

PSICOGERONTECNOLOGIA: A INCLUSÃO DIGITAL E SUA CONTRIBUIÇÃO À SAÚDE MENTAL DAS PESSOAS IDOSAS

Raissa Guerra de Magalhães Melo ¹
Telma Mariza de Souza Ferreira ²
Cirlene Francisca Sales da Silva ³

RESUMO

Nos últimos anos o desenvolvimento tecnológico tem avançado rapidamente, modificando as atividades diárias da sociedade e criando novos hábitos, por outro lado, grande parte das pessoas idosas estão tendo dificuldade em se adaptar a essa nova realidade e realizar a inclusão digital, pois não tiveram contato com esse tipo de tecnologia durante grande parte de suas vidas. Com o surgimento da psicogerontecnologia foram realizados diversos estudos com o intuito de utilizar novas tecnologias para proporcionar um envelhecimento com mais qualidade de vida, entre elas a própria inclusão digital da pessoa idosa. O presente capítulo tem como objetivo compreender a inclusão digital como uma ferramenta capaz de contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa. A presente pesquisa de natureza qualitativa, utilizará de uma revisão sistemática visando reunir, sintetizar e analisar sistematicamente informações relevantes ao tema, com o objetivo de ajustar, direcionar e esclarecer sobre a importância e contribuição da inclusão digital para a saúde mental da pessoa idosa. Ao final da pesquisa espera-se que, sejam compreendidos quais os desafios e como o uso da tecnologia através da inclusão digital pode contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa.

Palavras-chave: pessoas idosas; saúde mental; inclusão digital.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos o desenvolvimento tecnológico tem avançado rapidamente, modificando as atividades diárias da sociedade e criando novos hábitos. Por outro lado, grande parte das pessoas idosas estão tendo dificuldade em se adaptar a essa nova realidade e se incluir no mundo digital, pois não tiveram contato com esse tipo de tecnologia durante grande parte de suas vidas. Entretanto, uma saída se descortinou com o surgimento da Gerontecnologia, este novo campo de saber que tem envidado esforços com o intuito de utilizar a tecnologia para proporcionar um envelhecimento com mais qualidade de vida e dignidade das pessoas dessa faixa etária, entre elas a própria inclusão digital da pessoa idosa.

A preocupação com a saúde mental dessa população vem se intensificando devido o

¹Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP, raissa.2020170133@unicap.br;

²Mestranda do Curso de Psicologia Clínica da Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP, telma.2021605173@unicap.br;

³ Professora orientadora: Doutora, Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP, cirlene.silva@unicap.br.

surgimento de uma grave crise biopsicosocial, a pandemia da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), que pode ser descrita como um fenômeno caracterizado como um dos maiores problemas de saúde pública internacional das últimas décadas, tendo atingido praticamente todo o planeta (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Logo, em um evento como este, existe a probabilidade de ocasionar perturbações psicológicas e sociais que afetam a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade, em variados níveis de intensidade e propagação como descreve o Ministério da Saúde do Brasil, alguns esforços emergenciais de diferentes áreas do conhecimento dentre elas a Psicologia, são demandados a propor formas de lidar com o contexto que permeia a crise (BRASIL, 2020).

Portanto, algumas das formas de cuidar e tratar da saúde mental, pode ser alcançado através da tecnologia, pois, o uso dessa ferramenta, contribui de forma benéfica para saúde mental. Direcionando o assunto para a pessoa idosa, a inclusão digital para estes, tem sido tema de pauta para que haja uma melhora ao acesso de informação, como complementa o Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia (IPGG). Entende-se que através da inclusão digital é possível desenvolver o potencial do idoso, bem como diminuir suas limitações, manter a autonomia, prevenir a perda da independência e promover o envelhecimento ativo (BRASIL, 2017).

Desse modo, é notório que a transformação tecnológica vem chegando como um meio revolucionário, e para aqueles idosos que mal tiveram oportunidade de frequentar os bancos escolares, pode significar exclusão digital e isolamento social, podendo comprometer de forma prejudicial a sua saúde mental.

