



<https://doi.org/10.26512/rgs.v14i3.47480>

Revista Gestão & Saúde ISSN: 1982-4785

Borges GC, Moura LBA, Franco SB, De Araujo ABA

Artigo Original

## Uso de tecnologia entre pessoas idosas em tempo de distanciamento social pela COVID-19

### Use of technology among elderly people in times of social distancing due to COVID-19

### Uso de tecnología entre personas ancianas en tiempos de distanciamiento social por el COVID-19

Gabriel Corrêa Borges<sup>1</sup>  
Leides Barroso Azevedo Moura<sup>2</sup>  
Simone Bezerra Franco<sup>3</sup>  
Ana Beatriz Alves de Araújo<sup>4</sup>

Recebido: 11.04.2023

Aprovado: 16.08.2023

#### RESUMO

A pesquisa objetivou analisar a situação de isolamento social, ocorrida na pandemia de COVID-19, através da Escala de Redes Sociais de Lubben e identificar o uso de tecnologia entre pessoas idosas com 60 anos ou mais. Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, transversal e analítica. A coleta de dados consistiu em um questionário sociodemográfico aplicado a pessoas idosas, buscando o perfil, o uso de tecnologia e as percepções do isolamento social pela escala de Lubben. A amostra foi constituída de 230 pessoas idosas, sendo que 199 pessoas (86,5%) alegaram usar a internet para acessar alguma rede social e 130 (56,5%) informaram ter dificuldades em acessar a internet. Quanto à frequência, 69,10% utilizam a internet frequentemente, enquanto 23,5% usam poucas vezes. No

<sup>1</sup> **Autor correspondente.** Graduando em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Campus Darcy Ribeiro. Brasília/Distrito Federal/Brasil. E-mail: gabriel.gcb0@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1723-1991>

<sup>2</sup> Professora adjunta do Departamento de Enfermagem e do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento, Sociedade e Cooperação Internacional da Universidade de Brasília. Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília. Campus Darcy Ribeiro. Brasília/Distrito Federal/Brasil. E-mail: leidesm74@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1208-4569>

<sup>3</sup> Doutoranda em População, Desenvolvimento e Cooperação Internacional pela Universidade de Brasília. Mestra em Engenharia Biomédica pela Universidade de Brasília. Campus Darcy Ribeiro. Brasília/Distrito Federal/Brasil. E-mail: simone.bezerrafranco@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1228-0009>

<sup>4</sup> Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Campus Darcy Ribeiro. Brasília/Distrito Federal/Brasil. E-mail: anabeatrizalvys@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7590-4464>

tocante ao isolamento social, a frequência medida através da escala é de apenas 12%, apresentando-se socialmente isolados, enquanto 88% das pessoas apresentaram ausência de isolamento social. O uso de tecnologias digitais por pessoas idosas apresenta um papel positivo na superação de sentimentos negativos, como o de isolamento, observados em tempo de distanciamento social pela COVID-19, havendo necessidade de mais inclusão e letramento digital dessas pessoas.

**Descritores:** Pessoa Idosa; Isolamento Social; Tecnologia da Informação e Comunicação; COVID-19; Ageísmo.

## ABSTRACT

The research aimed to analyze the situation of social isolation caused by the COVID-19 pandemic through the Lubben Social Network Scale and to identify the use of technology among 60-year-old people or over. This research has a quantitative, cross-sectional, and analytical approach. Data collection consisted of a sociodemographic questionnaire applied to elderly people, seeking their profile, the use of technology and the perceptions of social isolation using the Lubben scale. The sample consisted of 230 elderly people, with 199 people (86.5%) claiming to use the internet to access some social network and 130 (56.5%) reporting difficulties in accessing the internet. As for frequency, 69.10% of them use the internet frequently, while 23.5% use it a few times. With regard to social isolation, the frequency measured using the Lubben Social Network Scale is only 12%, presenting themselves as socially isolated, while 88% of people showed no social isolation. The use of digital technologies by the elderly has a positive role in overcoming negative feelings, such as isolation, observed in times of social distancing due to COVID-19, with the need for more inclusion and digital literacy of these people.

**Keywords:** Aged; Social Isolation; Information and Communication Technologies; COVID-19; Ageism.

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo analizar la situación de aislamiento social causada por la pandemia del COVID-19 a través de la Escala de Redes Sociales Lubben e identificar el uso de tecnología entre personas ancianas de 60 años o más. Se trata de un estudio con enfoque cuantitativo, transversal y analítico. La recolección de datos consistió en un cuestionario sociodemográfico aplicado a personas ancianas, buscando su perfil, su uso de tecnología y sus percepciones de aislamiento social utilizando la escala de Lubben. La muestra estuvo compuesta por 230 ancianos, siendo 199 personas (86,5%) que afirman utilizar internet para acceder a alguna red social y 130 (56,5%) que refieren dificultades para acceder. 69,10% utiliza internet con frecuencia, mientras que 23,5% lo utiliza pocas veces. La frecuencia medida a través de la escala de Lubben es solo del 12% presentándose como socialmente aislado, mientras que 88% de las personas no mostró aislamiento social. El uso de las tecnologías digitales por parte de las personas ancianas tiene un papel positivo en la superación de sentimientos negativos, como el aislamiento, observados en tiempos de distanciamiento social por el COVID-19, con la necesidad de una mayor inclusión y alfabetización digital de estas personas.

