


Ione Galoza de Azevedo  
Organizadora

# INCLUSÃO DIGITAL DA PESSOA IDOSA III

Direito e interdisciplinaridade

encontrografia





Ione Galoza de Azevedo  
Organizadora

# INCLUSÃO DIGITAL DA PESSOA IDOSA III

Direito e interdisciplinaridade

encontrografia

Copyright © 2025 Encontrografia Editora.

Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução parcial ou total desta obra sem a expressa autorização da editora.

**EDITOR CIENTÍFICO**

Décio Nascimento Guimarães

**EDITORA ADJUNTA**

Carolina Gonçalves Caldas

**COORDENADORIA TÉCNICA**

Gisele Pessin

Fernanda Luísa de Miranda Cardoso

**DESIGN**

Diagramação: Nadini Mádhava

Design de capa: Nadini Mádhava

Foto de capa: Freepik.com

**REVISÃO**

Paula Vigneron (Estagiária)

Leticia Barreto (Supervisora)

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Inclusão digital da pessoa idosa III : direito e  
interdisciplinaridade / organização Ione Galoza  
de Azevedo. -- Campos dos Goytacazes, RJ :  
Encontrografia Editora, 2025.

Vários autores.  
Bibliografia.  
ISBN 978-65-5456-104-4

1. Envelhecimento 2. Inclusão digital -  
Aspectos sociais 3. Idosos - Comportamento  
4. Idosos - Aspectos sociais 5. Tecnologia  
Assistiva (TA) I. Azevedo, Ione Galoza de.

25-250276

CDD-303.4833

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Inclusão digital e sociedade : Sociologia  
303.4833

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4

**encontrografia**

**ENCONTROGRAFIA EDITORA COMUNICAÇÃO E ACESSIBILIDADE LTDA**

Av. Alberto Torres, 371 - Sala 1101, Centro

Campos dos Goytacazes, RJ, 28035-581 | Tel: (22) 2030-7746

www.encontrografia.com | editora@encontrografia.com

# Comitê científico/editorial

- Prof. Dr. Antonio Hernández Fernández – UNIVERSIDAD DE JAÉN (ESPANHA)
- Prof. Dr. Carlos Henrique Medeiros de Souza – UENF (BRASIL)
- Prof. Dr. Casimiro M. Marques Balsa – UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA (PORTUGAL)
- Prof. Dr. Cássius Guimarães Chai – MPMA (BRASIL)
- Prof. Dr. Daniel González – UNIVERSIDAD DE GRANADA (ESPANHA)
- Prof. Dr. Douglas Christian Ferrari de Melo – UFES (BRASIL)
- Prof. Dr. Eduardo Shimoda – UCAM (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Emilene Coco dos Santos – IFES (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Fabiana Alvarenga Rangel – UFES (BRASIL)
- Prof. Dr. Fabrício Moraes de Almeida – UNIR (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Fernanda Luísa de Miranda Cardoso – UFF (BRASIL)
- Prof. Dr. Francisco Antonio Pereira Fialho – UFSC (BRASIL)
- Prof. Dr. Francisco Elias Simão Merçon – FAFIA (BRASIL)
- Prof. Dr. Iêdo de Oliveira Paes – UFRPE (BRASIL)
- Prof. Dr. Javier Vergara Núñez – UNIVERSIDAD DE PLAYA ANCHA (CHILE)
- Prof. Dr. José Antonio Torres González – UNIVERSIDAD DE JAÉN (ESPANHA)
- Prof. Dr. José Pereira da Silva – UERJ (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Magda Bahia Schlee – UERJ (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Margareth Vetis Zaganelli – UFES (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Martha Vergara Fregoso – UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA (MÉXICO)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Patrícia Teles Alvaro – IFRJ (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Rita de Cássia Barbosa Paiva Magalhães – UFRN (BRASIL)
- Prof. Dr. Rogério Drago – UFES (BRASIL)
- Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Shirlena Campos de Souza Amaral – UENF (BRASIL)
- Prof. Dr. Wilson Madeira Filho – UFF (BRASIL)

Este livro passou por avaliação e aprovação às cegas de dois ou mais pareceristas *ad hoc*.



# Sumário

<b>Prefácio.....</b>	<b>9</b>
<b>Agradecimentos .....</b>	<b>11</b>
<b>1. Inclusão digital e longevidade ativa: a transformação social da pessoa idosa pelo projeto de extensão da FAMESC em Bom Jesus do Itabapoana – RJ.....</b>	<b>13</b>
Ione Galoza de Azevedo Bárbara Rangel Paulista	
<b>2. A inclusão digital da pessoa idosa como fator de prevenção ao declínio cognitivo .....</b>	<b>28</b>
Monique Bessa de Oliveira Prucoli Bárbara Rangel Paulista Lara Pereira de Souza Martins	
<b>3. Tecnologias Assistivas para idosos com Alzheimer.....</b>	<b>38</b>
Margareth Brandina Barbosa Marly Torres Rodrigues da Silva Ivanildo Geremias da Silva	
<b>4. Autonomia e empoderamento da pessoa idosa.....</b>	<b>54</b>
Leonara de Oliveira Zanon Luísa Thiebaut Andrade do Carmo Fabiana Pereira Costa Ramos	

**5. O olhar do pedagogo para o atendimento à pessoa idosa.....65**

Alice Ribeiro

Cleide das Graças Mafra Nunes

Fabiana Pereira Costa Ramos

**6. Envelhecendo com dívidas: o crescente endividamento dos idosos no Brasil .....79**

Juliana da Silva Gomes

Neuza Maria de Siqueira Nunes

Sérgio Elias Istoe

**7. Interação psicossocial dos idosos: impactos na qualidade de vida ..... 88**

Nelia da Fonseca Pinto Ferreira

Valtair Afonso Miranda

Carolina Crespo Istoe

Rosalee Santos Crespo Istoe

**8. Inclusão educacional em saúde da pessoa idosa através de práticas extensionistas no cenário universitário.....97**

Bianca Magnelli Mangiavacchi

Jaylla Fernanda Ferreira de Oliveira Raeli

**9. Promoção da saúde cognitiva e prevenção do declínio cognitivo em pessoas idosas: contribuições psicopedagógicas..... 106**

Liz Lanny Coutinho Montes

Giulia Loureiro Cesar

Lara Pereira de Souza Martins

**10. A pessoa idosa na era digital: direitos, tecnologia e a espiritualidade virtual..... 114**

Alice Souza Tinoco Dias

Anny Ramos Viana

Bráulio Brasil de Almeida

**Sobre os autores ..... 124**

## Prefácio

Desde criança, quando se trata de ensinar a alguém mais velho, eu escuto frases do tipo: agora não adianta mais; ele não vai querer aprender isso; ela não vai dar conta; não tem mais memória...

O inconsciente coletivo sedimentou a ideia de que o velho não aprende.

Na verdade, essa percepção equivocada sobre a limitação cognitiva da pessoa que envelhece é reflexo de uma sociedade que desconhece o processo de envelhecer e que, por isso, permanece preconceituosa.

Ao abordar a inclusão digital da pessoa idosa, bem como sobre diversas experiências na área da educação, esta obra rompe com a cultura idadista que remanesce no Brasil. Sim, esta obra defende que a pessoa idosa permanece aprendendo e que o mundo digital é para ela também!

Além da inclusão digital como fator de prevenção ao declínio cognitivo, suas implicações nas áreas do direito e espiritualidade virtual, o livro traz importantes reflexões sobre a autonomia e empoderamento da pessoa idosa.

É uma leitura imprescindível para quem quer expandir seus horizontes...

O fato é que sustentar o constante aprendizado de quem envelhece exige sensibilidade e conhecimento. Sensibilidade para apresentar um novo saber sem desprezar o que já se aprendeu ao longo da vida. E conhecimento para



impactar positivamente esta geração, com o objetivo de construir uma sociedade livre, justa e solidária para todas as idades.

Aproveitem!

### **Monize Marques**



### **Monize da Silva Freitas Marques**

Juíza Auxiliar da Corregedoria de Justiça do Tribunal de Justiça do Distrito Federal e Territórios. Coordenadora da Central Judicial da Pessoa Idosa e Juíza titular do 2º Juizado de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher de Ceilândia/DF. Especialista em Direito Processual Civil e Mestre em Gerontologia. Coordenadora do Grupo de Trabalho do Conselho Nacional de Justiça que resultou na publicação da Resolução nº 520/2023, destinada à Política Nacional de Atenção à Pessoa Idosa e suas interseccionalidades. Criadora da Oficina da Parentalidade Prateada, implementada pela Central Judicial do Idoso. Membro fundadora do Instituto Parentalidade Prateada. Palestrante e autora de artigos sobre direitos do idoso e envelhecimento.

## Agradecimentos

Primeiramente, agradeço a Deus, que me concedeu força e sabedoria para trilhar este caminho desafiador, proporcionando-me a oportunidade de contribuir para a inclusão digital da pessoa idosa. Sua presença constante em minha vida foi e sempre será a base de todas as conquistas que alcanço.

Ao meu esposo, Robson, meu eterno companheiro, expresso toda minha gratidão. Mesmo enfrentando momentos tão difíceis de saúde, você me ensinou a importância da resiliência e do amor incondicional. Sua força e apoio foram fundamentais para que eu pudesse seguir adiante com este projeto tão especial.

Agradeço também à minha família. Sem vocês, este trabalho não teria sido possível.

Aos meus queridos alunos idosos da turma de inclusão digital, minha gratidão é imensa. Vocês são a razão de este trabalho existir. Cada conquista de vocês é uma vitória que compartilho com o coração cheio de orgulho. A dedicação e o entusiasmo de todos me inspiraram profundamente.

Aos mantenedores da FAMES BJI, meu sincero agradecimento pela confiança depositada em mim. A oportunidade de desenvolver este projeto foi um grande privilégio, e, sem o apoio de vocês, nada disso teria se concretizado. Agradeço também à diretora Geovana e à coordenadora do curso jurídico Anny pelo suporte e orientação ao longo deste percurso.

Agradeço aos meus colegas de trabalho do Núcleo da Cidadania da FAMESC BJI, à professora Bárbara, aos alunos voluntários do projeto de inclusão digital da pessoa idosa. A colaboração de vocês foi essencial para que este projeto se tornasse realidade. Juntos, conseguimos transformar vidas e promover a inclusão de maneira significativa.

Por fim, gostaria de expressar minha profunda gratidão à Dra. Monize, que, gentilmente, aceitou o convite para prefaciar esta obra. Sua *expertise* e sensibilidade enriqueceram ainda mais este trabalho, trazendo uma perspectiva valiosa e uma reflexão profunda sobre a importância da inclusão digital da pessoa idosa. Suas palavras iluminam o caminho que trilhamos e reforçam a relevância desta causa.

**Professora Ma. Ione Galoza de Azevedo**

# **1. Inclusão digital e longevidade ativa: a transformação social da pessoa idosa pelo projeto de extensão da FAMESC em Bom Jesus do Itabapoana – RJ**

Ione Galoza de Azevedo

Bárbara Rangel Paulista

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.1

## **Introdução**

A população idosa no Brasil cresce em grande número, fato revelado estatisticamente por pesquisas. Esse fenômeno demográfico não apenas reflete uma mudança na estrutura etária do país, mas também apresenta desafios e oportunidades significativas para a sociedade brasileira como um todo. Com o envelhecimento da população, surgem novas demandas por políticas públicas voltadas para a terceira idade, abrangendo desde saúde e educação até a inclusão digital e participação social.

O aumento da expectativa de vida é um dos principais fatores que contribuem para o crescimento da população idosa. Avanços na medicina, melhores condições de vida e políticas de saúde mais eficazes têm permitido que as pessoas vivam mais tempo. Essa é uma conquista importante, porém traz consigo a necessidade de adaptação das estruturas sociais e econômicas para atender às necessidades dessa crescente parcela da população.

Diante desse cenário, a indagação que norteia o presente trabalho é entender como a inclusão digital da pessoa idosa pode ser um fator de transformação social. O principal objetivo reside em observar, na prática, por meio

da realização de um projeto de extensão de fluxo contínuo em uma faculdade situada no interior do Estado do Rio de Janeiro, os benefícios daí advindos.

Trata-se de pesquisa qualitativa, realizada por meio de revisão bibliográfica, análise documental e observação da vivência diária ocorrida durante a execução do projeto. É possível concluir que, na sociedade contemporânea, extremamente conectada à internet e a diversos aparelhos eletrônicos, incluir digitalmente a pessoa idosa é garantir seus direitos fundamentais, permitindo haver qualidade de vida e autonomia na vivência social dessas pessoas.

## **O conceito de pessoa idosa e sua condição na sociedade brasileira**

O envelhecimento pode ser definido de diversas formas, a depender da sua perspectiva de análise. Para a Organização Panamericana de Saúde (OPAS), ele é definido como:

[...] um processo sequencial, individual, acumulativo, irreversível, universal, não patológico, de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie de maneira que o tempo torne capaz de fazer frente ao estresse do meio-ambiente e, portanto, aumente sua possibilidade de morte (Brasil, 2006, p. 08).

As estatísticas revelam que o Brasil e o mundo estão passando por um rápido processo de envelhecimento populacional. De acordo com dados recentes, a proporção de pessoas idosas na população está aumentando significativamente, o que demanda uma revisão das políticas públicas e uma nova abordagem para lidar com os desafios associados ao envelhecimento.

De acordo com o censo do IBGE 2022:<sup>1</sup>

O processo de envelhecimento da população brasileira também apresenta implicações econômicas, uma vez que pode afetar a força de trabalho, a previdência social e os padrões de consumo da nação. Portanto, a compreensão e o planejamento relacionado a essa mudança demográfica são fundamentais para o desenvolvimento sustentável do país. O Censo Demográfico 2022 revelou importantes sinais do envelhecimento da população brasileira. Em 2022,

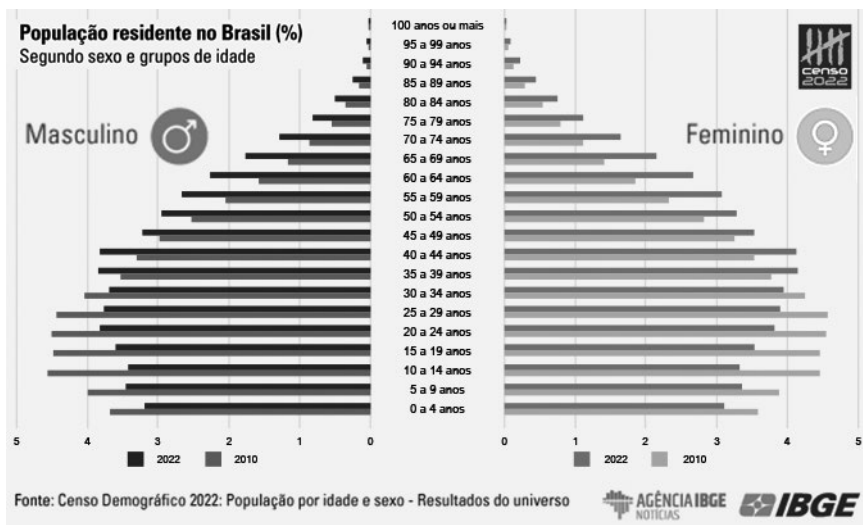
---

1 IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo**: número de idosos no Brasil cresceu 57,4% em 12 anos — Secretaria de Comunicação Social ([www.gov.br](http://www.gov.br)).

o total de pessoas com 65 (sessenta e cinco) anos ou mais no país correspondia a 22.169.101, o que representa 10,9% da população. Nota-se um aumento de 57,4% em relação a 2010, quando o contingente era de 14.081.477 (7,4% da população). O percentual de idosos atingiu o maior valor já registrado nos Censos Demográficos. No período, o total de crianças com até 14 (quatorze) anos de idade diminuiu. Em 2010, o número de crianças desta faixa etária correspondia a 45.932.294 (24,1% da população) e, em 2022, foi reduzido a 40.129.261 (19,8% da população), o que caracteriza uma queda de 12,6% (IBGE, 2022).<sup>2</sup>

Entre os anos de 2010 e 2022, é possível observar que, no Brasil, o índice de envelhecimento chegou a 55,2 em 2022, indicando que há 55,2 pessoas com 65 anos ou mais de idade para cada 100 crianças de 0 a 14 anos. Em 2010, esse índice era menor, correspondendo a 30,7, o que denota um aumento da população idosa no Brasil, conforme é possível observar no gráfico a seguir.

Gráfico 1 – Crescimento da população idosa no Brasil



Fonte: IBGE, Censo Demográfico 2022, 2024.

2 IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo 2022**: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos | Agência de Notícias (ibge.gov.br)



Portanto, a longevidade é um fenômeno presente nos dias atuais e importante conquista ao longo da história. A condição de envelhecer assume diversas frentes, podendo ser encarada não só do ponto de vista biológico, mas também do psicológico e social. Comporta diversas interpretações e percepções, podendo assumir um olhar positivo ou negativo tanto de quem observa quanto da própria pessoa sobre si (Ferreira-Costa *et al.*, 2023).

Essas percepções acontecem a partir das vivências diárias, com impacto no bem-estar, qualidade de vida e satisfação pessoal. Dessa maneira, a ideia de que o envelhecer é algo negativo surge não só da vivência pessoal do indivíduo, mas também de suas relações interpessoais e familiares, sua participação social e envolvimento na resolução de questões cotidianas (Ferreira-Costa *et al.*, 2023).

A Lei n. 10.741 de 2003, conhecida como Estatuto da Pessoa Idosa, representa um marco na legislação brasileira ao estabelecer direitos e garantias fundamentais para a pessoa idosa. Em seu primeiro artigo, define que são tidas como pessoas idosas aquelas que contam com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos (Brasil, 2003).

Essa lei reforça a responsabilidade coletiva em proteger e promover a qualidade de vida desse público, abrangendo desde cuidados básicos até o acesso à educação, cultura, lazer e participação cidadã. A legislação não apenas reafirma a dignidade e o respeito devidos à população idosa, mas também visa assegurar que eles possam desfrutar plenamente de todos os direitos fundamentais, em igualdade de condições com os demais cidadãos brasileiros.

Segundo o documento:

Art.3º. É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do poder público assegurar à pessoa idosa, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária (Brasil, 2003, cap. I, art. 3º).

Na lei, consta ainda que:

Art. 2º. A pessoa idosa goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunida-

des e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade (Brasil, 2003, cap. I, art. 3º).

Contudo, apesar da proteção legal e dos avanços culturais no que diz respeito à condição de ser e estar da pessoa idosa na sociedade brasileira, ainda são perpetuadas muitas violências contra esse público, tendo por origem preconceitos arraigados. Esses preconceitos derivam, principalmente, de uma visão que liga a velhice à baixa de capacidade produtiva e lucratividade, reduzindo o ser humano a um meio de produção de capital (Barros, 2023).

É nesse sentido que se originam as violências, que podem se dar na ordem física, mas também psicológica e até mesmo financeira, o que os fragiliza ainda mais, tornando-os envergonhados e receosos de praticar, de forma autônoma, todos os atos da vida em sociedade (Ferreira-Costa *et al.*, 2023).

Diante desse cenário, a inclusão digital se apresenta como uma das áreas-chave para promover o bem-estar e a integração social dos idosos, além de prevenir certas práticas violentas e criminosas em desfavor da pessoa idosa. Capacitá-los em informática básica não apenas os empodera digitalmente, mas também fortalece sua autonomia e melhora sua qualidade de vida. Aprender a usar computadores e a navegar na internet pode abrir novas oportunidades de aprendizado, comunicação e participação cidadã.

Além disso, a crescente população idosa representa um mercado potencial significativo. Investir em programas educacionais e de inclusão digital para idosos não é apenas uma questão de equidade social, mas também uma estratégia inteligente para impulsionar a economia. Idosos capacitados digitalmente podem se tornar empreendedores, consultores e mentores, contribuindo ativamente para o crescimento econômico do país.

## **A inclusão digital da pessoa idosa como fator de transformação social**

A tecnologia faz parte da vivência social de todos e não há como retroceder. A cada dia, são lançados novos artefatos tecnológicos que constantemente se suplantam uns aos outros. É impossível não ter o mínimo contato com a tecnologia, seja por meio de aplicativos de celular, pagamento de contas em diversos estabelecimentos, instituições financeiras e até mesmo para acessar

sistemas educacionais. As novas gerações já estão habituadas à utilização desses instrumentos no dia a dia, mas as gerações mais antigas precisam ser integradas a esse ambiente, pois a tecnologia promove modificações nas relações diversas com o outro e com o mundo (Kachar, 2010).

Com base nisso, a utilização das chamadas Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) crescem exponencialmente na cultura pós-moderna e não há como definir qual faixa etária poderá valer-se de tais ferramentas (Tomaz; Moraes, 2020).

O acesso ao computador e à internet por parte das pessoas idosas ainda é limitado e pequeno, mas, quando a utilização das tecnologias é inserida na dinâmica dessas pessoas, elas passam a utilizá-las com frequência. Nesse aspecto, funções cognitivas são estimuladas e há, inclusive, prevenção a doenças (Kachar, 2010).

É fundamental, portanto, que o governo, as instituições de ensino, as organizações da sociedade civil e o setor privado trabalhem em conjunto para promover a inclusão digital dos idosos. Isso envolve a criação de programas de capacitação acessíveis e adaptados às necessidades específicas dessa faixa etária, bem como o desenvolvimento de políticas públicas que incentivem a inclusão digital como um direito fundamental de todos os cidadãos.

A capacitação dos idosos em informática básica permite que eles estejam preparados para as demandas do mercado de trabalho atual, fortalece a coesão social e promove uma sociedade mais justa e inclusiva.

O crescimento da população idosa no Brasil é um indicativo claro da necessidade urgente de investimentos em inclusão digital e políticas públicas voltadas para os idosos. Capacitar essa parcela da população em tecnologia não é apenas uma medida preventiva contra o isolamento social, mas também um investimento no futuro de uma sociedade mais conectada, dinâmica e justa para todos os brasileiros, independentemente da idade.

A informática é uma das grandes descobertas do século XX. A sua expansão é universal, a sua utilidade é indescritível e quem a desconhece está fora do mercado de trabalho. Analisando o crescimento da informatização dos serviços oferecidos à sociedade atual, cada vez mais, busca-se a necessidade da inclusão digital dos cidadãos nesse modo de vida. Inclusão digital é simplificar a rotina diária, maximizar o tempo e as suas potencialidades; é tra-

zer, para os idosos, um novo mundo, é permitir a melhor participação dessa parcela da sociedade nos novos recursos ofertados pela informática. Incluir os idosos no mundo digital é buscar novas oportunidades de emprego, meios de comunicação, formas de obter aprendizado, entre outras. Assim, são proporcionados mais benefícios para a vida pessoal e profissional do cidadão da terceira idade, e os alunos são preparados para desempenhar suas profissões, buscando respeito e exercício da cidadania (Silva, 2021).

Nesse contexto, a inclusão digital se mostra não apenas uma questão de modernização, mas de equidade social. Com a expansão acelerada das tecnologias digitais, torna-se imperativo que todos os segmentos da população tenham acesso e saibam utilizar essas ferramentas. Os idosos, por exemplo, muitas vezes, enfrentam barreiras para se adaptar a novas tecnologias, mas, com o apoio adequado, podem não apenas se integrar, mas também se beneficiar significativamente.

Os benefícios da inclusão digital para os idosos são inúmeros. Aprender a usar computadores e dispositivos móveis não só abre novas portas para a comunicação e entretenimento, com a redução do isolamento, mas também para a educação contínua e até mesmo para novas oportunidades de trabalho. Muitos idosos descobrem um novo propósito ao aprenderem a usar a tecnologia para se conectar com familiares distantes, explorar interesses pessoais e até mesmo iniciar novos empreendimentos (Tomaz; Morais, 2020).

Além disso, a inclusão digital dos idosos contribui para a redução do isolamento social, um problema comum nessa faixa etária. A capacidade de se conectar com outras pessoas *online* ajuda a manter vínculos sociais e emocionais, o que é crucial para a saúde mental e o bem-estar. A tecnologia, quando bem utilizada, pode ser uma aliada poderosa na promoção da saúde e na prevenção de doenças entre os idosos.

O acesso à tecnologia digital é, portanto, uma questão de igualdade de oportunidades. Aqueles que têm acesso a computadores e à internet têm mais chances de melhorar suas condições de vida, seja encontrando emprego, expandindo seus horizontes educacionais ou simplesmente se conectando com o mundo ao seu redor. Portanto, programas de inclusão digital não são apenas desejáveis, mas necessários para construir uma sociedade mais justa e equitativa.

A informática e a inclusão digital são ferramentas poderosas que podem transformar vidas. Ao capacitar os idosos e os jovens com habilidades digitais, estamos investindo no futuro de nossa sociedade, promovendo a

cidadania, a inclusão social e o crescimento econômico. É fundamental que governos, empresas e instituições educacionais trabalhem juntos para garantir que todos tenham a oportunidade de participar plenamente da revolução digital do século XXI.

## **A inclusão digital da pessoa idosa na prática: a experiência do projeto de extensão da FAMESC**

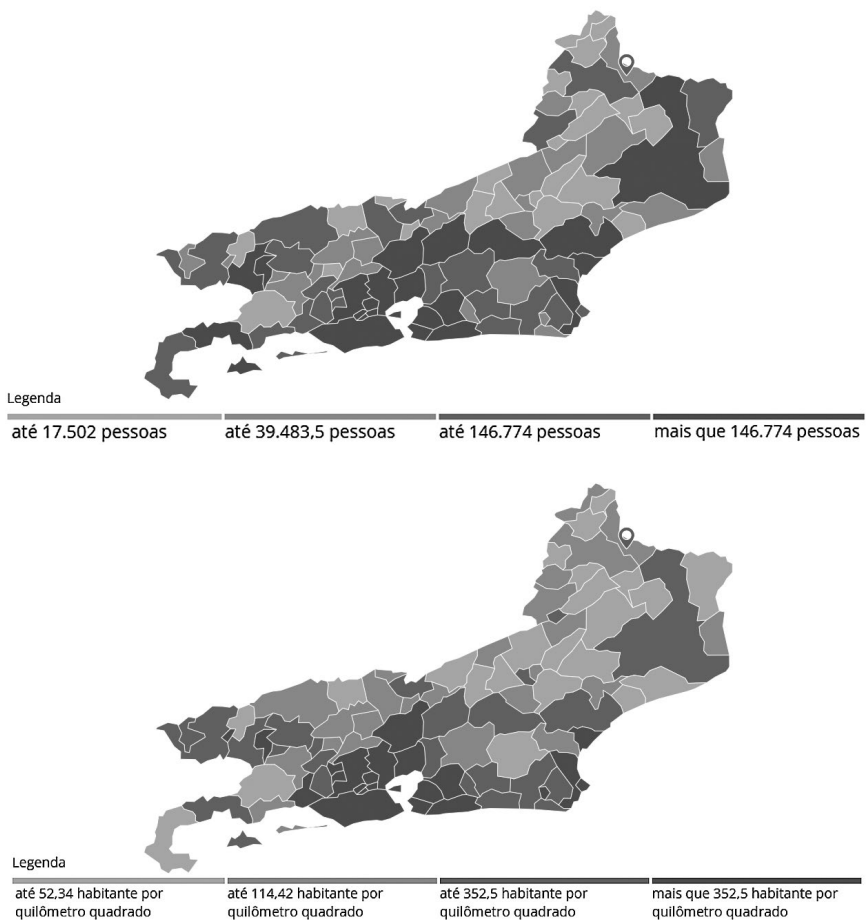
No contexto de entender que a inclusão digital da pessoa idosa é fator de transformação social, surge o projeto de extensão intitulado *Inclusão Digital da Pessoa Idosa*. Por meio de capacitação em informática básica com a utilização do Laboratório de Informática do Núcleo da Cidadania da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC), ele visa expressar o compromisso social da instituição com a comunicação, cultura, direitos humanos, justiça social, educação, meio ambiente, saúde, tecnologia e produção, sendo esses os principais objetivos do projeto de inclusão digital da pessoa idosa. O projeto muito tem contribuído para autonomia, cidadania ativa e melhor qualidade de vida de todos os alunos idosos que fazem parte. São muitos os depoimentos dos próprios idosos relatando os benefícios proporcionados.

A inclusão digital se apresenta como um pilar fundamental na promoção da igualdade e da justiça social. Através do acesso à informática básica, os idosos têm a oportunidade não apenas de adquirir novos conhecimentos, mas também de se integrar mais plenamente à sociedade contemporânea que, cada vez mais, depende da tecnologia para a realização de tarefas cotidianas.

Bom Jesus do Itabapoana, município localizado na Região Noroeste Fluminense, abrange uma área de 599 km<sup>2</sup>, o que representa 11,1% da área da Região Noroeste Fluminense, 1,38% do Estado do Rio de Janeiro, 0,0647% da Região Sudeste e 0,007% de todo o território brasileiro. O município faz parte da microrregião de Itaperuna e da mesorregião Noroeste Fluminense, situando-se a uma altitude de 88 metros. A rodovia RJ-230 atravessa o território municipal no sentido sudeste-noroeste, ligando Campos dos Goytacazes a Varre-Sai. Além disso, a BR-356 proporciona acesso a Campos dos Goytacazes e Minas Gerais, enquanto a BR-484 conecta o município ao Espírito Santo, passando por Bom Jesus do Norte, São José do Calçado e Guaçuí. A RJ-210 oferece uma rota direta para Itaperuna a oeste.

Com uma população estimada de 35.896 habitantes, Bom Jesus do Itabapoana apresenta densidade demográfica de 59,13 habitantes por km<sup>2</sup>, alinhada com a média da região. A taxa de urbanização do município é de 84%, refletindo um aumento populacional de 5,2% em comparação com a década anterior, posicionando-se como o 65º maior crescimento populacional do estado.

Figura 1 – Dados populacionais do IBGE para o município de Bom Jesus do Itabapoana-RJ, 2010 - (A) População no último censo; (B) Densidade demográfica



Fonte: IBGE, 2020. Disponível em:  
<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/bom-jesus-do-itabapoana/panorama>.



Acesso em: 05 abr. 2022.

A análise das pirâmides etárias dos censos de 2000 e 2010 revela transformações significativas no perfil demográfico do município, refletindo um estreitamento da base e um alargamento no centro. A maior parte da população concentra-se agora na faixa etária entre 30 e 49 anos, seguida pelos residentes com 50 anos ou mais. De acordo com o levantamento, o município possui um total de 14.256 domicílios, dos quais 5% são classificados como de uso ocasional. Segundo Censo do IBGE (2022), o número de pessoas idosas só cresce no município, sendo que são mais mulheres idosas do que homens, conforme tabela a seguir:

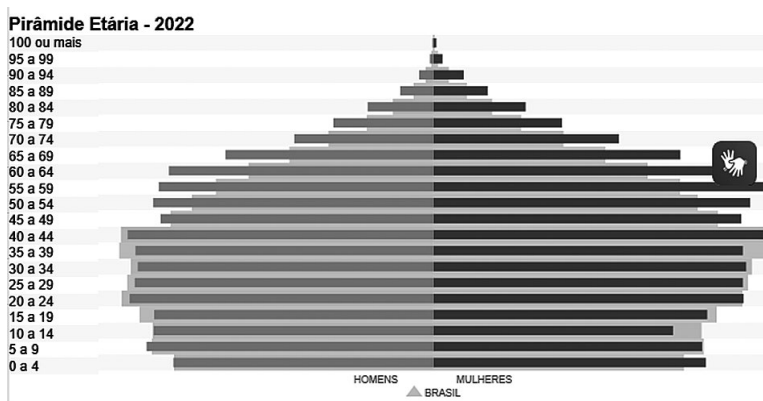
Tabela 1 – Quantitativo de pessoas idosas por gênero

<b>Idade</b>	<b>Homens</b>	<b>Mulheres</b>
60 a 64 anos	1046	1146
65 a 69 anos	822	977
70 a 74 anos	550	734
75 a 79 anos	395	509
80 a 84 anos	260	365
85 a 89 anos	131	215
90 a 94 anos	56	120
95 a 99 anos	14	36
100 anos ou mais	4	12

Fonte: IBGE, 2022.

