

CONTRIBUIÇÕES DA INCLUSÃO DIGITAL PARA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Vinicius Luiz de França Silva

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia (IFPE), Cabo de Santo Agostinho, PE, Brasil

Marcella Brito Galvão

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia (IFPE), Cabo de Santo Agostinho, PE, Brasil

Fabiane Veras Klein de Aquino

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia (IFPE), Cabo de Santo Agostinho, PE, Brasil

Resumo: O objetivo deste artigo é relatar a experiência de docentes, discentes e dos idosos que fizeram parte do projeto de extensão Inclusão Digital para Terceira Idade. O projeto teve como objetivo geral proporcionar aos participantes o melhor conhecimento e utilização das novas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) visando a independência digital. Quanto à metodologia foi realizado um relato de experiência, extraído dos relatórios que foram desenvolvidos nos anos de 2020 e 2021 sobre o projeto. Ao final no evento de encerramento, os idosos relataram o seu aprendizado durante o período que participaram do projeto nos anos de 2020 e 2021. Durante esse período, todo contato com os idosos foi totalmente remoto, utilizando aplicativos de comunicação e redes sociais. Os encontros semanais foram realizados via aplicativo de videoconferência, com duração de março a dezembro dos respectivos anos, finalizando com uma live, com algumas alunas relatando suas experiências de desenvolvimento através do projeto. Sendo assim, o projeto conseguiu atingir todos os objetivos propostos, resultando em uma melhor autonomia para os idosos no uso da tecnologia.

Palavras-chave: Idosos; Inclusão digital; Tecnologia da informação.

Abstract: The objective of this article is to report the experience of teachers, students and elderly people who were part of the Digital Inclusion for the Elderly extension project. The project's general objective was to provide participants with better knowledge and use of new Information and Communication Technologies (ICTs) moving towards digital independence. Regarding the methodology, an experience report was carried out, extracted from the reports that were developed in 2020 and 2021 about the project. At the end, at the closing event, the elderly shared their learning during the period they participated in the project in 2020 and 2021. During this period, all contact with the elderly was completely remote, using communication applications and social networks, the weekly meetings were carried out via videoconferencing application, lasting from March to December of the respective years, ending with a live, with some students reporting their development experiences through the project, thus the project managed to achieve all the proposed objectives, resulting in better autonomy for older people don't use technology.

Keywords: Elderly; Digital Inclusion; Information Technology.

INTRODUÇÃO

O aprendizado acontece em todas as etapas da vida, não seria diferente na terceira idade, porém é necessário incentivar o aprendizado. Vários idosos dispõem de muito tempo livre, então a tecnologia pode ser uma aliada para eles aproveitarem esses momentos de ociosidade, principalmente no contexto da época, quando foram obrigados a manter o isolamento social devido à pandemia de Covid 19.

No Brasil, o Censo 2010 indicou que cerca de 20 milhões de brasileiros são pessoas idosas, com idade acima de 60 anos. O Censo apresentou dados separados por regiões que revelaram em percentuais o crescimento dessa população: na Região Norte, a proporção de idosos na população é de 4,6%, enquanto na Região Nordeste é de 7,2%. Na Região Centro-Oeste os idosos representam 5,8% da sua população. As Regiões Sudeste e Sul apresentam evolução semelhante da estrutura etária, mantendo-se como as duas mais envelhecidas do país: ambas as regiões, em 2010, tinham 8,1% de idosos com 65 anos ou mais (IBGE, 2011). Esses números evidenciam que a expectativa de vida do Brasil está aumentando, pois em todas as regiões essa porcentagem aumentou.

O número da população considerada idosa só vem aumentando no decorrer dos anos, conforme os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística a população idosa brasileira superou a marca dos 30,2 milhões em 2017, tendo um crescimento de 18% entre 2012 e 2017 (IBGE, 2018). Um fator que muito contribui para os idosos não usarem a tecnologia é a falta de uma pessoa que disponha de conhecimento, paciência e dedicação para ensinar e ajudá-los a alcançar sua independência digital.

Com o avanço da medicina, melhores condições de vida e acesso a cuidados de saúde, as pessoas estão vivendo mais tempo do que nunca. Esse aumento na expectativa de vida significa que uma proporção maior da população está entrando na fase idosa.

As implicações desse crescimento são vastas e multifacetadas, há desafios econômicos, como o financiamento dos sistemas de previdência e saúde, que precisam se adaptar para atender às necessidades de uma população mais velha. Por outro lado, há oportunidades, como o mercado crescente de produtos e serviços voltados para idosos, desde tecnologias até programas de lazer e entretenimento adaptados às necessidades dessa faixa etária (Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 2023).

