

## UNIVERSIDADES SENIORES EM PORTUGAL E O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS: inclusão digital e social

*Daniela Melaré Vieira BARROS<sup>1</sup>*  
*Ana Maria Ferreira NOBRE<sup>2</sup>*  
*Henrique Manuel Pires Teixeira GIL<sup>3</sup>*  
*Antonio CHENOLL<sup>4</sup>*  
*Carla Alexandra da Silva MACEDO<sup>5</sup>*

### Resumo

Este artigo baseia-se na investigação do uso das tecnologias digitais no contexto das principais Universidades de Seniores em Portugal, mais conhecidas no Brasil como Universidade para a Terceira Idade. O principal objetivo do trabalho realizado é analisar o uso de tecnologias digitais, na vida pessoal dos idosos, na qualidade de vida e na inclusão digital e social, identificando também as aplicações tecnológicas mais utilizadas em duas das principais universidades seniores na região de Lisboa. A metodologia de investigação foi de natureza quantitativa e qualitativa, com a recopilação de dados da aplicação de instrumentos de recolha aos alunos das universidades: Universidade Sênior de Almada e Universidade Don Sancho, ambas na região de Lisboa. Como resultado dessa investigação, verificamos que os seniores quando buscam conhecimento tecnológico sentem-se mais autônomos e confiantes na procura de informações, nas diversas formas de comunicação entre familiares e amigos e, em consequência, a diminuição da solidão e o aumento da qualidade de vida e da sustentabilidade socioeconômica.

**Palavras-chave:** Universidades Seniores. Tecnologias Digitais. Inclusão Digital e Social.

---

<sup>1</sup> Universidade Aberta (UAb) - Lisboa, professor auxiliar, professor Departamento de Educação e Ensino a Distância, investigadora do CEIS XX e Colaboradora do LE@D.

E-mail: daniela.barros@uab.pt

<sup>2</sup> Universidade Aberta (UAb) - Lisboa, professor auxiliar, professor Departamento de Educação e Ensino a Distância, investigadora do LE@D.

E-mail: Ana.Nobre@uab.pt

<sup>3</sup> Age.Comm - Instituto Politécnico de Castelo Branco – Castelo Branco, professor adjunto, coordenador institucional do Gabinete de Digitalização e Inclusão 4.0.

E-mail: hteixeiragil@ipcb.pt

<sup>4</sup> Universidade Católica Portuguesa - Lisboa, professor auxiliar, docente.

Email: a\_chenoll@fch.lisboa.ucp.pt

<sup>5</sup> Escola Profissional de Tecnologia Digital - Lisboa, professora de informática.

E-mail: carla.macedo@professores.escoladigital.com

## **SENIOR UNIVERSITIES IN PORTUGAL AND THE USE OF DIGITAL TECHNOLOGY: social and digital inclusion**

*Daniela Melaré Vieira BARROS  
Ana Maria Ferreira NOBRE  
Henrique Manuel Pires Teixeira GIL  
Antonio CHENOLL  
Carla Alexandra da Silva MACEDO*

### **Abstract**

This study the analysis of education as an individual investment. Economic studies on the subject gave rise to the theory of human capital, in which education is considered an investment. Therefore, an individual with higher schooling and qualification may be more productive and have greater economic and financial benefits. The general purpose of this research was to identify and analyze the impact of vocational education at the technical level offered by the Federal Institute of Brasília (IFB) on the probability of students' later integration into the working world and on the income of those who graduated between 2016 and 2017 in Biomedical Equipment Technician and Work Safety Technician. For the study, a questionnaire was applied among the graduates of these courses. It was answered by 52.38% of the chosen group. The parameters for the econometric model were estimated by the probit regression. The results indicate that acting in the technical training area increases the probability of obtaining greater economic and financial gains.

