


# AGEING+ UM PROJETO DE INCLUSÃO DIGITAL DE ADULTOS IDOSOS EM E@D: A REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Carla Charana

LE@D, Universidade Aberta


1701857@estudante.uab.pt

 0000-0003-2923-4989

Ana Paula Afonso

LE@D, Universidade Aberta


ana.afonso@uab.pt

 0000-0001-6701-0922

Lina Morgado

LE@D, Universidade Aberta

lina.morgado@uab.pt

 0000-0002-4973-6727

## RESUMO

e-AGEING+ é um projeto de investigação em curso, que trabalha a questão da exclusão digital e isolamento social dos idosos como condicionante para um envelhecimento ativo e inclusivo e, visa contribuir para o aprofundamento do conhecimento e a promoção do empoderamento digital, envelhecimento ativo e inclusivo e da melhoria da qualidade de vida dos idosos. Para o efeito, numa abordagem design-based-research, está em desenvolvimento e implementação um curso de literacia digital para idosos em ensino a distância. Teoricamente, este projeto assenta numa revisão sistemática da literatura que permite posicionar o estado da arte em torno de quatro eixos interrelacionados: isolamento social, envelhecimento, alfabetização digital e presencialidade. Apresenta-se a síntese desta revisão da literatura que aponta para a existência duma relação positiva entre o empoderamento digital do idoso e da redução da sua vulnerabilidade na sociedade pós-digital. Conclui-se, ainda, que a educação a distância tem um papel crucial num porvir inclusivo.

## PALAVRAS-CHAVE

Envelhecimento ativo; Inclusão digital; Alfabetização digital; ensino a distância; Revisão Sistemática Literatura

## 1. INTRODUÇÃO

O passado e o presente da E@D e do eLearning em Portugal podem colaborar na construção de um porvir inclusivo e participativo para todos e cada um. Trata-se, pois, de um compromisso social muito superior a qualquer encargo ou dever legal. É um empreendimento sustentado por um percurso e um património ímpar e cujos contributos são importantes para garantir uma educação acessível, aberta, universal, transformadora e de qualidade, em

anuência com o 4º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável. Segundo a Organização das Nações Unidas (2021), as comunidades assistem ao aumento da longevidade dos seus cidadãos, mas também são lesadas pela baixa taxa de natalidade. Esta correlação evidencia impactos, insta compromissos e demanda respostas face à reconfiguração social e à digitalização da atual sociedade. Assim, e no entendimento de que o envelhecimento ativo contribui para o desenvolvimento sustentável e, como tal, é indissociável de desenvolvimento humano à luz da perspectiva da aprendizagem ao longo da vida, reside a sustentação teórica da presente comunicação. Neste quadro de investigação surge o projeto de mestrado em Pedagogia do eLearning, Ageing+. Este projeto visa a promoção do envelhecimento ativo e inclusivo e a capacitação digital do adulto idoso, com vista à melhoria da qualidade de vida desta população. Para tal, recorre ao conhecimento e à praxiologia da E@D e eLearning, validados pela comunidade científica, como ferramenta socioeducativa para procurar minorar os efeitos da situação de , validados pela comunidade científica, como ferramenta socioeducativa para procurar minorar os efeitos da situação de exclusão social e digital de um grupo populacional já vulnerável pelas suas características intrínsecas e, ainda mais, no contexto pandémico vivido.

No âmbito do projeto em curso, com uma abordagem metodológica de Design-Based Research, foi realizada uma revisão sistemática da literatura. O processo de revisão foi concretizado segundo o protocolo que deteve os seguintes critérios de pesquisa, de inclusão e de exclusão: publicação entre os anos de 2018 a 2021, área ciências sociais, disponibilização online em acesso aberto e completo, artigos em língua inglesa e portuguesa e, aplicando filtros iterativamente por palavras-chave (isolamento social, envelhecimento, idoso e alfabetização digital) no motor de pesquisa da base de dados digitais Scopus®, tendo resultado 6 artigos elegíveis. A revisão realizada aos artigos apurados, permite-nos posicionar o estado da arte em torno de quatro eixos, a saber: isolamento social, envelhecimento, alfabetização digital e presencialidade. Neste artigo apresentamos, sinteticamente, a revisão de literatura realizada e tecemos algumas considerações finais sob como esta pode responder à questão seguinte: No atual e acelerado processo de digitalização da sociedade da informação e do conhecimento em rede, em que às formas tradicionais de exclusão acresce o risco de exclusão digital, como pode a E@D e o eLearning colaborar na construção de um porvir inclusivo?

