



## Tecnologias leves e humanização em saúde: experiências de um grupo de Whatsapp

*Culturally appropriate technology and humanization in health: experiences of a Whatsapp group*

Kariani de Almeida Leite

Mestra em Saúde e Gestão do Trabalho pela Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI), Brasil.

kari-edf@hotmail.com

George Saliba Manske

Doutor em Educação (UFRGS), Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI), Brasil.

### Introdução

A sociedade contemporânea é profundamente marcada pela digitalização da vida, onde a informação e a conexão estão cada vez mais presentes na vida e na existência cotidiana. Desde o início do século XXI, vive-se sob o paradigma da "sociedade da informação", na qual tecnologias digitais, especialmente aquelas relacionadas à microeletrônica e às telecomunicações, se tornaram indispensáveis nas interações humanas (Werthein, 2000). Nesse contexto, observa-se uma profunda transformação nos modos como indivíduos interagem, comunicam-se e cuidam da própria saúde. No entanto, é importante ressaltar o quanto a revolução tecnológica afetou esse ambiente, ainda mais decorrente na pandemia e no pós-pandemia de COVID-19. Isso porque a internet facilita o acesso à informação e a disseminação da informação para qualquer pessoa em qualquer lugar do mundo. A sociabilidade contemporânea foi rapidamente transformada a partir da virtualização das relações, mediadas por cibertecnologias de comunicação, permitindo novos espaços de trocas (Castells, 2003).

De acordo com Recuero (2012), essas necessidades permitem que as pessoas se reúnem em espaços virtuais e participem de conversas coletivas em rede, onde as interações podem ser recuperadas, reproduzidas e compartilhadas a qualquer momento, facilitando a disseminação de ideias. A cultura digital, especialmente nos grupos de aplicativos de mensagens, estabelece novas demandas à nossa atenção como aprendizes e como audiências.

Nesse contexto, a atenção torna-se guiada por digitalidades, em que a forma como interagimos, nos vestimos, ouvimos, assistimos e comemos é influenciada pelas dinâmicas da mídia digital. Assim, é importante tensionar como a mediação digital cotidiana influencia a forma como interagimos nesses grupos de aplicativos de mensagens e como a atenção é negociada e disputada nesse contexto (Murray, 2022).

A pandemia de COVID-19 impulsionou mudanças significativas nas relações interpessoais, especialmente no contexto da saúde, exigindo adaptações rápidas e o uso ampliado de tecnologias digitais (Recuero, 2022). Durante esse período, plataformas como o WhatsApp se destacaram como espaços importantes para a continuidade das práticas de saúde, possibilitando o surgimento de novas formas de cuidado, como os grupos operacionais de aplicativos de mensagens (Santos et al., 2021). Por outro lado, a era digital, com suas promessas de democratização da informação e conectividade constante, traz também desafios significativos. Werthein (2000) reflete que embora essa nova era permita avanços significativos para a vida individual e coletiva, também reproduz desigualdades históricas no acesso à informação e tecnologias. Portanto, torna-se fundamental que as práticas de saúde nesse contexto sejam capazes de democratizar o cuidado, utilizando as tecnologias digitais como ferramentas inclusivas e não excludentes.

Dentro dessas políticas da vida em ambientes cada vez mais digitais, percebemos o corpo, principalmente o feminino, permeado por construções, tendo suas representações

continuamente negociadas e modificadas pelas práticas culturais predominantes, principalmente diante do contexto contemporâneo marcado pelo crescimento exponencial das relações mediadas por tecnologias digitais (Recuero, 2022; Vieira; Manske, 2022).

Neste sentido, esses espaços digitais se configuram não apenas como locais de práticas de promoção de saúde, de exercícios físicos, mas como ambientes para interações que possibilitam o acolhimento e o vínculo relacional, refletindo sobre as tecnologias leves e suas potencialidades no contexto digital (Merhy, 2002; Manske; Máximo; Flores, 2021). Ao analisar um grupo virtual específico, evidencia-se a relevância das tecnologias leves, como potências para enfrentar as implicações sociais e emocionais e culturais presentes em uma sociedade cada vez mais conectada e digitalizada e acelerada.

Esta pesquisa investigou quais tecnologias leves se fizeram presentes nas práticas de saúde dentro de um grupo virtual de mulheres, mediado pelo aplicativo WhatsApp, cujas mulheres participaram do grupo na busca por emagrecimento, atividades físicas e saúde.

## Método de pesquisa

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, cujo campo da pesquisa foi um grupo social virtual de aplicativo de mensagens o WhatsApp com mulheres entre 35 e 60 anos. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas realizadas on-line pelo Google Meet e analisadas a partir do conceito de Representação dos Estudos Culturais e do conceito de Tecnologias Leves em Saúde (Hall, 1997; Merhy; 2002). As participantes são identificadas pela letra P seguida de um número para preservar sua identidade.

## Resultados alcançados

As análises se constituíram pelo conceito de tecnologias leves, de Emerson Merhy (2002), o qual se caracteriza por práticas relacionais e comunicacionais, centradas na construção de vínculos e relações de confiança entre profissionais e usuários, enfatizando aspectos como a escuta

ativa, o acolhimento e o pertencimento. Essas práticas foram mapeadas no grupo objeto do estudo, revelando que as interações no ambiente digital dentro desta perspectiva, transcendem o mero compartilhamento de informações ou realização de práticas de saúde em ambientes digitais como o WhatsApp. Considerando que as tecnologias leves são abordagens mais humanizadas e relacionais, que buscam valorizar a dimensão subjetiva dos indivíduos e um trabalho vivo do profissional da saúde, é que foram desenvolvidas as ações em pauta no estudo.

