

OS BENEFÍCIOS DA INTERNET NA VIDA DOS IDOSOS DO MUNICÍPIO DE LUZIÂNIA-GOIÁS

THE BENEFITS OF THE INTERNET IN THE LIVES OF ELDERLY IN LUZIÂNIA, GOIÁS

Silmara Lúcia Meireles¹, Renata Costa Fortes²

Como citar:

Meireles SL, Fortes RC. Os benefícios da internet na vida dos idosos do município de Luziânia-Goiás. Rev. Cient. Sena Aires. 2016; 5(2): 117-23.

RESUMO

Analisou-se os benefícios da internet na vida dos idosos pertencentes ao Projeto "Conviver" no município de Luziânia-Goiás, onde foi realizada uma pesquisa de campo com amostra de 37 idosos de ambos os sexos através de um questionário contendo as variáveis: estado civil, renda, escolaridade, doenças, prática de atividade física, etilismo e tabagismo. Aplicou-se um questionário para avaliar o acesso à internet, a realização de cursos de informática, a finalidade do uso da internet e os benefícios. Observou-se que 78% dos idosos eram mulheres, 35% casados, 13% recebiam menos de um salário mínimo por mês e 5% analfabetos. Constatou-se que 56% eram hipertensos, 24% dislipidêmicos, 13% diabéticos, 3% etilistas, 5% tabagistas e 5% sedentários. Ao analisar o uso da internet, 57% referiram utilizar esse meio de comunicação. Destes, 43% eram capacitados e os acessos mais prevalentes foram: redes sociais (37%), sites de pesquisa (31%), de notícias e esportes (12%), de jogos (6%), de entretenimento (6%) e serviços bancários, trabalho, entre outros (6%). Quanto aos benefícios da internet, 95% disseram que a internet foi capaz de proporcioná-los, destacando-se mais informações e conhecimento (41%), maior comunicação com familiares e amigos (31%), exercício da memória e aumento da autoestima (10%), diversão e entretenimento (6%), amigos (6%) e facilidade cotidiana (6%). O uso da internet foi capaz de proporcionar benefícios aos idosos, com consequente aumento da autoestima e das possibilidades de conhecimento, comunicação e lazer.

Descritores: Idosos; Internet; Redes sociais.

ABSTRACT

We examined the benefits of the Internet in the lives of elderly people belonging to the project "Living" in the municipality of Luziânia, Goiás, where a field survey with a sample of 37 elderly men and women through a questionnaire was made containing the variables: state civil, income, education, disease, physical activity, alcohol consumption and smoking. Applied a questionnaire to evaluate access to the Internet, conducting computer courses, the purpose of using the internet and benefits. It was observed that 78% of the elderly were women, 35% married, 13% received less than one minimum wage per month and 5% illiterate. It was found that 56% were hypertensive, 24% had dyslipidemia, 13% diabetics, alcoholics 3%, 5% and 5% smokers sedentary. By analyzing the use of the internet, 57% reported using this medium. Of these, 43% were qualified and the most prevalent access were: social networks (37%), research sites (31%), news and sports (12%), games (6%), entertainment (6%) and banking, labor, among others (6%). The benefits of the Internet, 95% said the internet was able to provide them, especially more information and knowledge (41%), increased communication with friends and family (31%), the exercise of memory and increased self-esteem (10%), fun and entertainment (6%), friends (6%) and everyday ease (6%). The use of the Internet was able to provide benefits to the elderly, leading to increased self-esteem and the possibilities of knowledge, communication and leisure.

Descriptors: Elderly; Internet; Social networks.

REVISA

¹ Acadêmica de Enfermagem,
Faculdade de Educação e
Ciências Sena Aires.

² Nutricionista, Doutora em
Nutrição Humana, Universidade
Paulista.
renata@senaaires.com.br

Recebido em: 28/04/2016
Aceito em: 17/06/2016

ORIGINAL

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial de Saúde – OMS¹ define-se população idosa, nos países em desenvolvimento, como aquela com idade igual ou superior a 60 anos, ao passo que nos países desenvolvidos considera-se idosa a população a partir dos 65 anos de idade.