**Descriptores:** Anciano; Aislamiento Social; Tecnología de la Información y la Comunicación; COVID-19; Ageísmo.

## 1. Introdução

A temática do envelhecer é um assunto repleto de nuances que necessitam cada vez mais serem discutidas, especialmente no que tange ao uso de tecnologias pelas vidas longevas. Durante a pandemia da COVID-19, o fenômeno do isolamento social entre as pessoas idosas fragilizou os

relacionamentos sociais desse grupo. As tecnologias digitais da informação são ferramentas necessárias para a manutenção dos contatos, para a interação social, para o despertar da autonomia, para a redução da exclusão digital e para a anulação do ageísmo, quando essas ferramentas são acessadas de forma intergeracional entre as pessoas<sup>(1)</sup>.

A sociedade brasileira está passando por uma série de mudanças sociais, etárias, humanas, tecnológicas, políticas, econômicas, demográficas e científicas. A transição demográfica do país desde o processo de modernização pós-Segunda Guerra Mundial trouxe consigo modificações na sociedade rural e urbana, como a diminuição das taxas de natalidade e mortalidade e, conseqüentemente, um aumento expressivo da expectativa de vida, acarretando uma elevação da população idosa. Isso foi possível por uma série de fatores, entre eles o controle de doenças, o acesso a melhores condições de vida e o avanço do acesso a saúde e tecnologias<sup>(2)</sup>.

Contudo, as mudanças no aumento da expectativa de vida não estão relacionadas ao aumento da qualidade de vida. No mesmo momento em que essa fase da vida oportuniza alegrias, prazeres e conquistas, representando uma potencialidade para a sociedade, traz também perdas e fragilidades, estabelecendo novos desafios<sup>(3)</sup>. Em relação às modificações sociais, as pessoas idosas passaram a ter menos contato com a presença de membros de suas famílias com disponibilidade para assistência e interação social no cotidiano da vida e a ter mais necessidade de adaptação às tecnologias digitais de informação e comunicação (TDICs), que vêm surgindo e se modernizando. Estudos pós-pandêmicos apontam que as pessoas idosas estão cada vez mais inseridas no contexto tecnológico, interessando-se e estando mais dispostas a utilizar as TDICs disponíveis no espaço virtual<sup>(4)</sup>.

Portanto, o uso das TDICs pelas pessoas idosas configura-se como tecnologias digitais inovadoras frente ao cenário epidemiológico da COVID-19. Além de oferecerem uma maior comodidade, trouxeram e ainda trazem inúmeros benefícios para população em destaque ao oferecerem não só notável potencial para aproximação de pessoas, como também estímulos visuais, táteis e auditivos que podem ser altamente benéficos para esse grupo etário.

Dessa forma, o presente artigo buscou analisar a situação de isolamento social, ocorrida na pandemia de COVID-19, através da Escala Redes Sociais de Lubben e identificar o uso de tecnologia entre pessoas idosas com 60 anos ou mais. A presente pesquisa se baseou nas seguintes questões norteadoras: quais as contribuições do uso de tecnologias digitais no dia a dia de pessoas idosas? Quais as possibilidades e os limites de uso de tecnologias para mediar a interação social de pessoas idosas (em situação de isolamento e/ou distanciamento social)?

## **2. Referencial Teórico**

As tecnologias digitais de informação e comunicação podem ser conceituadas como um conjunto de tecnologias que irão possibilitar a produção, o acesso, a ampliação de informações e a comunicação entre os indivíduos. Novas tecnologias, que estão em constante crescimento, surgiram, facilitando a difusão de conhecimentos e a comunicação entre pessoas, sem levar em conta as distâncias geográficas. As TDICs formam um agrupamento de recursos tecnológicos, representados por internet, *wi-fi*, computador, smartphones, tablets, sites, entre outros, que, quando interligados, promovem a tecnicização e a expansão do conhecimento. Nesse sentido, o ser humano está, cada vez mais, usando as tecnologias que geram inúmeras facilidades para a contemporaneidade. No entanto, há desafios a serem superados<sup>(5)</sup>.

A pandemia ocasionada pelo SARS-CoV-2 gerou grandes implicações para todos os setores da sociedade, afetando a economia, o lazer, a saúde, as interações sociais e as estruturas familiares. Estudos relataram o aumento do isolamento social, das percepções de sentimentos de solidão e tristeza, além de uma descontinuidade das atividades rotineiras na vida das pessoas cada dia mais presente ao longo dos dois primeiros anos da pandemia e de um comprometimento da participação social. Dessa forma, o risco de depressão, ansiedade, medo, falta de cuidado com a saúde e problemas neurocognitivos e de saúde mental que já eram registrados antes da pandemia passaram a ser motivo de maior preocupação.

