

## Oficinas de Aplicativos de Smartphones para Pessoas Idosas: relato de experiência

*Joyce Maio Navarro*

*Lavínia Camargo dos Santos*

*Gabriela Rodrigues dos Santos*

*Rosamaria Rodrigues Garcia*



O número de idosos cresce cada vez mais no Brasil e diante disso, é necessário promover um envelhecimento ativo, saudável e acessível, que proporcione uma melhor qualidade de vida e uma velhice mais prazerosa. (SILVEIRA, PARRIÃO e FRAGELLI, 2017).

A Organização Mundial de Saúde caracteriza o Envelhecimento Ativo como um processo de otimização das oportunidades de saúde, participação social, segurança/proteção e aprendizagem ao longo da vida, à medida em que as pessoas envelhecem, permitindo que os idosos reconheçam seu potencial e sua capacidade e tenham um melhor bem-estar físico, social e mental, participando de maneira ativa na sociedade e de acordo com as necessidades que cada idoso tem (ILC, 2015).

O envelhecimento é normalmente associado à perda de habilidade físicas e cognitivas, porém, esses fatores não dependem apenas da idade cronológica, e sim do estilo de vida seguido, que pode ser alterado com a mudança de hábitos. Segundo Schneider e Irigaray (2008), quando se aceita que o envelhecimento é um processo natural, tendo consciência das partes boas e ruins, é possível aproveitá-lo de uma melhor forma.

É notório que a tecnologia vem crescendo a cada dia, uma significativa transformação ao mundo moderno no âmbito de melhores condições de desenvolvimento e aprimoramento, vivemos em um período de grandes revoluções e transformações cujo impacto na vida das pessoas é muito significativo (TAVARES & SOUZA, 2012).

Destaca-se a divulgação destas tecnologias como aquelas que podem proporcionar aos idosos uma vida mais autônoma e menos dependente de outras pessoas na realização de atividades básicas do cotidiano, tanto em produtos tecnológicos de uso pessoal, quanto no ambiente domiciliar.

A inclusão digital favorece a socialização, a melhora da autoestima, auxílio na manutenção física, cognitiva e até mesmo contribui para o exercício da cidadania da pessoa idosa. Mas, para isso é necessário que os dispositivos tecnológicos atendam às necessidades da população idosa de uma forma melhor e mais acessível, adaptando o máximo possível e considerando as dificuldades de pessoas que não nasceram na era digital, sem que precisem ser excluídas. (SILVEIRA, PARRIÃO e FRAGELLI, 2017).

Sendo assim, torna-se necessário promover a inserção e a integração das pessoas idosas no processo de conhecimento do mundo cibernético que se torna, a cada ano, de maior interesse desse público. Tal inserção não deve se limitar a algumas operacionalidades, não abstraindo todas as possibilidades da inserção digital como fator de integração e desenvolvimento, além dos ganhos relacionados à comunicação e ao entretenimento (MARIZ, & GICO, 2009; KREIS, et al., 2007).

Considera-se que a inclusão digital, pode promover a socialização do idoso com a família e amigos, contribuir para um bom funcionamento da capacidade cognitiva do idoso, promover independência no âmbito tecnológico, além de ser um instrumento de qualificação social, contribui para a melhoria de vida, para o processo de socialização, ativando o raciocínio e aumentando a autoestima.

O presente manuscrito tem por objetivo relatar a experiência da aplicação de oficinas para potencializar a inclusão digital de pessoas com 50 anos ou mais. Dentre os objetivos específicos do estudo, estão: identificar as dificuldades encontradas pelos participantes no uso da tecnologia; elaborar material didático instrucional, adaptado às necessidades da pessoa idosa, sobre aplicativos e redes sociais, com ênfase no uso de telefones móveis.

## **Método**

Quanto à metodologia utilizada, trata-se de estudo transversal, de abordagem qualitativa, de caráter intervencionista, realizada com pessoas de 50 anos ou mais, de ambos os gêneros, selecionados por conveniência, na Universidade Municipal de São Caetano do Sul.

