



“Pandemias serão cada vez mais frequentes, e precisamos estar preparados”.

*Entrevista com*  
Marcelo Demarzo

O médico e professor Marcelo Marcos Piva Demarzo é coordenador docente da pós-graduação *latu sensu* em Medicina da Família e coordenador do ambulatório de medicina geral e da família na Escola Paulista de Medicina (EPM) da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). É doutor em Patologia pela USP e pós-doutor em Mindfulness e Saúde Mental pela Universidad de Zaragoza, Espanha.

Demarzo fala à Caminho Aberto sobre como a pandemia de Covid-19 impactou os projetos de extensão e pesquisa coordenados por ele, como o projeto de mindfulness, desenvolvido de forma presencial no Parque Ibirapuera, e que tem alcançado resultados positivos na versão on-line. O professor coordena um projeto de pesquisa pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) que tem como objetivo avaliar a saúde mental dos profissionais da saúde no cenário da pandemia. Para ele, a tendência é de que pandemias sejam cada vez mais frequentes, e as universidades precisam adaptar seus projetos e ações para esse cenário.

***Caminho Aberto* Como o distanciamento social ocasionado pela pandemia está afetando os projetos de extensão nas universidades brasileiras? Como está sendo sua experiência no Departamento de Medicina Preventiva e com o projeto de mindfulness no Parque Ibirapuera?**

**Marcelo Demarzo** A pandemia mudou todo o nosso sistema de fazer a extensão, o ensino e a pesquisa. Alguns projetos e programas pararam, por serem eminentemente presenciais, mas outros continuaram. Uma parte dos projetos foi pausada, houve um prejuízo, e uma parte conseguiu se adaptar. Dessa maneira, houve até alguns ganhos, como foi o nosso caso. Na modalidade on-line tem essa questão, com ela se perde o contato presencial, o vínculo, mas ao mesmo tempo se aumenta o acesso. Isso aconteceu com o nosso programa e deve ter acontecido com outros. No caso da pesquisa, começamos outros projetos, agora na modalidade on-line. Houve um projeto do CNPq que aprovou uma iniciativa nesse sentido, e a gente sempre busca vincular os projetos de pesquisa à extensão e vice e versa. Para citar um exemplo, vamos fazer um projeto com pessoas que tiveram stress pós-traumático após a pandemia com a modalidade on-line de mindfulness.

***Caminho Aberto* A tecnologia pode ser uma parceira da Extensão e da Pesquisa nesse momento?**

**Marcelo Demarzo** Sim, desde que haja o contexto. No nosso caso é possível porque já fazíamos isso antes da pandemia, com a modalidade on-line, e apenas intensificamos esse processo. Porém, há casos em que não é possível fazer essa adaptação. Acho que sempre temos perdas e ganhos. Logicamente é uma situação difícil para todos nós, é uma época difícil da humanidade, é um momento de transição, não sabemos como isso será reajustado com o fim da pandemia, mas acredito que temos esses ganhos, que sabemos que existem em momentos de crise. Frente às necessidades, precisamos nos adaptar, e nessas adaptações surgem novas opções.

***Caminho Aberto* Qual o papel das universidades e Institutos Federais no combate à pandemia e em minimizar seus efeitos?**

**Marcelo Demarzo** As universidades estaduais e federais, mas especialmente as federais, têm um histórico de extensão e pesquisa. As instituições particulares também fazem pesquisa e extensão, mas acho que está mais concentrado nas públicas. Particularmente sobre a extensão, a minha impressão é que ela está mais concentrada nas federais, tanto nas universidades quanto nos institutos. Então, como já tem esse histórico, os docentes são engajados, acredito que na pandemia isso se potencializou. Posso citar como exemplo o meu departamento na Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Dentro da Escola Paulista de Medicina (EPM) houve uma série de projetos e de programas de ajustes para atender às necessidades da pandemia, tanto de projetos de extensão quanto de pesquisa. A própria vacina de Oxford teve a Unifesp como instituição parceira. Então, as instituições federais têm essa missão muito clara de extensão e têm essa experiência, juntamente com a pesquisa. Com a pandemia, isso foi potencializado.

***Caminho Aberto* O senhor trabalha em uma pesquisa sobre a saúde mental dos profissionais da saúde. Como a pandemia tem impactado o trabalho dos profissionais da saúde e também a formação desses profissionais, já que o senhor atua diretamente na formação?**

**Marcelo Demarzo** Esse é um aspecto em que pode haver perdas. Logicamente tem os ganhos, como nossos residentes em medicina de família e outros residentes junto à Escola Paulista, que tiveram essa experiência de lidar com essa situação de exceção, atender pacientes com Covid-19 nos plantões. Isso também é uma experiência única e a gente sabe que esses episódios de pandemia vão acontecer com mais frequência a partir de agora. Já sabemos por meio das pesquisas e histórico que teremos situações de crise cada vez mais frequentes. Então, de alguma maneira, eles estão sendo preparados para isso. Por outro lado, os outros estágios foram prejudicados, tanto na graduação quanto na pós-graduação, em especial os estágios práticos. É um momento de incertezas e adaptações, mas houve mudanças, em especial os estágios práticos foram afetados.

***Caminho Aberto* Podemos falar em algum resultado da pesquisa sobre a saúde mental dos profissionais da saúde?**

**Marcelo Demarzo** Temos observado que os profissionais que estão na linha de frente estão com uma sobrecarga de trabalho muito grande. Além da sobrecarga de trabalho natural, pois há mais plantões, há também a questão do medo da infecção. Esse medo de se contaminar e contaminar os familiares é muito presente e as pesquisas mostram isso. Então, é um evento altamente estressante, em especial para quem está na linha de frente e também para os estudantes de graduação e pós-graduação. O que temos visto com mais frequência são sintomas de burnout - sobrecarga, exaustão e sensação de perda de eficácia. Infelizmente, também há aumento de casos de suicídio e de stress pós-traumático, que é o motivo da nossa pesquisa. Precisamos de ferramentas para ajudar esses profissionais. Além disso, para quem já tinha sintomas e transtornos de ansiedade e depressão, a pandemia foi pior.

