

INCLUSÃO DIGITAL, PARA UMA TERCEIRA IDADE CONECTADA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ivania Samara dos Santos Silva ¹
Gabriel Barbosa Câmara ²
Amélia Ruth Nascimento Lima ³
Rubiamara Mauricio de Sousa ⁴
Maria Tereza Lucena Pereira ⁵

RESUMO

Diante da evolução tecnológica, é perceptível que existe uma parcela da população que ainda apresenta dificuldades no entendimento, uso e acesso dos meios digitais. Um dos grupos mais negligenciados são os idosos, e com o aumento da expectativa de vida, e conseqüente crescente número dessa população, torna-se imprescindível a busca por inclusão digital. O objetivo desse trabalho é descrever a experiência das atividades realizadas de inclusão digital na terceira idade, e como também, demonstrar uma percepção parcial dos idosos diante do que foi desenvolvido. O trabalho foi desenvolvido com o grupo de idosos, Idade Feliz, no laboratório de informática da UFCG, Campus Cuité, onde foram aplicadas noções básicas de computadores, navegadores, e pesquisas. Além do que foram feitas, perguntas semiestruturadas, para entender a percepção do grupo. Foi percebido, alguns fatores e dificuldade, comumente relatados quando se trabalha com a inclusão digital em idosos, dificuldades motoras, e falta de auto confiança, são os mais perceptíveis. No entanto, com o desenvolvimento do trabalho, os idosos foram progredindo no aprendizado, e principalmente, na percepção de um mundo mais digital. Sendo demonstrado, o interesse e a influência dessa experiência na qualidade de vida do grupo. Como componente de uma equipe multidisciplinar, foi notório que a inclusão digital nessa fase, pode abrir novos horizontes, sendo crucial na melhoria da qualidade de vida dos idosos, pois pode gerar, melhor interação entre pessoas distantes, como também, melhoria da autoestima e informatização sobre assuntos de extrema importância, como saúde e lazer.

Palavras-chave: Inclusão Digital, Idosos, Informatização.

INTRODUÇÃO

É perceptível que o homem contemporâneo apresenta nova forma de agir em frente a aspectos comuns do dia a dia, sejam eles interpessoais ou na praticidade da resolução de problemas do cotidiano, isso provavelmente se deu pelas influências da globalização e conseqüentemente evolução das tecnologias (SARAIVA et al., 2011).

¹ Mestranda do Curso de Biotecnologia e Ciências Naturais da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, ivania.samara@hotmail.com;

² Graduado do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas - UNIFACISA, gabrielcamara@hotmail.com;

³ Mestranda do Curso de Biotecnologia e Ciências Naturais da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, ameliaruth.lima@email.com;

⁴ Graduada pelo Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, rubiamaramds@gmail.com;

⁵ Mestranda do Curso de Biotecnologia e Ciências Naturais da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, lucenamariatereza@gmail.com.

O crescimento tecnológico e o constante contato com a tecnologia, alterou o modo de vida das pessoas, principalmente quando relacionado ao uso corriqueiro da internet, o que indica uma necessária atualização e aprendizagem de classes ou ciclos de vida, ao qual ainda não estão adaptados a tais mudanças (REIS; CRUZ, 2017).

É perceptível que com o mundo mais informatizado a população acima dos 60 anos fica segregada, e isso é compreendido como um grande problema na sociedade, tendo em vista que existem mais de 30 milhões de idosos no Brasil (CAMPOS, et al., 2019).

O uso de computadores nessa fase, parece exercer influência de sociabilização e autonomia, além do que, também está ligada a minimização dos casos de demência, limitação mental, e socioeconômica. A inclusão digital pode assim melhorar a qualidade de vida dos idosos, já que pode ajudar na diminuição dos comprometimentos das atividades diárias, aprimorando a prática da cidadania, educação e lazer (NGANDU, et al., 2015).

Nessa visão de saúde e qualidade de vida, como componente de uma equipe multidisciplinar, é imprescindível enxergar todos os aspectos que levam a melhoria do bem estar dos idosos. O trabalho de inclusão digital, foi realizado com um grupo de idosos, intitulado como feliz idade, que tem cerca de 20 componentes. O contato digital aconteceu no laboratório de informática da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), do campus Cuité- PB.

