



INCLUSÃO DIGITAL DO IDOSO: DE CASA PARA O MUNDO

Autor (1); Shirley de Souza Silva (2); Pâmela dos Santos Rocha

¹Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoa, toshirley@gmail.com

²Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoa, to.pamela@gmail.com

Resumo : No Brasil, como em todo mundo a população idosa vem crescendo aceleradamente com tendência de aumento nas próximas décadas. Para o ano de 2025 estima-se atingir um total de trinta milhões de idosos, o que deverá acarretar mudanças estruturais mais rápidas e profundas do que as ocorridas em países desenvolvidos. Este público passou a participar de forma mais ativa no meio social. A população de idosos vem crescendo no mundo e com esse crescimento também é preciso considerar os vários aspectos envolvidos nesta temática, como a permanência dos idosos no mercado de trabalho e o que isso significa na vida dessa população. A tecnologia está presente em todos os lugares, logo esses idosos precisam se adequar ao sistema para poder permanecer no mercado de trabalho. O computador está presente direta e indiretamente no cotidiano das pessoas no contexto atual, seja como instrumento de trabalho, lazer ou de armazenamento e fornecimento de dados por meio da internet, assim a tecnologia tem passado a fazer parte da vida de muitos idosos em vários contextos. Trata-se de um relato de experiência no qual evidencia a vivência em extensão sobre a inclusão digital de idosos por acadêmicas do projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (Uncisati). O projeto surgiu na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL em 2006, como projeto de extensão, e já formou dez turmas e proporcionando aos participantes uma oportunidade de se socializar e também de adquirir novos conhecimentos na área da saúde, da tecnologia e das artes, estimulando a qualidade de vida e a capacitação dos alunos da terceira idade. A oficina de informática básica, acontece, uma vez por semana, com duração de duas horas, ao longo do período letivo da universidade, e tem como foco desenvolver noções básicas de utilização do computador e a utilização das redes sociais. A capacidade de manipular as novas ferramentas tecnológicas não é tão comum nem tão fácil para as pessoas com idade avançada, como observados nos jovens, entretanto, existe entre os idosos uma predisposição para o aprendizado que os leva a superar as dificuldades com que se deparam ao longo do processo. Durante as oficinas é respeitado as particularidades e necessidades do aluno no contexto didático, sendo possível observar peculiaridades como: superação do medo em relação ao computador; melhora da coordenação motora e das habilidades visuo-construtivas no uso do mouse; maior familiarização com as partes do computador; aprendizado do ato de ligar e desligar e da área de trabalho; maior autonomia e segurança, dentre outros. Apesar da ampliação ao acesso da tecnologia, ainda é preciso que haja uma extensão dessas vivências para essa população, apesar de seus familiares possuírem acesso à tecnologia nem sempre esta é ofertada aos idosos. Os motivos para a falta dessa experiência são variados, pode ser a inexistência da oferta pelos familiares, a falta de paciência ou tempo para os ensinar, ou até mesmo a falta de interesse do idoso no momento da oferta.

Palavras-chave: Inclusão digital, Inclusão social, Idoso, Extensão universitária.

Introdução



No Brasil, como em todo mundo a população idosa vem crescendo aceleradamente com tendência de aumento nas próximas décadas. Para o ano de 2025 estima-se atingir um total de trinta milhões de idosos, o que deverá acarretar mudanças estruturais mais rápidas e profundas do que as ocorridas em países desenvolvidos. Este público passou a participar de forma mais ativa no meio social (BORGES et al., 2006).

O envelhecimento populacional é um fenômeno natural, irreversível e mundial sendo descrito como um conjunto de modificações morfofisiológicas, bioquímicas e psicológicas, que determinam a perda progressiva da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, sendo considerado um processo dinâmico e progressivo (MALLOY-DINIZ ; FUENTES ; COSENZA, 2003).

Entre os idosos deve ser estimulado o envelhecimento de maneira ativa, pois ele é sinônimo de vida plena e com qualidade. O envelhecimento ativo corresponde ao equilíbrio biopsicossocial e à integralidade de um ser humano que está inserido em um contexto social e que, embora idoso, ainda é capaz de desenvolver as suas potencialidades (FERREIRA et al., 2010).

A população de idosos vem crescendo no mundo e com esse crescimento também é preciso considerar os vários aspectos envolvidos nesta temática, como a permanência dos idosos no mercado de trabalho e o que isso significa na vida dessa população. A tecnologia está presente em todos os lugares, logo esses idosos precisam se adequar ao sistema para poder permanecer no mercado de trabalho (RIBEIRO; MATTEDI; SEABRA, 2015).

De acordo com Frias (2011), o computador está presente direta e indiretamente no cotidiano das pessoas no contexto atual, seja como instrumento de trabalho, lazer ou de armazenamento e fornecimento de dados por meio da internet, contribuindo para o surgimento de uma nova maneira de processar e comunicar a informação.

