

Especialização em  
**SAÚDE DA  
FAMÍLIA**

ESF 16

**Guia do  
Participante**

---

UNIFESP  
25 ANOS  
Universidade Federal de São Paulo

 **UNA-SUS**  
Universidade Aberta do SUS

Presidente da República  
JAIR MESSIAS BOLSONARO

Ministro da Saúde  
LUIZ HENRIQUE MANDETTA

Ministro da Educação  
ABRAHAM BRAGANÇA DE VASCONCELLOS WEINTRAUB

Secretaria de Gestão do Trabalho e da  
Educação em Saúde (SGTES)  
Secretária: Mayra Pinheiro

Departamento de Gestão da Educação em Saúde (DEGES)  
Diretor: Hélio Angotti Neto

Departamento de Planejamento e Regulação da  
Provisão de Profissionais de Saúde (DEPREPS)  
Diretor: Paulo Ricardo

Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo (SES-SP)  
Secretário: José Henrique Germann Ferreira

Conselho de Secretários Municipais de Saúde  
do Estado de São Paulo (COSEMS/SP)  
Presidente: José Eduardo Fogolin

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS)  
Diretora: Carissa Faustina Etienne

Rede Universidade Aberta do Sus (UNA-SUS)  
Secretária Executiva: Maria Fabiana Damásio Passos

Sociedade Brasileira de Medicina  
da Família e Comunidade (SBMFC)  
Presidente: Daniel Knupp

Fundação de Apoio à Universidade  
Federal de São Paulo (FapUnifesp)  
Diretor Presidente: Jair Ribeiro Chagas

Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)  
Reitora: Soraya Shoubi Smaili  
Vice-Reitora: Nelson Sass

Pró-Reitora de Extensão: Raiane Patricia Severino Assumpção

Coordenação Geral do Projeto UNA-SUS (UNIFESP)  
Jorge Harada

Coordenação Adjunta/Executiva  
Paulo Paiva

Coordenação do Curso  
Ana Lúcia Pereira

Coordenação Pedagógica  
Daniel Almeida Gonçalves  
Rita Maria Lino Tarcia

Coordenação de Educação a Distância  
Maria Elizabete Salvador Graziosi

Coordenação de Tecnologia da Informação  
Daniel Lico dos Anjos Afonso  
Marlene Sakumoto Akiyama

Coordenação de Tutoria  
Marco Antonio Manfredini  
Silvio Carlos Coelho de Abreu

Coordenação de Produção  
Felipe Vieira Pacheco

Produção  
Design instrucional: Felipe Vieira Pacheco  
Web design: Eduardo Eiji Ono  
Web design: Valéria Gomes Bastos  
Diagramação: Aline Maruyama  
Revisão ortográfica: Davi Bagnatori Tavares

Edição, Distribuição e Informações  
Universidade Federal de São Paulo - Pró-Reitoria de Extensão  
Rua Sena Madureira, 1500 - Vila Mariana - CEP 04021-001 - SP  
Fale conosco: (11) 3385.4126 (Secretaria)  
(atendimento telefônico do suporte das 7h às 10h e de 15h às 18h)  
<http://www.unasus.unifesp.br>

Copyright 2019

Todos os direitos de reprodução são reservados à Universidade Federal de São Paulo.  
É permitida a reprodução parcial ou total desta publicação, desde que citada a fonte.

**UNIFESP**  
**25 ANOS**  
Universidade Federal de São Paulo



# GUIA ORIENTADOR PARA OS ESTUDANTES DO CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

---



## SUMÁRIO

- 4 Educação a Distância
- 4 UNA-SUS – UNIFESP
- 4 O curso de especialização em Saúde da Família
- 8 Aprovação, Suspensão, Desligamento, Recuperação e Reprovação no Curso
- 11 Boas Práticas de Comunicação
- 14 Ambiente do curso
- 14 Material didático para impressão
- 14 Referências



# Guia orientador para os estudantes do Curso de Especialização em Saúde da Família - ESF16

## Educação a Distância

A Educação a Distância (EaD) é uma modalidade educacional na qual a mediação didático-pedagógica dos processos de ensino aprendizagem ocorre por meio da utilização de meios e tecnologias de informação e comunicação, com participantes desenvolvendo atividades educativas em lugares e/ou tempos diversos.

Na EaD, o participante assume um papel importante na construção de seu próprio conhecimento, além de ter autonomia para organizar sua rotina, hábitos de estudo e percursos de aprendizagem.

