAS

Ainda no Rio de Janeiro, Pe. Inocente encontra-se com Dom Duarte Leopoldo e Silva, arcebispo de São Paulo, para tratar da fundação na arquidiocese. O primeiro encontro não foi nada animador, entretanto, no segundo encontro, que se deu na cidade de São Paulo (08/10/1922), as portas abriram-se, os obstáculos foram rapidamente superados, e assumiram a Capelania do Hospital Umberto I (15/11/1922), a Capelania da Santa Casa de Misericórdia (08/10/1923) e os cuidados pastorais da Capela Nossa Senhora do Rosário de Vila Pompeia (1/11/1923).

#### DA TERRA DOS BANDEIRANTES E DA CIDADE DO ARRANHA-CÉU: A ESPIRITUALIDADE E O CARISMA CAMILIANOS SE EXPANDEM

Da cidade de São Paulo a espiritualidade camiliana adentra-se em várias

dimensões desde a pastoral dos enfermos, formação, obras sociais, gestão hospitalar e educacional, chegando em diversas regiões do Brasil. A presença dos Religiosos Camilianos em solo brasileiro, é expressão da comunidade cristã que anuncia a salvação e oferece a todos saúde integral, encarnando a cultura do bom samaritano. A presença camiliana testemunha e encarna no mundo da saúde, da doença e do sofrimento a ação salvífica, misericordiosa, curativa e salutar de Cristo, estando a serviço da vida e da saúde em todas as suas dimensões (física, biológica, psíquica e espiritual).

#### ENTIDADE CAMILIANA EDUCACIONAL: UNIÃO SOCIAL CAMILIANA (USC)

Uma das entidades camilianas, a União Social Camiliana, criada oficialmente no dia 10 de fevereiro de 1954, que responde pela educação, prioritariamente na área da saúde, preparando e qualificando futuros profissionais

dentro dos princípios e valores camilianos, promovendo a cultura samaritana do cuidado, da humanização, do diálogo, da compaixão, da misericórdia, do respeito pela diversidade, ajudando os profissionais a ultrapassarem suas capacidades e competências técnicas, ao lidar, também, com a fragilidade, a morte, o luto. O profissional da saúde formado pelos camilianos, cura seus pacientes evangelizando, evangeliza curando. O docente camiliano forma evangelizando e evangeliza formando os futuros profissionais da saúde.

#### PALAVRAS CONCLUSIVAS

Que o carisma e a espiritualidade camiliana possam sempre ser mais vivenciados em nossas obras assistenciais, educacionais, sociais, dentre outras. E que a celebração do Ano Jubilar Camiliano motive sempre mais discentes e docentes a viverem os princípios e valores camilianos, promovendo a vida e a saúde em todas as suas instâncias. ❀

# ALUNO NO CAMPUS, NOVOS MODELOS EDUCACIONAIS EM PRÁTICA

O Ministério da Educação entende que as atividades educacionais presenciais são fundamentais e que se deve evitar ao máximo medidas como fechamento de escolas, universidades e institutos. O MEC solicita que os gestores avaliem com muita cautela tais medidas restritivas, que afetarão, sobretudo, os estudantes mais vulneráveis que já foram muito afetados durante o longo período de lockdown imposto em 2020 e 2021.

**F**oi com a premissa divulgada pelo Ministério da Educação, sobre o retorno das aulas presenciais, que o Centro Universitário São Camilo se apoiou para colocar em prática esse movimento.

E os alunos voltaram à sala de aula presencial, lugar que ocupam há bastante tempo. Mesmo que reconfigurado, com modelos estruturais e avaliativos repensados – já era hora –, a prática pedagógica sendo revisitada e o ensino híbrido consolidado.

Não foi uma tarefa fácil, mas entendeu-se a necessidade deste retorno, priorizando o aprendizado e as relações no cenário acadêmico. Muitos estudantes colocaram seus pés nos campi, em que foram selecionados para estudar - dois anos atrás - pela primeira vez. E para que esse retorno pudesse acontecer, muitas análises e reflexões foram feitas, já que os impactos causados pela pandemia ainda refletem e interferem no dia a dia das instituições, estudantes e professores.

O que se viu em 2020 foi uma nova perspectiva para o ensino remoto numa velocidade que tivemos que nos desdobrar para atender as necessidades dos alunos. Mas, aos poucos as coisas foram se ajeitando e a presencialidade está de volta. Apesar disso, hoje os estudantes já não pensam no modelo totalmente presencial. À medida que a disseminação da pandemia diminui, a adesão pelo ensino híbrido aumenta.

Com isso, percebemos que chegou o momento de nos aproximarmos dos nossos alunos, auxiliando-os a enfrentarem o mundo acadêmico e do trabalho com mais asser-

tividade. É tempo de ajudá-los a construir a ponte que irá sustentá-los na passagem entre estudantes para profissionais de sucesso.

Chegou o momento de entendermos o nosso aluno, promovendo reflexões sobre o cenário do mundo do trabalho, as profissões do futuro, considerando, inclusive e especialmente, os dilemas emocionais que se percebem. É tempo de virar a chave para uma educação mais baseada em situações-problema do que em exposição de conteúdo.

Estimular a formação integral do aluno como cidadão crítico e responsável, promove a transformação da realidade social que cerca este aluno e as instituições em que está inserido. É neste momento que temos a certeza de que o ensino superior é fundamental para o desenvolvimento de profissionais inovadores, empreendedores, com consciência social e altamente qualificados para que possam ser profissionais renovados e felizes com as escolhas que fizeram.

Observar o aluno de volta ao campus é recompensador e traz comedido alívio, por estarmos, de certa forma, recuperando a segurança, contudo acompanhar seu processo de desenvolvimento até tornar-se um profissional engajado e humanizado é nosso maior e principal objetivo.

Nas próximas páginas, serão abordados, nos diversos olhares acadêmicos, como foi e quais as implicações no ensino remoto e do retorno presencial. Esperamos que a volta às aulas presenciais, alinhadas com avaliações diagnósticas possam oferecer um cenário mais claro sobre o desafio a ser enfrentado em relação à aprendizagem, a evasão de alunos e as novas tendências para a educação do futuro, pois já chegamos a ela.



# PERSPECTIVA GERAL

Carlos Ferrara Jr.

# A

pande­mia trouxe novos ensina­mentos para todos nós - pro­fessores, estu­dantes e ins­tituições. Podemos dizer com toda certeza que as dificuldades vivenciadas entre 2020 e 2021 se tornaram base para um trabalho cada vez mais estruturado e seguro. Deste momento em diante, o ensino híbrido estará sempre presente em nossos dias, cotidianamente no que diz respeito a interação entre alunos e professores.

Os últimos anos da pandemia representaram diversas dificuldades para o ensino superior brasileiro. O nível de aprendizagem foi de certa forma prejudicado, apesar de todos os esforços despendidos para a manutenção da qualidade e comprometimento, pois existem processos na Universidade que dependem da presencialidade e a necessidade do ensino remoto não foi suficiente em todos os casos.

Muitos alunos não possuem estrutura hábil para estudar em casa seja com dificuldade de acesso à internet e/ou ausência de equipamentos necessários para a mediação por tecnologias.

Ainda, aconteceu um número significativo de evasão, especialmente com esses alunos mais vulneráveis socioeconomicamente que não conseguiram acompanhar as aulas, uma vez que necessitaram buscar trabalho extra para contribuir com a renda familiar.

Inclusive, uma pesquisa realizada pela ABMES (Assoc. Brasileira de Mantenedoras de Ensino Superior) indicou que 23,9% dos matriculados não conseguiram pagar a mensalidade de seus cursos em maio de 2020 (um dos primeiros meses da pandemia). Correspondendo um incremento em 541% na taxa de inadimplência, se comparada ao mesmo mês do ano de 2019.

Tendo em vista um trabalho cuidadoso do nosso centro Universitário, nossos alunos não sofreram grandes impactos nessa transição, haja vista os resultados dos processos seletivos

ocorridos durante a pandemia. Várias ações para manter a sustentabilidade financeira da instituição foram aplicadas com algumas possibilidades aos alunos como rematrícula facilitada, financiamento próprio de mensalidades, concessão de algumas bolsas, especialmente para aqueles alunos cujo responsável financeiro foi acometido pela COVID-19 e indo a óbito. Com isso, mantivemos índices satisfatórios de baixa evasão e inadimplência.

Salientamos que durante os estudos remotos mediados por tecnologias, as atividades prático-laboratoriais (nossos cursos são predominantemente voltados para área da saúde), estágios, internato do curso de medicina, residências médicas foram mantidas, com algumas restrições, mas nossos alunos estiveram diariamente exercendo suas atividades como discentes camilianos.

Em 2021, segundo semestre, iniciamos a retomada gradativa das atividades teóricas de modo presencial. Foi um ganho para todos. Alunos, docentes e funcionários técnico-administrativos se mostraram cuidadosos e respeitosos uns com os outros.

Em 2022, as atividades foram integralmente retomadas de forma presencial. O Centro Universitário São Camilo preparou por meio do Projeto Acolher São Camilo, verdadeiros mutirões de boas-vindas, realizando planções para orientar os alunos sobre os cuidados de higiene e de algumas restrições ainda vigentes por contada da pandemia. Além disso, foram disponibilizados post-its para que cada um, alunos, professores e colaboradores, pudessem escrever mensagens de esperança, carinho e boas vibrações para o ano letivo que se iniciava.

Já que os abraços ainda não estavam liberados, essa foi uma forma de aquecermos nossos corações nessa retomada, celebrando muito do que é o espírito camiliano, especialmente quando pensamos em cooperação, cuidados, presença e empatia.

A comunidade camiliana segue de braços abertos para que todos encontrem apoio sempre que necessitarem.

# RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS NO ENSINO MÉDIO PROFISSIONALIZANTE

Denis Ricardo Senerino

empenho maciço da equipe de coordenadores e administrativos empenhados com demais setores do Centro Universitário para alinhar, com excelência, o recebimento dos estudantes, mantendo a segurança e os normativos governamentais.

Diante desse cenário, Coordenadores junto à Direção, enfrentaram alguns problemas com responsáveis legais e alunos devido a contrariedade de ideias e aceitação sobre a modalidade de ensino híbrido, uma vez que incertezas e ansiedades de uma formação com excelência, permearam essa nova realidade estudantil.

Todos os setores coadjuvantes foram essenciais na resolução das dificuldades e na inovação dessa nova modalidade de ensino, mas é preciso salientar a importância na proatividade nos fluxos dos setores de operações para adequação das salas de aulas e demais espaços físicos, junto do setor de tecnologia para adequação das câmeras webcam Logitech, nesta fase, e na compra de câmeras polystudio em comum acordo com a reitoria administrativa, a qual já vislumbrava o uso das mesmas para os alunos da graduação e demais cursos universitários.

Neste ínterim, o terceiro andar já era registrado como Unidade Colégio na Diretoria de Ensino Centro Sul e aos poucos foram sendo adicionados demais formas de melhorias para atender com excelência alunos e docentes. A compilação de dados mensalmente para alimentação dos relatórios, além de censo escolar semestral e demais fluxos escolares (Imagem 1), são registrados na plataforma digital da Secretaria de Educação, com exigência de perfil de funcionamento da escola e número de casos de COVID-19 positivo para alunos e colaboradores.

Com o avanço do plano São Paulo e início da vacinação no ano letivo de 2021 a unidade do Colégio manteve alunos de forma escalonada e atualizações mensais eram realizadas devido adequações ao plano São Paulo. O trabalho da secretaria, coordenações de cursos, direção e demais setores foi exaustivo devido à instabilidade do cenário pandêmico e adequação as normas e Protocolos Sanitários.

O cenário pandêmico e o retorno das aulas presenciais, foi um dos temas mais temido pelos profissionais da educação nos últimos dois anos. A insegurança do novo modelo estudantil, as barreiras e inovações, foram as palavras mais utilizadas nos vocabulários dos profissionais da educação.

Rememorando os fatos, hoje tenho a plena convicção de que a pandemia uniu a equipe do Colégio, as habilidades e conhecimentos foram fortificados, e a efetividade com demais setores do Centro Universitário unificados, em prol do trabalho educacional na Educação Profissionalizante.

No mês de setembro do ano letivo de 2020, segundo o Decreto nº 65.140, de 19 de agosto, o Governo do Estado de São Paulo, agregado ao plano São Paulo, liberou o retorno presencial facultativo ao Ensino Profissional, o qual foi um norteador para liberação passiva e supervisionada do número de alunos, em condições de rodízio/escala, distanciamento e mantendo o ensino híbrido, com exceção dos grupos de risco elencados no Decreto.