## **2. Educação e Inclusão Digital dos Seniores**

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável Além da educação formal, a educação não formal e a educação informal dirigidas a grupos vulneráveis têm assumido crescente protagonismo face ao seu reconhecido contributo no alcance dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Os temas da Agenda 2030, têm subjacente a capacitação digital das populações enquanto fator preditor de transformação, de inclusão, de equidade, de realização pessoal e de participação ativa e informada tanto na comunidade local quanto a nível global. Todavia, para que seja uma realidade universal todos têm um papel fundamental a desempenhar – setor público e privado, sociedade civil e ONG, visando a

sustentabilidade social das comunidades com a integração bem-sucedida das dimensões: humana, tecnológica, económica, educacional, cultural e ambiental.

## 2. O isolamento no idoso e a pandemia por COVID-19

Compreendemos que o isolamento no idoso é um fator de risco para a saúde física, mental e psicológica, além de elemento condicionante de um envelhecimento ativo. A pandemia por COVID-19 veio provocar mudanças significativas e profundas na vida de todos os cidadãos e agravar estes fatores de risco no idoso. O impacto negativo do isolamento social no idoso imposto pela pandemia está documentado em vários estudos que reportam índices elevados de solidão, de ansiedade, de depressão e o aumento do risco de doenças cardíacas (Pacheco, 2021; Ausín et al., 2022). Já Santos (2021), procedeu a uma revisão académica em 29 artigos científicos e identificou áreas-chave como as relações sociais, autonomia, vulnerabilidade, entre outras e concluiu que há influência direta e recíproca entre a saúde mental do idoso e o estado de saúde de uma comunidade que experiencia o isolamento social. Haase, Cosco, Kervin, Riadi & O'Connell (2021), concluíram que o uso da tecnologia digital se tornou a abordagem mais crítica para conservar a ligação social durante a pandemia. Muitos dados sobre o uso da tecnologia por idosos são limitados por vieses amostrais porém este estudo utilizou um método de amostragem aleatória e, demonstrou que os idosos usaram a tecnologia para mitigar o isolamento social durante a pandemia. Envelhecimento ativo e alfabetização digital Segundo Fisk, Rogers, Charness, Czaja, & Sharit (as cited in ICTskills4All, 2021), existem diversos fatores (culturais, demográficos, ambientais, sociais, literatos, psicológicos...) e a degeneração física e cognitiva (fatores humanos), a ter em observação no processo ensino aprendizagem subjacente à alfabetização digital no idoso. Falamos da importância das boas práticas de acessibilidade digital ao nível do desenvolvimento de material instrucional, garantido para o efeito que o contacto prático com os recursos didáticos seja inclusivo, interativo e social. Elucidamos que fatores humanos são a análise das particularidades físicas e cognitivas do participante e a forma como este interage com produtos, ambientes e equipamentos durante a execução de tarefas e/ou atividades, sendo que o domínio destes, desenvolve a base científica sobre as capacidades e as degenerescências afetas ao processo de envelhecimento e mobiliza esse conhecimento sobre o comportamento humano no desenvolvimento de princípios de design e sob a condição da existência de inter-relações tanto entre o sistema homem-máquina quanto o sistema homem-ambiente físico e social. Também Albuquerque, Amancio, Günther & Higuchi (2018) referem que a adaptação pessoal ao ambiente é crucial para robustecer o bem-estar e a qualidade de vida das populações idosas. Para estes autores é fundamental valorizar o papel e as ações dos idosos no usufruto dos espaços públicos e permitir a sua participação ativa no planeamento do território comunitário, observando o 11º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável – cidades amigáveis e comunidades sustentáveis que garantem a inclusão, a acessibilidade, a mobilidade de todos e “que propiciem a construção de vínculos sociais e uma rede de apoio para partilhar informações e cuidado.” (p.445).

