

Artigo original

Produção e validação de podcast para promoção da saúde mental de usuários da atenção primária*

Production and validity of a podcast to promote mental health among primary care users
Producción y validación de un podcast para promover la salud mental de usuarios de atención primaria

Katyane Heck Girardi^I , Leila Zanatta^I ,
Denise Antunes de Azambuja Zocche^I ,
Carine Vendruscolo^I , Alice Hirdes^{II} 

^I Universidade do Estado de Santa Catarina Chapecó, Santa Catarina, Brasil

^{II} Universidade Luterana do Brasil, Canoas, Rio Grande do Sul, Brasil

* Extraído de um Trabalho de Conclusão de Curso de Mestrado "Podcast como estratégia de promoção da saúde mental na Atenção Primária à Saúde", Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), 2023.

Resumo

Objetivo: descrever o processo de produção e validação do podcast educativo intitulado: "cuide de sua mente". **Método:** pesquisa-ação, desenvolvida em cinco fases, sob a perspectiva da promoção da saúde. As informações foram produzidas no período de outubro de 2022 a outubro de 2023. Para validação adotou-se o cálculo de Índice de Validade de Conteúdo (IVC) e de Concordância Semântica (ICS). **Resultados:** foram produzidos cinco episódios para o podcast com ênfase às ações voltadas à prevenção e promoção da saúde mental, com duração de oito a vinte e dois minutos. Sete especialistas na temática e dez usuários da atenção primária à saúde realizaram o processo de validação da tecnologia, mediante IVC de 0,93 e ICS de 0,95. **Conclusão:** o podcast constitui uma estratégia valiosa e inovadora nos processos educativos, proporcionando uma abrangência de livre acesso, com potencial de replicabilidade mediante a gama de possibilidades de consumo do conteúdo pelo público.

Descritores: Saúde Mental; Atenção Primária à Saúde; Tecnologia Educacional; Promoção da Saúde; Educação em Saúde

Abstract

Objective: to describe the production and validity process of an educational podcast entitled "Cuide de Sua Mente" (Take Care of Your Mind). **Method:** action research, developed in five phases, from the perspective of health promotion. Information was produced from October 2022 to October 2023. For validity, the calculation of Content Validity Index (CVI) and Semantic Concordance Index (SCI) was adopted. **Results:** five episodes were produced for the podcast,

focusing on actions aimed at preventing and promoting mental health, lasting eight to 22 minutes. Seven experts on the subject and ten primary healthcare users carried out the technology validity process, with a CVI of 0.93 and a SCI of 0.95. **Conclusion:** the podcast constitutes a valuable and innovative strategy in educational processes, providing a scope of free access, with potential for replicability given the range of possibilities for content consumption by the public.

Descriptors: Mental Health; Primary Health Care; Educational Technology; Health Promotion; Health Education

Resumen

Objetivo: describir el proceso de producción y validación del podcast educativo titulado: “*Cuide de Sua Mente*” (Cuida Tu Mente). **Método:** investigación-acción, desarrollada en cinco fases, desde la perspectiva de la promoción de la salud. La información fue producida entre octubre de 2022 y octubre de 2023. Para su validación se adoptó el cálculo del Índice de Validez de Contenido (IVC) y de Concordancia Semántica (ICS). **Resultados:** para el podcast se produjeron cinco episodios con énfasis en acciones destinadas a prevenir y promover la salud mental, con una duración de ocho a veintidós minutos. Siete expertos en el tema y diez usuarios de la atención primaria de salud realizaron el proceso de validación de la tecnología, utilizando un IVC de 0,93 y un ICS de 0,95. **Conclusión:** el podcast constituye una estrategia valiosa e innovadora en los procesos educativos, brindando un ámbito de libre acceso, con potencial de replicabilidad a través del abanico de posibilidades de consumo del contenido por parte del público.

Descriptores: Salud Mental; Atención Primaria de Salud; Tecnología Educativa; Promoción de la Salud; Educación en Salud

Introdução

Os transtornos mentais interferem no equilíbrio dos processos biológicos e psicológicos, os quais regulam aspectos emocionais, cognitivos e comportamentais dos indivíduos. Sendo assim, é importante que a sociedade olhe com atenção para essas desordens, visto que no mundo são quase um bilhão de pessoas convivendo com algum transtorno mental.¹

O estudo *Global Burden of Disease – Mental Health* faz referência aos distúrbios mentais decorrentes do uso de substâncias, como álcool e outras drogas, e aos distúrbios de saúde mental, expondo que um indivíduo em cada sete apresenta um ou mais transtornos mentais.²

Os profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) evidenciam, no seu cotidiano, a grande demanda de atendimento à saúde mental.³ De acordo com esta realidade, faz-se necessário que a APS esteja preparada para atender as demandas da população e compreender o contexto social a qual está inserida, bem como

procurar maneiras de promover saúde e prevenir agravos, por meio de práticas multiprofissionais e intersetoriais, objetivando o cuidado integral e humanizado.⁴

Nesse sentido, se faz relevante compreender os processos de comunicação com os usuários da APS. A informação, a comunicação em saúde e a adoção de comportamentos preventivos e promotores de saúde são essenciais para os estilos de vida saudáveis e combate a doenças e agravos à saúde mental.⁵