Onde foi trabalhado a história do computador, os componentes principais que os compõe, como ele funciona, o que são navegadores de internet e como se faz pesquisas. As pesquisas realizadas foram voltadas a culinária, e saúde, tendo em vista a demanda percebida do grupo. Ao final, foram feitas perguntas semiestruturadas, no intuito de perceber a percepção dos idosos com a experiência.

Foram encontradas algumas dificuldades no uso dos computadores, tendo em vista algumas condições relacionadas com o próprio envelhecimento, como condições motoras e cognitivas, no entanto eles demonstraram adquirir conhecimentos válidos ao final da experiência, relatando se sentirem mais auto confiantes e participantes da sociedade, além do que a diminuição do medo em adentrar no mundo tecnológico, ajudou a resolver impasses do cotidiano.

O que corrobora com os achados de Camargo (2018), que a imersão tecnológica interfere na resolução de problemas do cotidiano, desde a melhoria da sociabilização, a uso de outras ferramentas informatizadas, como também é relatado melhoras na qualidade de vida dos idosos, tendo em vista todos os aspectos extrínsecos e intrínsecos do uso.

Sendo assim, o trabalho tem como objetivo, descrever a experiência de trabalho de inclusão digital na terceira idade, e como também, demonstrar uma percepção parcial dos idosos diante do que foi desenvolvido.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de atividades que fizeram parte do estágio de saúde coletiva do curso de nutrição, que é composto por uma carga horária total de 225 horas, onde o estagiário é inserido dentro de um serviço multidisciplinar de saúde da coletividade, atuando dentro de suas atribuições.

A experiência digital foi realizada no laboratório de informática da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG-CES), no período entre maio e junho de 2018, no turno da tarde com um grupo de idosos. O grupo de idosos, denominado, Idade Feliz, do Centro de Referência e Assistência Social (CRAS), do município de Cuité, contém cerca de 20 idosos, entre 60 á 70 anos, distribuído em homem e mulheres, que participam de encontros quinzenais, nas terças- feira.

Antes de dar início as atividades, todas os idosos foram orientados de como funcionaria o estudo, sendo assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

De primeiro instante, foi feito o reconhecimento do grupo, e posteriormente, foi realizado uma breve retrospectiva da invenção dos computadores até os dias atuais, mostrando imagem de como eram esses computadores antigos. Tudo isso para despertar a curiosidade e familiarizar o público.

Para a melhor compreensão dos idosos, foi feito uma pequena explicação, sobre os componentes básicos de um computador, monitor, gabinete, mouse, teclado e entre outros tendo em vista que muitos não conheciam bem esses componentes.

Consecutivamente, foi mostrado o navegador de internet mais usado, o Google Chrome, explicando como se fazem as pesquisas. Nesse momento já foi feito a parte prática, tendo em vista que os idosos não se atentam muito a teorias. Então foi pedido para que os mesmos pesquisasem primeiro imagens, em seguida vídeos, receitas culinárias, notícias de saúde, ou algum assunto ao qual eles apresentassem interesse.

No final dos ensinamentos, foram feitas perguntas semiestruturadas de forma individual e informal, sobre a experiência obtida, indagando, como eles se sentiram ao conseguirem

fazer algum tipo de pesquisa, qual a sensação foi proporcionada pela experiência, quais as maiores dificuldades, e se eles despertaram interesses maiores sobre o uso da internet.

Para finalizar foi feito um momento de comensalidade no jardim da UFCG- CES.

DESENVOLVIMENTO

A internet foi criada nos Estados Unidos, pelo Ministério da Defesa do estado, em atendimento às demandas do governo e dos laboratórios de pesquisas por volta de 1960 e 1970, na era da Guerra Fria, com o objetivo inicial de telecomunicação, que fosse seguro o suficiente para resistir a um possível ataque nuclear. Além disso eles queriam um sistema que fosse capaz de exercer conectividade com outros computadores de diversas localidades (COTTON; OLIVER, 1999).

O acesso a rede foi sendo liberado aos poucos. Na década de 70 foi realizada a intercomunicação entre as universidades americanas, e em seguida, outros institutos de pesquisa e ensino pelo mundo, isso conseguiu gerar grande comunicação e conseqüentemente expansão das informações de uma rede considerada já global, isso gerou o formato atual da internet contemporânea (MACIEL, 2015).