O perfil dos idosos vem se modificando nos últimos anos, visto que enfrentam desafios que variam em dimensões e dificuldades, mas é fundamental que sejam inseridos na sociedade pelas suas experiências e pelo que têm a oferecer e a contribuir.²

No Brasil, a população que mais cresce é a dos idosos, este fenômeno é mundial, tornando a capacidade funcional a mais operacional da saúde do idoso³, visto que está associada com a saúde física, saúde mental, independência, interação social, suporte familiar e econômico. Sendo assim, a capacidade funcional tem relação com a independência e autonomia para uma vida saudável e não apenas como ausência de doenças.³

O uso de ferramentas digitais, tais como, computadores, telefones celulares, caixas eletrônicos, e a internet também é um fenômeno em crescimento, e é um meio de interação social. Estas ferramentas aumentam o poder de comunicação, acesso às informações e diversos serviços.³

Os idosos estão utilizando cada vez mais essas ferramentas para se comunicar, ter acesso aos mais diversos tipos de informações, o que contribui para uma melhor capacidade funcional e qualidade de vida.³

Talvez, por isso, o Estatuto do Idoso no artigo 21, § 21 diz que “os cursos especiais para idosos incluirão conteúdo relativo às técnicas de comunicação, computação e demais avanços tecnológicos, para sua integração à vida moderna”.⁴

Os idosos devem usufruir dos meios tecnológicos transformando, assim, a imagem da velhice, deixando de ser um expectador passivo e passando a ser mais atuante na sociedade, isto em virtude dos programas direcionados à melhoria da qualidade de vida – QV.²

Evidências científicas têm demonstrado que a informática é capaz de beneficiar os idosos na melhoria da cognição, autonomia, comunicação, relação com os familiares e amigos, conhecimento sobre assuntos relacionados à saúde, dentre outros, com consequente aumento da autoestima, independência e melhoria da qualidade de vida.⁵⁻⁶

Logo, torna-se imprescindível favorecer uma boa QV na senescência, utilizando-se como instrumento a informática. Neste contexto, o objetivo do presente estudo foi avaliar os efeitos do uso da informática no cotidiano de idosos.

MÉTODO

Trata-se de um estudo transversal descritivo que foi realizado no Centro de Convivência do Idoso, no município de Luziânia-GO, no período de fevereiro a abril de 2016. Foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos da Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires em 23 de novembro de 2015 e encontra-se sob apreciação ética.

A amostra foi constituída de idosos, de ambos os sexos, que participam do Projeto “Conviver” do Centro de Convivência do Idoso. Este projeto foi implantado no município de Luziânia em outubro de 1999 para atender a pessoa idosa e conta atualmente com aproximadamente 800 participantes com idade a partir de 50 anos tendo como objetivo:

- Contribuir para o envelhecimento ativo, saudável e autônomo;

- Assegurar um espaço para o encontro dos idosos promovendo atividades específicas que levem em conta suas limitações físicas, mentais e emocionais;
- Detectar interesses e motivações dos idosos;
- Desenvolver potencialidades e capacidades para novos projetos;
- Estimular a convivência e fortalecimento de vínculos sociais e familiares;
- Promover desenvolvimento da autoestima;
- Preparar o cidadão para um envelhecimento saudável e produtivo;
- Viabilizar a participação ativa dos idosos na sociedade;
- Trabalhar relacionamento humano e competição saudável;
- Prevenir a institucionalização assegurando a convivência familiar.

Os critérios de inclusão utilizados na pesquisa foram indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, integrantes do Projeto Conviver a, no mínimo, seis meses. Foram excluídos os idosos considerados sem discernimento, incapazes de responder à entrevista, deficientes visuais e auditivos.