No caso específico do isolamento, este não se refere àqueles que se desconectaram voluntariamente da vida social, mas a possíveis barreiras que dificultam ou impedem a conexão social<sup>(6)</sup>. O isolamento social, a falta de socialização e da convivência intergeracional são problemas sociais existentes mesmo antes da pandemia, mas que se acentuaram ao se constatar o fato de que as pessoas idosas são grupo de risco em relação ao vírus. Isto causou impacto direto na saúde mental dessas pessoas durante a pandemia da COVID-19<sup>(6-7)</sup>. As TDICs, naquele momento vivenciadas pelas pessoas idosas, foram os principais recursos tecnológicos para o contato e para o desenvolvimento de atividades que antes eram feitas de forma presencial. Como o convívio com amigos e familiares foi limitado e várias atividades sociais canceladas, proporcionou-se às pessoas idosas o espaço para o descobrimento ou redescobrimento do mundo online<sup>(8-9)</sup>.

O uso de tecnologias de forma apropriada pelas pessoas idosas pôde reduzir alguns aspectos psicossociais negativos que a solidão ou o isolamento social trouxeram naquele contexto. A procura de informação – seja por interesse próprio, seja motivada por algum acontecimento no mundo – e a criação de novos vínculos pessoais já eram benefícios atribuídos ao uso de tecnologia nessa fase etária<sup>(10)</sup>. Assim, as tecnologias sociais no início da pandemia foram consideradas essenciais para

ajudar no enfrentamento da solidão e do isolamento social por parte dos idosos, além de serem indicadas como estratégia de promoção de inclusão e participação social<sup>(8)</sup>.

### 3. Método

O estudo baseou-se em uma abordagem quantitativa, do tipo transversal e de natureza analítica. A coleta de dados foi organizada em duas etapas. A primeira etapa buscou identificar e analisar o perfil dos participantes da pesquisa por meio de um questionário sociodemográfico, realizado por intermédio de entrevista estruturada. Nesta etapa, pretendeu-se identificar a heterogeneidade do perfil das pessoas idosas que se encontram em risco ou vivendo em situação de isolamento social e o uso de tecnologias. Para isso, variáveis como o tamanho da rede social de apoio, os tipos de arranjos domiciliares, a participação social e virtual, o número de membros no domicílio, o nível de renda e escolaridade, o local de moradia, o grau de dificuldade na utilização das tecnologias, a rede de apoio, entre outras, foram questionadas.

A segunda etapa consistiu em aplicar a Escala de Redes Sociais de Lubben, que investiga o número de contatos com famílias e amigos. As perguntas da escala permitiram o registro de narrativas de vida sobre a interação social de pessoas idosas e seus constructos subjetivos acerca do cotidiano de suas vidas relacionado ao uso de tecnologias e as redes sociais de apoio.

A escala de Lubben (LSNS-6), versão portuguesa, consiste em um instrumento utilizado para analisar a integração social e o risco de isolamento em pessoas idosas. Essa escala é composta por dois conjuntos de três perguntas para cada grupo: familiares e amigos. As questões avaliam o número de relacionamentos entre o idoso e indivíduos da família e amigos, tendo como questões: “quantos familiares/amigos vê ou fala pelo menos uma vez por mês?”; “de quantos familiares e/amigos se sente próximo de tal forma que possa ligar-lhes a pedir ajuda?” e “com quantos familiares/amigos se sente à vontade para falar sobre assuntos pessoais?”. A pontuação da escala consiste no somatório dos seis itens de forma ponderada, com pontuações variando de 0 a 30 pontos, sendo que as respostas de cada item variam numa escala entre 0 e 5 (“0”, “1”, “2”, “3 ou 4”, “5 a 8” e “9 e mais”). Os indivíduos que obtiverem uma pontuação de menos de 12 são considerados socialmente isolados, enquanto os que obtiverem pontuação igual ou superior a 12 são considerados sem isolamento social<sup>(11)</sup>.

A coleta de dados consistiu na realização de entrevistas por meio de chamadas telefônicas e por intermédio de questionário eletrônico com link enviado para as TDICs da pessoa idosa, por aplicativos como WhatsApp, Instagram, Facebook, Telegram, entre outros, por meio da qual se buscou identificar a situação de isolamento social e identificar o uso de tecnologia. Foram critérios de inclusão a idade de 60 anos ou mais, a autodeclaração de não apresentar déficit cognitivo que

impedisse de responder as perguntas, a posse de acesso a telefone e o aceite de participação voluntária da pesquisa. O campo da coleta de dados foi constituído por pessoas idosas (n = 230) participantes do Serviço Social do Comércio do Distrito Federal (Sesc-DF), entrevistadas no período de setembro de 2021 a março de 2022.

Os dados foram analisados segundo medidas de frequência, média e análise de estatística descritiva. Softwares como o SPSS e Microsoft Excel foram utilizados para a análise dos dados. A pesquisa não apresentou óbices éticos e seguiu o protocolo estabelecido pela Resolução CNS n. 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Ciências Humanas e Sociais (CEP/CHS) da Universidade de Brasília (CAEE 43111021.0.0000.5540) em 2021.