Nos anos de 2020 e 2021 enfrentamos a pandemia de COVID-19, o acesso e o conhecimento das tecnologias digitais, mais especificamente nos smartphones, se tornaram indispensáveis para as pessoas se comunicarem e até adquirirem diversos serviços essenciais para sua sobrevivência, tais como: de alimentação, de saúde e bancários. Os idosos são de uma geração onde tudo era de uma forma diferente, menos acelerada e com pouca tecnologia envolvida. A maior parte dos idosos não consegue acompanhar a evolução da tecnologia.

Alguns idosos ainda acabam sendo isolados socialmente por serem vistos como pessoas mais frágeis e com limitações. Por outro lado, cada vez mais cresce o número de idosos em

pleno vigor mental e físico, com razoável poder econômico, interessados em manterem-se atualizados, que buscam maneiras de aprender e incluir-se digitalmente para navegar na Internet por meio de computadores, tablets e smartphones (Rocha, 2013).

A inclusão digital dos idosos adquire uma importância ainda maior no contexto do crescimento dessa população, tanto em termos absolutos quanto proporcionais. Diversos fatores tornam essa questão central para a construção de uma sociedade mais inclusiva e equitativa.

A população está envelhecendo, projeções indicam que a proporção de pessoas com 60 anos ou mais está crescendo rapidamente. Esse aumento demanda soluções que garantam a qualidade de vida e a inclusão social dos idosos.

A inclusão digital pode aliviar algumas pressões, facilitando o acesso a serviços e informações de forma mais eficiente. O acesso à internet permite que os idosos se mantenham informados sobre questões de saúde, legislação, notícias e outros temas relevantes, ajudando na tomada de decisões mais informadas e seguros. A internet oferece inúmeras oportunidades de aprendizado contínuo, permitindo que os idosos adquiram novas habilidades e conhecimentos, o que pode aumentar a autoestima e a satisfação pessoal. A possibilidade de consultas médicas remotas é especialmente valiosa para idosos com mobilidade reduzida ou que vivem em áreas rurais, facilitando o acesso a cuidados de saúde.

Uma maior presença digital dos idosos pode aumentar sua visibilidade e representação nas políticas públicas, ajudando a garantir que suas necessidades e direitos sejam atendidos. Um dos maiores desafios é a falta de habilidades digitais entre muitos idosos. Programas de educação digital específicos para essa faixa etária são essenciais.

É muito importante ensinar os idosos sobre segurança digital, pois essa faixa etária está se tornando mais ativa online e, infelizmente, também se tornando alvo frequente de golpes e fraudes. É extremamente importante saber os tipos comuns de golpes e como evitá-los, como e-mails fraudulentos, golpes por ligação e mensagens de textos. Utilizar senhas fortes e únicas para cada conta, evitar o compartilhamento de informações pessoais, como números de segurança social, senhas, e detalhes financeiros, em plataformas não seguras ou com desconhecidos.

De acordo com o Estatuto do Idoso do Ministério da Saúde (2019) no Capítulo V, que trata sobre os direitos à Educação, Cultura, Esporte e Lazer para os Idosos, “art. 21 §1o Os cursos especiais para idosos incluirão conteúdo relativo às técnicas de comunicação, computação e demais avanços tecnológicos, para sua integração à vida moderna.” Neste trecho do Estatuto ratifica-se a importância e o direito da inclusão dos idosos às novas tecnologias.

Diante desse contexto, o projeto de extensão teve como público-alvo as pessoas com idades acima dos 60 anos e que não possuem habilidades e facilidades com o uso dos smartphones. Tendo como objetivo geral proporcionar aos idosos o melhor conhecimento e utilização das novas tecnologias da informação e comunicação (TICs) nos smartphones, visando

à independência digital das pessoas da terceira idade. E para atingir esse objetivo geral, foram definidos os seguintes específicos: buscar parcerias com associações de idosos do Cabo e do estado; buscar engajamento da comunidade acadêmica para inscrição dos seus parentes idosos; realizar um diagnóstico dos idosos; realizar encontros periódicos para a capacitação contínua de habilidades no uso das TICS nos smartphones, e avaliar o desenvolvimento dos idosos durante e ao final do projeto. Embora existam dificuldades para aprender a usar os dispositivos tecnológicos, os benefícios para a autonomia e autoestima dos idosos são muito maiores. O idoso que aprende a mexer com essas novas tecnologias, conseguirá melhorar sua autoestima e fortalecer sua interação com os amigos e a família, em especial com as gerações mais jovens ou com aqueles que vivem em locais distantes deles.

METODOLOGIA

A metodologia adotada foi a descritiva por meio do relato de experiência, que foi desenvolvido através dos relatórios que foram elaborados nos anos de 2020 e 2021 sobre o projeto, e em seguida foi realizada uma análise conjunta das informações obtidas.