Como instrumentos de coleta de dados foram utilizados um questionário semiestruturado com 07 (sete) perguntas fechadas, contendo as seguintes variáveis socioeconômicas e clínicas: estado civil, renda familiar, escolaridade, doenças, prática de atividade física, ingestão de bebidas alcoólicas e tabagismo.

Para avaliar os efeitos do uso da informática no cotidiano dos idosos, realizou-se uma entrevista contendo 07 (sete) perguntas relacionadas ao tema, tais como: presença de computador no domicílio, utilização do computador em qualquer âmbito, acesso à internet, realização de algum curso de informática, finalidade do uso da internet e benefícios proporcionados pela mesma.

Todos os idosos que atenderam aos critérios de inclusão e que aceitaram participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Anexo B) após informações detalhadas sobre os objetivos e procedimentos de estudo. Foi garantido aos sujeitos da pesquisa o sigilo e o anonimato de suas informações, assegurando a confiabilidade e a privacidade, conforme a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde (CNS/MS).

A análise de dados foi realizada de forma descritiva com cálculo de média e desvio padrão para as variáveis quantitativas e porcentagens para as variáveis qualitativas, utilizando-se o software Microsoft Excel 2010.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo, 37 idosos integrantes do Projeto Conviver do Centro de Convivência do Idoso, em Luziânia - Goiás. Destes, 78% (n = 29) eram do sexo feminino, 35% (n = 13) eram casados e 30% (n = 5) recebiam menos de um salário mínimo por mês (Tabela 1).

A literatura mostra que o número de mulheres é predominante nos grupos de convivência e a sua maior expectativa de vida, confirmando a menor participação masculina nos estudos entre os idosos, ocorre devido à diferença de mortalidade de gênero.⁷

O estado civil dos idosos estudados não concorda com os achados demográficos do Brasil e das Américas onde é diretamente proporcional à idade, ou seja, a viuvez predomina.⁷ Entretanto, o fato dos idosos casados predominarem na pesquisa pode ser justificado pela média de idade ser de idosos jovens.

Um estudo realizado em sete cidades brasileiras aponta que a média salarial dos idosos é de 3,9 salários mínimos, o que diverge da presente pesquisa, onde 13% (n = 5) recebiam menos de 1 salário mínimo e a maioria

(60%) recebiam de 1 a 3 salários mínimos.⁸

Quanto à escolaridade, constatou-se que 35% (n = 13) dos idosos não concluíram o ensino fundamental, 5% (n = 2) não terminaram o ensino médio e 5% (n = 2) eram analfabetos (Tabela 1). O fato de a maioria dos idosos não concluírem o ensino fundamental pode ser justificado porque antigamente não existia a possibilidade de trabalhar e estudar, assim, muitas pessoas deixavam o estudo pela necessidade de auto sustento e familiar.⁷

Segundo Gracia e Herrero *apud* Arakawa⁹, dois dos principais fatores que dificultam o uso da internet são a idade e a escolaridade, afirmam, ainda, a necessidade da inclusão digital para o público idoso para a melhoria do bem-estar e qualidade de vida desta população.

Em relação à condição clínica, observou-se que 56% (n = 21) dos idosos possuíam hipertensão arterial sistêmica, seguidos de 24% (n = 9) com hiperlipidemia e 13% (n = 5) diabetes *mellitus* (Tabela 1).

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) *apud* Orlandi e Pedro¹⁰ apontam um maior índice de doenças crônicas não transmissíveis, necessitando ações socioeducativas de promoção e prevenção de saúde. A senescência traz consigo, entre outras alterações, a incidência e também a prevalência de doenças crônicas, um problema que também afetou os participantes do presente estudo.¹¹

Na análise do estilo de vida, averiguou-se que 3% (n = 1) dos idosos faziam ingestão de bebidas alcoólicas, 5% (n = 2) referiram o hábito de fumar cigarros, charutos ou similares e 95% (n = 35) praticavam algum tipo de atividade física pelo menos, 3 vezes por semana (Tabela 1).