Foram elaborados materiais didático instrucionais em formato de vídeos e de apresentações de slides, com intuito de ajudar os participantes a utilizarem aplicativos do cotidiano, com um passo a passo de como se cadastrar no aplicativo e poder começar a utilizá-lo, como compartilhando fotos e mensagens nas redes sociais ou pedindo um carro de aplicativo para poder se locomover de uma forma mais rápida deixando no local onde o idoso desejar, isso traz mais independência aos idosos e um melhor aprendizado nas tecnologias recentes.

Os vídeos foram postados no Youtube, com o passo a passo de como utilizar os aplicativos para quaisquer pessoas terem acesso, bastando acessar pelo Google ou YouTube e fazer uma pesquisa (Exemplo: Passo a passo de como utilizar o Facebook) ou basta seguir os links abaixo:

[como usar o aplicativo do Instagram](#)

[como usar o YouTube](#)

[passo a passo de como utilizar o Facebook](#)

[passo a passo de como utilizar o aplicativo da uber](#)

## Resultados

Foram realizados três dias de oficina para idosos da terceira idade, contabilizando no total 54 idosos de ambos os sexos e idade, onde realizou-se apresentações de slides referentes a aplicativos de interação social e serviços, como exemplo, Facebook; YouTube; Instagram; Uber, conforme mostram os quadros a seguir:

Quadro 1 - Orientações básicas para uso do Facebook ®

Facebook ®	
1º passo:	Ao idoso desbloquear o celular, basta clicar no logotipo do aplicativo do Facebook, e caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao entrar no aplicativo ou instalar, irá aparecer a tela inicial do aplicativo informando as seguintes informações como; inserir número de telefone ou e-mail, e a senha de acesso ao aplicativo, caso o idoso não possua uma conta basta clicar em “Criar uma Conta” e preencher as informações solicitadas, em seguida disso basta clicar em “Entrar” e você irá automaticamente para a tela principal do aplicativo.

3º passo:	<p>Na tela principal do aplicativo possui alguns símbolos e suas devidas funções que foi ensinadas para os idosos, por exemplo:</p> <p>A tela inicial que vai permanecer sempre que você acessar o aplicativo, podendo ver as publicações que seus amigos postam; pessoas que estão te mandando uma solicitação de amizade, e ter acesso aos seus amigos já adicionados no aplicativo; assistir vídeos do seu interesse pessoal, como exemplo (Vídeos de receitas, vídeos engraçados, vídeos de animais, etc); entrar no seu perfil, podendo ver e alterar seus dados pessoais, ver suas fotos publicadas, os amigos que você possui no aplicativo; receber solicitações de amizade, e pessoas/amigos que curtiram; comentaram suas fotos e procurar pessoas que você queira adicionar como seus amigos, exemplo: colocando nome e sobrenome da pessoa que está procurando; pessoas que estão te mandando mensagens no privado, ou pessoas que você queira mandar mensagens; ao adicionar uma pessoa como seu amigo no aplicativo pode-se visualizar informações como, fotos, vídeos etc; pode realizar vídeos ao vivo para seu amigos/parentes visualizar; adicionar fotos/vídeos que você deseja postar, para seus amigos verem; publicar como está se sentindo hoje, ou o que está fazendo no seu dia.</p>
-----------	---

Fonte: elaboração própria

#### Quadro 2 - Orientações básicas para uso do YouTube ®.

YouTube ®	
1º passo:	Ao desbloquear o celular, basta clicar no aplicativo do Youtube, caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao clicar no aplicativo irá abrir a página oficial do Youtube. Para pesquisar algum vídeo basta clicar no símbolo da lupa e digitar a palavra-chave do vídeo que deseja assistir.
3º passo:	Ao pesquisar a palavra-chave aparecerá várias opções de vídeos relacionados com o tipo de conteúdo que foi procurado.
4º passo:	Depois de escolher um vídeo na tela terá botão de iniciar e de pausar. Além disso, o Youtube oferece a função de ampliar a tela do vídeo (tela cheia) que fica no canto do vídeo.
5º passo:	Para escolher outro vídeo basta clicar na setinha no canto da tela e depois no símbolo da lupa novamente para pesquisar.

Fonte: elaboração própria

Quadro 3 - Orientações básicas para uso do Instagram ®.