#### 4. Resultados

A amostra foi constituída de 230 pessoas idosas, sendo composta quase em sua totalidade por população feminina (90%), na faixa etária entre 60 a 69 anos (50,4 %), sendo a segunda maior frequência a faixa etária de 70 a 79 anos (42,6%). Houve predomínio da cor negra (pretos e pardos), com 59,6%, e estado civil de casado, com 38,7%, seguido de viúvo, com 33,9%, separado/divorciado, com 19,1 %, e solteiro, com 8,3%. É importante salientar que, ao se somar a quantidade de idosos solteiros, viúvos e separados/divorciados, a porcentagem supera a da população casada. Referente à escolaridade, 32,6% possuíam o ensino médio completo e superior incompleto, seguido por 24,3% que possuíam ensino superior completo. No tocante à renda, 103 idosos (44,8%) possuíam renda de 4 a 10 salários-mínimos, ao passo que 70 idosos (30,4%) possuíam renda de 1 a 3 salários-mínimos. Acerca da religião, a maior parte dos participantes era de católicos (63,5%). 70,9% das pessoas idosas apontaram que moravam com alguém, enquanto apenas 29,1% afirmaram morar sozinhos, sendo que cerca de 20,9% moram apenas com parceiro íntimo, 19,1% moram com os filhos, sendo esta a mesma porcentagem de pessoas idosas que moravam com parceiros íntimos e filhos, conforme consta na Tabela 1.

**Tabela 1** – Perfil descritivo das pessoas idosas que frequentam as atividades do Sesc-DF, 2021/2022 (n = 230)

	Características	n	%
Sexo	Masculino	23	10,00
	Feminino	207	90,00
Idade	60 a 69 anos	116	50,40
	70 a 79 anos	98	42,60

	80 ou mais	16	7,00
Cor ou raça	Negra (pretos e pardos)	137	59,60
	Não negra (brancos e amarelos)	93	40,40
Escolaridade	Não alfabetizados	5	2,20
	Fundamental incompleto	50	21,70
	Fundamental completo	31	13,50
	Ensino médio incompleto	13	5,70
	Ensino médio completo e superior incompleto	75	32,60
	Superior completo	56	24,30
Estado civil	Casado	89	38,70
	Separado/Divorciado	44	19,10
	Viúvo	78	33,90
	Solteiro	19	8,30
Religião	Católica	146	63,50
	Evangélica	44	19,10
	Outras religiões (afro-brasileira e espírita)	22	9,60
	Nenhuma religião	18	7,80
Renda	Não sabe precisar a renda	13	5,70
	Até 1 salário-mínimo	21	9,10
	De 1 a 3 salários-mínimos	70	30,40
	De 4 a 10 salários-mínimos	103	44,80
	10 ou mais salários-mínimos	23	10,00
Mora com alguém	Sim	163	70,90
	Não	67	29,10
Com quem mora	Parceiro íntimo	48	20,90
	Filhos	44	19,10
	Netos	7	3,00
	Familiares	21	9,10
	Parceiro íntimo e familiares	44	19,10
	Sozinho	66	28,70
<b>Tamanho da amostra</b>			<b>230</b>

Fonte: Elaborada pelos autores, (2023).

Em relação ao acesso à internet e às mídias sociais das pessoas idosas participantes (cf. Tabela 2), 199 pessoas (86,5%) das 230 (100%) alegaram usar a internet para acessar alguma rede social, sendo que 130 idosos (56,5%) informaram ter dificuldades em acessar a internet. Quanto à frequência dos acessos, 69,10% utilizam a internet frequentemente, enquanto 23,5% usam poucas vezes. O meio mais utilizado para acessar a internet é o celular, ocupando 76,5% da totalidade da amostra, enquanto apenas 13% utilizam apenas o computador ou o celular e o computador. 1 idoso em cada 10 alegou não utilizar a internet. A respeito da ajuda quando se tem dificuldade para acessar a internet, 62,2% dos idosos recorrem à ajuda dos filhos, 23% à ajuda dos netos, 10% recorrem aos amigos e somente 4,8% não têm quem ofereça esse tipo de suporte.

**Tabela 2** – Acesso à internet e às mídias sociais das pessoas idosas que frequentam as atividades do Sesc-DF, 2021/2022 (n = 230)

<b>Dificuldade em acessar a internet</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	130	56,50
Não	100	43,50
<b>Usa a internet para acessar alguma rede social</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	199	86,50
Não	31	13,50
<b>Frequência de acesso à internet</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Algumas vezes	17	7,40
Frequentemente/Sempre	159	69,10
Poucas vezes	54	23,50
<b>Meio utilizado para acessar a internet</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Celular	176	76,50
Computador	12	5,20
Não acessa a internet	24	10,40
Celular e computador	18	7,80
<b>Quem ajuda quando tem dificuldades em acessar a internet</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Filhos	143	62,20

Netos	53	23,00
Amigos	23	10,00
Não tem ajuda	11	4,80
<b>Tamanho da amostra</b>	<b>230</b>	

Fonte: Elaborada pelos autores, (2023).