**Keywords:** Seniors University. Digital Technology. Social and Digital Inclusion.

## Introdução

O tema deste trabalho fundamenta-se na existência de duas realidades: o envelhecimento da população, consequência do aumento da esperança média de vida, e a crescente evolução tecnológica. Estas duas vivências levaram a que a terceira idade, um grupo etário sempre à margem do fenómeno da era digital, fosse integrado à sociedade da informação a dominar as ferramentas digitais, procurando, assim, a aquisição de novas competências como a literacia digital e informacional. A criação de espaços de aquisição dessas novas competências como as Universidade Seniores desenvolve-se de forma crescente em território Português. Seu principal objetivo é investir nas condições e na qualidade de vida dos seniores, passando é claro, pela introdução das tecnologias nas experiências e soluções para situações cotidianas.

O desafio do tema nos instiga a verificar e comprovar características e informações já verificadas em investigações anteriores, mas com a perspetiva da atualidade. Sendo o contexto da investigação as universidade seniores, o intuito é de ampliar e facilitar projetos e programas de ação que atendam a essa população de forma mais atenta e direta numa perspetiva mais sustentável que envolve o uso e a literacia das tecnologias digitais. Essa literacia entendida pelo uso das tecnologias digitais de forma ampla com habilidade específicas dentro dos serviços disponibilizados são usos instrumentais de recursos digitais (Ramos & Faria, 2012).

A problemática que se verifica de forma empírica é que a qualidade de vida dos seniores sem a literacia no uso das tecnologias, se torna muito deficiente e até mesmo excludente em algumas situações e, portanto, a visualização dessa realidade social motiva investigações que facilitem caminhos para a integração e inclusão dessa população conduzindo dessa forma as intencionalidades e reflexões advindas dos dados aqui recolhidos neste estudo.

## Envelhecimento Populacional em Portugal

O termo “envelhecimento ativo” refere-se não apenas ao estar fisicamente ativo, ou à força de trabalho, mas também a uma participação contínua nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e civis, tal como referem Malanowski, *et al.* (2008, p. 13). O envelhecimento ativo foi adotado no fim da década de 90 e fundamentado pelo envelhecimento como um processo de oportunidades para a saúde e qualidade de vida, aumentando desta forma a longevidade, pelo que existe a necessidade de o sénior ser autónomo, pelo seu bem-estar físico, social e mental.

Deve-se romper com estereótipos e preconceitos que estão associados a esta faixa etária, ou seja, associa-se aos seniores a ideia de pessoas reformadas. O fato de não estarem no mercado de trabalho torna-os num grupo vulnerável, sendo vítimas de discriminação, de representações sociais e de estereótipos (Catita, 2008). Desta forma, é feita uma

generalização de todos os seniores como incapazes, decadentes a nível físico e social, sendo que estas crenças refletem um desconhecimento acerca do processo de envelhecimento.

O envelhecimento é um acontecimento natural e irreversível, que deve ser considerado de forma positiva, quer para o sénior, quer para a sociedade que ele integra, sendo de sublinhar que o sénior tem um dos maiores potenciais: a experiência de vida. Assim, deve-se começar a olhar para esta faixa etária como indivíduos que possuem saberes, conhecimentos e contributos oriundos da experiência de vida e que, para além de um envelhecimento saudável, devem sentir-se socialmente incluídos na sociedade em que vivem, para a continuidade do seu bem-estar social.

O envelhecimento ativo não é sinónimo de reforma. O envelhecimento ativo depende de diversos fatores que vão muito além da idade, como oportunidades ao longo da vida, ao nível da educação, condição económica ou estado de saúde. Todos estes fatores são diferenciados de pessoa para pessoa, como tal, não existe correlação entre envelhecimento ativo e reforma. Assim, o envelhecimento ativo diz respeito à integração do sénior na sociedade, contribuindo para a sua autonomia, independência e qualidade de vida.

O envelhecimento populacional tem vindo a aumentar, abrange os países mais desenvolvidos, sendo atualmente um fenómeno universal. Entre 2015 e 2030, o número de pessoas no mundo com 60 ou mais anos deverá crescer 56%, de 901 milhões para 1,4 bilhões. Estes valores continuarão esta tendência, sendo que, em 2050, estima-se que a população global de pessoas idosas passe para mais do dobro que em 2015, atingindo quase 2,1 bilhões (World Population Prospects: The 2015 Revision, United Nations, 2015).