Para implementar as ações de promoção da saúde na APS, os serviços cada vez mais têm buscado utilizar as Tecnologias Cuidativo-Educacionais (TCE), pois essas tendem a valorizar a experiência do viver, o modo e o contexto de vida das pessoas, transformando os envolvidos em seres humanos, crítico, reflexivo, autônomo, empoderados para agir e transformar sua própria realidade.⁶ Nessa perspectiva, elas se inserem na prática profissional da enfermagem, visando proporcionar uma possibilidade para o desenvolvimento da crítica, construção da união, cuidado, bem como aprendizagem significativa aos indivíduos.⁷

Além disso, o podcast apresenta-se com flexibilidade em seus modos de reprodução e compartilhamento; proporcionando ao usuário autonomia em sua utilização em local e horário, bem como na difusão de conhecimento que ultrapassa barreiras geográficas.⁸

Entre as TCE que tem sido muito utilizada na área da saúde está o podcast, que é um arquivo digital de áudio transmitido pela internet e que pode ser disponibilizado gratuitamente ou por assinatura e pode ser acessado por um dispositivo conectado à internet (computadores, celulares, notebook, tablets). O podcast configura-se como uma TCE, que aufere evidência no campo da saúde, pois propicia autonomia, flexibilidade e inovação ao público que utiliza desta ferramenta no processo ensino-aprendizagem.⁹

Frente ao exposto, o podcast torna-se relevante na promoção da saúde mental dos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) para atender às demandas locais, mas que são de preocupação também de outros municípios e regiões do Brasil, pois proporciona uma abrangência de livre acesso, com potencial de replicabilidade. Desta forma, objetiva-se, neste artigo, descrever o processo de produção e validação do podcast educativo intitulado: "Cuide de sua mente".

Método

Trata-se de uma pesquisa-ação, composta de cinco fases (exploratória, seminário, plano de ação, saber formar/informal e divulgação e avaliação), adaptada do método descrito na literatura,¹⁰ sendo que neste artigo será destacado a terceira fase do estudo (plano de ação).

Fase 1 - exploratória: essa etapa consistiu em uma revisão integrativa da literatura, que buscou identificar e caracterizar o uso das tecnologias educacionais voltadas à promoção da saúde mental de usuários na APS; na caracterização do perfil de usuários em sofrimento mental na APS do município em questão por meio da análise dos relatórios de atendimento individual e cadastro individual a partir da busca no sistema de informação e-SUS Atenção Primária (e-SUSAPS); e entrevista individual com os profissionais de saúde, a qual possibilitou a identificação das práticas de promoção em saúde utilizadas pelos mesmos no processo de trabalho.

Fase 2 – seminário: foi utilizado a técnica de grupo focal com 15 profissionais da APS que atuam no campo da saúde mental, possibilitando a definição do público-alvo e da tecnologia a ser desenvolvida (podcast), bem como a coleta de sugestões de conteúdos para comporem o podcast. Para seleção foram convidados todos os profissionais que atuam no campo da saúde mental na APS do município.

Fase 3 - plano de ação: nesta fase definiu-se os conteúdos do podcast e realizou-se uma análise do referencial teórico sobre as temáticas, a partir dos conceitos de promoção da saúde de relatórios, *guidelines* de organizações e associações nacionais e internacionais, além de documentos emitidos pelo Ministério da Saúde. Também foram consultados artigos científicos atualizados de diferentes revistas da área de saúde, contemplando principalmente ações voltadas à prevenção e promoção da saúde mental, e assim iniciou-se a produção do podcast, ressaltando-se que todo o conteúdo foi embasado na literatura.

A produção do podcast ocorreu por meio de roteiros baseados em estudos da área de saúde mental e promoção da saúde, de forma participativa com os membros da equipe de saúde, contemplando a aptidão de cada profissional em relação ao tema. Essa produção foi dividida em quatro etapas: apresentação, abertura, perguntas e respostas dos convidados, finalização e créditos.¹¹

Finalizada a produção do roteiro, foi realizada a validação do seu conteúdo por especialistas da área de saúde mental. Para seleção dos especialistas utilizou-se uma amostragem não probabilística intencional, não aleatória, por meio de análise dos currículos na Plataforma Lattes, do portal do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), que atendessem a pelo menos dois dos seguintes critérios estabelecidos: 1) ser especialista (*lato* ou *stricto sensu*) na área temática do estudo, saúde mental; 2) possuir prática clínico-assistencial com o público-alvo do estudo, usuários da APS, há pelo menos, três anos; 3) possuir trabalho publicado em revista e/ou evento sobre saúde mental; 4) ter trabalhos publicados em revistas e/ou eventos sobre construção e validação de tecnologias cuidado-educacionais em saúde mental; e/ou 5) ser membro da Sociedade Científica na área da temática.¹² Foram considerados, como critérios de exclusão, o preenchimento incompleto do instrumento de coleta de dados utilizado e o não retorno dos documentos para a pesquisadora.