Uma parcela da população que perceptivelmente possui dificuldade de acesso as novas tecnologias são os idosos. O envelhecimento é um processo tanto natural, como irreversível. Com mudanças no cenário de qualidade de vida, acesso a saúde, e nutrição, a população mundial tem aumentado a expectativa de vida, esse fator associado com um menor número de natalidade, tem caracterizado uma população com maior número de idosos. Segundo a estimativa do IBGE (2013), em 2060 ocorrerá uma inversão da pirâmide populacional, onde a concentração de idosos será maior do que dos outros ciclos de vida (CAMARGO, 2018).

Isso gera uma maior necessidade de atenção para os idosos, que devem fazer parte de um mundo globalizado e informatizado. As informações precisam estar disponíveis e acessíveis, e para isso é imprescindível que todos saibam como usá-las. A inclusão é o primeiro passo para novas possibilidades de conhecimento e de participação na sociedade (PETERSEN; KALEMPA; PYKOSZ, 2013).

A inclusão digital é um meio de democratização do acesso às tecnologias da informação, no intuito de permitir a inserção de todos na sociedade da informação (REIS; CRUZ, 2017).

Lemos (2011) demonstra que existem duas maneiras de inclusão digital, a compulsória e a induzida. A compulsória se dar, quando um indivíduo inserido em uma sociedade informatizada é obrigado a desenvolver habilidades com algum sistema tecnológico, como por exemplo, cartões eletrônicos de débito e crédito, a operação em máquinas bancárias, a votação eletrônica em eleições, o acesso eletrônico a exames laboratoriais, e entre outros.

Já a inclusão induzida é aquela, que acontece por meio de um trabalho educativo, de políticas públicas, que almejam mostrar os benefícios da sociedade da informação e também possibilitar a integração de uma grande parcela da população que está excluída (LEMOS, 2011).

Fatores que podem explicar essa exclusão, são citados por Kachar (2000) que incita que essa geração nasceu, cresceu e foi educada em uma época, onde o tempo transcorria de maneira diferentes, onde tudo era menos imediatista, isso fez com que eles não conseguissem acompanhar as mudanças sociais e tecnológicas da atualidade.

Além disso, esse grupo também se depara com algumas situações próprias da fase de vida, como, diminuição da capacidade motora, dificuldade de memorização, cognição, e diminuição dos aspectos visuais. Além das barreiras físicas, também é encontrado resistência emocional de aceitação, problema de adaptação ao sistema e também empecilhos financeiros (VERAS, 2012).

Cardoso e seus colaboradores (2017), relataram que 50% dos idosos que usavam a internet conseguiram melhorar o contato familiar, social, entre os amigos mais próximos, como também, entre os amigos de longas datas, ao qual o acesso estava dificultado, seja pela a distância ou pelo tempo. Também demonstraram ser mais antenados e informados de alguns aspectos pontuais, como notícias do comércio, notícias financeiras e também novas formas de lazer, filmes e músicas.

Outros autores também averiguaram que o uso da informatização, ajudaram os idosos a amenizar o isolamento, maximizando as oportunidades de contato entre familiares e amigos. Isso também implica em um envelhecimento ativo, participante da comunidade (FARIAS, VITOR, LINS; PEDROZA, 2015; KIELING, PASQUALOTTI; GIL, 2017).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Antes de um encontro de inclusão digital, é imprescindível conhecer o público alvo, entender as suas vivências e particularidades, foi partindo dessa teoria que o primeiro passo da intervenção em saúde coletiva foi o reconhecimento e identificação do grupo.

Respeitar os saberes do público, conhecer a realidade na qual estão inseridos é um princípio básico para estabelecer uma relação direta entre tema e realidade, já que isso vai interferir diretamente na construção e eficácia de qualquer estratégia socioeducativa, ou estratégia inclusiva (FREIRE, 1996).

Já algum tempo os aparelhos digitais têm se tornando algo constante dentro da realidade das famílias, pela própria globalização e conseqüente expansão dos meios de comunicação. No entanto ficam restritos ao mais jovens, pois, por não entenderem como funciona, os idosos apresentam receios em utilizados (SALES et al., 2014). Isso foi perceptível já de primeiro instante no grupo de idosos, o medo em ligar o computador era simultâneo, muitas queriam supervisão a todo momento, como uma forma de garantia que não iriam “quebrar” o aparelho.