O aumento da população idosa deve-se, por um lado, à redução da taxa de natalidade, tendo como fatores a emancipação da mulher, os casamentos tardios, a redução da fecundidade, o planeamento familiar e o fator económico; por outro lado, deve-se ao aumento da esperança média de vida, tendo como fator principal o progresso científico e tecnológico ao nível da saúde, pelo que as pessoas vão vivendo mais e, em muitos casos, mais saudáveis, existindo desta forma uma redução da mortalidade.

No ano 2000, a população idosa com 60 ou mais anos representava 38% da população mundial nos países mais desenvolvidos, caindo em 2015 para 33%. A projeção é que essa taxa continue a cair. Em contrapartida, nos países menos desenvolvidos a taxa em 2000 é de 61%, em 2015 aumenta para 66% e estima-se que em 2050 essa percentagem se torne mais acentuada e ronde os 79% da população mundial.

Entre 2000 e 2015, o número de pessoas com 60 anos ou mais nos países menos desenvolvidos aumentou 54% em comparação com 61% nos outros países menos desenvolvidos. No entanto, o número de pessoas idosas está a crescer mais rapidamente nos países menos desenvolvidos, de modo que, entre 2015 e 2030, a projeção é de 70% na população com 60 anos ou mais, justificado pelo aumento da esperança média de vida.

Na Europa assiste-se a um crescente número da população com 60 ou mais anos, representando 147,3 milhões em 2000, em 2015 esta população passa para 176,5 milhões,

continuando a aumentar conforme a projeção, prevendo-se em 2050 um número de 217,2 milhões. A população com 80 ou mais anos segue a mesma tendência crescente, de modo que em 2000 tínhamos 21,2 milhões, em 2015 temos um aumento desta população para 34,6 e a projeção indica que em 2050 a população desta faixa etária seja de 71 milhões.

A tecnologia surge na vida dos seniores através da utilização de equipamentos domésticos, dos meios de comunicação e de equipamentos informáticos presentes na comunidade (comércio, transporte, serviços, etc.), surgindo, assim, a necessidade de utilização de tecnologias e de adaptação às mesmas. O fato de não conseguirem acompanhar estas grandes mudanças pode fazer com que o sénior se sinta excluído social e digitalmente, deixando-o à margem da sociedade atual (Kachar, 2003).

A utilização das tecnologias vai muito além do uso do computador. A evolução tecnológica coloca à disposição do sénior ferramentas no seu dia-a-dia, como, por exemplo, novas formas de comunicação e de ocupação do seu tempo. Desta forma, a rotina do sénior tem mudado gradualmente com as tecnologias emergentes. Conforme afirma Christ (2002), o sénior pode encontrar nas tecnologias uma forma de ser auxiliado no desempenho das suas tarefas domésticas, uma forma de facilitar a comunicação com familiares e amigos, assim como de adquirir novas competências e sentir-se socialmente ativo. A utilização das ferramentas digitais de acordo com estudos públicos e continuamente realizados contribui para uma melhoria significativa em aspetos como depressão, isolamento, autonomia e ocupação dos tempos livres.

O envelhecimento da população representa um dos fenómenos demográficos das sociedades modernas do século XXI. Em Portugal, a população com 65 anos ou mais representava 19% em 2011, contrastando com os 8% verificados em 1960. Os resultados definitivos do Censos 2011, da responsabilidade do Instituto Nacional de Estatística, referenciado no dia 21 de março de 2011, indicam que o índice de envelhecimento do país é de 129, o que significa que Portugal tem mais população idosa do que jovem.

Esta tendência é igual à da população mundial, já que as projeções apontam para que a esperança média de vida seja de 81 anos. Estima-se que, em 2025, o número de pessoas com 100 ou mais anos seja de 1.800, e, em 2050, atinja 6.400 pessoas, contrastando com o número de 300 pessoas em 2001, segundo dados publicados pela *United Nations, World Population Ageing, 19502050 – Economic and Social Affairs*.

