

Inclusão e Ensino para os Idosos: Desafios e Oportunidades para eles

Lanusse Guimarães de Castro Ribeiro¹

Resumo:

Com o avanço dos anos, a humanidade tem alcançado uma maior longevidade. No entanto, os idosos, à medida que envelhecem, enfrentam dificuldades para se adaptar à era digital. Nesse contexto, a tecnologia tem se mostrado uma aliada importante no enfrentamento desses desafios, oferecendo ferramentas, como a inclusão digital, que possibilitam aos idosos viver com mais qualidade de vida e autonomia. O objetivo deste estudo foi identificar os desafios enfrentados na educação para a inclusão social dos idosos. Para isso, foi realizada uma pesquisa de natureza básica, com objetivo metodológico exploratório, abordagem qualitativa e procedimento de revisão narrativa. Foram selecionados artigos com palavras-chave relacionadas ao tema da pesquisa: educação e inclusão, idosos e educação, com estudos publicados entre 2019 e 2023. No contexto da educação e dos processos educativos, observou-se que os idosos têm, cada vez mais, a oportunidade de ampliar seus conhecimentos na fase avançada da vida, especialmente por meio da Educação a Distância (EAD). Quanto à inclusão digital, verificou-se uma melhoria na qualidade de vida dos idosos, como forma de inseri-los em contextos que favoreçam seu desenvolvimento social. Identificou-se também uma relação significativa entre o uso das tecnologias digitais como ferramenta de inclusão do idoso e a possibilidade de utilizar esses recursos para melhorar sua qualidade de vida nesta etapa do desenvolvimento humano.

Palavras-chaves: inclusão digital; saúde do idoso; aprendizagem para o idoso

¹ Mestra em Psicologia – Universidade de Santa Cruz do Sul. Especialista em Informática e Educação pelo Instituto Federal do Maranhão (IFMA). Formada em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (ULBRA). Email: lanusseg3@gmail.com.

Abstract

As the years go by, humanity has achieved greater longevity. However, as older adults age, they face difficulties adapting to the digital age. In this context, technology has proven to be an important ally in addressing these challenges, offering tools such as digital inclusion that enable older adults to live with greater quality of life and autonomy. The objective of this study was to identify the challenges faced in education for the social inclusion of older adults. To this end, basic research was conducted, with an exploratory methodological objective, a qualitative approach, and a narrative review procedure. Articles with keywords related to the research topic were selected: education and inclusion, older adults and education, with studies published between 2019 and 2023. In the context of education and educational processes, it has been observed that older adults increasingly have the opportunity to expand their knowledge in later life, especially through Distance Education (DE). Regarding digital inclusion, an improvement in the quality of life of older adults has been observed, as a way of integrating them into contexts that favor their social development. A significant relationship was also identified between the use of digital technologies as a tool for the inclusion of older adults and the possibility of using these resources to improve their quality of life at this stage of human development.

Keywords: digital inclusion; elderly health; learning for the elderly

Introdução

Os idosos representam 12% da população mundial, com a previsão de que esse número se duplique até 2050 e chegue a três vezes seu valor atual em 2100 (Suzman *et al.*, 2015; United Nations, 2015). O aumento da expectativa de vida, em comparação aos anos anteriores, aponta para uma tendência geral de crescimento da longevidade. Esses anos adicionais de vida permitem à população planejar o futuro

de maneira distinta das gerações passadas, com foco em um fator central: a saúde (Beard *et al.*, 2016). Estima-se que, em 2025, o Brasil ocupará o 6º lugar mundial em número de idosos. Além disso, em 2050, o número de pessoas idosas provavelmente será superior ou igual ao de crianças e jovens de 0 a 15 anos, o que impõe desafios consideráveis para a sociedade (Ministério da Saúde, 2003).

No contexto atual, com a disseminação da internet e o uso crescente de ferramentas digitais e mídias sociais, surge um desafio significativo para a manutenção e ampliação da saúde mental da população. Contudo, essas mesmas tecnologias também representam uma oportunidade para o desenvolvimento de outros aspectos relevantes para os idosos, como o conhecimento. A sabedoria adquirida ao longo da vida pode mitigar muitos dos problemas associados ao envelhecimento, além de fomentar a resiliência diante das adversidades típicas dessa fase, como doenças psiquiátricas e o isolamento social.