A frequência de isolamento social, medido por meio da Escala de Redes Sociais de Lubben, é de apenas 12% pessoas idosas que se apresentam socialmente isoladas. Um total de 88% das pessoas apresentou ausência de isolamento social (cf. Tabela 3).

**Tabela 3** – Frequência de isolamento social, por LSNS-6, das pessoas idosas que frequentam as atividades do Sesc-DF, 2021/2022 (n = 230)

Score	%	Nível
< 12	12	Socialmente isolado
> 12	88	Ausência de IS
<b>Tamanho da amostra</b>	<b>230</b>	

Fonte: Elaborada pelos autores, (2023).

Nota: IS = Isolamento social.

A Tabela 4 mostra o detalhamento por subcomponente da escala de Lubben. Valores menores que 6 pontos em cada subcomponente são considerados como isolamento social. A fidedignidade da escala foi validada conforme a confiabilidade do Alfa de Cronbach ( $\alpha = 0,80$ ;  $p < 0,001$ ).

**Tabela 4** – Estatística descritiva por subcomponente da escala LSNS-6 das pessoas idosas que frequentam as atividades do Sesc-DF, 2021/2022 (n = 230)

Componentes LSNS-6	Mínima	Máxima	Média	Desvio-padrão
Família	2	15	10,63	3,13
Amigos	0	15	8,83	3,64
Total	5	30	19,46	5,70

Fonte: Elaborada pelos autores, (2023).

No que se refere às pessoas idosas que não utilizam a internet para acessar as redes sociais (n = 31), foi utilizado o Teste t de Student, com um intervalo de confiança de 95%, correlacionando os idosos que não utilizam a internet para acessar as redes sociais (13,5%) com a frequência de isolamento social, medido por meio da Escala de Redes Sociais de Lubben, dos que se apresentam

socialmente isolados (12%), conforme a Tabela 5. Dessa forma, o isolamento social dessas pessoas foi significativo tanto no tocante à família quanto aos amigos; ou seja, as pessoas idosas que não utilizam a internet para acessar as redes sociais se sentem mais isoladas do que as que acessam ( $p = 0,000$ ), reforçando essa hipótese. Com um grau de liberdade (df) de 30, considerando o tamanho da diferença em relação à variação nos dados amostrais (t) das pessoas idosas que se sentem socialmente isoladas da família, observou-se uma variação maior (16,967) do que em relação aos amigos (8,939).

**Tabela 5** – Teste t para os que não utilizam internet para acessar as redes sociais (n = 31)

Componentes LSNS-6	t	df	Sig. (p = valor)	Intervalo de confiança (95%)	
				Mínimo	Máximo
Família	16,967	30	0,000	9,02	11,49
Amigos	8,939	30	0,000	5,30	8,44
Total	14,370	30	0,000	14,69	19,56

Fonte: Elaborado pelos autores, (2023).

## 5. Discussão

A população idosa tem crescido muito no Distrito Federal. A atenção aos dados desta pesquisa corrobora o conhecimento das características desse grupo populacional, contribuindo para a elaboração de políticas públicas que os favoreçam. De acordo com os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) sobre os subgrupos etários das pessoas idosas residentes no DF, o grupo majoritário, com 59,7%, é de pessoas idosas com 60 a 69 anos, seguido pelos idosos de 70 a 79 anos, com 28,6%, com predomínio da população feminina, com 57,9%<sup>(12)</sup>. O presente estudo confirmou isso, visto que a faixa etária entre 60 a 69 anos ocupou cerca de 50,4 % da amostra, e a segunda maior frequência da amostra, a faixa etária de 70 a 79 anos, com 42,6%, também condiz com os dados mencionados<sup>(12)</sup>. A porcentagem da população feminina também superou a masculina, sendo de 90%; porém, isso pode ser explicado pela maior procura das mulheres pelos grupos de interação e pelas atividades relacionadas à saúde no Sesc-DF.

As atividades oferecidas para os grupos de interação têm como um dos benefícios o aumento da expectativa e da qualidade de vida das pessoas idosas ao fomentar a convivência destas em grupos, ultrapassando as atividades físicas e as de lazer. Dessa forma, grupos como o retratado nessa atual pesquisa atuam como um importante instrumento para contribuir para a melhoria das condições de vida e de saúde e da autonomia dessas pessoas. As dinâmicas propostas e apresentadas nos grupos de

interação estimulam a participação das pessoas idosas, promovendo a interação e a convivência prazerosas, como também proporcionando aos participantes vivências como indivíduos ativos no processo de aprendizagem e saúde, o que traz benefícios para seu bem-estar físico, mental e social<sup>(13)</sup>. Apesar dessas características gerais voltadas às pessoas idosas, a população idosa feminina é a que mais busca esse tipo de atividade, observando uma baixa presença de homens idosos nesses contextos.