Conforme verificamos na tabela 01, os seniores acima de 80 passam de 13,8% no ano 2050 para 18,4% no ano 2100, justificado pelo aumento da esperança média de vida. Já acima dos 60 e mais anos vemos que no ano 2015 eram 27,1%, em 2050 passam para 41,2% não tendo um aumento significativo em 2100, que será de 41,3%. Apuramos, segundo esta tabela, que os nascimentos diminuem, tornando-se assim numa população envelhecida.

**Tabela 1** - % da população por grupo etário e estimativas para 2050 e 2100

2015				2050				2100			
0-14	15-59	60+	80+	0-14	15-59	60+	80+	0-14	15-59	60+	80+
14,1	58,9	27,1	5,9	11,7	47,1	41,2	13,8	12,8	45,8	41,3	18,4

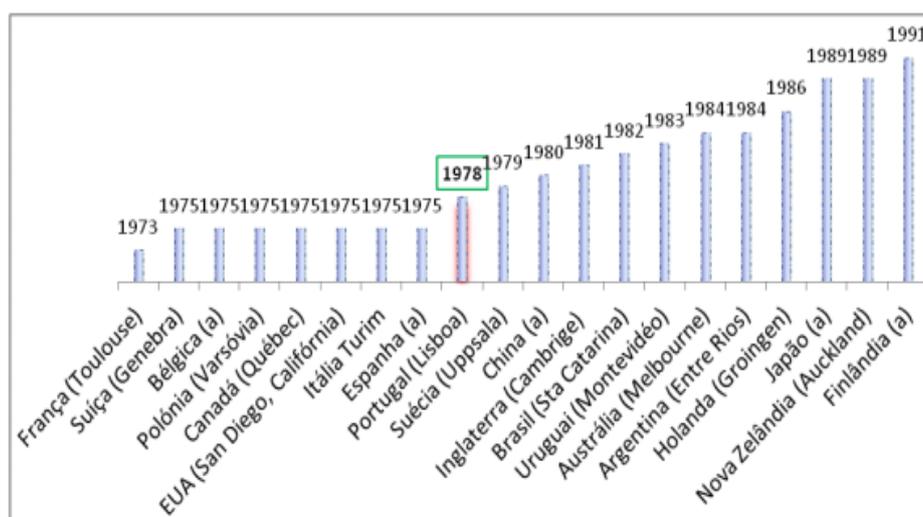
Fonte: *World Population Prospects: The 2015 Revision, Key Findings and Advance Tables* p. 29.

As Nações Unidas estimam que em 2050 a percentagem de seniores represente 52,3%, contrastando com os 44% de seniores em 2015. O crescimento da população idosa é acentuado, sendo que destacam Portugal como o país da União Europeia (UE) com a população mais envelhecida.

### As Universidades Seniores na Europa e em Portugal

O conceito das Universidades Seniores surgiu em França, em 1973, na Universidade de Toulouse, fundada pelo Professor de Direito Internacional da Universidade de Ciências Sociais de Toulouse, Pierre Vellas. De acordo com Lefèvre (1993, citado por Gomes *et al.*, 2005, p. 123) rapidamente as Universidades Seniores foram proliferando pela Europa. Em 1975, estas instituições expandem-se pela Bélgica, Suíça e França, estendendo-se mais tarde ao resto do mundo. Sabe-se que o número de Universidades Seniores no mundo ronda as 500 mil. No gráfico 02 encontra-se o ano em que os países implementaram as primeiras Universidades Seniores durante as décadas de 1970 a 1990.

**Gráfico 2** - Primeiras Universidades Seniores



Fonte: Jacob, L. (2012a).

Os objetivos principais das Universidades Seniores mantêm-se inalterados: evitar o isolamento e a marginalização, ocupação de tempos livres e valorização e integração do sénior, construindo, desta forma, o seu envelhecimento ativo. Existem dois modelos

principais de organizações das Universidades Seniores: o Francês ou continental e o Inglês ou britânico. No modelo francês, a formação é certificada pelas universidades tradicionais, seguindo o modelo mais formal, e os professores são remunerados, existindo quarenta e cinco universidades. Já no modelo inglês, a formação é informal, realiza-se em organizações sem fins lucrativos, não possui certificação e os professores estão em regime de voluntariado. As Universidades Seniores em Portugal seguem o modelo inglês Jacob ( 2012).