Estudos recentes na área da psicologia do envelhecimento ressaltam a importância das intervenções psicológicas voltadas para a saúde do idoso, destacando seu potencial para promover um envelhecimento saudável e fortalecer a resiliência psicológica (Fontes; Neri, 2015). Nesse sentido, a velhice contemporânea é uma fase da vida que exige novos investimentos em pesquisa, especialmente diante dos desafios impostos pela realidade (Teixeira *et al.*, 2019). Com o advento das tecnologias atuais, as pessoas estão vivendo mais e promovendo mudanças significativas em diversas esferas de suas vidas. Nesse contexto, os idosos têm demonstrado crescente interesse em aprender e reconhecer suas habilidades e capacidades, que podem ser ampliadas por meio do estudo contínuo.

É fundamental, portanto, discutir o papel das universidades e os programas educacionais oferecidos aos idosos, que deveriam contar com currículos mais flexíveis e adaptáveis à realidade dessa faixa etária (Gaio; Alencastro, 2012). A velhice, na contemporaneidade, deve ser considerada uma fase da vida que exige novas abordagens em termos de pesquisa e intervenção, dada a complexidade dos desafios enfrentados (Teixeira *et al.*, 2019). Os idosos necessitam expandir suas experiências, mesmo nessa etapa da vida, e sua relação com o ensino pode gerar impactos positivos em seu bem-estar.

O processo de envelhecimento deve ainda ser avaliado além da idade cronológica do indivíduo, constituindo-se como um fenômeno natural do ser humano, que ocorre ao longo de toda a vida. Embora seja um processo fisiológico, fatores como gênero, classe econômica e participação social exercem influência significativa sobre o curso desse processo (Pessoa, 2019). Portanto, embora o tempo seja frequentemente considerado o principal causador do envelhecimento, este não pode ser mensurado exclusivamente pela idade cronológica (Ansai *et al.*, 2014).

Nas suas pesquisas, Fuller (2000) analisou dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) sobre o envelhecimento da população brasileira e constatou que, em 2000, o número de pessoas com mais de 60 anos no Brasil era de aproximadamente 15 milhões. Em 2010, a taxa de idosos no país aumentou de 8,6% para 11% da população, alcançando cerca de 20 milhões de pessoas. No Brasil, a longevidade já atinge os 80 anos, especialmente entre as mulheres, que tendem a se preocupar mais com a saúde em comparação aos homens.

De acordo com o IBGE (2014) e a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2015), esse fenômeno pode ser atribuído à elevada expectativa de vida dos brasileiros, à queda da fecundidade, ao aumento da qualidade de vida e aos avanços no sistema de saúde. Estima-se que, até 2025, o número de pessoas com mais de 60 anos no mundo ultrapassará um bilhão (WHO, 2014). Diante do envelhecimento populacional global, torna-se evidente a complexidade dos aspectos biopsicossociais do processo de envelhecimento humano, frequentemente associados a sobrecargas físicas, psicológicas e sociais na velhice (Lima *et al.*, 2019).

Segundo Skura *et al.* (2013), a interação dos idosos com as mídias digitais tem promovido um maior engajamento com sua participação social, além de proporcionar mais independência e flexibilidade, permitindo-lhes participar ativamente de ações na sociedade. Por essa razão, as tecnologias digitais têm despertado um forte desejo por uma vida mais ativa. Outros benefícios da inserção dos idosos nesse meio incluem a busca por relações de amizade, o que resulta em maior sensação de segurança nessa fase do desenvolvimento, além de fomentar a troca de experiências e saberes educativos, os quais, por sua vez, contribuem para a melhoria da saúde mental dos idosos.

Apesar dos aspectos positivos, existem também desafios e elementos negativos que dificultam a adaptação dos idosos aos novos recursos tecnológicos voltados para a educação. Entre esses desafios, destacam-se as dificuldades no gerenciamento e manuseio das tecnologias, o custo dos dispositivos em relação à renda, o design inadequado e divergente das preferências dos idosos, além das limitações técnicas de funcionamento (Sun *et al.*, 2020; Rolandi *et al.*, 2020; Tsertsidis *et al.*, 2019).