Esses dados ilustram uma mudança notável na estrutura demográfica e habitacional ao longo das últimas décadas, indicando uma população mais envelhecida e uma configuração de domicílios diversificada, com uma parcela significativa de residências usadas ocasionalmente. Essas transformações são essenciais para o planejamento urbano e políticas públicas, que devem considerar as necessidades específicas de diferentes grupos etários e tipos de habitação para garantir o bem-estar e a qualidade de vida de todos os cidadãos.

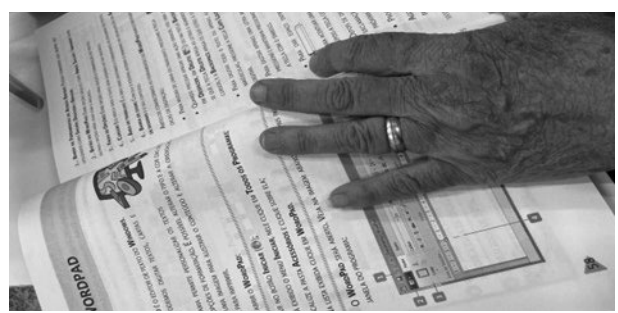
Gráfico 1 – Distribuição da população por sexo, segundo os grupos de idade, conforme os censos 2000 e 2010 para o município de Bom Jesus do Itabapoana-RJ



Fonte: IBGE, 2022. Disponível em:  
<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/bom-jesus-do-itabapoana/panorama>.  
Acesso em: 05 abr. 2022.

O Laboratório de Informática do Núcleo da Cidadania FAMESC se tornou um ponto de encontro e aprendizado para os idosos da comunidade. Nesse local, eles não apenas aprendem a usar computadores e a navegar na internet, mas também descobrem novas formas de se conectar com amigos e familiares, explorar seus interesses pessoais e buscar informações sobre saúde, direitos e lazer.

Imagem 1 – Cartilha de Atividades do Projeto



Fonte: Arquivo Pessoal, 2024.

Além disso, o projeto vai além do ensino técnico. Ele promove a inclusão social, proporcionando um espaço seguro e acolhedor no qual os idosos se sentem valorizados e respeitados. A autonomia conquistada com o domínio da informática não se restringe ao ambiente digital, mas se reflete em uma maior confiança e independência no dia a dia.

Imagem 2 – Parceiros do projeto



Fonte: Arquivo pessoal, 2024.

A cidadania ativa, por sua vez, é estimulada pela capacitação digital. Os idosos são incentivados a participar ativamente da vida comunitária, contribuindo para suas experiências e conhecimentos. Isso fortalece não apenas a sua própria autoestima, mas também a coesão social e o senso de pertencimento à comunidade.

Imagem 3 – Atividades no Laboratório de Informática



Fonte: Arquivo pessoal, 2024.

Os benefícios do projeto são evidentes não apenas nos depoimentos dos idosos, mas também nos resultados observados. Muitos relatam uma melhoria significativa na qualidade de vida, destacando a redução do isolamento social e o aumento das oportunidades de interação e aprendizado.

A saúde dos participantes também é beneficiada pela inclusão digital. O acesso a informações sobre cuidados com a saúde e bem-estar contribui para a prevenção de doenças e o envelhecimento saudável. A tecnologia se torna, assim, uma aliada na promoção da saúde física e mental dos idosos.

No âmbito educacional, o projeto abre portas para o aprendizado contínuo. Os idosos têm a oportunidade de expandir seus horizontes, adquirir novas habilidades e se manter atualizados em um mundo em constante transformação tecnológica.

A iniciativa do Núcleo da Cidadania FAMESC não só promove a inclusão digital dos idosos, mas também fortalece os laços comunitários, estimula a cidadania ativa e melhora a qualidade de vida. É um exemplo inspirador de como a tecnologia pode ser utilizada para promover o bem-estar social e o desenvolvimento humano, capacitando os idosos a serem protagonistas de suas próprias vidas na era digital.

A partir da bem-sucedida iniciativa do Projeto de Inclusão Digital da Pessoa Idosa, surgiu a UNAPI FAMESC 60+, uma universidade aberta que se dedica à educação continuada da população idosa. Esse programa universitário visa oferecer um ambiente acolhedor e estimulante no qual pessoas com mais de 60 anos possam continuar seu desenvolvimento intelectual, promovendo um envelhecimento ativo e uma melhor qualidade de vida.

Além disso, a UNAPI FAMESC 60+ busca promover a inclusão social, criando oportunidades para que os idosos interajam com outras gerações, compartilhando suas experiências e aprendendo com os mais jovens. Este intercâmbio intergeracional é essencial para a construção de uma sociedade mais coesa e inclusiva em que o conhecimento é transmitido e valorizado de maneira colaborativa.

O Programa Universidade Aberta à Pessoa Idosa, presente em diversas instituições de Ensino Superior, tem se tornado um modelo de referência na educação para a terceira idade, destacando-se pela sua abordagem inovadora e humanizada. Ao oferecer cursos e atividades que atendem às necessidades

e interesses dos idosos, a UNAPI FAMESC 60+, não apenas enriquece a vida dos participantes, mas também contribui para a valorização do papel dos idosos na sociedade. Essa formação continuada permite que os idosos se mantenham atualizados e engajados, promovendo um envelhecimento ativo e saudável, o que reforça a importância da educação ao longo da vida como um direito fundamental para todos, independentemente da idade.

## Considerações finais

Envelhecer é um processo biológico natural de todo ser humano, mas que impacta em diversos aspectos da vida do indivíduo. A pessoa idosa, ao longo da história da humanidade, sofre estigmas, preconceitos e até mesmo marginalização em virtude dos limites naturais impostos ao seu corpo e mente dada a longevidade.

Diante do crescente número de pessoas idosas na sociedade brasileira, aliada ao fato de que as tecnologias estão definitivamente inseridas no dia a dia de todos, há a necessidade de que estratégias sejam implementadas com o intuito de favorecer a autonomia e independência da pessoa idosa em sociedade, sem que as tecnologias sejam efetivas barreiras para sua participação social. O Brasil, com sua rica diversidade cultural e demográfica, tem a oportunidade de liderar o caminho na promoção da inclusão digital para todas as gerações, garantindo que cada indivíduo tenha a oportunidade de prosperar na era digital.

Com a intenção de garantir direitos fundamentais e proporcionar meios para o ensino de acesso às tecnologias, surge, em Bom Jesus do Itabapoana-RJ, o projeto de extensão intitulado *Inclusão Digital da Pessoa Idosa*, que traz inegáveis benefícios para a população idosa do referido município. Esse projeto abre as portas para que as pessoas idosas tenham acesso autônomo mais facilitado às tecnologias que fazem parte de sua vivência diária, o que acaba por promover maior alcance de direitos, independência, redução de isolamento e consequente aumento da qualidade de vida.

## Referências

BARROS, Elaine Pinheiro de. **Violência contra a pessoa idosa: desafio para a sociedade brasileira**. 2023. 63 f. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2023.

BRASIL. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/ envelhecimento\\_saude\\_pessoa\\_idosa.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/ envelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf). Acesso em 16 out. 2024.

BRASIL. **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2003. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm). Acesso em: 16 out. 2024.

CENTRAL JUDICIAL DA PESSOA IDOSA. **Mapa da violência contra a pessoa idosa no Distrito Federal**. 5. ed. Brasília: TJDF, 2024.

FERREIRA-COSTA, J. *et al.* Promoção de qualidade de vida na pessoa idosa: representações e adjetivações subjetivas. **PSI UNISC**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 249–257, 26 jul. 2023. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/18324>. Acesso em: 16 out. 2024.

KACHAR, V. Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 131-147, 2010. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/5371>. Acesso em: 16.10.2024.

SILVA, Natália Estefane de Souza. **O Serviço Social na garantia de acesso a direitos da pessoa idosa na sociedade da informação**. 2021. 67 f. Monografia (Graduação em Serviço Social) – Faculdade de Serviço Social, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2021.

TOMAZ, Edjane Crispim da Silva; MORAIS, Pauleany Simões de. Inclusão digital: vivências formativas com o uso do celular na terceira idade. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIAS; ENCONTRO DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, 2020, São Carlos. **Anais [...]**. São Carlos: UFSCar, 2020.



## 2. A inclusão digital da pessoa idosa como fator de prevenção ao declínio cognitivo

Monique Bessa de Oliveira Prucoli

Bárbara Rangel Paulista

Lara Pereira de Souza Martins

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.2

### Introdução

O envelhecimento da população é um fenômeno global impulsionado pelo aumento da expectativa de vida e pela diminuição das taxas de fertilidade. Com o envelhecimento, surgem desafios significativos relacionados à saúde, bem-estar e qualidade de vida dos idosos. Compreender os processos biológicos e psicossociais do envelhecimento é fundamental para desenvolver intervenções eficazes e promover um envelhecimento saudável e ativo (Miranda; Mendes; Silva, 2016).

O crescimento rápido da população idosa no Brasil, que já ultrapassa os 60 anos de idade, representa um desafio significativo para diversas áreas, incluindo saúde, assistência social, políticas públicas e economia. Com mais de 16 milhões de habitantes nessa faixa etária, é essencial abordar essa realidade de maneira holística e considerar múltiplos ângulos para garantir o bem-estar e a qualidade de vida dessa população (Moser, 2019). É importante reconhecer que a longevidade em si é um aspecto positivo e uma conquista da sociedade, resultado de avanços na medicina, na saúde pública e nas condições de vida em geral. No entanto, para que essa longevidade seja verdadeiramente positiva e gratificante, é fundamental que esteja associada à qualidade de vida.

A qualidade de vida, em sua complexidade, deve ser garantida para todos os idosos, sendo, assim, fundamental que se adote uma abordagem holística centrada no indivíduo (Ribeiro; Luna; Medeiros, 2018).

Assim, com o aumento da expectativa de vida e os desafios que surgem naturalmente com o envelhecimento, surge a questão: de que forma a inclusão digital dos idosos contribui para a melhoria da qualidade de vida em relação aos processos cognitivos? Nesse sentido, esta pesquisa qualitativa objetiva identificar os possíveis benefícios da inclusão digital da pessoa idosa como fator de prevenção ao natural declínio cognitivo oriundo do processo de envelhecimento. Para tanto, são utilizadas a revisão bibliográfica e pesquisa documental.

O trabalho é estruturado em três etapas: a primeira aborda a relação do envelhecimento com o declínio cognitivo; a segunda apresenta a inclusão digital e seus benefícios; e a terceira aponta estratégias de implementação e seus desafios. Ao final do trabalho, é possível notar que toda a sociedade, incluindo setor público e privado, deve estar comprometida com formas de incluir digitalmente a pessoa idosa, visto que o uso das tecnologias digitais é algo presente e permanente na vida de todos. Além disso, a inclusão digital também auxilia no bem-estar e qualidade de vida da pessoa idosa, favorecendo então a prevenção ao declínio cognitivo.

## **Saúde e direito: das políticas de proteção à pessoa idosa no Brasil**

O legislador brasileiro preocupou-se em tecer uma normativa que busque identificar os direitos estabelecidos em favor da pessoa idosa. A Lei nº 10.741/2003, conhecida como Estatuto da Pessoa Idosa, prevê que:

Art. 2º. A pessoa idosa goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade (Brasil, 2013, art. 2).

No arcabouço normativo brasileiro, existe ainda a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), estabelecida em 2006 pela Portaria nº 2528/

GM, que representou um avanço significativo na atenção à saúde dos idosos no Brasil. Essa política foi uma evolução da anterior, de 1999, mantendo seus aspectos inovadores e fortalecendo a implementação de ações específicas voltadas para a população idosa.

Uma das principais metas da PNSPI foi promover um envelhecimento saudável, garantindo a preservação da capacidade funcional e da autonomia dos idosos, além de manter ou melhorar seu nível de qualidade de vida. Para alcançar esses objetivos, a política se baseou nos princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS), que preconizam ações tanto individuais quanto coletivas em todos os níveis de atenção à saúde (Brasil, 2006).

Além disso, a PNSPI estabeleceu um processo contínuo de avaliação para acompanhar o desenvolvimento das ações propostas, permitindo ajustes conforme necessário com base na prática e na experiência adquirida (Brasil, 2006). Essa política demonstrou o compromisso do governo brasileiro em reconhecer as necessidades específicas da população idosa e em promover uma abordagem integral e adequada à sua saúde e bem-estar. Ao mesmo tempo, reforçou a importância de uma atenção à saúde que considere não apenas as questões médicas, mas também os aspectos sociais, emocionais e de qualidade de vida dos idosos.

O termo *self*, que usualmente é empregado nas pesquisas do comportamento em saúde, principalmente relacionadas a idosos, é definido por dois conceitos: autoeficácia e o controle interno. A autoeficácia é entendida como a crença que uma pessoa tem de que é capaz de agir de maneira eficaz para cuidar da própria saúde, e o controle interno se refere à percepção de que ela tem controle sobre suas ações e se responsabiliza pelas escolhas que faz em sua vida diária (Morando; Schmitt; Ferreira, 2017).

A preservação do *self* e a manutenção de objetivos ao longo da vida são aspectos cruciais para a qualidade de vida dos idosos, como demonstrado por Borglin, Edberg e Hallberg (2005). Isso destaca a importância de promover a autonomia e a independência nessa fase da vida bem como fornecer oportunidades para o engajamento em atividades significativas.

O modelo psicológico de bem-estar subjetivo na velhice proposto por Neri (2007) enfatiza a influência dos mecanismos de auto-regulação do *self* e do ajustamento psicológico, juntamente com os recursos sociais disponíveis, na forma como os idosos percebem sua qualidade de vida. Isso ressalta a importância de

apoiar não apenas a saúde física, mas também a saúde mental e emocional dos idosos bem como garantir que eles tenham acesso a redes de apoio social.

Em resumo, a qualidade de vida na velhice é um conceito multifacetado que vai além da saúde física e inclui aspectos psicológicos, sociais e ambientais. É fundamental adotar uma abordagem geral, focada em cada indivíduo, para promoção de qualidade de vida que satisfaça a necessidade de cada idoso (Mota; Coelho; Batista, 2017). O envelhecimento populacional é um fenômeno global que apresenta desafios significativos para os sistemas de saúde e bem-estar social. Compreender as complexidades do envelhecimento e suas implicações na saúde é fundamental para desenvolver políticas e intervenções eficazes que promovam um envelhecimento saudável e ativo.

## Envelhecimento e declínio cognitivo

O processo de envelhecimento é complexo, ocorre progressivamente, de formas individuais, e envolve declínios nas habilidades funcionais e cognitivas (Oliveira *et al.*, 2018). Para a Organização Panamericana de Saúde (OPAS) (2006, p. 8), o envelhecimento é:

[...] um processo sequencial, individual, acumulativo, irreversível, universal, não patológico, de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie de maneira que o tempo torne capaz de fazer frente ao estresse do meio-ambiente e, portanto, aumente sua possibilidade de morte (OPAS, 2006, p. 8)

Para adoção de políticas públicas em favor da pessoa idosa, existem mecanismos legais que buscam definir, por meio de um marco etário, quem pode se enquadrar na condição de idoso. No Brasil, a Lei nº 10.741/2003 – Estatuto da Pessoa Idosa aponta que aqueles que possuem idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos são pessoas idosas para efeitos legais (Brasil, 2013). Contudo, o processo de envelhecimento não pode ser limitado a uma idade ou faixa etária, demandando a análise de um contexto muito mais abrangente.

Brandão *et al.* (2020) apontam que o envelhecimento é um processo natural que pode acarretar na redução da autonomia e independência da pessoa idosa. Devido a esse processo de envelhecimento, há uma redução na capacidade cognitiva do indivíduo, conhecida como declínio cognitivo. Essa

mudança afeta áreas como a memória, a linguagem, o desenvolvimento psicomotor assim como as funções executivas (Ferreira *et al.*, 2022).

Portanto, o declínio cognitivo é caracterizado pelo comprometimento de habilidades importantes, tais como memória, atenção, orientação, fluência verbal e funções executivas, o que pode evoluir para diagnósticos mais graves como as demências.<sup>1</sup> Em certa medida, essa condição, que deriva do processo de envelhecer, afeta a qualidade de vida das pessoas a partir de aspectos psicológicos, sociais e ambientais.

O comprometimento cognitivo leve é uma condição em que o indivíduo apresenta alterações cognitivas, mas sem perda significativa de sua autonomia nas atividades diárias. Embora a execução de tarefas complexas que antes eram habituais possa se tornar mais difícil, a pessoa ainda é capaz de manter sua independência, necessitando apenas de assistência mínima (Petersen, 2011).

Além do natural processo biológico que conduz ao envelhecimento, doenças crônicas, estilo de vida sedentário e falta de interação social podem contribuir para o declínio cognitivo. Para prevenir e adiar ao máximo esse declínio, intervenções que promovam o cuidado físico, social e mental do indivíduo podem contribuir para que isso ocorra de forma mais lenta (Gontijo *et al.*, 2021). Os efeitos positivos dessas intervenções são atribuídos à neuroplasticidade, que possibilita ao cérebro ajustar-se e reorganizar-se diante de novos desafios, ajudando a preservar as funções cognitivas (Amodeo; Netto; Paz, 2010).

Dessa forma, os estímulos que visam promover essas conexões cerebrais que preservam as funções cognitivas são de fundamental importância no retardo do declínio cognitivo. Nesse cenário, os desafios que se originam a partir do uso das tecnologias, tão necessárias para a vivência em sociedade na contemporaneidade, são excelentes ferramentas de apoio nesse processo, pois promovem infinitas possibilidades de exercício que estimulam as funções cognitivas da pessoa idosa.

---

1 ALZHEIMER'S ASSOCIATION; CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Healthy Brain Initiative, State and Local Public Health Partnerships to Address Dementia: The 2018-2023 Road Map.** Chicago, IL: Alzheimer's Association, 2013.

## Inclusão digital: benefícios e desafios

A sociedade moderna é totalmente influenciada pela tecnologia e seus constantes avanços, permeada por infinitas conexões e aparências. Põe-se em curso a chamada era digital ou sociedade do conhecimento, na qual o que é virtual, instantâneo e informativo encontra destaque, oportunizando novas formas de relacionamentos interpessoais. Porém, essas mudanças rápidas e frequentes podem não ser acompanhadas por todas as pessoas em condições de igualdade, em especial tratando-se da população idosa (Maciel, 2014).

As chamadas Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC's) estão definitivamente incorporadas ao cotidiano social, em especial o uso de smartphones, mas não somente eles. É nesse contexto que emerge o conceito de inclusão digital. Segundo De Luca (2004):

Incentivar a produção e a troca de conhecimento nas comunidades localizadas na área de entorno da empresa; fornecer dicas profissionais, compartilhar experiências, elaborar projetos em conjunto; incentivar e influenciar a busca de auto-sustentabilidade das comunidades; incentivar o empreendedorismo e fornecer apoio tecnológico também são, hoje, valiosas ações corporativas que contribuem para a prática de responsabilidade social, favorecendo a inclusão digital e, conseqüentemente, a social (De Luca, 2004, p. 10).

De Luca (2004) afirma que o simples acesso às máquinas conectadas à internet não é suficiente para promoção da inclusão digital. É necessário estar apto a usar as TIC's por meio de capacitação em conhecimentos básicos de informática e da educação com a utilização consciente desses mecanismos.

É nesse contexto que, para a pessoa idosa, as TIC's são ferramentas extremamente úteis, mas desafiadoras (Maciel, 2014). O acesso à tecnologia, especialmente ao uso de smartphones, está crescendo significativamente entre os idosos. Se, por um lado, há um avanço significativo da população idosa em termos quantitativos, por outro, a população brasileira está cada vez mais dependente dos recursos digitais, embora haja inegáveis benefícios, como o estímulo do raciocínio e aumento da autoestima, contribuindo para uma melhor qualidade de vida (Custódio *et al.*, 2019).

Segundo Daniel *et al.* (2024),

O acesso a tecnologias digitais oferece entretenimento, oportunidades de conexão social e atividades que influenciam diretamente a percepção de qualidade de vida. [...] A tecnologia se mostra como um recurso terapêutico, proporcionando suporte emocional e combatendo o isolamento social (Daniel *et al.*, 2024, p. 3-4).

Estudos recentes demonstram que o uso das tecnologias da comunicação e informação (TIC's), como os computadores, *tablets* ou *smartphones*, promovem o bem-estar subjetivo entre as pessoas idosas (Nimrod, 2019), incentivando o engajamento social quando conectadas em atividades *online* (Szabo *et al.*, 2019). É importante abordar a temática sobre inclusão digital das pessoas idosas para garantir a participação efetiva dos idosos na sociedade e na economia digital brasileira (Arruda *et al.*, 2023).

A utilização de TIC's pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades motoras, seguidas de habilidades cognitivas (Wang *et al.*, 2020). A alfabetização digital refere-se à obtenção de habilidades para a interpretação e compreensão dos códigos e da linguagem, incluindo domínio da escrita e compreensão da leitura no contexto digital (Silva; Behar, 2019), sugerindo que seja uma prática importante na rotina diária das pessoas idosas e que, possivelmente, contribua para melhora da qualidade de vida e para a redução do impacto do envelhecimento sobre a cognição.

Ademais, a inclusão digital das pessoas idosas esbarra em uma série de entraves, sendo alguns deles o próprio declínio neurobiológico, sensorial, motor e físico, em virtude do próprio processo de envelhecer. O declínio cognitivo também pode ser elencado como um entrave, por conta das questões relacionadas à memória, atenção, linguagem, aprendizado, emoções e inteligência, resultantes do avanço da idade. Também são barreiras o tamanho e a complexidade dos dispositivos utilizados.<sup>2</sup>

Dessa forma, mesmo diante dos desafios impostos, a utilização das tecnologias ajuda a manter os idosos mentalmente ativos, melhorando seu bem-estar, tirando-os da solidão e conectando-os com o mundo todo.

---

2 GARCIA, Laleska Geovanna Marques; CARVALHO, Célia Regina de. **Desafios e oportunidades da inclusão digital para mulheres idosas**. Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufms.br/jspui/retrieve/4fe-45803-33e2-4c6d-b0ec-0cffe0c7bbe/9815.pdf>. Acesso em: 24 ago. 2024.

## Considerações finais

O envelhecimento populacional apresenta desafios significativos, mas também oferece oportunidades para promover uma sociedade mais inclusiva e saudável para todas as idades. Ao entendermos melhor os processos do envelhecimento e implementarmos intervenções eficazes, podemos garantir que as pessoas idosas desfrutem de uma vida mais longa, saudável e significativa. A inclusão digital emerge como uma ferramenta essencial nesse contexto, pois proporciona aos idosos não apenas o acesso a informações e serviços, mas também oportunidades para se manterem mentalmente ativos e socialmente conectados. A alfabetização digital oferece estímulos que preservam e melhoram as funções cognitivas.

Esse tema permitiu demonstrar que as abordagens que promovem saúde integral, bem-estar e qualidade de vida das pessoas idosas são possíveis de acontecer com programas de saúde, estratégias de enfrentamento dos problemas e a busca de cuidados para o corpo e a mente. O envelhecimento, assim, é um fenômeno sujeito a mudanças, e a inclusão digital desempenha um papel crucial na promoção de um envelhecimento saudável e na redução dos impactos do declínio cognitivo.

## Referências

AMODEO, M. T.; NETTO, T. M.; PAZ, R. F. Desenvolvimento de programas de estimulação cognitiva para adultos idosos: modalidades da Literatura e da Neuropsicologia. **Letras de Hoje**, Porto Alegre, v. 45, n. 3, p. 54-64, 2010. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/fale/article/view/8121> Acesso em: 02 set. 2024.

ARRUDA, C. D. *et al.* Evolução da inclusão digital dos idosos no âmbito global e sua aplicabilidade no Brasil: como aumentar a participação dos idosos na sociedade de maneira significativa? In: MARTINS, E. R. (org.). **Ciências da computação: avanços e tendências em pesquisa – volume 2**. 1. ed. Guarujá: Científica Digital, 2023. p. 70-102.

BRANDÃO, B. M. L. S.; SILVA, A. M. B.; SOUTO, R. Q.; ALVES, F. A. P.; ARAÚJO, G. K. N. de; JARDIM, V. C. F. da S.; ARAÚJO, H. V. de. Relação da cognição e qualidade de vida entre idosos comunitários: estudo transversal. **Rev. Bras. Enferm.**, [S. l.], n. 73, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/zshHQQB-WNfPvzmwC6bmbH8R/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 02 set. 2024.

BRASIL. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_saude\\_pessoa\\_idosa.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf) Acesso em 02 set. 2024.



BRASIL. **Estatuto do Idoso**. 3. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2018/marco/CartilhaUNISAL.pdf> Acesso em: 02 set. 2024.

BORGLIN, G.; EDBERG, A. K.; HALLBERG, I. R. The experience of quality of life among older people. **Journal of Aging Studies**, v. 19, n. 2, p. 201-220, 2005. Disponível em: <https://portal.research.lu.se/en/publications/the-experience-of-quality-of-life-among-older-people> Acesso em: 02/09/2024.

DANIEL, André Colombo; DOURADO, Brenda Victoria Maximo; DOURADO, Pamela Kaisa Maximo; RESENDE, Bruna Ribeiro; FERNANDES, Josefa Maria Dias da Silva. Considerações sobre os benefícios da inclusão digital na terceira idade. **Revista Corpus Hippocraticum**, São José do Rio Preto, v. 1, n. 1, 2024. Disponível em: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/1158>. Acesso em: 02 set. 2024.

DE LUCA, C. O que é Inclusão Digital? *In*: CRUZ, R. **O que as empresas podem fazer pela inclusão digital**. 1 ed. São Paulo: Instituto Ethos, 2004.

FERREIRA, B. de S. *et al.* Efeitos do treinamento resistido em idosas com declínio cognitivo. **Fisioterapia em Movimento**, [S. l.], v. 35, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/YsxcgwSsM9sthXNn6nL6L9Gz/?lang=pt> Acesso em: 02 set. 2024.

GONTIJO, D. T. *et al.* Autopercepção da saúde e variáveis associadas entre idosos cuidadores e não cuidadores. **Cadernos de Saúde Coletiva**, [S. l.], v. 29, n. 1, p. 23-32, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/PFy9tr6WgbCyyyVjBvpgLNp/> Acesso em: 02 set. 2024.

MACIEL, Priscila Cristina da Silva. **Um estudo comparativo sobre o contexto da inclusão digital e sua influência no desempenho cognitivo de idosos para um envelhecimento bem-sucedido**. 2014. 159 f. Dissertação (Mestrado em Cognição e Linguagem) – Centro de Ciências do Homem, Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro, Campos dos Goytacazes, 2014.

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 507-519, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/MT7n-mJPPRt9W8vndq8dpzDP/abstract/?lang=pt> Acesso em: 02 set. 2024.

MORANDO, E. M. G.; SCHMITT, J. C.; FERREIRA, M. E. C. Envelhecimento, autocuidado e memória: intervenção como estratégia de prevenção. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 353-374, 2017. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/2176-901X.2017v20i2p353-374> Acesso em: 02 set. 2024.

MOSER, A. O envelhecimento da população brasileira e seus desafios. **Revista Eclesiástica Brasileira**, Petrópolis, v. 70, n. 277, p. 132-152, 2019. Disponível em: <https://revistaeclesiasticabrasileira.itf.edu.br/reb/article/view/1211> Acesso em: 02 set. 2024.

MOTA, Rosimeire da Silva Moreira; COELHO, Maria Leticia Marcondes; BATISTA, Oliveira Eraldo Carlos. Qualidade de vida na velhice: uma reflexão teórica. **Revista Communitas**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 47-61, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufac.br/index.php/COMMUNITAS/article/view/1122> Acesso em: 02 set. 2024.

NERI, A. L. Qualidade de vida na velhice e subjeti-vidade. *In*: NERI, A. L. (org.). **Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar**. 2 ed. Campinas: Alínea, 2007, p. 13.-60

NERI, A. L.; FREIRE, S. A. **E por falar em boa velhice**. 1 ed. Campinas: Papirus, 2000.

NIMROD, G. Aging Well in the Digital Age: Technology in Processes of Selective Optimization with Compensation. **Journals of Gerontology: Social Sciences**, p. 1-10, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31504873/>. Acesso em: 02 set. 2024.

OLIVEIRA, D. V.; LIMA, M. C. C.; OLIVEIRA, G. V. N.; BERTOLINI, S. M. M. G.; NASCIMENTO, J. R. A.; CAVAGLIERI, C. R. Is sedentary behavior an intervening factor in the practice of physical activity in the elderly? **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 4, p. 472-479, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/T7yXqJp7pQbTBt4db7MSjVR/?lang=en> Acesso em: 02 set. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

PETERSEN, R. C. Clinical practice. Mild cognitive impairment. **The New England Journal of Medicine**, New England, v. 364, n. 23, p. 2227-2234. DOI: 10.1056/NEJMcp0910237.

RIBEIRO, Laís Claudino Moreira; LUNA, Verônica Lúcia do Rego; MEDEIROS, Katruccy Tenório. Estratégias de Enfrentamento das Doenças por Idosas Hospitalizadas. **Rev. Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 23, n. 3, p. 473-482, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/wPS3NwLTxtKgZBmpQyNfdVg/abstract/?lang=pt> Acesso em: 02 set. 2024.

SZABO, A.; ALLEN J.; STEPHENS, C.; ALPASS, S. Longitudinal Analysis of the Relationship between Purposes of Internet Use and Well-being among Older Adults. **The Gerontological Society of America**, v. 59, n. 1, p. 58-68, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29688332/> Acesso em: 02 set. 2024.

WANG, Ya-ling; HOU, Huei-Tse; TSAI, Ching-Chung. A systematic literature review of the impacts of digital games designed for older adults. **Educational Gerontology**, v. 46, n. 1, p. 1-17, 2020. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/337805677\\_A\\_systematic\\_literature\\_review\\_of\\_the\\_impacts\\_of\\_digital\\_games\\_designed\\_for\\_older\\_adults](https://www.researchgate.net/publication/337805677_A_systematic_literature_review_of_the_impacts_of_digital_games_designed_for_older_adults) Acesso em: 02 set. 2024.

### 3. Tecnologias Assistivas para idosos com Alzheimer

Margareth Brandina Barbosa  
Marly Torres Rodrigues da Silva  
Ivanildo Geremias da Silva  
DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.3

#### Introdução

Atualmente, os países desenvolvidos estão passando por mudanças demográficas, o que implica um número crescente de idosos, um grupo demográfico específico propenso a sofrer de inúmeras doenças crônicas pela relação direta que possui com a velhice.

O desafio do envelhecimento da população e o número crescente de pacientes com doença de Alzheimer significam que a sociedade, em geral, e as famílias, em particular, precisam estar preparadas para um aumento da carga econômica e psicológica. Entretanto, viu-se, no decorrer deste século XXI, um aumento sem precedentes no desenvolvimento de tecnologias avançadas que entram em todos os aspectos de nossas vidas, inclusive na área da saúde.