Em 1978, surge em Portugal a primeira Universidade Senior denominada Universidade da Terceira Idade, em Lisboa, criada pelo Eng.º Herberto Miranda e sua esposa Celeste Miranda (Jacob, 2012b). Ao longo das décadas que se seguiram, muitas outras surgiram, dedicadas a promover o envelhecimento ativo da população portuguesa. Hoje as denominadas Universidades Seniores, durante alguns anos, estavam confinadas a Lisboa e Porto, todavia, no ano de 2000, deu-se uma explosão das Universidades Seniores, estendendo-se a todo o território nacional, conforme tabela 02, mesmo no interior e em pequenas localidades, sendo o seu objetivo principal melhorar as suas condições físicas e cognitivas, possibilitar uma maior autonomia, permitir que os seniores se sintam parte integrante da sociedade, promovendo um envelhecimento ativo.

**Tabela 2** - Localização das Universidades Seniores por Distritos em Portugal

	Nº
Santarém, Coimbra, Leira e Castelo Branco	39
Lisboa	32
Beja, Évora, Setúbal e Portalegre	26
Aveiro, Viseu e Guarda	24
Porto	17
Viana do Castelo, Braga, Vila Real e Bragança	16
Faro, Ilhas e Estrangeiro	15

Fonte: RUTIS, 2015.

Dados da RUTIS, 2015, indicam que dos 35.000 alunos 75% são mulheres, com idades entre os 60 e 70 anos, reformadas ou domésticas. As maiores Universidade para a Terceira Idade em Portugal são em regiões perto de Lisboa como Almada, Seixal, Barreiro, Gaia, Amadora e Loures, algumas das quais com mais de 1.000 alunos. Existem perto de 1000 turmas de Informática nas Universidades Seniores, sendo a quarta área com mais turmas.

Segundo Jacob (2012), este aumento deve-se à existência de uma rede organizada de Universidades Seniores e à consciencialização pelo Estado e pela sociedade do papel importante dos mais velhos. Apesar de estarem na reforma, os seniores veem aqui uma oportunidade de continuarem a sentir-se parte integrante da sociedade, criam novas amizades, aprendem a aprender e estimulam o seu lado cognitivo dando-lhes maior autonomia. Por outro lado, os familiares e amigos começam a olhar para os seniores de outra forma pois, muito por rótulos impostos pela sociedade, veem este grupo etário com grandes limitações.

Em 2005 foi criada a Associação Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), para apoiar e promover o movimento das atualmente também denominadas Universidades Seniores, tendo como principal objetivo a promoção do envelhecimento ativo. Atualmente é composta por 316 universidades em Portugal, que equivalem a 45.500 alunos e 5.500 professores, sendo a maior rede de universidades para a terceira idade a nível mundial.

As Universidades da Terceira Idade surgem com o objetivo de dar resposta à procura, por parte da população sénior, deste ensino informal, assim como de atividades recreativas e outras (Pinto, 2003). Surgem também como meio potenciador do envelhecimento ativo e de bem-estar, proporcionando formas de participação dos seniores em atividades culturais, de cidadania, de ensino e de lazer. Estas atividades fazem com que os seniores vejam que a sua experiência acumulada de vida é valorizada, podendo muitas vezes transmitir a outros seniores os seus conhecimentos. As atividades permitem, também, a aquisição de novas competências intelectuais e físicas e manutenção de relações sociais e culturais. As Universidades Seniores promovem, ainda, o desenvolvimento de capacidades que vão ao encontro dos interesses e necessidades pessoais dos seniores.