A Internet tem características bastante positivas, pois permite a comunicação a distância diminuindo o sentimento de solidão e isolamento. A medida em que proporciona viabilidade para entrar em contato com pessoas que estão do outro lado do mundo, necessitando apenas que este tenha acesso a rede de internet. O uso da rede favorece a interação entre as pessoas, uma vez que, necessita apenas do computador, ou do auxílio de alguém na utilização da tecnologia escolhida (FRIAS et al., 2011; CARDOSO et al., 2014).

Desde o surgimento da Internet mais recursos foram construídos e acabaram fazendo parte da vida das pessoas, se tornando, em muitos casos indispensáveis para atividades rotineiras. Apesar desta evolução, a sociedade não se preocupou em acompanhar a expectativa



crescente na idade da população, o que formou um grupo de excluídos da sociedade informatizada (WASSERMAN, et al., 2012).

As Universidades foram pioneiras no processo de reintegração do idoso à sociedade, estando estas dando ênfase à melhoria da qualidade de vida da terceira idade, podendo modificar o perfil do idoso (BIZELLI et al., 2010). O processo de inclusão digital de idosos pode ser utilizado como ferramenta para a estimulação cognitiva promovendo independência e autonomia do idoso, além de estar relacionada à sua qualidade de vida e maior participação social.

Cada vez mais as universidades buscam formar profissionais conscientes de suas responsabilidades sociais, a fim de superar as desigualdades existentes, para tanto é necessário que os acadêmicos tenham uma efetiva interação com a sociedade que é viabilizada por meio da extensão universitária (DE SOUZA JANUÁRIO et al., 2014).

Possibilitando o engajamento na vida social da comunidade. Ao se deparar com a realidade multifacetada urge as oportunidades de intervenção e trabalho educativo da extensão como prática para a transformação social articulada ao ensino e a pesquisa. Nesse contato entre estudantes e sociedade beneficiada, acontece o benefício mútuo, caracterizando a extensão universitária (SUGAHARA, 2012).

É importante destacar que a aposentadoria representa uma mudança radical na vida do idoso, pois pode tira-lo do convívio em espaço público, onde a participação nesse ambiente era constante fazendo parte de seu cotidiano, além de se deparar com o contexto doméstico, o qual pode lhe trazer estranhamento. Esse novo cenário pode gerar um desequilíbrio emocional, podendo levar o idoso a depressão (MACEDO; PEREIRA, 2009).

A cada dia mais idosos buscam atualizar-se para manter-se ativos do ponto de vista tecnológico, bem como para o mercado de trabalho, uma vez que, esse espaço passou a se atualizar constantemente para suprir as necessidades da sociedade, acompanhando assim as novidades científicas que surgem no mundo.

As redes sociais são espaços destinados para a socialização, utilizando para isso recursos de compartilhamento de informações, fotos, vídeos e principalmente comunicação entre seus usuários (WASSERMAN, et al., 2012).

Outros motivos para a utilização crescente dos idosos as novas tecnologias é a possibilidade de estarem incluídos na sociedade, ou seja, ser ativo e fazer parte do novo panorama. Um dos meios para inserir-se neste mundo virtual é por meio das redes sociais. Com as mudanças paradigmáticas, as pessoas idosas vêm conquistando o seu espaço neste



mundo virtual. Portanto, o número de pessoas mais velhas aprendendo a usar o computador vem aumentando constantemente (ASSERMAN et al., 2012).

O objetivo desse relato é mostrar a inclusão digital do idoso e os benefícios que essa experiência pode oferecer a esse público, por meio do projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (Uncisati), programa da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (Uncisal).

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência no qual evidencia a vivência em extensão sobre a inclusão digital de idosos por acadêmicas do projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (Uncisati).

O projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (Uncisati), surgiu na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL em 2006, como projeto de Extensão. Já formou dez turmas e proporcionou aos mais de 2800 participantes uma oportunidade de se socializar e também de adquirir novos conhecimentos na área da saúde, da tecnologia e das artes, estimulando a qualidade de vida e a capacitação dos alunos da terceira idade.

São oferecidas anualmente cerca de 300 vagas, distribuídas entre o curso envelhecimento ativo e as oficinas, contemplando as áreas de artes, saúde, cultura e cidadania. Os facilitadores e demais funcionários são da própria Instituição, profissionais convidados que desejem colaborar voluntariamente e estudantes de graduação selecionados como monitores.

A oficina de informática básica, acontece, uma vez por semana, com duração de duas horas, ao longo do período letivo da universidade, e tem como foco desenvolver noções básicas de utilização do computador e a utilização das redes sociais.