A prática de atividade física reduz a pressão arterial e os níveis glicêmicos, sendo recomendada para todos os hipertensos e diabéticos, também auxilia no bem-estar e no humor. ¹²

Tabela 1- Características sociodemográficas e clínicas dos idosos integrantes do Projeto Conviver do Centro de Convivência do Idoso, Luziânia - Goiás. Fevereiro/Abril 2016 (n = 37).

Variáveis	n	Fp (%)
Sexo		
Masculino	08	22%
Feminino	29	78%
Estado Civil		
Solteiro	05	13%
Casado	13	35%
Divorciado	08	22%
Viúvo	11	30%
Renda familiar		
Menos de 1 salário mínimo	05	13%
1-3 salários mínimos	22	60%
4-6 salários mínimos	07	19%
Mais de 6 salários mínimos	03	8%
Escolaridade		
Analfabeto	02	5%
Ensino fundamental incompleto	13	35%
Ensino fundamental completo	06	16%
Ensino médio incompleto	02	5%
Ensino médio completo	10	27%
Superior incompleto	01	2%
Superior completo	04	10%

Doenças		
Hipertensão arterial	21	56%
Diabetes <i>mellitus</i>	05	13%
Hiperlipidemia	09	24%
Ausente	13	35%
Prática de atividade física		
Sim	35	95%
Não	02	5%
Etilismo		
Sim	01	3%
Não	36	97%
Tabagismo		
Sim	02	5%
Não	35	95%

Legenda: n = número de idosos. Fp (%) = frequência percentual.

Nota: Salário mínimo: equivalente a 880 reais.

Dos idosos entrevistados, 57% (n = 37) referiram fazer o uso da internet (Figura 1), sendo 76% (n = 16) pertencentes ao sexo feminino e 24% (n = 5) ao sexo masculino.

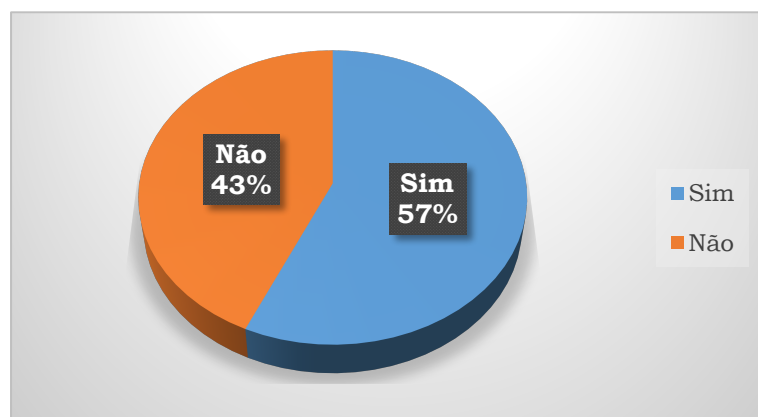


Figura 1- Prevalência de idosos integrantes do Projeto Conviver que utilizam a Internet. Centro de Convivência do Idoso. Luziânia - Goiás. Fevereiro/Abril 2016 (n = 37). Goiás, 2016.

Ao investigar se os idosos foram capacitados para navegar na internet, 43% (n = 9) referiram que sim e 57% (n = 12) disseram que não tiveram capacitação. Os resultados de uma pesquisa demonstraram que a maioria dos idosos (47%) que utiliza computadores, aprendeu a utilizá-lo com os membros da própria família, 16% aprendeu com amigos, 10% sozinho, 11% no trabalho e 16% em cursos profissionalizantes. ¹³

Dos idosos que utilizavam a internet, 37% (n = 13) acessavam as redes sociais, 31% (n = 11) os sites de pesquisas, 12% (n = 4) sites de notícias e esportes, 6% (n = 2) sites de jogos, 6% (n = 3) sites de entretenimento como vídeos e filmes e 6% (n = 2) outras finalidades, como serviços bancários e trabalho.