Instagram ®	
1º passo:	Ao desbloquear o celular, basta clicar no aplicativo do Instagram, caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao entrar no aplicativo ou instalar, irá aparecer a tela inicial do aplicativo informando as seguintes informações como; inserir número de telefone ou e-mail, e a senha de acesso ao aplicativo, caso o idoso não possua uma conta basta clicar em “Criar uma Conta” e preencher as informações solicitadas, em seguida disso basta clicar em “Entrar” e você irá automaticamente para a tela principal do aplicativo.
3º passo:	Na tela principal do aplicativo possui alguns símbolos e suas devidas funções que foram ensinadas aos idosos, por exemplo: postar algo na sua página, ver suas curtidas e seguidores, ver as mensagens recebidas ou enviar mensagem para alguém, procurar o perfil de alguém, ver vídeos, ver o próprio perfil e alterar os dados pessoais, enviar publicações para alguém e fazer compras.
4º passo:	Para seguir alguém basta entrar no perfil da pessoa e clicar no logo azul “seguir”, caso queira mandar mensagem basta clicar no botão “mensagem”.
5º passo:	Para visualizar os stories de alguém basta clicar na foto de perfil da outra pessoa que aparecerá na tela principal do instagram.

Fonte: elaboração própria

Quadro 4 - Orientações básicas para uso do Uber ®.

Uber ®	
1º passo:	Ao desbloquear o celular, basta clicar no aplicativo do uber, caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao entrar no aplicativo ou instalar, irá aparecer a tela inicial do aplicativo pedindo um número de telefone ou e-mail e embaixo para se cadastrar com o Google, Facebook ou Apple, clicando para continuar com o Google irá aparecer uma página com o seu email para selecionar o desejado.

3º passo:	Para seguir com o cadastro irá aparecer outra página.
4º passo:	Após fazer a verificação, irá para uma tela para escolher as formas de pagamento, após escolher a forma de pagamento será direcionada para a tela principal do aplicativo.
5º passo:	Para poder facilitar o manuseio do aplicativo com viagens recorrentes para um endereço ou mais, foi ensinando como salvar o endereço, como por exemplo o endereço da sua residência.
6º passo:	Após ter o endereço salvo e for realizar a primeira viagem basta clicar no “para onde” e selecionar o endereço que deseja seguir, e confirmar se o local que você deseja seguir está correto.
7º passo:	Confirmando o local vai aparecer uma tela com os tipos de corrida que pode ser feita, como Uber X ou Uber Black, basta selecionar a corrida da sua preferência e clicar em “confirmar Uber”.
8º passo:	Após a confirmação da viagem, vai abrir outra página dentro do aplicativo mostrando como está o andamento da sua viagem, como, procurando um motorista e o tempo de espera do mesmo em chegar ao local de embarque, a placa, modelo do carro e o nome do motorista.
9º passo:	Se o idoso preferir enviar a sua localização para alguém ele pode clicar no botão azul ao lado, com um símbolo de “escudo” que dará a opção de mandar a localização para qualquer pessoa que desejar ou para a polícia.
10º passo:	Ao finalizar a viagem irá aparecer uma tela para realizar uma avaliação do motorista, podendo ser de uma a cinco estrelas, possui também a opção de dar um valor a mais como “caixinha” ao motorista, se o cliente desejar.

Fonte: elaboração própria

Quadro 5 - Orientações básicas para uso do Pix ®.

Pix ®	
1º passo:	Ao desbloquear o celular, basta clicar no aplicativo do seu banco, caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao entrar no aplicativo do seu banco basta colocar sua senha de acesso, em seguida você será direcionada para a tela principal do aplicativo.

3º passo:	Na tela principal vai ter a opção “PIX”, clique e siga para a próxima página que o aplicativo irá te direcionar.
4º passo:	Na próxima página você deve selecionar "transferir" e escolher a opção que deseja realizar o PIX, pode ser via QRCODE, dados da conta como banco, agência, conta e CPF, celular, e-mail, somente o CPF e chave pix aleatória.
5º passo:	Após selecionar a opção desejada o aplicativo vai te direcionar para uma página onde você irá colocar os dados do pix, exemplo, a opção escolhida foi o CPF, basta colocar o CPF da pessoa que você deseja realizar o pix (exemplo 000.000.000-00).
6º passo:	Após inserir os dados da pessoa, basta acrescentar o valor que deseja, confirmar os dados da mesma e por fim enviar o PIX, ao enviar o valor desejado vai aparecer a opção “compartilhar comprovante”, basta clicar nela e selecionar a pessoa que você deseja enviar o comprovante.