Nas falas das participantes, quando questionadas por que motivo permaneciam no grupo, foi possível perceber que as tecnologias leves como a escuta ativa, o acolhimento e o pertencimento permeados pelas relações, foram instrumentos para a promoção de saúde e para as experiências das participantes mesmo em um ambiente virtual. O grupo foi percebido não apenas como um espaço de compartilhamento de exercícios físicos, mas como uma rede de apoio e de sociabilidade, destacando a importância dessas tecnologias na promoção de uma saúde integral e humanizada, que vai para além de protocolos e respeita os sujeitos em suas subjetividades: "[...] Eu entrei no grupo para emagrecer, mas fiquei por causa das conversas, do acolhimento, do apoio emocional. Era mais do que só exercícios" (P3).<sup>1,2</sup> "Aqui a gente se sentia escutada, compreendida. Não era só sobre corpo, era sobre nossa vida" (P7).

As tecnologias leves promovem a construção de vínculos, fortalecendo os laços afetivos e de confiança, criando relações mais profundas e duradouras e favorecendo o sentimento de pertencimento e comunidade. A participante P5 expressa claramente essa experiência: "Sim, muito, entrei sem saber como seria, depois viciei em ter o grupo todos os dias pra olhar, ver o que as outras estavam falando ou postando e eu não me sentia sozinha sabe". A

participante P4 destaca a importância do grupo como apoio mútuo para enfrentar desafios: "Às vezes você não está afim, mas aconteceu uma coisa e aí você precisa conversar falar com alguém, sozinho é muito mais desafiador, quando você tem um grupo tudo se torna mais fácil".

Merhy e Franco (2003) enfatizam que o trabalho em saúde é sempre relacional e depende do 'trabalho vivo', isto é, do trabalho em ação no momento de sua execução, valorizando o acolhimento, a escuta ativa e a criação de vínculos. Essa abordagem relacional transcende ações pontuais, envolvendo aspectos históricos, culturais, afetivos e cognitivos (Manske; Máximo; Flores, 2021).

Em suma, esses achados reforçam a necessidade de ampliar as discussões acadêmicas e profissionais sobre a utilização tecnologias leves em saúde no âmbito digital, especialmente considerando as desigualdades e desafios apontados por Werthein (2000). O estudo demonstrou que as tecnologias leves foram dispositivos para humanizar as práticas de saúde em um grupo de WhatsApp composto por mulheres com intuito inicialmente em emagrecimento e exercícios físicos. No entanto, o espaço virtual tornou-se uma rede de apoio, demonstrando que o cuidado integral pode ser adaptado ao ambiente digital, desde que valorize as subjetividades dos participantes. Essa perspectiva amplia as possibilidades de atuação dos profissionais da saúde, permitindo um olhar atento sobre as reais necessidades humanas em uma sociedade conectada.

Palavras-chave:

Tecnologias Leves. Humanização em Saúde. Grupos Sociais Virtuais. Educação Física. Clínica Ampliada.

Keywords:

*Culturally Appropriate Technology. Humanization in Health. Virtual Social Groups. Physical Education. Expanded Clinic.*

## Referências

CASTELLS, Manuel. A Galáxia da Internet: reflexões sobre a Internet, os negócios e a sociedade. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

<sup>1</sup> A fim de manter o anonimato das participantes elas foram nomeadas como (Participante) P1, P2, P3 e assim sucessivamente.

<sup>2</sup> Utilizaremos itálico para demarcar as falas das participantes e assim distingui-las dos excertos de material teórico e citações de literatura.

HALL, Stuart. A representação cultural e as práticas significativas. Londres: Sage Publications, 1997.

MANSKE, George S.; MÁXIMO, Cássio E.; FLORES, Rute E. Tecnologias relacionais em saúde: desafios e possibilidades. *Revista Saúde Pública*, v. 55, 2021.

MERHY, Emerson E. Saúde: a cartografia do trabalho vivo. São Paulo: Hucitec, 2002.

MERHY, Emerson E.; FRANCO, Túlio B. Trabalho em saúde. Rio de Janeiro: Hucitec, 2003.

MURRAY, Derek. Atenção e cultura digital: mediações e disputas no pós-digital. São Paulo: Editora Unesp, 2022.

RECUERO, Raquel. Redes sociais na Internet. Porto Alegre: Sulina, 2012.

RECUERO, Raquel. Cultura digital e sociabilidade em rede. Porto Alegre: Sulina, 2022.

SANTOS, J. C. D. et al. O uso do aplicativo móvel whatsapp na saúde: revisão integrativa. *Revista Mineira de Enfermagem*, v. 25, e-1356, 2021. DOI: <https://doi.org/105935/1415-2762-20210004>.

VIEIRA, L.; MANSKE, G. Construções sociais do corpo e suas influências culturais. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, v. 37, n. 1, 2022.

WERTHEIN, Jorge. A sociedade da informação e seus desafios. São Paulo: Cortez, 2000.