Quinze especialistas que atenderam aos critérios de inclusão, foram convidados a participar do estudo por meio do envio, via correio eletrônico, de cartas-convites, esclarecendo os objetivos da pesquisa. Foi estipulado o prazo de 15 dias para confirmação de participação no estudo. Adotou-se a recomendação de um número mínimo de cinco especialistas, obtendo-se sete participações.¹³ Para validação pelos especialistas foi construído um instrumento via *Google Forms*, composto por nove seções: 1) termo de aceite do convite da pesquisa; 2) contato eletrônico do avaliador; 3) Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para leitura e aceite; 4) caracterização do perfil do especialista (sexo, idade, formação, tempo de experiência profissional, maior titulação); 5) arquivo no *Google Drive* em formato PDF do roteiro do podcast; 6) informações para preenchimento do instrumento avaliativo; 7) bloco avaliativo do roteiro conforme proposto na literatura,¹³ em que foram contemplados os aspectos, objetivos; 8) estrutura e apresentação; 9) relevância, totalizando 21 itens, constando ainda, questões abertas para comentários e sugestões.

Cada especialista foi orientado a atribuir uma pontuação que representasse o grau de concordância com cada item apresentado das três partes que compõem o instrumento. Para tanto utilizou-se uma escala do tipo *Likert* de quatro pontos: (1) significa totalmente adequado; (2) adequado; (3) parcialmente adequado, e (4)

inadequado, sendo que ao assinalarem as avaliações “3” e “4” deveriam justificar sua resposta, e, se necessário, sugerir alterações a serem feitas no material.

Os dados de identificação dos especialistas foram consolidados em uma planilha do software *Microsoft® Excel* e analisados de forma descritiva pelo cálculo de frequência absoluta, percentuais, médias e desvio padrão.

A análise dos dados ocorreu mediante a utilização de planilhas no programa *Microsoft® Excel*, a partir do Índice de Validação de Conteúdo (IVC), que foi obtido pela somatória do número de respostas “1” (totalmente adequado) e “2” (adequado) de cada juiz participante, em relação a cada item do instrumento, dividido pelo número total de respostas.¹⁴ Neste estudo, acatou-se a sugestão, que considera a tecnologia validada quando se atinge um índice de concordância igual ou superior a 80%.¹⁵

As sugestões feitas pelos especialistas de conteúdo foram repassadas no programa *Microsoft® Word* e organizadas conforme a dimensão a que se dirigiam.

Fase 4 - Saber Formal/Informal: nesta fase foi realizada uma roda de conversa para apresentação e validação semântica do podcast com o público-alvo. Participaram do estudo, usuários da APS em sofrimento mental do município em questão, selecionados pelo método de amostragem não-probabilística intencional, buscando atender um número mínimo de participantes, conforme proposto na literatura.¹² Os critérios de inclusão destes foram: ser usuário em sofrimento mental do serviço, maior de 18 anos, e residir no município. Foram considerados, como critérios de exclusão, ser analfabeto e pessoas com dificuldades visuais que impossibilitava a leitura do instrumento de avaliação do podcast.

Para a validação semântica do podcast obteve-se uma amostra de dez participantes. Nesta etapa, a pesquisadora convidou os usuários por meio de um grupo, no aplicativo *WhatsApp* e por ligação telefônica, agendando uma data e horário para o encontro presencial e a apresentação do podcast. Esta etapa aconteceu no mês de outubro de 2023 em uma sala de reuniões de uma Unidade Básica de Saúde. Em seguida à apresentação do podcast e assinatura do TCLE, foi aplicado presencialmente o instrumento de validação semântica adaptado.¹⁶ O instrumento contempla, a caracterização do perfil do avaliador (sexo, idade e nível de escolaridade), informações para preenchimento do instrumento, bloco avaliativo, incluindo o aspecto Organização,

totalizando 11 itens a serem avaliados. Foi utilizado o padrão da escala *Likert* com a seguinte valoração (1) Concordo Fortemente – CF; (2) Concordo - C; (3) Discordo – D; (4) Discordo Fortemente - DF, para cada item do questionário, sendo que ao assinalar as opções “3” (Discordo Fortemente) e “4” (Discordo), o mesmo deverá justificar sua resposta, apontando sugestões para melhora do item por parte da pesquisadora.

Os dados obtidos na validação semântica foram organizados em planilhas do programa *Microsoft® Excel*, a partir do Índice de Concordância Semântica (ICS) que foi obtido por meio da fórmula: “*ICS = n° respostas 1 e 2 / n° total de respostas*”.¹⁵. Neste estudo, acatou-se a sugestão que considera a tecnologia validada quando se atinge um índice de concordância de no mínimo 70% (0,70) ou 80% (0,80).¹³

Fase 5 - Divulgação e Avaliação: compreenderá a verificação dos resultados da implementação da tecnologia educacional aos usuários na APS, utilizando os registros do sistema de informação e-SUS APS, para identificação dos problemas/condições avaliadas, no campo da saúde mental.

Sequencialmente à aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), os profissionais de saúde da APS, foram convidados a participar da pesquisa. Os que compareceram no dia e local previstos para a realização do grupo focal após a concordância na participação, assinaram o TCLE. Esses profissionais, assinaram também, um termo de consentimento para uso de imagem e voz. A identificação de cada profissional participante, durante a pesquisa, foi preservada.

Para a participação dos juízes especialistas e público-alvo na pesquisa, foi disposto o TCLE e após a concordância na participação, foi disponibilizado o formulário da validação.

A pesquisa foi conduzida de acordo com os padrões éticos exigidos, Resolução nº 466/12, Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde para pesquisas realizadas em seres humanos, e Resolução 580/2018 do Ministério da Saúde, foi submetida ao CEP da Universidade do Estado de Santa Catarina, e aprovada com o número de parecer nº 5.538.518 em 21 de julho de 2022.