A Direção do Colégio manteve efetiva comunicação ao SEDUC (Secretaria de Educação do Estado de São Paulo e Diretoria de Ensino Centro Sul), através de preenchimentos de formulários de autorização, envio de relatórios e validação de todas as adequações da área física do Colégio para receber os alunos. Houve

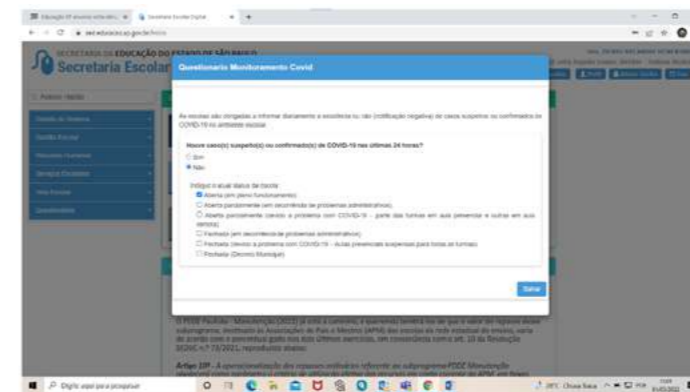
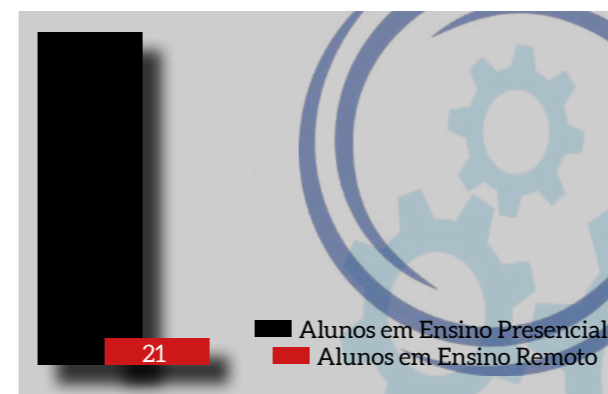


Imagem 1. Plataforma digital da Secretaria da Educação.

para que os alunos compartilhassem suas angústias e receios e juntos desenvolvessem a capacidade de lidar com seus medos para se adaptarem as mudanças específicas desse período, superando seus medos e incertezas. Foram utilizadas, assim, estratégias direcionadas as necessidades dos alunos, como, o reforço na utilização das medidas sanitárias, intervalos escalonados, higienização das áreas comuns, distanciamentos entre carteiras, uso de máscaras PFF2, incentivo a vacinação contra a COVID e compilação dos vacinados, orientação e discussão para efetiva informação sobre o atual cenário pandêmico, além da possibilidade dos estudantes, em grupos de risco, de participarem das aulas de forma remota pelo Teams, e demais protocolos de segurança.

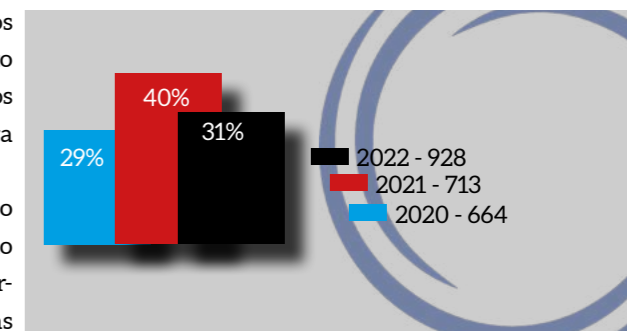
A equipe de operações, qual atuaram na organização e manutenção predial, foi essencial em todas as fases de adaptações, principalmente a equipe de higienização, pois atuaram intensivamente para seguir todos os protocolos de segurança.



Algumas ressalvas de alunos, pertencentes ao grupo de risco ou que não tenham completado o ciclo vacinal de acordo com declarações médicas e que mantiveram o estudo híbrido, são indicadas no Gráfico 1.

No Gráfico 2, visualizamos os números de matriculados nos últimos três anos. E consideramos uma vitória o aumento das matrículas em 2022, e principalmente, a manutenção dos estudantes nos últimos dois anos diante da forma mais severa e incerta da pandemia.

Diante disso, resalto que as adequações da legislação educacional e o trabalho em equipe, foram fundamentais no fomento a inovação tecnológica e enfrentamento das adversidades, sendo propício para o desenvolvimento de minhas competências gerenciais e pedagógicas voltadas ao Ensino Médio Profissionalizante. Foram dois anos de aprimoramento profissional para todos, com aumento do quadro funcional e número significativo de alunos.





# A IMPORTÂNCIA DA GESTÃO DE *FACILITIES* DIANTE DO RETORNO DAS ATIVIDADES PRESENCIAIS

Equipe de Operações

A Coordenação de Operações e seus subsetores entende que foram momentos de muito aprendizado, de reinvenção de rotinas e de um amadurecimento, principalmente na flexibilidade e planejamento da área.

Como área de apoio, vimos a necessidade de nos reinventarmos já que, com a ausência de nossos clientes internos, tivemos oportunidade de cuidar da infraestrutura e pensar em melhorias e novos ambientes, para quando do retorno das atividades presenciais, nossos alunos, colaboradores, docentes e visitantes pudessem sentir que nossos campi estão ainda melhores e mais seguros do que antes da pandemia.

Não tivemos muita dificuldade em receber a Comunidade Acadêmica, pois nos preparamos incansavelmente para esse esperado momento o “retorno das atividades presenciais”.

A ansiedade e a preocupação para que tudo desse certo, para que fosse um retorno perfeito, logo nós da Equipe de Operações realizamos diversas reuniões para definirmos estratégias, procedimentos, fluxos, treinamento de equipe e outras demandas.

No dia 07 de fevereiro, a recepção dos Ingressantes e Veteranos ocorreu de forma tranquila e segura para toda a Comunidade Acadêmica. Acreditamos que esse sucesso foi o resultado de muita dedicação, comprometimento, foco, resiliência e integração com as áreas envolvidas.

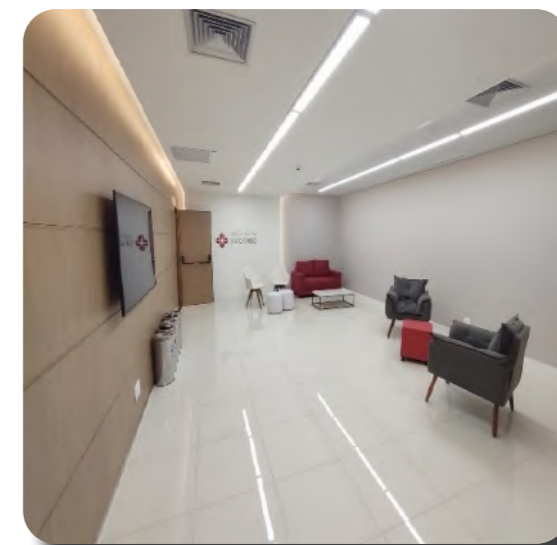
Com o impacto causado pela pandemia da COVID-19, diversas formas de trabalho e estudos necessitaram de adaptação. Foram criados protocolos estabelecendo as medidas a serem observadas, visando à prevenção, controle

e mitigação dos riscos de transmissão do coronavírus na Comunidade Acadêmica, no momento de retomada gradual das aulas práticas e programação do retorno total das aulas teóricas em janeiro de 2022. A Coordenação de Operações esteve sempre à frente do processo durante os meses de pandemia, realizando as adequações necessárias e a organização/adaptação dos espaços para respeitar as normas de distanciamento social e protocolos sanitários.

Foram realizados investimentos em tecnologia para aprimorar e otimizar as rotinas diárias da unidade e também visando o bem-estar da Comunidade Acadêmica. Entre os investimentos podemos destacar: A instalação de câmeras Polycon em ambientes de ensino, proporcionando a possibilidade de aulas on-line e híbridas, implantação do sistema de chamados via QR Code, que é um software de gestão de chamados de serviços, para que possamos dar mais agilidade no atendimento, aquisição de bebedouros ativado por sensor infravermelho, permitindo aos usuários encher seus copos e garrafas sem a necessidade de acionamento e toque nos botões, aquisição de máquinas lavadoras e higienizadoras a vapor, aquisição da lavadora i-Mop, equipamento compacto e versátil que possibilita a limpeza de qualquer ambiente até dez vezes mais rápido e com economia de água e a disponibilização de álcool em gel em diversos pontos dos campi.

O Centro Universitário São Camilo aproveitou o momento em que os campi estavam com redução nas aulas presenciais para a realização de melhorias em suas Infraestruturas prediais onde destacamos:

Criação do Auditório Padre Léo Pessini, localizado no campus Pompeia com capacidade de 150 lugares com foyer integrado destinado a recepção de eventos.



Criação da Clínica de Psicologia no campus Pompeia, onde são realizados pelos alunos do curso de psicologia os atendimentos totalmente gratuitos a comunidade.



Criação de novas salas de aulas no campus Ipiranga.



Reforma das Tutorias destinada aos alunos do curso de Medicina.



Novos balcões de atendimento nas recepções dos campi Pompeia e Promove.



Confecção de 31 consultórios médicos no Promove, onde os alunos do curso de Medicina realizam atendimentos ambulatoriais totalmente gratuitos a comunidade.



Melhorias nas áreas de convivências com disponibilização de áreas de conforto ao aluno, copa com geladeira, pia e micro-ondas, aumento no número de mesas e cadeiras, além da criação de um deck.

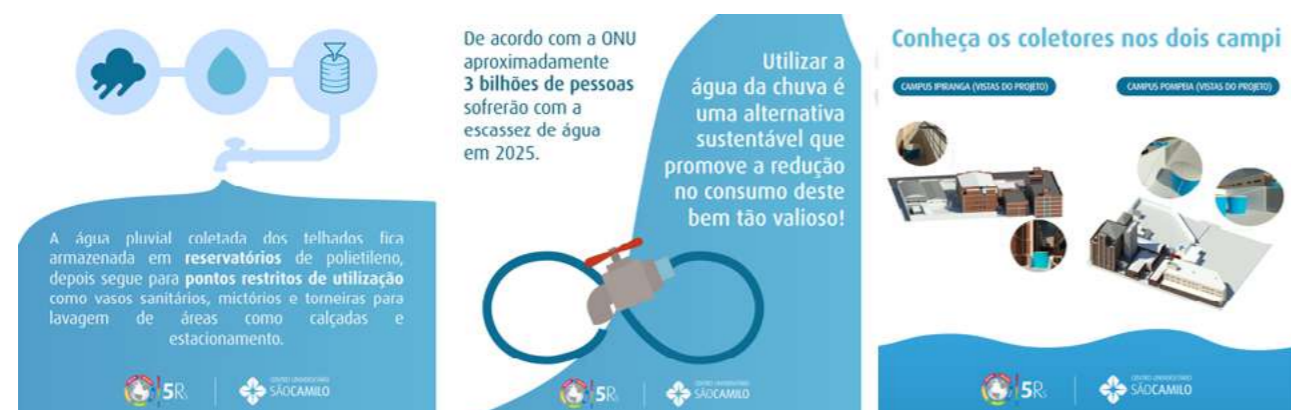


## Sustentabilidade

Visando sempre medidas que atendam as questões ambientais, o Centro Universitário São Camilo, está sempre em busca das melhores práticas sustentáveis em seus campi.

Um sistema de coleta e utilização de água pluvial, foi desenvolvido no ano de 2020 pelas equipes internas de Projetos e Obras, Operações, Manutenção e contou também com a colaboração da equipe do Projeto 5Rs.

No mês de agosto 2021, comemoramos a marca de 1 milhão de litros de água coletada e reutilizada em nossos campi.



## Retrofit no sistema de climatização

Foi realizado nos campi Pompeia, Ipiranga e Promove a troca de equipamentos antigos por um sistema VRF (Fluxo de Gás Refrigerante Variável), é um sistema de ar-condicionado central, do tipo Multi Split, que funciona com uma única condensadora (unidade externa) ligada a várias evaporadoras (unidades internas) através de um ciclo único de refrigeração, com sistema de expansão direta, em que o fluxo de gás refrigerante é variável. Em locais que não foi viável realizar implementação do sistema VRF fora realizado a troca dos equipamentos por condensadoras modernas com sistema inverter (sistema do compressor, que mantém a temperatura do ambiente estável, evita picos de energia e pode gerar até 70% de economia).

## Substituição de lâmpadas convencionais por lâmpadas de LED

No ano de 2015 foi iniciado o planejamento de substituição das lâmpadas convencionais para lâmpadas LED e atualmente temos 100% de nossos campi com lâmpadas de LED implementados em nossos ambientes acadêmicos e administrativos.

## Fechamento em vidro

Pensando no conforto térmico e acústico, nas áreas de convivências foram instalados painéis em vidro, para melhorar o acesso de luz natural. Durante os dias de sol não há necessidade de acender luzes para iluminar grandes áreas de circulação e convivência.