Existem várias tecnologias em uso, incluindo dispositivos digitais, sensores e aplicativos inteligentes, que ajudam os idosos com suas necessidades diárias em suas próprias casas. O desenvolvimento de uma estratégia para uma solução tecnológica integrada resolveria muitos problemas enfrentados por pacientes idosos e levaria a melhorar sua qualidade de vida, saúde e segurança.

Até as ferramentas tecnológicas mais simples podem oferecer aos pacientes de Alzheimer um grande grau de ajuda, como, por exemplo, os lembretes na

forma de mensagens que podem ser gravados em um dispositivo em casa e depois reproduzidos em voz alta no momento apropriado. Alguns dispositivos podem até reproduzir mensagens com base na atividade da pessoa. Dessa forma, fica caracterizado que tão importante quanto as próprias tecnologias é a forma como elas são usadas e articuladas em prol dos portadores de Alzheimer.

A tecnologia de gerenciamento de medicamentos pode ser tão simples quanto uma caixa de comprimidos marcada com dias da semana ou de alta tecnologia, como distribuidores automáticos de comprimidos que emitem um bipe e abrem, com o intuito de lembrar aos profissionais de saúde e pacientes com demência a hora de tomar os medicamentos

Para pacientes com demência, passear fora de suas casas sem vigilância pode apresentar um problema sério. É aí que os dispositivos de localização e rastreamento GPS entram para resolver prontamente essas situações de emergência. As ferramentas mais avançadas incluem telefones com imagens, projetados especificamente para pessoas que não se lembram dos números de telefone e podem precisar entrar em contato com alguém rapidamente. Alguns telefones vêm com botões transparentes nos quais as fotos podem ser colocadas, de modo que a pessoa pode simplesmente pressionar o botão associado à foto para fazer uma ligação facilmente.

As ferramentas mais complexas, ainda em fase de pesquisa, incluem o monitoramento do uso de aparelhos elétricos comuns e a garantia de que o usuário não se esqueça de desligá-los; além disso, estão sendo desenvolvidas soluções de monitoramento doméstico usando sensores, câmeras e *scanners*.

As soluções tecnológicas são divididas em diferentes grupos, de acordo com seu uso: facilitação de tarefas diárias, assistência à mobilidade, assistência médica e reabilitação e inclusão e comunicação social.

Existe uma gama de opções de categorização que, geralmente, levam em conta a natureza da tecnologia ou as necessidades dos idosos. As soluções tecnológicas para pessoas com doença de Alzheimer se enquadram no grupo de tecnologias assistivas e incluem Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), dispositivos sensores, atuadores e dispositivos sonoros.

Apesar do surgimento de tecnologias avançadas que penetram em todas as áreas da vida humana com dispositivos digitais (sensores e aplicativos inteligentes) e podem ajudar os idosos com Alzheimer, permitindo melhor

comunicação e controle por parte de seus cuidadores, pouco se abordou sobre a ajuda que trazem no enfrentamento dos problemas e necessidades dessas pessoas, o que torna necessário levantar tal hipótese para entender a melhor forma de essas soluções tecnológicas melhorarem sua saúde e segurança.

A doença de Alzheimer afeta principalmente as habilidades mentais do paciente na medida em que o paciente luta para entender e se fazer entender. Soukup *et al.* (2013) apontaram que a perda de habilidades mentais é radical e progride rapidamente. Os sintomas individuais da doença de Alzheimer podem variar de paciente para paciente, dependendo da personalidade, estilo de vida e condição geral de saúde de cada um.

Especificar os desafios enfrentados por esses pacientes e seus cuidadores, assim como revisar as soluções tecnológicas disponíveis no mercado e os benefícios e as desvantagens do tratamento assistido por elas no atendimento aos pacientes com Alzheimer, é de grande importância. Com o uso das tecnologias assistivas, os pacientes que sofrem de Alzheimer se beneficiam de um ambiente físico seguro, que inspira confiança, promove a independência e garante sua segurança. Em vez da qualidade física do ambiente, é importante a sensação geral de segurança e confiabilidade percebida pelo paciente, fazendo com que se sinta melhor em sua própria casa, desde que apoiados por soluções tecnológicas que os auxiliem em suas tarefas diárias.

## **Doença de Alzheimer e a integração às tecnologias assistivas**

De acordo com Yazar *et al.* (2018), o aparecimento da doença de Alzheimer e de outras demências é notado pela primeira vez, em pequenas mudanças comportamentais da pessoa afetada. Além do mais, os pacientes experimentam dificuldades com memória de curto prazo, aprendizado, contagem e tomada de decisão.

Em seus estudos, Soukup *et al.* (2013) apontaram para resultados claros de progressão radical em relação à perda de habilidades mentais. No entanto, apesar de a doença de Alzheimer ser tradicionalmente dividida em três estágios (inicial, leve e avançado), nem todos os pacientes experimentaram uma progressão clara de um estágio para outro.

Os sintomas manifestados pelo paciente nem sempre correspondem ao estágio específico da doença e nem todos os sintomas devem ser manifestados.

Para Yazar *et al.* (2018), no geral, a transição de um estágio para outro pode levar vários anos. Pacientes em diferentes estágios da doença apresentam diferentes conjuntos de requisitos, resumidos na tabela 1.

Tabela 1 – Tratamento e cuidados necessários nos três estágios da doença de Alzheimer

<b>Estágio</b>	<b>Atividades afetadas pela doença de Alzheimer</b>	<b>Sintomas da doença de Alzheimer</b>
I. Início	Memória, fala, organização complexa, habilidades sociais, julgamento e pensamento lógico, mobilidade, sentidos.	Memória de curto prazo prejudicada; todas as habilidades e sentidos pioram; mas substituto pode ser usado para eliminar problemas.
II. Suave	Memória, fala, organização complexa, habilidades sociais, julgamento e pensamento lógico, mobilidade, sentidos.	Perde a capacidade de cuidar de si mesmo; perde a capacidade de julgamento independente; a orientação deteriora-se.
III. Avançado	A capacidade de fazer qualquer coisa complexa (incluindo vestir-se) é perdida e o paciente depende totalmente dos prestadores de cuidados e dos membros da família. Memória falha – oscilações diárias senoidais da doença movimento difícil, geralmente paciente acamado.	Precisa de assistência com atividades diárias e alterações de cuidados pessoais nas habilidades físicas, incluindo a capacidade de andar, sentar, e eventualmente engolir; tem dificuldade crescente de se comunicar.

Fonte: Adaptado de Yazar *et al.* (2018).

Os pacientes que sofrem de Alzheimer se beneficiam de um ambiente físico que inspira confiança, promove a independência e garante sua segurança. Deve-se colocar em segundo plano a qualidade física do ambiente para se ressaltar a empatia e a sensação de tranquilidade geral percebida pelo paciente.

Os indivíduos com Alzheimer tendem a se sentir melhor em suas próprias casas, desde que apoiados por soluções tecnológicas que os auxiliem nas tarefas diárias, foco maior desse estudo, e atuem no sentido de melhorar a saúde e a segurança dos idosos com a doença.

Com base nos artigos revisados, a maioria das soluções tecnológicas para idosos com doença de Alzheimer está focada no monitoramento dos pacientes

e na melhoria das condições de trabalho de seus cuidadores, em especial os dispositivos para detecção e monitoramento de atividades.

Bravo *et al.* (2018) ressaltam que a discussão sobre o uso de tecnologias para suporte e atendimento a pessoas com Alzheimer vem crescendo e refletindo uma grande diversidade de soluções tecnológicas já disponíveis para esses indivíduos e outras em desenvolvimento.

A literatura analisada aponta que o recurso mais desejável para residências inteligentes de pacientes com Alzheimer é o monitoramento dos sinais vitais e alterações do estado de saúde deles por meio de dispositivos portáteis.

Por fim, Sixsmith *et al.* (2010) entendem que as soluções tecnológicas têm um potencial inegável na promoção da segurança e reabilitação dos pacientes, impedindo seu isolamento social, prolongando sua autonomia e evitando sua institucionalização prematura.

Este estudo dedica-se a reconstruir teorias, conceitos, ideias, ideologias, polêmicas, tendo em vista, em termos imediatos, aprimorar fundamentos teóricos no sentido de reorganizar quadros de referência, condições explicativas da realidade, polêmicas e discussões pertinentes ao assunto abordado (Demo, 2000). A pesquisa foi de natureza exploratória, com o objetivo de abordar o uso de tecnologias assistivas para idosos com Alzheimer. O estudo buscou fornecer uma base sólida para futuras investigações, utilizando pesquisas bibliográficas para aprofundar o conhecimento sobre o tema. Essa abordagem permitiu maior compreensão do assunto a partir de hipóteses e intuições que podem ser melhor desenvolvidas em estudos futuros.

## **Tecnologias assistivas**

Em aspectos legais, a proteção das pessoas com deficiência se ampara, primeiramente, na Constituição Federal de 1988, que, em seu artigo 196, determina que a saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas públicas que reduzam o risco de doença e de outros agravos, bem como o acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação.

Em 2015, o Senado Federal lançou o Estatuto da Pessoa com Deficiência, através da Lei Brasileira de Inclusão – Lei nº 13.146 de julho de 2015 –, que define pessoa com deficiência como sendo aquela com impedimento de longo

prazo, seja de natureza física, mental, intelectual ou sensorial; que, em interação com uma ou mais barreiras, são impedidos de participarem plena e efetivamente da sociedade em igualdade de condições. Além disso, cria instrumentos para garantir seus direitos e liberdades (Brasil, 2015).

No que tange às Tecnologias Assistivas, o estatuto as elenca como produtos, equipamentos, dispositivos, recursos, metodologias, estratégias, práticas e serviços que tenham como objetivo promover a funcionalidade relacionada à atividade e à participação da pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida, visando à sua autonomia, independência, qualidade de vida e inclusão social (Brasil, 2015).

Para Cook e Hussey (1995), a definição de tecnologias assistivas é “uma gama de equipamentos, serviços, estratégias e práticas concebidas e aplicadas para amenizar os problemas funcionais encontrados pelos indivíduos com deficiências” (Cook; Hussey, 1995, p. 2).

Vale ressaltar a diversidade de aplicações, áreas, públicos e usos das tecnologias assistivas, sendo necessário o acompanhamento de cada caso por profissionais da saúde para que se possa reconhecer a necessidade específica, ou seja, como aplicar e utilizar essas tecnologias para os tratamentos.

## **Alzheimer: demência ou deficiência?**

A CID-10 foi conceituada para padronizar e catalogar as doenças e problemas relacionados à saúde, tendo como referência a Nomenclatura Internacional de Doenças, estabelecida pela Organização Mundial de Saúde. A CID-10 fornece códigos relativos à classificação de doenças e de uma grande variedade de sinais, sintomas, aspectos anormais, queixas, circunstâncias sociais e causas externas para ferimentos ou doenças. A cada estado de saúde, é atribuída uma categoria única à qual corresponde um código CID-10 (Brasil, 2008).<sup>1</sup>

O CID G30 representa a Doença de Alzheimer – transtorno neurológico degenerativo com etiologia desconhecida e desenvolvimento lento e constante. Porém, é dividido em 4 (quatro) subcategorias: G30.0: Doença de Alzhei-

---

1 BRASIL. CID-10 DATASUS. Centro Colaborador para Classificação de Doenças em Português – CBCD - Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - CID-10, 2008. Disponível em: <http://www2.datasus.gov.br/cid10/V2008/cid10.htm>. Acesso em: 20 ago 2024.



mer de início precoce; G30.1: Doença de Alzheimer de início tardio; G30.8: Outras formas de doença de Alzheimer; G30.9: Doença de Alzheimer não especificada (Brasil, 2008).

A demência causada pela doença é caracterizada pelo CID F00, com quatro subcategorias: F000 – Demência na doença de Alzheimer de início precoce, F001 – Demência na doença de Alzheimer de início tardio, F002 – Demência na doença de Alzheimer, forma atípica ou mista e F009 – Demência não especificada na doença de Alzheimer. Cada uma corresponde a um dos subtipos do CID G30 (Brasil, 2008).

Pode-se dizer que pessoas com deficiência são aquelas com comprometimentos sensoriais, físicos ou intelectuais de longo prazo. A interação desses comprometimentos com as barreiras do meio impede essas pessoas de participarem da sociedade plenamente. A Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015) define pessoa com deficiência da seguinte forma:

Art. 2º Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas (Brasil, 2015, cap. I, art. 2).

Lembrando que o paciente com CID G30 tende a apresentar deterioração cognitiva e da memória, comprometimento das atividades quotidianas, sintomas neuropsiquiátricos e alterações comportamentais.

No mundo, a doença de Alzheimer e outras demências atingem 44 milhões de pessoas. A demência é uma doença neurodegenerativa, de caráter progressivo, na qual ocorre o comprometimento gradual das funções cognitivas. Memória e consciência comprometida, instabilidade emocional ou no convívio social e permanência do quadro por 6 meses são parâmetros utilizados pela CID-10 para as demências. O comprometimento cognitivo leve também envolve alterações da cognição. Muitas vezes, pode ser observado como um estágio pré-clínico das demências, porém esse pode possuir uma característica estável e reversível (Holthe *et al.*, 2018).

Viviane Guimarães (2020) diz que, embora o Alzheimer não seja classificado como uma demência, a demência é uma doença mental caracterizada por prejuízo cognitivo, que pode incluir alterações de memória, raciocínio,

concentração, aprendizado, realização de tarefas complexas, julgamento, linguagem e habilidades visuais-espaciais e desorientação em relação ao tempo e ao espaço. Essas alterações podem ser acompanhadas por mudanças no comportamento ou na personalidade (sintomas neuropsiquiátricos).

Entretanto, os prejuízos, necessariamente, interferem na habilidade no trabalho ou nas atividades usuais, representam declínio em relação a níveis prévios de funcionamento e desempenho e não são explicáveis por outras doenças físicas ou psiquiátricas. E são muitas doenças podem causar um quadro de demência. Entre as várias causas conhecidas, a doença de Alzheimer é a mais frequente. Assim, é evidente que o Alzheimer se encaixa como uma deficiência intelectual de longo prazo (Guimarães, 2020).

Segundo o Ministério da Saúde, o Alzheimer é uma condição que afeta 1,2 milhão de pessoas no Brasil e 100 mil novos casos são diagnosticados por ano. No Brasil, centros de referência do Sistema Único de Saúde (SUS) oferecem tratamento multidisciplinar integral e gratuito para pacientes com a doença, além de medicamentos que ajudam a retardar a evolução dos sintomas da condição (Agência Gov., 2023).

## **Tecnologias: melhoria na qualidade de vida**

Segundo Andrade e Pereira (2009), o uso da Tecnologia Assistiva (TA) tem sido evidenciado cientificamente, permitindo ao idoso, em muitos casos, desenvolver atividades funcionais de vida diária com segurança, aumentando sua independência e autonomia, prevenindo comorbidades e, dessa forma, contribuindo para a melhoria da sua qualidade de vida. Isso resulta na diminuição da necessidade de cuidadores não-formais e formais, na prevenção a acidentes e quedas, hospitalizações e institucionalizações, além de um menor gasto financeiro com o paciente.

São vários tipos de TA's, desde as mais simples sem nenhum aparato tecnológico até aquelas que necessitam de tecnologias para garantir sua funcionalidade. Para Horton (2008) e Lansley *et al.* (2004), as chamadas tecnologias simples incluem os andadores, corrimãos nas paredes, bengalas, entre outros. Já as tecnologias complexas são representadas por dispositivos com sensores (de queda, de ocupação, monitorização por câmeras, entre outros).

As TA's podem atuar de 3 formas: (1) garantindo que o idoso esteja realizando suas atividades diárias em segurança e, caso tenha algum perigo, irá

alertar um familiar/cuidador; (2) funcionando como um fator que compensa um pouco determinado comprometimento; e (3) monitorando as habilidades cognitivas e emitindo uma avaliação. Além disso, as TA's auxiliam na manutenção desse idoso na sociedade e 33 permanências do vínculo com o ambiente familiar, adiando uma possível situação de institucionalização (Czarnuch; Ricciardelli; Mihailidis, 2016).

No meio científico, diversos modelos são propostos a todo momento, com intuito de atender às diversas dificuldades encontradas e atender às necessidades não só do idoso, mas também de seus familiares e cuidadores.

Um modelo proposto por Machado *et al.* (2021) diz que é possível identificar comportamentos perigosos de pacientes com Alzheimer através de dados fisiológicos recebidos em um aplicativo externo (*DCARE Dataset*), simular com base no histórico de contextos para identificar o comportamento do paciente e relacionar os dados com os sintomas mais comuns listados a partir de atividades de rotina ou possíveis comportamentos perigosos para a saúde e a segurança do paciente.

Outra proposta interessante é o *SofiHub*, uma plataforma de casa inteligente para idosos. É composto por vários dispositivos e *software* que irão detectar, interagir, monitorar passivamente e prestar assistência de emergência. O sistema fornecerá lembretes para hidratação e medicação; identificará possíveis riscos de segurança, como uma porta deixada aberta; reconhecerá situações anômalas bem como automatizará o ambiente físico, realizando aquecimento ou refrigeração (Curumsing *et al.*, 2019).

Ainda temos, nas TA's digitais, jogos direcionados aos pacientes com doença de Alzheimer (DA), com foco cognitivo, por ser a área mais afetada. Em 2015, o jogo *Alz Memory*, de Marchi, trouxe a proposta de fortalecer e estimular a memória de pacientes com DA. Esse jogo é encontrado nas lojas de aplicativos móveis. Em 2020, o jogo *Remember* veio com a proposta de auxiliar os cuidadores de pacientes com DA, trazendo, em seu aplicativo, métodos de tratamentos não farmacológicos, com fotos e músicas dentro do ambiente de jogo. Ambos os jogos foram desenvolvidos pelos próprios autores (Carreiro *et al.*, 2020).

Tais jogos se baseiam no fato de que umas das principais formas de tratamento do paciente com DA está na estimulação cognitiva, conforme abordado por teóricos como Piaget, Vygotsky, Huizinga e Erickson.

Para Albuquerque *et al.* (2012), essa forma de tratamento ajuda o portador a se adaptar à doença e pode preservar, pelo maior período de tempo, sua autonomia, impulsionando-o a exercitar sua memória e seu corpo. Existem várias formas de estimular o cognitivo dos pacientes, como a música (resgatar memórias antigas), fotografias (ativar memória), objetos do dia a dia e objetos de valor emocional (diminuir agitação e ativar memória), fisioterapia (trabalhar a mobilidade do paciente), jogos digitais ou de tabuleiro (promover atenção e concentração) e leitura (despertando habilidades cognitivas, além de deixá-los mais atentos com atualidades).

### **Tecnologia aliada ao profissional de saúde na assistência ao idoso com doença de Alzheimer**

Um artigo do jornal *O Antagonista* (2024) discorre sobre um relatório publicado em *The Lancet*, que indica um aumento de 73,6 anos, em 2022, para 78,1 anos, em 2050, na expectativa média de vida global. Porém, traz à tona uma preocupação em relação ao aumento de doenças crônicas. O mesmo artigo relata que a gerontóloga Eva Bettine, da Universidade de São Paulo e da Associação Brasileira de Alzheimer, sublinha a importância de políticas públicas que integrem o cuidado mental ao aporte nutricional e físico. Ela ressalta que fatores como alta interação social e atividade física regular são essenciais para prevenir condições degenerativas como a demência.

A assistência ao idoso com Alzheimer exige dos profissionais de saúde uma abordagem multidimensional e sensível às complexidades da doença. Além do manejo dos sintomas cognitivos e comportamentais, esses profissionais devem fornecer apoio emocional, supervisionar a adesão ao tratamento e adaptar o cuidado às necessidades individuais, que mudam à medida que a doença progride. A integração de intervenções farmacológicas, cuidados físicos e apoio psicossocial é essencial para promover a qualidade de vida dos pacientes e aliviar a carga sobre os cuidadores. A colaboração entre médicos, enfermeiros, terapeutas e cuidadores familiares é fundamental para oferecer um cuidado abrangente e humanizado.

O monitoramento e a avaliação de sintomas em pacientes com Alzheimer através de tecnologias assistivas são essenciais para garantir a qualidade do cuidado e a segurança deles. As tecnologias assistivas desempenham um papel crucial ao permitir que os enfermeiros cuidadores acompanhem

de perto a saúde e o bem-estar dos pacientes, facilitando intervenções rápidas e personalizadas.

As tecnologias assistivas, que variam de dispositivos simples a sistemas complexos, são projetadas para atender às necessidades específicas dos idosos em diferentes estágios da doença. A seguir, serão apresentados alguns exemplos de tecnologias assistivas que têm sido amplamente utilizadas no cuidado desses pacientes.

### **1. Dispositivos vestíveis (*Wearables*)**

Dispositivos vestíveis, como relógios inteligentes e pulseiras de monitoramento, podem acompanhar constantemente os sinais vitais dos pacientes, como frequência cardíaca, pressão arterial e níveis de oxigênio no sangue. Em pacientes com Alzheimer, esses dispositivos podem também monitorar a mobilidade e detectar quedas, que são comuns devido à desorientação e perda de coordenação motora. Os dados coletados por esses dispositivos são enviados automaticamente para os enfermeiros, permitindo a detecção precoce de problemas de saúde.

### **2. Sensores ambientais**

Sensores instalados no ambiente residencial ou nas instituições de cuidados podem monitorar os movimentos dos pacientes e detectar padrões comportamentais incomuns. Esses sensores podem, por exemplo, detectar quando um paciente está deambulando à noite, saindo de áreas seguras ou ficando imóvel por longos períodos, o que pode indicar uma emergência médica ou um estado de confusão.

### **3. Monitoramento remoto**

A telemedicina e o monitoramento remoto permitem que enfermeiros acompanhem a saúde dos pacientes à distância, usando aplicativos e plataformas de saúde digital. Pacientes com Alzheimer podem ser monitorados em tempo real, e os dados podem ser compartilhados com a equipe médica para avaliações mais detalhadas. Isso é particularmente útil para pacientes em estágios mais avançados da doença, nos quais deslocamentos frequentes para consultas médicas podem ser desafiadores.

#### 4. Aplicativos móveis e softwares de avaliação

Aplicativos móveis projetados para pacientes com Alzheimer permitem que enfermeiros registrem sintomas e comportamentos diários, como agitação, ansiedade, ou episódios de confusão. Esses registros ajudam a criar um histórico detalhado da progressão da doença, facilitando ajustes no tratamento e intervenções terapêuticas. Alguns aplicativos também oferecem lembretes para a administração de medicamentos e outras tarefas diárias.

#### 5. Análise de dados e IA

O uso de Inteligência Artificial (IA), em conjunto com essas tecnologias, permite a análise preditiva dos dados coletados. Sistemas baseados em IA podem identificar padrões sutis que indicam o início de novas complicações ou a necessidade de ajustes no tratamento. Por exemplo, uma mudança gradual na frequência cardíaca ao longo do tempo pode indicar o início de problemas cardíacos que exigem atenção médica.

#### 6. Alerta e notificação automática

Quando uma tecnologia assistiva detecta um sinal de alerta, como uma queda ou alteração súbita nos sinais vitais, ela pode automaticamente notificar o enfermeiro responsável. Esses alertas são cruciais para intervenções rápidas, minimizando riscos e potencialmente salvando vidas. As notificações podem ser enviadas por meio de mensagens de texto, aplicativos específicos ou sistemas integrados na infraestrutura de cuidados.

O uso de tecnologias assistivas no monitoramento de sintomas oferece vários benefícios, incluindo a melhoria na qualidade dos cuidados prestados, a redução de hospitalizações desnecessárias e a capacidade de personalizar o tratamento com base em dados em tempo real. Além disso, essas tecnologias permitem que os enfermeiros cuidadores se concentrem mais em interações humanizadas com os pacientes enquanto os dispositivos automatizam a coleta e análise de dados de saúde (Piau *et al.*, 2019).

Para Alm *et al.* (2007), a comunicação e interação entre parentes, cuidadores e profissionais de saúde com os idosos com Alzheimer é um aspecto essencial do cuidado, e as tecnologias assistivas têm desempenhado um papel significativo para melhorar essas interações. Pacientes com Alzheimer, muitas vezes,

enfrentam dificuldades de comunicação, que podem variar desde problemas para encontrar palavras até a incapacidade de expressar necessidades básicas. As tecnologias assistivas podem ajudar a superar essas barreiras, promovendo uma comunicação mais eficaz e um cuidado mais personalizado.

Os mesmos autores citam que existem aplicativos desenvolvidos especificamente para ajudar na comunicação de pessoas com Alzheimer. Eles utilizam imagens, símbolos e texto, simplificado para facilitar a expressão de necessidades e sentimentos. Por exemplo, um aplicativo pode permitir que o paciente selecione ícones para expressar fome, dor ou necessidade de ir ao banheiro. Esses recursos podem ser usados em *tablets* ou *smartphones* e permitem que o enfermeiro compreenda melhor as necessidades do paciente (Alm *et al.*, 2007).

Assistentes virtuais, como os presentes em dispositivos como Alexa ou *Google Home*, podem ser programados para ajudar na comunicação diária. Esses dispositivos permitem que pacientes com Alzheimer façam perguntas simples ou recebam lembretes, enquanto os enfermeiros podem programar comandos específicos para lembrar o paciente sobre a hora dos medicamentos, refeições ou outras atividades diárias. Além disso, esses assistentes podem facilitar a interação ao responderem perguntas simples ou fornecerem informações que o paciente possa estar buscando.

E as tecnologias não param por aí: dispositivos de Realidade Aumentada (RA) e Realidade Virtual (RV), *tablets* e dispositivos de tela tátil, tecnologias de reconhecimento de emoções, tecnologias de tradução de linguagem simbólica. Alguns pacientes com Alzheimer perdem a capacidade de se comunicar verbalmente e começam a usar gestos ou sinais para expressar suas necessidades. Tecnologias assistivas que traduzem esses gestos em comandos ou mensagens de texto podem ser extremamente úteis. Por exemplo, sensores de movimento podem ser utilizados para interpretar os gestos do paciente e convertê-los em uma resposta compreensível para o enfermeiro.

O uso de tecnologias assistivas na comunicação com idosos com Alzheimer traz vários benefícios, incluindo a redução da frustração tanto para o paciente quanto para o enfermeiro, a melhoria na capacidade de entender e responder às necessidades do paciente e o fortalecimento do vínculo entre paciente e cuidador. Através dessas tecnologias, a interação pode se tornar mais significativa e menos dependente das habilidades verbais do paciente, criando um ambiente de cuidado mais acolhedor e eficiente (Kourtis *et al.*, 2019).

Em suma, as tecnologias assistivas oferecem novas possibilidades para a comunicação e interação entre enfermeiros e pacientes com Alzheimer, ajudando a superar as barreiras impostas pela doença e a melhorar a qualidade do cuidado.

## Considerações finais

Tecnologias em cuidados com a saúde implica em responsabilidades legais para os enfermeiros e instituições de saúde. Se uma tecnologia falhar ou causar dano ao paciente, pode haver implicações de responsabilidade civil.

O uso de tecnologias assistivas no cuidado de idosos com Alzheimer deve sempre ser guiado por um equilíbrio entre inovação tecnológica, ética e cumprimento das exigências legais. Enfermeiros, cuidadores e instituições de saúde devem adotar uma abordagem cuidadosa, garantindo que o uso dessas tecnologias seja feito em conformidade com as regulamentações, respeitando os direitos dos pacientes e promovendo o seu bem-estar de forma segura e eficaz, além de garantir a proteção de dados, a privacidade e autonomia do usuário.

## Referências

- ALBUQUERQUE, M.C.S. *et al.* Os efeitos da música em idosos com doença de Alzheimer de uma instituição de longa permanência. **Rev. Eletr. Enf.**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 408-413, 2012. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/12532>. Acesso em: 08 ago. 2024.
- ALM, N.; DYE, R.; GOWANS, G.; CAMPBELL, J.; ASTELL, A. J.; ELLIS, M. A communication support system for older people with dementia. **IEEE Computer Society**, v. 40, n. 5, p. 35-41, 2007. Disponível em: <https://discovery.dundee.ac.uk/en/publications/a-communication-support-system-for-older-people-with-dementia>. Acesso em: 08 ago 2024.
- ANDRADE, V. S.; PEREIRA, L. S. M. Influência da tecnologia assistiva no desempenho funcional e na qualidade de vida de idosos comunitários frágeis: uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira Geriatria Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 113-122, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v12n1/1981-2256-rbagg-12-01-00113.pdf>. Acesso em: 08 ago. 2024.
- ALZHEIMER: Condição afeta 1,2 milhão de pessoas no Brasil. **Agência Gov.**, Brasília, 08 out. 2023, Saúde. Disponível em: <https://agenciagov.etc.com.br/noticias/202310/alzheimer-condicao-afeta-1-2-milhao-de-pessoas-no-brasil#:~:text=A%20condi%C3%A7%C3%A3o%2C%20que%20afeta%20principalmente,devido%20ao%20envelhecimento%20da%20popula%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 08 ago. 2024.



BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 1988. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/Constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao.htm). Acesso em: 01 ago. 2024.

BRASIL, **Lei nº 13.146, de 06 de julho de 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2015. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm). Acesso em: 10 ago. 2024.

BRAVO, Gina *et al.* Nurses' perspectives on whether medical aid in dying should be accessible to incompetent patients with dementia: findings from a survey conducted in Quebec, Canada. **Geriatr Nurs**, Quebec, v. 36, n. 4, p. 393-399, 2018. Disponível: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29306500/>. Acesso em: 10 ago. 2024.

CARREIRO, M. V. H. da S.; TERUYA, V. T.; FARIA, M. H. V.; KASPERAVICIUS, V. B.; CARVALHO, R. A. F.; JUNIOR, A. T. B. Remember – Uma proposta de jogo para cuidadores de portadores de Alzheimer. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 5, p. 24719–24729, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n5-068>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/9594/8067>. Acesso em: 08 ago. 2024.

COOK, A. M.; RUSSEY, S. M. **Assistive Technologies: principles and practices**. St. Louis: Mosby, 1995.

CURUMSING, M. K.; FERNANDO, N.; ABDELRAZEK, M.; VASA, R.; MOUNZAKIS, K.; GRUNDY, J. Emotion-oriented requirements engineering: A case study in developing a smart home system for the elderly. **Journal of systems and software**, [S. l.], v. 147, p. 215-229, 2019. DOI: 10.1016/j.jss.2018.06.077. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/Emotion-oriented-requirements-engineering%3A-A-case-a-Curumsing-Fernando/237525ba89488eace7698459a2b45e3343ed823d>. Acesso em: 07 ago. 2024.

CZARNUCH, S.; RICCIARDELLI, R.; MIHAILIDIS, A. Predicting the role of assistive Technologies in the lives of people with dementia using objective care recipient factors. **BMC Geriatrics** v. 16, n. 143, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27440237/>. Acesso em: 05 ago. 2024.

DEMO, Pedro. **Metodologia do conhecimento científico**. 1. ed. São Paulo: Atlas, 2000.

EXPECTATIVA de vida aumenta até 2050. **O Antagonista**, Brasília, 19 mai. 2024, Mundo. Disponível em: [https://oantagonista.com.br/mundo/expectativa-de-vida-aumenta-ate-2050/#goog\\_rewarded](https://oantagonista.com.br/mundo/expectativa-de-vida-aumenta-ate-2050/#goog_rewarded). Acesso em: 09 ago. 2024.

HOLTHE, T.; HALVORSRUD, L.; KARTERUD, D.; HOEL, K.A.; LUND, A. Usability and acceptability of technology for community-dwelling older adults with mild cognitive impairment and dementia: a systematic literature review. **Clinical Interventions in Aging**. [S. l.], v. 13, p. 863- 886, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.2147/CIA.S154717>. Disponível em: <https://www.dovepress.com/usability-and-acceptability-of-technology-for-community-dwelling-older-peer-reviewed-fulltext-article-CIA>. Acesso em: 6 ago. 2024.