Resultados

A pesquisa-ação realizada resultou na produção de um podcast sobre a promoção da saúde mental, voltado aos usuários da APS, intitulado: “Cuide de sua mente”.

O podcast é composto de cinco episódios, com o tempo médio de duração que varia entre oito a vinte e dois minutos para cada episódio, com os seguintes conteúdos e participações: episódio 1 - apresentação de alguns conceitos sobre saúde mental, com a participação de uma enfermeira; episódio 2 - principais fatores de risco à saúde mental e os principais transtornos mentais e sintomas que acometem os usuários da APS, com a participação do profissional médico; episódio 3 - estratégias e ferramentas de ações promotoras de cuidado em saúde mental, com a participação de uma enfermeira; episódio 4 - uso das práticas integrativas e complementares como estratégia de cuidado em saúde mental, com a participação de uma docente universitária e uma profissional fisioterapeuta; episódio 5 - consulta por teleatendimento (telepsicoterapia), com participação da psicóloga. Para cada episódio foi elaborada uma breve descrição do conteúdo e uma imagem de capa. Destaca-se que os profissionais de saúde participaram tanto da construção dos roteiros quanto da gravação dos episódios.

A validação do conteúdo do roteiro de cada episódio do podcast foi realizada por um grupo de sete especialistas, composto por enfermeiros (6; 85,7%) e psicólogo (1; 14,3%). Dos 15 especialistas convidados, seis não retornaram o convite, dois aceitaram participar da pesquisa, porém, não retornaram o questionário, sendo excluídos, totalizando, assim, os sete *expertises* que validaram o material.

Verificou-se que entre os especialistas predominou o sexo masculino (4; 57,1%). Quanto ao tempo de experiência profissional 2 (28,6%) possuíam 17 anos de experiência; 1 (14,3%) com 18 anos; 2 (28,6%) com 25 anos; 1 (14,3%) com 33 anos; e 1 (14,3%) com 34 anos de experiência. A média de tempo de experiência profissional na área foi de 24,1 anos. Em relação à faixa etária, 3 (42,9%) tinham entre 40-44 anos; 1 (14,3%) entre 45-50 anos; 3 (42,9%) entre 51-56 anos, sendo a idade média de 48 anos. Os participantes eram especialistas na área de saúde mental, sendo prevalente os especialistas com doutorado (4; 57,1%), seguido de (1; 14,3%) livre docência mestrado (1; 14,3%), e um com especialização na área (1; 14,3%).

Na Tabela 1, estão apresentados o IVC individual para cada uma das perguntas utilizadas na validação do conteúdo de cada critério. O podcast foi validado em sua primeira avaliação pelos especialistas de conteúdo, obtendo como IVC geral de 0,93, ou

seja, 93%. Após avaliação por *expertises* e o recebimento de suas sugestões, optou-se por incorporar, no roteiro do podcast, as sugestões.

Tabela 1 – Índice de Validade de Conteúdo - IVC por item e global. Chapecó, Santa Catarina (SC), Brasil, 2023

Itens	IVC
Objetivos	
O conteúdo do podcast facilita o processo ensino-aprendizagem na temática.	0,857
O conteúdo é coerente com uma prática educacional em saúde.	1
O conteúdo permite a compreensão do tema.	0,857
O conteúdo contribui para esclarecer possíveis dúvidas sobre o tema abordado.	0,857
O conteúdo incentiva a utilização do podcast na prática/atuação dos profissionais da APS.	1
O conteúdo proporciona reflexão sobre o tema, instiga mudança de atitude e comportamento dos usuários da APS.	0,857
Estrutura e apresentação	
O conteúdo está apresentado em linguagem apropriada ao público-alvo, mulheres e adolescentes.	0,71
O conteúdo obedece a uma sequência lógica.	1
A linguagem é interativa, permitindo envolvimento ativo no processo educativo, capaz de prender a atenção.	0,71
O conteúdo do podcast contempla as informações que poderão promover saúde mental aos usuários na Atenção Primária à Saúde.	1
A tecnologia é apropriada para a promoção em saúde na área de saúde mental.	1
As informações apresentadas possuem cientificidade.	0,857
As informações estão bem estruturadas em concordância e ortografia.	1
As informações são objetivas e claras.	1
As informações são esclarecedoras.	1
As informações são necessárias e pertinentes.	1
O tema é atual e relevante.	1
A formulação dos diálogos é atrativa e não cansativa.	0,857
Relevância	
O conteúdo estimula o aprendizado.	1
O conteúdo contribui para o conhecimento na área.	1
O conteúdo desperta interesse e conseqüente reflexão sobre a promoção da Saúde Mental.	1
IVC Geral	0,93

Após analisar as avaliações de cada especialista de conteúdo, foram compiladas as sugestões e procedeu-se à correção dos itens indicados no roteiro do podcast. Segue, no Quadro 1, a síntese das alterações sugeridas pelos especialistas de conteúdo.