Considerando as alterações naturais decorrentes do envelhecimento, é possível traçar o panorama das dificuldades enfrentadas pelos idosos na busca por uma educação que atenda às suas necessidades, respeitando as limitações e desafios impostos pela idade (Silva, 2015). Segundo Fisk *et al.* (2009), os idosos têm a capacidade de ampliar seus conhecimentos se houver estímulos para superar as mudanças características do envelhecimento, seja no aspecto físico, cognitivo ou psicológico. Nesse contexto, a inclusão digital surge como uma estratégia para ampliar as oportunidades de aprendizado, superando as barreiras impostas pela idade.

Além disso, com a constante evolução da tecnologia, torna-se possível incorporar essas inovações ao processo de aprendizagem, oferecendo uma vantagem para aqueles que desejam aprender, independentemente da idade. Um exemplo disso é a Educação a Distância (EAD), que rompeu a barreira do aprendizado sem a necessidade de sair de casa. A EAD é uma modalidade de ensino em que o processo de aprendizagem ocorre de maneira independente da distância temporal ou espacial entre os envolvidos (Machado; Behar, 2015). Dessa forma, a EAD tem se mostrado uma via enriquecedora para o conhecimento dos idosos, pois não os limita ao ambiente físico e, ao contrário, estimula a interação social e a comunicação além dos limites de seu cotidiano, frequentemente restrito a um único espaço.

Dessa forma, é imprescindível ampliar as discussões sobre os recursos disponibilizados aos idosos, a fim de promover uma velhice mais saudável, baseada no conhecimento, e contribuir para a melhoria contínua de sua saúde mental. Neste contexto, o objetivo da presente pesquisa é identificar os desafios enfrentados na educação para a inclusão social dos idosos.

Metodologia

Para a realização deste estudo, foi realizada uma pesquisa de natureza básica, com objetivo metodológico exploratório, abordagem qualitativa e procedimento de revisão narrativa. Conforme Rother (2007), a revisão narrativa é uma metodologia abrangente, empregada para representar e abordar temas de forma investigativa, com o propósito de descrever e contextualizar o objeto de estudo. Trata-se de textos que envolvem a análise da literatura científica por meio da interpretação crítica e da avaliação do autor (Costas *et al.*, 2015). Além disso, essa abordagem é essencial para a aquisição e atualização do conhecimento sobre uma temática específica, evidenciando novas ideias, métodos e subtemas que receberam maior ou menor ênfase na literatura selecionada (Elias *et al.*, 2012).

Foram selecionados artigos que abordam palavras-chave relacionadas ao tema deste trabalho, tais como: educação e inclusão, idosos, e educação e qualidade de vida. A coleta de fontes incluiu artigos, livros, teses e manuais pedagógicos, especialmente no contexto da sexualidade, publicados entre 2019 e 2023, em português. As fontes foram indexadas no Google Acadêmico e em outras plataformas de busca científica. O processo de coleta seguiu uma abordagem não sistemática, excluindo artigos que tratassem de temas não diretamente relacionados à educação e inclusão dos idosos.

Resultados e Discussões

Para melhor organização e compreensão desta pesquisa, ela foi dividida em dois eixos: "educação e processos educativos com os idosos" e "educação inclusiva com idosos". Ao considerar esses dois eixos, foi possível identificar as consequências e os aspectos positivos da educação para a população idosa, observando que a educação inclusiva no Brasil tem se expandido para atender às necessidades e promover o bem-estar dos idosos.

Educação e Processos Educativos com Idosos

No contexto de "educação e processos educativos", destacam-se as oportunidades que os idosos têm para ampliar seus conhecimentos na fase avançada da vida, especialmente por meio da EAD. Embora esse processo forneça os recursos necessários para que possam continuar vivendo de maneira plena, se desenvolvendo e alcançando novos patamares, é fundamental considerar tanto as perdas quanto os ganhos associados a essa etapa da vida.