Nesse sentido, o presente capítulo tem como objetivo geral, compreender a inclusão digital como uma ferramenta capaz de contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa, o que nos impulsiona a pensar em um primeiro ensaio sobre o que pretendemos nomear como Psicogerontecnologia. Mais especificamente, discutir a saúde mental da pessoa idosa e em uma perspectiva multidisciplinar; a promoção ao acesso da tecnologia através da inclusão digital; identificar os desafios e as contribuições da inclusão digital como uma ferramenta capaz de ser benéfica para a saúde mental da pessoa idosa.

No que corresponde a estruturação do artigo, este contou com a introdução que tem como fundamento dar *spoilers* sobre o que será tratado no texto. Em seguida, descritos os métodos utilizados para compor o artigo; após, os resultados e discussão, e por fim, as considerações finais.

Ao final da pesquisa espera-se que, sejam compreendidos quais os desafios e como o

uso da tecnologia através da inclusão digital pode contribuir para uma melhor saúde psíquica da pessoa idosa. O que compreendemos como Psicogerontecologia.

METODOLOGIA

A presente pesquisa, se utilizará de uma revisão bibliográfica da literatura, visando reunir, sintetizar e analisar informações relevantes ao tema, com o objetivo de ajustar, direcionar e esclarecer sobre a importância e contribuição da inclusão digital para a saúde mental da pessoa idosa. A análise dos resultados evidenciados irá tomar base no modo descritivo, apresentando uma síntese de cada estudo incluso no artigo, com informações coletadas em livros, em artigos científicos, e sites especializados no tema. Como reforça Gil (2017) “a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Assim, o método dialético tomará corpo, no qual, segundo Marconi e Lakatos (2014), considera-se os fatos dentro de um contexto social, que no caso está relacionado à: quais os desafios e como o uso da tecnologia através da inclusão digital podem contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa.

Em relação à abordagem do problema, optou-se pela abordagem qualitativa, pois nesse tipo de pesquisa o pesquisador analisa os fenômenos pela sua descrição e interpretação, enfatizando o processo de acontecimentos. A predominância da abordagem qualitativa, deve-se ao fato do caráter exploratório da pesquisa e da não utilização de métodos estatísticos para a coleta dos dados (ZANATA, JA; COSTA, ML.; 2012).

Desse modo, pode-se compreender a psicogerontecologia, através da inclusão digital, com potencial capaz de contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa.

Todo o teor do artigo será coletado a partir de: documentos extraídos de livros, revistas, publicações em periódicos e artigos científicos, jornais e legislações (políticas públicas), retirados a partir de bases de pesquisas eletrônicas como: U.S. National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (Scielo), Lilacs (literatura latino-americana e do caribe em ciências da saúde), Research Gate.

Numa primeira etapa foram pesquisados termos “psychology and technology”, “digital inclusion”, “elderly”, “mental health”, “access to information”, “quality of life” “public policy”, “inclusión digital”, “personas mayores”, “salud mental”, “acceso a la información”, “calidad de vida”, como palavras-chave na base de dados PubMed. Nas bases Scielo, Lilacs e Research Gate, foram utilizadas as palavras: “psicologia e tecnologia”, “inclusão digital”, “idoso” “saúde mental”; “acesso à informação”, “qualidade de vida”, “política pública”.

Foram incluídos para esta revisão bibliográfica, trabalhos publicados nos últimos cinco anos, em português, inglês ou espanhol. No entanto, vale ressaltar, que trabalhos anteriores a estes, foram considerados como essenciais para composição do teor base do artigo. Foram excluídos, artigos que não dialogassem com o respectivo tema.

Como segunda etapa foi feita a leitura sistemática dos resumos gerados pela busca realizada em 02/06/21, a fim de verificar quais estudos eram pertinentes ao objetivo deste trabalho. A seleção dos resumos foi realizada pelas autoras do presente artigo. Nos casos em que houve dúvida em relação à inclusão ou não do artigo, foi realizada a análise pelas demais autoras e a leitura completa do artigo. Ao todo, foram incluídos nove estudos.

Na terceira etapa, os artigos selecionados foram lidos e tabulados de acordo com os critérios: idioma de publicação. Por fim foram realizadas as análises dos dados com relação ao objetivo proposto.