A Coordenação de Operações e seus subsetores entende que foram momentos de muito aprendizado, de reinvenção de rotinas e de um amadurecimento, principalmente na flexibilidade e planejamento da área.

Como área de apoio, vimos a necessidade de nos reinventarmos já que, com a ausência de nossos clientes internos, tivemos oportunidade de cuidar da infraestrutura e pensar em melhorias e novos ambientes, para quando do retorno das atividades presenciais, nossos alunos, colaboradores, docentes e visitantes pudessem sentir que nossos campi estão ainda melhores do que antes da pandemia.



## O RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS UM OLHAR DO ESTUDANTE

Cíntia Machado dos Santos

Bruna Diseró

Compreendemos que cada sujeito teve a sua vivência única e essa experiência não deve ser comparada, mas para refletirmos um pouco mais sobre este tempo pandêmico, registramos aqui a visão da figura mais importante da instituição: o estudante!

Para entender esse momento vivenciado por eles e compartilhar de suas experiências, convidamos para uma conversa algumas alunas indicadas pelos coordenadores de Farmácia e Nutrição. O encontro foi mediado pelo setor de Publicações e apoio do Marketing.

Neste bate-papo descontraído, as alunas Bárbara, Camila, Juliana e Natany, nos relataram suas vivências particulares, suas angústias e facilidades neste momento de transição. Vale destacar que em todas as falas notamos uma dificuldade de adaptação, tanto no início do ensino remoto como agora no retorno às aulas presenciais. O que nos faz refletir sobre a capacidade humana de lidar com proble-

mas subjetivos e coletivos, como na mensagem deixada por Platão "o ser humano deveria procurar as verdades em si", a pandemia nos trouxe essas verdades individuais, sensações únicas em cada ser, além de desafios coletivos inimagináveis. Também nos trouxe a certeza de que o ser humano é adaptável a qualquer situação e que com resiliência é possível superar obstáculos.

O retorno presencial é descrito pelas alunas entrevistadas como uma experiência importante para a sua formação pessoal e profissional, pois o contato com professores e colegas é uma troca afetiva que amplia o processo de ensino-aprendizagem, possibilitando experiências sociais e emocionais. Convidamos o leitor a entender o que nossos estudantes sentiram neste período pandêmico, pois somente com o conhecimento adquirido nesse processo será possível orientá-los.



**Bárbara M. de Bessa Gonçalves  
Farmácia (9º semestre)**

Então, acho que a maior dificuldade com os estudos a distância foi a adaptação no primeiro semestre de pandemia, era complicado separar estar em casa e estar estudando, principalmente quem mora com outras pessoas dentro de casa, vizinhos! Às vezes você tem alguma questão para resolver, então aproveita que você está em casa, além da falta de contato com o professor, com os alunos, ficou algo mais distante, então a gente teve que se adaptar, as aulas percorreram de uma maneira positiva... o aproveitamento foi bom, mas no início foi difícil até para gente entender como que seria, se a gente voltaria no mesmo semestre ou quanto tempo prorrogaria, mas a gente foi se encaixando, eu fui me adaptando bem, as aulas foram boas e o aproveitamento foi bom, mas no começo foi difícil entender estar na aula e estar em casa.

Tanto os professores quanto o coordenador se mantiveram presentes, em contato com a gente, tentando entender se as aulas estavam funcionando, cada professor foi se adaptando porque cada matéria tem uma dinâmica, então, alguns professores, faziam mais vídeos extras além das aulas. A gente teve um aumento também de atividades durante o período EAD por conta da própria avaliação, acredito dos professores para entender como que estava o andar das aulas, então foi muito bom... assim, a gente teve esse apoio e se ajustou da melhor maneira que poderia.

Eu acredito que os protocolos contra a COVID-19 no Centro Universitário São Camilo estão funcionando bem, ainda continua obrigatório o uso de máscara em todos os locais do campus, ainda com dispenser de álcool, a gente mantém o distanciamento da melhor maneira que a gente consegue. Também nos laboratórios é sempre afastado, as cadeiras foram dispostas de uma maneira que conseguisse distribuir melhor os alunos dentro da sala e acredito que está seguindo bem.

Olha, na minha opinião, o retorno dos estudos presenciais foi muito positivo porque eu prefiro muito mais a aula presencial, eu acho que a aula se torna mais interessante, o contato com o professor, mesmo que ainda estejam com esses protocolos, a gente consegue ter um dinamismo



melhor durante a aula e ele consegue entender se os alunos estão entendendo... só de ver os olhinhos das pessoas a gente consegue ter uma melhor troca, a gente se coloca mais presente durante a aula porque a gente está lá para isso, a gente não tem tantas interferências quanto quando se está no ensino EAD, então para mim foi muito positivo, o aproveitamento está muito melhor e a aula está muito mais divertida também, eu estou conseguindo aprender melhor. Eu acredito que é fundamental esse contato físico, encontros presenciais, principalmente porque a gente tem muitas aulas práticas de laboratório e no início da pandemia a gente teve que postergar essas aulas, marcando só para quando realmente tinha uma liberação maior de movimentação, então, assim, é fundamental estar presente, ir ao laboratório, estar próximo ao professor e aos colegas e é o que a gente mais gosta, de estar com as pessoas!

Eu definiria esse retorno em "humanidade", porque é essencial a gente estar próximo, a gente sente muita falta das pessoas quando estamos sozinhos em casa. E humanidade de sentir de novo as emoções, de estar próximo das pessoas, de poder conviver com os professores mais próximo, eu acredito que é fundamental nessa volta!

**Camila de Paula Vieira**  
Farmácia (5º semestre)

Eu entrei na faculdade em 2020, então tive 20 dias de aulas antes de começar a pandemia, a gente estava muito animado porque estávamos começando a faculdade, estávamos tendo laboratório de anatomia, queríamos muito estar lá na faculdade e aí quando começou a distância ficou tudo bem confuso, acho que ficamos só uma semana sem nada até ajeitar tudo e assim... foi um pouco decepcionante passar para o EAD, foi muito diferente do que a gente esperava, ficamos uns seis meses sem ter nada presencial, a gente só tinha as aulas e aí, depois, que aos poucos foi voltando a ter o laboratório presencial, aí a gente tinha o nosso estágio supervisionado que começou a ser presencial também. Foi muito difícil e agora também está sendo nesse processo para voltar as aulas, é uma coisa que ninguém esperava, mas a gente fez o que foi possível né, durante esse período de EAD, mesmo não sendo o ideal. Eu tive sorte de conhecer um pessoal logo no começo, tínhamos um grupo até que grande, umas oito pessoas, e quando começou o EAD duas já saíram, mas o resto desse grupo a gente continua até hoje, então a gente faz todos os trabalhos juntos, nos laboratórios ficamos juntos, eu acho que eu dei muita sorte de encontrar gente logo de cara, mas com o resto da sala está sendo difícil até agora, porque a gente não teve contato, eu pelo menos não tive contato fora desse meu grupinho, e aí, hoje em dia, tem gente na minha sala de 30 pessoas que eu não sei nem o nome, então é bem difícil, eu acabei dando sorte, mas com o resto é quase zero o relacionamento, que agora com os grupos trabalham a gente que escolhe, então não é obrigado você interagir com quem não conhece e fica por isso mesmo, mas criar esse vínculo

com algumas pessoas ajudou nesse período porque a gente se ligava para ficar estudando, aí quando a gente fazia o trabalho junto ligava também para ficar conversando e era o único contato direto que tínhamos com a faculdade porque aí a gente ficava com a câmera aberta, né... quando a gente conversava só entre a gente, a gente conversava sobre as provas tudo mais e nem com os professores a gente abria a câmera, então ajudou bastante!

Com certeza eu senti que o Centro Universitário São Camilo contribuiu para facilitar a implantação do modelo a distância, eu não conhecia a plataforma Teams, que é a plataforma que a gente ficou usando, nem os professores conheciam. Difícil iria ser de qualquer forma, mas acho que foi o menos pior possível. Para aprender a mexer na plataforma, eu lembro da gente receber tutorial falando como é que tinha que usar e como é que a gente criava a conta, e do coordenador a gente teve bastante apoio também, ele entrava nas aulas para conversar com a gente, ele fez algumas reuniões a distância durante esse período para tirar dúvidas e ajudar no que a gente precisasse e foi bom, porque isso ajudou também!

Eu acho que no começo os protocolos contra a COVID-19 estavam funcionando bastante, tudo certinho com máscara, né... eles mandaram vários e-mails falando para não usar máscara de pano, e isso eu acho que não funcionou em nenhum momento (risos), todo mundo ia com máscara de pano mesmo, e agora que o governo liberou o não uso de máscara a gente está meio que confuso com essa questão, porque na sala tem até alguns professores que dão aula sem máscara, mas a gente não sabe se pode ficar sem máscara, então é uma ou outra pessoa que fica sem, mas eu acho que é a única coisa que está sendo "ruim", assim... porque o resto

tem álcool em gel em todo canto da faculdade, eu vejo toda hora o pessoal limpando o banheiro e todas as coisas, tinha também, ainda tem, um tapete na porta na faculdade para limpar o pé, eu acho que o pessoal não limpa, mas ele está lá (risos), e a única coisa que acaba não funcionando no presencial é o distanciamento, isso eu acho que não tem como, a gente fica entre 30-40 pessoas numa sala pequena e vai fazer trabalho e tem que juntar, acho que nem teria como seguir isso aí, mas eu acho que a única questão mesmo é da máscara, é o essencial agora para não contaminar, mas está nesse limbo, da gente não saber se precisa ou não, ninguém sabe exatamente o que fazer agora porque liberou, mas a gente fica

com medo de ficar em lugar fechado sem máscara, então eu pelo menos estou usando!

A minha adaptação neste retorno dos estudos presenciais está sendo muito difícil, no período todo da pandemia a gente teve só uma prova presencial que foi uma prova de anatomia que eu tinha falado, essa não tinha como ser à distância porque a gente tinha que apontar as partes do corpo, mas essa prova que a gente fez presencial foi em dupla, não foi sozinho. E aí... e agora que está voltando tudo... a gente tem muitas provas e estamos aprendendo a estudar para essas provas, né... porque dentro de casa, querendo ou não, a gente tinha o apoio do caderno, às vezes até uma consulta com os

seus amigos e agora não tem mais nada disso, é você com você mesmo. E na prova... eu acho que o que está tendo de mais difícil agora está sendo as provas, porque de resto, eu pelo menos nunca gostei muito de faltar em aula, mesmo à distância eu não gostava, então eu tentava sempre estar lá, e agora no presencial é a mesma coisa, mas essa questão de prova a gente está sentindo bastante.

Acho que a palavra "desafio" representa tudo neste momento. Na questão da volta presencial, durante o período EAD que a gente teve, foi tudo um grande desafio. Estou feliz com a aula presencial, ainda tenho que me acostumar, mas vai ser bem melhor que o período de EAD que a gente teve.

**Juliana Aparecida Barboza Silvano**  
Farmácia (3º semestre)

Estou no terceiro semestre de Farmácia, a maior dificuldade com os estudos a distância acredito que foi aprender a usar o aplicativo Teams, tinha muito problema de conexão, então toda hora os professores caíam e também a distração... o fato de estar em casa, de ter muita gente conversando, sua cama perto de você, o sofá... então qualquer coisinha já era um motivo de você se distrair, perder o foco. Com os meus colegas, a gente tentava manter o máximo de contato pelo WhatsApp, até para manter uma comunicação legal com a sala... e a gente só foi se conhecer mesmo em abril, a gente começou as aulas em fevereiro e só nos conhecemos mesmo em abril na aula de laboratório, mas mesmo assim a gente não perdeu contato, nos ligávamos sempre por vídeo, mesmo não nos conhecendo, então foi bem legal.

O Centro Universitário São Camilo facilitou a implantação do modelo a distância, pois era disponibilizado no site ou na plataforma Teams como fazer para mexer nas ferramentas e tudo mais.

A dificuldade para o retorno das aulas presenciais é voltar a estudar firme mesmo, né... que você tá ali agora frente a frente com os professores, então você tem que se

dedicar muito mais, o fato das provas serem presenciais também é bem diferente do EAD, mas é bem melhor, você aprende muito mais no presencial... O encontro presencial com os meus colegas de sala foi muito bom, a gente tem uma convivência muito boa, toda sala, a gente se fala assim como se a gente se conhecesse já há muitos anos, é muito legal nossa convivência. Acho que para os cursos da área da saúde é fundamental esse retorno presencial, aulas no laboratório, tudo... senão a gente não aprende nada, é muito difícil você focar estando em casa.