Um outro problema encontrado, foi as condições motoras, alguns idosos tinham as mãos trêmulas, o que dificultava um pouco o uso do mouse. Essa também foi uma das maiores dificuldades encontradas na análise de Sales et al (2014), relatou que os idosos demonstraram dificuldade em associar o movimento do cursor na tela ao movimento do mouse na mesa, além de confundirem a direção dos cliques, direito ou esquerdo, e também, em que situação usar clique simples ou clique duplo.

A diminuição da habilidade para manipular objetos de forma rápida e precisa usando as partes distais dos dedos, se refere a diminuição motora fina, que em idosos pode ser decorrente do envelhecimento normal, ou acarretado por doenças neurológicas, doenças que afetam as articulações, como artrite, reumatismo e artrose (FREITAS, 2008).

Um outro entrave encontrado, foi o uso do teclado, o que deixava lento o processo de pesquisa. A maioria dos tipos de teclados não seguem uma ordem alfabética e isso dificulta a localização das letras (SALES et al, 2014).

Ao decorrer da experiência, foi percebido que os mesmos não se interessavam muito por teorias, ficavam dispersos e ociosos. Então partimos para a parte mais prática, dando assistência individual para que se sentissem mais seguros, e também porque muitos nunca tinham pesquisado nada via internet.

Então para as primeiras pesquisas, foi incentivado a busca de imagens no Google, por ser algo simples, e visualmente estimulante. Após isso foi feita pesquisa de vídeos, e de receitas de culinárias, pois foi um tema que a maioria do grupo relataram interesse.

Para finalizar, foi feito um momento de comensalidade no jardim da UFCG, nesse momento de forma informal, foram feitas algumas perguntas nos participantes.

Uma das falas que chamaram atenção, foi a de um senhor, que se emocionou ao falar, “Parece algo simples, mas hoje quando eu vi a imagem de um bolo parecido com o que a minha mãe fazia, lembrei dela e me emocionei, foi muito bom mexer nesse computador” (PARTICIPANTE).

Isso demonstra de como pequenos contatos com o meio digital, pode adentrar no mais íntimo das emoções, e como podem ser conjugados os laços. O uso do computador fortalece laços sociais, o aprendizado e a manutenção da capacidade cognitiva, podendo estimular a memória e raciocínio (MEDEIROS et al, 2012).

De forma geral, quando perguntado como foi a experiência, de maneira homogenia, eles relataram que foi um conhecimento imprescindível, e que o fato de conseguirem pesquisar na internet, foi um dos melhores encontros do grupo, que estavam muito curiosos e felizes para abrir novos horizontes no mundo digital.

O que se mostrou semelhante aos resultados encontrados por Skura e seus colaboradores (2013), que o contato com o meio digital, conseguiu fazer com que os idosos sentissem atuantes e inseridos no ciberespaço, e com isso o interesse em aprender tendia a aumentar.

A inserção dos idosos no ambiente virtual, influência de forma intrínseca e extrínseca na melhoria da qualidade de vida, visto que muitos deles, se sente autoconfiantes, além do que abre um leque de possibilidades para diversas informações uteis, como a busca de informações sobre saúde e lazer, sendo uma poderosa ferramenta para a promoção da saúde do idoso (SKURA; VELHO; FRANCISCO, 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como participante de uma equipe multidisciplinar, e como crescimento profissional, diante da experiência foi percebido a importância de desmitificar algo que é tão corriqueiro dessa nova geração, mais que ainda se torna distante de alguns grupos. Esses tipos de encontros, são extremamente necessários para uma melhor qualidade de vida dos idosos, pois

estimula a lado cognitivo, aprendizagem de novos saberes, desperta a curiosidade, algo que é muito importante para um cérebro idoso.

Além do que, essa inclusão digital, pode abrir novos horizontes, tanto de interação com pessoas distantes, como também um maior acesso a informações do dia a dia, como a busca de receitas de preparações saudáveis e notícias sobre saúde.