Um estudo mostrou que, dos idosos que utilizavam a internet, 29% acessavam as redes sociais, enquanto, na presente pesquisa, 37% dos idosos que utilizavam a internet acessavam as redes sociais principalmente para se comunicar com amigos e familiares. ¹⁴

Ao serem questionados se a internet trouxe benefícios, 95% (n = 20) dos idosos responderam positivamente, ao passo que 5% (n = 1) informaram ausência de benefícios, concordando com um estudo em que por unanimidade,

os idosos responderam que a internet trouxe muitas melhorias e que é essencial para suas vidas.¹⁰

Quanto aos benefícios proporcionados pela internet, 41% (n = 14) dos idosos referiram à obtenção de mais informações e conhecimento, 31% (n = 10) maior comunicação com os familiares e amigos, 10% (n = 3) exercício da memória e aumento da autoestima, 6% (n = 2) diversão e entretenimento, 6% (n = 2) novas amizades e 6% (n = 2) disseram que a internet facilita o dia a dia (Figura 2).

A internet amplia todas as dimensões da vida do idoso, com possibilidades de comunicação, conhecimento e lazer. Além disso, ela pode aumentar o círculo social do idoso, favorecer a inclusão social, proporcionar um estímulo mental, melhorar o bem-estar e os aspectos como depressão, solidão e autocontrole.¹⁵

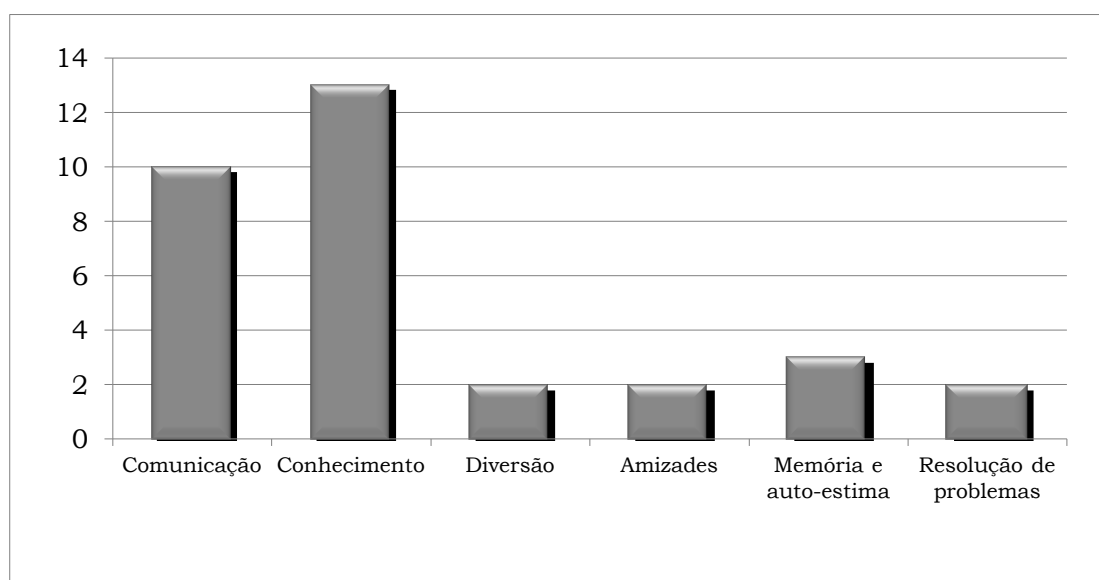


Figura 2- Principais benefícios relatados pelos idosos integrantes do Projeto Conviver sobre o uso da Internet. Centro de Convivência do Idoso. Luziânia - Goiás. Fevereiro/Abril 2016 (n = 37). Goiás, 2016.

CONCLUSÃO

Os resultados apontam que a internet traz vários benefícios aos idosos, nas dimensões físicas, sociais e psicológicas, aumentando as possibilidades de conhecimento, comunicação, lazer, entre outras.

