

ARTIGO ORIGINAL

IDOSO CONECTADO: INCLUSÃO DIGITAL E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA PARA AUTONOMIA NA TERCEIRA IDADE

CONNECTED ELDERLY: DIGITAL INCLUSION AND UNIVERSITY EXTENSION FOR AUTONOMY IN OLD AGE

Carlos Vinícius Rasch Alves¹

Raissa Ferreira Miranda²

¹Graduado em Análise de Sistemas pela Universidade Católica de Pelotas (UCPel). Doutorando em Computação pela Universidade Federal de Pelotas (UFPel). CEO da empresa Brainny Smart Solutions e professor dos cursos de Tecnologia, Gestão e Medicina, tutor em cursos de graduação de Tecnologia da Informação na modalidade EaD, coordenador do curso de Ciência de Dados e Inteligência Artificial e coordenador das pós-graduações em Tecnologia da Universidade Católica de Pelotas (UCPel).

²Graduada em Direito pela Universidade Católica de Pelotas (UCPel). Doutoranda em Política Social e Direitos Humanos pela Universidade Católica de Pelotas (UCPel). Advogada, pesquisadora do Laboratório Social de Administração da Justiça, Conflitos e Tecnologias (LSd) da Universidade Católica de Pelotas (UCPel).

Resumo

O envelhecimento populacional, aliado à crescente digitalização da sociedade, impõe desafios relacionados à inclusão digital das pessoas idosas, frequentemente excluídas do acesso e uso qualificado das tecnologias. Este trabalho apresenta o projeto de extensão “Idoso Conectado”, desenvolvido pela Universidade Católica de Pelotas, em parceria com instituições nacionais, com o objetivo de promover a autonomia digital, o envelhecimento ativo e a participação social por meio da educação tecnológica. Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa, baseado em práticas extensionistas intergeracionais envolvendo estudantes e professores das áreas de tecnologia e saúde juntamente com pessoas idosas da comunidade. As atividades incluíram oficinas práticas sobre uso de smartphones, aplicativos, redes sociais, segurança digital e acesso a serviços online, além da utilização de um aplicativo desenvolvido especificamente para apoiar o processo de inclusão digital. Os resultados demonstram avanços significativos na autonomia digital, maior frequência de uso de dispositivos tecnológicos e fortalecimento da confiança no ambiente digital. Observou-se também redução de sentimentos de isolamento social, ampliação da participação cidadã e fortalecimento das relações intergeracionais. Conclui-se que iniciativas extensionistas voltadas à inclusão digital da população idosa constituem estratégias relevantes para promoção do envelhecimento ativo, cidadania digital e redução de desigualdades sociais e tecnológicas.

PALAVRAS-CHAVE

envelhecimento ativo. inclusão digital. extensão universitária. tecnologia e envelhecimento. aprendizagem ao longo da vida.

Abstract

Population aging combined with the increasing digitalization of society creates challenges related to the digital inclusion of older adults, who are often excluded from accessing and effectively using technology. This paper presents the extension project “Idoso Conectado”, developed by the Catholic University of Pelotas in partnership with national institutions, aiming to promote digital autonomy, active aging, and social participation through technological education. This is an experience report with a qualitative approach based on intergenerational extension practices involving students and professors from technology and health fields along with older adults from the community. Activities included practical workshops on

smartphone use, applications, social media, digital security, and access to online services, in addition to the use of an application specifically developed to support the digital inclusion process. Results indicate significant advances in digital autonomy, greater use of technological devices, and increased confidence in digital environments. A reduction in social isolation, broader civic participation, and strengthened intergenerational relationships were also observed. It is concluded that university extension initiatives focused on digital inclusion of older adults are relevant strategies for promoting active aging, digital citizenship, and reducing social and technological inequalities.

KEYWORDS

active aging. digital inclusion. university extension. technology and aging. lifelong learning.

1 Introdução

O envelhecimento populacional configura-se como um dos principais fenômenos demográficos contemporâneos, impactando diretamente as estruturas sociais, econômicas e institucionais. O aumento da expectativa de vida, aliado à redução das taxas de natalidade, amplia significativamente a proporção de pessoas idosas na população, exigindo estratégias voltadas à promoção da autonomia, qualidade de vida e participação social (Kalache; Kickbusch, 1997).

Paralelamente, a sociedade contemporânea é marcada por intensos processos de digitalização, nos quais o acesso à informação, aos serviços públicos e às interações sociais ocorre predominantemente por meio de tecnologias digitais. Nesse cenário, a exclusão digital emerge como um importante fator de vulnerabilidade social, especialmente entre a população idosa, que frequentemente enfrenta barreiras relacionadas à alfabetização digital, acesso a dispositivos tecnológicos e confiança no uso dessas ferramentas (Almeida; Berlezi, 2019).