***Caminho Aberto* Em seu blog, que trata sobre práticas de mindfulness, o senhor tem essa preocupação de falar uma linguagem para o público em geral. Qual a importância de se comunicar com esses públicos, de falar de ciência para não cientistas durante a pandemia?**

**Marcelo Demarzo** É fundamental. É uma missão da universidade, que está dentro da extensão, a disseminação do conhecimento. Nós já vínhamos fazendo isso e intensificamos durante a pandemia, dentro do nosso campo, que é a saúde mental, especificamente nas intervenções baseadas em mindfulness. Por exemplo, as atividades que eram presenciais, no Parque Ibirapuera, uma vez por mês, durante o pico da pandemia passamos para semanal, on-line. Então, para que as pessoas começassem a conhecer as técnicas, começassem a praticar, foi bastante interessante. Oferecemos os encontros semanais durante quatro meses e agora voltamos uma vez ao mês. Achei que foi bastante importante, várias pessoas nos deram feedback e tivemos uma participação bem maior do que tínhamos no parque. Acho que atingimos o objetivo, assim como outros centros o fizeram. Além disso, abrimos uma playlist gratuita no Spotify para que as pessoas pudessem dar os primeiros passos na intervenção. Também iniciamos lives semanais para disseminar conhecimento científico e abrimos nossos seminários científicos no Facebook, que é uma disciplina da pós-graduação que acontece uma vez ao mês. Então, buscamos ampliar o acesso utilizando a modalidade on-line, levando o conhecimento e as técnicas, para que as pessoas possam praticar.

***Caminho Aberto* Isso contribui muito para reduzir os sintomas de stress e depressão que o senhor mencionou.**

**Marcelo Demarzo** Sim, muitos profissionais nos procuraram. Temos também outros projetos, mais no campo da pesquisa, junto com a extensão. Eu vislumbro que o on-line vai ser parte do nosso projeto. Como a nossa intervenção tem a mesma eficácia on-line, minha intenção como coordenador é focar o grupo nessas intervenções e estudar isso melhor. Queremos encontrar formas de adaptar o projeto não só para populações que tenham acesso às conexões de internet, mas também para quem não tem um bom acesso. As pesquisas agora vão para esse campo.

***Caminho Aberto* Sobre a curricularização da Extensão para os cursos superiores, o senhor acha possível as instituições brasileiras atenderem essa exigência até o prazo de 2021, especialmente devido aos entraves ocasionados pela pandemia?**

**Marcelo Demarzo** A Unifesp criou uma Comissão Interdepartamental para cuidar disso e já tem alguns cases. Em nosso departamento, temos alguns exemplos, transformando o que já era extensão em currículo de graduação. Na disciplina que eu coordeno, que é o internato do quinto ano em Medicina de Família, atenção primária, a gente fez isso. Uma parte do currículo era fazer um diagnóstico comunitário e propor uma intervenção de promoção da saúde. Outras disciplinas fizeram o mesmo. Eu imagino que outras instituições têm feito isso. Acho que dá para cumprir até 2021, mesmo com a pandemia. Claro que, até que se estabeleça, vai um tempo, mas acho que começar a implantar é viável.

***Caminho Aberto* Quais as lições que a pandemia vai deixar para as instituições de ensino brasileiras?**

**Marcelo Demarzo** O maior aprendizado é a flexibilidade e a adaptação. Primeiro, todos nós nos lembramos que uma pandemia é possível de acontecer. A gente tem que se preparar melhor para isso porque pode acontecer mais vezes e com mais frequência. Isso fez com que os docentes e técnicos se mobilizassem e ficassem mais sensíveis à causa. A partir de agora, precisamos propor novos projetos e adaptações que já prevejam situações como essa da pandemia. A antecipação e um melhor planejamento para endereçar esses problemas é um benefício. Todo mundo teve que “se virar” para poder se adaptar e responder às necessidades. Além disso, eu imagino que alguma ou outra instituição vá melhorar seu arcabouço burocrático para que os projetos consigam fluir. Isso aconteceu na Unifesp. Antes, para abrir um projeto de extensão, tinha que pegar

muitas assinaturas. Agora ficou mais fácil, o sistema desburocratizou um pouco. Acho que isso também está dentro da capacidade de resposta das instituições.

**Caminho Aberto** *A Unifesp é parceira na testagem da vacina de Oxford. Além disso, muitas outras instituições estão desenvolvendo pesquisas de combate à pandemia. No IFSC, por exemplo, estamos desenvolvendo respiradores pulmonares de baixo custo. Essa pesquisa voltada à Covid-19 também vai deixar um legado?*

**Marcelo Demarzo** A pesquisa aplicada e a extensão foram afetadas. É importante no meio do fomento à pesquisa e à extensão trazermos desenvolvimento e tecnologia para a sociedade. Com certeza isso foi incentivado. Uma coisa é ser realista, saber que é difícil, que temos um problema, que não vai haver soluções simples, e outra é ver as oportunidades. No caso do meu grupo de pesquisa e extensão, a gente viu como uma oportunidade de reajuste, novas opções, novos projetos, de responder melhor à sociedade, o que pode ser uma oportunidade também.

**Entrevista concedida à Carla Algeri, jornalista do Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC).**