Atualmente, a educação a distância se configura como uma possibilidade concreta de democratização da educação e de disseminação do conhecimento para todo o território nacional. Nos últimos anos, vem se firmando como um importante instrumento para auxiliar no crescimento e na melhoria das condições de vida de inúmeras comunidades de um país de dimensões continentais como o Brasil.

## UNA-SUS – UNIFESP

A Universidade Aberta do Sistema Único de Saúde (UNA-SUS), criada pelo Ministério da Saúde no dia 18 de junho de 2008, é uma ação da Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde (SGTES) em parceria com a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS-OMS). Visa criar uma rede nacional para educação permanente em saúde, envolvendo instituições acadêmicas, serviços de saúde e a gestão do SUS.

O curso de especialização em Saúde da Família é certificado pelo UNA-SUS (Universidade Aberta do SUS), rede que atende as necessidades de capacitação e educação permanente dos trabalhadores do SUS por meio de cursos à distância.

Para atingir esses objetivos, o Ministério da Saúde vem firmando parcerias com universidades integrantes do sistema Universidade Abertas do SUS (UNA-SUS) – veja mais em: <<https://www.unasus.gov.br/institucional/rede>>.

## O curso de especialização em Saúde da Família

### » Apresentação

A Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde (SGTES), do Ministério da Saúde, em parceria com a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), promoveu, em 2012, a primeira edição do curso de Especialização em Saúde da Família voltado para profissionais da Atenção Básica.

A maior parte do processo de aprendizagem é interativa. Você tem acesso a vários recursos didáticos pela internet, como textos, fóruns de discussão e interação com tutores especialistas em Medicina de Família e Comunidade, Saúde da Família e/ou Saúde Coletiva, que fundamentam discussões sobre as questões relativas às situações diárias dos profissionais.

### » Público-alvo

O curso é voltado a profissionais médicos que atuam na assistência ou gestão na Atenção Básica, em especial pessoas vinculadas à Estratégia Saúde da Família e ao Programa Mais Médicos.

### » Duração e carga horária

O curso tem duração de 12 meses e carga horária total é de **420 horas**. Haverá três encontros presenciais.

## » Conteúdos de ensino e estrutura do curso

O curso está desenvolvido por meio de nove Módulos de Conhecimento, três Semanas Interativas, três Encontros Presenciais e o Trabalho de Conclusão do Curso (TCC), em que o plano pedagógico e respectivas atividades educacionais contemplam a seguinte estrutura (vide Quadro 1):

- Conteúdos e bibliografias;
- Atividades de formação e reflexão;
- Comunicação e interação Tutor/Estudante.

## » Trabalho de Conclusão de Curso – TCC

O TCC será elaborado no formato **Projeto de Saúde do Território** e as respectivas atividades estão divididas entre dois momentos: 1. Diário de Reflexão do Território de Saúde. 2. Elaboração do Projeto de Saúde no Território.

**1. Diário de Reflexão do Território de Saúde.** É o espaço para registro das reflexões relacionadas à prática profissional e ao local de trabalho dos estudantes em termos de gestão, assistência, trabalho em equipe, infraestrutura, características e necessidades do território, entre outros. Tais anotações deverão ser realizadas na ferramenta “Diário de Reflexões” após a participação em fóruns e webconferências de cada Módulo de Conhecimento. São reflexões realizadas sobre sua prática profissional na UBS e no território a partir do estudo da temática de cada Módulo. A ferramenta possui nove caixas de texto, um para cada Módulo de Conhecimento, que deve ser preenchida antes do encerramento e compoando as atividades de cada Módulo. Durante o curso então, o estudante terá construído diferentes registros relacionados à prática, correlacionados à temática de cada Módulo, resultando em rico material para elaboração do Projeto de Saúde do Território.

**2. Elaboração do Projeto de Saúde do Território.** No 2º Encontro Presencial haverá um momento específico para orientação e discussão sobre a elaboração do Projeto, tendo em vista os registros feitos até aquele momento. Assim, os estudantes estarão aptos para a seleção de problemas que tenha despertado interesse. O Tutor deverá estimular e auxiliar a escolha do tema, o problema e respectivas intervenções na busca de melhorias para o contexto no qual o estudante trabalha. Para elaboração do Projeto haverá uma ferramenta específica para isso. O seu Tutor será responsável pela orientação e correção desse documento, assegurando a correlação das reflexões realizadas ao longo do curso e a prática profissional. Aspectos metodológicos e de formatação do Projeto também deverão ser adequados por seu Tutor.