Segundo Kenski (2012), as tecnologias digitais modificam profundamente as formas de comunicação, aprendizagem e participação social, exigindo que diferentes grupos sociais desenvolvam competências para atuação em ambientes digitais. Dessa forma, a exclusão digital ultrapassa limitações técnicas, tornando-se também um obstáculo ao exercício pleno da cidadania contemporânea.

No Brasil, embora haja crescimento no acesso à internet, persistem desigualdades significativas no uso das tecnologias entre diferentes faixas etárias, evidenciando a necessidade de políticas públicas e ações educativas voltadas à inclusão digital das pessoas idosas (Cetic.br, 2024). A Organização Mundial da Saúde (2021) destaca ainda que o envelhecimento saudável está diretamente relacionado à manutenção da autonomia e da participação ativa dos idosos na sociedade, incluindo o acesso às tecnologias digitais.

Lévy (1999) argumenta que a cibercultura amplia as possibilidades de interação social e compartilhamento de conhecimentos, tornando fundamental a inclusão de grupos historicamente afastados desses ambientes digitais. Nesse contexto, a apropriação das tecnologias pelas pessoas idosas pode contribuir significativamente para autonomia, fortalecimento dos vínculos sociais e acesso à informação.

Além disso, a extensão universitária possui papel estratégico na aproximação entre universidade e comunidade. Conforme o Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras (Forproex, 2012), a extensão deve promover uma relação transformadora entre conhecimento acadêmico e demandas sociais, favorecendo ações interdisciplinares e socialmente comprometidas.

Nesse contexto, o projeto de extensão “Idoso Conectado” surge como uma iniciativa voltada à promoção da inclusão digital e do envelhecimento ativo por meio de práticas educativas intergeracionais e

interdisciplinares. O projeto envolve estudantes e professores das áreas de tecnologia e saúde, especialmente da medicina, integrando ações de educação tecnológica com orientações relacionadas ao cuidado em saúde e ao uso de serviços digitais.

O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência desenvolvida pelo projeto “Idoso Conectado”, analisando suas contribuições para a autonomia digital, participação social e fortalecimento do envelhecimento ativo entre pessoas idosas da comunidade.

2 Método

O projeto “Idoso Conectado” foi desenvolvido no âmbito da Universidade Católica de Pelotas, envolvendo ações extensionistas voltadas à inclusão digital da população idosa. As atividades foram organizadas de forma participativa e interdisciplinar, reunindo estudantes e docentes das áreas de tecnologia e saúde em práticas educativas voltadas ao uso das tecnologias digitais.

As oficinas ocorreram em ambientes institucionais da universidade e em espaços comunitários, buscando ampliar a acessibilidade e participação dos idosos. Durante os encontros foram abordados conteúdos relacionados ao uso de smartphones, aplicativos de mensagens instantâneas, redes sociais, segurança digital, acesso a serviços públicos online e utilização de plataformas digitais voltadas à saúde.

As atividades priorizaram metodologias práticas e dialogadas, com demonstrações em tempo real, exercícios guiados e acompanhamento individualizado. A interação intergeracional constituiu elemento central da proposta, permitindo troca de conhecimentos entre estudantes e pessoas idosas, valorizando experiências e promovendo aprendizagem colaborativa.

Como suporte às atividades presenciais, o projeto também desenvolveu um aplicativo voltado especificamente ao público idoso, concebido com foco em usabilidade e acessibilidade. A ferramenta reúne orientações práticas, conteúdos educativos e acesso simplificado a serviços digitais, permitindo que os participantes continuassem exercitando as habilidades desenvolvidas durante as oficinas.

Atualmente, o projeto encontra-se em fase piloto com um grupo de 10 pessoas idosas, possibilitando acompanhamento mais próximo das trajetórias de aprendizagem, identificação das principais dificuldades e adequação contínua das estratégias pedagógicas utilizadas.

3 Resultados e Discussão

Os resultados observados ao longo das atividades evidenciam avanços significativos na autonomia digital dos participantes, especialmente no uso de smartphones para comunicação, acesso à informação e utilização de serviços online. Observou-se aumento da confiança no uso de aplicativos e redução da resistência inicial às tecnologias digitais.

Os relatos dos participantes demonstraram que o aprendizado tecnológico contribuiu para diminuição do isolamento social, fortalecimento dos vínculos familiares e ampliação da participação social. Esses resultados corroboram estudos de Debert (2012), que apontam a inclusão digital como elemento importante para fortalecimento da autonomia e participação cidadã das pessoas idosas.

Da mesma forma, Kenski (2012) destaca que o domínio das tecnologias digitais favorece processos de interação social e participação ativa na sociedade contemporânea, aspecto identificado nas experiências desenvolvidas no projeto. Muitos participantes passaram a utilizar aplicativos de comunicação para interação com familiares, acesso a informações e realização de atividades cotidianas antes dependentes de terceiros.