Por fim, o processamento de informações obtidas, seguiram com o objetivo de ajustar, direcionar e esclarecer sobre a importância e contribuição da inclusão digital para a saúde mental da pessoa idosa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde mental da pessoa idosa numa perspectiva multidisciplinar

Saúde e saúde mental têm conceitos complexos e historicamente influenciados por contextos sócio políticos e pela evolução de práticas em saúde. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade. Essa definição, de 1946, foi inovadora e ambiciosa, pois, em vez de oferecer um conceito inapropriado de saúde, expandiu a noção incluindo aspectos físicos, mentais e sociais (OMS, 1946).

Seguindo propostas de reforma do sistema de saúde brasileiro, o conceito de saúde foi formalmente revisitado e influenciado por experiências internacionais envolvendo políticas de saúde. O Sistema Único de Saúde brasileiro adota um conceito ampliado de saúde e inclui em suas prioridades o cuidado à saúde mental (FERTONANI *et al.*, 2015).

No que corresponde a saúde mental da pessoa idosa, as políticas nacionais de atenção básica, atenção à saúde da pessoa idosa, promoção da saúde e humanização no SUS pretendem subsidiar o trabalho multiprofissional, interdisciplinar e intersetorial promovendo condições de saúde à população que envelhece, inclusive a saúde mental da pessoa idosa (GATO *et al.*, 2018).

No conceito mais abrangente de saúde, o bem-estar psicológico possui papel fundamental na manutenção da qualidade de vida, tendo a população idosa que possui cuidados com a saúde mental demonstrado maior resistência a doenças, maior longevidade e menor número de mortalidade (NERI, A. L. *et al.*, 2018).

Para uma melhor manutenção da saúde mental da pessoa idosa, as políticas públicas descrevem que, atividades físicas e atividades de lazer podem trazer melhores benefícios a saúde da pessoa idosa, bem como o acesso a redes sociais, como uma ferramenta auxiliar capaz de diminuir a solidão, aliviando e proporcionando a possibilidade destes ficarem com menos estresse, “livres” da “depressão”, ou quaisquer agravos psiquiátricos comuns em idosos. Nesse sentido, esses benefícios podem ser acessados através da psicogerontecologia, ou seja, da inclusão digital por meio do acesso a redes sociais e outras ferramentas, contribuindo para reduzir problemas de saúde.

Psicogerontecologia: o acesso à tecnologia através da inclusão digital das pessoas idosas

A inclusão digital pode ser aceita como um processo de democratização das tecnologias. Este assunto repercute no Brasil em função de apresentar dificuldades para a implantação. Incluir digitalmente uma pessoa não é tão somente alfabetizá-la em informática, mas sim, utilizar o conhecimento de informática por ela adquirido para melhorar seu nível intelectual, conhecimento técnico, quadro social etc. Contudo, a inclusão digital pode ser entendida como o acesso à informação por meios digitais e que possibilita a assimilação e reelaboração destas em novos conhecimentos, podendo vir a contribuir para uma vida melhor das pessoas (MIRANDA *et al.*, 2017).

Essa inclusão digital direcionada para o uso da pessoa idosa pode ser considerada um tanto relativa, isto porque a internet é considerada um espaço no qual as pessoas idosas podem desfrutar de informações, especialmente benefícios para a saúde, que envolvem conhecimento, lazer, trabalho e interação/comunicação (CONFORTIN *et al.* 2014).

Portanto, a inclusão digital das pessoas idosas é entendida como um caminho para melhoria da autonomia, qualidade de vida e saúde mental. Apesar dos desafios para adoção de novas tecnologias por essa população, um estudo transversal realizado no Brasil, relatou que os idosos se mostram dispostos a adotar novas tecnologias, sendo a utilidade e a usabilidade superadas pelos sentimentos de inadequação. Tais situações são percebidas quando pessoas idosas se sentem motivadas pela interação com netos e parentes, sendo estimuladas a aprender

e usufruir de tecnologias digitais (DINIZ *et al.*, 2020).