Em relação à raça/cor, há destaque para a população idosa negra (pretos e pardos), com 59,6%, que pode ser explicada pela miscigenação da população brasileira e pelas mudanças culturais. Além disso, a maioria dos entrevistados reside na região administrativa de Ceilândia, que é considerada uma das regiões menos favorecidas economicamente do Distrito Federal. Em contrapartida, a maior parte da amostra possuía ou ensino fundamental, médio ou superior completos, com maior evidência para o grupo ensino médio completo e superior incompleto, com 32,6%. Foi analisado se a amostra possuía certo grau de hipossuficiência econômica, chegando-se ao resultado do predomínio da renda de 4 a 10 salários-mínimos. Nota-se, então, que a maior parte da população do estudo está em classes sociais mais favorecidas<sup>(14)</sup>.

Ao analisar o uso da internet para acesso às redes sociais, ficou evidente que uma elevada quantidade da amostra pesquisada, cerca de 86,5%, acessava a internet. Mesmo que 56,5% possuíssem dificuldades em acessar as redes, 69,1% as utilizavam frequentemente/sempre. A evolução das TDICs mudou as relações sociais, inclusive da população idosa. O envelhecimento carrega consigo diferentes diligências em relação à pessoa idosa, como as necessidades de manter o envelhecimento ativo, saudável, cidadão e sustentável, como proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

O desejo e a necessidade dos idosos de serem incluídos estão, cada vez mais, sendo difundidos na sociedade. Assim, torna-se essencial buscar alternativas inclusivas e mais acessíveis, que viabilizem a interação dos idosos também no campo virtual. A inserção dos idosos nesse espaço virtual faz com que sejam protagonistas de sua história, na medida em que os incentivam a buscar pela sua independência digital por meio das TDICs. Portanto, o contato dos idosos com a internet, smartphones e desktops pode contribuir não só para seu bem-estar psicológico, como também para a aproximação e a interação social entre eles e as demais pessoas, visto que podem usar as redes sociais para se aproximar de outras pessoas, como amigos e familiares<sup>(15)</sup>.

Jacob<sup>(9)</sup> mostra que os fatores que estão relacionados à exclusão ao meio digital pelos idosos são os diretamente ligados à idade, à baixa renda econômica, ao baixo nível de escolaridade e à região demográfica. Vale destacar que, neste estudo em questão, o número de idosos que não acessa a internet é de apenas 10,4%, e a maior parte da população possui renda de 4 a 10 ou mais de 10 salários-

mínimos, além de mais da metade da amostra possuir ou o ensino médio completo (32,6%) ou o ensino superior completo (24,3%), confrontando alguns dos fatores relacionados ao não uso da internet pelos idosos defendidos por este autor.

É relevante discutir que 56,5% das pessoas idosas da amostra possuem dificuldade em acessar a internet e que, quando elas possuem dificuldade para acessar, 62,2% recorrem à ajuda dos filhos. Pode ser que alguns idosos apresentem limitações funcionais, tenham alguma dificuldade de concentração ou memória ou tenham visão reduzida, o que dificulta o processo de aprendizagem e o manuseio dos dispositivos tecnológicos. Grande parte das pessoas idosas aprende a utilizar a internet por meio dos familiares, realidade prejudicada quando não se tem vínculos familiares ou sociais bem estabelecidos e presentes no dia a dia. Assim, essas dificuldades provocam barreiras para a utilização da internet para os idosos<sup>(1)</sup>.

A presente pesquisa evidencia que o meio mais utilizado para o acesso à internet são os smartphones, usados por 76,5% das pessoas idosas entrevistadas. Ainda que outras modalidades de TDICs também sejam utilizadas pela população idosa estudada, os smartphones as superam. Um estudo de Deodoro e colaboradores<sup>(16)</sup> apresenta que os smartphones no contexto da pandemia assumiram um importante papel no cotidiano dos idosos, ao mesmo tempo que serviram e servem como instrumento de oficinas de inclusão digital, como meio de intenção de comunicação e interação sociais, de manejo de finanças e de realização de compras, entre outras atividades. Alterado pelo isolamento social gerado pela COVID-19, o convívio social por meios virtuais manifestou-se por meio da necessidade de se conectar com familiares, amigos, atividades religiosas, de saúde e culturais, sendo o celular com acesso à internet a principal ferramenta para se conectar a esses meios<sup>(16)</sup>.

As redes sociais e comunitárias são essenciais para a promoção e a manutenção da saúde das pessoas, especialmente das idosas. O apoio social às pessoas idosas é um fator associado ao completo bem-estar. É um processo interativo através do qual a pessoa pode conseguir apoio emocional, psicológico, físico, instrumental, econômico e social. Geralmente, ele se centra na quantidade, na densidade e na intensidade de apoio no relacionamento com as pessoas. Ficou evidenciado que 88% das pessoas idosas deste estudo não se apresentavam socialmente isoladas através da Escala de Redes Sociais de Lubben, enquanto apenas 12% se apresentavam isoladas socialmente.

Quando as redes sociais e comunitárias se encontram empobrecidas, os idosos acabam por se imergir na solidão, no sedentarismo, na falta de lazer e de cuidado com a saúde. Assim, torna-se necessária a rede de apoio familiar e comunitária na promoção e no cuidado da saúde do idoso, principalmente no decorrer da pandemia de COVID-19, que contribuiu para o aumento da carga de

estresse emocional acarretada pela insegurança e pela incerteza naquele contexto de pandemia, que gerou ameaça aos vínculos, às interações familiares e sociais e à rede de apoio ao idoso<sup>(11,17)</sup>.