## » Ambiente Virtual de Aprendizagem

Em um curso a distância, não há aquela velha e conhecida sala de aula, com carteiras, lousa, giz, apagador etc. Os participantes não estão sentados lado a lado e, em geral, não se conhecem pessoalmente. Também não é preciso que estejam todos no mesmo ritmo de trabalho ou realizando a mesma tarefa ao mesmo tempo. Então, como é possível estudar?

Nossa sala de aula *on-line* é aqui chamada de **Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA)**, e o ambiente em que estamos se chama **Moodle**.

O curso utiliza o ambiente Moodle e pode ser acessado por meio de um endereço na internet controlado por senha. Dessa forma, apenas as pessoas cadastradas, ou seja, os participantes, tutores e as equipes técnica e pedagógica podem visualizar as atividades de aprendizagem.

## » Tutoria

O tutor e o estudante são peças-chave no processo de aprendizagem durante todo o curso. O tutor mediará todos os processos de comunicação e aprendizagem, participando, para auxiliar o estudante, nos fóruns de cada unidade e no fórum de interação do grupo, enviando também mensagens individuais em situações específicas. O tutor é um profissional graduado em um curso da área da Saúde, com residência em Medicina de Família e Comunidade e pós-graduação em Saúde da Família, Saúde Coletiva ou Saúde Pública. Além disso, tem experiência em assistência e educação em saúde.

## » Encontro Presencial

Durante o curso, serão realizados três encontros presenciais, com obrigatoriedade de participação dos estudantes especializando. Especialmente no último encontro será realizada a apresentação do Projeto de Saúde do Território, que gerou o TCC escrito, em uma Roda de Conversa para a troca de experiência entre os participantes.

Os encontros presenciais ocorrerão aos sábados, com data e local a ser informado previamente no ambiente do curso. Acompanhe com atenção o calendário do curso.

## » Monitoramento de participação dos Módulos

As notas que compõem os cálculos para a nota dos Módulos estarão concentradas no “Monitoramento de participação das unidades” localizadas no menu Secretaria. Neste local os estudantes deverão acompanhar suas notas de acordo com a forma de cálculo disposto no Quadro 1.

## » Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)

O TCC deverá ser elaborado ao longo do curso e apresentado no encontro presencial. A orientação será realizada pelo tutor e ocorrerá durante o módulo Projeto de Saúde do Território. Para alcançar aprovação no TCC, o estudante deve participar de todo o processo de orientação e contemplar os critérios de avaliação descritos a seguir:

- 1. Entrega do projeto consolidado.**
- 2. Apresentação oral em Roda de Conversa no final do curso.**

## » Avaliação e Certificação

O processo avaliativo é realizado ao longo do curso, focando nos processos de aprendizagem de cada um dos 09 módulos. Dessa forma, é possível acompanhar o desempenho do participante nas diferentes situações de aprendizagem.

Em cada módulo, o estudante será avaliado pela sua participação e desempenho nas atividades didáticas propostas tais como: tarefas, *games*, questões objetivas.

Será somada à nota das atividades uma nota de desempenho global do estudante que será atribuída pelo tutor. A nota de desempenho global tem como objetivo valorizar a participação integral do estudante e seu comprometimento em cada etapa do curso quer na leitura de textos, participação em fóruns, webconferência, acesso ao AVA, participação nas semanas interativas e, contribuições gerais.

Cabe destacar que o registro no Diário de Reflexões deverá ser realizado ao final de cada Módulo e sua avaliação será utilizada na composição da nota do Projeto Saúde do Território, que neste curso está representado no Trabalho de Conclusão de Curso.

A nota dos Módulos será constituída de acordo com as orientações do Quadro 1, abaixo. Toda atividade avaliativa realizada no curso terá nota de 0 a 10.