Estes dois anos, 2020 e 2021, foram selecionados para análise, devido ao fato da metodologia empregada ser exclusivamente remota. O projeto foi dividido em duas fases. Na primeira etapa foram realizadas atividades de pesquisa bibliográfica, capacitação dos bolsistas; mapeamento das associações; divulgação do projeto; criação de redes sociais e produção de material para postagem; divulgação das inscrições para o curso de inclusão digital. Na segunda fase as atividades foram voltadas à execução do projeto no formato remoto virtual com as seguintes atividades; cadastramento dos idosos; criação do grupo de WhatsApp e da sala do Google Classroom; acompanhamento semanal com encontros tira dúvidas e aulas ; e *live* de encerramento.

O projeto tinha uma abordagem qualitativa e quanto ao método científico se enquadra na metodologia Pesquisa-ação. A pesquisa ação é um tipo de investigação social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo. Nestes os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema são envolvidos de modo cooperativo ou participativo (Thiollent 1992 *apud* Gerhardt e Silveira 2009).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para desenvolver o relato de experiência, realizou-se uma análise dos relatórios que foram desenvolvidos nos anos de 2020 e 2021. Foram realizados estudos sobre funcionalidade e utilização de hardwares e softwares, criação de formulário para cadastro e folders para divulgação, mapeamento das associações voltadas ao público idoso no município de Cabo de

Santo Agostinho para divulgação do projeto. Com o início do isolamento social o projeto ficou impossibilitado de continuar na forma presencial, como foi idealizado, então foi adaptado ao ambiente virtual. Foram criadas contas nas redes sociais para o projeto, e-mail, Instagram e página no Facebook com o objetivo de atrair os idosos e pessoas próximas a eles para interagir com os mesmos. Foram realizadas publicações semanalmente com pôsteres e vídeos tutoriais com dicas sobre os o uso das redes sociais, e-mail e aplicativos.

Com a continuidade da pandemia, foi decidido realizar o projeto de forma totalmente virtual. Então foi elaborado um curso de Inclusão Digital para a Terceira Idade e a inscrição realizada através de um formulário on-line divulgado nas redes sociais do projeto e do Campus e com as associações do Cabo. Dentre as associações, a que mais apoiou o projeto foi o Centro das Mulheres do Cabo, que divulgou o curso com algumas integrantes da Secretaria da Mulher do Estado e assim o projeto ultrapassou os limites do município chegando a atingir a região metropolitana e até o sertão do estado.

Em 2020, dos 41 inscritos, apenas 10 conseguiram concluir o curso. O curso online iniciou no dia 17/08/2020, finalizando as aulas deste ano no dia 18/11/2020. Durante esse período, foi executado através das plataformas: Google Classroom e Google Meet e usando o WhatsApp para comunicação imediata. Foi dividido em quatro módulos: 1 - Redes Sociais (Facebook, Instagram e WhatsApp) e Aplicativos de videoconferências (Meet, Zoom e Duo); 2- Ferramentas Google (e- mail, agenda, Google Drive e Fotos) e Aplicativos (Ifood, Uber e 99 POP); 3- Segurança da informação; 4- Instruções sobre funcionalidades dos Smartphones. Os participantes foram orientados a como usar o Google Meet para as aulas on-line e para os encontros tira dúvidas, que aconteciam semanalmente com os bolsistas, e a usar o Google Classroom para realização das atividades, assistir as aulas gravadas e ler as apostilas. A figura 1 mostra uma aula no *meet* e a figura 2 um encontro tira dúvidas. Através do compartilhamento de tela, os idosos executavam passo a passo nos próprios celulares as atividades sob a orientação do professor e das bolsistas.

Figura 1 - Foto da aula



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Figura 2 - Foto do tira dúvidas



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Uma Live de encerramento foi realizada dia 25/11/2020 na rede social Instagram, por meio dos depoimentos. Apesar dos desafios, a metodologia utilizada surtiu o efeito desejado e os idosos participantes adquiriram novas habilidades digitais.

No ano de 2021 as aulas foram iniciadas em março, com revisão dos temas vistos no ano anterior e novos temas propostos pelas idosas, tais como: aplicativos de videoconferência (Skype, Microsoft Teams etc) e aplicativos de edição e produção de vídeos e fotos (Canva, InShot e YouTube). Uma nova turma se iniciou em junho de 2021 e foram inscritos via formulários digitais. A turma foi formada com 19 pessoas com o seguinte diagnóstico: 89,5% eram mulheres, a maioria da cidade do Recife (10 pessoas) e apenas 5 pessoas do município do Cabo; em sua maioria (89,5%) apresentavam como principal habilidade nos smartphones fazer ligações, seguido por envio de mensagens, 47,4%; e como maior dificuldade, 57,9%, acessar as redes sociais, seguido por enviar e-mails e salvar contatos, ambos com 42,1%.