Fonte: elaboração própria

Quadro 6 - Orientações básicas para uso do Mercado Livre ®.

Mercado Livre ®	
1º passo:	Ao desbloquear o celular, basta clicar no aplicativo do Mercado Livres, caso não tenha instalado no celular basta entrar no Play Store ou App Store e realizar uma pesquisa com o nome do aplicativo e instalar.
2º passo:	Ao entrar ou instalar o aplicativo, entre com o seu e-mail e senha, caso não tenha conta no mercado livre é só clicar em “criar conta” e cadastrar seus dados para ter acesso ao aplicativo.
3º passo:	Ao inserir seu e-mail ou criar sua conta, o aplicativo irá te direcionar a tela principal do App, nesta tela tem a opção de “Buscar produtos, marcas e muito mais..”, basta clicar nessa função e digitar o que você está procurando (exemplo: Computador), ao digitar o que está procurando vai aparecer uma tela com diversos modelos,preços e marcas, clique naquele que você mais gostou e terá todas as informações sobre aquele produto (exemplo: valor, prazo de entrega, qualidade do produto, marca do produto, vendedor e muito mais).

4º passo:	Assim que escolher o produto desejado basta clicar em “Comprar agora” que o aplicativo irá te direcionar para uma tela onde terá as informações do prazo de entrega (basta colocar o endereço onde deseja receber seu produto), e os tipos de pagamento (cartão de crédito/débito, boleto bancário, pix), selecione a forma de pagamento desejada.
5º passo:	Caso tenha escolhido a forma de cartão de crédito ou débito, o aplicativo vai te direcionar para colocar os dados do seu cartão (exemplo: Nome do titular do cartão, número do cartão, data de validade e código de segurança do cartão), se for cartão de crédito tem a opção de parcelar a compra, basta clicar na opção que deseja e pronto, compra realizada.
6º passo:	Caso tenha escolhido a opção boleto bancário, o aplicativo vai te direcionar a uma tela onde você vai acrescentar seu e-mail para eles enviarem o boleto no mesmo, no boleto vai contar o código de barras, todos os dados da sua compra e do vendedor, podendo pagar ele no banco, casa lotérica e pelo aplicativo do banco
7º passo:	Caso tenha escolhido a opção PIX o aplicativo vai te direcionar para a tela onde vai possuir os dados do pix do vendedor podendo ser: Conta e agência bancária, CPF, CNPJ, Número de celular, QR CODE, E-mail e chave pix aleatório, quando tiver essa informação você pega o PIX do vendedor e paga pelo seu aplicativo do banco que o pagamento cairá na hora.
8º passo:	Após fazer o pagamento, o vendedor vai te enviar os detalhes da sua compra (exemplo: pagamento aprovado, objeto está sendo preparado, objeto saiu para entrega), no próprio aplicativo do MercadoLivre você terá acesso ao andamento da sua compra, vão te enviar um código de rastreamento, onde você vai rastrear sua encomenda e verificar se o produto está a caminho do seu endereço.
9º passo:	Assim que o produto chegar no endereço desejado, você pode avaliar sua compra no aplicativo, exemplo: avaliar se chegou no prazo de entrega, se o produto é de boa qualidade, e caso tenha alguma reclamação você pode mandar mensagem para o vendedor no próprio aplicativo.

Fonte: elaboração própria

Além das orientações sobre o uso dos aplicativos, também foram apresentadas dicas de segurança digital, abaixo descritas:

O uso da tecnologia é algo que vem crescendo cada dia, por isso não podemos esquecer o quanto é importante seguir orientações de seguranças para utilizar o seu aplicativo de uma forma mais segura para você e seus dados, então para garantir uma segurança ao utilizar os aplicativos, segue as orientações gerais a seguir:

