



A utilização de Tecnologias de Informação e Comunicação por pré-aposentados e aposentados e a influência na prática de atividade física regular desta população

Venancio, R.C.P.<sup>1,3</sup>, Carmo, E.G.<sup>1,2</sup>; Costa, J.L.R.<sup>1,3</sup>; Micali, P.N.<sup>1,3</sup>; Schwartz, G.M.<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Estadual Paulista (UNESP), Instituto de Biociências, Câmpus Rio Claro

<sup>2</sup>LEL-Laboratório de Estudos do Lazer, DEF/IB/UNESP-RC/SP.

<sup>3</sup>LAFE-Laboratório de Atividade Física e Envelhecimento, DEF/IB/UNESP-RC/SP

O crescente aumento das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), traz ao cenário mundial a inserção de novos papéis sociais, estes que por sua vez, surgem com a aposentadoria e tem forte ligação com a busca por informações em saúde e hábitos saudáveis, como a prática de atividade física (AF), impactando no envelhecimento ativo, diminuindo a incidência de doenças crônicas e/ou neurodegenerativas. Neste sentido, as TIC podem promover ao idoso, o acesso à inclusão digital e com isto o maior conhecimento sobre determinados assuntos, como a importância da prática regular de AF, sendo portanto, mediadora para esta haja a procura pelos idosos por esta prática. No entanto, sabe-se que nem todos os idosos têm acesso às TIC e que certas informações em saúde, disponíveis online, não são fidedignas. O objetivo deste estudo foi a analisar a relação entre a utilização das TIC e a influência no nível de AF, em pré e pós aposentados, residentes em Rio Claro-SP. O estudo totalizou 40 participantes, distribuídos em dois grupos: Grupo 1 composto por 20 pré-aposentados (mediana de idade: 59,0/55,0-63,0; escolaridade: 11,4/ 9,4-14,0) e o Grupo 2 composto por 20 aposentados (mediana de idade: 68,5/65,0-72,0; escolaridade: 12,5/11,4-14,4). Para avaliar o nível de AF foi utilizado o *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) e para avaliar a utilização das TIC foi utilizada a Escala de Atitudes Face às Novas Tecnologias de Informação (ANT/25). Para analisar a correlação entre a Escala ANT/25 e o IPAQ utilizou-se o coeficiente de correlação de *Spearman*, variando de -1 a 1, analisado em três perspectivas. Considerou-se ( $p \leq 0,05$ ) e ( $p \leq 0,01$ ). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNESP (CAAE:35765514.7.0000.5465/2015). Como resultado observou-se três correlações negativas e moderadas, da Escala ANT/25 com o IPAQ, em aposentados, sendo respectivamente: ( $r=-0,528$ ;  $p<0,05$ ); ( $r=-0,612$ ;  $p<0,01$ ); ( $r=-0,584$ ;  $p<0,01$ ). Estes dados indicam a direção oposta das duas variáveis, apesar de significativo, demonstrando que quanto maior é o autoconceito sobre a utilização das TIC, menor é o nível de AF. Desta forma, sugere-se a partir dos dados expostos, que a utilização das TIC não representa uma tendência a ser considerada para o aumento do nível de AF desta população. Em suma, as TIC proporcionam maior conhecimento acerca da importância da prática de AF, mas que, no entanto, utilizadores de tecnologia não procuram necessariamente engajamento a esta prática por meio de informações retidas no meio digital. Sugerem-se mais estudos que compreendam esta relação entre as TIC e o incentivo à prática de AF, provindos de conhecimentos derivados do âmbito digital e que contribuem para a procura por hábitos saudáveis no envelhecimento. Apoio CAPES.

E-mail: [reisacristiane2@hotmail.com](mailto:reisacristiane2@hotmail.com)

[elisangelagiseledocarmo@gmail.com](mailto:elisangelagiseledocarmo@gmail.com)