Nosso público é constituído por idosos oriundos de diferentes segmentos: da comunidade e de grupos de terceira idade. Considerando o perfil desse público, foi preciso encontrar estratégias para que a baixa escolaridade, questões de gênero e distinções sociais, não fossem barreiras para a consolidação do grupo, e de modo que a oficina se constituísse num espaço coletivo, por meio da socialização e aprendizagem.

Para Macedo e Pereira (2009), a acessibilidade a web é para todos, independentemente das características que o indivíduo apresente, o acesso a esse sistema proporciona o



conhecimento de sites e sistemas que fazem parte do cotidiano de pessoas que convivi com a tecnologia em seu cotidiano. Estar em contato com essa nova interface proporciona ao idoso perceber, compreender, navegar e interagir com informações disponíveis que possa o interessar.

Resultados e Discussão

O perfil do idoso tem se modificado, nos últimos anos. Cada vez mais os idosos estão interessados em desempenhar diferentes atividades, dentre as quais o uso da informática, que vem tendo destaque em função do alto grau de socialização e benefícios, tais como: melhorias na autoestima, na habilidade mental, no aumento das relações sociais e interacionais e no senso de realização e autoconfiança (BIZELLI et al., 2010).

De acordo com Silveira et al. (2010), a inclusão é um processo no qual uma pessoa ou grupo de pessoas participa de usos e costumes de um outro grupo, e passa a ter os mesmos direitos e deveres, a inclusão digital é vista também como uma forma de inclusão social, pois por meio das tecnologias é possível uma maior participação na sociedade, utilizando outras vias de acesso pelo desenvolvimento social, cognitivo e afetivo.

As novas gerações apresentam familiaridade com as inovações tecnológicas, e estas surgem de forma acelerada, o que acaba sendo negativo para as gerações mais velhas. O que reflete algumas dificuldades como por exemplo o analfabetismo, dificuldade para entender as linguagens, questões básicas como manuseio de eletrodomésticos, celulares, caixas eletrônicos de banco dentre outros.

A capacidade de manipular as novas ferramentas tecnológicas não é tão comum nem tão fácil para as pessoas com idade avançada, como observados nos jovens. Isto é fato, entretanto, existe entre os idosos uma predisposição para o aprendizado que os leva a superar as dificuldades com que se deparam ao longo do processo (CARDOSO et al., 2014).

O fato da oficina de informática ser desenvolvido no ambiente universitário, possibilita aos seus participantes o contato não apenas com o saber, mas também com o ambiente universitário, além da convivência com pessoas de outras gerações. O interesse dos alunos, a expectativa, o desenvolvimento e a participação são indicadores da importância de uma atividade dessa natureza (BIZELLI et al., 2010).

Para os alunos, a conquista adquirida com a oficina, dar-se pelo fato de serem direcionadas especificamente para o público idosos, respeitando as particularidades e necessidades no contexto didático. Observou-se ao longo dos encontros a superação do medo



em relação ao computador; melhora da coordenação motora e das habilidades visuo-constructivas no uso do mouse; maior familiarização com as partes do computador; aprendizado do ato de ligar e desligar e da área de trabalho; maior autonomia e segurança durante as aulas; socialização dos participantes, através das redes sociais; menor dependência das orientações dos monitores ao longo dos encontros.

O recurso mais solicitado pelos idosos foi a internet (redes sociais, sites de notícias e jogos), sendo que estes se tornaram capazes de controlar as funções disponíveis. Aos que nunca tinham tido contato com o computador, foi possível perceber maior autonomia no manuseio da máquina.

Dado que as redes sociais têm tornado grande aliado para os idosos, se tornando um local não apenas como forma de passatempo, mas como fonte de novos conhecimentos e, em muitos casos, divulgação de seus trabalhos voluntários, direitos dos idosos, potencialidades artísticas e intelectuais (WASSERMAN, et al., 2012).

Nesse contexto, a importância do apoio das instituições políticas e sociais da família, da rede de amigos e dos grupos de interesse comuns é fundamental para o envelhecimento ativo que corresponde ao equilíbrio biopsicossocial e à integralidade de um ser humano que está inserido em um contexto social e é capaz de desenvolver as suas potencialidades (FRIAS et al., 2011).

Portanto, promovendo resgata e estimula a autoconfiança e a autoestima, além de colocar os idosos em contato direto com outras pessoas, melhorando seu convívio social. A autoestima elevada é uma das mudanças mais marcantes no aluno ao término das aulas.

Conclusões

A oficina de informática básica oferece ferramentas para a democratização das tecnologias de informação, para os aspectos ligados à afirmação, autonomia, autoestima e, conseqüente, inclusão social dos idosos, de modo que possibilite que ele se aproprie da realidade real e virtual que o cerca, contribuindo para melhoria de sua qualidade de vida.