- Instalar um sistema antivírus para eliminar ameaças virtuais antes que elas infectam o seu dispositivo;
- Atentar-se à links, sites e e-mails, verificando se eles são verdadeiros e seguros antes de acessá-los;
- Criar senhas fortes para todos os seus acessos e lembrar-se de trocá-las regularmente;
- Utilizar a autenticação em duas etapas, para aumentar ainda mais a segurança das suas contas;
- Não se conectar a redes de internet abertas, ou seja, que não são protegidas por senhas;
- Fazer o backup dos seus dados periodicamente;
- Certificar-se de que aquele aplicativo que está acessando é confiável;
- Caso realizar compras ou pagamentos via aplicativo, certificar-se dos dados do vendedor ou recebedor do pagamento;
- Compartilhar comprovantes de compras, transferências, pagamentos para ter uma segurança maior;
- Caso solicite uma viagem por aplicativo, certificar-se do nome do motorista, modelo do carro, placa do carro, valor da viagem, tipo de pagamento, avaliação do motorista e compartilhar sua viagem com algum familiar ou amigo, para maior segurança.

Durante a oficina, as principais dúvidas relatadas pelos idosos a respeito dos aplicativos apresentados foram:

#### *Facebook*

- 1- O que significa “link na Bio”?
- 2- Como apagar uma foto que não quero mais no meu perfil?
- 3- Como trocar a foto de perfil?
- 4- Como salvar foto já postada na galeria do celular?

#### *Instagram*

- 1- Como trocar a foto de perfil?
- 2- Como colocar foto nos stories?
- 3- Como postar foto no perfil?
- 4- Como salvar uma publicação?

#### *Youtube*

- 1- Como pesquisar vídeos?
- 2- Como ampliar a tela do vídeo?
- 3- Como salvar um vídeo?

#### *Uber*

- 1- Como solicitar um motorista?

- 2- Como alterar o endereço?
- 3- Como compartilhar a viagem com alguém?
- 4- Como colocar “paradas”?

Após as apresentações dos vídeos, os idosos foram divididos em grupos, para esclarecimento das principais dúvidas sobre os aplicativos, auxiliando-os no seu celular.

Após tirar todas as dúvidas, muitos aprenderam novas formas de como utilizar os aplicativos a seu favor, como mudando uma foto de perfil ou salvando uma foto que o mesmo já não tinha mais em seu dispositivo celular.

Observou-se que a oficina teve resultados positivos, conforme a percepção dos idosos, pois após ingressarem na oficina, eles afirmaram ter conquistado independência para manusear os aplicativos no celular, obtiveram melhor comunicação à distância, e conseguem manter-se atualizados, proporcionando conhecimento e amizade.

## **Discussão**

Coelho, Amorim e Moraes (2020) realizaram um estudo com 9 participantes do curso de Inclusão Digital do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano, de 60 anos ou mais e observaram que a maioria dos idosos já utilizavam as redes sociais para se comunicar com familiares e amigos, realizar pesquisas sobre assuntos da atualidade e se manterem informados. Considerando as dificuldades, os idosos mencionaram que não sabiam utilizar corretamente o teclado e não entendiam os programas. Sendo assim, os autores concluíram que a Inclusão Digital pode facilitar o processo de aprendizagem, uma vez que as tecnologias estão em constante avanço, motivando os idosos a aprender ou reaprender e querer se apropriar das tecnologias de informação, usá-las a seu favor, tornando os aprendizados mais prazerosos.

Bokehi, Rocha e Alvarenga (2020) analisaram o desempenho de 384 idosos, participantes de um curso de informática, no período de 2010 a 2018, composto por 3 módulos: básico, avançado I e avançado II. Foi utilizado como material didático, uma apostila criada especificamente para o curso, pela equipe do projeto, para trabalhar a Informática Básica, composta por temas como, armazenamento de arquivos, edição de textos e de imagens, planilhas, preparação de slides e navegação na internet, além de atividades práticas, realizadas no laboratório. A principal dificuldade dos alunos foi referente à quantidade de funções que o dispositivo apresenta e a falta de familiaridade com a simbologia usada na internet. Os autores concluíram que o projeto cumpriu seus objetivos oferecendo um espaço importante para a inclusão digital aos idosos.