Quadro 1. Estrutura do Curso		
Módulos e carga horária	Atividades	Pesos
<b>Ambientação</b>	Atividades de vivências no ambiente virtual.	Não há nota
<b>1. Cachoeira da Serra:</b> Políticas Públicas de Saúde. 40h	Tarefas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>2. Ilha das Flores:</b> Determinantes Sociais de Saúde. 40h	Games - 2,5	Peso 5,0
	Questões Objetivas - 2,5	
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum Sala de Aula e Webconferência, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>3. Vila Santo Antônio:</b> Planejamento e Gestão de Serviços. 30h	Questões Objetivas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum e na <b>Semana Interativa 1</b> , acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>4. Família Soares:</b> Gestão do Cuidado e Abordagem Familiar. 70h	Tarefa	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum e na <b>Semana Interativa 2</b> , acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>5. Dona Margarida:</b> Gestão da Prática Clínica. 50h	Questões Objetivas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum Sala de Aula e Webconferência, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>6. Desafio:</b> Maria do Socorro. 40h	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum Sala de Aula e Webconferência, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Composição da nota para Recuperação*
<b>8. Wilson:</b> Manejo da violência. 20h	Tarefa	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>9. Sérgio:</b> Habilidades de Comunicação/ M CCP. 40h	Questões Objetivas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>10. Amélia:</b> Redes de atenção psicossocial. 20h	Questões Objetivas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum Sala de Aula e Webconferência, acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0
<b>11. Sandra e Sofia:</b> Integralidade do cuidado. 20h	Questões Objetivas	Peso 5,0
	Desempenho Global: leitura dos textos, participação no fórum e na <b>Semana Interativa 3</b> , acessos ao AVA e contribuições gerais.	Peso 5,0

O registro no Diário de Reflexões do Território de Saúde é obrigatório e deverá ser realizado como parte integrante das atividades de cada Módulo. Caberá ao Tutor acompanhar o processo de escrita das reflexões, auxiliando o especializando a fazer a aproximação, se necessário, aos objetivos desta atividade. Só ao final do curso será atribuído uma nota ao fruto deste processo de elaboração das reflexões descritas no Diário para compor com a nota do Projeto Saúde do Território a nota do TCC.



A avaliação do Projeto Saúde do Território será feita de modo processual e de forma conjunta entre tutor e estudante e seu acompanhamento deverá ser feito pelas reflexões anotadas no Diário e pelo processo de construção da proposta de intervenção a ser desenvolvida pelo estudante no seu território de atuação. Ao final da construção/implantação do Projeto, será atribuída uma nota para compor junto a atribuída ao Diário de Reflexões do Território de Saúde a nota do TCC.

- Processo de elaboração das reflexões do Diário ao longo do curso: nota 0 a 10, peso 6,0.
- Desenvolvimento do Projeto Saúde do Território: nota 0 a 10, peso 4,0.

Ressaltamos que, de acordo com o Regimento Interno dos Cursos de Pós-Graduação *Lato Sensu*, apenas será aprovado no curso o participante que atender aos requisitos transcritos no link <<http://www.unifesp.br/reitoria/proex/artigos-home/133-destaques/266-criterios-de-avaliacao-de-desempenho-academico-resolucao-proex-n-001-2015>>: média mínima 6 (seis) para cada uma das disciplinas descritas anteriormente, incluindo o Projeto de Saúde do Território, e frequência mínima de 75% no curso. A frequência no curso se dá por meio das atividades e acessos realizados no AVA, além dos encontros presenciais do curso (nesse último caso, a frequência se refere à disciplina de Projeto de Saúde do Território).

Em cumprimento ao parágrafo único do artigo sexto da Resolução nº 1 de 08 de junho de 2007 (transcrito no quadro abaixo), da Câmara de Educação Superior do Ministério da Educação, que estabelece normas para o funcionamento de cursos de pós-graduação *lato sensu* em nível de especialização, prova presencial e defesa presencial de monografia são atividades obrigatórias em cursos de especialização a distância.

Art. 6º Os cursos de pós-graduação lato sensu a distância somente poderão ser oferecidos por instituições credenciadas pela União, conforme o disposto no § 1º do art. 80 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.

Parágrafo único. Os cursos de pós-graduação lato sensu oferecidos a distância deverão incluir, necessariamente, provas presenciais e defesa presencial individual de monografia ou trabalho de conclusão de curso.

Disponível em: <[http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/rces001\\_07.pdf](http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/rces001_07.pdf)>

Em cada módulo – neste curso considerado como disciplina, o estudante é avaliado nas seguintes dimensões:

- Dimensão do conhecimento e saberes: nota da atividade do módulo;
- Dimensão da habilidade e das atitudes: nota de desempenho no módulo.

As atividades estão mais relacionadas ao conteúdo do módulo e podem ser dissertativas ou objetivas, produzidas individualmente ou em grupos e realizadas no ambiente virtual ou presencialmente.

A nota de desempenho é atribuída pelo tutor, que considera o comprometimento do estudante com o curso, sua presença e participação em todas as atividades propostas e suas contribuições no grupo, seja no fórum de discussões, seja nas webconferências, seja nos encontros virtuais bem como nos encontros presenciais..