Sobre os protocolos de segurança contra a COVID-19 no Centro Universitário São Camilo, então, agora na última



semana já foi retirado o uso obrigatório de máscaras, mas eles continuam recomendando o uso da mesma e álcool em gel ainda é bastante distribuído por toda a universidade e também eles prezam o distanciamento, sei que o pessoal da nossa idade não respeita muito, mas eles continuam prezando por isso, me sinto muito segura aqui.

Acho que definiria esse retorno presencial em “foco”, porque a gente meio que focou agora, então o foco se iniciou agora porque como eu falei anteriormente muito difícil focar em casa, muito difícil mesmo... tinha dias que eu e minhas amigas a gente surtava porque não sabia por onde começar a estudar, o que fazia, então agora está sendo um “puxão de orelha” mesmo, sabe... para estudar mesmo... então meio que a gente começou a faculdade agora, no terceiro semestre

#### Natany A. M. Sabino - Nutrição (5º semestre de Nutrição)

Fiz um mês e meio presencial, não fiz nenhuma atividade de avaliação presencial, o que foi um pouco assustador agora para volta (risos), mas vamos nos readaptando, têm suas vantagens e desvantagens, com essa oportunidade acaba tendo os seus prós e contras. Valeu a experiência porquê de uma certa forma a pandemia em si fez nos tornarmos novas pessoas, termos uma nova visão. Estudando a distância eu tive que me dedicar um pouco mais a minha atenção para o estudo, porque por mais que os professores sempre fossem bem comprometidos em passar o conteúdo, tinham distrações no ambiente em que eu estava, não era numa sala de aula em que todo mundo estava focado ali, aprendendo assim... todo mundo no mesmo intuito, numa casa você... às vezes, acontecem inúmeras distrações, ainda mais todo mundo dentro de casa, então eu acho que isso foi um dos principais desafios, mesmo para mim, foi manter o foco e ter que me dedicar sem de certa forma ter uma cobrança de um professor, porque quando você está na sala de aula tem uma cobrança porque tem uma pessoa ali te avaliando, então em casa, muitas vezes, era você, você precisa cumprir aquilo que é o seu objetivo de alcançar. O que me ajudou muito é porque eu sou representante da sala, então assim, eu consegui ter vínculo com todo mundo, e todo mundo ficou muito assustado, muitas pessoas até trancaram na época, não sei se voltaram, mas assim... as pessoas ficaram assim “que que eu faço?”, “e agora como é que vai ser?” e de certa forma eu também fiquei assustada porque eu nunca imaginaria que

(risos). A gente sempre se ajuda, uma matéria que um não entende o outro vai lá e explica, a gente teve muito disso, acho que umas três pessoas da minha sala trancaram, a maioria continua, e o que me fez continuar é porque eu sempre fui apaixonada pela área da saúde, já fiz um ano de Enfermagem, mas não era aquilo... aí fui para Farmácia e estou amando, meu curso do coração, me encontrei (risos). Quero registrar também para o pessoal da área da saúde não desistir... eu sei que essa parte da pandemia é um negócio desgastante, que você fica: “nossa como é que eu vou fazer isso?”, “mas e a máscara, tem que usar sempre a máscara dentro da faculdade?”. Você quer conversar... é horrível... mas, não desistam!

É difícil, mas é só uma fase e vai passar!

ficaria tanto tempo, eu tinha um certo receio de ter essa perda de conteúdo, sabe, do que eu vou estar aprendendo... então, assim, os alunos se sentiram muito perdidos e na volta para muitos, eu percebi, que tem uma barreira... e só agora que está começando a quebrar essas barreiras sabe, de criar um vínculo... Porque as primeiras aulas presenciais que teve eram muitos grupinhos, assim ninguém conversava com ninguém então eu senti que a pandemia afastou muito, agora sim, com a volta que está, aos poucos, tendo aquele um grupo, sabe... como se fosse uma família mesmo, uma turma que vai se formar. Então eu virei representante uma semana antes de vir a pandemia, porque minha sala foi dividida, era uma sala grande e foi dividida, eu pensei: ah, vou ser representante! Até porque eu sempre gostei de ter informações de uma forma integral, sem diluições, de eu pegar aquilo e já passar para as pessoas. E aí, nisso, a gente já tinha um grupo no WhatsApp, aí nesse grupo não que a gente manteve a comunicação, mas por lá que eu passava todos os avisos da nossa coordenadora Sandra, e nisso nós criamos um “grupo de avisos”, mas assim... para mantermos uma agenda mesmo, bonitinha, que ajudava tanto para mim quanto organização, que eu sabia o que eu tinha que ter e isso também ajudava muitos os alunos, mandava mensagem no grupo assim: “ah, vamos montar um grupo, manda aqui para mim quem não tem grupo, avisa”. De uma certa forma tentava manter uma união, mesmo as pessoas não se conhecendo, mas assim foi um pouco complicado porque estava uma sensação de desespero no grupo, então assim eu era porta-voz da Sandra, então tudo que ela falava eu passava, mas, às vezes, não tinha aquelas respostas que eles queriam,

eu ficava assim, ao mesmo tempo eu tinha que me acalmar e acalmar o pessoal, passar assim, uma coisa que tá tudo bem e que vai dar tudo certo, então... foi assim uma fase complicada, mas que de certa forma amadureceu outras coisas, deu uma outra visão! Acho que a pandemia se resume em desafio, foi um desafio total.

Eu conheço o pessoal de outros Centros Acadêmicos e conversando assim... olha, a São Camilo foi muito rápida em implantar o modelo a distância, porque eu lembro que mandaram a mensagem, mandaram um e-mail falando que não ia ter aula presencial durante 15 dias, no outro dia já tinha o Teams, já foi passado como funcionava para os alunos, passaram para mim que sou representante, para explicar para os alunos caso tivessem alguma dúvida, foram super-rápidos, os professores assim supercuidadosos, em relação.. assim: “vocês estão aprendendo, vamos mudar o método...” acho que eles foram superatenciosos, por mais que não era a realidade que eles estavam acostumados, eles foram pedindo ajuda também, assim teve a troca: “não professora, vamos tentar de outra forma”, assim o professor também “não, vamos tentar desse jeito para ser melhor para vocês” e eu acho que eles não deixaram falhar em nada em relação a passar o conteúdo, em passar as informações do Centro, sempre se manteve assim, mesmo você não estando vindo ele estava ali, sabe, assim “eu estou aqui”, “o que precisar pode vir”, claro que os canais congestionaram, mas já era esperado, já era superesperado, e assim a vida mudou totalmente então a gente teve que ter paciência para ter algumas respostas e a gente sempre teve as respostas, então eu acho que a São Camilo na pandemia, eles foram sensacionais e tem sido.

Eu considero que os protocolos contra a COVID-19 estão funcionando no Centro Universitário São Camilo, porque de uma certa forma muitas faculdades voltaram antes né, com o presencial; e a São Camilo sempre se manteve muito preocupada com a saúde de todos os alunos, em relação a você aglomerar muitos alunos numa sala e mesmo com a liberação da máscara eles ainda recomendam, eles têm o cuidado: você pode ficar sem máscara, mas eu recomendo para sua saúde e para o seu bem-estar você continuar de máscara. Então eu vejo, assim, que eles zelam muito pela saúde dos alunos e dos colaboradores, e eu sinceramente gosto muito disso, desse carinho que a faculdade tem.

Olha, a volta para o presencial também foi desafiadora, porque de certa forma eu me adaptei a uma outra realidade, então eu conseguia conciliar com a minha vida, assim de uma outra forma eu me programei com uma outra realidade e a volta presencial, ao mesmo tempo que tem essa troca,



que eu acho muito importante, porque eu estou vivenciando uma nova fase com o concurso, com os professores, que eu acho que faltava isso, faltava muito, muito, muito porque mesmo sendo representante e tendo um contato maior com os professores, mas faltava aquele olhar, às vezes até assim puxar um assunto descontraído, vamos dizer assim... esse calor humano, né... então eu achei que com o presencial dá muito medo, porque assim nunca tive nenhuma avaliação presencial... o remoto a gente sabe que, por mais que você estuda, mas você tem um apoio, você tem o apoio de material, você tem o apoio de amigos e você tem apoio da internet, embora a internet não tem dados tão reais, tão verdadeiros, mas você tem tudo o que você quiser, então assim você no presencial agora tem sido desafiador conciliar tudo, sabe... é você entender que não é só você fazer uma atividade, você tem que ir para faculdade: você está disposto?, você tem que voltar, sua alimentação, tem vários fatores que interferem, então, assim.. readaptar ao presencial não tem sido algo fácil, mas tem sido algo gostoso, porque você

está vendo que vai valer a pena, está vendo assim: “nossa, eu poderia ter aproveitado isso em tal matéria”, “eu poderia ter aproveitado isso em todo o meu curso e infelizmente não teve”, mas tudo bem, teve suas vantagens, teve seu crescimento também nisso, mas assim eu estou gostando muito, eu no começo fiquei realmente bem angustiada de não conseguir dar conta, mas agora a gente está assim: você vai mudando uma coisa, vai mudando outra, vai tentando deixar mais leve, não vai se cobrando tanto, porque na vida remota era uma coisa e na presencial, provavelmente, não adianta você querer se cobrar igual do remoto, porque o remoto você tinha acesso a tudo, então, aqui, agora, está sendo realmente, assim de certa forma está fazendo eu ser a profissional que eu quero ser, porque na pandemia de uma certa forma eu não sabia se eu estava realmente estudando para ser uma boa profissional... porque tem aquele medo, aquele bloqueio: “será que eu estou realmente aprendendo?” e no presencial não, no presencial você tem que aprender, se você gosta daquilo você tem que aprender, até porque você é cobrado por isso para você passar de semestre, para não

pegar uma DP, assim você tem que tentar aprender pelo menos para passar na prova, mas você tem que aprender, de certa forma um pouquinho daquilo você vai levar, mas e agora nas matérias em EAD? Eu não sei se eu tive esse um pouquinho, se eu estou levando comigo, então eu estou gostando muito, muito, muito, muito mesmo do presencial, da volta, não tem sido fácil, mas eu estou gostando (risos).

Essa pergunta “Defina em uma palavra o que significa esse retorno presencial”, até quando mandaram o questionário eu pensei, pensei e pensei... e assim, eu acho que a palavra que resume é “esperança”, porque, de uma certa forma, bem os sonhos ficaram meio travados, né... E essa volta para o presencial, essa volta a vida normal, dá uma esperança da gente pensar no futuro melhor, até porque assim tudo mudou, então assim, até a forma da gente pensar mudou para melhor, a gente tem que ver que depois de tudo que a gente passou a gente pensa num futuro melhor, acho que para mim a esperança seria a palavra que mais se encaixa. Falei demais (risos). ❀



Comprometida com essa missão, as bibliotecas disponibilizam um acervo que cobre todas as áreas do conhecimento e está em permanente processo de atualização, podendo ser utilizado pela comunidade acadêmica e administrativa e externa.



Sempre pensando em oferecer além daquilo que é essencial, os usuários tem acesso a diversos serviços e produtos: bases de dados especializadas na área da saúde; acesso a mais de 10.000 títulos de e-books de diversas áreas; e outros serviços que auxiliam alunos e professores no desenvolvimento de suas pesquisas.

Por ser um dos espaços de interação do Centro Universitário com sua comunidade acadêmica, administrativa e externa, as Bibliotecas promovem constantemente ações culturais, sociais e de capacitação. Estas ações dão suporte ao ensino e à pesquisa e promovem um senso de cidadania.

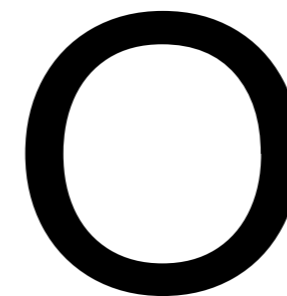
# BIBLIOTECAS SÃO CAMILO



## A CPA E O PROCESSO DE AUTOAVALIAÇÃO INSTITUCIONAL

Juliana Mazoco Figueiredo

“A autoavaliação ou avaliação interna é um processo em que um curso ou uma instituição faz uma análise interna sobre o que deseja ser, o que de fato realiza, como se organiza, administra e age, visando a busca sistematizada de informações para realizar a análise e interpretação dessas informações, procurando identificar práticas exitosas, bem como a percepção de omissões e equívocos, com a finalidade de evitá-los futuramente”. (CONAES, 2004)



Os Valores e os Princípios do Centro Universitário São Camilo constituem base para o planejamento e desenvolvimento de todas as ações institucionais, e o reconhecimento de sua comunidade é estímulo para seguir em busca da melhoria contínua no cumprimento de sua Missão.

Em 1997, antes mesmo de se tornar uma exigência legal, o Centro Universitário São Camilo, objetivando o estabelecimento de estratégias adequadas que viabilizassem a avaliação organizada de seus recursos e serviços, instaurou uma Comissão de Avaliação (então denominada Comissão Permanente de Avaliação), para o seu desenvolvimento contínuo, buscando a integração, sinergia de esforços e ajuda mútua, com base na missão e nos princípios camilianos.