Segundo Guimarães *et al.* (2019) em pesquisa realizada com 28 alunos, todos com idade a partir de 50 anos, do curso de inclusão digital realizado pela Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI), os alunos relataram bem-estar e alegria causados pelo uso de computadores e celulares. Ao relatar as respostas da pesquisa Guimarães *et al.* afirmam que:

“Um dos alunos denominou a tecnologia como um “remédio” para a solidão, outro como a “solução” para independência. É possível encontrar algumas respostas indicando que alguns dos idosos moram sozinhos e/ou longe de seus filhos, porém o acesso a internet fez com que eles estivessem mais presentes. Apesar de inúmeras explicações diferentes, todos os alunos concordam que a Inclusão Digital melhorou algo em sua vida.” (2019, p. 970)

“Durante o curso, alguns alunos relataram satisfação em aprender a utilizar aplicativos de banco pelo smartphone, e assim não precisarem mais sair de casa e enfrentar filas nos caixas eletrônicos. Esses aspectos revelam como o apoio do artefato tecnológico pode indicar um bem a saúde, bem como a conquista de maior independência, segurança e comodidade.” (2019, p. 972)

Desta maneira, existe a necessidade de mostrar o quanto a psicogerontecologia através da inclusão digital é uma ferramenta capaz de contribuir para uma melhor saúde mental da pessoa idosa, devido ao reconhecimento de que os meios ao acesso à internet mais utilizados pelos(as) idosos(as) brasileiros(as) e a finalidade da sua utilização, é uma forma de subsidiar o desenvolvimento de estratégias/intervenções de promoção da saúde (DINIZ *et al.*, 2020).

A contribuição da inclusão digital como uma ferramenta benéfica para a saúde mental da pessoa idosa

A ciência tecnológica, social e gerontológica, reconhece o papel fundamental do uso da tecnologia como promotor da saúde da pessoa idosa, por meio da educação em saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde brasileiro, e a necessidade do emprego de tecnologias digitais como ferramenta capaz de contribuir para saúde mental, desmistificando a ideia de que as pessoas idosas estão longe dessa realidade. Acredita-se que a aliança gerontológica e a inclusão digital torna possível o planejamento e a operacionalização de ações qualificadas para uma melhor promoção da saúde da pessoa idosa (CARLOTTO; DINIS, 2017).

No estudo transversal realizado por Janylle Diniz *et al.*, (2020) no Brasil, a autora entrevistou 384 pessoas idosas que atenderam aos seguintes critérios de inclusão: pessoas com 60 anos ou mais, de ambos os sexos, brasileiros, que utilizam a internet por meio de redes sociais Facebook e WhatsApp, independentemente da frequência de uso (DINIZ *et al.*, 2020). As justificativas para a escolha dessas redes sociais como parte dos critérios de inclusão dos

participantes da pesquisa foram as seguintes: serem gratuitas para o usuário e bastante utilizadas por toda a população, independente da faixa etária; o potencial de suas ferramentas, com o intuito de fortalecer o conhecimento e/ou a aprendizagem de determinados assuntos; para o usuário, não há necessidade de *expertise* na criação do espaço ou formação para iniciar as atividades; e facilitam momentos de interações, independentemente de tempo e espaço em que se encontram os indivíduos (ARAGÃO *et al.*, 2018). Portanto, no referido estudo de Diniz *et al.*, (2020), eles afirmam que a internet pode inserir as pessoas idosas socialmente no mundo contemporâneo, favorecendo novas perspectivas de interações sociais.

Nessa mesma direção, segue o estudo de Casadei *et al.* (2019), reiterando, ainda, a satisfação das pessoas idosas em colocar em prática os aprendizados da inclusão digital nas atividades diárias, nos estudos e até proporcionando a intergeracionalidade. Os referidos autores ressaltam, que a interação social por meio eletrônico não substitui a presencial, mas é uma forma de manter contato com familiares e amigos mais distantes. Esse uso foi muito utilizado durante a pandemia da Covid-19, onde por vezes é necessário o isolamento social agravando nas pessoas idosas o sentimento de solidão e abandono, o aumento no número de casos de transtornos psicológicos e deficiências cognitivas.

Na reunião ampliada nacional “Visitas nas ILPI - Como proceder?” promovida pela Frente Nacional de Fortalecimento à ILPI, realizada remotamente em 21 de abril de 2021, representantes de diversas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI) em todo o Brasil discutiram a proibição de visitação nas instituições, suas consequências nos idosos institucionalizados e os cuidados que estavam sendo tomados na instituição. Alguns desses representantes, que estavam participando da reunião, relataram o uso de videochamadas entre os idosos e seus familiares como forma de socializar e manter o contato durante o período de proibição de visitação. Também, expõem que o número de casos de depressão e redução cognitiva nos idosos institucionalizados aumentou consideravelmente nesse mesmo período. Ademais, foram criadas campanhas e plataformas para incentivar voluntários a conversarem por meio on-line com idosos com o intuito de diminuir a solidão (CASA VOGUE, 2020; GLOBO, 2020; RAZÕES PARA ACREDITAR, 2020).