Essa população, em franca expansão, tem a necessidade de um maior cuidado e atenção por parte dos profissionais de saúde. Nesse sentido, são importantes políticas públicas que propõem a inclusão digital dos idosos visando promoção de saúde e a melhoria da qualidade de vida destas pessoas.

REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial de Saúde (OMS). Disponível em: <https://gerontounivali.wordpress.com/conceito-de-idoso/> Acesso em: 20 de novembro de 2015.
2. Bizelli MHSS, Barrozo S, Tanaka JS, Sandron DC. Informática para a terceira idade- características de um curso bem sucedido. Rev. Cien. Ext. 2009;5(2):4-14.

3. Medeiros FL, Xavier AJ, Schneider IJC, Ramos RL, Sigulem D, d'Orsi E. Inclusão digital e capacidade funcional de idosos residentes em Florianópolis, Santa Catarina, Brasil (EpiFloripa 2009- 2010). *Rev. Brasileira de Epidemiologia*. 2012;15(1):106-22.
4. Skura I, Velho APM, Francisco CCB, Faria TG, Macuch R. Mídias sociais digitais e a terceira idade: em busca de uma ferramenta para a promoção de saúde. *Rev. Kairós Gerontologia*. 2013;16(4):237-49.
5. Perfeito CDF, Souza COV, Silva FOB, César IM, Duque LN, Monteiro M. Percepções dos longevos a cerca da educação ao longo da vida: um estudo sobre a aprendizagem da informática. *Revista Querubim*. 2012;2(16): 17-29.
6. Pereira C, Neves R. Os idosos e as TIC- Competências de comunicação e qualidade de vida. *Rev. Kairós Gerontologia*. 2011; 14(1):05-26.
7. Sobreira FM, Sarmiento WE, Oliverira AMB. Perfil epidemiológico sociodemográfico de idosos freqüentadores de grupo de convivência e satisfação quanto à participação do mesmo. *Rev. Brasileira de Ciências da Saúde*. 2011;15(4): 429-38.
8. Tambara DR et al. Perfil multidimensional dos idosos participantes da campanha de vacinação contra influenza. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol*. 2015; 18(4):845-54.
9. Arakawa AM. Portal dos idosos: desenvolvimento e avaliação de um web site com informações sobre a doença de Alzheimer e suas conseqüências para a comunicação. 2015. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/25/25144/tde-03062015-104527/pt-br.php> Acesso em: 19 de junho de 2016.
10. Orlandi BDM, Pedro WJA. Pessoas idosas e a busca por informações em saúde por meio da internet. *Rev. Kairós Gerontologia*. 2014;17(2):279-93.
11. Bastos CC, Lemos ND, Mello NA. Perfil clínico-demográfico dos pacientes inseridos em um programa de assistência domiciliária de um município de São Paulo. *Rev. Kairós Gerontologia*. 2007;10(2):205-24.
12. Alves SM, Araújo MCF, Nascimento MP, Ribeiro FC, Rebouças PT, Santos TA, et al. Grupo Terapêutico com Idosos Sobre o Autocuidado nas Doenças Crônicas. *Journal Health Sciences* 2016;18(1):48-51.
13. Pires LLA. Envelhecimento, tecnologias e juventude: caminhos percorridos por alunos de cursos de informática e seus avós. *Núcleo de Est. Interdiscipl. Envelhec*. 2013; 8(2): 293-309.
14. Sales MB, Amaral RA, Junior IGS, Sales AB. Tecnologias de Informação e Comunicação via Web: Preferências de uso de um grupo de usuários idosos. *Revista Kairós Gerontologia*. 2014;17(3):59-77.
15. Verona SM, Cunha C, Pimenta GC, Buriti MA. A percepção do idoso em relação à internet. *Temas em Psicologia*. 2006; 12(2):189-97.