A interação intergeracional entre estudantes e pessoas idosas mostrou-se fundamental para construção do conhecimento e fortalecimento do processo educativo. Nesse sentido, Freire (1996) argumenta que a

aprendizagem ocorre de forma dialógica e colaborativa, valorizando os conhecimentos prévios e experiências dos sujeitos envolvidos no processo educacional.

Além disso, Moran (2018) ressalta que metodologias participativas e experiências práticas favorecem maior engajamento e aprendizagem significativa, especialmente em contextos educativos mediados por tecnologias. Essa perspectiva foi observada durante as oficinas, nas quais a prática contínua e o acompanhamento individualizado contribuíram para o desenvolvimento gradual das competências digitais dos participantes.

A experiência piloto com 10 pessoas idosas permitiu identificar que estratégias pedagógicas adaptadas e acompanhamento próximo potencializam significativamente o processo de aprendizagem. O uso do aplicativo desenvolvido pelo projeto também demonstrou resultados positivos, especialmente na continuidade das atividades fora dos encontros presenciais.

Entretanto, alguns desafios foram identificados durante o desenvolvimento das ações, especialmente relacionados à heterogeneidade do público, diferenças nos ritmos de aprendizagem e limitações de infraestrutura tecnológica. Tais aspectos evidenciam a necessidade de ações contínuas, flexíveis e adaptadas às especificidades do público idoso.

Além dos impactos diretos sobre os participantes, o projeto também contribuiu para a formação acadêmica dos estudantes envolvidos, proporcionando vivências extensionistas alinhadas às demandas sociais contemporâneas. A integração entre tecnologia, saúde e educação fortaleceu o caráter interdisciplinar das ações e ampliou a compreensão dos estudantes sobre o papel social da universidade.

4 Conclusão

O projeto “Idoso Conectado” evidencia que a inclusão digital desempenha papel estratégico na promoção da autonomia, participação social e qualidade de vida das pessoas idosas. O acesso e domínio das tecnologias digitais possibilitam maior independência na realização de atividades cotidianas, ampliação das redes de comunicação e fortalecimento da cidadania digital.

As ações extensionistas desenvolvidas demonstraram que metodologias participativas, intergeracionais e interdisciplinares favorecem significativamente o processo de aprendizagem tecnológica entre pessoas idosas. A integração entre estudantes das áreas de tecnologia e saúde mostrou-se relevante tanto para os participantes quanto para a formação acadêmica dos envolvidos, fortalecendo o compromisso social da universidade.

A experiência piloto com 10 idosos permitiu validar estratégias pedagógicas, testar o uso do aplicativo desenvolvido no projeto e identificar elementos fundamentais para futura ampliação das ações. Os resultados preliminares indicam que o acompanhamento individualizado e o uso de ferramentas adaptadas potencializam o desenvolvimento da autonomia digital e ampliam a participação social dos participantes.

Conclui-se que iniciativas extensionistas voltadas à inclusão digital da população idosa constituem estratégias relevantes para promoção do envelhecimento ativo e redução das desigualdades sociais e tecnológicas. Dessa forma, a continuidade e expansão de projetos dessa natureza tornam-se fundamentais para construção de uma sociedade mais inclusiva, equitativa e preparada para os desafios do envelhecimento em um contexto cada vez mais digital.

Referências

ALMEIDA, L. D.; BERLEZI, E. M. Inclusão digital e envelhecimento ativo. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, 2019.

BRASIL. Estatuto da Pessoa Idosa. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003.

CETIC.br. TIC Domicílios 2023: pesquisa sobre o uso das tecnologias da informação e comunicação nos domicílios brasileiros. São Paulo, 2024.

DEBERT, Guita Grin. A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: EDUSP, 2012.

FORPROEX. Política Nacional de Extensão Universitária. Brasília: FORPROEX, 2012.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

KALACHE, A.; KICKBUSCH, I. A global strategy for healthy ageing. The Lancet, Londres, 1997.

KENSKI, Vani Moreira. Tecnologias e ensino presencial e a distância. Campinas: Papirus, 2012.

LÉVY, Pierre. Cibercultura. [s.l.]: Editora 34, 1999.

MORAN, José. Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda. Porto Alegre: Penso, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Década do envelhecimento saudável 2021-2030. Genebra: OMS, 2021.

PRENSKY, Marc. Digital natives, digital immigrants. On the Horizon, v. 9, n. 5, 2001.

Submissão: 02/08/2026

Aceite: 26/08/2026

Como citar o artigo:

ALVES, Carlos Vinícius Rasch; MIRANDA, Raissa Ferreira. Idoso Conectado: Inclusão Digital e Extensão universitária para Autonomia na Terceira Idade. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 31, e 2316-2171, 2026. DOI: 10.22456/2316-2171.157219