Almeida, Lima e Barros (2018) corroboram o presente estudo, ao relatarem a experiência de um curso de Inclusão Digital para a Terceira Idade, realizado por 19 idosos. O curso teve o objetivo de ampliar conhecimentos em informática e dispositivos móveis, como o smartphone, na perspectiva da Inclusão Digital,

reconhecendo a importância do acesso à rede e da apropriação das tecnologias digitais como uma condição essencial para a manutenção de uma vida produtiva, independente e autônoma por parte do público idoso.

Foram realizadas duas atividades: uma oficina de introdução às redes sociais, com o intuito de inserir os idosos no mundo tecnológico; e dois minicursos, mostrando a importância das pessoas aprenderem a lidar com o computador e a internet. Essa atividade facilitou o acesso dos idosos ao mundo digital e contribuiu para melhorar os vínculos sociais desses indivíduos.

Foi perguntado aos idosos como esses conhecimentos obtidos nas oficinas impactaram no seu dia a dia e muitos citaram: a aplicação em digitação, navegação na internet, uso de ferramentas para conversar com amigos, bate-papo com parentes distantes, ver notícias nas redes sociais, ver filmes, pesquisar informações no Google, páginas de receitas, usar as chamadas por vídeos nas redes sociais para ter contato com netos, revisar os exercícios das aulas (ALMEIDA; LIMA; BARROS, 2018).

O principal objetivo da oficina realizada neste estudo foi ajudar os idosos a fazerem a utilização de alguns aplicativos, tendo alguns o primeiro contato e outros que já utilizavam os mesmos, porém continham algumas dúvidas. Ao decorrer da oficina, os mesmos foram informando suas dúvidas, que foram respondidas em grupo ou individualmente, dependendo do caso.

No primeiro momento, os idosos reagiram com algumas dúvidas de como encontrar o aplicativo no celular, após resolver esse ponto começamos a desenvolver o uso do mesmo, sempre tendo algum pesquisador presente, de forma que conseguíssemos ajudar individualmente e em grupo.

A intervenção dos idosos foi de grande importância para que soubéssemos onde os mesmos estavam com mais dificuldade, para que conseguíssemos explicar novamente de alguma outra forma a mesma coisa. Os mesmos mostraram muito interesse e algumas facilidades em alguns pontos, muitos já usam os aplicativos apresentados, mesmo assim continham algumas dúvidas sobre alguns aplicativos.

As orientações individuais, mostrando como manusear os aplicativos pelo próprio celular, esclarecendo muitas dúvidas que os mesmos não sabiam que tinham, tornaram mais fácil mostrar como era feito o uso do mesmo e complementando a explanação coletiva.

### **Considerações finais**

Evidencia-se que as tecnologias de informação e comunicação estão cada vez mais presentes na sociedade contemporânea e no cotidiano da pessoa idosa. Observou-se que a maioria dos idosos foram influenciados a adoção do mesmo em seu cotidiano pois o uso de aplicativos lhes proporcionou, experiências positivas, principalmente relacionadas como um recurso para entretenimento e

contato com familiares e amigos além de possibilitar a alteração, positiva da rotina dos idosos em busca de uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

A atualização praticamente diária dos aplicativos, com surgimento de novas ferramentas e funcionalidades, inclusive nas redes sociais, torna imprescindível a continuidade das oficinas de inclusão digital, visando otimizar ao máximo o potencial de cada dispositivo e/ou tecnologia.

### Referências

CARVALHO, A. S. (2009). Gestão de Pessoas e Envelhecimento: Sentido do Trabalho para o Idoso. Anais do XXXIII Encontro da ANPAD, São Paulo, SP, Brasil.

COELHO, I.; CRISTINA GUEDES AMORIM, D.; VITÓRIA DIAS MORAIS, E. Inclusão Digital: uma realidade sobre a ótica da terceira idade do bairro José e Maria em Petrolina- PE. *RENOTE*, v. 18, n. 2, p. 171–180, 4 jan. 2020.

FAGUNDES, VICTOR HENRIQUE SANTOS, ADRIANE SHIBATA; "As tecnologias de interação e as relações de uso pela terceira idade: um estudo de caso no segmento de linha branca", p. 1251-1261 . In: . In: C. G. SPINILLO; L. M. FADEL; V. T. SOUTO; T. B. P. SILVA & R. J. Camara (Eds). Anais do 7º Congresso Internacional de Design da Informação/Proceedings of the 7th Information Design International Conference | CIDI 2015 [Blucher Design Proceedings, num.2, vol.2]. São Paulo: Blucher, 2015.