Nos últimos anos, os estudos sobre o envelhecimento e a população idosa têm se dedicado a identificar os fatores que contribuem para a melhoria da qualidade de vida na velhice, além de analisar as perdas e os ganhos desse estágio do desenvolvimento humano (Ribeiro, 2020). As mudanças normativas associadas à velhice são, em sua maioria, reconhecidas como perdas; no entanto, essas transformações também podem trazer benefícios, uma vez que proporcionam um momento de reflexão sobre os acontecimentos do passado e o planejamento para o futuro (Ribeiro; Freitas; Souza, 2016). Contudo, poucos estudos recentes se concentram na relação dos idosos com a EAD. Essa questão é abordada sob a ótica de Longhi *et al.* (2021), p. 58:

“A modalidade EAD no que tange ao público idoso tem tido desafios, especialmente por requerer mais assistência dos atores envolvidos nesse processo como o tutor ou professor. Sendo que, as cobranças e responsabilidades com o ensino para com eles é igual ao do adulto jovem, requerendo desempenho objetivo no seguimento de aprendizagem. Por conta disso, para facilitar o desenvolvimento da sua educação nessa categoria é necessário mais tempo de intermediação, para que os idosos consigam adquirir confiança e autonomia integral em seu segmento educativo”.

Embora a EAD com idosos receba destaque limitado, há outras abordagens otimistas que merecem atenção, como a busca pelo envelhecimento ativo. Esse conceito não se restringe ao aspecto físico do indivíduo, mas abrange também os aspectos cognitivo e social. O envelhecimento ativo fundamenta-se no reconhecimento dos direitos humanos das pessoas mais velhas, alinhando-se aos princípios de independência, participação, dignidade, assistência e autorrealização. Esse modelo permite que os idosos reconheçam seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo de toda a vida (OMS, 2005). Soares e ISTOE (2015)

observam que:

“Esse envelhecimento ativo, significa conquista de novas formas de aprender, que podem proporcionar o envelhecimento saudável, em todos os elementos necessários para isso como social, psicológico e físico, dado que a velhice pode ampliar tais perdas e desenvolvendo esses aspectos os idosos podem manter ou modificar suas capacidades para melhor”.

Torres *et al.* (2021) destacam que, no contexto da alfabetização dos idosos, é fundamental superar as barreiras do analfabetismo nessa população. Para que isso seja possível, é necessário implementar intervenções específicas, visando gerar resultados favoráveis às modificações sociais e tecnológicas que a sociedade tem experimentado. Tomaz e Moraes (2020) ressaltam que, no campo da linguagem, a inclusão e a atuação dos indivíduos têm sido de grande importância para estimular a aprendizagem e o desenvolvimento social. Nesse sentido, o letramento digital, alcançado por meio de ferramentas como computadores, smartphones e outros dispositivos, tem se mostrado uma alternativa significativa para apoiar a leitura e o aprendizado dos idosos.

Educação Inclusiva com Idosos

O segundo foco desta pesquisa refere-se à “educação inclusiva para os idosos”, sendo a inclusão digital um dos aspectos mais relevantes. Segundo Slodkowski *et al.* (2021), é imprescindível uma nova compreensão sobre a tecnologia digital, especialmente no campo educacional, como uma ferramenta para integrar os idosos às habilidades digitais. Dessa forma, eles podem alcançar novos patamares em suas vidas e enfrentar as adversidades do envelhecimento. As necessidades e os interesses dos idosos têm se diversificado ao longo do tempo, e a relevância da internet para essa faixa etária não tem sido diferente. Barbosa (2021) observa que, à medida que a tecnologia digital se expande, os idosos brasileiros têm se esforçado para se manter atualizados sobre as tendências, utilizando a internet e as redes sociais para fazer novos amigos, resolver problemas cotidianos e realizar compras online.

Um conceito interessante identificado nesse contexto é o da "Aptidão de Materiais", que pode ser associado a qualquer tipo de produção, seja oral, escrita,

impressa, artística ou digital (Slodkowski *et al.*, 2019). Esse conceito é relevante para a criação de materiais que auxiliem os idosos a lidarem melhor com as ferramentas digitais, especialmente no campo educacional. O domínio dessas ferramentas é essencial para que os idosos possam praticar e integrar-se plenamente à sociedade digital.

Para tanto, Slodkowski *et al.* (2021) demonstram que é essencial aprender a utilizar esses dispositivos para que possam ser empregados como ferramentas educacionais, com atenção especial à segurança e à privacidade, especialmente em relação ao compartilhamento de informações. Nesse contexto, observa-se que o processo de produção autoral de materiais digitais por idosos envolve a construção de competências digitais, que ocorre por meio da mobilização de um conjunto de conhecimentos, habilidades e atitudes (CHA) diante de novas situações (Slodkowski, 2019).