## Aprovação, Suspensão, Desligamento, Recuperação e Reprovação no Curso

### » Aprovação

Os estudantes obterão aprovação no curso conforme regras estabelecidas e descritas nesse documento, no item “Avaliação e Certificação”. Porém, ressalta-se que os encontros presenciais são obrigatórios.



São atividades essenciais para aprovação no curso:

- Assiduidade no ambiente do curso (plataforma Moodle);
- Participação e desempenho adequado em fóruns de discussão;
- Realização de exercícios do conteúdo programático;
- Presença nos encontros presenciais e por webconferência;
- Elaboração do TCC ao longo do curso e apresentação em encontro presencial.

## » Suspensão

A participação no curso segue as regras do presente documento e do [Código de Conduta dos Estudantes da UNIFESP](#).

Ante uma conduta inadequada por parte do participante nas atividades acadêmicas, especialmente em fóruns de discussão e em mensagens particulares à equipe do curso e aos colegas, a Coordenação deverá seguir as seguintes etapas a fim de solucionar o problema:

1. O tutor responsável conversará com o participante por mensagem particular com o objetivo de solucionar o(s) problema(s);
2. Caso o problema não seja solucionado pelo tutor, o participante receberá uma mensagem eletrônica da Coordenação Pedagógica a fim de solucionar o(s) problema(s);
3. Caso não haja resposta à mensagem, a Coordenação Pedagógica deverá entrar em contato com o estudante por telefone;
4. Caso não haja resposta por parte do participante à mensagem eletrônica e ao contato telefônico, a Coordenação do Curso deverá solicitar encontro presencial na UNIFESP;
5. Caso o participante não compareça à UNIFESP, a Coordenação poderá suspendê-lo das atividades acadêmicas do curso por 30 dias, até que o estudante se manifeste e o problema seja resolvido;
6. A procuradoria jurídica da Unifesp poderá ser consultada.
7. No período de suspensão do curso, a Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PROEC) da UNIFESP será comunicada. A Coordenação do curso deverá aguardar resolução do caso por parte da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE), que acompanhará todo o processo.

## » Desligamento

O desligamento ocorrerá após falta de acesso do participante ao ambiente do curso por mais de 60 dias consecutivos. O estudante será comunicado por correio eletrônico antes do desligamento e, caso não seja possível dar continuidade ao curso, o participante deverá enviar por Sedex com Aviso de Recebimento (AR) o requerimento disponível na **Área comum > Secretaria > Requerimento**, justificando os motivos do desligamento.

### Endereço para envio:

PROEX/UNIFESP – A/C UNA-SUS. Rua Sena Madureira, 1500 – 2º Andar  
Vila Mariana – São Paulo/SP – CEP: 04021-001.

**Atenção:** não serão aceitos documentos via e-mail, somente via correio ou entregues pessoalmente. Informamos que, uma vez matriculado no curso, o estudante não poderá matricular-se novamente no mesmo curso.

## » Recuperação

A recuperação deverá ser feita pelos estudantes quando este não conseguir atingir a nota mínima em alguma atividade por situações de ausência no curso, por motivos pessoais ou férias. A recuperação deverá ser solicitada pelo estudante ao tutor por meio de formulário próprio disponível na plataforma. O tutor deverá autorizar a realização

da atividade de recuperação e marcar o respectivo período (data de início e término) e informar à Coordenação de tutoria. A recuperação deverá ser feita no máximo até o final do módulo seguinte da atividade perdida e a nota poderá ter o valor máximo de 8,0.

O TCC deverá ser avaliado desde o processo de elaboração do Projeto de Saúde do Território até a sua escrita final, podendo o tutor se utilizar das anotações do Diário de Reflexão do Território de Saúde para contribuir nesta avaliação. Caso do estudante não consiga atingir os requisitos mínimos neste trabalho, será dada a oportunidade de refazê-lo a partir das orientações da Coordenação Pedagógica do Curso no prazo de 60 dias da data da apresentação oficial.

Ao considerar a especificidade de curso oferecido na modalidade à distância, a frequência do estudante será observada por acessos ao Moodle, participação nos fóruns de discussão e encontros presenciais.