GOULART JÚNIOR, E.; MERGULHÃO, L.; CANÊO, L. C.; NAJM, M.; LUNARDELLI, M. C. Considerações sobre a terceira idade e o mercado de trabalho: questionamentos e possibilidades. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, v. 6, n. 3, 21 nov. 2010.

GOUVEIA, ODÍLIA MARIA ROCHA; MATOS, ALICE DELERUE ; SCHOUTEN, MARIA JOHANNA . Social networks and quality of life of elderly persons: a review and critical analysis of literature. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, [S.L.], v. 19, n. 6, p. 1030-1040, dez. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562016019.160017>.

KACHAR, VITÓRIA. Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v. 2, n. 13, p. 131-147, nov. 2010.

MARIZ, LIANE FERREIRA DA TRINDADE ; GICO,VÂNIA DE VASCONCELOS. Tecnologias da Informação, Terceira Idade e Educação. In: SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS INTERDISCIPLINARES DA COMUNICAÇÃO, 32., 2009, Curitiba. Tecnologias da Informação, Terceira Idade e Educação. Curitiba: Intercom, 2009. p. 1-15.

RAPHAEL BOKEHI, J.; ALMEIDA ROCHA, G. V.; VILAS-BÔAS HACKER ALVARENGA, M. C. Inclusão digital: resultados de um curso de informática para idosos. *Interagir: pensando a extensão*, n. 28, p. 88–101, 5 ago. 2020.

REIS, RAYSSA LUNA RODRIGUES. Benefícios da Inclusão Digital na vida da pessoa Idosa: Revisão de Literatura. 2017. 23 f. TCC (Graduação) - Curso de Especialização em Saúde da Pessoa Idosa, Universidade de Brasília Campus Darcy Ribeiro, Brasília, 2017.

SILVEIRA, BEATRIZ OLIVEIRA; PARRIÃO, GIORGIO BARRETO L; FRAGELLI, RICARDO RAMOS. Melhor idade conectada: um panorama da interação entre idosos e tecnologias móveis: new-age elderly connected: an overview of interaction between elderly and mobile technology.. Revista Tecnologias em Projeção, [S.l.], v. 2, n. 8, p. 42-53, ago. 2017.

SOUZA, MARCELA TAVARES DE SILVA; MICHELLY DIAS DA SILVA; RACHEL DE CARVALHO. Revisão integrativa: o que é e como fazer. einstein (São Paulo), São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>

STACHESKI, DENISE REGINA. O Idoso Brasileiro na Comunicação Pública: cidadania e representações sociais num sistema de interação midiático.. 2013. 203 f. Tese (Doutorado) - Curso de Comunicação e Linguagens, Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2013.

TAVARES, MARÍLIA MATIAS KESTERING; SAMARA TOMÉ CORREA DE SOUZA. Os idosos e as barreiras de acesso às novas tecnologias da informação e comunicação. Renote, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 1-7, 24 jul. 2012. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. <http://dx.doi.org/10.22456/1679-1916.30915>.

*Data de recebimento: 22/11/2022; Data de aceite: 20/12/2022*

---

**Joyce Maio Navarro** - Graduanda do curso de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul. E-mail: [joyce.navarro.4964@uscsonline.com.br](mailto:joyce.navarro.4964@uscsonline.com.br)

**Lavinia Camargo dos Santos** - Graduanda do curso de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul. E-mail: [lavinia.santos@uscsonline.com.br](mailto:lavinia.santos@uscsonline.com.br)

**Gabriela Rodrigues dos Santos** - Graduanda do curso de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul. E-mail: [gabriela.santos4644@uscsonline.com.br](mailto:gabriela.santos4644@uscsonline.com.br)

**Rosamaria Rodrigues Garcia** - Fisioterapeuta, Especialista em Gerontologia pela SBGG, Doutora em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul, Gestora do Programa de Mestrado Profissional em Ensino em Saúde da Universidade Municipal de São Caetano do Sul. E-mail: [rosamaria.garcia@online.uscs.edu.br](mailto:rosamaria.garcia@online.uscs.edu.br)