HORTON, Khim. Falls in older people: The place of telemonitoring in Rehabilitation. **Journal of Rehabilitation Research & development**, v. 45, n. 8, pp.1183-1194, 2008. Disponível em: <https://openresearch.surrey.ac.uk/esploro/outputs/journalArticle/Falls-in-older-people-The-place-of-telemonitoring-in-rehabilitation/99513362502346>. Acesso em 10 ago. 2024.

KOURTIS, L. C.; REGELE, O. C.; WRIGHT, J. M.; JONES, G. B. Digital biomarkers for Alzheimer's disease: The mobile/wearable devices opportunity. **NPJ Digital Medicine**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 1-9, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31119198/>. Acesso em: 01 ago. 2024.

LANSLEY, Peter, *et al.* Can adapting the homes of older people and providing assistive technology pay its way? **Age and Ageing**, v. 33, n. 6, p. 571-576, 2004. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15347537/>. Acesso em 06 ago. 2024.

MACHADO, S. D.; BARBOSA, J. L. V.; TAVARES, J. da R.; MARTINS, M. G. DCARE: A Computational Model for Monitoring People with Alzheimer's Disease Based on Context Histories Analysis. *In*: SIMPÓSIO BRASILEIRO DE SISTEMAS DE INFORMAÇÃO, 17., 2021, Uberlândia. **Anais [...]**. Uberlândia: UFU, 2021.

PIAU, A., CRISSEY, R., BRECHEMIER, D., Balardy, L., & NOURHASHEMI, F. A smartphone application designed to support caregivers of older adults with Alzheimer's disease: Qualitative study of usability and usefulness. **JMIR Aging**, [S. l.], v. 2, n. 1, 2019. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8087965/>. Acesso em: 05 ago. 2024.

SIXSMITH, Andrew *et al.* A user-driven approach to developing Ambient Assisted Living systems for older people: The SOPRANO Project. *In*: SOAR, Jeffrey; SWINDELL, Rick; TSANG, Philip. **Intelligent technologies for bridging the grey digital divide**. 1. ed. EUA: Information Science Reference, 2010. p. 30-45.

SOUKUP, Ondrej *et al.* A resurrection of 7-MEOTA: a comparison with tacrine. **Curr Alzheimer Res**, [S. l.], v. 10, n. 8, p. 893-906, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24093535/>. Acesso em: 05 ago. 2024.

YAZAR, Hülya Olgun *et al.* Assessment of the mental health of carers according to the stage of patients with diagnosis of Alzheimer-type dementia. **Neurol Sci**, [S. l.], v. 39, n. 5, p. 1-6, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29508098/>. Acesso em: 05 ago. 2024.

## 4. Autonomia e empoderamento da pessoa idosa

Leonara de Oliveira Zanon

Luísa Thiebaut Andrade do Carmo

Fabiana Pereira Costa Ramos

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.4

Nos tempos atuais e diante de todas as mudanças globais que estão acontecendo, deparamo-nos com muitas pesquisas referentes ao envelhecimento da população. Considerando esse cenário, uma afirmação da OMS (2005) – “o envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade e também um dos nossos grandes desafios” (OMS, 2005, p. 8) – leva-nos a refletir quais seriam esses desafios para quem está envelhecendo?

Há de se convir que um dos grandes desafios para a nova geração é viver; muito mais do que para a geração que nos antecedeu. E nisso triunfamos e envelhecemos, porém temos o enorme desafio de proporcionar um envelhecimento com autonomia para essa geração que vivenciou a mudança do mundo analógico para o mundo digital. Assim, pode-se desfrutar de uma vida plena, com saúde e segurança.

Nesse contexto, a longevidade passou a ser vista como um benefício e um desafio para a sociedade moderna, visto que, com o aumento da expectativa de vida, a nova geração de idosos está, em sua maioria, disposta a se livrar do estereótipo de “vovô ou vovó”, tendo uma vida com qualidade, com consciência social, de consumo e significativamente produtiva.

O envelhecimento, anteriormente considerado algo raro, hoje, faz parte da realidade de grande parte das sociedades. Estamos envelhecendo. Observa-se, atualmente, que o mundo envelhece de forma significativa e acelerada, e isso se

deve às melhores condições de saúde e de saneamento somadas aos avanços tecnológicos da medicina. Esses fatores, juntos, têm aumentado significativamente a qualidade e a expectativa de vida das pessoas, em especial da pessoa idosa.

O envelhecimento tem gerado discussões, em todo o mundo, sobre os problemas associados à qualidade de vida, aos cuidados com a saúde e à manutenção da autonomia de tomada de decisão das pessoas idosas. No entanto, a expectativa de vida aumenta e há muitos comportamentos discriminatórios contra os idosos.

Essa transição demográfica no Brasil tem características distintas e mostra grandes disparidades sociais no processo de envelhecimento. Esse processo teve um grande impacto e trouxe mudanças no perfil demográfico e epidemiológico do país, criando demandas de políticas sociais. É necessário considerar novas formas de cuidado, principalmente cuidados prolongados e atenção domiciliar, resultando em novos desafios para as políticas de saúde, assistência social e previdência social.

Nesse contexto, o que pode se dizer do envelhecer? De acordo com Dini, Quaresma e Ferreira (2004), é um processo inerente ao ciclo vital do ser vivo. É cercado por mudanças fisiológicas, físicas e psicológicas. Chegar a essa fase com sensação de bem-estar e autoestima positiva sobre si próprio proporciona qualidade de vida na idade adulta avançada.

Para Papalia e Feldman (2013), há dois tipos de envelhecimento: o *primário*, um processo gradual e inevitável de deterioração física que começa cedo na vida e continua ao longo dos anos, não importa o que as pessoas façam para evitá-lo; e o *secundário*, processo de envelhecimento que resulta de doenças, abusos e maus hábitos físicos e pode, muitas vezes, ser evitado.

De acordo com Papalia e Feldman (2013), o envelhecimento pode ser classificado em três grupos de adultos mais velhos. O primeiro grupo, chamado de “idosos jovens”, abrange pessoas entre 65 e 74 anos, que geralmente são ativas, animadas e vigorosas. O segundo grupo, os “idosos”, inclui aqueles com idades entre 75 e 84 anos. Por fim, o terceiro grupo, os “idosos mais velhos”, refere-se a pessoas com 85 anos ou mais, que estão mais suscetíveis à fragilidade, doenças e enfrentam dificuldades para realizar as atividades diárias de forma independente.

É muito importante considerar esses aspectos. O envelhecimento tem suas características muito bem definidas; é necessário um entendimento de toda a sociedade na construção de mecanismos que possam colaborar para uma melhor qualidade de vida nessa fase da vida.

Por outro lado, uma preocupação insurge em nosso meio. Tem-se observado uma construção social negativa relacionada ao envelhecimento, que é chamada de ageísmo e é usada para descrever atos de discriminação, estigma e preconceito contra pessoas mais idosas. Pois, nessa fase, há o início das limitações funcionais, levando à perda das condições físicas e mentais, tornando o idoso incapaz de realizar as atividades diárias e causando sofrimento para ele e todos ao seu redor.

No Brasil, existe a Lei nº 8.842, de 04 de janeiro de 1994, que dispõe sobre a política nacional do idoso, a qual tem por objetivo garantir os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. Muito mais do que está previsto em lei, é necessário um olhar com sensibilidade para essa população, pois, a cada ano, triunfamos na longevidade, mas ainda temos o desafio de estimular o fortalecimento dessa população, para que eles tenham a independência necessária para viver com qualidade.

A autonomia é a capacidade de uma pessoa de tomar decisões a seu gosto, e o limite dela deve ser avaliado de acordo com o contexto. Pode-se dizer que é um processo dinâmico em que vivências são incorporadas e habilidades são adquiridas.

Empoderar-se é um processo de desenvolver autoconfiança, no qual as pessoas começam a valorizar suas características e origens. Nesse sentido, os conceitos de empoderamento e autonomia despertam sentimentos que levam a uma postura forte e assertiva, dando voz à pessoa idosa no desafio de explorar os novos horizontes da longevidade. Esse caminho, cheio de descobertas, exige cuidado, pois não há espaço para grandes erros, dado que a experiência de vida segue um ciclo único de acertos e aprendizagens.

É necessário que a pessoa idosa tenha confiança em si para ser capaz de tomar suas decisões com segurança e que isso gere uma melhoria na qualidade de vida.

A autonomia e o empoderamento do idoso têm sido temas cada vez mais discutidos e valorizados. É importante respeitar a autonomia da pessoa idosa

e garantir que ela tenha voz ativa em todas as decisões de sua vida, estando cognitivamente e fisicamente ativo na terceira idade.

O papel do idoso vem se transformando na sociedade atual, visto que a representação da velhice vem sofrendo inversão para muitos idosos em constante independência funcional. Essa etapa da vida vem sendo valorizada e privilegiada, tendo em vista as novas conquistas em busca do prazer, da satisfação e da realização pessoal. Longe se vão os dias em que a terceira idade era sinônimo de passividade, entrega e dependência.

Muitos idosos estão utilizando dispositivos móveis e redes sociais para se conectar com amigos e familiares, participar de grupos de interesse e acessar informações relevantes. Essa inclusão digital tem reduzido a solidão e o isolamento que, muitas vezes, afetam essa faixa etária. Na terceira idade, temos visto o envelhecimento mental precoce advindo da falta de estimulação cognitiva e limitações sociais, acarretando o aparecimento das demências.

Com o envelhecimento, cada um terá seu próprio modo de vida. Considerar a individualidade é fundamental para que o idoso aproveite o seu futuro de forma única, sem melancolia e com valiosas experiências nos mais diversos campos, sejam eles social ou familiar.

O envelhecimento, sendo um processo natural de mudanças ao longo da vida, exige da família e da sociedade uma reflexão cuidadosa sobre a importância de manter a capacidade da pessoa idosa de realizar atividades de forma independente. É essencial valorizar tanto suas habilidades quanto reconhecer suas limitações, pois isso influencia diretamente na preservação de sua saúde. Ao manter essa autonomia, a pessoa idosa contribui ativamente no ambiente doméstico e social, demonstrando o pleno controle funcional de sua vida. A autonomia, nesse contexto, refere-se à capacidade de administrar a própria vida e tomar decisões de forma independente.

Incentivar a participação da pessoa idosa na sociedade é trazer o empoderamento para as oportunidades de exercer a sua cidadania em busca de autonomia, permitindo, inclusive, a percepção de liberdade e de protagonismo. Destaca-se que a pessoa idosa, por meio de suas experiências, vivências, demandas, conhecimentos, percepções, sentimentos e motivações, possui muito a colaborar com todas as ramificações da sociedade. Nesse contexto, ela precisa ser mais valorizada, pois é uma fase da vida a que todos nós, um dia, chegaremos, se assim nos for permitido.

Quando se fala em pessoa idosa, autonomia é a capacidade de gerenciar, planejar e tomar suas próprias decisões, ou seja, diz-se que ela tem autonomia quando é cognitivamente capaz de gerenciar sua própria vida, quando não precisa de outras pessoas para decidir sobre suas finanças e sua participação na sociedade. A pessoa idosa autônoma é capaz de realizar suas tarefas sozinha, com domínio do seu corpo, e consegue viver de forma plena.

Promover as capacidades do idoso vai além de simplesmente garantir direitos básicos de independência e sobrevida, encorajando-o a estar em atividades que tenham significados reais para realização pessoal e qualidade de vida. A autonomia é um dos principais benefícios do empoderamento. Gerenciar a vida na terceira idade, tomando decisões, fortalece sua autoestima e confiança. A liberdade de escolher o que fazer, aonde ir e com quem se relacionar permite que eles se sintam mais no controle de suas rotinas, sendo essencial para um envelhecimento saudável e feliz.

Entretanto, quando a pessoa idosa começa a perceber e sentir, no seu próprio corpo, a perda de autonomia, isso gera, para ela, as mais variadas consequências e restrições ao desempenhar suas atividades diárias, desde as mais simples até as mais complexas, o que pode afetar sua capacidade de administrar sua própria vida e/ou cuidar de si mesma. Por isso percebe-se a importância de ser mantida a capacidade funcional na vida dos indivíduos, particularmente das pessoas mais velhas.

Nesse tema, reflete-se sobre as competências necessárias na autonomia e contexto da longevidade. Nota-se como a inclusão digital, a colaboração virtual e a conectividade vêm contribuindo para a qualidade de vida na terceira idade. A inclusão digital tornou-se ainda mais essencial para os idosos desde a pandemia, ampliando suas oportunidades de acesso à informação, comunicação e, consequentemente, promovendo sua autonomia, bem-estar e integração social.

Estima-se, de acordo com Carneiro e Ayres (2021), que, em 2050, cerca de 1,5 bilhão de pessoas no mundo terá 65 anos ou mais, correspondendo a aproximadamente 16% da população. É necessário que os gestores de saúde no mundo considerem planos e locais específicos para a população de idade avançada, pois haverá um crescimento de doenças prolongadas, bem como deficiências associadas à faixa etária deverão ser tratadas em instituições especializadas.

Para além das questões de saúde, precisará ser considerada ainda a questão previdenciária. Muitos países adotam um sistema de aposentadoria, o

que é muito importante para as pessoas nessa fase da vida. Outro ponto a ser destacado é o planejamento urbano, que deverá prever soluções necessárias para proporcionar mais autonomia no dia da pessoa idosa.

É essencial que a sociedade atual reconheça os benefícios da pessoa idosa com função executiva de suas atividades de vida diária e práticas, garantindo que ela seja tratada com dignidade, respeito e consideração em todos os aspectos da vida. Isso inclui a criação de políticas e práticas que apoiem a independência e a participação ativa dos idosos na sociedade.

Dessa feita, discutir a respeito das desigualdades intergeracionais no Brasil, assim como pensar sobre o processo de envelhecimento de uma pessoa idosa com autonomia enfatizando sua importância como protagonista, é essencial, visto que esse período é marcado por inseguranças e incertezas em relação a si mesmo. Cada ser humano envelhece de uma forma, e toda essa diversidade, nesse enorme grupo heterogêneo, necessita de acolhimento, respeito e apoio para que sua autonomia seja realmente assegurada.

A Constituição Federal (1988) e o Estatuto do Idoso (2003) regulamentam vários tipos de cuidados e direitos às pessoas idosas, garantindo condições de vida favoráveis, como acesso a uma moradia digna com sua família ou em instituições públicas. Essa é uma maneira de assegurar dignidade e bem-estar, em concordância com os documentos mencionados.

Portanto, apesar de estar estabelecido por leis e normas, o ato de acolher não pode ser visto com um processo mecânico, sistematizado, feito por qualquer um. É necessário realizá-lo com humanização. Acolher é admitir, dar ouvidos, créditos, receber e atender; é necessário ter empatia, colocando-se no lugar do outro.

Deve-se analisar o cuidado oferecido ao idoso e sua relação com o cuidador. Embora o envelhecimento não seja sinônimo de doença, não se pode negar que, à medida que há um aumento da longevidade dos indivíduos, ampliam-se também suas chances de desenvolver doenças, cuja prevalência aumenta significativamente com passar da idade, como, por exemplo, as doenças relacionadas à perda da memória, fato cada vez mais corriqueiro. Nas funções executivas de *práxis* do idoso, são analisadas as capacidades de autonomia, planejamento, empoderamento e desempenho das funções ocupacionais.

Em um determinado envelhecer, ocorrem vários fatores que acarretam o isolamento e declínio de qualidade de vida, como, por exemplo, a perda de



conhecidos ou familiares da mesma idade, a aposentadoria, a exaustão do corpo e da mente e fatores emocionais. Manter-se autônomo na vida requer uma rede de apoio em estar, se sentir e fazer útil no cotidiano.

Nos tempos atuais, a cobrança social deixa a rotina familiar dos filhos, netos e parentes ativos no mundo do trabalho atribulada, estando os idosos com defasagem de visitas, limitados ao sentimento de abandono e propícios ao ócio, contribuindo para as depressões e falhas cognitivas.

Ao reconhecermos o valor das pessoas mais velhas e lhes darmos as oportunidades que merecem, estamos construindo uma sociedade mais justa e equitativa para todos. O empoderamento na terceira idade, garantindo o direito de sonhar e de viver aos idosos, é uma tarefa que será cada vez mais necessária em nossa sociedade devido ao aumento do envelhecimento.

Hoje, com a busca de práticas sociais, os idosos tendem a estar engajados em academias, grupos cognitivos, grupos musicais, visando à longevidade com qualidade de vida, sendo ativos e retardando a cada dia suas aposentadorias.

Percebe-se, portanto, que autonomia da pessoa idosa é um direito inalienável, que consiste na construção e manutenção de um projeto de vida com base nas preferências e escolhas de cada indivíduo, com o objetivo de desenvolver sua personalidade plena. É mister lembrar que autonomia não se deve resumir a um único ato. Ela vai além: é construção diária.

Autonomia implica em reconhecimento de valores e crenças, em consequência de decisões anteriormente tomadas, contextualizações econômicas e também sociais nas quais o indivíduo está inserido; logo, não é uma tarefa simples manter a autonomia da pessoa idosa em uma sociedade que a vincula, muitas vezes, ao apoio de terceiros, pois manter a autonomia é deixá-la livre para fazer suas opções diárias sem qualquer tipo de intervenção interna.

Ante o acelerado envelhecimento da população mundial, é necessário refletir sobre as suas consequências a fim de que os direitos da pessoa idosa não sejam violados; mais ainda, que eles sejam garantidos pelo Estado, pela família e pela sociedade em geral, para que possa ser também garantida a sua independência, principalmente a existencial, a menos que a pessoa idosa seja incapaz de sê-lo. Assim, ressalta-se que zelar pela autonomia da pessoa idosa pressupõe, sobretudo, conhecê-la, visto que, via de regra, a liberdade consiste em um processo de autoconhecimento que permite que o ser humano crie seu projeto de vida baseado no que adquiriu no decorrer da sua existência.

O protagonismo para a autonomia e a promoção da participação dos idosos devem nortear ações de cuidados centradas na pessoa.

O empoderamento, conceito dinâmico que envolve a autonomia coletiva e individual, tem sido porfiado ultimamente pela contemporaneidade. Dessa feita, em sua definição, a autonomia visa promover a equidade e o bem-estar por meio da autogestão, da cooperação e da participação dos indivíduos em movimentos da sociedade. Ao se pensar em uma pessoa idosa, o a promoção da sua autonomia pode ocorrer por intermédio de processos de acesso à educação e de conscientização sobre o envelhecimento, assim como por meio do acesso às informações adquiridas ao longo da vida que promovam a reflexão para o seu desenvolvimento. Tanto o desenvolvimento quanto a aprendizagem são processos contínuos que ocorrem em todas as idades, inclusive na faixa etária dos 60 anos ou mais.

Sendo o empoderamento um processo de ação social no qual os indivíduos têm o controle de suas próprias vidas através do desenvolvimento de práticas sociais, percebe-se que esse processo, para a pessoa idosa, tem a capacidade de despertar o pensamento crítico sobre as circunstâncias da vida, de forma a construir o desenvolvimento da sua capacidade pessoal e social, possibilitando mudanças significativas na sua relação em sociedade.

Dessa feita, desenvolver na pessoa idosa sua capacidade de viver de forma autônoma, vai muito além da esfera de emancipação individual, visto que ele transforma a sociedade como um todo, pois ajuda o idoso a desenvolver conhecimentos que o conduzem à autonomia, por meio de seu esforço pessoal, através de reflexões e ações coletivas.

Empoderar-se pode ser definido como um processo de ação social no qual os indivíduos, em especial as pessoas idosas, tomam o controle da sua própria vida ao interagir com outras pessoas. E, como resultado dessa interação, a pessoa idosa aprende a pensar de forma crítica sobre a realidade que a cerca, desenvolvendo habilidades de interação pessoal e social, além de afetar significativamente a vida desses indivíduos, na medida em que se reconhecem como capazes de aprender, de se incluir e, conseqüentemente, de se libertar.

Vale ressaltar que, para a pessoa idosa, o empoderamento é definido inclusive como um processo capaz de ajudar o indivíduo a assumir o controle sobre os fatores que afetam o seu envelhecimento, seja na área da saúde, seja na área de sua remuneração.

Capacidade de enfrentamento, eficiência pessoal, suporte recíproco, superação, organização comunitária, participação social, autoestima e autoconfiança também são sinônimos de empoderamento. Sendo assim, percebe-se que ter liberdade refere-se à aquisição de informações adequadas, um processo de reflexão e de se tornar consciente de sua atual situação, com uma definição clara das mudanças pretendidas e da situação social a ser realizada. Além disso, emancipar-se requer uma mudança de mentalidade da pessoa idosa que a encoraje a adotar novas práticas, substituindo a antiga atitude passiva ou puramente receptiva.

Nota-se um olhar maior à vaidade e aos cuidados estéticos também, com mais autonomia, autoconhecimento e rejuvenescendo o sentimento da idade. Estar idoso, para muitos, é somente uma condição da idade. Entretanto, a vida é um aprendizado contínuo, e o cérebro, em qualquer idade, é capaz de aprender. Novos desafios, habilidades e conhecimentos proporcionam uma conexão social, sendo importante exercer seu poder de escolha em diferentes aspectos da vida, cultivando uma sensação de controle, realização e autonomia.

As pessoas idosas, hoje em dia, são homens e mulheres que se preocupam com a sua vida social, sua saúde e participam ativamente das atividades econômicas; inclusive, essa vida mais ativa deles têm impulsionado a indústria para a criação de produtos e serviços específicos para atender a esse público.

Nesse contexto, questiona-se: como aproveitar melhor a vida após os 60 anos? Percebe-se que são diversas as maneiras de ser feito esse protagonismo. Ser protagonista é também se envolver de forma mais ativa e participativa na sociedade. Essa participação impulsiona a vida de muitos idosos de maneira positiva, visto que eles aprendem a reivindicar os seus direitos, conhecem os seus deveres e, assim, podem optar por caminhos e atitudes mais positivas.

Ao se falar em protagonismo da pessoa idosa, percebe-se que ele vai mais além, pois pode acontecer por meio de sua participação em rodas de conversa, reuniões, fóruns e projetos de valorização à vida, ressignificando, inclusive, suas preferências, escolhas e experiências que não foram agradáveis durante sua trajetória.

Embora seja considerada uma prática normal, mas não desejável, com o tempo, as pessoas tendem a se acomodar com o conhecimento que adquiriram ao longo de sua vida, e isso as impede de aprender novas situações e vivências.

Esse acomodamento afeta principalmente as ações das pessoas idosas, pois as afasta do convívio social, deixando-as vulneráveis em várias situações.

Além disso, é importante ressaltar que envelhecer não é um problema e faz parte do ciclo da vida. Embora envelhecer possa, muitas vezes, assustar, é importante manter uma boa saúde, praticar exercícios físicos e mentais para que as rugas sejam uma experiência e não um resultado de estresse, a fim de que a pessoa idosa viva melhor, com mais qualidade, com autonomia e empoderamento, pois, onde existe vida, existe inacabamento.

A humanidade pode sentir-se triunfante no quesito envelhecer. A cada ano, aumenta-se a longevidade, e, como já foi explanado aqui, há enormes desafios, no dia a dia, para tornar a pessoa idosa participante ativa do seu meio, dar-lhe direito ao conhecimento, prezar para que todos os seus direitos sejam respeitados e que as suas experiências a tornem ainda mais triunfante.

## Referências

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 1988. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicaocompilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicaocompilado.htm). Acesso em: 10 jul. 2024.

BRASIL. **Lei Nº 8.842 de 04 de janeiro de 1994**. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 1994. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18842.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18842.htm). Acesso em: 10 jun. 2024.

BRASIL. **Lei Nº 10.741. de 1º de outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2003. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm). Acesso em: 10 jul. 2024.

CARNEIRO, Jeane Lima e Silva; AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. Saúde do idoso e atenção primária: autonomia, vulnerabilidade e os desafios do cuidado. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 55, n. 26, p. 1-9, 2021. Disponível em: <https://rsp.fsp.usp.br/artigo/saude-do-idoso-e-atencao-primaria-autonomia-vulnerabilidades-e-os-desafios-do-cuidado/>. Acesso em: 10 jul. 2024.

DINI, G. M.; QUARESMA, M. R.; FERREIRA, L. M. Adaptação cultural e validação da versão brasileira da Escala de Autoestima de Rosenberg. **Revista da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 41-52, 2004. Disponível em: <https://www.rbcp.org.br/details/322/pt-BR/adaptacao-cultural-e-validacao-da-versao-brasileira-da-escala-de-auto-estima-de-rosenberg>. Acesso em: 18 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) Envelhecimento ativo: uma política de saúde/ World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

## 5. O olhar do pedagogo para o atendimento à pessoa idosa

Alice Ribeiro

Cleide das Graças Mafra Nunes

Fabiana Pereira Costa Ramos

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.5

### Aspectos históricos

Sem dúvida, o processo de envelhecimento da população é uma das mudanças mais significativas do século XXI, dado o seu crescimento. Contribuem para isso, além dos avanços da medicina, a diminuição das taxas de natalidade e mortalidade, bem como o aumento da expectativa de vida populacional e a busca constante pelas melhorias na qualidade de vida.

Entende-se como pessoa idosa, conforme a legislação brasileira, aquela com idade igual ou superior a 60 anos. Vale aqui também mencionar a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, que garante direitos legais à pessoa idosa em sua vida pessoal, profissional e cognitiva. De acordo com Alves (2022),<sup>1</sup> com base em dados divulgados pela Organização da Nações Unidas, para 2100, não havendo novas pandemias, guerras e, também, eventos climáticos catastróficos, a previsão é de que a expectativa de vida ao nascer será de 82,1 anos em todo mundo e no Brasil de 88,2 anos.

---

1 ALVES, José Eustáquio. As projeções populacionais da ONU indicam a retomada do aumento da expectativa de vida. Disponível em: [https://portaldoenvelhecimento.com.br/as-projecoes-populacionais-da-onu-indicam-a-retomada-do-aumento-da-expectativa-de-vida/#google\\_vignette](https://portaldoenvelhecimento.com.br/as-projecoes-populacionais-da-onu-indicam-a-retomada-do-aumento-da-expectativa-de-vida/#google_vignette). Acesso em: 10 de setembro de 2024.

Entre 2010 e 2022, conforme projeção do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE),<sup>2</sup> esse grupo alcançou 31,2 milhões de pessoas. Mesmo diante dos impactos registrados na pandemia de Covid-19, o censo mais recente indica que a população idosa brasileira chegou a 33 milhões de indivíduos, representando cerca de 15,6% do total de 212,6 milhões de habitantes no país. A estimativa é de que, em 2050, a população brasileira será de 253 milhões, consolidando o Brasil como o quinto país mais populoso do mundo.

Em relação à expectativa de vida dos brasileiros, Cabral (2022), conforme mostra o gráfico abaixo, segue aumentando. No começo do século, a estimativa de vida era de 34 anos; nos anos 2000, essa média deu um salto, passando para 70 anos. Já a estimativa, segundo o Instituto de Pesquisas e Estatísticas, para 2060, é de que o brasileiro possa viver, em média, 81 anos.

Gráfico 1 – Envelhecimento Populacional



Fonte: IBGE (2010).

2 INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo Brasileiro de 2022. 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: 20 ago. 2024.

Diante disso, percebe-se que o envelhecimento populacional tem sido um desafio para a população brasileira, uma vez que ela vem sofrendo os impactos do processo de envelhecimento e longevidade.

É importante ressaltar que é sabido que o envelhecimento é algo que faz parte do ciclo de vida do ser humano. Porém, a intenção aqui é tratar a temática como uma nova etapa e não como o fim da vida. Dessa forma, Bruno (2003) assevera que o aumento dessa população impõe novos desafios ao Brasil e para que haja a conquista do espaço social, a pessoa idosa precisa ocupar seu papel de protagonista.

Por esses fatores, a educação popular tem conquistado cada vez mais espaço em nossa sociedade e tornou-se referência para práticas educativas com pessoas idosas.

## 2. Envelhecimento populacional e os desafios contemporâneos

De acordo com Symone Maria Machado Bonfim, diretora de Proteção da Pessoa Idosa do Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania (MDHC),<sup>3</sup> tanto o envelhecimento quanto os desafios impostos para proporcionar o bem-estar à população idosa estão ligados a várias características socioculturais, uma vez que envolvem não apenas o envelhecimento físico, mas também aspectos mentais. E ressalta a necessidade de:

[...] mudanças de paradigma para que não se veja a velhice como doença ou como uma época de perdas, sem visibilidade, sem direitos, sem a pessoa ser ouvida, ou de expressar sua vontade, e o direito de fazer escolhas, que é inerente ao ser humano (Brasil, 2023, s/p).

Costa (2004), ao tratar a temática acerca da pessoa idosa, traz à discussão o fenômeno da invisibilidade social desses indivíduos, pontuando que os idosos acabam se tornando invisíveis aos olhos da sociedade, perdendo a condição de sujeitos de direitos. De forma mais específica, é como se existisse uma “cegueira social” que afeta grande parte da população, levando

---

3 MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA. **Crescimento da população idosa traz desafios para a garantia de direitos.** 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: 10 ago. 2024.



à aceitação das diferenças como algo natural. Sendo assim, a pessoa idosa, consequentemente, acaba sendo desprezada pela sociedade.

Daí a urgência de oferecer proteção para esses sujeitos, pois só assim poderão continuar sendo vistos como indivíduos que possuem direitos. Francischetto (2019) corrobora com a discussão, afirmando que:

A ideia de igualdade tem permeado as discussões sociais e jurídicas de maneira frequente em nosso país. Tornou-se, portanto, uma construção jurídica em que se defende que a lei deve ser igual para todos sem qualquer forma de privilégio. [...] No entanto, vários questionamentos foram construídos em torno da ideia de igualdade, constando que inúmeras pessoas e grupos não conseguiram usufruir de tal princípio, pois ele não levaria em consideração as desigualdades de oportunidades a que eles estavam expostos (Francischetto, 2019, p. 116).

Dessa forma, torna-se necessário pensar em estratégias para que o envelhecimento populacional possa ocorrer de forma digna e que esse público possa, verdadeiramente, ter voz e autonomia para suas atividades dentro da sociedade brasileira.

### **3. O trabalho do pedagogo com a pessoa idosa**

No que tange ao processo educativo, sabe-se que o pedagogo é o profissional indicado para atuar nessa área, pois é capaz de suprir demandas socioeducativas advindas de novas realidades, alterações em ritmos de vida, dentre outras áreas que demandem a atuação desse profissional.

No passado, o pedagogo desempenhava, principalmente, o papel de professor nas instituições escolares. Hoje, porém, esse profissional pode atuar em diversas outras áreas fora da sala de aula, como empresas ou instituições e cursos voltados para a terceira idade e ainda com os serviços de psicopedagogia.

Santos e Silva (2021), ao abordarem a reabilitação cognitiva da pessoa idosa, reforçam a carência de profissionais capacitados para esse atendimento, ressaltando a necessidade do olhar para outros profissionais capazes de contribuir para as demandas desse público, destacando a psicopedagogia com seu arcabouço teórico-técnico. As autoras apontam, dentre as possibilidades de atuação para o psicopedagogo, os “programas de estimulação e/

ou re/habilitação cognitiva, comprovadamente eficazes para a melhoria da qualidade de vida desse público” (Santos; Silva, 2021, p. 243). Elas ainda chamam a atenção, afirmando que:

[...] todavia, tais programas são normalmente colocados sob responsabilidade de profissionais que lidam exclusivamente com a saúde mental, excluindo o psicopedagogo, que poderia ser um importante aliado na expansão do corpo técnico de profissionais habilitados em atender tais demandas sociais (Santos; Silva, 2021, p. 248).