A partir de 2004, em consonância com a legislação vigente (Lei 10.861 de 14 de abril de 2004), essa comissão foi adaptada às diretrizes do Sistema de Avaliação do Ensino Superior – SINAES, institucionalizando-se como Comissão Própria de Avaliação – CPA, responsável por implementar, junto à Instituição, o Programa de Avaliação Institucional, subsidiando a avaliação externa e coordenando a autoavaliação.

Vale reforçar que, para que tenha êxito, a implantação de um programa de avaliação institucional necessita atender a alguns objetivos básicos, que são:

A criação de uma cultura avaliativa: para tornar-se um instrumento de melhoria da qualidade, a avaliação deve envolver o maior número possível de docentes, discentes, coordenadores e pessoal técnico-administrativo. Este envolvimento não deve significar apenas o preenchimento de formulários ou a participação em entrevistas/reuniões, mas uma participação ativa em todo o processo de avaliação. Entretanto, a adesão só pode acontecer se houver uma conscientização do papel da avaliação como processo que promoverá resultados satisfatórios.

A avaliação deve ser coletiva e participativa: a avaliação não pode ser imposta como um processo autoritário e punitivo. Ela deve ser conquistada, desejada por todos como um instrumento que ajudará docentes, discentes e colaboradores a serem melhores. Ela deverá estar ligada aos resultados obtidos e ao que deve ser feito para melhorá-los. A ética do processo e a segurança do propósito da avaliação deverão levar todos a confiarem e a desejarem que ela faça parte do seu dia a dia. O caráter ameaçador e punitivo da avaliação não deve existir, de tal maneira que o corpo social se conscientize de que o seu propósito é o de ajudar a promover a melhoria da qualidade de ensino.

Deve haver apoio e comprometimento do grupo gestor: a avaliação institucional precisa ter o apoio e o comprometimento do grupo gestor. Também não pode ser entendida ou utilizada como instrumento ameaçador ao sistema gerencial existente, senão encontrará resistências que poderão comprometer o seu sucesso. Sua implantação e execução devem permear todas as instâncias, obtendo apoio e confiança.

Os resultados devem ser utilizados: é importante que os resultados sejam utilizados para subsidiar as tomadas de decisões, proporcionar mudanças e correções dos problemas que interferem no desempenho pedagógico e administrativo e incentivar os aspectos de excelência apontados nos diagnósticos.





## FIQUE SABENDO!

COMISSÃO PRÓPRIA DE AVALIAÇÃO | CPA

### VOGÊ SABIA QUE SUA PARTICIPAÇÃO NAS AVALIAÇÕES DA CPA CONTRIBUI PARA A PROMOÇÃO DE MUDANÇAS E MELHORIAS NA INSTITUIÇÃO?

Para o cumprimento do Programa de Avaliação Institucional, as pesquisas de avaliação assumem importante papel no processo de autoavaliação do Centro Universitário São Camilo, uma vez que constituem relevantes e sistematizados indicadores para a avaliação das diversas áreas e serviços institucionais, dispondo de cronograma próprio, contemplando as fases de sensibilização, coleta, divulgação dos resultados, elaboração de plano de melhorias e divulgação das ações oriundas dos seus resultados.

O diagnóstico resulta das informações derivadas de opiniões de discentes, docentes, coordenadores de curso, pessoal técnico-administrativo e comunidade externa. As informações são coletadas por meio de instrumentos diversos como formulários, discussões em grupo, vivências e análise de relatórios e de documentos, bem como da análise dos indicadores institucionais de autoavaliação e análise das avaliações externas.

Sendo assim, a operacionalização da autoavaliação preza por um processo contínuo, em que a participação da comunidade institucional contribui para a promoção do autoconhecimento de cada área participante, bem como para o amadurecimento da identidade da Instituição e o acompanhamento contínuo dos seus indicadores. Além disso, os dados e as informações resultantes desse processo são organizados por períodos anuais e compõem o [Relatório de Autoavaliação Institucional](#), que é enviado ao Ministério da Educação, via sistema e-MEC.

Feitas essas considerações, cabe ressaltar que o Centro Universitário São Camilo evidencia uma cultura avaliativa, onde todo o corpo social dela participa, vendo os processos de avaliação como subsídios para crescimento, conhecimento e aperfeiçoamento da Instituição, e não falo aqui apenas dos processos de autoavaliação, mas, também, da análise criteriosa dos resultados de seu desempenho sob a ótica da avaliação externa, um trabalho que se desenvolve de forma integrada com a alta gestão, gestores dos diversos setores, coordenações, NDEs e os colegiados de curso. ✦

BRASIL. Lei no 10.861, de 14 de abril de 2004. Institui o Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior - SINAES e dá outras Providências. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, v. 139, n. 72, p. 3-4, 15 abr. 2004. Seção 1.

BRASIL. Portaria MEC no 2.051, de 09 de julho de 2004. Regulamenta os procedimentos de avaliação do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior (SINAES), instituído na Lei no 10.861, de 14 de abril de 2004. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, v. 139, n. 132, p. 12, 12 jul. 2004. Seção 1.

COMISSÃO Nacional de Avaliação da Educação Superior (CONAES). Diretrizes para a Avaliação das Instituições de Educação Superior. Brasília: Ministério da Educação, 2004.

Graduada em Letras - Português/ Inglês pelo Centro Universitário São Camilo (2004). Possui MBA em Gestão Universitária com ênfase na Avaliação Institucional (2012) e MBA em Gestão Estratégica em Instituições de Ensino Superior (2021).

# Podcast

## Notícias em Saúde

Já conhece o podcast da Agência de Notícias em Saúde do Centro Universitário São Camilo? Com ele você fica por dentro dos assuntos que estão em alta na mídia, comentados pelos nossos professores e coordenadores.

Acesse: [spoti.fi/3iYE3Bi](https://spoti.fi/3iYE3Bi)



Agência de  
**Notícias em Saúde**



# O ESTUDANTE PARA ALÉM DOS MUROS UNIVERSITÁRIOS

Uma atividade de extensão segundo a RESOLUÇÃO Nº 7, DE 18 DE DEZEMBRO DE 2018 do MEC visa a “contribuição na formação integral do estudante, estimulando sua formação como cidadão crítico e responsável; o estabelecimento de diálogo construtivo e transformador com os demais setores da sociedade brasileira e internacional, respeitando e promovendo a interculturalidade e a promoção de iniciativas que expressem o compromisso social das instituições”.

A Extensão Comunitária do Centro Universitário São Camilo aborda pilares importantes em congruência com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável.

O Projeto Recepção de Ingressantes é exemplo dessa premissa. Ele ocorre todos os semestres e são ações que refletem ao acolhimento e integração dos novos ingressantes, reconhecimento de ações multiprofissionais e interdisciplinares, por meio da aula magna, ações das coordenações de cursos e apresentação dos órgãos Acadêmicos Estudantis (Ligas, Atléticas, Centros Acadêmicos e Coletivos).

- Estimular as atividades extra campus universitário, permite ampliar os horizontes do aluno e contribui largamente para a formação de um cidadão apto a construir e colaborar com uma sociedade mais justa e próspera.
- A extensão “tira o aluno da caixinha”, o remete a repensar valores e a construir outros.
- Mais do que uma atividade de voluntariado, permite aplicar na prática conceitos vistos na universidade, aplicando técnicas e estabelecendo a união da teoria com a prática.
- Permite ampliar a visão de mundo e possibilita ao estudante conhecer o universo onde deverá aplicar os conhecimentos adquiridos sem a névoa da ilusão, mas com a clareza necessária às mudanças.
- Para muitas organizações ao redor do mundo, mais vale um recém-formado com essa visão que um aluno exemplar que nunca teve nenhuma vivência em sociedade.
- As provas de residência, concursos públicos, bolsas de estudo para intercâmbio em universidades de ponta, cargos em multinacionais, têm levado em consideração esses projetos e a prática do profissional e ou recém-formado.
- O profissional do século XXI deve ser mais que um grande conhecedor das teorias, mas ter as habilidades e competências para aplicá-las.



MAIO, 2022

A comissão é composta por vários setores institucionais e os membros das diretorias dos Órgãos Acadêmicos Estudantis.

Em parceria com a Secretaria da Saúde do Estado de São Paulo, o Centro Universitário São Camilo - SP apoia as ações de NÃO AO TROTE, sendo essa uma ação de sensibilização contínua, visto se tratar de uma desconstrução, enfatizando o SIM A ACOLHIDA, PERTENCIMENTO E CIDADANIA. Princípios estes alinhados aos objetivos do desenvolvimento sustentável e a missão camiliana, apresentando a estrutura física dos campi e os valores Camilianos de Solidariedade e Fraternidade, de forma não violenta.

As práticas de TROTE e outras que se contrapõem a essa mensagem, não são permitidas, dando lugar a ações voltadas à humanização, como a Campanha de Doação de Sangue em parceria com as Ligas Acadêmicas de Hematologia e Banco de Sangue dos cursos de Medicina e Biomedicina, promovendo a doação como atividade de sensibilização aos direitos fundamentais.



Além da Doação de Sangue, alguns órgãos estudantis promovem campanhas de arrecadação de alimentos, brinquedos, produtos de higiene, livros que são doados para instituições que desenvolvem ações com diferentes públicos em situação de vulnerabilidade.

Além disso, o programa conta com o Projeto Incentivo ao Esporte das Atléticas Acadêmicas que incentiva as diferentes modalidades esportivas individuais e coletivas, esportes físicos e virtuais.

Outro pilar importante das ações de Extensão Comunitária está voltado para a Linha Temática de Cultura que vem contemplar os pressupostos dos ODS 04 - Educação de Qualidade, colaborando indiretamente para os demais objetivos.

Com atividades como aulas temáticas em parceria com a Pastoral Universitária, apresentações culturais antes e durante eventos científicos, concurso cultural, em parceria com os órgãos estudantis. ✳



EM PAUTA ✳ SÃO CAMILO | 51

## Campanha Páscoa Solidária

Campanha das Bibliotecas São Camilo para arrecadação de caixas de bombom destinadas para a ONG Nós do Bem!

Foram arrecadados:  
 CAMPUS IPIRANGA: 1811  
 CAMPUS POMPEIA: 911  
 COLÉGIO SÃO CAMILO: 196



## Missa de Páscoa

A tradicional Missa de Páscoa do Centro Universitário São Camilo ocorreu dia 14/04, no campus Ipiranga. Além de celebrarem o período pascoal, os colaboradores tiveram a oportunidade de reencontrar os colegas de trabalho e receberam da Instituição uma doce surpresa.



## Água: o que podemos fazer?

As águas subterrâneas são importantes para a sobrevivência. O que podemos fazer para protegê-las? Evitar a poluição é algo que todos nós podemos fazer e auxilia a preservar a qualidade das águas subterrâneas. Mas para protegê-las é imprescindível que os Órgãos Ambientais estabeleçam os perímetros das áreas que devem ser protegidas, evitando aterros e lixões no local, estabeleçam a racionalização do uso de fertilizantes e controlem a infiltração de produtos químicos, além de uma gestão sustentável que regulamente o uso.



## Eventos Científicos

Em maio ocorreram dois grandes e tradicionais eventos no Centro Universitário São Camilo: A XXXI Semana de Enfermagem e o SIMPONUTRI, ambos foram um sucesso, com palestras com temas da área e apresentação de trabalhos. Nestes eventos científicos, os alunos podem se engajar e terem acesso a informações atualizadas na sua área profissional ou de estudo.



## OPORTUNIDADES COM A CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO

A publicação pelo Conselho Nacional de Educação (CNE) da Resolução nº 7, de 18 de dezembro 2018, que estabeleceu as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira, representa uma oportunidade para que as Instituições de Ensino Superior (IES) desenvolvam ações ampliando o rol de atividades que podem ser realizadas visando a curricularização da extensão, os cursos de graduação desenvolvem as atividades de extensão inseridas no currículo, alinhadas e registradas em seus Projetos Pedagógicos dos Cursos, além disso, a extensão comunitária possui programas e projetos da Instituição, incluindo também cursos, oficinas, eventos e prestação de serviço, articuladas com as atividades de ensino e pesquisa.



dades de extensão universitária extrapolam o âmbito educacional, integrando: ciência, tecnologia, cultura, em um processo interdisciplinar e interprofissional transformador, permanentemente articulado com as necessidades da sociedade.

O Plano Nacional de Extensão Universitária, sugere pilares para que as ações de Extensão Universitária possam seguir:

- Impactos e transformação social (atendendo as demandas regionais e das parcerias);
- Interação dialógica (igualdade de comunicação e contribuição entre sociedade e universidade, com envolvimento em movimentos sociais);
- Interdisciplinaridade (entre profissional, entre pessoas e organizações);
- Indissociabilidade (ensino, pesquisa e extensão).