## » Reprovação

A reprovação no curso poderá ocorrer nas seguintes situações:

- **Constatação de plágio no TCC.** Sob orientação do tutor, as ocorrências de plágio deverão ser retiradas ou devidamente citadas durante a fase de elaboração do TCC. Caso as devidas modificações não ocorram até o final do curso, o estudante será reprovado antes da entrega final do TCC e, nesse caso, será aberto processo de investigação pela PROEC.
- **Constatação de plágio nas atividades do curso.** Cópia de textos e/ou considerações realizados por terceiros sendo apresentados como de autoria do estudante, sobretudo em fóruns de discussão, poderão ter como consequência advertências e até a reprovação no curso, se houver reincidência, e, nesse caso, será aberto processo de investigação pela PROEC.
- **Conduta inadequada nos espaços de comunicação do curso** (fóruns de discussão e mensagens particulares). As condutas inadequadas recorrentes e que não sejam solucionadas poderão resultar em reprovação e, nesse caso, será aberto processo de investigação pela PROEC.

## » Certificação

O estudante que cumprir satisfatoriamente todas as exigências do curso receberá certificado de Pós-Graduação *Lato Sensu*, em nível de Especialização, em “Especialização em Saúde da Família”, expedido pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e credenciado pelo MEC (Credenciamento para a oferta de cursos superiores a distância – Portaria nº 804/06, de 27 de março de 2006, publicada em 28 de março de 2006).

## » Calendário

Acesse a página inicial do Ambiente Virtual com frequência para obter a versão mais atualizada do calendário do curso.

## » Orientação de estudo

### Perfil do participante

De modo geral, os profissionais que buscam a educação a distância são muito ocupados e dispõem de poucas horas semanais para o estudo. São autodirigidos e preferem dedicar-se à aquisição de conhecimentos e habilidades que estejam diretamente relacionados à sua prática profissional.

Em cursos a distância, valorizam-se a autonomia e a flexibilidade de horários para o estudo, assim como as possibilidades de interação com colegas e tutores na perspectiva da aprendizagem colaborativa.

### Administração do tempo

Um dos maiores problemas relatados por estudantes e a principal causa de evasão dos cursos é a falta de tempo.

Um curso a distância exige a leitura de textos, o estudo de casos, a resolução de problemas, a realização de exercícios, leituras complementares e muita interação em fórum. Ou seja, você terá que organizar o seu tempo para ler mensagens e responder a algumas delas, além de contribuir com as discussões sobre o tema.

**Cuidado!** Isso toma mais tempo do que se imagina! Procure se organizar e administrar seu tempo adequadamente para garantir o melhor aproveitamento de todas as situações de aprendizagem, acessando e participando das atividades propostas diariamente.

Como vimos anteriormente, o curso foi planejado de modo que seja possível realizar todas as atividades propostas para uma semana de estudo em um período, em torno de 10 horas. Porém, se você tiver mais tempo disponível para estudo e se interessar pelo tema da semana, pode consultar e estudar o material complementar, que, embora não seja obrigatório, fornece informações adicionais para que você possa aprimorar o conhecimento que está construindo.

### Dicas de rotina de estudo

Acesse o ambiente do curso, no mínimo, três vezes por semana. Sem isso, será difícil acompanhar as discussões! O ideal é acessar todos os dias.

Reserve ao menos 10 horas semanais para estudar, interagir com seu tutor e colegas e cumprir as atividades da unidade.

Se você não tem acesso constante à internet:

- Imprima o material necessário para estudar em um momento mais oportuno;
- Redija as mensagens em um editor de textos, para depois colar no ambiente virtual do curso;
- Aproveite o tempo que estiver *on-line* para realizar as atividades de interação, como o fórum, e para ler as mensagens recebidas;
- Em caso da necessidade de ausência prolongada, como uma viagem, informe a seu tutor antecipadamente e leia a seção do regulamento do curso que determina as regras de faltas e pendências;
- Veja as datas de compromissos (como encontros presenciais e avaliações). Anote essas datas em sua agenda e reserve um tempo para preparar o que for necessário.

Se quiser fazer algum comentário nos fóruns ou enviar uma mensagem a seu tutor, faça-o no momento em que a ideia surge – não aguarde por um momento supostamente mais apropriado, pois isso pode não acontecer. No entanto, se tiver uma dúvida sobre os conteúdos, faça uma breve pesquisa nos materiais do curso ou mesmo na internet antes de escrever, para que sua questão possa ser mais bem elaborada.

Leia e responda às mensagens do seu curso todos os dias. Isso evita o acúmulo e permite que você acompanhe as discussões propostas no fórum.

## Boas Práticas de Comunicação

Em cursos na modalidade a distância, a interação com os tutores e demais colegas é tão importante quanto o material didático disponível para estudo. Essa interação ocorre na troca de mensagens ou em discussões em fóruns e webconferências.