Wilson (1996), ao abordar a saúde intelectual da pessoa idosa, afirma que, “sem atividade, podem perder algumas de suas capacidades intelectuais” (Wilson, 1996, p. 316), pois, à medida que o indivíduo envelhece, suas funções cognitivas vão ficando comprometidas devido a doenças degenerativas, lesão cerebral ou pelo avanço da idade, surgindo, então, a necessidade de acompanhamento de profissionais que os “ensinem” a gerir suas limitações. Então, como o pedagogo possui, em sua bagagem de formação, conhecimentos nas áreas da neurociência, psicopedagogia, entre outros, fica apto para traçar estratégias que possam contribuir de modo efetivo para a reabilitação e/ou compensação das funções cognitivas da pessoa idosa.

A literatura mostra que a cognição está relacionada a processos como conhecimento, compreensão, aprendizado, percepção, memória, julgamento e pensamento. Sendo assim, o bom funcionamento das funções cognitivas é crucial para a preservação da autonomia da pessoa idosa, permitindo que ela possa organizar e realizar suas atividades diárias de forma independente. Domenico (2020)<sup>4</sup> corrobora com a discussão, ressaltando que

[...] o cérebro começa a envelhecer quando ainda somos jovens, em torno dos 30 anos. Por volta dos 60 anos, lapsos de memória (como esquecer nomes, palavras que estavam na ponta da língua ou onde colocou objetos), raciocínio mais lento, diminuição na agilidade e dificulda-

---

4 DOMENICO, Marcia Di. **Entenda as principais mudanças cognitivas do envelhecimento**. Disponível em <https://redebemestar.com.br/saude/entenda-as-principais-mudancas-cognitivas-doenvelhecimento/#:~:text=S%C3%A3o%20mudan%C3%A7as%20cognitivas%20previstas%20com%20o%20envelhecimento%2C%20resultado,da%20diminui%C3%A7%C3%A3o%20na%20capacidade%20de%20criar%20novas%20conex%C3%B5es>. Acesso em: 22 jul 2024.

de para processar informações tornam-se mais comuns [...] (Domenico, 2020, s/p).

A autora explica que, se os lapsos de memória não prejudicam a rotina diária, não há necessidade de preocupação, uma vez que são mudanças cognitivas já previstas com o envelhecimento e não precisam ser motivo de preocupação se não atrapalham o dia a dia da pessoa idosa. Porém, é necessário estar atento, caso perceba o idoso não interagindo socialmente. É importante entender que:

O aprendizado constante deve ser incentivado entre os idosos como fator protetor das funções cognitivas, e tudo conta: ler, aprender um novo idioma, mexer no computador, cozinhar uma receita nova, tocar um instrumento musical, um hobby manual ou mesmo um jeito diferente de realizar tarefas cotidianas (Domenico, 2020, s/p).

Santos e Silva (2021) ressaltam que condições educacionais, econômicas, nutricionais e o estilo de vida são fatores que podem influenciar na longevidade de um indivíduo. No entanto, na realidade das pessoas idosas, esses elementos, muitas vezes, não estão presentes na medida adequada às suas necessidades e, geralmente, ficam sob a responsabilidade de terceiros, como parentes e/ou cuidadores. Aliada a isso, persiste a crença de que a pessoa idosa deve ser “poupada” de suas atividades cotidianas, com a intenção de prolongar sua vida. Acrescentam que “[...] essa tentativa de poupar os idosos, com o objetivo de dar-lhes mais tempo de vida, não representa, necessariamente, uma vida de qualidade” (Santos; Silva, 2021, p. 246). Nessa perspectiva, percebe-se a necessidade de oferecer para esse público condições para que seu envelhecimento seja digno.

Alves (2021) pontua que, com o aumento da expectativa de vida, a população idosa tem se preocupado mais com sua saúde, vida social e finanças e reforça que:

O aumento da expectativa de vida tem feito com que os idosos busquem cuidados com a sua saúde, com sua vida social e com suas finanças. As novas demandas desencadeadas pelo crescimento da população idosa reivindicam que a sociedade, os familiares, as instituições de formação profissional e as políticas públicas contribuam para o processo de envelhecimento saudável, proporcionem aos idosos a autonomia, a aceitação das mudanças, o

controle de doenças, a interação social e torne acessível a prática de atividades físicas e meios de aprendizagens (Alves, 2021, p. 23).

Ademais, quando se fala em educação, é preciso compreender o processo de envelhecimento não como um entrave e sim como um progresso, pois se trata de algo que está posto na sociedade e, por isso, a educação deve ser vista como um mecanismo de busca de conhecimento, visando o bem-estar do indivíduo. Sendo assim, o envelhecimento não deve ser visto como a fase em que o indivíduo apresenta fragilidade física e mental e que impacta em perdas tanto sociais quanto econômicas, fazendo-os invisível para a sociedade. Não se trata de negar que as limitações existem por questões biológicas, mas de entender que isso não os torna incapazes. Daí a importância de um olhar para a educação voltada para esse público.

Dessa forma, torna-se urgente o reconhecimento do pedagogo não apenas pelo seu trabalho com a população infanto-juvenil que apresenta limitações no processo de escolarização, mas também como um profissional importante para o público adulto e idoso, que contribui para a saúde mental por meio de estratégias de estimulação e/ou reabilitação cognitiva por meio da educação continuada, inclusão digital, a intergeracionalidade e a cidadania da pessoa idosa.

Dentre as possibilidades acima citadas, destacaremos o projeto desenvolvido pelo Núcleo de Cidadania da Faculdade de Medicina São Carlos, voltado para a inclusão digital da população idosa da cidade de Bom Jesus do Itabapoana/RJ.

#### **4. Tecnologia e envelhecimento: facilitando a inclusão digital da pessoa idosa**

Antes de apresentar o projeto desenvolvido pela Faculdade São Carlos, vamos pontuar a relevância da inclusão digital para a pessoa idosa. Primeiramente, vale destacar, para que possamos refletir, que a inclusão, como conceito e prática, torna-se necessária devido à existência da exclusão. O termo “inclusão”, em nosso entendimento, poderia ser redundante se todos os indivíduos tivessem acesso igualitário a oportunidades, recursos e direitos. No entanto, a realidade mostra grupos sociais historicamente marginalizados, dentre eles a população idosa, que enfrentam obstáculos que os afastam do pleno exercício de seus direitos e da participação na vida comunitária.

A inclusão digital, nesse caso, torna-se importante, **já que** tecnologia está cada vez mais presente em todas as esferas da vida. Para nós, promover o acesso da pessoa idosa ao mundo digital é **ir** além de ensiná-los a usar dispositivos e aplicativos, mas oferecer-lhes uma nova forma de conexão com o mundo, de fortalecer laços sociais e de garantir sua participação ativa na sociedade, como também contribuir para sua autonomia.

A pessoa idosa com acesso à tecnologia pode realizar diversas atividades de forma independente, como pagar contas, fazer compras *online*, acessar informações de saúde, bem como manter contato com amigos e familiares. Isso contribui para uma maior qualidade de vida, reforçando a autoestima e a sensação de pertencimento.

A inclusão digital também proporciona a oportunidade de participar de atividades de lazer e aprendizado através de plataformas digitais que oferecem cursos, jogos interativos e conteúdos diversos que estimulam o cérebro, promovendo, assim, um envelhecimento ativo e saudável.

Outro benefício significativo da inclusão digital é o fortalecimento das relações intergeracionais. A tecnologia, nesse contexto, serve como liame que conecta gerações, permitindo que pessoas idosas e jovens possam compartilhar experiências, conhecimentos e habilidades. Ao ensinar a pessoa idosa a utilizar as ferramentas tecnológicas, os jovens também aprendem com a sabedoria e as histórias de vida deles, criando um ambiente de respeito e colaboração mútua. Essa troca de experiências enriquece ambas as partes, contribuindo para a coesão social e a compreensão entre diferentes gerações.

Portanto, o acesso da pessoa idosa às tecnologias deve ser visto como uma ação que promove o bem-estar, a inclusão social e o fortalecimento das relações familiares e comunitárias. Investir na inclusão digital para tal público é investir em uma sociedade mais justa em que todos, independentemente da idade, têm a oportunidade de participar plenamente da vida moderna.

## **5. Projeto de Inclusão Digital da Faculdade Metropolitana São Carlos**

A Faculdade Metropolitana São Carlos, localizada em Bom Jesus do Itabapoana/RJ, através do seu Núcleo de Cidadania, criou o Projeto Inclusão da Pessoa Idosa e, por meio dele, vem desenvolvendo um trabalho

no qual, além de ensinar a pessoa idosa a lidar com as novas tecnologias, oferece-lhes oportunidade de uma educação permanente através de cursos, oficinas, palestras, entre outras atividades, que atendam às suas necessidades, expectativas e possibilidades.

O projeto também promove a intergeracionalidade, possibilitando à pessoa idosa o contato, a convivência, a troca de experiências com pessoas de várias gerações, como alunos dos variados cursos bem como os profissionais da instituição e do município, o que ajuda ampliar suas experiências, conhecimentos, entre outros. A intergeracionalidade é promovida nos vários eventos, atividades, tudo tendo como base a reciprocidade entre as gerações.

Abaixo, será demonstrado, por meio de fotos, alguns dos eventos/atividades com a participação da população idosa inscrita no projeto.

Figura 1 – Registro da aula inaugural do Projeto Inclusão Digital da Pessoa Idosa em 28/02/2024



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Figura 2 – Palestras sobre sexualidade e envelhecimento saudável



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Figura 3 – Apresentação das pessoas idosas nas redes sociais



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Figura 4 – Atividade de Arteterapia



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Figura 5 – Prevenção de quedas



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).



Figura 6 – Festa Junina



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Figura 7 – Plantio de árvores frutíferas em comemoração ao Dia da Árvore



Fonte: Arquivo Pessoal (2024).

Além das atividades apresentadas acima, o projeto também oferece palestras sobre educação financeira, oficina de autocuidado e outras atividades que possam, de fato, promover autonomia e bem-estar desse público.

## Considerações finais

Entendemos a relevância de ampliar as discussões sobre como a pessoa idosa pode desfrutar de uma vida digna e de qualidade bem como a necessidade de se ampliarem as possibilidades de atuação do pedagogo para a qualidade de vida para essa população.

Nesse cenário, o trabalho do pedagogo torna-se imprescindível para a promoção e desenvolvimento da pessoa idosa nos aspectos físicos, cognitivos, sociais, culturais, psicológicos, entre outros. Ademais, possibilita-lhes que se sintam mais realizados e capazes de atender às suas necessidades por meio de atividades diversificadas.

Diante do exposto, não podemos afirmar que a educação ocorre em todos os lugares e momentos de nossa vida. Ela vai se ajustando conforme as novas condições de um mundo em constante mudanças, que podem ocorrer na família, no trabalho ou em qualquer outro espaço da sociedade. É a educação que nos fornece o suporte necessário para aprender algo novo que contribua para nosso desenvolvimento humano.

Nesse sentido, o trabalho do pedagogo é fundamental, pois despertará, no indivíduo, a consciência de que merece respeito, dignidade, segurança, amor e dedicação. Porém, torna-se necessário reconhecer que tal processo exige avanços na área da pedagogia, uma vez que a educação não formal ainda carece de uma atenção mais cuidadosa e diferenciada.

## Referências

ALVES, Amanda F. **Pedagogia e idoso: um olhar da educação popular e dos aspectos pedagógicos**. 2021. 37 f. Monografia (Graduação em Pedagogia) – Escola de Formação de Professores e Humanidades, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2934/1/Monografia%20vers%C3%A3o%20final-%20Amanda%20Ferreira%20Alves.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2024

BRASIL. **Lei nº 10.741, de 1 de outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2003. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm). Acesso em: 10 de agosto de 2024.

BRUNO, Marta Regina Pastor. Cidadania não tem idade. **Revista Serviço Social & Sociedade**, São Paulo, n. 75, p. 74-83, 2003.

CABRAL, Umberlândia. População cresce, mas número de pessoas com menos de 30 anos cai 5,4%, de 2012 a 2021. **Agência de Notícias do IBGE**, Rio de Janeiro, 22 jul. 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/34438-populacao-cresce-mas-numero-de-pessoas-com-menos-de-30-anos-cai-5-4-de-2012-a-2021>. Acesso em: 22 jul. 2024.

COSTA, Fernando Braga da. **Homens Invisíveis: Relatos de uma humilhação social**. 1. ed. **São Paulo: Globo**, 2004.

FRANCISCHETTO, Gilsilene Passon Picoretti. Um olhar no caleidoscópio das desigualdades e das diferenças nas relações de emprego. *In*: FRANCISCHETTO, Gilsilene Passon Picoretti. **Construção das ecologias de saberes e práticas: diálogos com Boaventura de Sousa Santos** (org.). 2. ed. Campos dos Goytacazes: Brasil Multicultural, 2019.

LIBÂNEO, J. C. **Pedagogia e pedagogos, para quê?** 8. ed. São Paulo: Cortez, 2005.

MALLOY-DINIZ, L. F.; FUENTES, D.; MATTOS, P.; ABREU, N. O Exame das Funções Executivas. *In*: MALLOY-DINIZ L. F.; FUENTES D.; MATTOS P.; ABREU N. (orgs). **Avaliação Neuropsicológica**. 1. ed. Porto Alegre: Artmed; 2010. p. 94-113.

PIRES, Lenísia Silva; LIMA, Sueli Azevedo de Souza da Cunha. O Pedagogo e a Pedagogia do Envelhecer. **Fragmentos de Cultura**, Goiânia, v. 17, n. 3-4, p. 403-419, mar./abr. 2007. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/fragmentos/article/view/284/228> Acesso em: 20 de agosto de 2024

SANTOS, Fabiana Ferreira Oliveira; SILVA, Alessandra Aparecida dos Santos. O trabalho do psicopedagogo na reabilitação cognitiva do idoso. **Revista Psicopedagogia**, [S. l.], v. 38, n. 116, p. 240-253, 2021. Disponível em <https://revistapsicopedagogia.com.br/detalhes/675/o-trabalho-do-psicopedagogo-na-reabilitacao-cognitiva-do-idoso> Acesso em: 20 ago. 2024.

WILSON, B. A. Reabilitação das deficiências cognitivas. *In*: NITRINI R.; CARMELLI P.; MANSUR, L. L. (orgs.). **Neuropsicologia: das bases anatômicas à reabilitação**. 1. ed. São Paulo: Clínica Neurológica do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, 1996. p. 315-25.

## 6. Envelhecendo com dívidas: o crescente endividamento dos idosos no Brasil

Juliana da Silva Gomes

Neuza Maria de Siqueira Nunes

Sérgio Elias Istoe

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.6

### Considerações iniciais

O objetivo do trabalho é abordar o aumento de idosos no Brasil e o endividamento financeiro desse segmento. O envelhecimento no Brasil torna-se um desafio pelo aumento da expectativa de vida nos últimos anos, pois o país deve planejar as várias circunstâncias que incidem sobre a população de idosos. Dentre elas, observa-se o endividamento da população na terceira idade, uma situação que atinge de forma significativa a qualidade de vida dos idosos.

A longevidade da população deve estar acompanhada pelo bem-estar e pela forma de vida saudável. Para isso ocorrer, é preciso que os idosos sejam respeitados e que tenham como garantia a saúde, o bem-estar psicológico e social, a independência, a segurança e a participação em distintos setores e contextos.

Na atualidade, percebe-se o aumento da terceira idade na população brasileira, inspirando formas de interpretar e de pensar a realidade referente a diversas circunstâncias que abrangem tal faixa etária. O país tinha, em março de 2024, de acordo com a Serviços de Assessoria S. A. (Serasa)<sup>1</sup>, cerca de 72

---

1 SERASA. **Mapa da Inadimplência e Negociação de Dívidas no Brasil**. Serasa, 2024.

milhões de pessoas com algum tipo de débito, sendo que, parte dos inadimplentes, acima de 60 anos, representada por 18,9%, eram da terceira idade.

Dessa forma, percebe-se que os idosos são consumidores que podem ser considerados como vulneráveis, uma vez que, nas relações de consumo, eles têm a possibilidade de serem vítimas por práticas abusivas, sobretudo em relação à informação sobre créditos e sua utilização, incluindo o acesso por familiares.

## Metodologia

A metodologia empregada na construção do presente pautou-se na utilização dos métodos científicos historiográfico e dedutivo. A aplicação do método historiográfico encontra como substrato de aplicabilidade a premissa de uma análise contextual-histórica acerca dos conceitos que emolduram a temática central do tema. Por sua vez, o método dedutivo debruça-se sobre o exame da questão condutora do presente. No que concerne à classificação da pesquisa, no tocante aos objetivos, trata-se de pesquisa dotada de natureza qualitativa e, quanto à abordagem, exploratória.

Em relação às técnicas de pesquisa, trata-se de uma pesquisa de cunho de revisão de literatura sob o formato sistemático, conjugada, de maneira secundária, com as técnicas de pesquisa bibliográfica e legislativa. As plataformas utilizadas foram o *Google Acadêmico*, o *Scielo* e o *Scopus*. A partir da identificação do material, a seleção observou a pertinência estabelecida em relação ao tema-objeto da pesquisa.

## Longevidade em idosos

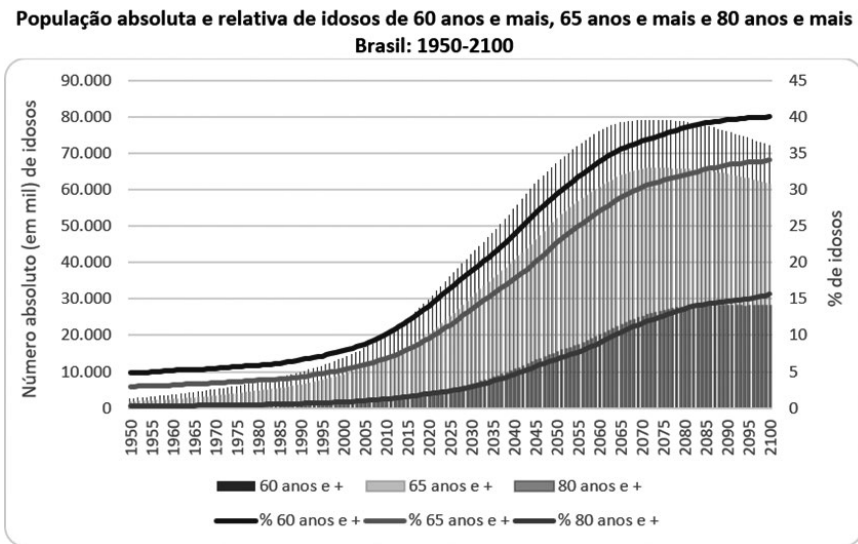
O futuro do século XXI será da população de cabelos brancos, e a taxa de idosos no mundo e no Brasil ficará com números impressionantes, até então não atingida em toda a humanidade. A economia mundial e a brasileira “terão que lidar com uma estrutura etária desfavorável do ponto de vista da produtividade. As diferentes nações terão que se preparar para as consequências de uma alta razão de dependência demográfica” (Alves,<sup>2</sup> 2020, s. p.).

---

2 ALVES, José Eustáquio Diniz. **Envelhecimento populacional continua e não há perigo de um geronticídio**. EcoDebate, 2020.

É importante ressaltar que uma das particularidades mais acentuadas em relação à atual mudança da demografia mundial é o processo de envelhecimento da população, representado pelo crescimento do número absoluto e do percentual de idosos no total da população, que acontece desde o ano de 1950, sobretudo no decorrer do século XXI. A figura 7 representa a população absoluta e relativa de 60 anos e mais, 65 anos e mais, 80 anos e mais, no Brasil, entre 1950 e 2100.

Figura 1 – População absoluta e relativa de 60 anos e mais, 65 anos e mais, 80 anos e mais, no Brasil, 1950-2100



Fonte: Alves (2020).

Os dados da figura 1 revelam que, em termos relativos, a população idosa de 60 anos representava 4,9% do total de habitantes no ano de 1950, passando para 14% em 2020 e com projeção de alcançar o percentual de 40,1% no ano de 2100, representando um acréscimo de 8,2 vezes no peso relativo no período de 1950 a 2100.

No ano de 1950, a quantidade de idosos com 80 anos ou mais no Brasil, de acordo com a figura 2, representava 153 mil. No ano de 2020, foi para 4,2 milhões, com estimativa de chegar a 28,2 milhões em 2100, evidenciando um crescimento absoluto de 184,8 vezes no período de 150 anos. A população

idosa com 80 anos e mais representava, em valores relativos, apenas 0,3% do total de habitantes em 1950, indo para 2% em 2020 e deve alcançar 15,6% em 2100, demonstrando um aumento de 55,2 vezes no percentual do ano de 1950 para o ano de 2100.

Figura 2 – População absoluta e relativa de 60 anos e mais, 65 anos e mais, 80 anos e mais. Brasil: anos selecionados entre 1950 e 2100 (em mil)

<b>População absoluta e relativa de idosos de 60 anos e mais, 65 anos e mais e 80 anos e mais Brasil: anos selecionados entre 1950 e 2100 (em mil)</b>							
Anos	Total	60 anos e +	65 anos e +	80 anos e +	% 60 e +	% 65 e +	% 80 e +
1950	53.975	2.627	1.606	153	4,9	3,0	0,3
2000	174.790	13.874	9.175	1.429	7,9	5,2	0,8
2020	212.559	29.857	20.389	4.159	14,0	9,6	2,0
2050	228.980	67.361	52.026	15.376	29,4	22,7	6,7
2100	180.683	72.386	61.544	28.210	40,1	34,1	15,6
2100/1950	3,3	27,6	38,3	184,8	8,2	11,5	55,2

Fonte: Alves (2020).

De acordo com a revisão das projeções da ONU feito em 2019, a população brasileira vai alcançar o pico de 229,6 milhões de habitantes em 2045, e o número absoluto de idosos vai continuar aumentando, “sendo que o pico de idosos de 60 anos e mais (79,2 milhões de pessoas) e de 65 anos e mais (65,9 milhões) será alcançado em 2075. O pico de idosos de 80 anos e mais (28,5 milhões) será alcançado somente em 2085” (Alves, 2020, s. p.). Ao mesmo tempo que o número de idosos aumenta, refletindo em novos desafios, traz também novas oportunidades.

Segundo Crelier (2019), do ano de 2017 para o ano de 2018, houve aumento da expectativa de vida dos brasileiros em 3 meses e 4 dias, atingindo os 76,3 anos. Desde 1940, já são 30,8 anos a mais que se espera que a população viva. Os dados relativos às Tábuas Completas de Mortalidade, noticiadas pelo IBGE, revelam que, desde o ano de 1940, a expectativa de vida aumentou 30,8 anos a mais.

Em relação à longevidade, as mulheres apresentaram maior, cerca de 79,9 anos, e os homens ficaram com 72,8 anos da expectativa de vida, em 2018. A maior expectativa de vida ao nascer para ambos os sexos foi ressaltada no Estado de Santa Catarina, equivalente a 79,7 anos. Mais estados

tiveram estimativas elevadas: o Espírito Santo, São Paulo, Distrito Federal e Rio Grande do Sul, com 78 anos. Com menor expectativa, de 71,1 anos, é o Maranhão e o Piauí, com 71,4 anos. Dessa forma, de acordo com a taxa de mortalidade observada no ano de 2018, “uma criança que nasce no Maranhão teria a expectativa de viver em média 8,6 anos a menos que uma criança nascida em Santa Catarina” (Crelier, 2019, s. p.).

Para alcançar a velhice com saúde, conforme Dias<sup>3</sup> (2018), a pessoa deve ter alguns objetivos, como saber qual a finalidade de vida. Deve também ter cuidado com o corpo e com a mente, conservar as relações afetivas e as sociais de qualidade e manter a espiritualidade.

Para saber qual o propósito de vida, deve-se ter consciência da sua razão de existir, definindo os sonhos e projetos de viver de cada pessoa. O cuidado com o corpo deve ser levado em consideração, priorizando o tipo de alimentação saudável, quais hábitos são benéficos e dormir a quantidade de tempo indispensável. Além de evitar o cigarro e o álcool, fazer *check-ups* de saúde regularmente, não tomar medicação sem prescrição médica, manter o peso apropriado. Para cuidar da memória, deve-se aprender coisas atuais, fazer palavras cruzadas e exercícios. Deve-se cultivar amizades afetivas e sociais importantes, ingressar ou fazer parte de grupo os quais desperte para dançar, aprender línguas e pintura, dentre outras atividades. Aprender e saber utilizar as mídias sociais para estar em contato com a família e com os amigos distantes, ou também viajar em companhias é também importante, e manter a espiritualidade (Dias, 2018).

O Brasil e o mundo terão, no futuro, um número significativo de idosos, até então não presenciados na história da humanidade. Os países deverão lidar com essa faixa etária na estrutura social para atender às necessidades exigidas por essa parte expressiva da população de cada nação.

O processo de envelhecimento da população vem crescendo em todo mundo. Em vista disso, alguns idosos sofrem com a violência, principalmente a psicológica, 51%, seguida de 38% da financeira, econômica ou patrimonial e de 26% da física e maus-tratos. A longevidade dos idosos é evidenciada pelos

---

3 DIAS, Renata Freire. **Envelhecer com saúde**: cinco pilares para uma velhice plena. Laboratório Gerardo Trindade, 2018.



dados e pelas projeções da população de 60 anos ou mais, 65 anos e mais e 80 anos e mais no Brasil.

O idoso tem o direito e o dever de ser respeitado, independentemente de sua idade, sexo, raça, crença religiosa e condição socioeconômica. Deve ter uma vida digna e com qualidade no processo de envelhecimento. Ele tem experiência, sabedoria e história de vida que devem ser considerados e valorizados.

## Endividamento dos idosos no Brasil

O Brasil está passando por um acelerado processo de envelhecimento populacional. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)<sup>4</sup>, em 2020, cerca de 15,5% da população brasileira tinha 60 anos ou mais. Estima-se que esse número possa dobrar até 2050. Esse envelhecimento populacional traz consigo uma série de desafios, entre eles o endividamento crescente dos idosos.

O envelhecimento apresenta estímulos para muitas pesquisas e coloca em pauta discussões acerca de demandas da sociedade brasileira. É uma questão social de relevância, com necessidade de políticas públicas e de decisões práticas que atendam esse grupo da população do país.

Diante do crescimento demográfico marcante, surgem os direitos e os deveres dos idosos para permitir uma vida digna e de boa qualidade em prol do envelhecimento ativo. Assim, de acordo com Moraes<sup>5</sup> (2024), em pesquisa realizada pela *Serasa Experian*, evidencia-se que os idosos se encontram cada vez mais endividados, representados por quase doze milhões e trezentos mil com contas consideradas em atraso, contribuindo para a alta taxa de inadimplência da terceira idade.

Os dados revelam que indivíduos com mais de sessenta anos de idade têm contribuído, de forma intensa, para o sustento das famílias. E, para aqueles que têm aposentadoria, o acesso fácil ao crédito consignado, dinheiro descontado na folha de pagamento do INSS, tem contribuído de forma negativa para a vida dos aposentados (Moraes, 2024, s.p.).

---

4 IBGE. **Características gerais dos moradores 2020-2021**. IBGE, 2020.

5 MORAES, Cristina Castro. **Idosos estão cada vez mais endividados, aponta pesquisa**. Jusbrasil, 2024.

Os fatores que podem contribuir para o aumento do endividamento entre os idosos estão explicitados a seguir:

- **Renda Fixa e Insuficiente:** Muitos idosos dependem exclusivamente de aposentadorias e pensões, que frequentemente são insuficientes para cobrir todas as despesas, especialmente em períodos de alta inflação.
- **Empréstimos Consignados:** A facilidade de acesso a empréstimos consignados, que são descontados diretamente das aposentadorias, tem sido um dos principais fatores de endividamento.
- **Pressões Familiares:** Idosos muitas vezes assumem dívidas para ajudar familiares, agravando sua própria situação financeira (SPC Brasil; CNDL, 2022).<sup>6</sup>

Os dados sobre endividamento dos idosos são preocupantes. Em 2022, mais de 65% dos idosos estavam endividados, e 30% deles relataram dificuldades em quitar essas dívidas (SPC Brasil; CNDL, 2022). Esse cenário se agrava quando considera que muitos desses idosos comprometem grande parte de sua renda com dívidas, deixando pouco espaço para despesas básicas ou essenciais.

De acordo com Campêlo<sup>7</sup> (2023), o endividamento tem impactos profundos na qualidade de vida dos idosos. Estudos indicam que o estresse financeiro contribui para o aumento de problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Além disso, o comprometimento excessivo da renda limita o acesso a cuidados de saúde e medicamentos, o que pode agravar condições crônicas.

Em relação ao envelhecimento populacional e ao aumento do endividamento, é importante que sejam implementadas políticas públicas para abrandar esse problema. Como mecanismo de prevenção, destaca-se a:

Educação financeira como uma ferramenta preventiva contra o superendividamento dos idosos. O governo e as instituições financeiras têm um papel fundamental na proteção desse grupo vulnerável, promovendo inicia-

---

6 SPC Brasil; CNDL. **Perfil do Endividamento dos Idosos no Brasil.**

7 CAMPÊLO, Maria Adriana. **Estresse financeiro: causas, consequências e estratégias de enfrentamento.** Portal do Investidor, 2023.

tivas que garantam a inclusão financeira e o bem-estar econômico dos idosos. É necessário um esforço conjunto para assegurar que os idosos tenham acesso às informações e recursos necessários para tomar decisões financeiras informadas, garantindo assim uma melhor qualidade de vida e segurança financeira na terceira idade (Lima; Moraes, 2024, p. 3379).

Para Casemiro e Dutra (2018), as pessoas com idade acima de 55 anos, geralmente aposentadas, estão dentre as principais vítimas do superendividamento. Em pesquisa da Defensoria Pública do Rio, a partir de consumidores que procuram a Comissão de Superendividados, do Núcleo de Defesa do Consumidor da Defensoria (Nudecon), foram evidenciadas algumas informações. Das 95 pessoas entrevistadas que participaram da audiência de conciliação com os bancos, com dívidas que somadas alcançam R\$ 2,4 milhões, 64% têm mais de 55 anos. A seguir, na figura 3, o perfil dos consumidores “superendividados”:

Figura 3 – Perfil dos consumidores “superendividados”



Fonte: Casemiro; Dutra (2018).

O Nudecon destaca, de acordo com a figura acima, que três de cada dez pessoas que recorrem à comissão têm mais de 70 anos e 90% da renda comprometida. Entre as premissas estabelecidas, o resultado está relacionado com a ampla oferta de crédito consignado que tem como alvo esse segmento.

## Considerações finais

O processo de envelhecimento da população vem acontecendo no Brasil e no mundo. A longevidade dos idosos está explicitada nos dados e nas projeções da população de 60 anos ou mais, 65 anos e mais e 80 anos e mais no

país. Alguns idosos sofrem com a violência, como a psicológica, representada por 51%, e seguida de 38% da financeira, econômica ou patrimonial.

O endividamento excessivo dos idosos, causado por empréstimo pessoal, ultrapassou o âmbito individual e se tornou um problema nacional, interferindo na vida social e econômica, impactando e impedindo alguns em alcançar uma vida mais confortável. Assim sendo, o idoso precisa ser cauteloso na aquisição do crédito, lembrando que, dependendo a situação, pode resultar em inadimplência.