Quadro 1 – Síntese da análise qualitativa das alterações sugeridas pelos especialistas de conteúdo. Chapecó, SC, Brasil, 2023

Aspecto contemplado	Sugestões dos juízes de conteúdo	
Objetivos	Ao se referir à Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID)/ Manual Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) usar “transtorno mental”.	Adequado no episódio 2
Estrutura/apresentação	Tornar a linguagem mais coloquial, menos científica.	Adequado em todos os episódios
	Alterar “equipe interdisciplinar”, por: “equipe multiprofissional”.	Adequado no episódio 3
	Alterar “consumo de álcool e drogas”, por “consumo de álcool e outras drogas”.	Adequado no episódio 2
	Sugiro maior mergulho na literatura internacional, dando ênfase à prevalência dos transtornos mentais no mundo e no Brasil.	Adequado no episódio 1
	Há muita informação sobre metodologia e processos na revisão literária que não interessam ao público destinado.	Excluído episódio da revisão integrativa
	As aberturas têm muita informação que considero pouco atrativas a ouvir.	Adequado em todos os episódios

Após avaliação das sugestões dos especialistas, o podcast passou por readequações no número e conteúdo dos episódios, apresentando na sua versão final 30 páginas de roteiro, conforme representação no Quadro 2, que aborda os conteúdos presentes no corpo deste material didático.

Quadro 2 – Apresentação dos conteúdos presentes no roteiro do podcast.
Chapecó, SC, Brasil, 2023

Nome dos Episódios	Tempo	Conteúdo
1 - Alguns conceitos em saúde mental	14min 6s	Aborda conceitos sobre saúde mental. Apresenta os principais resultados da revisão de literatura, do perfil de usuários em sofrimento mental e do grupo focal (fase 1 e 2 da pesquisa). E a visão do município sobre o projeto de pesquisa.
2- Principais fatores de risco à saúde mental, transtornos mentais e sintomas	8min 28s	Traz informações sobre os principais fatores de risco à saúde mental e os principais transtornos mentais (ansiedade, depressão e estresse) e sintomas que acometem os usuários da APS.
3 - Estratégias e ferramentas de ações promotoras de cuidado em saúde mental	9min 43s	Aborda as ações educativas promotoras de saúde mental, para a adoção de hábitos de vida saudáveis.
4 - Uso das práticas integrativas e complementares como estratégia de cuidado em saúde mental	22min 2s	Traz conceitos, os tipos e detalhamento sobre o uso das práticas integrativas e complementares como estratégia de cuidado em saúde mental.
5- Consulta por tele atendimento (telepsicoterapia)	10min 49s	Aborda a consulta por tele atendimento com a psicóloga, como um recurso de promoção em saúde mental.

Após validação da adequação do conteúdo dos roteiros, procedeu-se à gravação do podcast. A gravação ocorreu mediante agendamento prévio com a produtora local e os profissionais de saúde que participaram da construção dos episódios.

A validação semântica foi realizada por 10 usuários da APS, sendo que predominou o sexo feminino (9; 90%). Em relação à faixa etária, 4 (40%) participantes tinham entre 35-36 anos; 3 (30%) entre 40-44 anos, 2 (20%) entre 45-49 anos e 1 (10%) possuía 55 anos, sendo a idade média de 41 anos. Quanto ao nível de escolaridade, 3

(30%) participantes possuíam ensino fundamental incompleto; 1 (10%) ensino fundamental completo; 4 (40%) ensino médio completo e 2 (20%) graduação na área de administração e sistema de informação. O ICS geral foi de 0,95%.

Na Tabela 2, estão apresentados o ICS individual para cada item avaliado na validação semântica.

Tabela 2 – Índice de Concordância Semântica - ICS por item e geral. Chapecó, SC, Brasil, 2024

Itens	ICS
Organização	1
O conteúdo do podcast é atraente	1
O título do podcast chama a atenção do ouvinte	1
A duração dos episódios está adequada, é coerente	0,9
As informações contidas no podcast permitem fácil compreensão do conteúdo	1
Os áudios são claros, facilitando a compreensão do conteúdo.	0,9
Os episódios estão em uma sequência lógica, de forma organizada.	1
O podcast motiva a mudança de comportamentos e atitudes	0,9
O podcast apresenta-se de forma lógica para estimular o interesse pelo tema e a aprendizagem.	1
O podcast é esclarecedor sobre a promoção da saúde	0,9
O podcast é fácil de ser acessado.	0,9
O ouvinte é incentivado a prosseguir a audição do conteúdo até o final	1
ICS Geral	0,95

Os usuários da APS que participaram da validação semântica consideraram o material didático, podcast adequado na forma como foi apresentado. Dentre as alterações sugeridas, recomendaram facilitar o acesso ao conteúdo para a população, dar continuidade com mais episódios abordando temas como suicídio, automutilação, outras práticas integrativas e complementares, e rodas de conversas com psiquiatra e usuários da APS.

O podcast foi divulgado em emissora de rádio local e também está disponível por meio de plataforma digital *Spotify*, através do *link*: <https://open.spotify.com/show/03xnSkqd2tg46c4bX4Dol7?si=b7a1bc2e5dad4a70> e no *site* da Prefeitura Municipal, no endereço: <https://www.vargem.sc.gov.br/podcast-cuide-de-sua-mente/>, com acesso livre e gratuito, e por meio do QRcode (Figura 1).