Ademais, analisando a estatística descritiva por subcomponente da escala de Lubben (LSNS-6) das pessoas idosas que frequentaram as atividades do Sesc-DF entre o período de 2021 a 2022, constatou-se que a média do subcomponente “Família” superou a do subcomponente “Amigos”, o que pode estar relacionado ao fato de a maior parte da população estudada, 70,9%, morar com alguém, seja parceiro íntimo (20,90%), filhos (19,10%), netos (3,00%), familiares (9,10%), ou parceiro íntimo e familiares (19,10%), o que proporciona um maior contato social nas moradias. Além disso, o elevado número de pessoas idosas que utilizam a internet para acessar alguma rede social (86,5%) pode ter contribuído para esse resultado.

Kusumota e colaboradores<sup>(18)</sup> afirmam que o uso das redes sociais pode interferir na vida dos idosos, reduzindo sua percepção de isolamento social, já que pode favorecer um maior contato deles com suas famílias, servindo também como fonte de apoio e companhia, resultado este corroborado também através do teste t realizado neste presente estudo, por meio do qual se correlacionou as pessoas idosas que não utilizam a internet para acessar as redes sociais (13,5%) com a frequência de isolamento social, medido por meio da Escala de Redes Sociais de Lubben, de pessoas idosas que se apresentavam socialmente isoladas (12%).

Durante a pandemia de COVID-19, observou-se um fenômeno intrigante em relação ao uso da internet por pessoas idosas, como evidenciado nos resultados deste trabalho. Embora uma parcela significativa dessa população tenha acesso à internet, muitos não possuem pleno domínio das ferramentas e plataformas online, o que limita sua capacidade de interação e comunicação no ambiente digital. Esse cenário evidenciou a existência de uma lacuna digital entre ter acesso e saber usar a tecnologia. Por isso, torna-se imperativo considerar políticas públicas voltadas para o letramento digital de pessoas idosas. Iniciativas desse tipo não apenas capacitariam esse grupo a utilizar a internet de maneira mais autônoma e segura, mas também ampliariam suas oportunidades de conexão e engajamento em uma era cada vez mais digitalizada.

## 6. Conclusão

Durante o período de pandemia da COVID-19, as dificuldades e os entraves enfrentados pelos idosos em relação a saúde mental e interação social foram inúmeros. O uso de tecnologias digitais por parte das pessoas idosas apresentou papel positivo na superação de sentimentos negativos como o de isolamento e de solidão. Sentimentos de autonomia, prazer, independência e lazer têm potencial de aumentar o bem-estar tanto psicológico quanto físico e facilitar a vida e o contato social. Nessa

perspectiva, as tecnologias podem trazer às pessoas idosas contribuições no âmbito do trabalho, da comunicação e da interação social, da informação e do entretenimento, quando usadas de maneira positiva.

Apesar disso, é necessária a adoção de novas medidas que incluam mais esse grupo no meio digital, como também na sanção das dificuldades de funcionamento técnico ou instrumental e de confiabilidade. Quanto às TDICs, os smartphones prevalecem como a ferramenta mais utilizada pelas pessoas idosas, mesmo com as dificuldades enfrentadas por elas durante a utilização. Ainda assim, tecnologias digitais como estas promoveram e promovem a redução das percepções de isolamento social, quantificados neste estudo por meio da Escala de Redes Sociais de Lubben.

## 7. Referências

1. Costa DES, Rodrigues SA, Alves R CL, Silva MRF, Bezerra ADC, Santos DC, et al. A influência das tecnologias na saúde mental do idoso em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development* [Internet]. 2021 [citado em 2023 set. 7];10(2):e8210212198. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12198>
2. Frias SR, Carvalho ADS. Análise sobre os direitos da pessoa idosa no Brasil: história, debates e desafios da conjuntura atual. *Em Pauta* [Internet]. 2021 [citado em 2023 set. 7];19(48):139-152. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaempauta/article/view/60301>
3. Moura LBA, Cruz RCS, Bezerra PA, Borges GV, Vasconcelos AMN. A pessoa idosa na área metropolitana de Brasília: oportunidades e desafios. In: Vasconcelos AMN, Moura LBA, Jatobá SUS, Cruz RCS, Mathieu MRA, Paviani A, organizadores. *Território e sociedade: as múltiplas faces da Brasília metropolitana* [Internet]. Brasília: Editora UnB; 2019 [citado em 2023 set. 7]. p. 303-317. Disponível em: <http://books.openedition.org/irdeditions/35984>
4. Sampaio MAP, Osório NB. Maturidade digital: um estudo sobre o perfil dos velhos da Universidade da Maturidade da UFT – Campus Araguaína. *Concilium* [Internet]. 2022 [citado em 2023 set. 7];22(6):132-145. Disponível em: <https://clium.org/index.php/edicoes/article/download/530/405/1820https://clium.org/index.php/edicoes/article/view/530>
5. Freitas LF. O uso de tecnologia de informação e comunicação por professores do ensino médio [Trabalho de conclusão de curso; Internet]. Goiás: Instituto Federal Goiano; 2021 [citado em 2023 set. 7]. Disponível em: <https://repositorio.ifgoiano.edu.br/handle/prefix/2048?mode=full>