Outro aspecto relevante nessa temática é a qualidade de vida dos idosos, a partir do uso das tecnologias para seu desenvolvimento e aprendizado. Gomes *et al.* (2020) explicam que, à medida que a humanidade envelhece e atinge a fase da ancianidade, surgem elementos fundamentais para a compreensão desse processo, como a qualidade de vida, as atividades diárias e, sobretudo, a conscientização sobre a própria saúde. Paschoal (2016) enfatiza que a qualidade de vida é uma característica associada ao desenvolvimento natural do idoso, sendo ajustada às suas necessidades, o que ocorre em várias áreas de sua vida. Esse processo pode tanto abalar quanto aprimorar suas capacidades, dependendo das circunstâncias enfrentadas, sendo, portanto, compreendido como a maneira normal de desenvolvimento do ser humano no mundo.

A inclusão digital caracteriza-se pela democratização do acesso às informações, aos serviços digitais e à tecnologia, garantindo o livre acesso do cidadão ao mundo digital e a inserção de todas as classes sociais no uso da tecnologia (USP, 2006; Ramos, 2014; Costa *et al.*, 2016). Segundo Guimarães e Itoe Yamano (2019), a inclusão social favorece a atuação dos idosos no espaço virtual, por meio de redes sociais, compras online e jogos cognitivos, o que pode contribuir para a melhoria da cognição, da saúde mental e da plasticidade neural dos idosos.

Em vista disso, Gomes *et al.* (2020) investigaram a relação entre a inclusão digital e a aprendizagem ao longo da vida, observando sua contribuição para a redução do isolamento, da exclusão social e o favorecimento da inclusão social (Ramos, 2014; Costa *et al.*, 2016). Através da inclusão digital, foi possível observar a melhoria na qualidade de vida dos idosos, inserindo-os em contextos que promovem seu desenvolvimento na sociedade de forma geral. Para isso, o autor utilizou instrumentos como o WHOQOL-OLD, que visa compreender a qualidade de vida na velhice.

O autor observou que, na esfera psicológica, existem aspectos negativos da inclusão digital para a qualidade de vida dos idosos, especialmente no que diz respeito ao gênero (com as mulheres sendo as mais prejudicadas), à personalidade, à viuvez e ao trabalho. Também foram identificados impactos negativos nas relações sociais, uma vez que, ao compartilhar suas experiências e vivências na rede, os idosos ficam vulneráveis a exposições, como, por exemplo, a possibilidade de se tornarem vítimas de golpes online ou enfrentarem dificuldades ao utilizar plataformas digitais para reuniões. De acordo com os dados apresentados, esses achados são compatíveis com os estudos de Chaumon *et al.* (2014), Pereira Neves (2016), Blazun, Saranto e Rissanen (2012), Chen *et al.* (2012), Ferreira *et al.* (2014), Skura *et al.* (2013) e Fernández *et al.* (2017).

Por outro lado, Diniz *et al.* (2020) procuraram descrever o perfil dos idosos brasileiros que utilizam a internet, abordando a forma de acesso e os objetivos desses indivíduos na rede. Os participantes do estudo tiveram a oportunidade de ingressar através de plataformas de redes sociais, como Facebook e WhatsApp, o que demonstra que os idosos estão conseguindo não apenas se comunicar eficazmente na internet, mas também interagir de diversas maneiras. A pesquisa revelou que mais de 50% dos idosos que acessam e utilizam a internet são do gênero feminino. A maioria tem 60 anos ou mais, é casada (mais de 70% dos participantes), possui mais de 45% com ensino médio completo e mais de 65% são aposentados. Quanto aos objetivos e benefícios do uso da internet, os participantes indicaram, respectivamente: aprendizagem (19%), interação (74%) e passatempo (19%).

Além disso, 65% dos idosos afirmaram utilizar a internet para esclarecer dúvidas sobre saúde e para descobrir formas de utilizar as Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) a fim de melhorar aspectos de sua vida. Esses resultados são corroborados por Amorim *et al.* (2018), que destacam que as TICs proporcionam aos idosos: aprendizagem (atendendo às demandas sociais e individuais), assistência e colaboração (foco na interação grupal, rede de apoio e comunicação proativa), e progresso na inclusão social e digital, promovendo maior autonomia e protagonismo no aprendizado.