A formação dos seniores torna-se importante para desenvolverem uma maior autonomia, conhecimentos e interação com outras pessoas no mundo tecnológico (Vallespir e Morey, 2007 p. 241). Sendo o seu ritmo de aprendizagem sempre inerente ao seu estado, é necessário desenvolver metodologias pedagógicas que tenham em conta este fator, metodologias que diminuam as dificuldades de aprendizagem e que utilizem as experiências e vivências como eixo central para a aquisição de outras competências, facilitando assim o seu processo de aprendizagem, dotando o sénior de uma maior confiança. Deste modo, distanciam-se da resistência e dos receios que os seniores revelam face ao desconhecido, conforme evidenciam Kachar (2002) e Garcia (2001). É neste contexto que a aprendizagem ganha um novo significado e que surge também a necessidade social de incluir nas Universidades Seniores atividades enquadradas na sociedade atual de acordo com as suas características específicas, em especial a diversidade dos formatos comunicacionais de modo a que os seniores se sintam parte integrante desta, daí a grande importância do ensino da Informática nessas Universidades.

## Metodologia

As duas Universidades Seniores utilizadas na investigação foram: a Universidade Sénior de Almada - USALMA (projeto da Associação de Professores do Concelho de Almada) e a Universidade Sénior Dom Sancho I – TKM em Almada. Esta última tem como lema “Povoar o tempo livre com aprendizagem, conhecimento, entretenimento e afetos”. Encontram-se em condições de frequentar estas universidades pessoas com mais de 50 anos.

A Universidade TKM conta com 1700 inscritos e a Universidade USALMA conta com 1200 inscritos, por ano letivo, tendo uma diversificada oferta educativa a nível curricular, numa distribuição de mais de 100 turmas, não sendo esta a única génese, as universidades promovem igualmente atividades culturais e de lazer. Em relação à oferta educativa, esta centra-se em diversas áreas como as ciências, artes, música, teatro, línguas, pintura, escultura, dança, holísticos, entre outras áreas. Já nas atividades culturais e de lazer, estas universidades seniores promovem visitas de estudo, viagens em Portugal e no Estrangeiro, idas ao teatro, conferências, visitas a exposições, visitas a museus, convívios e atividades variadas.

Este estudo foi realizado nas duas universidades referidas, tendo como público alvo os seniores que frequentam as aulas de Informática, que decorrem em instalações próprias e em escolas públicas que abraçam este projeto, permitindo aos seniores a frequência das disciplinas.

Este estudo considerou a relação das tecnologias emergentes e a população sénior e pretendeu, através das seguintes questões, apurar:

- Quais as motivações que levam os seniores a utilizar as tecnologias digitais?
- Quais as tecnologias, dispositivos e aplicações mais utilizados pelos seniores?
- De que forma as tecnologias digitais contribuíram para a melhoria do bem-estar diário dos seniores?

Essas questões estão inseridas no seguinte objetivo: analisar o uso de tecnologias digitais na vida pessoal dos idosos, na qualidade de vida e na inclusão digital e social, identificando também as aplicações tecnológicas mais utilizadas em duas das principais universidades seniores na região de Lisboa.

Para Fonseca (2002), metodologia é o estudo da organização, dos caminhos a serem percorridos. De acordo com Stake (1999) e Yin (1993 e 2005), entre outros, a estratégia de investigação utilizou-se dos princípios dos estudos de caso, ainda que não desenvolvido integralmente, pois trata-se de um grupo específico numa realidade particular e circunscrita (Gómez, Flores e Jiménez, 1999), neste caso, seniores que frequentam as aulas de Informática nas Universidades Seniores TKM e USALMA, no concelho de Almada, Portugal.

## População e amostra

Neste estudo define-se como população o conjunto dos elementos com idade superior a 50 anos e frequentadores do curso de informática e que integram as duas Universidades Seniores estudadas. Mais especificamente, alunos matriculados no ano letivo 2017/2018 em ambas as Universidades. A escolha das duas universidades deve-se ao fato dos autores deste estudo disporem de maior facilidade de acesso a estas duas instituições, sendo um dos autores docente de Informática em regime de voluntariado nas mesmas. A delimitação da amostra foi realizada por conveniência sendo as aulas de informática realizadas em cada uma das instituições.