Para que as mensagens possam contribuir com o seu aprendizado, é necessário seguir algumas regras, conhecidas no ambiente virtual como Net Etiquetas. Confira as principais:

- Seja claro e objetivo. Mensagens muito longas ou escritas de forma confusa correm o risco de não serem lidas ou serem mal interpretadas, além de desestimularem o leitor. Escreva textos que atraiam seus colegas;
- Releia duas vezes a mensagem antes de enviá-la. Não são raras as correções após releitura e isso garante uma redação mais clara;

- Faça bom uso da língua portuguesa. Não use gírias nem palavras grosseiras. Procure escrever formalmente, respeitando ortografia e gramática, e evite erros de digitação, pois podem comprometer a interpretação do texto;
- Mantenha o tom de respeito e seja politicamente correto. Lembre-se de que as palavras podem assumir um duplo sentido, dependendo do contexto, e ficarão registradas no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA), portanto seja prudente ao escrever;
- Não insulte, deprecie ou utilize linguagem desrespeitosa ou palavras que denotem qualquer forma de discriminação cultural, racial, de gênero, política ou religiosa;
- Não escreva em letras maiúsculas, pois isso indica que você está gritando com o interlocutor;
- Evite enviar no fórum mensagens desnecessárias, como “Ciente” ou “Obrigado(a) pela ajuda”. Se desejar, envie mensagem particular;
- Responda às mensagens dirigidas a você.

### » Uso de emoticons

Sinais conhecidos como *emoticons*, muito utilizados em mensagens eletrônicas, são comuns e ajudam a expressar emoções em textos escritos. Seguem os mais utilizados:

:-) alegria, bom humor      :-( tristeza, desapontamento      :-@ braveza      [ ]'s abraços

### » Participação em fóruns de discussão

O fórum de discussão é o ambiente que propicia todo o processo de ensino-aprendizagem do nosso curso, sendo, portanto, o espaço de comunicação acessado por estudantes e tutores.

Segundo Domingues (2006), “[...] o Fórum cumpre o seu papel de ferramenta colaborativa de aprendizagem, por sintetizar os diversos ângulos pelos quais podem ser vistos determinados assuntos, ao mesmo tempo em que amplia conceitos e argumentações” (1). A participação em fóruns deve ser produtiva, porém requer cuidado, especialmente na escolha das palavras e na elaboração da redação, pois isso influencia a avaliação feita pelo tutor e a discussão com seus colegas.

Algumas técnicas de redação e regras de participação devem ser conhecidas para que o debate seja eficaz, tais como:

- Ao iniciar sua participação no fórum, leia previamente as mensagens do tutor e dos colegas. Essa leitura auxilia na elaboração da sua mensagem e evita considerações repetitivas;
- Estude previamente o material do curso e o complementar, a fim de enriquecer a discussão. Isso lhe permite agregar valor ao debate sem fugir da coerência do assunto;
- Sempre que possível, digite suas considerações no editor de texto e passe o corretor ortográfico antes de publicar sua mensagem no fórum.
- Mantenha-se no assunto e tema do fórum vigente. Caso contrário, perde-se tempo de debate, os colegas podem se confundir e sua avaliação poderá ser prejudicada. Lembre-se de que os fóruns são avaliados e possuem prazo;
- Uma vez que os fóruns são avaliados, não envie mensagens como “concordo com todos”. Apenas as mensagens de interesse geral, que contribuam com o debate, devem ser enviadas;
- Certifique-se de que sua participação está adequada em termos de qualidade e quantidade de contribuições.
- Respeite as opiniões expostas no fórum, mesmo que sejam diferentes das suas;
- Não utilize o fórum de discussões do módulo para fazer críticas ou elogios ao curso nem considerações que não estejam relacionadas ao assunto vigente;
- Caso queira tirar dúvidas técnicas ou escrever críticas e elogios sobre o curso, utilize os respectivos fóruns para cada assunto. Mensagens particulares também podem ser enviadas ao seu tutor, à Secretaria ou ao Suporte Técnico;

- Respeite seu tutor, pois ele é o profissional responsável pela moderação e condução do debate nos fóruns e pelo acompanhamento de sua aprendizagem, além de auxiliar nas atividades acadêmicas do curso.
- Não se envolva em afrontas pessoais. Caso sinta-se desrespeitado, envie mensagem particular ao seu tutor e deixe que ele resolva a situação;
- Caso necessário, o tutor poderá excluir uma mensagem, que não seja condizente com as regras de participação em fórum descritas neste documento. O tutor enviará uma mensagem particular ao estudante e à Coordenação para comunicar a exclusão, e a mensagem deletada será registrada pela Coordenação.