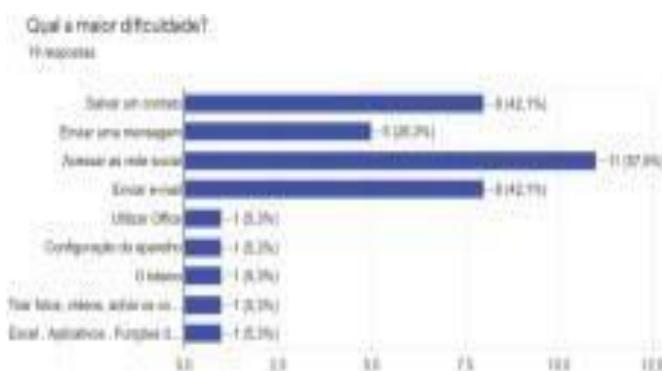
Os treinamentos foram divididos em módulos de acordo com a programação: 1 - Redes sociais; 2 - Ferramentas do Google; 3 - Apps diversos; 4-Instruções sobre as funcionalidades dos Smartphones; e 5- Segurança da informação. Além das aulas semanais, via Google meet, foram realizados momentos tira dúvidas semanais, com as bolsistas para ajudar as alunas a realizar as atividades. Também, foram feitos vídeos tutoriais e apostilas com o passo a passo sobre os temas das aulas. Ao final do período de treinamento, foi realizado um questionário de autoavaliação e uma Live no dia 15 de dezembro na rede social Instagram (@projeto3), com a coordenadora do projeto entrevistando as alunas sobre a importância deste.

Figura 3 - Foto da aula, via Google Meet



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Figura 4 - Dificuldades dos idosos



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

As atividades se mantiveram na modalidade online remota, o material de apoio continuava sendo disponibilizado no Google sala de aula, encontros semanais eram realizados para apresentar novos conteúdos, seguidos de tirar dúvidas. Por meio da análise dos depoimentos, pode-se perceber o desenvolvimento e a gratidão dos participantes com as atividades dos projetos e como este foi conduzido respeitando suas limitações.

CONCLUSÃO

Levando em consideração o momento pandêmico e o isolamento social vivenciado, o projeto conseguiu cumprir o cronograma previsto e atingir o seu objetivo principal de proporcionar mais autonomia aos idosos no uso das TICs nos smartphones. A importância do projeto ficou evidente quanto ao uso do meio digital e inclusão social dos idosos, que por diversas vezes se sentem excluídos dos demais por suas limitações no uso das tecnologias e não procuram ajuda de um familiar por acharem que estão incomodando. Relato de experiência das idosas participantes do evento final, comprovam os resultados:

"Peço menos ajuda, me sinto mais segura, tenho mais liberdade de comunicação..." C.S; " Eu tinha dificuldade em tudo, hoje eu já consigo fazer uma Live, enviar um e-mail..." V.S. "Só tenho elogios e muita gratidão por todo empenho, dedicação e paciência de toda equipe para que, mesmo com nossas limitações, pudéssemos ser incluídas no mundo digital. Parabéns, pois conseguiram..." M.A. "Sou muito grata pelo projeto, agradecendo à professora e às monitoras que ampliaram nossa experiência na era digital, por criar nossa independência virtual.." V.R.

O atendimento e treinamento dos idosos foram realizados respeitando o ritmo de cada um, com paciência e carinho para que eles aprendessem e desenvolvessem autonomia e segurança para usar as TICs e para se sentirem incluídos nesse mundo digital tão presente na rotina diária atualmente, ratificando a importância do projeto. Além de ser gratificante para quem participa da elaboração, pois estão atuando de forma positiva na vida desses idosos.

Portanto é de suma importância valorizar os idosos e possibilitar meios de interação com a tecnologia, melhorando a qualidade de vida desse grupo de pessoas. O domínio de seus aparelhos e melhor compreensão do funcionamento da internet e seus recursos, com a prática cotidiana, naturalmente lhes trarão a confiança de fazerem um uso cada vez maior e melhor dos recursos tecnológicos e mídias sociais disponíveis.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Crescimento da população idosa traz desafios para a garantia de direitos. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 05 de outubro de 2023. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2023/outubro/crescimento-da-populacao-idosa-traz-desafios-para-a-garantia-de-direitos>>. Acesso em 14 de junho de 2024.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. Métodos de Pesquisa. Porto Alegre: Editora UFRGS, 2009. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/52806/000728684.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 04 de junho de 2024.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-mil-hoes-em-2017>>. Acesso em: 01 de junho de 2024.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. Censo, 1 de novembro de 2023. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>>. Acesso em 03 de junho de 2024.

Rocha, R.G.O. (2013). Uso de tablets como ferramenta facilitadora em projetos de inclusão digital de idosos. Dissertação de mestrado em Design. FAAC/UNESP. Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Campus Bauru (SP).