## Instrumento

O questionário é composto por uma breve introdução acerca dos objetivos do estudo e foi elaborado de forma simples e direta, tendo em conta a faixa etária, com o objetivo de levar o investigador a obter informações do grupo inquirido referentes à utilização das TIC no contexto das Universidades Seniores. Foi um instrumento validado e testado no âmbito da investigação realizada a nível de pós graduação, de acordo com os critérios científicos de validação de instrumentos, considerando a revisão por doutores e a testagem em uma pequena amostra para a garantia da qualidade do instrumento. Os inquiridos tiveram acesso aos questionários através de envio do respetivo link disponível em (<https://bit.ly/2PUU4Zt>), por parte do seu professor, onde responderam às perguntas de modo *online*. O questionário *online* foi respondido por 67 alunos. Posteriormente, os dados foram tratados com base em métodos estatísticos.

Para dar resposta ao objetivo e as questões deste estudo, os dados recolhidos foram analisados com base no *Google Forms*, visto o questionário ter sido desenvolvido nesta ferramenta. O *Google Forms*, aplicação que faz parte do *Google Drive*, permite exportar os dados recolhidos para o Excel, realizando assim a análise de frequências e, por conseguinte, a interpretação dos resultados obtidos. Para além dos gráficos, apresentam-se tabelas com os valores em percentagem referentes às preferências em cada questão. Desta forma, as questões de resposta fechada foram alvo de análise estatística descritiva e as perguntas de resposta aberta recorreu-se a uma análise descritiva e interpretativa a luz da fundamentação teórica.

## Caracterização geral da amostra

Pretendeu-se fazer uma caracterização da amostra envolvida neste estudo, bem como proceder a uma análise do uso das tecnologias digitais pelos idosos, na perspetiva de se poder analisar o perfil encontrado dos utentes das Universidades Seniores investigadas, que envolve várias dimensões: preferências associadas à utilização de tecnologias digitais; as aplicações digitais mais frequentemente utilizadas, interesses e, ao mesmo tempo, as principais dificuldades; o impacto da utilização das tecnologias digitais na qualidade de

vida desses idosos; e, por último, refletir sobre o papel das universidades seniores relativamente à promoção do envelhecimento ativo. Para o efeito, foi aplicado um inquérito, por questionário, a 67 idosos que frequentavam as aulas de Informática das Universidades Sêniores participantes desse estudo.

No que diz respeito à variável género, 53.7% são mulheres e 46.3% são homens. Relativamente à idade, pode-se afirmar que a maior percentagem (30%) corresponde à faixa etária compreendida entre os 71-75 anos. Ao invés, as faixas etárias compreendidas entre os 50-55 anos e 56-60 anos são aquelas que apresentam o valor mais baixo (5%), que é o reflexo da idade da reforma ser, no presente, obtida aos 66 anos. Em relação às habilitações literárias, os dados recolhidos mostram que a grande maioria, com um valor conjunto de 51%, possui o 9.º ano de escolaridade (21%) e o 12.º ano de escolaridade (30%), havendo ainda alguns idosos com o bacharelato, mestrado e doutoramento. As profissões exercidas apresentaram um leque muitíssimo variado, não havendo, por essa razão, uma área que se pudesse identificar como sendo representativa. Contudo, são os trabalhadores do comércio que apresentaram o maior valor, com 17,9%, seguidos da área administrativa, com 13,4%, e pelos profissionais da área da educação, com 11,9%.

Os participantes desta amostra já vêm frequentando a universidade sénior há alguns anos, tendo alguns referido que a sua frequência já ultrapassa os 9 anos. Mas uma maioria expressiva, com o valor de 36%, afirma frequentar esta instituição há pelo menos 2 anos. Na disciplina de Informática, em particular, o maior valor, com 42%, refere também que frequenta esta disciplina há pelo menos 2 anos e as principais razões têm a ver com o fato de os idosos sentirem necessidade em se manterem atualizados e também por se sentirem atraídos pela informática.