Considerações Finais

Observou-se que existe uma relação significativa entre o uso das tecnologias digitais como forma de inclusão do idoso e a possibilidade de eles utilizarem esses recursos para melhorar sua qualidade de vida nesta etapa do desenvolvimento humano. A cada dia, o ser humano recorre à tecnologia digital para aprimorar diversos aspectos da vida, e no envelhecimento isso não poderia ser diferente. Com o aumento da longevidade, surgem também preocupações, como doenças físicas e psiquiátricas, falta de oportunidades, dificuldades de sociabilidade e obstáculos para se ajustar às inovações e aprender novas habilidades.

Por meio da inclusão digital, o idoso pode superar esses desafios. As Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) tornam-se grandes aliadas em seu processo de desenvolvimento, permitindo-lhes estudar, desenvolver novas habilidades e participar de ambientes que promovem a melhoria da qualidade de vida e da saúde de maneira geral. Além disso, buscam autonomia no cotidiano, explorando formas de aprender na internet, pesquisando e participando de comunidades virtuais, o que favorece o enfrentamento de alguns dos problemas associados a essa fase da vida.

Contudo, como nem tudo é positivo, um desafio identificado no estudo é a escassez de universidades e cursos voltados para a população idosa, que possam oferecer as estratégias necessárias para que eles vivam de forma saudável e satisfatória. A maioria dos estudos encontrados concentra-se na inclusão digital como

um meio de apoio aos idosos, mas poucos apresentam alternativas, como cursos específicos e instituições dedicadas a esses aspectos, como universidades da maturidade ou espaços que promovam a ampliação e o acesso à inclusão digital.

Referências

- AMORIM, D. N. P. *et al.* Aplicativos móveis para a saúde e o cuidado de idosos. **RECIIS**. 2018;12(supl 1):58-71.doi: 10.29397/reciis. v12i1.1365.
- ANSAI, J. H. *et al.* Revisão de dois instrumentos clínicos de avaliação para prever risco de quedas em idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro. 2014;17(1):177-189.
- BARBOSA, M. 97% dos idosos acessam a internet, aponta pesquisa da CNDL/SP. 2021. Disponível em:<<https://cndl.org.br/varejosa/numero-de-idosos-que-acessam-a-internet-cresce-de-68-para-97-aponta-pesquisa-cndl-spc-brasil/>>. Acesso em: 17 maio 2023.
- BEARD, J. R. *et al.* The World report on ageing and health: a policy framework for healthy ageing. **Lancet**. 2016 May 21;387(10033):2145-2154.
- BLAZUN, H.; SARANTO, K.; RISSANEN, S. Impact of computer training courses on reduction of loneliness of older people in Finland and Slovenia. **Computers in Human Behavior**, 28, 1202-1212. doi:10.1016/j.chb.2012.02.004.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Estatuto do Idoso**. (3a ed, 2ª reimpr). Brasília: Ministério da Saúde, 2003.
- CHAUMON, M.E. B. *et al.* (2014). Can ICT improve the quality of life of elderly adults living in residential home care units? From actual impacts to hidden artefacts. **Behaviour & Information Technology**, 33(6), 574–590. doi:10.1080/0144929X.2013.832382.
- CHEN, S.T. *et al.* Effects of improvement on selective attention developing appropriate somatosensory video game interventions for institutional-dwelling elderly with disabilities. **TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology**, 11(4), 409-417.
- COSTA, F. A. *et al.* Alfabetización digital de personas adultas: proyecto LIDIA – aportaciones para el desarrollo de dinámicas de formación. *In*: CONGRESO INTERNACIONAL DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA, 4., 2016, Valencia. *Anais* [...]. Valencia, 2016. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/315446659_Alfabetizacion_digital_de_personas_adultas_Proyecto_LIDIA_aportaciones_para_el_desarrollo_de_dinamicas_de_formacion. Acesso em: 04 maio de 2023.

COSTAS, P. H. A. *et al.* Desatando a trama das redes assistenciais sobre drogas: uma revisão narrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(2):395-406, 2015.