Nesse sentido, evidencia-se a relevância do acesso, do uso e da aprendizagem dos recursos tecnológicos pelas pessoas no contexto do envelhecimento. Um dos objetivos do envelhecimento saudável é continuar aprendendo para se adaptar às mudanças que ocorrem nessa fase da vida e adquirir habilidades para continuar ativo e produtivo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como demonstrado ao longo do capítulo, a saúde mental passou a ter grande importância no conceito mais abrangente, e atualmente utilizado, do que é saúde, uma vez que engloba aspectos biopsíquicos e sociais da pessoa idosa. Ademais, a saúde mental e o bem-estar, estão diretamente relacionados a um menor número de enfermidades e mortalidade e maior número de envelhecimento com qualidade.

Com o desenvolvimento tecnológico nos últimos anos o “mundo digital” passou a ser cada vez mais presente e as pessoas idosas, em sua maioria, tiveram dificuldade em se adaptar a essa nova realidade. Porém, os estudos relacionados à inclusão digital de pessoas idosas têm mostrado diversos benefícios dessa população ao se familiarizarem com as novas tecnologias. O uso de rede sociais como Facebook e Instagram possibilitam a comunicação e até o reencontro entre amigos e familiares distantes, já os aplicativos que possibilitam a videochamada permitem a conversa de uma forma mais “próxima”, sendo utilizada inclusive na pandemia quando o encontro presencialmente não é possível.

Os benefícios demonstrados nos estudos são diversos e variam de pessoa para pessoa, mas é possível verificar a diminuição da solidão, aumento da socialização, aumento da intergeracionalidade, aumento da autonomia e diminuição do número de casos de depressão. Desse modo, conclui-se que apesar de não substituir as interações presenciais, a inclusão digital traz benefícios às pessoas idosas, proporcionando um envelhecimento com mais bem-estar e qualidade de vida. Desse modo, acreditamos que a Psicogerontecnologia insere-se nesse contexto contribuindo para o bem-estar biopsicossocial da pessoa idosa.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, J. M. N.; GUBERT, F. A.; TORRES, R. A. M.; SILVA, A. S. R.; VIEIRA, N. F. C. The use of Facebook in health education: perceptions of adolescent students. **Revista Brasileira de Enfermagem**. 2018. v.71, (suppl-2), p:265-271.

BRASIL. Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. **Inclusão Digital para Idosos: integrando gerações na descoberta de novos horizontes**. 2017. Disponível em: <<https://saudedapessoaidosa.fiocruz.br/pratica/inclus%C3%A3o-digital-para-idosos-integrando-gera%C3%A7%C3%B5es-na-descoberta-de-novos-horizontes>>. Acesso em 21 set. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de contingência nacional para infecção humana pelo novo Coronavírus 2019-nCoV: centro de operações de emergências em saúde pública (COE-nCoV)**. Brasília. 2020. Disponível em:

<<https://portal.arquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/07/plano-contingencia-coronavirus-preliminar.pdf>>. Acesso em: 18 set. 2021.

CARLOTTO, I. N.; DINIS, M. A. P. Bioethics and promotion of teacher health in higher education: an interface required. **Saber Educar**.v.23, p:168-179, 2017.

CASA VOGUE. **No Brasil voluntários em todo o país conversam com idosos em quarentena para diminuir solidão**. 2020. Disponível em: <https://casavogue.globo.com/Curiosidades/noticia/2020/04/no-brasil-voluntarios-em-todo-o-pais-conversam-com-idosos-em-quarentena-para-diminuir-solidao.html>. Acesso em: 15 jul. 2021.

CASADEI, GRACIELE, *et al.* Influência das Redes Sociais Virtuais na saúde dos idosos. **Enciclopédia Biosfera**. v.16, n.29, p. 1962-1975, 2019. Disponível em: <<https://www.conhecer.org.br/enciclop/2019a/sau/influencia.pdf>>. Acesso em: 15 jul. 2021.