Os dados apontam a importância da promoção de ações que visam melhorar o conhecimento financeiro dos idosos aposentados. Algumas iniciativas, como a educação financeira, podem ser voltadas a essa faixa etária, com informações acerca do crédito consignado e suas consequências. Ademais, é necessário fortalecer a regulamentação e a supervisão do mercado de crédito consignado, garantindo a transparência das informações e protegendo os aposentados de práticas abusivas.

## Referências

CASEMIRO, Luciana; DUTRA, Bruno. Idosos sofrem mais com superendividamento. **O Globo**, Rio de Janeiro, 5 jul. 2018, Economia. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/economia/defesa-do-consumidor/idosos-sofrem-mais-com-superendividamento-22853164> Acesso em: 12 jul. 2024.

CRELIER, Cristiane. Expectativa de vida dos brasileiros aumenta para 76,3 anos em 2018. **Agência Notícia IBGE**, Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/26103-expectativa-de-vida-dos-brasileiros-aumenta-para-76-3-anos-em-2018>

LIMA, Lucas Inácio de; MORAIS, Hugo Azevedo Rangel de. A importância da educação financeira na prevenção do superendividamento de idosos por empréstimos consignados. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 8, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/15306/8132/34422>. Acesso em: 10 set. 2024.

## 7. Interação psicossocial dos idosos: impactos na qualidade de vida

Nelia da Fonseca Pinto Ferreira  
Valtair Afonso Miranda  
Carolina Crespo Istoe  
Rosalee Santos Crespo Istoe  
DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.7

### Introdução

O envelhecimento populacional no Brasil tem se acentuado de maneira expressiva nos últimos anos. Conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), de acordo com o censo, em 2010, o Censo Demográfico revelou que o Brasil tinha cerca de 20,5 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, o que equivalia a 10,78% da população total. Recentemente, o Censo de 2022 mostrou que esse número subiu para 32,1 milhões de idosos, representando agora 15,6% dos brasileiros. Esse crescimento indica um aumento de 56,0% no número de pessoas com 60 anos ou mais em relação a 2010.<sup>1</sup>

Esse fenômeno demográfico reflete os avanços na medicina e nas condições de vida, bem como a redução nas taxas de natalidade e fecundidade. A transformação demográfica impõe desafios substanciais aos sistemas de saúde.

---

1 IBGE. **Censo 2022**: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2024. 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: 31. out. 2024.

de, previdência social e à estrutura familiar, além de colocar a qualidade de vida dos idosos como uma preocupação central (Silva; Barakat; Taveira, 2024). Adicionalmente, questões relacionadas à mobilidade, ao acesso a cuidados de saúde e à inclusão social são cada vez mais relevantes (Mynarski *et al.*, 2023).

Nesse contexto, o objetivo deste estudo é investigar as condições de vida dos idosos no Brasil, com foco em variáveis de saúde, bem-estar e inclusão social. Busca-se compreender os desafios enfrentados por essa população e identificar oportunidades para a melhoria das políticas públicas e das práticas de cuidado, visando a um envelhecimento mais digno e ativo que valorize a experiência de vida dos idosos brasileiros.

A metodologia empregada neste estudo inclui a análise dos dados fornecidos pelo IBGE e outras fontes estatísticas oficiais. Através de uma abordagem quantitativa e qualitativa, pretende-se mapear o cenário atual e as tendências futuras, oferecendo um panorama abrangente das condições de vida dos idosos no Brasil. Esta análise permitirá uma compreensão das diferentes realidades enfrentadas por essa faixa etária, possibilitando a formulação de estratégias mais eficazes.

A relevância deste estudo reside na necessidade de adaptar as políticas públicas e as práticas de cuidado às novas demandas de uma população envelhecida. Com o aumento da longevidade e a diversificação das condições de vida dos idosos, torna-se imperativo desenvolver soluções que atendam às suas necessidades específicas. Este trabalho contribui para o desenvolvimento de um corpo de conhecimento que apoie a elaboração de políticas mais inclusivas e eficazes.

A motivação para a realização deste estudo surge da crescente importância de se promover um envelhecimento saudável e ativo. A literatura científica destaca a interação psicossocial como um fator crítico para o bem-estar dos idosos, influenciando significativamente sua saúde mental e qualidade de vida (Pinto; Neri, 2017). Compreender e promover a interação social e o suporte emocional entre os idosos pode mitigar sintomas de depressão e ansiedade, oferecendo uma perspectiva inovadora para o envelhecimento saudável.

## **O processo de envelhecimento humano**

O Brasil enfrenta uma transformação demográfica significativa com o crescente aumento da população idosa. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2024), o número de pessoas com 60 anos

ou mais tem aumentado de forma expressiva nas últimas décadas, conforme apontado na síntese introdutória deste estudo, e as projeções indicam que essa tendência continuará nas próximas décadas.<sup>2</sup> Esse fenômeno demográfico exige uma atenção especial às políticas públicas e à qualidade de vida dos idosos, especialmente no que diz respeito aos cuidados psicossociais.

O Estatuto do Idoso, estabelecido pela Lei nº 10.741 de 2003, é um marco fundamental na proteção dos direitos dos idosos no Brasil. Essa legislação fornece uma estrutura para garantir a dignidade, saúde e bem-estar dos idosos, abordando questões críticas relacionadas aos cuidados psicossociais. O estatuto assegura que os idosos tenham acesso prioritário a serviços de saúde e cuidados especializados que considerem as particularidades do envelhecimento. Além disso, promove a criação de centros de convivência e programas de apoio social, fundamentais para combater o isolamento e fomentar a inclusão social (Brasil, 2003).

Os cuidados psicossociais desempenham um papel vital na manutenção da qualidade de vida dos idosos. Estudos como o de Camarano (2004) têm mostrado que redes sociais robustas estão associadas a menores níveis de depressão, ansiedade e estresse entre os idosos. O suporte social oferece um senso de pertencimento e apoio emocional, assim como atua como amortecedor contra os efeitos negativos do envelhecimento (Camarano, 2004).

Outrossim, a presença de centros de convivência e a participação em atividades sociais regulares são considerados relevantes para preservar a saúde mental e o bem-estar dos idosos. Isso é verificado em Kalache (2008). Esses espaços proporcionam oportunidades para socialização, aprendizado e engajamento comunitário, fatores que ajudam a reduzir a solidão e a promover uma vida mais ativa e satisfatória

---

2 A expectativa é um aumento acentuado no número de idosos, dados do IBGE indicaram que em 2022, o total de pessoas com 65 anos ou mais no país (22.169.101) chegou a 10,9% da população, com alta de 57,4% frente a 2010. Ademais, a população idosa com 60 anos ou mais de idade chegou a 32.113.490 (15,6%), um aumento de 56,0% em relação a 2010, quando era de 20.590.597 (10,8%). Informação disponível no site eletrônico do IBGE, 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: 31. out. 2024.

A importância da integração de atividades culturais, educativas e recreativas é destacada como um meio eficaz para promover um envelhecimento ativo e saudável. Programas que incentivam a prática de atividades físicas, como caminhadas, hidroginástica e dança, são essenciais para manter a saúde física e emocional dos idosos. Além disso, a capacitação tecnológica é cada vez mais relevante, permitindo que os idosos mantenham contato com familiares e amigos, acessem informações de saúde e participem de atividades *online*.

Apesar das garantias oferecidas pelo Estatuto do Idoso e outras políticas públicas, a implementação eficaz desses direitos enfrenta vários desafios. A escassez de recursos, a falta de infraestrutura adequada e a necessidade de maior capacitação dos profissionais de saúde e assistência social são alguns dos obstáculos que precisam ser superados (Gomes; Minayo; Silva, 2022). A falta de políticas adequadas e a carência de serviços especializados podem comprometer a efetividade das iniciativas destinadas ao bem-estar dos idosos.

Para enfrentar esses desafios e promover a qualidade de vida dos idosos, é necessário um esforço coordenado entre o governo, organizações não governamentais e a iniciativa privada. A criação de programas e políticas que promovam a inclusão social, o acesso a cuidados psicossociais e a formação de redes de apoio comunitário são fundamentais para garantir que os direitos dos idosos sejam respeitados e que a qualidade de vida seja ampliada (Gomes; Minayo; Silva, 2022). A implementação de estratégias eficazes, como a ampliação dos centros de convivência e a promoção de atividades integradas, pode ajudar a atender às necessidades desta população crescente.

Nesse sentido, compreende-se que a população idosa no Brasil está aumentando rapidamente, e o Estatuto do Idoso desempenha um papel relevante na proteção dos direitos e na promoção da qualidade de vida dos idosos. Garantir cuidados psicossociais adequados é essencial para a saúde mental e o bem-estar dessa população. Enfrentar os desafios da implementação das políticas públicas e promover a inclusão social são passos essenciais para assegurar que todos os idosos tenham acesso aos cuidados necessários e possam envelhecer com dignidade e qualidade de vida.

## **Relações psicossociais**

A saúde mental na terceira idade é um componente crucial para garantir um envelhecimento saudável e de qualidade. À medida que envelhecem, os



idosos enfrentam uma série de desafios físicos, emocionais e sociais que podem impactar sua saúde mental. A interação psicossocial, que envolve a manutenção de redes sociais e suporte emocional, desempenha um papel vital na promoção da saúde mental dos idosos.

Estudos mostram que idosos com redes sociais robustas apresentam menores índices de depressão, ansiedade e estresse. A sensação de pertencimento e suporte social pode atuar como um *buffer* contra os efeitos negativos do envelhecimento. Por exemplo, um idoso que participa de grupos comunitários ou mantém contato regular com amigos e familiares pode se sentir mais valorizado e menos isolado, o que contribui para uma melhor saúde mental (Holt-Lunstad; Smith; Layton, 2010).

Além disso, a interação social está associada a uma melhor saúde física. Idosos que mantêm vínculos sociais ativos tendem a praticar mais atividades físicas, ter uma dieta mais equilibrada e aderir melhor aos tratamentos médicos (Gomes; Minayo; Silva, 2022).

A interação social também é fundamental para o estímulo cognitivo. Conversas e atividades sociais estimulam o cérebro, ajudando a manter a cognição afiada e a prevenir o declínio cognitivo associado a doenças como o Alzheimer. Por exemplo, um idoso que participa de clubes de leitura ou jogos de tabuleiro pode manter suas habilidades cognitivas mais aguçadas do que um idoso que não participa dessas atividades (Fratiglioni; Paillard, Winblad, 2004). A participação em atividades sociais pode dar aos idosos um sentido de propósito e pertencimento, aumentando a motivação para continuarem ativos e engajados na vida cotidiana.

No entanto, muitos idosos enfrentam barreiras significativas para a interação psicossocial. A mobilidade reduzida, a perda de amigos e familiares e a falta de oportunidades para engajamento social são alguns dos desafios comuns. Além disso, o estigma associado ao envelhecimento pode levar ao isolamento social, agravando os problemas de saúde mental e física. Por exemplo, um idoso que perdeu a capacidade de dirigir pode achar difícil participar de eventos sociais, enquanto um idoso que enfrenta preconceitos relacionados à idade pode se sentir desencorajado a buscar novas amizades (Cacioppo; Cacioppo, 2018).

Para melhorar a qualidade de vida dos idosos através da interação psicossocial, várias estratégias podem ser implementadas. A criação de centros de

convivência e clubes para idosos, onde possam participar de atividades sociais, educativas e recreativas, é uma iniciativa fundamental. Esses programas comunitários oferecem espaços seguros e acolhedores para que os idosos possam se socializar e manter-se ativos. Por exemplo, um centro comunitário que ofereça aulas de arte, grupos de leitura e atividades físicas pode ajudar os idosos a se manterem envolvidos e conectados (Haslam; Cruwys; Haslam, 2014).

Outra estratégia importante é incentivar o uso de tecnologia para manter contato com familiares e amigos, especialmente para aqueles com mobilidade reduzida. A tecnologia pode facilitar a comunicação e ajudar a combater a solidão, promovendo conexões significativas. Por exemplo, ensinar idosos a usar aplicativos de videochamada pode permitir que eles mantenham contato com familiares distantes (Asante; Karikari, 2022).

Promover oportunidades de voluntariado é igualmente crucial. Envolver-se em atividades de voluntariado permite aos idosos contribuir para a comunidade enquanto mantêm relações sociais, o que pode aumentar o seu sentido de propósito e pertencimento. Por exemplo, um idoso que voluntariamente ajuda em uma biblioteca local ou em uma organização sem fins lucrativos pode encontrar novas amizades e um renovado senso de propósito (Santos; Ribeiro; Sousa, 2019).

Desenvolver políticas públicas que incentivem o envelhecimento ativo e a inclusão social é essencial. Garantir que os idosos tenham acesso a serviços e recursos que promovam a interação social pode melhorar significativamente a sua qualidade de vida. Além disso, educar a sociedade sobre a importância da inclusão dos idosos e combater o estigma associado ao envelhecimento são passos fundamentais para criar uma comunidade mais acolhedora e inclusiva. Por exemplo, campanhas de conscientização que promovam a imagem positiva dos idosos e iniciativas que incentivem a participação dos idosos em atividades comunitárias podem ajudar a combater o isolamento social (World Report on Ageing And Health, 2015).

## **Considerações finais**

Pelo estudo realizado, é possível concluir que o Brasil está diante de uma significativa mudança demográfica com o rápido crescimento da população idosa, que já representa 16,2% da população total, conforme dados de 2024 do IBGE (2024a). Essa evolução demográfica, impulsionada por avanços na

medicina e melhorias nas condições de vida, bem como pela diminuição nas taxas de natalidade e fecundidade, traz desafios e oportunidades significativas para o país.

O Estatuto do Idoso, um marco na legislação brasileira, fornece uma base sólida para a proteção e promoção dos direitos dessa faixa etária, mas sua implementação enfrenta barreiras significativas, incluindo a falta de recursos e infraestrutura adequada. Ainda assim, os centros de convivência e as políticas de incentivo à participação social dos idosos provaram ser ferramentas eficazes para combater o isolamento e promover um envelhecimento saudável e digno.

Para que o Brasil possa lidar efetivamente com as implicações dessa transformação demográfica, é crucial que haja uma continuidade no desenvolvimento e na aplicação de políticas públicas adaptativas. Essas devem focar na inclusão social e no engajamento ativo dos idosos na sociedade, além de expandir o acesso e a qualidade dos serviços de saúde e apoio social.

Assim, garantir um envelhecimento digno e de qualidade para a crescente população idosa do Brasil requer um compromisso contínuo e uma colaboração entre governo, setor privado e comunidade, a fim de implementar soluções inovadoras que atendam às complexas necessidades desta população.

Quanto à estrutura, inicialmente, o estudo apresenta uma revisão da literatura sobre a demografia do envelhecimento no Brasil, analisando as estatísticas e projeções recentes. Em seguida, aborda-se o Estatuto do Idoso e sua relevância na proteção dos direitos e promoção do bem-estar dos idosos. O referencial teórico também inclui uma análise dos cuidados psicossociais, enfatizando a importância das redes sociais e do suporte emocional na manutenção da qualidade de vida dos idosos.

Além disso, são discutidos os benefícios dos centros de convivência e das atividades sociais regulares, conforme evidenciado por diversos estudos. A integração de atividades culturais, educativas e recreativas é explorada como um meio eficaz para promover um envelhecimento ativo e saudável. Por fim, o referencial teórico destaca os desafios enfrentados na implementação das políticas públicas e sugere estratégias para superar esses obstáculos e melhorar a qualidade de vida dos idosos no Brasil.

## Referências

- ASANTE, Samuel.; KARIKARI, Grace. Social Relationships and the Health of Older Adults: An Examination of Social Connectedness and Perceived Social Support. **J. Ageing Longev.** [S. l.], v. 2, n. 1, p. 49-62, 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/jal2010005>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2673-9259/2/1/5>. Acesso em: 12 ago. 2024.
- BRASIL. **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003.** Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2003. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/L10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741.htm). Acesso em: 14 jul. 2024.
- CACIOPPO, J. T.; CACIOPPO, S. The growing problem of loneliness. **Rev. The Lancet**, v. 391, n. 10119, p. 426. 2018. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)30142-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)30142-9/fulltext). Acesso em: 08 out. 2024.
- CAMARANO, Ana Amélia. **Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica.** Rio de Janeiro: IPEA, 2002. Disponível em: [https://portalantigo.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/TDs/td\\_0858.pdf](https://portalantigo.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/TDs/td_0858.pdf). Acesso em: 02 out. 2024.
- COHEN, S.; WILLS, T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis. **Psychological Bulletin**, v. 98, n. 2, p. 310-357, 1985.
- FRATIGLIONI, Laura; PAILLARD-BORG; WINBLAD, Beng. An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. **The Lancet Neurology**, [S. l.], v. 3, n. 6, p. 343 – 353, 2004. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/laneur/article/PIIS1474-4422\(04\)00767-7/abstract](https://www.thelancet.com/journals/laneur/article/PIIS1474-4422(04)00767-7/abstract). Acesso em: 02 out. 2024.
- GOMES, R.; MINAYO, M. C. de S.; SILVA, A. A. M. da. Diversidade, unidade e saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 10, p. 3794, out. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/NWzrXQbtJbjhX5fQjxq7syM/?lang=pt#>. Acesso em: 31 out. 2024.
- HOLT-LUNSTAD, J.; SMITH, T. B.; LAYTON, J. B. Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. **PLOS Medicine**, San Francisco, v. 7, n. 7, 2010. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1000316>. Acesso em: 14 jul. 2024.
- KALACHE, A. O mundo envelhece: é imperativo criar um pacto de solidariedade social. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 13, n. 4, p. 1107–1111, jul. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/V5dvczpmCs9gVJGvbPHgxdS/#>. Acesso em: 31 out. 2024.
- MYNARSKI, Joanna de Paula *et al.* Relação entre mobilidade urbana e qualidade de vida a partir das representações sociais de pessoas idosas em um município de médio porte. **PerCursos**, Florianópolis, v. 24, p. 1-33, 2023. DOI: 10.5965/19847246242023e0114. Disponível em: <https://periodicos.udesc.br/index.php/percursos/article/view/22625>. Acesso em: 31 out. 2024. Acesso em: 31 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **World Report on Ageing and Health**. Suíça: ONU, 2015. Disponível em: [https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811\\_eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811_eng.pdf?sequence=1). Acesso em: 14 jul. 2014.

PINTO, J. M.; NERI, A. L. Trajetórias da participação social na velhice: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 2, p. 259–272, mar. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/7FjMbsMq-FWSjpT3BhPr7npb/#>. Acesso em: 02 out. 2024.

SANTOS, Raquel do Rosário; RIBEIRO, Iveth da Costa; SOUSA, Ana Claudia Medeiros de. A biblioteca pública como ambiente de Mediação da informação para o usuário da terceira idade. **Inf. Inf.**, Londrina, v. 24, n. 1, p. 442 – 457, jan./abr. 2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/332390283\\_A\\_biblioteca\\_publica\\_como\\_ambiente\\_de\\_mediacao\\_da\\_informacao\\_para\\_o\\_usuario\\_da\\_terceira\\_idade](https://www.researchgate.net/publication/332390283_A_biblioteca_publica_como_ambiente_de_mediacao_da_informacao_para_o_usuario_da_terceira_idade). Acesso em: 01 out. 2024.

ROWE, J. W.; KAHN, R. L. Successful aging. **The Gerontologist**, v. 37, n. 4, p. 433-440, 1997.

## **8. Inclusão educacional em saúde da pessoa idosa através de práticas extensionistas no cenário universitário**

Bianca Magnelli Mangiavacchi

Jaylla Fernanda Ferreira de Oliveira Raeli

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.8

### **Considerações iniciais**

O crescimento do número de pessoas com 60 anos ou mais no território nacional é um dos mais expressivos fenômenos demográficos do Brasil. Essa realidade, que não é só do Brasil, mas de todo mundo, exige um olhar atento em todos os cenários de cuidado da pessoa idosa.

O processo de envelhecimento reflete, além de um aumento exponencial, uma modificação do padrão demográfico e epidemiológico em que as características são heterogêneas para cada pessoa idosa. Tal fato é um dos maiores desafios para a saúde pública no século XXI, pois implica a preparação na estruturação social, elevando, com isso, os custos com implementação de serviços em diversos setores para atender as crescentes demandas que englobem essa faixa etária. Além, claro, da busca por capacitação das áreas envolvidas e seus respectivos profissionais no processo de desenvolvimento para garantia de qualidade de vida para essa população.

A Lei nº 10.741/2003 do Estatuto do Idoso (Brasil, 2003) dispõe, em seu artigo 21, que: “O Poder Público criará oportunidades de acesso do idoso à educação, adequando currículos, metodologias e material didático aos programas educacionais a eles destinados” (Brasil, 2003, cap. 5, art. 21). Com

essa e outras legislações vigentes, políticas, programas, planos e estratégias foram elaborados para as pessoas idosas.

Dentre as estratégias desenvolvidas, destaca-se a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) que ressalta a velhice como fase do ciclo vital que demanda atenção especializada nas questões relativas à educação em saúde e capacitação dos recursos humanos e pesquisas nas diretrizes que norteiam essa política.

A extensão universitária é considerada estratégia que visa sistematizar ações de promoção da saúde como também integração social. O tripé ensino-pesquisa-extensão reflete o conhecimento científico na prática, formando profissionais que sabem reconhecer as necessidades da comunidade com participação ativa e reflexiva na troca de experiências no cenário universitário.

## **Etarismo e a Saúde Humana**

Etarismo é um termo que descreve o preconceito e a discriminação baseados na idade de uma pessoa. Essa forma de preconceito pode afetar tanto jovens quanto idosos, mas é mais frequentemente associada à discriminação contra pessoas mais velhas. O etarismo se manifesta de diversas maneiras, incluindo a exclusão social, a marginalização no mercado de trabalho e a desvalorização das opiniões e experiências de pessoas com base em sua idade. É um fenômeno que contribui para a segregação etária e impede a inclusão plena de indivíduos em todas as esferas da vida social, econômica e política.

A luta contra o etarismo é essencial para promover a igualdade e a justiça intergeracional, garantindo que todas as pessoas, independentemente da idade, possam contribuir e participar ativamente na sociedade. A conscientização sobre os impactos negativos do etarismo e a implementação de políticas inclusivas são passos fundamentais para construir uma sociedade que respeite e valorize indivíduos de todas as idades.

A Estratégia Global e o Plano de Ação da OMS sobre o envelhecimento e a saúde (2016–2020),<sup>1</sup> juntamente com a resolução WHA69.3<sup>2</sup> da Assembleia

---

1 World Health Assembly, 69. (2016). The Global strategy and action plan on ageing and health 2016–2020: towards a world in which everyone can live a long and healthy life. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/252783>.

2 [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA69/A69\\_R3-en.pdf?ua=1](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_R3-en.pdf?ua=1)

Mundial da Saúde e a Década das Nações Unidas para o Envelhecimento Saudável (2021–2030),<sup>3</sup> reconhecem a luta contra o etarismo como um pré-requisito essencial para a formulação de políticas públicas eficazes para o envelhecimento saudável e para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. Esses documentos estratégicos convocam a OMS a desenvolver, em colaboração com outros parceiros, uma campanha global para combater o etarismo. No processo de desenvolvimento da visão e dos princípios da campanha, ficou claro que o etarismo, direcionado a pessoas de todas as idades, deve ser combatido para evitar danos, reduzir injustiças e promover a solidariedade intergeracional.

O Relatório Global sobre Etarismo<sup>4</sup> apresenta estratégias baseadas em evidências para a redução do etarismo e para a criação de um mundo para pessoas de todas as idades. Essas estratégias incluem a conscientização sobre o impacto negativo do etarismo na sociedade, a promoção de uma imagem positiva do envelhecimento e o incentivo à adoção de políticas e práticas inclusivas para todas as faixas etárias.

As intervenções educacionais são fundamentais para promover a empatia e desfazer equívocos sobre grupos etários específicos, contribuindo significativamente para a redução do preconceito e da discriminação. Ao fornecer informações precisas e exemplos que contrariam estereótipos, essas intervenções têm o potencial de remodelar percepções e atitudes em todos os níveis educacionais, desde a escola primária até o Ensino Superior, abrangendo contextos educacionais formais e informais. A inclusão dessas práticas educativas pode facilitar um ambiente de aprendizado mais inclusivo e diversificado no qual conceitos errôneos são confrontados com fatos e a diversidade etária é valorizada e respeitada.

O contato intergeracional, por sua vez, é uma estratégia que reúne pessoas mais velhas e mais jovens em atividades que promovem a união entre gerações e abordam questões pertinentes a um ou ambos os grupos etários e à comunidade mais ampla. Essa forma de interação tem se mostrado eficaz na redução de preconceitos e estereótipos entre grupos, sendo uma das intervenções mais efetivas para combater o etarismo contra pessoas idosas.

---

3 UNITED NATIONS. Madrid International Plan of Action on Ageing, 2002. 2002. Disponível em: [political-declaration-en.pdf](#). Acesso em: 30 ago. 2024.

4 Connecting generations: planning and implementing interventions for intergenerational contact. World Health Organization 2023. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240070264>. Acesso em: 29 ago. 2024.



Através dessas iniciativas, é possível construir pontes de entendimento e cooperação entre gerações, o que é essencial para o desenvolvimento de uma sociedade mais justa e equitativa.

## Educação em saúde para idosos

Devido ao panorama progressivo do aumento mundial da população idosa, faz-se necessário estimular a prática de diferentes atividades educativas, em cenários de universidades, visando à melhoria na qualidade de vida pela conquista de novos conhecimentos, informações e exercício da cidadania.

Segundo dados do IBGE (2023),<sup>5</sup> o Brasil caminha rapidamente rumo a um perfil demográfico cada vez mais envelhecido. Em 2022, para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos, existiam 55,2 idosos de 65 anos ou mais. Em 2050, o quadro irá mudar e, para cada 100 crianças de 0 a 14 anos, existirão 172, 7 idosos. A vida média do brasileiro chegará ao patamar de 81,29 anos em 2050.

As atividades intelectuais, físicas e sociais promovem saúde, bem-estar psicológico e social para todos os idosos. Em muitos países, incluindo no Brasil, existem, por exemplo, as universidades abertas para pessoa idosa, com programas voltados para a educação permanente desse grupo, denominadas no princípio de Universidades Abertas à Terceira Idade (UNATIS). Através de práticas extensionistas, elas criam oportunidades para que as pessoas usufruam da educação e seus benefícios.

A iniciativa da política de Universidades Abertas para Pessoas Idosas propaga conceitos e experiências práticas que representam uma nova forma de promover a saúde da pessoa que envelhece a partir de uma ação interdisciplinar comprometida com a inserção do idoso como cidadão ativo na sociedade (Gomes; Loures; Alencar, 2004).

Em 2004, Unicosvsky já refletia sobre a temática e afirmava que a educação é um meio de libertação e de empoderamento da pessoa idosa. Através da aquisição de conhecimentos com engajamento social, ela conquista uma vida mais saudável, ativa e participativa, levando a seu crescimento pessoal

---

5 INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Projeções da população:** Brasil e Unidades da Federação. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 12 set. 2024.

e intelectual e superando a conotação de educação como assistencialismo. A pessoa idosa, quando instrumentalizada com conhecimentos, busca a superação de sua vulnerabilidade e dos desequilíbrios sociais por meio de um novo olhar sobre a velhice.

A educação para idosos é uma estratégia fundamental para promover o empoderamento, a inclusão social e o envelhecimento ativo. Ao oferecer oportunidades de aprendizado contínuo e engajamento social, a educação ajuda a superar a vulnerabilidade e as desigualdades sociais, proporcionando aos idosos um novo olhar sobre a velhice. Para maximizar os benefícios, é essencial que as políticas públicas e as instituições educacionais continuem a desenvolver e expandir programas adaptados às necessidades e interesses dos idosos, garantindo que todos tenham acesso a essas oportunidades transformadoras. Um estudo realizado por Silva *et al.* (2020) revelou que idosos que participam de programas educacionais apresentam maior capacidade de gerir suas finanças pessoais e tomar decisões informadas sobre sua saúde.

A ideia de que a educação pode ser um meio de libertação remonta a teorias educacionais críticas, como as de Paulo Freire, que enfatizam a educação como um processo de conscientização e transformação social. Para os idosos, isso significa não apenas adquirir conhecimentos, mas também desenvolver uma consciência crítica sobre sua posição na sociedade e os desafios que enfrentam.

Um estudo de Mendes *et al.* (2019) demonstrou que programas de educação em saúde aumentam significativamente o conhecimento dos idosos sobre suas condições de saúde, resultando em melhor adesão a tratamentos e práticas de autocuidado. A educação em saúde capacita os idosos a se tornarem mais autônomos em relação ao seu cuidado pessoal. Isso inclui o entendimento de condições de saúde comuns na terceira idade, como hipertensão, diabetes e artrite, e a adoção de práticas de autocuidado que podem melhorar a qualidade de vida. Estudos indicam que pessoas idosas que participam de programas de educação em saúde apresentam níveis mais altos de satisfação com a vida e menor incidência de depressão e ansiedade.

## **A importância das práticas extensionistas na promoção de saúde da pessoa idosa**

O envelhecimento populacional é um fenômeno global que tem despertado crescente interesse entre pesquisadores e formuladores de políticas públicas.

Segundo Kalache (2020), os países estão cada vez mais empenhados em compreender as dinâmicas do envelhecimento e em desenvolver estratégias que assegurem que seus cidadãos idosos permaneçam ativos, tanto social quanto economicamente, além de independentes. Esse desafio é particularmente relevante no contexto brasileiro, no qual a pirâmide etária está em processo de transformação significativa.

O Brasil está vivenciando um rápido envelhecimento populacional. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) indicam que, em 2030, a população idosa (acima de 60 anos) superará o número de crianças e adolescentes (0-14 anos). Esse cenário impõe a necessidade de políticas públicas eficazes que promovam o envelhecimento saudável e a integração social dos idosos. Kalache (2020) enfatiza que “é preciso estudo e planejamento para que a nação envelheça de forma saudável e respeitosa, garantindo mais bem-estar para toda a população brasileira” (Kalache, 2020, p. 37).

A integração de diferentes gerações é fundamental para enfrentar os desafios do envelhecimento populacional. No Brasil, a convivência entre *baby boomers*, gerações X, Y e Z é uma realidade que requer atenção especial. Estudos, como o realizado por Tarollo, Neri e Cachioni (2019), destacam a importância de promover o diálogo intergeracional como forma de reduzir preconceitos e aumentar a coesão social. A convivência entre gerações distintas pode enriquecer o tecido social, desde que haja respeito e compreensão mútua das diferenças culturais e históricas.

O projeto “Viva a Velhice”, desenvolvido pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), promove encontros entre estudantes universitários e idosos da comunidade local. Os resultados têm mostrado que essas interações ajudam a diminuir preconceitos e a fortalecer os vínculos sociais. Os programas intergeracionais são uma abordagem inovadora que busca promover a interação entre diferentes faixas etárias, especialmente entre jovens e idosos. Essas iniciativas têm como objetivo reduzir o isolamento social dos idosos e promover a troca de conhecimentos e experiências.

A extensão universitária e outras práticas extensionistas voltadas para a população idosa no Brasil têm ganhado destaque nos últimos anos, refletindo a necessidade de integrar essa faixa etária em atividades educacionais, culturais e sociais. A tecnologia tem transformado rapidamente a sociedade, afetando a forma como diferentes gerações interagem. A inclusão digital dos idosos é um aspecto crucial para garantir sua participação ativa na sociedade

moderna. Programas de alfabetização digital para idosos, como o “Programa de Inclusão Digital para a Terceira Idade”, desenvolvido em São Paulo, têm mostrado resultados promissores, aumentando a autonomia, promovendo saúde mental, autoestima e integração social (Tarollo; Neri; Cachioni, 2019).