Também van Hoof, Marston, Kazak & Buffel (2021), exploram dez questões-chave associadas ao movimento das cidades sustentáveis e comunidades amigáveis da

ancianidade, para estes investigadores o pretendido desenvolvimento económico e social implica a integração com outras Agendas como - cidades inteligentes e sustentabilidade, a incumbência de considerar as competências digitais face o hiato geracional e os níveis de alfabetização existentes, bem como reconhecer o impacto que a exclusão digital e o isolamento social pode ter nos sujeitos sobretudo quando se observa a integração de soluções digitais como primeira opção em várias áreas da sociedade, como por exemplo, educação, administração pública, médias, saúde, comércio, serviços sociais e financeiros, entre outros. Estas contingências associadas às céleres e intrincadas transformações ambientais, tecnológicas, económicas, sociais e culturais que ocorrem na esfera global e que forçam a nível local alterações significativas na forma como as populações se distribuem e vivem o espaço devem ser motivo de reflexão e estudo. Boeres (2018), na sua investigação concluiu que perante a sociedade da informação e do conhecimento, ser letrado digitalmente tanto incumbe saber lidar, eficaz e eficientemente com o dilúvio informacional quanto habilita os sujeitos a participarem nos diversos palcos educacionais onde devem ser reconhecidos os diferentes modos de aprendizagem. Concordamos com Belluzzo (as cited in Boeres, 2018, p. 487), pois, esta “ênfata a importância da educação, sob o enfoque de um novo paradigma conceitual e prático, voltado para a formação de cidadãos capazes de se integrarem à era digital, cujo princípio fundamental acha-se no desenvolvimento de competências para o uso da informação, bem como a capacidade intelectual de transformá-la em conhecimento, com uma inovadora condição de aprendizado contínuo e crescente.” e ainda com ênfase na inclusão social dado consistir numa visão holística de aprendizagem ao longo da vida, de exercício de cidadania como circunstância da vida democrática e a participação no processo de digitalização da sociedade, em linha com o paradigma do pensamento reflexivo e espírito crítico de Dewey (1979).

### **Presencialidade – física vs. virtual**

A partir do advento de tecnologias digitais em rede têm emergido movimentos disruptivos em diferentes domínios da existencialidade humana. A nova realidade hiperconectada que experienciamos no quotidiano prolonga a nossa presencialidade – que não pode estar encarcerada a ambientes físicos ou entendidos de forma analógica, a um qualquer ecossistema de aprendizagem e a ambientes de interação social na esfera global. O termo presencialidade tem na atualidade uma definição mais arrojada do que num passado recente. Segundo Castells (2002), não ocorre separação entre o mundo virtual e o mundo físico, sendo a presencialidade uma condição real, híbrida, plástica e necessária perante a ubiquidade das tecnologias da informação e da comunicação nas dinâmicas atuais. Tal circunstância interfere na (re)construção concetual, ou seja, na ressignificação da realidade. A interação social, cognitiva e cultural entre sujeitos à luz da teoria Bioecológica de Bronfenbrenner (1977), tornam-se indispensáveis para o desenvolvimento humano e, de igual modo, o sujeito virtual auxiliado pelas tecnologias digitais em rede participa, presencial e simultaneamente, em vários sistemas e ambientes que tanto influencia quanto é influenciado. A população idosa, legitimamente, palpita por poder habitar e aprender na rede e também participar nesta construção social que é a comunidade virtual, considerando que

esta edificação ocorre por meio de uma arquitetura performativa, inter-relacional e desbravadora, proporcionando a todos a ampliação e a melhoria de seu reportório social, ambiental, pedagógico e cultural pelo emprego da metacognição - processo de reflexão sobre os pensamentos pessoais e se apresenta como suporte para o desenvolvimento de diferentes tomadas de decisões e ações, aqui em relação ao uso da tecnologia digital na esfera educacional.