Figura 1 - Código para acesso ao “Podcast Cuide de sua mente” no Spotify. Chapecó, SC, Brasil, 2024

Discussão

A promoção da saúde tem como lócus prioritário de atuação a APS, que exige práticas permanentes e longitudinais nas redes de cuidado alinhadas às reais necessidades da população. O reconhecimento do território e das necessidades locais, se mostram como processo essencial para a organização das práticas, e planejamento das ações em saúde.¹⁷

Assim, os podcasts tornam-se uma importante ferramenta no auxílio à promoção da saúde, principalmente no que tange à divulgação de orientações sobre autocuidado, permitindo agrupar em sua plataforma o saber de diferentes profissionais, baseado em evidências científicas, tornando-se uma estratégia de educação em saúde.¹⁸⁻²⁰

Na Enfermagem, os podcasts ganham destaque, uma vez que ao enfermeiro, em sua formação, é atribuído o papel de educador em saúde, sendo facilitador do processo ensino-aprendizagem. Podendo assim, este profissional fazer uso dessa ferramenta de comunicação quando utilizada para promover disseminação de informações sobre determinada temática.¹⁹

O desenvolvimento do podcast é considerado de grande valia, uma vez que permite fortalecer a promoção da saúde centrada no autocuidado, por meio de recursos tecnológicos até então pouco explorados pela enfermagem.¹⁹

O educador encontra no podcast, “uma ferramenta simplificadora e dinamizadora de conteúdo, facilitando assim o processo de ensino aprendizagem na educação em saúde”.²¹

O uso da internet e do podcast são relevantes para a educação em saúde.¹⁷ Apresenta impactos positivos do uso de tecnologias de informação para oferta de materiais educativos sobre saúde mental, destacando a facilidade e rapidez do acesso ao conhecimento fornecido por meio de podcasts.²² A utilização desse conteúdo em ações educativas mostra-se como recurso efetivo na construção do conhecimento.²³

Do mesmo modo, outro estudo ressalta o uso do podcast como uma prática educativa, que permitiu que os ouvintes tivessem informações de cunho científico e de fácil acesso, no intuito de construir conhecimentos e aprendizados relacionados à saúde mental da população.²⁴

Combinados com a literatura existente, os podcasts são um meio de impacto para a promoção da saúde mental. Os resultados demonstram que os ouvintes se beneficiam significativamente ao ouvir podcasts, com experiências com base em seu perfil demográfico. Os autores apontam, ainda, as implicações relacionadas ao uso de podcasts à saúde mental, como uma ferramenta psicoeducacional para o desenvolvimento pessoal.²⁵

Na literatura, pesquisas apontam o emprego de diferentes tecnologias cuidativo-educacionais para a educação em saúde na promoção da saúde mental. Um artigo traz como tecnologia um curso no formato EaD, “*Conect@dos com a S@ude*”, voltado a adolescentes. Todo o material foi organizado no formato de livro interativo, contendo: hipertextos, vídeos e animações; infográficos e figuras; além de fóruns de discussão; atividades e materiais complementares. A Tecnologia foi considerada válida pelo público-alvo, afirmando a sua importância para auxiliar o ensino e aprendizagem em saúde mental.²⁶

Outro estudo representado por uma cartilha educacional, utilizando o meio digital, objetivou levar orientações aos indivíduos quanto as medidas de manter a saúde mental. A utilização desta cartilha proporcionou informações úteis, conhecimento

científico no âmbito da saúde mental e divulgação dos meios de prestação de atendimento psicológico, práticas essas indispensáveis para a estruturação do bem-estar e atuação do profissional enfermeiro.²⁷

Porém o podcast popularizou-se enquanto TCE assíncrona, apresentando vantagens em relação a cartilha educativa, e o curso EaD, devido à sua facilidade de uso, praticidade, conveniência e repetibilidade em relação a métodos didáticos tradicionais, capaz de conduzir inúmeras informações em saúde, em formato de áudio, aumentando sua eficiência ao permitir que os usuários executem outras atividades enquanto usufruam de seu conteúdo, integrando-se ao espaço pessoal, de tempo e de conteúdo.²⁸

Outro ponto, principalmente em relação aos cursos e manuais, é a falta de treinamento e a variedade na alfabetização digital, evidenciando a necessidade de abordagens cuidadosas e adaptativas na integração da tecnologia nos cuidados de saúde mental.²⁹

A validação de podcast, pressupõem-se como um indicador de qualidade, ressaltando a importância do processo organizados de forma a serem produzidos por meio de informações seguras com base em evidências científicas na área da saúde para os usuários, os quais devem ser avaliados por especialistas antes de serem propagados para a comunidade em geral.³⁰

A participação de *experts* da área de saúde mental no processo de validação do instrumento, favoreceu o aperfeiçoamento do material didático e a conversão das fragilidades em oportunidade de melhoria da qualidade do material, aumentando sua objetividade e apresentação.

A validação semântica, por representantes do público-alvo, indica valores de concordância entre os avaliadores, tornando o material didático válido para alcançar os objetivos propostos. Muitas das sugestões elencadas pelo público-alvo serão implementadas nos próximos episódios, planejando-se a continuidade do podcast.

O podcast foi divulgado em emissora de rádio local, devido ser um meio de comunicação utilizado pela população local. Um estudo destaca a importância do fortalecimento dos meios populares de comunicação presentes no território, a exemplo das rádios comunitárias, como estratégia de disseminação das informações, nos

processos educativos junto à comunidade.¹⁷ A disseminação do material foi realizada com estratégias envolvendo a comunicação social por meio de entrevistas na imprensa, *links* de acesso disparados a população nos grupos de *WhatsApp* pelos Agentes Comunitários de Saúde e também nas redes sociais, que potencializaram a disseminação do material.