Muitas universidades promovem atividades culturais e artísticas como parte de suas práticas extensionistas. Essas atividades incluem teatro, música, dança e artes visuais, que não apenas estimulam a criatividade, mas também fortalecem os laços sociais entre os participantes. Garantir que os programas sejam acessíveis a todos os idosos, independentemente de suas habilidades físicas ou cognitivas, é crucial. Isso pode incluir a oferta de materiais em formatos acessíveis e a adaptação de atividades para diferentes níveis de habilidade. A participação em atividades artísticas tem sido associada a melhorias na saúde mental e bem-estar geral dos idosos (Cohen, 2006).

A avaliação da eficácia de atividade extensionistas e de contato intergeracional é um processo complexo que envolve a análise de diversos fatores e a aplicação de metodologias específicas. A avaliação de impacto educacional não só ajuda a identificar pontos fortes e áreas de melhoria, mas também sustenta processos de tomada de decisão baseados em evidências. É importante notar que a eficácia das intervenções pode variar de acordo com o contexto cultural, social e econômico em que são aplicadas. Portanto, a avaliação deve ser adaptada para refletir as particularidades de cada ambiente.

## **Considerações finais**

As práticas extensionistas no Brasil têm desempenhado um papel crucial na promoção do envelhecimento ativo e saudável. Através de programas educacionais, culturais e de saúde, essas iniciativas não apenas melhoram a qualidade de vida dos idosos, mas também promovem a inclusão social e o aprendizado ao longo da vida.

A promoção da educação por meio de práticas extensionistas em um ambiente universitário para pessoa idosa é um meio de empoderamento de todos os atores do cenário do processo de ensino e aprendizagem. Uma instituição de Ensino Superior que proporciona essa realidade permite, através da intergeracionalidade, a aquisição promissora da qualidade de vida, o envelhecimento ativo e participativo e, por conseguinte, a perspectiva de novas oportunidades do exercício da cidadania.

A atenção dos profissionais de diferentes áreas, gestores e comunidade para implementação das políticas públicas voltadas para a pessoa idosa é imprescindível para o envelhecimento saudável e a melhoria da qualidade de vida durante o processo heterogêneo de envelhecimento.

Uma das dificuldades deste trabalho foi a escassez de referências sobre o tema educação através de práticas extensionistas com universitários no cenário da formação médica. Por ser um instrumento de proposta recente, ainda não se encontram muitas discussões. Assim, ressaltamos a necessidade de uma ampliação da discussão, a considerar os seus possíveis benefícios para a população idosa e para a saúde pública em geral e ampliação e aprimoramento das práticas extensionistas no Brasil, com respaldo de políticas públicas que incentivem e sustentem iniciativas como essa.

## Referências

BRASIL. **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003.** Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2003. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm). Acesso em: 10 set. 2024.

COHEN, Gene D. **The Creativity and Aging Study: The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on Older Adults.** Final Report. Washington: National Endowment for the Arts, 2006. Disponível em: [https://hsrc.himmelfarb.gwu.edu/son\\_ncafacpubs/2/?utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fdzen.ru%2Fmedia%2Fid%2F5ac69e74bf161ef0d740bfd%2F641d6acaf299fb1ec78a82cb](https://hsrc.himmelfarb.gwu.edu/son_ncafacpubs/2/?utm_referrer=https%3A%2F%2Fdzen.ru%2Fmedia%2Fid%2F5ac69e74bf161ef0d740bfd%2F641d6acaf299fb1ec78a82cb). Acesso em: 10 set. 2024.

DIAS, J. T. L. de B. A utilização da caderneta de saúde da pessoa idosa pelos profissionais de saúde como instrumento de assistência integral. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 4, p. 1-10, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27205>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/27205/24043>. Acesso em: 10 set. 2024.

GOMES, Lucy; LOURES, Marta Carvalho; ALENCAR, Josélia. Universidades abertas da terceira idade. **Revista Diálogos**, v. 4, p. 84-94, 2004. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rdl/article/view/1396>. Acesso em: 25 ago. 2024.

KALACHE, Alexandre. **Trilhas da longevidade: desafios diante da pandemia.** Goiânia: Inteligência Educacional, 2020. Disponível em: [https://www.mpba.mp.br/sites/default/files/biblioteca/direitos-humanos/direitos-da-pessoa-idosa/obras\\_digitalizadas/ebook\\_webnario\\_trilhas\\_da\\_longevidade\\_-\\_desafios\\_diante\\_da\\_pandemia.pdf](https://www.mpba.mp.br/sites/default/files/biblioteca/direitos-humanos/direitos-da-pessoa-idosa/obras_digitalizadas/ebook_webnario_trilhas_da_longevidade_-_desafios_diante_da_pandemia.pdf). Acesso em: 15 set. 2024.

RAMOS, L. V.; OSÓRIO, N. B.; SINÉSIO NETO, L. Caderneta de saúde da pessoa idosa na atenção primária: uma revisão integrativa. **Revista Humanidades e Inovação**, Palmas, v. 6, n. 2, p. 272-280, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1008>. Acesso em: 25 ago. 2024.

TAROLLO, R.S.; NERI, A.L.; CACHIONI, M. Atitudes de idosos e de profissionais em relação a trocas intergeracionais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n3/pt\\_1809-9823-rbgg-20-03-00421.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n3/pt_1809-9823-rbgg-20-03-00421.pdf). Acesso em 27 ago 2024.

UNICOVSKY, M. A. R. A educação como meio para vencer desafios impostos aos idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 57, n. 2, p. 241-243, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/7hJ74SSTLKrs8b6cntJwJtP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 ago. 2024.

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 548-554, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/pmygXKSrLST6QgvKyVwF4cM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 5 set. 2024.

## 9. Promoção da saúde cognitiva e prevenção do declínio cognitivo em pessoas idosas: contribuições psicopedagógicas

Liz Lanny Coutinho Montes

Giulia Loureiro Cesar

Lara Pereira de Souza Martins

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.9

### Introdução

Em termos globais, o envelhecimento populacional está em processo de aceleração, com expectativa de que a população com mais de 60 anos possa triplicar até 2050. A proporção desse grupo aumentou de 6%, em 1990, para 9%, em 2019. Estima-se que, até 2050, uma em cada seis pessoas tenha 65 anos ou mais (United Nations, 2019). O envelhecimento é um fenômeno complexo influenciado por vários fatores, incluindo a estimulação intelectual, que tem se mostrado uma intervenção promissora para retardar o declínio cognitivo (Pettigrew; Sodan, 2019).

Em países em desenvolvimento, como nos da América Latina, o envelhecimento está ocorrendo a uma velocidade alarmante. É fundamental compreender se essa longevidade está associada a um aumento na incidência de doenças relacionadas à idade ou à preservação do desempenho funcional (Oliveira *et al.*, 2018). O declínio cognitivo pode ser caracterizado pelo comprometimento de habilidades, tais como memória, atenção, orientação, fluência verbal e funções executivas, podendo evoluir para diagnósticos mais graves como as demências (Centers for Disease Control and Prevention, 2018).

Nos idosos, o declínio cognitivo tende a variar entre 5% e 30%. Essa variação pode ocorrer conforme o sexo, a faixa etária e a gravidade da doença (Overton; Pihlgard; Elmstahl, 2013). A capacidade de manter uma função cognitiva adequada e um estilo de vida saudável pode depender fortemente da integração de intervenções psicopedagógicas e da promoção de um envelhecimento saudável (Carvalho *et al.*, 2023).

O comportamento sedentário, que pode ser caracterizado pelos comportamentos adotados nas posições sentada, reclinada ou deitada, são fatores predisponentes ao declínio cognitivo (Falck; Liu-Ambrose, 2017). Porém, é de grande importância destacar que a internet estimulou a criação de soluções direcionadas aos vários domínios da vida, potencializando a melhora da saúde, bem-estar cognitivo, social e emocional das pessoas idosas (Nimrod, 2019), promovendo o engajamento social e diminuindo a solidão quando conectados em atividades online (Szabo *et al.*, 2019).

Dessa forma, esse hábito pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades motoras, seguidas de habilidades cognitivas mediante as práticas de jogos digitais (Wang; Hou; Tsai, 2020). Alfabetização digital refere-se à obtenção de habilidades para a interpretação e compreensão dos códigos e da linguagem, incluindo domínio da escrita e compreensão da leitura no contexto digital (Silva; Behar, 2019). A integração dessas práticas nas rotinas diárias dos idosos pode oferecer um caminho valioso para melhorar sua qualidade de vida e reduzir o impacto do envelhecimento sobre a cognição.

As funções cognitivas desempenham atribuições variadas e imprescindíveis no dia a dia; a memória, por sua vez, permite o armazenamento de informações e a atenção para a realização de tarefas específicas (Corso *et al.*, 2013). O estilo de vida está diretamente ligado a diversos fatores que podem influenciar a saúde cognitiva do indivíduo. Estudos indicam que intervenções direcionadas, como exercícios físicos, uma dieta balanceada e atividades que estimulam o cérebro, podem ajudar a preservar a saúde cognitiva em idosos (Flesch *et al.*, 2020).

Reconhecer a estimulação cognitiva como um fator essencial para promover o envelhecimento saudável e apoiar a reabilitação de idosos com declínio cognitivo é fundamental. Nesse contexto, a aprendizagem de pessoas idosas e as contribuições psicopedagógicas desempenham um papel crucial. A escolha desse tema reflete a preocupação com o envelhecimento da população e destaca a importância das intervenções psicopedagógicas, especialmente no que diz respeito à inclusão digital dos idosos. Essas intervenções



são fundamentais para melhorar a qualidade de vida e promover a participação ativa dos idosos na sociedade.

## O envelhecimento e o declínio cognitivo

A saúde cognitiva diz respeito ao bom funcionamento das habilidades mentais. A deterioração cognitiva pode resultar na necessidade de depender de outras pessoas para realizar tarefas que antes eram feitas de forma independente (Grässler; Hökelmann; Cabral, 2020). O processo de envelhecimento normal provoca diversas mudanças cognitivas importantes que impactam as habilidades cognitivas de formas variadas. Enquanto algumas funções cognitivas apresentam um declínio gradual, outras permanecem estáveis mesmo em idades avançadas (Cecchini *et al.*, 2017).

Os efeitos do envelhecimento na cognição são influenciados por fatores intrínsecos, como substratos biológicos, processos neurofisiológicos e bioquímicos cerebrais. Além disso, fatores extrínsecos, como nível educacional e socioeconômico, idade, histórico de saúde física, capacidade funcional, crenças pessoais, interação com o ambiente, relações sociais, estado psicológico e estilo de vida, também desempenham um papel modulador na cognição (Coelho; Michel, 2018).

Em razão do processo de envelhecimento, ocorre uma diminuição da capacidade cognitiva do indivíduo, nomeada declínio cognitivo. Essa é uma alteração que acomete a memória, a linguagem, o desenvolvimento psicomotor e as funções executiva e visuoespacial (Ferreira *et al.*, 2022). Trata-se de um processo natural, que pode acarretar na redução da autonomia e da independência da pessoa idosa, gerando insegurança, sintomas depressivos e uma queda considerável na qualidade de vida (Brandão *et al.*, 2020).

O declínio cognitivo pode ser influenciado por fatores como doenças crônicas, estilo de vida sedentário e falta de interação social. Diversos estudos comprovam que o declínio cognitivo pode ser modelado para acontecer de forma mais lenta por meio de intervenções que promovam o cuidado físico, social e mental do indivíduo (Ferreira *et al.*, 2022).

O declínio cognitivo não se equipara à demência. O declínio cognitivo subjetivo é caracterizado por queixas cognitivas, principalmente de memória; por outro lado, a demência é definida como uma síndrome que envolve

um declínio cognitivo e/ou comportamental que interfere nas atividades da vida diária, levando a um prejuízo funcional em relação a níveis prévios de funcionamento (Smid *et al.*, 2022).

Portanto, é fundamental reconhecer que o declínio cognitivo faz parte do envelhecimento normal, mas sua progressão pode ser atenuada por meio de cuidados preventivos e intervenções direcionadas. A manutenção de um estilo de vida saudável, com estímulos físicos, sociais e mentais adequados, pode contribuir significativamente para preservar a saúde cognitiva e a qualidade de vida do idoso, promovendo sua autonomia e bem-estar ao longo do tempo.

### **Contribuições psicopedagógicas na promoção da saúde cognitiva**

O comprometimento cognitivo em idosos afeta significativamente sua vida diária, dificultando a realização de tarefas, a interação social e a qualidade de vida. Déficits cognitivos aumentam a dependência de terceiros, interferem na rotina, no uso correto de medicamentos e podem levar ao isolamento e depressão. Além disso, a cognição prejudicada agrava outras condições clínicas, criando um ciclo de declínio e vulnerabilidade. (Silva *et al.*, 2020).

A estimulação cognitiva é essencial para promover a saúde e manter as condições funcionais dos idosos. Segundo Santos *et al.* (2021), hábitos como a prática de atividades físicas, leitura, jogos de memória e aprendizado de novas habilidades são fundamentais para retardar o declínio cognitivo e melhorar a qualidade de vida. Esses benefícios se devem à neuroplasticidade, que permite ao cérebro adaptar-se e reorganizar-se em resposta a novos desafios, preservando as funções cognitivas (Amodeo *et al.*, 2010).

Além disso, as intervenções têm grande impacto na prevenção de doenças neurodegenerativas. É importante lembrar que, além de manter a mente ativa, as atividades cognitivas proporcionam interação social e bem-estar emocional, o que, no final das contas, é de extrema importância para a saúde mental de pessoas idosas. A criação de políticas públicas que proporcionem o acesso dos idosos a atividades como essas também se torna extremamente séria para garantir que o envelhecimento seja saudável e independente. Assim, a estimulação cognitiva deve ser uma prioridade nas políticas públicas que visam à população idosa (Santos *et al.*, 2021).

Estudos indicam que o treino cognitivo pode resultar em melhorias em todos os domínios cognitivos, independentemente do foco da intervenção (Carvalho

*et al.*, 2023). Além dos benefícios mentais e emocionais, a estimulação cognitiva também impacta positivamente a saúde física dos idosos. Idosos que participam de atividades de estimulação tendem a praticar mais exercícios físicos e adotar uma dieta equilibrada, resultando em melhor condição de saúde. Portanto, a promoção da saúde cognitiva deve ser uma prioridade nas políticas de saúde pública para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas (Leite *et al.*, 2012).

A psicopedagogia, como ciência dedicada aos processos de aprendizagem humana, tem o potencial e a responsabilidade de servir à sociedade não apenas como restauradora educacional, mas também como uma área do saber capacitada a promover o lazer, o convívio social, a autonomia e a continuidade da vida produtiva dos idosos. Utilizando conhecimentos e técnicas específicas, a psicopedagogia pode contribuir para a saúde intelectual das pessoas idosas (Santos; Silva, 2021).

## Considerações finais

Esta pesquisa destaca a importância das intervenções psicopedagógicas e a necessidade de políticas públicas voltadas para a promoção da saúde cognitiva dos idosos. A prevenção do declínio cognitivo é essencial para garantir uma melhor qualidade de vida para a população idosa. Intervenções direcionadas, como a estimulação cognitiva e a inclusão digital, têm mostrado potencial significativo para melhorar a saúde mental e física dos idosos, promovendo um envelhecimento mais saudável e autônomo. É crucial continuar a desenvolver e implementar estratégias eficazes para apoiar a saúde cognitiva dos idosos e adaptar as políticas públicas às suas necessidades específicas.

O presente trabalho foi desenvolvido no âmbito do Programa de Iniciação Científica da Faculdade Metropolitana de São Carlos (FAMESC), dentro da linha de pesquisa “Saúde Cognitiva das Pessoas Idosas e Prevenção de Demências”. Esse programa se dedica ao estudo e desenvolvimento de estratégias para a promoção da saúde cognitiva e a prevenção de demências em idosos. A pesquisa foi guiada por dois projetos principais:

*1. Reabilitação de pessoas idosas com declínio cognitivo: uma revisão sobre intervenções psicopedagógicas e neuropsicopedagógicas*, que visa explorar e avaliar as abordagens psicopedagógicas e neuropsicopedagógicas na reabilitação de idosos com declínio cognitivo, identificando práticas eficazes e propondo direções para futuras investigações.

2. *Tecnologia digital e saúde cognitiva de idosos: uma revisão bibliográfica com foco em estimulação cognitiva*, que examina o papel da tecnologia digital na saúde cognitiva dos idosos, com uma ênfase particular nas intervenções de estimulação cognitiva proporcionadas por ferramentas digitais.

## Referências

- AMODEO, M. T.; NETTO, T. M.; PAZ, R. F. Desenvolvimento de programas de estimulação cognitiva para adultos idosos: modalidades da Literatura e da Neuropsicologia. **Letras de Hoje**, Porto Alegre, v. 45, n. 3, 2010. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/fale/article/view/8121>. Acesso em: 12 ago. 2024.
- BRANDÃO, B. M. L. DA S. *et al.* Relação da cognição e qualidade de vida entre idosos comunitários: estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 3, p. 1-7, 8 jul. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/zshHQQBWNfPvzwmwC6bmbH8R/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 10 ago. 2024.
- CARVALHO, L. P. N. DE *et al.* Oficina de treino cognitivo para idosos usuários da atenção básica de saúde: um relato de experiência. **Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 26, n. 33, 23 dez. 2023. Disponível em: <https://kairosgerontologia.com.br/index.php/kairos/article/view/28>. Acesso em: 12 ago. 2024.
- CDC. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **The Healthy Brain Initiative: The Public Health Road Map for State and National Partnerships, 2018–2023**. Chicago, IL: Alzheimer’s Association, 2018. Disponível em: [https://adsd.nv.gov/uploadedFiles/adsdnvgov/content/Boards/TaskForceAlz/2021/2018-2023-Road-Map-508\(1\).pdf](https://adsd.nv.gov/uploadedFiles/adsdnvgov/content/Boards/TaskForceAlz/2021/2018-2023-Road-Map-508(1).pdf). Acesso em: 26 ago. 2024.
- CECCHINI, M. A.; CASSIMIRO, L.; BAREA, K. S.; YASSUDA, M. Envelhecimento e Cognição: Memória, Funções Executivas e Linguagem. *In*: FREITAS, E. V.; PY, L. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/002782444>. Acesso em: 14 ago. 2024.
- COELHO, F. F.; MICHEL, R. B. Associação entre cognição, suporte social e qualidade de vida de idosos atendidos em uma unidade de saúde de Curitiba/PR. **Ciências & Cognição**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 54-62, 2018. Disponível em: [http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/1349/pdf\\_100](http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/1349/pdf_100). Acesso em: 17 set. 2024.
- CORSO, H. V. *et al.* Metacognição e funções executivas: relações entre os conceitos e implicações para a aprendizagem. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 21-29, mar. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/SzJ3qv7qDLqdn-cBNfnz4Xnb/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 18 ago. 2024.

FALCK, R. S.; DAVIS, J. C.; LIU-AMBROSE, T. What is the association between sedentary behaviour and cognitive function? A systematic review. **Br J Sports Med**, [S. l.], v. 51, n. 10, p. 800–811, 2017. Disponível em: <https://bjsm.bmj.com/content/51/10/800.short>. Acesso em: 18 ago. 2024.

FERREIRA, B. DE S. *et al.* Efeitos do treinamento resistido em idosas com declínio cognitivo. **Fisioterapia em Movimento**, v. 35, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/YsxgwSsM9sthXNn6nL6L9Gz/?lang=pt>. Acesso em: 19 ago. 2024.

FLESCH, L. D. *et al.* Elderly who care for elderly: double vulnerability and quality of life. **Paideia**, Ribeirão Preto, v. 30, p. 1-10, 2020. DOI: 10.1590/1982-4327e3003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/HWZCvTY7NXGJLPkr75C5nVp/abstract/?lang=es>. Acesso em: 19 ago. 2024.

GRÄSSLER, B.; HÖKELMANN, A.; CABRAL, R. H. Resting heart rate variability as a possible marker of cognitive decline. **Kinesiology**, [S. l.], v. 52, n. 1, p. 72-84, 2020. Disponível em: <https://hrcak.srce.hr/ojs/index.php/kinesiology/article/view/7026>. Acesso em: 22 ago. 2024.

LEITE, M. T. *et al.* Estado cognitivo e condições de saúde de idosos que participam de grupos de convivência. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 33, n. 4, p. 64–71, dez. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/NXnGYhk9vN5HWvshYFsvtzG/>. Acesso em: 20 ago. 2024.

NIMROD, Galit. Aging Well in the Digital Age: Technology in Processes of Selective Optimization with Compensation. **Journals of Gerontology: Social Sciences**, Oxford, v. 75, n. 7, p. 1-10, 2019. Disponível em: <https://academic.oup.com/psychogerontology/article-abstract/75/9/2008/5555356>. Acesso em: 14 ago. 2024.

OLIVEIRA D. V. de; *et al.* O comportamento sedentário é um fator interveniente na prática de atividade física no idoso? **Rev Bras Geriatr e Gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 4, p. 472-79, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/T7yXqJp7pQbTBt4db7MSjVR/?lang=en>. Acesso em: 28 ago. 2024.

OVERTON, M.; PIHLSGARD, M.; ELMSTAHL, S. Prevalence and Incidence of Mild Cognitive Impairment across Subtypes, Age, and Sex. **Dement Geriatr Cogn Disord**. [S. l.], v. 4, n. 4-6, p. 219-232, 2019. Disponível em: <https://karger.com/dem/article-abstract/47/4-6/219/103498>. Acesso em: 13 ago. 2024.

PETTIGREW, C.; SOLDAN, A. Defining Cognitive Reserve and Implications for Cognitive Aging. **Current Neurology and Neuroscience Reports**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 1, jan. 2019. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11910-019-0917-z>. Acesso em: 22 ago. 2024.

SANTOS, N. P. DOS *et al.* Promoção da saúde, capacidade funcional e função cognitiva em idosos: notas de um entrelace. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 5, 2 jun. 2021. Disponível em: <https://periodico-rease.pro.br/rease/article/view/1226>. Acesso em: 16 ago. 2024.

SANTOS, F. F. O.; SILVA, A. A. S. O trabalho do psicopedagogo na reabilitação cognitiva do idoso. **Revista Psicopedagogia**, [S. l.], v. 38, n. 116, p. 240-253, 2021. DOI: 10.51207/2179-4057.20210022. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-84862021000200009&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-84862021000200009&script=sci_abstract&tlng=en). Acesso em: 29 ago. 2024.

SILVA, J. N. M. A. da *et al.* Dimensões preditoras das condições clínico-funcionais e cognição em idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 3, p. 1-8, 13 jul. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/YdR9HPnBdgDX-PR6wgKCZY5m/?lang=pt>. Acesso em: 12 ago. 2024.

SILVA, T. B. L. *et al.* Efeitos das intervenções cognitivas na cognição e em variáveis sociais de adultos maduros e em idosos: uma revisão sistemática. **Revista Kairós: Gerontologia**, São Paulo, v. 24, p. 297-317, 30 mar. 2021. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairós/article/view/53840>. Acesso em: 12 ago. 2024.

SILVA, Ketia; BEHAR, Patrícia. Competências Digitais na Educação: uma discussão acerca do conceito. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 35, p. 1-32, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/wPS3NwLTxtKgZBmpQyNfdVg/?lang=pt>. Acesso em: 13 ago. 2024.

SMID, J. *et al.* Declínio cognitivo subjetivo, comprometimento cognitivo leve e demência – diagnóstico sindrômico: recomendações do Departamento Científico de Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento da Academia Brasileira de Neurologia. **Dementia & Neuropsychologia**, [S. l.], v. 16, n. 3, p. 1-24, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/dn/a/v9G4nrNQ6QtCLhrDNPjRMkL/>. Acesso em: 12 ago 2024.

SZABO, A. *et al.* Longitudinal Analysis of the Relationship between Purpos es of Internet Use and Well-being among Older Adults. **The Gerontologist**, [S. l.], v. 59, n. 1, p. 58-68, 2019. Disponível em: <https://academic.oup.com/gerontologist/article-abstract/59/1/58/4982690>. Acesso em: 13 ago. 2024.

UNITED NATIONS. Department of Economic and Social Affairs. **World population ageing 2019: highlights**. New York: United Nations, 2019. Disponível em: <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Highlights.pdf>. Acesso em: 13 ago. 2024.

WANG, Ya-ling; HOU, Huei-Tse; TSAI, Ching-Chung. A systematic literature review of the impacts of digital games designed for older adults. **Educational Gerontology**, [S. l.], v. 46, n. 1, p. 1-17, 1 jan. 2020. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03601277.2019.1694448>. Acesso em: 22 ago. 2024.

## 10. A pessoa idosa na era digital: direitos, tecnologia e a espiritualidade virtual

Alice Souza Tinoco Dias

Anny Ramos Viana

Bráulio Brasil de Almeida

DOI: 10.52695/978-65-5456-104-4.10

### Introdução

Na contemporaneidade, a revolução digital transformou drasticamente a forma como as pessoas se comunicam, trabalham e se entretêm. No Brasil, a implementação do Estatuto do Idoso, em 2003, trouxe uma série de direitos e garantias para a população idosa, visando melhorar sua qualidade de vida e assegurar o pleno exercício da cidadania. Neste capítulo, analisamos como as novas tecnologias podem ser aliadas na concretização dos direitos previstos no Estatuto do Idoso, ao mesmo tempo que discutimos os desafios e oportunidades que surgem neste cenário.

Não se pode negar que, diante do crescente envelhecimento populacional global, novas demandas e anseios vão surgindo, mormente aqueles voltados a trazer à população idosa melhor qualidade de vida holística, isto é, contemplando os diversos aspectos que compõem os seres humanos, como a saúde mental, física, psicossocial, espiritual, dentre outras, abrangendo, dessa forma, o basilar e primordial princípio da dignidade humana.

Para além disso, cumpre ser destacado que, na conjuntura da atual sociedade, marcada pela intensa e massificada inovação tecnológica, o fortalecimento de um envelhecimento ativo está atrelado ao acompanhamento do

desenvolvimento tecnológico, principalmente nos avanços de comunicação, de modo que a pessoa idosa se sinta como parte integrante da nova sociedade.

## **O Estatuto do Idoso e a inclusão digital**

O Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741/2003) representa um marco legal na proteção dos direitos das pessoas com 60 anos ou mais. Entre seus objetivos, destacam-se a promoção da inclusão social e a garantia de acesso a bens e serviços que proporcionem bem-estar. A inclusão digital emerge como um importante instrumento para atingir esses objetivos, uma vez que a tecnologia oferece novas formas de interação social, acesso à informação e serviços de saúde, educação e lazer.

Ainda quanto ao processo de envelhecimento, o Estatuto do Idoso, em seu artigo 8º, dispõe que “o envelhecimento é um direito personalíssimo e a sua proteção um direito social, nos termos desta Lei e da legislação vigente” (Brasil, 2003, art. 8).

Objetivando assegurar a preservação da dignidade da pessoa idosa, a mencionada lei, em seu artigo 9º, prevê que: “É obrigação do Estado garantir à pessoa idosa a proteção à vida e à saúde, mediante efetivação de políticas sociais públicas que permitam um envelhecimento saudável e em condições de dignidade” (Brasil, 2003, art. 9).

Nesse ponto, algumas indagações podem surgir quanto ao que seria um envelhecimento digno e saudável. Dignidade hoje é aferida pela qualidade de vida do idoso, que engloba alimentação adequada e saudável, cuidados com a saúde, cultivo da sabedoria, direito ao não sofrimento, busca pelo bem-estar psicossocial e pela felicidade (Cabral; Boechat; Souza, 2016, p. 35).

Nessa toada, cumpre ser ressaltado que a proteção à pessoa idosa é marcada por uma multifacetada rede de apoio, voltada a proporcionar o efetivo exercício desse chamado direito ao envelhecimento, caracterizado pela garantia de uma qualidade de vida digna. Ou seja, os mecanismos de proteção devem se prestar a assegurar à pessoa idosa “todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade” (Brasil, 2003, art. 2).

A essa multifacetada rede de proteção, inclui-se o que a Organização Mundial da Saúde (OMS) chama de envelhecimento ativo, que é “o processo



de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (OMS, 2005, p. 13).

A inclusão digital tem se mostrado essencial para a integração dos idosos na sociedade contemporânea, oferecendo-lhes a oportunidade de se manterem informados, conectados e socialmente ativos. Com o acesso às tecnologias digitais, é possível reduzir o isolamento, promovendo um envelhecimento mais engajado e autônomo. Iniciativas de alfabetização digital voltadas para esse público têm gerado impactos significativos, fortalecendo a autoconfiança e a independência dos idosos ao ampliar sua capacidade de uso e compreensão de ferramentas tecnológicas. Essas iniciativas refletem um passo importante para a construção de uma sociedade mais inclusiva em que o envelhecimento ativo seja uma realidade para todos.

## **Desafios da inclusão digital para idosos**

Apesar dos benefícios, a inclusão digital de idosos encontra desafios significativos. Barreiras como falta de familiaridade com tecnologia, limitações físicas e cognitivas, e preconceitos etários são comuns. Segundo Alvim, Rocha e Chariglione (2017), muitos idosos se sentem excluídos do mundo digital devido a estereótipos que questionam sua capacidade de aprender novas tecnologias, o que desestimula o uso desses recursos.

Segundo Pierre Lévy (2010), é ineludável a necessidade de interconexões que os homens possuem, envolvendo elementos como escolha, liberdade, interdependência, consciência e a solidariedade. Nesse passo, a internet funciona como mecanismo de reagrupamento da sociedade pós-cidade física, constituindo um novo *locus* de interação, o qual é denominado pelo autor como “ciberespaço”.

Diante desse contexto, é inegável a alteração, na sociedade atual, dos processos sociais. Recuero (2009), quanto à temática, divaga acerca sobre o modo como a internet vem alterando os processos de informação na sociedade atual, que se dá no ambiente virtual, também denominado, como antes mencionado, “ciberespaço”.

Estudos indicam que muitos idosos enfrentam dificuldades significativas ao lidarem com dispositivos tecnológicos, o que pode gerar sentimentos de

frustração e desmotivação. A exclusão digital entre idosos é agravada pela falta de acessibilidade em dispositivos e interfaces, que, em sua maioria, não consideram as necessidades dessa população. Segundo Alvim, Rocha e Chari-glione (2017), a baixa familiaridade com essas ferramentas, aliada a problemas motores e cognitivos, limita a experiência tecnológica dos idosos, tornando indispensável o desenvolvimento de produtos mais inclusivos e intuitivos.

## **Iniciativas de sucesso e boas práticas**

Diversas iniciativas têm sido implementadas para superar essas barreiras e promover a inclusão digital entre idosos. Um exemplo notável é o projeto “Inclusão Digital da Pessoa Idosa”, da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC), que oferece um programa abrangente de alfabetização digital. Além das aulas de informática básica, o projeto integra atividades voltadas para a saúde e o bem-estar, com a participação de médicos, psicólogos e assistentes sociais. Esse programa interdisciplinar conta com o apoio de voluntários dos cursos de Direito, Medicina e Psicologia da FAMESC, que atuam como facilitadores, proporcionando um ambiente de aprendizado seguro e acolhedor.

O impacto positivo do projeto “Inclusão Digital da Pessoa Idosa” da FAMESC é evidente. Ao combinar a educação digital com cuidados de saúde e suporte psicológico, os idosos participantes experimentam não apenas um aumento na autoconfiança em relação ao uso de tecnologias, mas também uma melhoria geral em sua qualidade de vida. Destaca-se que programas que oferecem suporte holístico, abordando tanto o aspecto técnico quanto o bem-estar físico e emocional, são os mais eficazes para promover a inclusão digital de idosos.