Apesar da ampliação ao acesso da tecnologia, ainda é preciso que haja uma extensão dessas vivências para essa população, apesar de seus familiares possuírem acesso à tecnologia nem sempre esta é ofertada aos idosos. Os motivos para a falta dessa experiência são variados, pode ser a inexistência da oferta pelos familiares, a falta de paciência ou tempo para os ensinar, ou até mesmo a falta de interesse do idoso no momento da oferta.



Oficina de informática oferecem oportunidades únicas para os idosos, pois além de ofertar experiências com a tecnologia, proporciona também interação com pessoas de diversas idades e peculiaridades, assim possibilita vivências diversas que podem agregar conhecimentos para os idosos. É de extrema importância a oferta desses espaços nas cidades para os idosos, sendo imprescindível sua criação, não somente em universidades, mas também em associações de moradores, uma vez que, se localizam nos bairros, tornando mais fácil o deslocamento. Possibilitando a esse público novos conhecimentos e interação social.

Referências Bibliográficas

BIZELLI, M., BARROZO, S., TANAKA, J., SANDRON, D.. Informática para a terceira idade - características de um curso bem sucedido. **Revista Ciência em Extensão**, Local de publicação (editar no plugin de tradução o arquivo da citação ABNT), 5, abr. 2010. Disponível em: <http://200.145.6.204/index.php/revista_proex/article/view/43/269>. Acesso em: 07 set. 2016.

BORGES, Grasiely Faccin et al. **Nível de atividade física, capacidade funcional e qualidade de sono de idosos**. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/88977>>. Acesso em: 24 ago. 2016.

CARDOSO, Raul GS et al. Os benefícios da Informática na vida do Idoso. **Anais do Computer on the Beach**, p. 340-349, 2014. Disponível em: <<http://siaiap32.univali.br/seer/index.php/acotb/article/view/5338>> Acesso em: 24 ago. 2016.

DE SOUZA JANUÁRIO, Ionara et al. Ações extensionistas voltadas para a promoção do envelhecimento saudável no município de Cuité- PB : Um relato de experiência. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 12, n. 2, p. 939-946, 2014. Disponível em : <http://www.periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1786/pdf_271>. Acesso em: 07 set. 2016.

FERREIRA, Olívia Galvão Lucena et al . O envelhecimento ativo sob o olhar de idosos funcionalmente independentes. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo , v. 44, n. 4, p. 1065-1069, Dec. 2010 .Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000400030&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 07 set. 2016.

FRIAS, Marcos Antonio da Eira et al . Utilização de ferramentas computacionais por idosos de um centro de referência e cidadania do idoso. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo , v. 45, n. spe, p. 1606-1612, Dec. 2011 .Disponível em: <<http://www.scielo.br/scielo.php>>



script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000700011&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 07 set. 2016.

MACEDO, M. B.; PEREIRA, A.C. Desenvolvimento de recomendações de acessibilidade e usabilidade para ambientes virtuais de aprendizagem voltados para o usuário idoso. **Rev. Renote**, Vol. 7, Nº 1, 2009. Disponível em :<<http://www.seer.ufrgs.br/renote/article/viewFile/14035/7927>>. acesso em : 07 set. 2016.

MALLOY-DINIZ, Leandro F.; FUENTES, Daniel; COSENZA, Ramon M. **Neuropsicologia do envelhecimento: uma abordagem multidimensional**. Artmed Editora, 2013. p. 20-43.

RIBEIRO, Sidney Calebe; MATTEDI, Adriana Prest; SEABRA, Rodrigo Duarte. Avaliando a usabilidade de websites com ênfase em usuários idosos: um estudo de caso. **Rev. Renote**, Vol. 13, n. 2, 2015. Disponível em :< <http://seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/view/61371>>. acesso em: 07 set. 2016.

SILVEIRA, M.M.; ROCHA, J.P.; VIDMAR, M.F.; WIBELINGER, L.M.; PASQUALOTTI, A. Educação e inclusão digital para idosos. **Rev. Renote**, Vol. 8, Nº 2, 2010. Disponível em :<<http://www.seer.ufrgs.br/renote/article/viewFile/15210/9523>>. acesso em: 07 set. 2016.

SUGAHARA, Cibele Roberta. A Extensão Universitária como ação socioeducativa. **Revista conexão UEPG**, v. 8, n. 2, p. 164-169, 2012. Disponível em : <<http://www.revistas2.uepg.br/index.php/conexao/article/view/4548>>. Acesso em: 07 set. 2016.

WASSERMAN, Camila et al. Redes sociais: um novo mundo para os idosos. **Rev. Renote**, vol. 10, n. 1, 2012. Disponível em: < <http://seer.ufrgs.br/renote/article/view/30863> > Acesso em: 24 ago. 2016.