Como limitações do presente estudo destaca-se a dificuldade de recrutamento dos especialistas e público-alvo, o que acabou demandando mais tempo para a realização do estudo. Ressalta-se também, as barreiras socioeconômicas de acesso à internet, aos meios digitais, como celulares e limitações em relação ao acesso a plataforma digital *Spotify*, pela população. Pensando nisso o material também foi disponibilizado na página de prefeitura municipal e através de um QRcode, sem a necessidade de acessar via um aplicativo específico, facilitando o seu consumo. Quanto ao uso do podcast, reconhecemos a limitação da comunicação ser meramente unilateral, o que pode interferir na adaptação e melhoria dos conteúdos por meio das avaliações.

Pretende-se com a divulgação desse material educativo, mediante o uso de mídias digitais, ampliar o acesso à informação da população, possibilitando novos meios de aprendizagem, com potencial de replicabilidade da gama de possibilidades de consumo de conteúdo e sem custo para o usuário. A produção de podcasts educativos revela ser um caminho potente e viável nos serviços de saúde.

Conclusão

O processo de validação de conteúdo dos roteiros, pelos profissionais da área de saúde mental, mobilizou a equipe de saúde envolvida e permitiu avaliar a qualidade e aceitação do material produzido, revelando que as informações contidas são coerentes e válidas para serem fornecidas ao público-alvo. Na validação semântica, o podcast revelou-se uma tecnologia válida nos processos educativos acerca da promoção da saúde mental.

Ressalta-se, que as reflexões que emergem a partir do presente estudo constituem-se como ponto de partida, visando possibilitar que a promoção da saúde mental seja tomada como tema relevante para o desenvolvimento de

futuros estudos, e considerando a potencialidade do uso de podcast, como estratégia educativa, e forma de disseminar conteúdos aos usuários da APS.

Referências

1. Organização Mundial da Saúde (OMS); Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção [Internet]. Brasília (DF): OPAS; 2022 [acesso em 2023 fev 06]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>.
2. Dattani S, Rodés-Guirao L, Ritchie H, Roser M. Mental Health [Internet]. Oxford (UK): Our World in Data; 2023 [cited 2023 Apr 17]. Available from: <https://ourworldindata.org/mental-health>.
3. Nunes VV, Feitosa LGGC, Fernandes MA, Almeida CAPL, Ramos CV. Primary care mental health: nurses' activities in the psychosocial care network. *Rev Bras Enferm*. 2020;73:e20190104. doi: 10.1590/0034-7167-2019-0104.
4. Cruz JWA, Santos FOA, Sales VBS, Santana LN, Martins SS, Matos HSS, et al. Arco de maguerez e educação em saúde sobre depressão em escolares: relato de experiência. *RECISATEC*. 2021;1(2):e1210. doi: 10.53612/recisatec.v1i2.10.
5. Pinheiro PNC, Mondragón-Sánchez EJ, Costa MIFD, Rodrigues IP. Reflections on nursing and COVID-19 in light of health education. *Rev Bras Enferm*. 2021;75(Suppl 1):e20201305. doi: 10.1590/0034-7167-2020-1305.
6. Salbego C, Nietzsche EA, Teixeira E, Girardon-Perlini NMO, Wild CF, Ilha S. Care-educational technologies: an emerging concept of the praxis of nurses in a hospital context. *Rev Bras Enferm*. 2018;71(Suppl 6):2666-74. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0753.
7. Tres DA, Cipolato FA, Castro ES, Uberti C, Martini RG, Toso BRGO, et al. Care-educational technologies to home care of children that tracheostomy: integrative review. *Res Soc Dev*. 2022;11(2):e2811225210. doi: 10.33448/rsd-v11i2.25210.
8. Tarchichi TR, Szymusiak John. Continuing medical education in the time of social distancing: the case for expanding podcast usage for continuing education. *J Contin Educ Health Prof*. 2021;41(1):70-4. doi: 10.1097/CEH.0000000000000324.
9. Ifedayo AE, Ziden AA, Ismail AB. Podcast acceptance for pedagogy: the levels and significant influences. *Heliyon*. 2021;7(3):e06442. doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e06442.
10. Thiollent M. Metodologia da pesquisa-ação. 1ª ed. São Paulo: Cortez; 2022.
11. Noronha AL, Oliveira HV. Cobertores, microfones e roteiros: a experiência do podcast Mundo na Sala de Aula. *rau* *Rev Antropol Soc Alunos PPGAS-UFSCAR*. 2021;13(1):217-35. doi: 10.52426/rau.v13i1.372.
12. Teixeira E, Nascimento MHM. Pesquisa metodológica: perspectivas operacionais e densidades participativas. *Desenvolvimento de tecnologias cuidativo-educacionais*. Vol. 2. Porto Alegre: Moriá; 2020. p. 51-61.