A importância da iniciativa privada em projetos como esses não pode ser subestimada. Empresas de tecnologia, por exemplo, podem fornecer equipamentos e *software* de última geração, além de desenvolver interfaces mais amigáveis e acessíveis para idosos. Parcerias entre o setor público e privado são fundamentais para expandir o alcance e a eficácia dos programas de inclusão digital voltados aos idosos, fornecendo recursos essenciais e promovendo a continuidade das iniciativas.

## **Benefícios das novas tecnologias para os idosos**

As novas tecnologias oferecem inúmeros benefícios aos idosos, contribuindo para melhorias significativas na saúde, segurança e qualidade de vida. Ferramentas como aplicativos de saúde permitem o monitoramento de condições crônicas e facilitam a comunicação com profissionais de saúde. Chiquini, Silva e Silveira (2020), afirmam que o uso de dispositivos vestíveis e aplicativos de saúde pode promover intervenções mais rápidas, auxiliando na detecção precoce de problemas de saúde.

Além disso, a tecnologia pode aumentar a segurança dos idosos. Sistemas de monitoramento domiciliar e dispositivos de alerta pessoal são ferramentas valiosas para garantir a segurança de idosos que vivem sozinhos.

## **Redes sociais e bem-estar emocional**

As redes sociais desempenham um papel crucial na promoção do bem-estar emocional dos idosos. Plataformas como *Facebook*, *WhatsApp* e *Instagram* oferecem novas formas de manter contato com familiares e amigos a partir da participação em comunidades virtuais e do compartilhamento de experiências. O uso de redes sociais tem sido uma ferramenta poderosa para reduzir sentimentos de solidão e depressão entre os idosos, permitindo a manutenção de laços sociais e o envolvimento em atividades que promovem o bem-estar emocional.

A interação digital, especialmente em plataformas que favorecem interesses comuns e conexões familiares, contribui para que os idosos se sintam mais conectados e engajados em suas comunidades. Dessa forma, o acesso e o uso das redes sociais representam não apenas uma forma de comunicação, mas também um importante recurso para o suporte emocional e social, fundamentais para a qualidade de vida na terceira idade.

Segundo Boechat (2017), os integrantes de uma rede social possuem laços sociais que são efetivas conexões entre esses indivíduos, marcados por seus atributos sociais, pois a pessoa idosa necessita de interação e comunicação com seus pares, sejam familiares, amigos ou outras pessoas, de modo que o acesso à internet e o manuseio das ferramentas de comunicações e redes sociais potencializam o fortalecimento de vínculos.

Estudos empíricos apontam que a espiritualidade, quando presente de forma expressiva no viver dos indivíduos, promove significativas melhorias

na qualidade de vida, aperfeiçoamento e aumento da autoestima, cultivo de sentimento de pertencimento, resiliência quanto aos aspectos traumáticos da vida e, ainda, melhor contentamento e engajamento com as atividades laborativas. Aliado a isso, constata-se que tais pessoas auferem mais qualidade de saúde, com a conseqüente redução de estresse e depressão, bem como há um fortalecimento do equilíbrio emocional (Rego; Cunha; Souto, 2007).

Pesquisas mostram que o uso regular de redes sociais por idosos pode promover uma maior sensação de conexão e reduzir sentimentos de isolamento. Alvim *et al.* (2017) ressaltam que a participação em grupos online voltados para interesses específicos, como hobbies e causas sociais, contribui para o bem-estar emocional, proporcionando uma rede de apoio e interação social importante para essa faixa etária.

### **Prática religiosa e benefícios psicológicos**

A prática religiosa, que desempenha um papel central na vida de muitos idosos, pode ser enriquecida pelo uso das novas tecnologias. Para aqueles com limitações de locomoção, a tecnologia viabiliza a participação em cerimônias religiosas, grupos de oração e estudos bíblicos por meio de transmissões ao vivo e videoconferências. Conforme destacado por Chiquini, Silva e Silveira (2020), a possibilidade de vivenciar a fé através das plataformas digitais contribui para a saúde mental e emocional dos idosos, proporcionando-lhes conforto e um senso de comunidade.

A velhice, por ser considerada biologicamente a última etapa do ser humano faz com que o pensar sobre a vida, e principalmente sobre a morte, acarrete anseios, sobretudo o que virá após a partida do corpo físico. Isso porque, ao contrário da juventude e adolescência, fases nas quais a finitude da vida parece estar mais distante, na velhice, a tensão e expectativa pelo fim estão sempre presentes, pois até a perda de entes próximos remete à própria morte desse indivíduo. Em virtude disso, o acesso e o retorno a práticas espirituais são mais evidentes nessa fase, sendo considerados por muitos até mesmo como algo essencial (Lucchetti *et al.*, 2011).

Nesse prisma, na velhice, a espiritualidade funciona como um mecanismo de adaptação do indivíduo frente às diversas condições enfrentadas, sejam elas debilidades físicas ou emocionais, de modo a auxiliá-lo a conduzir as situações estressantes que enfrenta através do modo como conduz

e utiliza sua fé, sua relação com o transcendente e até mesmo com outras pessoas (Pinto; Pais-Ribeiro, 2007).

O acesso a essas práticas através de plataformas digitais pode reduzir sentimentos de isolamento e promover um senso de pertencimento, aspectos fundamentais para o bem-estar psicológico. A participação virtual em atividades religiosas ajuda a preservar a rotina espiritual dos idosos, proporcionando-lhes um canal para expressar sua fé e encontrar apoio emocional.

## **Políticas públicas e futuro da inclusão digital**

A inclusão digital no Brasil, especialmente para grupos em situação de vulnerabilidade como os idosos, depende da efetividade e alcance das políticas públicas. Apesar dos avanços recentes, ainda existem desafios significativos para garantir o acesso universal e igualitário às tecnologias digitais. A pandemia da Covid-19 destacou a necessidade urgente de políticas que promovam não apenas a infraestrutura tecnológica, mas também a educação digital como um direito essencial, permitindo que todos os cidadãos participem plenamente da sociedade digital. Conforme apontado por Chiquini, Silva e Silveira (2020), o futuro da inclusão digital dos idosos depende da capacidade do governo de desenvolver e implementar políticas que garantam não apenas o acesso à internet, mas também programas de capacitação digital, promovendo um uso seguro e eficaz das tecnologias por essa população.

A criação de programas que incentivem a alfabetização digital é crucial para superar as barreiras de acesso. A inclusão digital deve ser vista como uma extensão dos direitos fundamentais, possibilitando a integração de todos os cidadãos em uma sociedade cada vez mais dependente de tecnologias. A população idosa enfrenta barreiras específicas em relação à inclusão, que vão desde limitações físicas, como dificuldades de visão e mobilidade, até desafios cognitivos relacionados à adaptação às novas tecnologias. Políticas públicas devem ser adaptadas para atender a essas necessidades, oferecendo suporte técnico contínuo e programas de formação digital personalizados. De acordo com Bernardo (2022), é essencial desenvolver soluções que promovam a inclusão digital para as pessoas idosas, considerando suas necessidades e desafios específicos.

Além disso, a participação ativa da sociedade civil e do setor privado na promoção da inclusão digital é fundamental. Programas de cooperação entre

governos, empresas e organizações não-governamentais podem oferecer soluções mais robustas e inclusivas, como plataformas digitais acessíveis e iniciativas de capacitação contínua para todos os grupos sociais. Esses esforços precisam ser acompanhados de uma visão a longo prazo que inclua a educação como elemento central para a inclusão digital. Políticas públicas devem priorizar a formação de competências digitais desde a Educação Básica, preparando os cidadãos para um futuro em que o digital é não apenas uma ferramenta, mas uma plataforma essencial para o exercício da cidadania.

Nesse sentido, a proposta do projeto de lei que cria um Programa de Inclusão Digital para Idosos, divulgada na seção de notícias do Portal da Câmara dos Deputados (Xavier, 2022), evidencia a importância de políticas específicas para promover a inclusão digital entre a população idosa, oferecendo um suporte mais direcionado às suas necessidades e desafios. De acordo com Silva e Lima (2021), a crise gerada pela pandemia mostrou como a intersecção entre política, economia e saúde exige uma abordagem integrada e multidisciplinar, que também pode ser aplicada à promoção da inclusão digital, uma vez que essa integração é vital para o bem-estar da população. A implementação efetiva desse projeto é fundamental para garantir que os idosos não apenas tenham acesso às ferramentas digitais, mas também possuam as habilidades necessárias para utilizá-las de maneira autônoma e segura. A execução dessa legislação é um passo vital para consolidar a inclusão digital como um direito fundamental e promover uma integração mais equitativa na sociedade digital.

## **Conclusão**

O Estatuto do Idoso, estabelece um marco regulatório essencial para a proteção dos direitos da população idosa no Brasil, fornecendo um conjunto robusto de garantias fundamentais que visam assegurar um envelhecimento digno e participativo. Entretanto, a plena efetivação desses direitos requer a integração estratégica das novas tecnologias às políticas públicas direcionadas a esse segmento etário. A inclusão digital emerge como uma ferramenta poderosa nesse contexto, potencializando o acesso aos direitos e serviços previstos no estatuto e promovendo uma participação mais ativa dos idosos na vida social e econômica.

A inclusão digital, no entanto, transcende a mera disponibilização de dispositivos tecnológicos. Ela exige a implementação de programas de capacitação

contínua e suporte técnico especializado, capazes de equipar os idosos com as habilidades necessárias para utilizar eficazmente essas tecnologias. Ademais, é imperativo enfrentar e desmantelar os preconceitos etários que ainda persistem no imaginário coletivo e que, muitas vezes, desestimulam a adoção de novas tecnologias por parte dos idosos. Superar esses estigmas é fundamental para criar um ambiente acolhedor e estimulante em que os idosos se sintam motivados a explorar e integrar as inovações tecnológicas em suas rotinas diárias.

Iniciativas como o projeto “Inclusão Digital da Pessoa Idosa” da FAMESC exemplificam a importância de abordagens integradas e inclusivas que não apenas promovem a alfabetização digital, mas também fortalecem as redes de suporte social, emocional e cultural dos idosos. Esses programas têm o potencial de transformar a relação dos idosos com o mundo digital, promovendo maior autonomia e melhor qualidade de vida.

O futuro da inclusão digital dos idosos depende de uma ação orquestrada entre o governo, o setor privado, a academia e a sociedade civil. É necessário construir um ecossistema digital acessível, inclusivo e adaptado às necessidades específicas da população idosa, garantindo que esses indivíduos disponham das ferramentas e do conhecimento necessário para navegar no ambiente digital de forma segura e eficaz. Ao promover a inclusão digital, não apenas cumprimos um imperativo ético e social, mas também reafirmamos o valor dos idosos como atores essenciais na construção de uma sociedade mais justa, equitativa e democrática. O avanço tecnológico, se bem direcionado, pode ser um aliado crucial na promoção da dignidade e do bem-estar da pessoa idosa, transformando o envelhecimento em uma fase rica em oportunidades e descobertas.

## Referências

ALVIM, K. C. B. L.; ROCHA, F. de S.; CHARIGLIONE, I. P. F. S. (2017). O idoso e o uso da tecnologia – uma revisão sistemática da literatura. **Revista Kairós-Gerontologia**, 20(4), 295–313. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i4p295-313> . Acesso em: 23 out. 2024.

BERNARDO, L. D. As pessoas idosas e as novas tecnologias: desafios para a construção de soluções que promovam a inclusão digital. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 6, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/PMhnYJp4D4RBRMny573nrQx/?lang=pt>. Acesso em: 26 ago. 2024.

BOECHAT, I. T. **As famílias e as tecnologias digitais: a comunicação pela articulação de vieses não antes explorados**. 1. ed. Curitiba: Appris Editora, 2017.

BRASIL. **Lei 10.741, de 1º de outubro de 2003.** Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm). Acesso em: 05 ago. 2024.

CABRAL, H. L. T.; BOECHAT, I. T.; SOUZA, C. H. M. Dignidade e Longevidade. In: MANHAES, F. C.; ISTOIE, R. S. C.; SOUZA, C. H. M. (orgs.). **Envelhecimento em foco** – abordagens interdisciplinares IV. 1. ed. Campos dos Goytacazes: Brasil Multicultural, 2016.

CHIQUINI, A. B.; SILVA, J. B.; SILVEIRA, S. S. da. O benefício da política pública para a inclusão digital do idoso. **Anais do Congresso Brasileiro de Processo Coletivo e Cidadania**, [S. l.], v. 7, n. 7, p. 455–478, 2020. Disponível em: <https://revistas.unaerp.br/cbpc/article/view/1552>. Acesso em: 25 out. 2024.

LÉVY, P. **Cibercultura**. 3. ed. São Paulo: Editora 34, 2010.

LUCCHETTI, G.; LUCCHETTI, A. L. G.; BASSI, R. M.; NASRI, F.; NACIF, S. A. P. O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 159-167, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/hM9JF33HFKKJ36xnbY-QY9gP/#ModalTutors>. Acesso: 14 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. 1. ed. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005.

PINTO, C.; PAIS-RIBEIRO, J. L. Construção de Uma Escala de Avaliação da Espiritualidade em Contextos de Saúde. **Arquivos de Medicina**, Porto, v. 21, n. 2, p. 47-53, 2007. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/37652518\\_Construcao\\_de\\_uma\\_escala\\_de\\_avaliacao\\_da\\_espiritualidade\\_em\\_contextos\\_de\\_saude](https://www.researchgate.net/publication/37652518_Construcao_de_uma_escala_de_avaliacao_da_espiritualidade_em_contextos_de_saude). Acesso em: 26 jun. 2024.

RECUERO, R. **As redes sociais na internet**. Coleção Cibercultura. 1. ed. Porto Alegre: Sulina, 2009.

REGO, A.; CUNHA, P. M.; SOUTO, S. Espiritualidade nas organizações e comprometimento organizacional. **Revista de Administração de Empresas**, v. 6, n. 2, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/raeel/a/nh7KY4PBpHcLBNnSyZQtQym/>. Acesso em: 26 de jun. 2024.

SILVA, H. P.; LIMA, L. D. **Política, economia e saúde: lições da COVID-19**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 37, n. 10, p. 1-5, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00200221>. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/2021.v37n9/e00200221/pt>. Acesso em: 26 ago. 2024.

XAVIER, L. G. Projeto cria Programa de Inclusão Digital para Idosos. **Portal da Câmara dos Deputados**, Brasília, 12 set. 2022, Notícias, Ciência, Tecnologia e Comunicações. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/891219-PROJETO-CRIA-PROGRAMA-DE-INCLUSAO-DIGITAL-PARA-IDOSOS>. Acesso em: 26 ago. 2024



## Sobre os autores

**Alice da Silva Ribeiro:** Especialista em Docência do Ensino Superior e Gestão Educacional, além de MBA em Gestão de Pessoas e Saúde da Família. Formada em Serviço Social. Atua há 14 anos como professora, em assistência estudantil, núcleo de acessibilidade, inclusão educacional e programa de residência médica. Atualmente, atua na Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) como assessora da coordenação do curso de Medicina. E-mail: [allicespinheiro@gmail.com](mailto:allicespinheiro@gmail.com).

**Cleide das Graças Mafra Nunes:** Especialista em Educação Especial e Inovação Tecnológica pela UFRRJ e em Neuropsicopedagogia pela UNIG. Formada em Pedagogia pela UERJ. Atua há 28 anos como professora no Ensino Fundamental. Atualmente atua nos municípios de Cambuci como professora no NAEEC (Núcleo de Atendimento Educacional Especializado de Cambuci) e em Bom Jesus. E-mail: [emtudocristo@gmail.com](mailto:emtudocristo@gmail.com).

**Fabiana Pereira Costa Ramos:** Aluna especial do Programa de Doutorado em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual Darcy Ribeiro (UENF). Mestra em Letras pela PUC-MG (2011). Mestra Executiva Acadêmica (MBA) em Gestão Acadêmica e Universitária pela Georgetown University (2011). Pós-graduada em Docência Superior (2005), em Gestão Educacional Integrada (2012) e em Gestão de IES pela UniRedentor Afya (2016). Graduada em Gestão Hospitalar pela FAMESC (2022). Graduada em Pedagogia pela Universidade Cruzeiro do Sul (2020) e Normal Superior FAETERJ (2004). É

Avaliadora Institucional do Inep, Diretora do Sudeste da Associação Nacional dos Procuradores (ANPI). Procuradora Institucional e Membro da CPA da Faculdade Metropolitana São Carlos, Supervisora e Secretária Acadêmica da FAETERJ. Coordenadora do Curso de Pós-Graduação de Docência Superior. Atua há mais de 25 anos na área de Gestão Educacional/Regulatória (Credenciamento de IES e Autorizações/Reconhecimentos de Cursos Gerais e Medicina/ Programas de Residência Médica), na Procuradoria Institucional/Supervisão Educacional, na Secretaria/Registro Acadêmico, na CPA, e na Coordenação de programas de Financiamentos (FIES/PROUNI). E-mail: fabianacostapicanco@gmail.com.

**Ione Galoza de Azevedo:** Mestre em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual Darcy Ribeiro, especialista em Direito Público e Direito Privado e em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas. Também possui pós-graduação em Docência e Gestão no Ensino a Distância e graduação em Direito pela Universidade Iguazu (2003). Atualmente, é professora do curso de Direito da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC/BJI). Coordenadora do Núcleo de Acolhimento à Mulher Vítima de Violência Doméstica, uma parceria da Faculdade Metropolitana São Carlos; coordenadora do Projeto de Inclusão Digital da Pessoa Idosa - Núcleo da Cidadania Faculdade Metropolitana São Carlos; e coordenadora do NPJ da Faculdade Metropolitana São Carlos. Mentora da Experiência do Lar.

**Leonara de Oliveira Zanon:** Aluna Regular do Programa de Mestrado em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual Darcy Ribeiro (UENF). Especialista em Gestão Educacional Integrada: Administração, Supervisão, Orientação e Inspeção (CESAP). Especialista em Docência no Ensino Superior (2023) e Psicopedagogia (2023) pela Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC). Bacharela em Ciências Contábeis pela Fundação Educacional e Cultural São José - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais Padre Humberto (1999). Licenciada em Pedagogia pela FAETERJ (2012) e Bacharela em Direito pela Faculdade Metropolitana São Carlos (2019). Estagiária Voluntária no JEACRIM (2016/2017) - Comarca de Bom Jesus do Itabapoana/RJ. Estágio Remunerado pelo CIEE, na 2ª Vara da Comarca de Bom Jesus do Itabapoana - Central de Mandados (2017 - 2019). E-mail: leonarazanon@gmail.com.

**Luísa Thiebaut Andrade do Carmo:** Pós-graduada em diversas áreas da Educação e da Terapia Ocupacional. Possui graduação em Terapia Ocupacional pela Escola Superior de Ensino Helena Antipoff. PESTALOZZI (2007).

Atua como terapeuta ocupacional desde 2007 e, atualmente, exerce a função no Espaço Theo Mundo clínica transdisciplinar. Coordenadora e professora do curso de Terapia Ocupacional da FAMESC, em Bom Jesus do Itabapoana. Terapeuta Ocupacional no CAPSI, atendimento de Homecare. E-mail: lutera-piaocupacional@gmail.com.

**Bráulio Brasil de Almeida:** Mestre em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória (2017). Pós-Graduado em Direito Público com ênfase em Direito Administrativo pela Universidade Potiguar-RN (2007). Pós-Graduado em Ciências Penais pela Universidade Anhanguera-UNIDERP-MS (2011). Pós-Graduado em Direito Constitucional com formação para o Magistério Superior pela Universidade Anhanguera-UNIDERP (2011). Graduado em Direito pela Universidade Federal do Espírito Santo - UFES (2005). Graduado em Teologia pela Faculdade Unida de Vitória (2017). Servidor Efetivo do Ministério Público do Estado do Espírito Santo. Professor da Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC. Atua diretamente na área jurídica. E-mail: brauliobrasillalmeida@gmail.com.

**Bárbara Rangel Paulista:** Doutoranda e Mestra em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF). Pós-graduada em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas pela Faculdade Metropolitana São Carlos (2018). Pós-graduada em Direito Penal e Processo Penal com capacitação para o Magistério no Ensino Superior pela Faculdade de Direito Damásio de Jesus (2014). Graduada em Direito pela Universidade Iguazu (2009). Advogada. Professora Universitária.

**Juliana da Silva Gomes:** Mestra em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF). Especialista em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas pela Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC). Especialista em Direito Público pela Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC). Graduação em Direito pela Faculdade de Direito de Campos. E-mail: julianajuridico10@gmail.com.

**Neuza Maria de Siqueira Nunes:** Doutorado em Ciências da Educação pela Universidade Autônoma de Assunção. Mestrado em Economia Empresarial pela Universidade Candido Mendes. Especialista em Docência e Gestão do Ensino a Distância. Especialista em Gestão Escolar e Práticas Pedagógicas. Especialista em Planejamento Educacional. Especialista em Educação Fiscal, Gestão Social e Desenvolvimento de Projetos. Graduação em Ciências Econômicas pela Universidade Candido Mendes. Professora de Econo-

mia no curso de Direito, professora de Introdução à Economia no Curso de Administração e Ciências Contábeis e professora de Mercado Financeiro no curso de Administração da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC); professora e coordenadora no curso MBA em Gestão Estratégica de Pessoas da Universidade Candido Mendes (UCAM/Campos). Diretora dos cursos técnicos do Prisma Colégio. E-mail: neuzamsnunes@gmail.com.

**Sérgio Elias Istoe:** Mestrado em Cognição e Linguagem da UENF/RJ. Especialista em Formação de Gerentes (FAAP-SP). Especialista em Gestão Empresarial Estratégica (Educom-PR). Especialista em Economia e Gestão Empresarial (UCAM-RJ). Especialista em Gestão Estratégica de Pessoas (FAEL-PR). Especialista em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas (FAMESC-RJ). MBA em Administração Hospitalar (UNOPAR/PR). Especialista em Gestão e Docência do EaD. Especialista em Gerenciamento de Projetos (UNIFAVENI-ES). Especialista em Governança Pública e Administração Municipal (Unidctum). Graduação em Administração pela Universidade Metodista de São Paulo. Graduação em Teologia pela Faculdade de Teologia Integrada – FATIN. Graduando em Ciências Contábeis pela Universidade Cruzeiro do Sul. Professor e coordenador na área de gestão da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC), nos cursos de Administração na modalidade presencial e EaD. Professor dos cursos de CST Gestão Hospitalar, CST Gestão de Recursos Humanos, CST Gestão Pública e CST Gestão Ambiental. Professor do curso de Teologia da Faculdade Batista do Rio de Janeiro (FABERJ). E-mail: sergioistoe@gmail.com.

**Monique Bessa de Oliveira Prucoli:** Doutoranda e mestra em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro. Especialista em Saúde da Família pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro. Especialista em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas pela Faculdade Metropolitana São Carlos. Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal Fluminense.

**Nélia Fonseca:** Mestranda do programa de Cognição e Linguagem da UENF. Pós-graduação em: Neuropsicologia; Psicologia clínica e educacional; Avaliação Psicológica e Psicodiagnóstico; Avaliação Psicológica e psicodiagnóstico - IPB, em Terapia Cognitiva Comportamental - IPB, em Educação Especial em TEA/ABA - IPB, em Análise do Comportamento Aplicada - FAVENI. E-mail: neliafonseca.psi@gmail.com

**Alice de Souza Tinoco Dias:** Doutoranda e mestra em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense. Pós-Graduada em Direito do Trabalho e Processo do Trabalho pela Universidade Gama Filho. Graduada em Direito pela Universidade Iguaçú. Professora de Direito na Faculdade Metropolitana São Carlos. Membro do grupo de Estudos e Pesquisa em Bioética e Dignidade Humana. Oficial de Justiça Avaliador Federal do TRT1. E-mail: alicetinoco@hotmail.com

**Ivanildo Geremias da Silva:** Possui Pós-Graduação em Direito Público (2015). Graduado em Direito pela Universidade Iguaçú (2013). Tem experiência na área de Direito Militar, com ênfase em ministrar aulas nas disciplinas: Direito Militar, Direito Administrativo e Introdução ao Estudo do Direito. É educador de trânsito apto a ministrar aula de primeira habilitação e adição e mudança de categoria de A a D e especialização em condução de veículos de emergência, Advogado, inscrito na OAB/ES 30.87. Oficial da Reserva Remunerada da Polícia Militar do Estado do Espírito Santo. E-mail: ivanildogsilva@hotmail.com.

**Marly Torres Rodrigues da Silva:** Especialista em Centro Cirúrgico e Central de Material Esterilizado (2010). Graduada em Enfermagem pela UNIG (2008). Coordenadora do curso de graduação em enfermagem presencial da FAMESC. Professora das disciplinas de História da enfermagem, Administração dos serviços de enfermagem, Enfermagem em centro cirúrgico e central de material. Preceptora do estágio II do curso, nos setores hospitalares de: Clínica Médica Masculino E Feminino, Pediatria, Maternidade, Centro Cirúrgico E Central Material Esterilizado. E-mail: marlyproffamesc@gmail.com.

**Margareth Brandina Barbosa:** Mestra em Cognição e Linguagem- UENF (2022). Especialista em Farmácia Magistral Alopática pelo Instituto Racine (2006). Especialista em Atenção Primária à Saúde pelo Centro Universitário São Camilo - ES (2010). Especialista em Regulação, Controle e Avaliação, Monitoramento e Auditoria em Saúde pela Fundação de Assistência e Educação - FAESA (2012). Especialista em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas - FAMESC (2018). Especialista em Farmácia Estética - UNYLEYA S/A (2020). Especialista em Docência e Gestão no Ensino a Distância - FAMESC (2020). Possui graduação em Farmácia Generalista pela Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre (2004. Farmacêutica na Secretaria de Saúde de Muniz Freire - ES e professora no curso de graduação de Enfermagem na FAMESC - BJ. E-mail: margareth.farmaco@hotmail.com

**Anny Ramos Viana:** Doutoranda e mestra em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória. Pós-Graduada em Docência e Gestão do EAD. Coordenadora do curso de Direito, coordenadora da Pós-Graduação em EAD de Direito Público e Direito do Trabalho e Previdenciário, professora dos cursos de Graduação em Direito, Psicologia, Gestão de Recursos Humanos, Gestão Pública e Pedagogia da FAMESC – Bom Jesus do Itabapoana. Advogada. E-mail: annyviana@adv.oabrj.org.br.

**Liz Lanny Coutinho Montes:** Acadêmica de Medicina pela Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC). Bolsista no Programa de Iniciação Científica da FAMESC na Linha de Pesquisa Saúde Cognitiva das Pessoas Idosas e Prevenção de Demências. Presidente da Liga Acadêmica de Neurologia (LAN-FAMESC) no período 2023/2024. E-mail: lizlannymontes@hotmail.com.

**Giulia Loureiro Cesar:** Acadêmica de Medicina pela Faculdade Metropolitana São Carlos – FAMESC. Aluna voluntária do Programa de Iniciação Científica FAMESC na Linha de Pesquisa Saúde Cognitiva das Pessoas Idosas e Prevenção de Demências. Monitora da disciplina de Laboratório de Habilidades I e Vice-Diretora de Marketing da Liga Acadêmica de Ginecologia e Obstetria Famesc - LAGO FAMESC durante o ano de 2024. E-mail: giulialoreirocesar@hotmail.com.

**Bianca Magnelli Mangiavacchi:** Doutora (2016) e mestra (2009) em Biociências e Biotecnologia pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UNF). Possui graduação em Ciências Biológicas pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (2006); graduação em Complementação Pedagógica em Biologia pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo (2016); graduação em licenciatura em Pedagogia pela Universidade Norte do Paraná (2020); graduação tecnológica em Gestão Hospitalar pela Faculdade Metropolitana São Carlos (2022). Atualmente é membro do Comitê de Ética Animal (CEUA) do Instituto Federal Fluminense (IFF). Atua como tutora presencial da Fundação Centro de Ciências e Educação Superior à Distância do Estado do RJ no curso de Licenciatura em Ciências Biológicas (UNF/CEDERJ). Avaliadora institucional do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP (2018). Atualmente, é diretora de Pesquisa e Extensão da Faculdade Metropolitana São Carlos – FAMESC. Tem experiência na área de pesquisa em educação em saúde, saúde pública e saúde única, com ênfase em doenças emergentes e ree-

mergentes e doenças associadas à pobreza e saúde das populações em situação de vulnerabilidade. E-mail: [bmagnelli@gmail.com](mailto:bmagnelli@gmail.com).

**Jaylla Fernanda Raeli:** Mestra em Terapia Intensiva (SOBRATI, 2012) e mestranda em Medicina e Biomedicina pela Santa Casa de Belo Horizonte. Especialista em Geriatria da Faculdade IPEMED de Ciências Médicas (2020); em Programa de Saúde da Família pela (UNIG,2018); em Fisioterapia Pediátrica (2005); em Fisioterapia em Traumatologia e Ortopedia (2007); em Docência no Ensino Superior (FSJ, 2004). Possui graduação em Medicina (2018) e em Fisioterapia pela Universidade Iguazu (2002). Atualmente, participante bolsista do Projeto Mais Médico e Especializando em Medicina de Família e Comunidade da UNIFESP. Atua como professora e preceptora do ambulatório da disciplina de Geriatria da Faculdade Metropolitana São Carlos – FAMESC e da disciplina Políticas Públicas e Sistemas em Saúde da Universidade Iguazu. É preceptora do Internato em Atenção Primária à Saúde – APS na Universidade Iguazu. Tem experiência na área de pesquisa em educação em saúde, saúde pública e saúde da pessoa idosa com ênfase em atenção primária à saúde e senescência. E-mail: [jaylla\\_raeli@hotmail.com](mailto:jaylla_raeli@hotmail.com).

**Valtair Afonso Miranda:** Pós-doutorado do Programa de Cognição e Linguagem na Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro– UENF. E-mail: [valtairmiranda@gmail.com](mailto:valtairmiranda@gmail.com)

**Rosalee Santos Crespo Istoe:** Doutora e professora do Programa de Cognição e Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense – RJ. E-mail: [rosaleeistoe@gmail.com](mailto:rosaleeistoe@gmail.com).

**Carolina Crespo Istoe:** Doutora e professora do curso de medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos-FAMESC – RJ. E-mail: [carolcistoe@yahoo.com.br](mailto:carolcistoe@yahoo.com.br).

**Lara Pereira de Souza Martins:** E-mail: [larapereira.famesc@gmail.com](mailto:larapereira.famesc@gmail.com)

Nesta obra, explora-se como a tecnologia pode transformar a vida dos idosos, promovendo inclusão e autonomia. Com uma abordagem acessível, os autores apresentam iniciativas inspiradoras, como o projeto de extensão da FAMESC, em Bom Jesus do Itabapoana, que demonstra o poder da inclusão digital na prevenção do declínio cognitivo.

Os capítulos abordam a relevância das tecnologias assistivas, o impacto do endividamento e a importância das interações sociais para a qualidade de vida. Além disso, discute-se a educação em saúde e os direitos digitais, trazendo à tona reflexões sobre a espiritualidade na era virtual.

Este livro é um convite à reflexão e à ação, estimulando o leitor a compreender e promover uma sociedade mais inclusiva e conectada. Junte-se a essa importante conversa e descubra como cada um de nós pode fazer a diferença na vida dos idosos.

**Dr. Carlos Henrique Medeiros de Souza**

**Mantenedor da Faculdade Metropolitana São Carlos-  
FAMESC**

ISBN: 978-65-5456-104-4



**encontrografia**

encontrografia.com  
www.facebook.com/Encontrografia-Editora  
www.instagram.com/encontrografiaeditora  
www.twitter.com/encontrografia