6. Bezerra PA, Nunes JW, Moura LBA. Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. *Acta Paul Enferm* [Internet]. 2021 [citado em 2023 set. 7];34:eAPE02661. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/yWmVrhzcDq8mfZCvLFfj8yq/?format=pdf&lang=pt>
7. Severo MB, Lopes LGO, Frichembruder K, Santos CM, Bulgarelli AF. Acesso à informação, saúde mental de idosos e pandemia de Covid-19: pesquisando no estado do Rio Grande do Sul. In: Cavalcante RB, Castro, EAB, organizadores. *Infodemia: gênese, contextualizações e interfaces com a pandemia de covid-19* [Internet]. Brasília: Editora ABen; 2022 [citado em 2023 set. 7]. p. 124-131. Disponível em: <https://doi.org/10.51234/aben.22.e10.c14>
8. Castro CSS, Castro JM, Coelho V, Doll J. Distanciamento social durante a pandemia da COVID-19, uso de tecnologias e seus impactos para os idosos no Brasil. *Population Horizons, LARNA Special Issue* [Internet]. São Paulo: The Oxford Institute of Population Ageing; 2020 [citado em 2023 set. 7]. Disponível em: <https://www.ageing.ox.ac.uk/download/269>
9. Jacob L. Tecnologia, idosos e covid. In: Osório NB, Silva Neto LS, Nunes Filho FA, organizadores. *GeronTOcantins: estudos sobre a educação ao longo da vida na Amazônia legal* [Internet]. Ponta Grossa: Editora Atenas; 2022 [citado em 2023 set. 7]. p. 71-80. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/catalogo/download-file/5162>
10. Miranda LM, Farias SF. As contribuições da internet para o idoso: uma revisão de literatura. *Interface* [Internet]. 2009 [citado em 2023 set. 7];13(29):383-394. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/gk6cQKbbGkhDkH5JsnnSLTH/abstract/?lang=pt#>
11. Ribeiro O, Teixeira L, Duarte N, Azevedo MJ, Araújo L, Barbosa S, et al. Versão portuguesa da Escala Breve de Redes Sociais de Lubben (LSNS-6). *Rev Kairós Gerontologia* [Internet]. 2012 [citado em 2023 set. 7];15(1):217-234. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/12787>
12. Companhia de Planejamento do Distrito Federal. *Retratos sociais DF 2018: a população idosa no Distrito Federal* [Internet]. Brasília: Codeplan; 2020 [citado em 2023 set. 7]. Disponível em: <https://www.ipe.df.gov.br/wp-content/uploads/2018/02/Estudo-Retratos-Sociais-DF-2018-A-popula%C3%A7%C3%A3o-idosa-no-Distrito-Federal.pdf>
13. Serbim AK, Gerlack LF, Motta DSM, Gaviolli C, Ceconello M, Moreira LB, et al. Oficinas multiprofissionais: educação em saúde para idosos de uma comunidade. *Rev Gest Saúde* [Internet]. 2017 [citado em 2023 set. 7];4(1):1500-1510. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/198>

14. Companhia de Planejamento do Distrito Federal. Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios (PDAD) 2018 [Internet]. Brasília: Codeplan; 2020 [citado em 2023 set. 7]. Disponível em: <https://www.codeplan.df.gov.br/pdad-2018/>
15. Sales MB, Souza JJ, Sales AB. Idosos, aplicativos e smartphones: uma revisão integrativa. Rev Kairós Gerontologia [Internet]. 2019 [citado em 2023 set. 7];22(3):131-151. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/47150>
16. Deodoro TMS, Bernardo LD, Silva AKC, Raymundo TM, Scheidt IV. A inclusão digital de pessoas idosas em momento de pandemia: relato de experiência de um projeto de extensão. Extensão em Foco [Internet]. 2021 [citado em 2023 set. 7];(23):272-286. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/extensao/article/view/80577/pdf>
17. Petermann XB, Miolo SB, Kocourek S. Pandemia de covid-19, saúde do idoso e rede de apoio familiar: uma interface necessária. Rev Kairós Gerontologia [Internet]. 2020 [citado em 2023 set. 7];23:449-460. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/51547>
18. Kusumota L, Diniz MAA, Ribeiro RM, Silva ILC, Figueira ALG, Rodrigues FR, et al. Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. Rev Lat-am Enferm [Internet]. 2022 [citado em 2023 set. 7];30:e3573. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rlae/article/view/199341>

**Participação dos autores na elaboração do artigo**

**Autor 1:** Trabalhou na concepção teórica, coleta de dados, análise de dados, elaboração e redação final do texto.

**Autor 2:** Trabalhou na concepção teórica, elaboração do modelo de pesquisa e revisão final do texto.

**Autor 3:** Trabalhou na concepção teórica, análise de dados e revisão final do texto.

**Autor 4:** Trabalhou na coleta e análise de dados, revisão final do texto.