CONFORTIN, S. C.; *et al.* Living conditions and health of the elderly: results of the EpiFloripa Idoso cohort study. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**.v.26, n. (2), p:305-317, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/ress/2017.v26n2/305-317/en/>>. Acesso em: 18 set. 2021.

DINIZ, J. L.; MOREIRA, A. C. A.; TEXEIRA, I. X.; AZEVEDO, S. G. V.; FREITAS, C. A. S. L.; MARANGUAPE, I. C. Inclusão digital e o uso da internet pela pessoa idosa no Brasil: estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**. V.73, (suppl 3), 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/r7qfDSx6KNMyfPbYQYFpJmw/?lang=pt>>. Acesso em: 18 set. 2021.

FERTONANI, H. P.; PIRES, DE P. D. E.; BIFF, D.; SCHERER, M. D. A. The health care model: concepts and challenges for primary health care in Brazil. **Ciência e Saúde Coletiva**. V.20, n.6, p:1869-78, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/ZtnLRysBYTmdC9jw9wy7hKQ/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 18 set. 2021.

GATO, J. M.; ZENEVICZ, L. T.; MADUREIRA, V. S. F.; SILVA, T. G.; CELICH, K. L. S.; SOUZA, S. S.; LÉO, M. M. F. **Av Enfermagem**. 2018. v.36, n.3, p:302-310.

GIL, ANTÔNIO CARLOS. **Como elaborar projetos de pesquisa - 4. e d.** - São Paulo: Atlas, 2002, p: 44.

GLOBO. **Campanha estimula conversas online para combater a solidão de idosos durante isolamento**. 2020. Disponível em: <<https://g1.globo.com/ce/ceara/noticia/2020/03/20/campanha-busca-estimular-conversas-online-para-combater-a-solidao-de-idosos-durante-isolamento.ghtml>>. Acesso em: 15 jul. 2021.

GUIMARAES, FELIPE THEODORO. Inclusão Digital na Terceira Idade: Considerações sobre a Experiência com a Informática. **VIII Congresso Brasileiro de Informática na Educação (CBIE)**, 2019, p. 964-973. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/337325425_Inclusao_Digital_na_Terceira_Idade>

Considerações sobre a Experiência com a Informática>. Acesso em: 15 jul. 2021.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia científica**. 7. ed. rev. ampl. São Paulo: Atlas, 2014, p.100-106.

MIRANDA, A. A.; DETTEMER, C. A.; MEDEIROS, F. F.; DETTEMER, T. L. Inclusão digital: O acesso à tecnologia da informação e comunicação pelas famílias rurais do assentamento Juncal, município de Naviraí, MS. **Encontro Internacional de Gestão, Desenvolvimento e Inovação (EIGEDIN)**, v. 1, n. 1, 11 set. 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufms.br/index.php/EIGEDIN/article/view/4407>>. Acesso em: 18 set. 2021.

NERI, A. L.; BASTITONE, S. S. T.; RIBEIRO, C. C. Bem-estar Psicológico, Saúde e Longevidade. In: FREITAS, E. V.; PY, L. (org.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4ª Edição. Rio de Janeiro: Grupo Editorial Nacional (GEN), 2018, p:1458-1467.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946**. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acesso em: 18 set. 2021.

RAZÕES PARA ACREDITAR. **Plataforma possibilita jovens fazerem companhia a idosos solitários nessa quarentena**. 2020. Disponível em: <<https://razoesparaacreditar.com/plataforma-companhia-idosos-quarentena/>>. Acesso em: 15 jul. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Statement on the second meeting of the international health regulations (2005) emergency committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV)**. Geneva: World Health Organization, 2020. Disponível em: <[https://www.who.int/news/item/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news/item/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov))>. Acesso em: 18 set. 2021.

ZANATA, J. A.; COSTA, M. L. Algumas reflexões sobre a pesquisa qualitativa nas ciências sociais. **Estudos e pesquisa em psicologia**. v.12, n.2, 2012. Disponível em: <<http://www.revispsi.uerj.br/v12n2/artigos/pdf/v12n2a02.pdf>>. Acesso em: 18 set. 2021.