DINIZ, J. L. *et al.* Inclusão digital e o uso da internet pela pessoa idosa no Brasil: estudo transversal. **Rev Bras Enferm.** 2020;73(Supl 3): e20200241.

ELIAS, C. S. R. *et al.* Quando chega o fim? Uma revisão narrativa sobre a terminalidade do período escolar para alunos deficientes mentais. SMAD: **Revista Electrónica en Salud Mental, Alcohol y Drogas**, (8)1, 48-53. 2012.

FERNÁNDEZ, M. D. *et al.* (2017). Using communication and visualization technologies with senior citizens to facilitate cultural access and self-improvement. **Computers in Human Behavior**, 66, 329-44. doi:10.1016/j.chb.2016.10.00.

FERREIRA S. *et al.* Training Effects on Older Adults in Information and Communication Technologies Considering Psychosocial Variables. **Educational Gerontology**, 41(7), 482-93. 2014. doi:10.1080/03601277.2014.99435.

FISK, A. D. *et al.* Designing for older adults: Principles and creative human factors approaches (2nd ed.). **Boca Raton, FL: CRC Press.** 2009.

FONTES A. P., NERI A. L. Resiliência e velhice: revisão de literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(5):1475-1495, 2015.

FULLER, G. F. Falls in the elderly. **American family physician.** 61(7): 2159-2168, 2000.

GAIO, C.; ALENCASTRO, M. S. C. A contribuição da educação à distância para a qualidade de vida na terceira idade. **Revista Intersaberes** | vol. 7 n.14, p. 335 -367 |ago. – dez. 2012 |ISSN 1809-7286.

GOMES, G. F. *et al.* Qualidade de vida de idosos: efeitos de um protocolo de inclusão digital no sul do Brasil. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, e779972756, 2020 (CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.2756>.

GUIMARÃES, F. T.; ITO, G. C. YAMANOE, M. C. P. Inclusão Digital na Terceira Idade: Considerações sobre a Experiência com a Informática. VIII Congresso Brasileiro de Informática na Educação (CBIE 2019). Anais do XXV Workshop de Informática na Escola (WIE 2019).

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA: IBGE. **Tábua completa de mortalidade para o Brasil – 2014. Breve análise da evolução da mortalidade no Brasil.** Rio de Janeiro, 2015. Acesso em: 21 de janeiro de 2023.

Disponível em:

ftp://ftp.ibge.gov.br/Tabuas_Completas_de_Mortalidade/Tabuas_Completas_de_Mortalidade_2014/notastecnicas.pdf.

LIMA, G. S. *et al.* Resiliência, qualidade de vida e sintomas depressivos entre idosos em tratamento ambulatorial. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**; 27:e3212. 2019.

LONGHI, M. T. *et al.* Aspectos socioafetivos na educação a distância [livro eletrônico]: um olhar sobre o engajamento e a evasão / Magali Teresinha Longhi. -- 1. ed. -- Araranguá, SC: Hard Tech Informática, 2021. PDF.

MACHADO, L. R.; BEHAR, P. A. Educação a Distância e Cybersênior: um foco nas estratégias pedagógicas. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 129-148, jan./mar. 2015.

PASCHOAL, S. M. Qualidade de vida na velhice. *In*: E. V. Freitas, & L. Py, **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2016.

PEREIRA, C.; NEVES, R. Os idosos e as TIC – competências de comunicação e qualidade de vida. **Revista Kairós Gerontologia** 14(1), ISSN 2176-901X, São Paulo, março 2011: 05-26.

PESSOA, R. M. C. Avaliação Da Interferência Imediata Após Intervenção Com Dupla Tarefa Em Idosos. 2019. Dissertação (Mestrado Em Ciências Da Reabilitação) - Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi, Programa de Pós-Graduação em Ciências da Reabilitação, Santa Cruz, RN.

RAMOS, T. M. P. A (i)literacia digital e as pessoas idosas: os cartoons e os seus estereótipos. 2014. 163 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Social) – Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco, Portugal, 2014.

RIBEIRO, L. G. C. TRANSTORNOS DEPRESSIVOS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES ASSOCIADOS AO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO. 2020. Monografia (Graduação em Psicologia). Faculdade de Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas, p. 71.