Para melhor entendimento, indica-se pesquisas mais complexas, que analisassem mais a fundo, como a inclusão digital impacta na vida e no aprendizado dos idosos, e quais as melhores formas de abordar o assunto.

REFERÊNCIAS

CAMARGO, M. B. O. **3ª idade conectada: Um estudo sobre a influência do uso de jogos digitais no processo de inclusão digital para idosos**. 2018. 79f. Dissertação (Mestrado em Mídia e Tecnologia) - FAAC - UNESP, Bauru, 2018.

CAMPOS, M.M.; VILAS, O.V.; BRUCK, O., NEIVA, F.W. Massificando a personalização de um processo de inclusão digital. **ANALECTA**- Centro de Ensino Superior de Juiz de fora, v. 4, n. 4, 2019.

CARDOSO, N. O.; ARGIMON, I. I. L.; PEREIRA, V. T. Jogos eletrônicos e a cognição em idosos – Uma revisão sistemática. **Revista Psicologia Desde El Caribe**, v. 34, n. 2, 2017.

COTTON, B.; OLIVER, R. Understanding hypermedia 2000. **London: Phaidon Press Limited** , 1999.

FARIAS, J.; VITOR, T.; LINS, P.; PEDROZA FILHO, L. Inclusão digital na terceira idade: um estudo sobre a propensão de idosos à adoção de tecnologias da informação e comunicação (TICs). **Revista Gestão & Tecnologia**. v. 15, n. 3, 2015.

FREITAS, C. **Efeitos de um programa de hidroginástica na aptidão física, na coordenação motora, na auto-estima e na satisfação com a vida, em idosos utentes de centros de dia**. 2008. 343f, Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto)- Universidade do Porto: Faculdade de Desporto. Porto, 2008.

KACHAR, V. Terceira idade e informática: aprender revelando potencialidades; **Terceira idade e Informática: aprender revelando potencialidade**. Cortez, 2003.

KIELING, M. L.; PASQUALOTTI, A.; GIL, H. M. P. T. (2017) Interaction in cyberspace and cognitive training stimulate the areas of attention and memory in elderly people. **12th Iberian Conference on Information Systems and Technologies (AISTI)** , Lisbon, Portugal, 2017.

LEMONS, C.E.S.; SANTOS, I.C.L.U.; SILVA, N. A. U.; PINTO, T.H.C.U. Laboratório de multimídia da Universidade para a terceira idade: a inclusão digital como estímulo às

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

habilidades cognitivas e sociabilidade dos idosos. Congresso Nacional de Educação, 10., 2011. Paraná. **Anais...** Paraná: PUCP/EDUCERE, 2011.

MACIEL, A. D. **Gênero e inclusão digital: uso e apropriação das TICs pelos usuários do programa federal GESAC**. 2015. 166 f. Tese (Doutorado em Ciência da Informação) – Escola de Comunicação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto Brasileiro de informação em Ciência e Tecnologia, Rio de Janeiro, 2015.

MEDEIROS, F. D. L.; XAVIER, A. J.; SCHNEIDER, I. J. C.; RAMOS, L. R.; SIGULEM, D.; D'ORSI, E. Inclusão digital e capacidade funcional de idosos residentes em Florianópolis. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 15, n. 1, 2012.

NGANDU, T.; LEHTISALO, J.; SOLOMON, A.; LEVALAHTI, E.; AHTILUOTO, S.; ANTIKAINEN, R.; LINDSTROM, J. A. 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, e vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial. **The Lancet**, v. 385, n. 9984. 2015.

REIS, R. L.R. **Benefícios da inclusão digital na vida da pessoa idosa: revisão da literatura**. 2017. 23 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Saúde da Pessoa Idosa)- Universidade de Brasília, Brasília, 2018.

SALES, M. B.; MAZZALI, B. R.; AMARAL, M. A.; ROCHA, R. G. O.; BRITO, R. Inclusão digital de pessoas idosas: relato de experiências de utilização de software educativo. **Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde**, n. 17, v. 4. 2014.

SKURA, I.; VELHO, A. P. M.; FRANCISCO, C. C. B. Mídias sociais digitais e a terceira idade: em busca de uma ferramenta para a promoção da saúde. **Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde**, n. 16, v. 4. 2013.

VERAS, R. Experiências e tendências internacionais de modelos de cuidado com o idoso. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1, 2012.