13. Teixeira E, Mota VMSS. Tecnologias educacionais em foco. São Caetano do Sul: Difusão; 2011.
14. Polit D, Beck C. Fundamentos da pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática de enfermagem. 7ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2011.
15. Teixeira E. Desenvolvimento de tecnologias cuidativo-educacionais. Vol. 11. Porto Alegre: Moriá; 2020.
16. Zanatta EA. Mestrado profissional em enfermagem na atenção primária à saúde: impacto e transformação profissional. Ponta Grossa (PR): Atena; 2021.
17. Oliveira TJN, Rodrigues JFB, Araújo CA. Uso de podcast informativo na atenção básica: relato de experiência no contexto da pandemia de COVID-19. *Sanare (Sobral)* [Internet]. 2022 [acesso em 2022 jun 11];21(2):126-34. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1673/843>.
18. Almeida RSS, Miranda AG, Barbosa TS, Camelier AA, Camelier FWR. Podcasts como ferramenta de comunicação e educação em saúde. *STAES22* [Internet]. 2023 [acesso em 2022 jun 23]; 112-20. Disponível em: <https://revistas.uneb.br/index.php/staes/article/view/17379>.
19. Albuquerque MS, Vasconcelos SP, Fontineles CFF, Farias GMM, Silva CDS. Construção de Podcast sobre autocuidado na promoção da saúde no SUS. *Cadernos ESP*. 2022;16(4):135-8. doi: 10.54620/cadesp.v16i4.942.
20. King L. Benefits of podcasts for healthcare professionals. *J Child Health Care*. 2022;26(3):341-2. doi: 10.1177/13674935221116553.
21. Leite PL, Torres FAF, Pereira LM, Bezerra AM, Machado LDS, Silva MRF. Construction and validation of podcast for teen sexual and reproductive health education. *Revista Latinoam Enferm*. 2022;30:e3706. doi: 10.1590/1518-8345.6263.3705.
22. Gomes GCM, Rios NV, Chaves PEE, Farias FM, Machado MM. O uso do podcast como ferramenta para promoção de educação em saúde mental para a comunidade. 13º SIEPE - Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão [Internet]. 2021 nov 17-19 [acesso em 2023 jun 06];13(2). Disponível em: https://ei.unipampa.edu.br/uploads/evt/arq_trabalhos/22849/etp1_resumo_expandido_22849.pdf.
23. Perks LG, Turner JS, Tollison AC. Podcast uses and gratifications scale development. *J Broadcast Electron Media*. 2019;63(4):1-18. doi: 10.1080/08838151.2019.1688817.
24. Bragé EG, Ribeiro LS, Ramos DB, Fialho IR, Rocha DG, Busatto C, et al. Desenvolvimento de um podcast sobre saúde mental na pandemia de COVID-19: um relato de experiência. *Braz J Health Rev*. 2020 [acesso em 2023 jun 11];3(4):11368-76. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/15931>.
25. Caoilte NO, Lambert S, Murphy R, Murphy G. Podcasts as a tool for enhancing mental health literacy: an investigation of mental health-related podcasts. *Ment Health Prev*. 2023;30:200285. doi: 10.1016/j.mhp.2023.200285.
26. Rocha SP, Farias QLT, Vasconcelos MIO, Lopes SMB, Castro-Silva IL, Silva KKD, et al. Mental health in adolescence: elaboration and validation of an educational technology for health promotion. *Rev Bras Enferm*. 2021;74(5):e20201023. doi: 10.1590/0034-7167-2020-1023.

27. Gouveia AOD, Silva HRDS, Batista Neto JBS. Saúde mental em tempos da covid-19: construção de cartilha educativa com orientações para o período de pandemia. *Enferm Foco*. 2020;11(N Esp 1):168-73. doi: 10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3600.
28. Chan-Olmsted S, Wang R. Understanding podcast users: consumption motives and behaviors. *New Media Soc*. 2022;24(3):684-704. doi: 10.1177/1461444820963776.
29. Filipak LE, Araújo MDM, Zanoti-Jeronymo DV, Borba KP, Malaquias TSM, Petriu NCG, et al. Tecnologia digital em saúde mental: limites e potencialidades. *Revista UI_IPSantarém*. 2024;12(1):e34066. doi: 10.25746/ruiips.v12.i1.34066.
30. Fritsch TZ, Bueno K, Silva LHF, Saraiva TF, Silva UPH, Rabin EG. Validação de "podcast" como meio de promoção de saúde na oncologia. *Rev Recien*. 2023;13(41):158-69. doi: 10.24276/rrecien2023.13.41.158-169.

Contribuições de autoria

1 – Katyane Heck Girardi

Autor Correspondente

Enfermeira, Mestre – katyaneheck@hotmail.com

Concepção e/ou desenvolvimento da pesquisa e/ou redação do manuscrito

2 – Leila Zanatta

Farmacêutica, Doutora – leila.zanatta@udesc.br

Revisão e aprovação da versão final

3 – Denise Antunes de Azambuja Zocche

Enfermeira, Doutora – denise.zocche@udesc.br

Revisão e aprovação da versão final

4 – Carine Vendruscolo

Enfermeira, Pós-doutora – carine.vendruscolo@udesc.br

Revisão e aprovação da versão final

5 – Alice Hirdes

Enfermeira, Doutora – alicehirdes@gmail.com

Revisão e aprovação da versão final

Editor-Chefe: Cristiane Cardoso de Paula

Editor Associado: Darlisom Sousa Ferreira

Como citar este artigo

Girardi KH, Zanatta L, Zocche DAA, Vendruscolo C, Hirdes A. Production and validity of a podcast to promote mental health. *Rev. Enferm. UFSM*. 2024 [Access at: Year Month Day]; vol.14, e40:1-19. DOI: <https://doi.org/10.5902/2179769287916>