RIBEIRO, P. C. C.; FREITAS, V. J.; SOUZA, J. S. A busca pelo atendimento psicológico na meia-idade e na velhice. **Revista Kairós Gerontologia**, 19(2), pp. 65-83. 2016, abril-junho. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

ROLANDI, E. *et al.* (2020). Loneliness and Social Engagement in Older Adults Based in Lombardy during the COVID-19 Lockdown: The Long-Term Effects of a Course on Social Networking Sites Use. **International journal of environmental research and public health**, 17(21), 7912.

ROTHER, E. T. Revisão Sistemática x Revisão Narrativa. **Acta paul. enferm.** vol.20 no.2 São Paulo Apr. /June 2007.

SILVA, M. C. F. ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE INCLUSÃO DOS IDOSOS NO ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA). 2015. Monografia (Graduação em Psicopedagogia). Faculdade de Psicopedagogia, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, p. 22.

SKURA, I. *et al.* Mídias sociais digitais e a terceira idade: em busca de uma ferramenta para a promoção da saúde. **Rev Kairós Gerontol.** 2013,16(4):237-49. doi: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2013v16i4p237-249>.

SLODKOWSKI, B. K. Competências digitais: um olhar sobre a construção de materiais digitais por idosos. (Monografia)- Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2019. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/199170>>. Acesso em: 04 abril de 2023.

SLODKOWSKI, B. K. *et al.* Autoria digital de cybersênior: um estudo de caso sobre a construção de vídeos. Informática Na Educação: teoria e prática, Porto Alegre, v. 22, n. 3, p.12-25, set./dez. 2019.

SLODKOWSKI, B. K. *et al.* Autoria e competência digital de idosos: uma revisão sistemática da literatura acerca dos conceitos. **Revista Educar Mais** 2021 | Volume 5 | Nº 4.

SOARES, M. R. P.; ISTOE, R. S. C. Alfabetização e inclusão de pessoas idosas: uma proposta interdisciplinar mediada pelas tecnologias da informação e da comunicação. **LINKSCIENCEPLACE-Interdisciplinary Scientific Journal**, v. 2, n. 3, 2015.

SUN, X. *et al.* Internet use and need for digital health technology among the elderly: a crosssectional survey in China. **BMC public health**, 20(1), 1-8. 2020.

SUZMAN, R. *et al.* Health in an ageing world: what do we know? **Lancet**. 2015 Feb 7;385(9967):484-6. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61597-X. Epub 2014 Nov 6.

TEIXEIRA, C. R. *et al.* Bem-Estar Subjetivo de Longevos Institucionalizados e Não Institucionalizados por meio do Pfister. **Avaliação Psicológica**, 2019, 18(1), pp. 86-95.

TOMAZ, E. C. S.; MORAIS, P. S. Inclusão Digital: Vivências Formativas Com o uso do celular na Terceira Idade. Anais do CIET:EnPED:2020 - (Congresso Internacional de Educação e Tecnologias | Encontro de Pesquisadores em Educação a Distância), São Carlos, ago. 2020. ISSN 2316-8722. Disponível em: <<https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2020/article/view/1491>>. Acesso em: 21 mar. 2023.

TORRES, L. S. *et al.* Por uma pedagogia da velhice: o papel das tecnologias digitais na educação para idosos. Anais do VIII Congresso Internacional de Envelhecimento Humano... Campina Grande: Realize Editora, 2021. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/77386>>. Acesso em: 20 de março de 2023.

TSERTSIDIS, A. *et al.* (2019). Factors influencing seniors' acceptance of technology for ageing in place in the post-implementation stage: A literature review. **International journal of medical informatics**, 129, 324-333.

UNITED NATIONS. World population prospects the 2015 revision: key findings and advanced tables. Departament of Economic and Social Affairs New York: United Nations; 2015. Acesso em: 18 de março de 2022. Disponível em: http://esa.un.org/unpd/wpp/publications/files/key_findings_wpp_2015.pdf.

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - UPS. Afinal o que é inclusão digital. São Paulo: USP, 2006. Acesso em: 04 de maio de 2023. Disponível em: <http://cidec.futuro.usp.br/>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Geneva (Switzerland). **World report on ageing and health**. 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **World report on Ageing and Health**. 2015. Acesso em: 17 de janeiro de 2023. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/1/9789240694811_eng.pdf.