O fórum de discussão é um recurso avaliativo: Consideram-se aspectos relacionados à participação efetiva do estudante e o tutor poderá avaliar conforme as seguintes categorias (1):

- **Questionador:** questiona posições, sugere soluções para os problemas apresentados; instiga o debate;
- **Debatedor:** contribui, com sua experiência, apresentando argumentações fundamentadas; responde a questionamentos e comenta as contribuições dos colegas e do tutor;
- **Passivo:** não contribui para uma discussão sobre o tema em debate, sendo superficial em suas posições. A quantidade de mensagens enviadas é pequena e geralmente não ultrapassa uma ou duas;
- **Ausente:** recebe as mensagens sem contribuir ou posicionar-se. Não envia mensagens ao fórum.

### » Participação em webconferências

As sessões de webconferências entre estudantes e tutores que ocorrem ao longo do curso são parte das atividades acadêmicas. Por isso, algumas regras de participação devem ser seguidas:

- Estude previamente o tema da webconferência a fim de participar de forma produtiva e enriquecedora para você e seus colegas;
- Identifique e guarde, previamente, as orientações para o acesso ao ambiente da webconferência;
- Certifique-se, previamente, de que seus equipamentos são adequados para a atividade e se estão funcionando perfeitamente: webcam, microfone e banda larga de internet. Caso tenha dificuldades técnicas, solicite auxílio à equipe de suporte do curso. Atenção: o auxílio deve ser solicitado pelo menos 48h antes da sessão;
- Teste os equipamentos com antecedência de pelo menos 30 minutos antes do início da sessão;
- Seja pontual e programe-se para o debate. Acesse o ambiente 30 minutos antes do início da sessão;
- Acompanhe o debate com atenção para evitar considerações repetitivas.

### » Possíveis dificuldades

Muitas dificuldades técnicas ou pedagógicas podem surgir durante o percurso. As mais frequentes são:

- Não cumprimento de prazos de entrega de atividades;
- Não saber exatamente o que precisa ser feito;
- Dúvidas sobre os conteúdos;
- Falta de domínio das ferramentas do ambiente;
- Arquivos que não abrem;
- Conexão lenta à internet, entre tantas outras.

Nesses casos, o tutor é a pessoa que poderá mais prontamente auxiliá-lo.

## Ambiente do curso

O acesso ao ambiente do curso é realizado por meio do Portal UNA-SUS UNIFESP (<<http://www.unasus.unifesp.br/>>), um espaço público que pode ser visualizado por todos os usuários da internet.

Esse portal apresenta informações gerais sobre o curso, a biblioteca virtual com todo o material de estudo do curso, além de orientações para contato com a equipe responsável pelo suporte técnico e com a secretaria do curso.

## Material didático para impressão

Ler longos textos na tela do computador, celular ou *tablet* pode ser cansativo. A impressão dos conteúdos em formato PDF pode ser uma boa alternativa para evitar esse cansaço. No entanto, quando for fazer a impressão, lembre-se de que é possível imprimir mais de uma página em uma mesma folha, economizando papel e tinta/tonner de impressora. Veja como é simples:

1. Depois de abrir o conteúdo desejado na versão PDF, clique no botão *Imprimir*.
2. A seguir, na janela *Imprimir*, vá ao menu *Dimensionamento de página* e escolha a opção *Várias páginas por folha*.
3. Feito isso, surgirá o menu *Páginas por folha*, logo abaixo. Escolha a quantidade de páginas impressas por folha. Para não prejudicar a leitura, recomendamos que sejam impressas duas páginas por folha.
4. A seguir, clique em OK. Pronto! Repita esses quatro passos sempre que desejar imprimir um conteúdo economizando papel.

## Referências

DOMINGUES E. **Avaliação de fóruns de discussão**. 2006. [online]. Acesso em 15 de maio de 2019. Disponível em: <<http://wiki.sintectus.com/bin/view/EaD/AvaliacaoDeForunsDeDiscussao>>

**Net etiquetas**. [online]. Acesso em 15 de maio de 2019. Disponível em: <<http://www.dicasdeetiqueta.com.br/netiqueta/>>

**Comportamento em um fórum de discussão**. [online]. Acesso em 15 de maio de 2019. Disponível em: <<https://www.profissionaisti.com.br/2013/09/10-dicas-de-comportamento-em-um-forum-de-discussao/>>