O Plano Nacional de Extensão Universitária também indica a abordagem de temas de ordem nacional e atual, como erradicação da fome e miséria, conhecimento da realidade nacional, estímulo ao pensamento crítico, cidadania, trabalho em equipe, senso de solidariedade e justiça social; com ações práticas para problemas de habitação, produção de alimentos, geração de empregos e redistribuição de renda.

As atividades de curricularização da extensão buscam colocar em prática a união do binômio ensino-pesquisa como estratégia para formação de experiências complementares, mas necessárias ao processo de graduação, proporcionando que o conhecimento produzido no curso de graduação possa ser aplicado, definido e ampliado, com impacto social, além do científico, conforme o Projeto Pedagógico do Curso. A vivência em ações extensionistas promove mudanças em todos os envolvidos, por meio da construção e aplicação de conhecimentos, atividades acadêmicas e sociais, em um território no qual a instituição se situa, ou mesmo os(as) discentes residem ou trabalham.

As atividades de extensão buscam ultrapassar o âmbito acadêmico, no que se refere ao ensino e pesquisa, levando

para a sociedade os produtos deste processo, vinculando as ações sociais, acadêmicas e de pesquisa inerentes as funções do Centro Universitário, ou seja, um processo de formação de pessoas e geração de conhecimento, em um movimento de retroalimentação entre discentes, docentes, colaboradores técnico-administrativos e a comunidade.

A Extensão no Ensino Superior busca ser uma união bilateral entre universidade e comunidade, não para substituir as responsabilidades do Estado, mas para produzir saberes e torná-los acessíveis à população. Segundo a Resolução nº 7 de 2018 (CNES, 2018), as ativi-

Desta forma, os(as) discentes entram em contato com ações que permitem conhecer o território que estão inseridos, seja no entorno dos campi do Centro Universitário, ou mesmo, no território que residem ou trabalham, ocorrendo assim, o diálogo entre comunidade acadêmica e sociedade, onde a primeira entra em contato com conteúdos específicos dos seus cursos, desenvolve o olhar para questões que emergem da comunidade e do contexto social, com esta experiência advinda do olhar para a comunidade, o(a) discente retroalimenta seu processo de aprendizado, desenvolvendo soluções, ampliando seus estudos, propiciando uma formação universitária integral, crítica e cidadã.

#### **Ações extensionistas para o currículo: trazendo o aluno para as práticas na sociedade**

**Os cursos de extensão universitária contribuem para o desenvolvimento de competências e habilidades dos alunos graduandos e, ao mesmo tempo, possibilitam o compartilhamento do conhecimento adquirido com a comunidade.**

O Centro Universitário São Camilo, vem promovendo a curricularização da extensão nos seus cursos de graduação, de forma sistemática, entendendo que o enfoque social do trabalho educativo acadêmico deve estar presente. Observe abaixo, como os coordenadores da instituição vêm atuando nessa perspectiva:

A Professora Luciane Pedro, coordenadora do curso de Pedagogia do Centro Universitário São Camilo (CUSC), ressalta o caráter legal e a importância pedagógica dos projetos extensionistas ao afirmar que a resolução CNE/CES 07/2018 (Conselho Nacional de Educação/Câmara de Educação Superior) determina que sejam assegurados pelo menos 10% (dez por cento) do total de crédito curriculares dos cursos de graduação em atividades de extensão e refere que a mesma amplia a conexão das Instituições de Ensino Superior (IES) com questões sociais importantes na contemporaneidade, via promoção de um diálogo mais efetivo com a comunidade, por meio de ações de extensão de forma orgânica, permanente e articulada ao ensino e à pesquisa.

A professora elucida também que ações extensionistas curricularizadas enriquecem o processo formativo na medida em que podem ser desenvolvidas por metodologias que contemplem a problematização da realidade e a aprendizagem na práxis. Dessa forma, favorece o protagonismo do estudante e sua interação com a comunidade e os contextos locais, assim como a integração dos conhecimentos de forma interdisciplinar e a construção de competências em diferentes aspectos: pessoal, social, comunitário e profissional.

A professora Sílvia Novaes Barreto, coordenadora dos Cursos de Graduação em Gestão do CUSC, também enfatiza a rica troca de conhecimento entre os estudantes universitá-

rios com as comunidades onde estão inseridos e faz referência a completude de atendimento aos três pilares do ensino em instituições de graduação: ensino, pesquisa e extensão. A professora explica a referida troca, ao destacar que a sociedade sai ganhando com a intervenção de projetos e saberes especializados, em grupos sociais vulneráveis e carentes de assistência, e os estudantes aplicam conhecimentos teóricos num contexto prático, ampliando seu aprendizado, numa troca mútua. Refere ainda que o ganho para o aprendizado vai além, pois ao se doar e ajudar o próximo, o estudante se sente útil no protagonismo na luta contra a desigualdade social.

Afirma receber vários depoimentos de alunos relatando o quanto esses projetos desenvolvidos mudaram sua perspectiva de mundo e fizeram com que tivessem contato com uma realidade distinta, valorizando ainda mais sua escolha profissional.

O curso de Medicina do CUSC fomenta a realização de extensão desde os primeiros semestres da graduação e, dessa forma, insere precocemente os alunos na comunidade a fim de que desenvolvam progressivamente um olhar social, fundamental para a prática durante o curso e sobretudo após o término da graduação. Mediante realidade nacional na dificuldade de acesso a serviços de saúde, o curso possui diversas possibilidades de atuar em situações de vulnerabilidades sociais com seus projetos. Destaca-se abrangência não só local das ações de prevenção e promoção à saúde da comunidade, mas até mesmo nacional, como o projeto desenvolvido com população indígena na região norte do país.

Já, o curso de Psicologia, em diversas ações, enfatiza a importância de desenvolver ações nas escolas da região visando instrumentalizar docentes e alunos; desenvolver o olhar crítico do aluno às diferentes vivências profissionais no Brasil, desenvolver habilidades de avaliação de currículos e auxiliar aqueles que precisam de ajuda em um mercado de trabalho com altos índices de desocupação e subemprego.

Além de atuação direta junto à população dentro da comunidade onde habita, projetos extensionistas também começaram a ser realizados dentro da clínica-escola Promove, de forma a aproveitar a rica infraestrutura do local preparada para receber o público com as mais diversas demandas. ❀

Saúde integral é o espírito camiliano.  
Juntos apoiamos futuros profissionais a serem saudáveis, inteligentes e criativos.

[portal.saocamilo-sp.br/servicos/apoio-psicologico-psicopedagogico.php](http://portal.saocamilo-sp.br/servicos/apoio-psicologico-psicopedagogico.php)





## O avanço da pesquisa no Centro Universitário São Camilo

Ronni Rômulo Novaes e Brito\*

**Q**uando se fala em pesquisa científica muitas pessoas não sabem ao certo do que se trata tal termo. Como o próprio nome sugere, deve ser algo a ser pesquisado com bases e parâmetros científicos. No entanto, talvez ainda fique alguma dúvida no que diz respeito o que é ciência. Ciência é o processo de investigação da realidade que pressupõe nossa capacidade de mudar de ideia diante de novas evidências. E tais evidências são geradas por meio de métodos científicos. A finalidade do método científico é permitir ao leitor saber precisamente como foi feito o estudo para poder entender

e avaliar adequadamente os resultados e as conclusões. Mediante estas informações, o leitor deverá ser capaz de reproduzir todo o trabalho científico ou parte dele.

Com esta pequena explanação de alguns conceitos que, muitas vezes, ficam restritos ao meio acadêmico, podemos discorrer como foi o início da pesquisa científica sobre sono e sistema imunológico no Centro Universitário São Camilo, bem como apontar o que estamos desenvolvendo atualmente em nosso laboratório de pesquisa. Tudo começou no ano de 2014 quando tivemos aprovação de nosso projeto de pesquisa pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) com financiamento no valor de R\$300.000,00 (trezentos mil reais) para o desenvolvimento do projeto “Efeitos da privação de sono paradoxal

sobre o desenvolvimento de metástases experimentais em modelo de melanoma murino”.

Com essa verba, foi montado o primeiro laboratório de pesquisa no Centro Universitário São Camilo, com compra de equipamentos, até então, não adquiridos pela Instituição, como o Citômetro de Fluxo, o qual é usado tanto para o desenvolvimento de nossos projetos científicos, como em aulas práticas nos cursos de pós-graduação. Essa infraestrutura nos permitiu trabalhar intensamente para manutenção da pesquisa no Centro Universitário. Este primeiro projeto nos rendeu uma publicação científica na revista internacional indexada Neuroimmunomodulation, com o título “Chronic Sleep Restriction Impairs the Antitumor Immune Response in Mice”. Neste trabalho ficou demonstrado que, a restrição de sono aumentou o número de metástases pulmonares em camundongos submetidos a restrição de sono por 21 dias consecutivos, bem como induziu redução no número de células efectoras importantes para a resposta imune antitumoral. Para ler o artigo na íntegra, acesse: <https://www.karger.com/Article/Abstract/490352>. É importante ressaltar que esse foi o primeiro trabalho experimental totalmente desenvolvido no Centro Universitário São Camilo. Além disso, levamos o nome da Instituição para congressos internacionais apresentando os resultados obtidos no laboratório de pesquisa.

De lá para cá estamos envolvidos com outros projetos de pesquisa com parcerias importantes com a Prof<sup>a</sup>. Dra. Patrícia Xander, do departamento de Ciências Biológicas da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) que atualmente lidera um sólido grupo de pesquisa na área de doenças infecciosas e parasitárias e, com a Prof<sup>a</sup>. Dra. Anuska Marcelino Alves Saraiva, do programa de pós-graduação em Patologia Ambiental e Experimental da Universidade Paulista, que trabalha atuando principalmente com diabetes melito tipo 1, terapia celular e sistema imune no contexto de doenças e infecções. Tratam-se, portanto, de projetos multicêntricos, envolvendo instituição privada e pública, e com a participação de grupos de pesquisa já consolidados, os quais dão grande apoio para o desenvolvimento e realização de nossos trabalhos. Sendo assim, nós, professores do Centro Universitário São Camilo, juntamente com estes pesquisadores externos, formamos um grupo coeso e bem estruturado para o estudo da relação entre sono, câncer e o desenvolvimento de algumas doenças infecciosas, como a leishmaniose, paracoccidiodomicose e candidíase.

Com a infraestrutura do laboratório e a experiência dos docentes na área de pesquisa, foi possível a participação de alunos do curso de Biomedicina do Centro Universitário São Camilo no desenvolvimento de projetos de iniciação cientí-

fica, com bolsa do CNPq/PIBIC. A iniciação científica é processo pelo qual estudantes de graduação conheçam o meio acadêmico e a pesquisa científica, ampliando os suportes teórico e metodológico em uma área particular que contribui com a sua formação. Tivemos alunos egressos que participaram de nossos projetos e que se formaram contando, em seu currículo, com artigos publicados em periódicos de circulação internacional.

Atualmente estamos envolvidos em três projetos cujo tema central é a restrição de sono e sua influência no comportamento fisiológico do sistema imunológico. A interação recíproca entre o sistema imunológico e regulação do sono tem sido amplamente reconhecida, mas os mecanismos celulares que sustentam esta interação não são completamente compreendidos. Estudos em animais indicam que o sono fragmentado está associado à sobrevivência diminuída de coelhos após o desafio microbiano. Privação de sono crônica resulta em crescimento excessivo de bactérias intestinais, penetração microbiana em gânglios linfáticos, e invasão bacteriana sistêmica letal em ratos. Em humanos, foi demonstrando que a ativação crônica do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA), responsável pela liberação de cortisol (hormônio do estresse), pode levar a uma série de distúrbios tais como, transtornos afetivos, hipertensão, hiperglicemia, distúrbios de ansiedade, além de prejuízos em respostas imunológicas. Também foi constatado que em trabalhadores de turno invertido, aqueles que trabalham no período da noite e dormem durante o dia, maior incidência de câncer de mama nas mulheres e câncer de próstata nos homens. Assim, há uma conexão bidirecional, ou seja, o sistema imunológico e o cérebro estabelecem uma comunicação, que é demonstrada pelas modificações no ciclo sono-vigília diante do acionamento imunológico e vice-versa. Dessa forma, os mecanismos que regulam o sono e o sistema imunológico compartilham mediadores envolvidos na resposta imunológica que participam tanto na alteração do sono em resposta a uma inflamação sistêmica como na regulação do sono fisiológico.