### **3. CONCLUSÃO**

Concluimos que a essência do atual estado da arte procura responder à questão lançada, encaminhando a comunidade científica, acadêmica, governativa e civil para: - a reflexão crítica sobre como o ambiente físico e social facilita (ou não) a adaptação favorável do adulto idoso e lhe confere oportunidades de participação cívica, de realização pessoal, de aprendizagem ao longo da vida, bem como o desenvolvimento de vínculos sociais e o acesso a uma rede de apoio alargada na velhice; - a existência de diversos fatores (culturais, demográficos, sociais, literatos, psicológicos...) e a degeneração física e cognitiva (fatores humanos), a ter em conta no processo de educação e/ou alfabetização digital, i.e., a importância das boas práticas de acessibilidade digital ao nível do desenvolvimento do design e da criação de conteúdos, garantido para o efeito que o contacto prático com os recursos didáticos seja inclusivo, interativo, motivacional e social; - o desenvolvimento de equipamentos tecnológicos mais ergonómicos e de interfaces que melhorem a experiência digital e, contribuam para a usabilidade universal; - o contributo do uso de TIC na forma híbrida, enquanto instrumento que aprovisiona insights para aplacar os declínios na velhice; - a construção de comunidades amigáveis da ancianidade, o fomento da solidariedade, da interação e da conectividade intergeracional e, ainda, a mentoraçã por pares; - o envolvimento dos seniores nos processos de decisão e de construção de projetos de educação e inclusão digital em espaços e valências sociais dirigidas a si e, - a importância do fator motivação para o alcance de resultados sustentáveis e a produção de impactos significativos e duradouros nos adultos mais velhos. Procurando conciliar e, igualmente, materializar os conhecimentos provenientes da revisão sistemática da literatura, o projeto do curso de mestrado desenhou e implementou o artefacto digital Ageing+. Este trata-se de um curso em E@D na área da alfabetização digital para formação básica em competências digitais dirigido aos cidadãos mais velhos. Consideramos que a E@D e o eLearning em observância a estas e outras considerações científicas publicadas, têm um papel fundamental na promoção da melhoria da qualidade dos contextos de vida, do aprimoramento dos ecossistemas de aprendizagem e ainda, no combate à exclusão social e digital enquanto compromisso social e educacional orientado para todos e cada um.

### **REFERÊNCIAS**

Albuquerque, D. da S., Amancio, D. A. R., Günther, I. de A., & Higuchi, M. I. G. (2018). Theoretical contributions on aging from the perspective of person-environment studies. *Psicologia USP*, 29(3), 442–448.

- Ausín, B., González-Sanguino, C., Castellanos, M. A., Sáiz, J., Zamorano, S., Vaquero, C., & Muñoz, M. (2022). The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic in Spain: A Longitudinal Study. *Psicothema*, 34(1), 66-73.
- Boeres, S. (2018). Literacy and the organization of digital information coupled with lifelong learning. *RDBCI: Digital Journal of Library and Information Science*, 16(2), 483-500.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513-53.
- Castells, M. (2002). *A era da informação: economia, sociedade e cultura*, vol. I, A Sociedade em Rede. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian
- Dewey, J. (1979). *Como pensamos: como se relaciona o pensamento reflexivo com o processo educativo, uma reexposição*. São Paulo: Companhia Editora Nacional
- Haase, K. R., Cosco, T., Kervin, L., Riadi, I., & O'Connell, M. E. (2021). Older Adults' Experiences with Using Technology for Socialization During the COVID-19 Pandemic: Cross-sectional Survey Study. *JMIR Aging*, 4(2), e28010.
- ICTskills4All (2021). Intellectual Output 3 // Educação digital e e-learning. Porto: Universidade do Porto & Porto4Ageing.  
[https://www.up.pt/ictskills4all/wpcontent/uploads/sites/297/2021/04/IO3\\_final-PT.pdf](https://www.up.pt/ictskills4all/wpcontent/uploads/sites/297/2021/04/IO3_final-PT.pdf)
- Organização das Nações Unidas (2021). Envelhecimento. In Centro Regional de Informação para a Europa Ocidental. Bruxelas: ONU Portugal.  
<https://unric.org/pt/envelhecimento/>
- Pacheco, I. (2021). O impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental da população idosa utilizadora dos serviços de Centro de Dia do concelho de Paços de Ferreira. Dissertação de Mestrado em Gerontologia Social. Porto: Instituto Superior de Serviço Social do Porto.  
<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/37657/1/InesPacheco.pdf>
- Santos, M. (2021). O Impacto do isolamento social durante a pandemia por COVID-19 na saúde mental do idoso: da evidência à prática. Relatório Final de Mestrado em Enfermagem Comunitária. Viseu: Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde de Viseu.
- van Hoof, J., Marston, H.R., Kazak, J.K. & Buffel, T. (2021). Ten questions concerning age-friendly cities and communities and the built environment. *Building and Environment*, 199.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360132321003267?via%3Dihub>