Acreditamos que com empenho, determinação e perseverança iremos cada vez mais, posicionando o Centro Universitário São Camilo nesse nicho tão específico que é a pesquisa científica, por meio de publicações de qualidade, levando os resultados a congressos e simpósios no âmbito nacional e internacional, destacando ainda mais nosso compromisso em promover o desenvolvimento do ser humano segundo os valores camilianos. 🌸

\* Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9107665116494010>

# MEDICINA DO SONO: RELAÇÃO COM A SAÚDE E DESCOBERTAS RECENTES



O interview desta edição, conta com a ilustre participação do Prof. Lúcio Huebra Pimentel Filho, pesquisador na área da medicina do sono, o qual nos traz um breve relato sobre a relação do sono e da saúde de forma geral.

Entrevista elaborada por:  
Fábio Mitsuo  
Ronni Rômulo Novaes e Brito

**Professor Lúcio Huebra, é um prazer tê-lo em nossa Revista. Antes de mais nada, gostaríamos de saber sobre sua formação e carreira. Poderia nos contar um pouco sobre sua trajetória?**

Eu diria que minha trajetória acadêmica começa de fato no ensino médio quando estudei em um colégio federal na Universidade Federal de Viçosa (UFV). Nessa ocasião surgiu o interesse científico, sobretudo relacionado a área biomédica. Após isso, cursei Medicina na Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) quando tive o primeiro contato com projetos científicos e despertei o interesse pela neurologia. Fiz residência em Neurologia no Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) com a oportunidade de fazer um estágio supervisionado em Medicina do Sono no Hôpital Pitié-Salpêtrière em Paris. Daí surgiu a paixão pela medicina do sono e a decisão de seguir essa área de atuação, finalizando a formação com residência em Medicina do Sono na Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), além de mestrado nesta mesma instituição. Atualmente participo de um grupo de pesquisas em sonolência excessiva diurna no departamento de Psicobiologia da UNIFESP.

**Agora falando sobre o sono, que é sua especialidade. Qual a importância de uma boa noite de sono para as pessoas?**

Antes mesmo de responder a relação entre o sono e a saúde de forma geral, acredito que seja importante deixar claro o que é o sono e tão complexo ele é. O sono é um processo natural de inconsciência associado a repouso físico e mental. Porém, apesar de ser um momento de repouso, o sono não é um processo completamente inativo. Durante o sono o cérebro está em franca

atividade cerebral, consolidando a memória e o aprendizado, além de ser o momento em que produzimos diferentes hormônios específicos desse período do dia e quando há alguns processos metabólicos que também só acontecem quando estamos dormindo. Ainda não sabemos todas as funções do sono, mas com certeza é importante em processos cognitivos, metabólicos e de homeostase. Nos últimos anos, foi descoberto o sistema glinfático. Até então, acreditava-se que o cérebro era

**Durante o sono o cérebro está em franca atividade cerebral, consolidando memória e o aprendizado, além de ser o momento em que produzimos diferentes hormônios específicos desse período do dia e quando há alguns processos metabólicos que também só acontecem quando estamos dormindo.**

o único órgão que não tinha sistema linfático, principal sistema de limpeza do organismo. E é durante o sono que acontece essa “limpeza” cerebral, mais especificamente durante o sono de ondas lentas. Para ressaltar toda essa importância do sono, lembro que cada animal dorme uma quantidade diferente de horas e para o ser humano, o sono ocupa praticamente 1/3 do nosso dia, uma média de 8 horas.

**Existe uma quantidade de horas de sono ideal para as pessoas?**

Importante salientar que não existe um número mágico de horas para todos os indivíduos e sim uma média

da população que gira entre 7 e 8 horas. A quantidade de horas dormidas varia de pessoa para pessoa, e na mesma pessoa varia em diferentes fases da vida, sendo diferente quando é recém-nascido, bebê, criança, adulto e idoso. A quantidade de horas de sono ideal para cada pessoa é definida geneticamente, por isso pessoas dentro de uma mesma família tem uma tendência a precisarem da mesma quantidade de horas de sono e ter horários de dormir e acordar semelhantes. A melhor forma de se definir qual a quantidade ideal de sono para um indivíduo é estabelecer com qual duração do sono ele se sente bem, acorda restaurado e não apresenta sonolência durante o dia.

**Sempre ouvimos falar sobre sono REM e sono não REM. O que isso significa?**

O sono é um fenômeno biológico cíclico, sendo composto por diferentes estágios de sono que se repetem ao longo da noite. O sono do adulto inicia no estágio de sono não-REM, em que há um alentecimento progressivo da atividade elétrica cerebral. Durante este período do sono não-REM há uma maior recuperação física, além de liberação de alguns hormônios, como o hormônio do crescimento (GH). No fim do ciclo de sono, temos o estágio de sono REM (do inglês Rapid Eye Movement, ou movimento rápido de olho). Além deste movimento ocular típico, esse estágio caracteriza-se por uma intensa atividade cerebral com a formação da maioria dos sonhos, sobretudo os mais elaborados. Outra peculiaridade deste período, é a perda de tônus muscular, levando a um completo bloqueio motor, impedindo que reproduzimos, na cama, as mesmas ações vividas pelo nosso cérebro durante os sonhos.

## O que podemos fazer para dormir melhor?

Existem algumas dicas que ajudam a melhorar o sono de forma geral, as principais são:

- ter uma rotina com horários regulares de dormir e de acordar. Mesmo nos finais de semana e férias, manter horários parecidos, no máximo 1 hora de sono a mais ou mais tarde.
- ter um bom ambiente do sono, calmo, tranquilo, silencioso e escuro.
- Outra dica importante é ir para cama só no momento de dormir. Quanto mais tempo na cama sem dormir, pior a qualidade de sono. Aumenta inclusive a ansiedade em relação a dificuldade para dormir.
- No período da noite tem que ser evitado estimulantes como café, refrigerantes de cola, chás escuros e qualquer bebida que contenha cafeína. A dieta deve ser leve e pobre em proteínas.
- Realizar atividade física regular também ajuda na qualidade de sono. Recomendamos evitar o período de 3 a 4 horas antes do horário de dormir.
- Evitar de levar os problemas para a cama. Uma dica interessante é reservar 15 a 20 minutos da noite para anotar os problemas e pendências numa caderneta para só voltar a pensar neles no dia seguinte.

## A falta de sono pode aumentar a incidência de problemas de saúde?

Uma vez não respeitada a quantidade ideal de horas de sono, vemos algumas consequências que podem ser agudas,

já no dia seguinte a uma noite mal dormida, ou crônicas que vão surgir ao longo da vida após um período prolongado de noites mal dormidas. Das consequências agudas, acredito que todos já tenham vivenciado em algum dia. Sintomas comuns são fadiga, sonolência, desatenção, irritabilidade, dor de cabeça, tontura. Já as consequências a longo prazo são sobretudo relacionadas com o metabolismo, havendo maior risco de obesidade, diabetes, dislipidemia; outras relacionadas com o risco cardiovascular, aumentando a ocorrência de infarto e derrame ou AVC, além de hipertensão arterial. E

## Uma vez não respeitada a quantidade ideal de horas de sono, vemos algumas consequências que podem ser agudas, já no dia seguinte a uma noite mal dormida, ou crônicas que vão surgir ao longo da vida após um período prolongado de noites mal dormidas.

do ponto de vista cerebral uma única noite mal dormida já causa um dano cerebral que é similar ao processo que leva a doença de Alzheimer, assim, várias noites mal dormidas ao longo de anos, pode levar a um processo de declínio cognitivo com prejuízo de memória ou mesmo acelerar um processo de demência em pessoas suscetíveis. É bem definido que pessoas que dormem menos que sua necessidade, sobretudo menos do que 6 horas de sono por noite, apresentam uma mortalidade por todas as causas aumentada em relação a população geral.

É possível estimar o quanto a exposição à tela azul de celulares, compu-

## tadores e televisores influenciam na qualidade do sono?

O nosso ritmo de sono e vigília é dependente da exposição à luz. Habitualmente dormimos à noite, quando há menor intensidade de luz e permanecemos acordados ao longo do dia. Assim, a luz à noite é uma grande vilã para uma boa qualidade de sono. O espectro de luz azul é o que mais interfere na qualidade de sono e está presente em todos os aparelhos eletrônicos, como o celular, computadores e TV. Quando nos expomos ao espectro de luz azul próximo do horário de dormir, interferimos no mecanismo cerebral que regula nosso relógio biológico, atrasando o horário de sono e o deixando superficial e fragmentado.

Atualmente fala-se muito do sistema imunológico e o seu bom funcionamento para combater doenças infecciosas como a COVID-19. O sono pode interferir no desempenho desse sistema?

O sistema imune que é o sistema de defesa do nosso organismo, precisa de um perfeito equilíbrio do corpo para seu funcionamento. Então uma boa alimentação, hidratação adequada, boa saúde mental e principalmente uma boa qualidade de sono é primordial para o bom funcionamento do sistema imunológico. Precisamos de uma boa qualidade de sono com horas suficientes para que as células de defesa sejam restauradas e que seja produzido de forma adequada os anticorpos para o combate as diversas infecções. Existe um estudo brasileiro interessante que mostra que pessoas com privação de sono tem eficácia reduzida pela metade quando tomaram vacina, no caso foi feito o estudo com a vacina para hepatite A. Já um outro

estudo americano mostra que o risco de ficar resfriado é 4,5 vezes maior em sujeitos que tem quantidade de horas de sono menor que 6h. De acordo com a pesquisa, as pessoas que dormem menos de 5 horas estão 5 vezes mais propensas a desenvolver problemas como resfriados e gripes comparado com quem dorme no mínimo 8 horas por noite. E quem dorme de seis a sete horas tem de 3 a 4 vezes mais chances de desenvolver tais problemas. É importante lembrar que cada pessoa precisa de uma quantidade mínima de horas de sono diferente e esses números são populacionais, mas fica claro que quem dorme menos do que precisa, fica mais susceptível a infecções respiratórias. Além disso, outros estudos já mostraram que dormir é importante para a metabolização de radicais livres e para a recomposição das funções cardiorrespiratórias. O sono ruim ou insuficiente leva a uma maior liberação de um hormônio relacionado ao stress que se chama cortisol. O cortisol tem um efeito modulador do sistema imune, reduzindo a defesa do organismo. Existem estudos mostrando que após privação completa de sono por 48h há um aumento de uma classe de células de defesa conhecida como neutrófilos, como se o corpo ficasse de certa forma inflamado. E quando há redução do tempo de sono REM há uma queda em uma imunoglobulina conhecida como imunoglobulina A ou IgA. A IgA é uma grande defesa para nossas mucosas, como nariz e boca, que são grandes portas de entrada para patógenos virais, e assim a queda dessa imunoglobulina também favorece as infecções respiratórias.

Trabalhadores de turno invertido podem sofrer alguma intercorrência pelo fato de trabalharem a noite e dormirem durante o dia? Existe a

## possibilidade desses trabalhadores adoecerem mais?

O nosso relógio biológico é definido geneticamente e prepara o nosso corpo para dormir e acordar em torno do mesmo horário. Existe toda uma condição ideal para que o sono aconteça naquele momento, como temperatura corporal, circulação de hormônios e ativação de circuitos cerebrais. Os trabalhadores de turno vivem em dessincronia com essa tendência biológica, mantendo-se acordados no momento propício para o sono e dormindo durante o dia. O sono, nessas condições, não apresenta a mesma qualidade do que seria no momento ideal. Tudo

## Precisamos de uma boa qualidade de sono com horas suficientes para que as células de defesa sejam restauradas e que seja produzido de forma adequada os anticorpos para o combate as diversas infecções.

isso gera uma situação de stress nos processos fisiológicos, culminando em um estado inflamatório crônico que aumenta o risco cardiovascular, maior tendência a desenvolvimento de alguns tipos de câncer e uma maior mortalidade a longo prazo.

Os estudos científicos sobre o sono avançaram muito nos últimos anos? O que foi descoberto recentemente?

A medicina do sono é uma ciência nova, de início recente. Até mesmo conceitos básicos sobre o sono foram desenvolvidos nos últimos 50 anos. Recentemente, em 2017, o prêmio Nobel

de Medicina foi dedicado a descobertas relacionadas à Medicina do Sono com a descrição dos mecanismos moleculares relacionados ao ritmo circadiano e os genes que regulam o nosso relógio biológico. Outras descobertas recentes mostram relação próxima entre distúrbios do sono e envelhecimento cerebral precoce, predispondo a doenças neurodegenerativas como a doença de Alzheimer.

## O que você prevê para essa área de estudo nos próximos anos?

Acredito que nos próximos anos, novos medicamentos e outras modalidades de tratamento serão desenvolvidas para tratamento de alguns distúrbios de sono mais frequentes, sobretudo a apneia do sono e a insônia.

Prof. Lúcio, estamos chegando ao fim de nossa entrevista. Há algo a mais que queira comunicar a nossos leitores e comunidade acadêmica? Fique à vontade.

Vivemos em um momento da história em que a consciência sobre a magnitude do sono ainda não é universal. Informações sobre a saúde do sono e seus distúrbios mais comuns ainda não são de conhecimento geral, o que retarda o reconhecimento de sintomas relacionados a distúrbios do sono e a busca por ajuda. Aproveito esta oportunidade para incentivar uma reflexão geral sobre a importância do sono, com uma consequente valorização dos horários de dormir e uma constante avaliação subjetiva sobre a qualidade de sono. Cuidar do nosso sono é cuidar da nossa saúde.

Reiteramos nossos agradecimentos ao Prof. Lúcio, por sua participação. Foi um prazer conhecer mais sobre essa fascinante área. Muito obrigado! ❀



# O PROJETO EXTENSIONISTA "NÃO É UMA ESCOLHA": EM PROL DA DIGNIDADE MENSTRUAL

Luciano Batista de Oliveira  
Beatriz Giannetto

O Centro Universitário São Camilo preocupa-se em articular ensino, pesquisa e extensão em prol de toda a sua comunidade acadêmica e da sociedade também. Dentro desse escopo, destaca-se a extensão como um dos pilares centrais da educação camiliana, a qual tem por finalidade "ultrapassar os muros da instituição" no sentido de levar à sociedade os produtos do ensino e pesquisa internos, e nesse processo o alunado é o ator central, pois é ele que o realiza em prol dos grupos vulneráveis e, ao mais, é ele quem se humaniza com tal feito.

O projeto que nomeia este pequeno texto está dentro da referida ideia e foi realizado entre os meses de novembro e dezembro de 2021, tendo por fim fomentar a conscientização e a ação solidária sobre o tema da dignidade menstrual, que é uma dimensão dos direitos sexuais e reprodutivos de meninas, mulheres, homens trans e pessoas não binárias que menstruam, e que se refere ao acesso condigno a recursos, infraestrutura e conhecimentos para o devido cuidado da menstruação (UNFPA e UNICEF, 2021, p. 04 e 05).

Essa dimensão dos direitos humanos é tão importante que demandou da Organização das Nações Unidas (ONU), por meio de seus órgãos, a criação de um dia especial no calendário mundial para a dignidade menstrual, ou seja, o dia 28 de maio, tendo por fim a sua consecução por todos os países signatários, de seus governantes e da sociedade civil.

O nosso Centro Universitário tem, entre suas medidas institucionais, criar ações dentro de sua comunidade acadêmica para o combate dos fatores sociais, culturais, de saúde pública e econômicos que dificultam a realização e o exercício da dignidade menstrual, mas, o que é digno de nota, tal finalidade brota também da ação própria dos seus discentes, pois, entre os meses de setembro e outubro de 2021, alunos de certos órgãos acadêmicos (ligas e

centros acadêmicos) propuseram projetos na Coordenadoria de Extensão para a conscientização e ações de arrecadação de produtos de limpeza pessoal e absorventes em prol de três organizações da sociedade civil (ONGs). Dentre os órgãos acadêmicos participantes destacaram-se as ações da Liga Acadêmica de Saúde da Mulher (LASM), do Centro Acadêmico Nader Wafae (CANW), da Liga Acadêmica de Fisioterapia na Saúde da Mulher, Urologia e Dermatofuncional (LAFSMUD) e do Centro Acadêmico de Psicologia Mathilde Neder em prol do Instituto Ela e das ONGs Somos da Rua e Estrela do Amanhã.

O projeto de concretização foi planejado e realizado com muito carinho por todos os envolvidos. Num primeiro momento pensou-se e se efetivou pequenos vídeos disparados nas mídias sociais do Centro Universitário e dos órgãos estudantis. Neles foram abordadas temáticas de saúde relativas a conhecimentos ligados ao cuidado menstrual, tais como: o ciclo menstrual e apps que ajudam a monitorá-lo, o debate sobre tabus relacionados às secreções e fluídos vaginais e, ainda, sobre os exames preventivos e DSTs. Noutro momento, realizou-se uma palestra de impacto para fomento e conscientização em torno da dignidade menstrual, no qual palestraram as professoras Fernanda Marçal e Maria Mônica Pereira, respectivamente, das graduações da Enfermagem e da Medicina, e a aluna Beatriz Gianetto, da graduação de Medicina.

Essa etapa rendeu inúmeros frutos. Pode-se afirmar que gerou uma cultura de conscientização sobre a dignidade

menstrual e ajudou em muito a impulsionar a arrecadação de materiais de limpeza pessoal e de absorventes em momentos posteriores. Isso, também, aliás, foi fortemente fortalecido pela palestra idealizada e gerida pela Liga Acadêmica de Fisioterapia na Saúde da Mulher, Urologia e Dermatofuncional (LAFSMUD) e do Centro Acadêmico de Psicologia Mathilde Neder, na qual pode-se dialogar com as ONGs beneficiadas, dando uma dimensão mais concreta ao que se estava realizando.

O resultado final de tudo isso não foi outro senão a arrecadação de muito produtos de limpeza pessoal e absorventes. Arrecadou-se 26 fios dentais, 31 pacotes de lenços umedecidos, 51 sabonetes líquidos, 60 sabonetes em barra, 121 escovas e 122 pastas de dente, bem como 84 escovas de cabelo, 163 pacotes de absorventes e 259 papéis higiênicos; e tudo isso foi devidamente separado, organizado e enviado às ONGs com a ação enérgica, perseverante e no bem de todos os envolvidos.



Porém, além desse resultado material, se assim se pode dizer, existiu um efeito de humanização de todos os participantes do projeto, passando pela organização até à ação social propriamente dita. Um exemplo a respeito disso é o relato da aluna Beatriz Gianetto, a qual nos explica sua participação e efeitos:

“A realização do projeto agregou na minha formação enquanto aluna de Medicina e também no âmbito pessoal. A São Camilo preza pela formação de profissionais humanizados, éticos e críticos - visando o cuidado integral das pessoas, e dar suporte a projetos como o nosso, auxiliam que nós tenhamos contato com populações vulnerabilizadas e que a nossa empatia seja cada vez mais aflorada.”

Uma das docentes participantes, Fernanda Marçal, também se alinha com essa perspectiva, pois afirma que:

“(o) projeto foi importante para que direcionássemos o olhar para um problema grave, real e para que não nos limitássemos à discussão no mundo das ideias, proporcionando uma ação concreta para atender as necessidades das pessoas”.

A aluna Beatriz Dâmaso, uma das participantes, afirma, por sua vez, que, por ser uma aluna da graduação em Psicologia, a empatia deve ser desenvolvida e que, por isso, a realização do projeto representou a efetivação dessa característica, pois “exige esforço e dedicação em prol do bem de um terceiro sem pretensão de retorno qualquer”.

Percebe-se, assim, que a ação complexa realizada por todos esses atores teve um duplo benefício, pois, de um lado, gerou conscientização da comunidade camiliana e a respectiva arrecadação de materiais de limpeza e absorventes em prol de ONGs, e, por outro, a humanização dos próprios participantes do projeto, gerando valores sociais, que irão se refletir na jornada profissional e de vida de cada um.

Desse modo, o projeto “Não é uma escolha” representou uma ação institucional e extensionista que corroborou a ação internacional da ONU quanto à dignidade menstrual proclamada a ser efetivada em todo dia 25 de maio de cada ano, o que demonstra a preocupação do Centro Universitário São Camilo de ir além do ensino e pesquisa propriamente ditos, mas que essas dimensões do ensino superior estejam interligadas com ações de impacto social, o que traz benefícios para os grupos sociais fragilizados e, também, para os próprios envolvidos, os alunos, os quais se transformam em todo o processo, culminando na formação de um profissional mais humano, ético e cidadão, e preocupado com a realidade social que o cerca e de seu país. ❀



# Tem post NOVO no blog!

**CARREIRAS em SAÚDE**  
SÃO CAMILO



[blog.saocamilo-sp.br](http://blog.saocamilo-sp.br)

# AGÊNCIA DE NOTÍCIAS EM SAÚDE APOSTA NA PRODUÇÃO AUDIOVISUAL

A novidade de 2022 na Agência de Notícias em Saúde é o investimento em produção profissional de conteúdos em vídeo, incluindo captação de imagens em 4k e um trabalho dedicado de edição para reforço de identidade e linguagem visual com a cara do Centro Universitário São Camilo.

A ideia, além de seguir o propósito de geração de conteúdo para a imprensa nacional dentro dos padrões de qualidade exigidos, é também apoiar as necessidades da equipe de Marketing do Centro Universitário São Camilo com vídeos institucionais, stories, short vídeos para redes sociais, Hyperlapse, sequência de imagens em alta velocidade, FAQ vídeos, vídeo case e tudo o mais que a tecnologia empregada ao audiovisual possa criar para entregar informação com qualidade e visualmente impactante, representativa e convidativa.

Além da aposta em linguagem audiovisual, a Agência de Notícias em Saúde continua produzindo material de base para jornalistas que geram repercussão com nossos professores como fontes de informação. Estes são constantemente procurados para comentar os temas mais relevantes quando o assunto é bem-estar, saúde e orientações sobre imunização, patologias endêmicas e cenário da saúde pública nacional, além da contribuição para o combate às fakes news e dos movimentos antivacina que possam afetar a saúde dos brasileiros de todas as idades, por meio do compartilhamento de conhecimento científico.

O resultado desta atuação se reflete nos números de inserções da mídia registrados nos últimos meses. Foram 336 matérias publicadas em sites, revistas, jornais, canais de televisão e emissoras de rádio de todo o País, entre os dias 15 de setembro de 2021 e 15 de abril de 2022.

O Centro Universitário São Camilo vem se consolidando cada vez mais na imprensa quando o assunto é informação sobre Saúde.

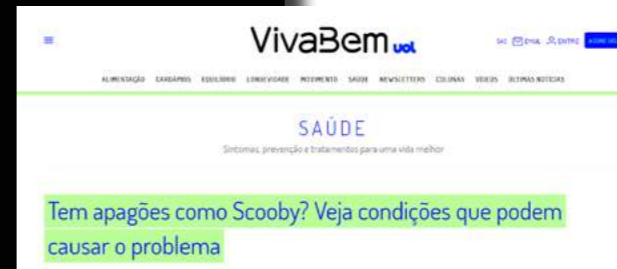
“O total de matérias publicadas com referência ao Centro Universitário São Camilo, de 15 de setembro de 2021 a 15 de abril de 2022, seria o suficiente para estar diariamente na imprensa durante 11 meses e dois dias”.



250 5.5

-2...1...0...1...2+

ISO 400



Citação Destaque #1:  
Professor João Brainer para o UOL



Citação Destaque #2:  
Professora Gláucia Benute para o Saúde Brasília



Citação Destaque #3:  
Professora Sandra Chemin para o Portal R7



Citação Destaque #4:  
Professor Robert Fabian Rosas para a BandNews FM

# Confira nossas últimas publicações:



Em Pauta 2 (Edição 2)  
Publicada em novembro de 2021.  
<https://saocamilo-sp.br/EmPautaSaoCamilo>



Mba Gestão em Saúde: Projetos Acadêmicos De Inovação 2019/2020 (Edição 2)  
Publicado em dezembro de 2021  
<https://saocamilo-sp.br/outraspublicacoes>



O Mundo da Saúde Edição 46/2022 (6 artigos publicados - janeiro a maio/2022)  
<https://revista-mundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/index>



Manual de Normalização de Trabalhos Acadêmicos (6ª Edição)  
Publicado em maio/22  
<https://saocamilo-sp.br/outraspublicacoes>



Informativo Legal 5 edições publicadas - janeiro a maio/2022  
<https://saocamilo-sp.br/InformativoLegal>



Manual de Orientação 2 - Comitê de Ética em Pesquisa (CoEP)  
Publicado em fevereiro/22  
<https://saocamilo-sp.br/outraspublicacoes>



E-book "Aleitamento Materno"  
Publicado em abril/22  
<https://saocamilo-sp.br/outraspublicacoes>



Biblio Connect Edições #6 e #7 - fevereiro e abril/2022  
<https://saocamilo-sp.br/BiblioConnect>



Coleção "COVID-19 no Brasil: Impactos e Papel da Equipe Multiprofissional"  
Publicado em maio/22 <https://saocamilo-sp.br/outraspublicacoes>



Siga nossas redes sociais:  
[@publicasaocamilo.sp](https://twitter.com/publicasaocamilo.sp)

# VEM POR AÍ

# DIREITO SÃO CAMILO!



**CAMILIANOS**  
**100**  
**ANOS**

**DE MISSÃO**  
**NO BRASIL**  
**1922/2022**



ISBN: 978-65-86702-24-8

CL



9 786586 702248