### **Resultados e Discussão: tecnologias digitais e as preferências de utilização indetificadas.**

Considerando a amostra e o público do estudo pudemos analisar a utilização das tecnologias digitais que é preferencialmente efetuada em casa com o computador portátil, apresentando um valor de 79%. Esta preferência pelo computador portátil comparativamente com o computador de mesa, o *tablet* e com o *smartphone*, pode ser justificada em duas distintas dimensões que estão associadas e que potenciam e ampliam a utilização destes dispositivos digitais: a portabilidade, aliada a uma maior área de utilização e de contacto visual facilitando assim a superação de barreiras identificadas em geral na população sénior, a saber: as dificuldades visual, de escuta pela amplificação do som e de locomoção, por ser mais leve e portátil.

### **Tecnologias digitais: motivações no uso de dispositivos e aplicações**

O uso de dispositivos e aplicações da amostra relativamente às diferentes utilizações dos recursos digitais recaem em três grupos, por ordem decrescente: aplicações de imagem

e vídeo (48%); redes sociais (46%); aplicações para a criação de conteúdos (33%). Nas aplicações de imagem e vídeo o mais referenciado foi o «Google Fotos», dado que esta parece ser a utilização mais universal, tirar fotografias/*selfies* e fazer vídeos, pela facilidade que existe nestas ações e, por outro lado, por constituírem um repositório afetivo, social, religioso, festivo que se enquadra nas rotinas e nas atividades mais prazerosas dos idosos. Essas aplicações, em especial as de imagem e vídeo, são atrativos que facilitam a comunicação e o acesso a informação, em especial entre a família, proporcionam aos idosos o acesso a novas relações, e também abrem novas possibilidades de inserção na família, fomentando as interações entre gerações, através, por exemplo, de atividades lúdicas, como é o caso dos jogos interativos, ou da comunicação, pois tornam-se um meio que promovem as relações intergeracionais (Dias, 2012).

Depois, surgem as redes sociais, sem grande novidade, pelo fato de constituírem um ícone da presente sociedade digital, onde se destaca a preferência pelo Facebook e pelo Whatsapp, este último mais associado à possibilidade de se realizarem chamadas telefónicas internacionais sem custo. Por último, no grupo das aplicações para a criação de conteúdos, surge o *Word* como sendo o mais utilizado. As motivações de uso de aplicativos como o *Word*, estabelecem-se pela facilidade de acesso desse dispositivo em qualquer computador, por apresentarem recursos que auxiliam em ações diárias e que possam envolver a necessidade de organizar algo mais específico que envolva a escrita (Pereira e Neves, 2011).

## **Dados sobre as disciplinas de Informática estudadas nas Universidade Seniores**

Os principais obstáculos referenciados no uso das Tecnologias Digitais podem ser agrupados em dois grupos: a) dificuldades associadas ao *software*, onde se manifestaram problemas na organização dos ficheiros (guardar ficheiros), com um valor de 21%, e na utilização de diferentes *softwares*, com um valor de 18%; b) dificuldades com o *hardware*, onde ressaltam as dificuldades na manipulação do *mouse*, possivelmente devido a limitações associadas à motricidade fina, ao varrimento do ecrã e à capacidade óculo manual, com um valor de 18%, seguida da utilização do teclado, que lhes leva muito tempo a digitar por não dominarem a localização dos caracteres e, possivelmente, também a questões de motricidade fina, com um valor de 18%.

a) Principais razões para a inscrição/frequência em uma Disciplina de Informática.

A grande maioria, com um valor de 75%, refere que se inscreveu para frequentar esta disciplina porque a entende fundamental para poder complementar conhecimentos. Numa outra dimensão, sente-se uma preocupação nestes idosos da amostra em frequentar esta disciplina para saberem como utilizar, de forma correta, as tecnologias digitais (63%) e, ao mesmo tempo, terem a possibilidade de acompanhar a evolução tecnológico-digital (61%).

b) Manifestação dos interesses pessoais associados à uma Disciplina de Informática.

Os interesses apresentados divergiram entre os idosos da amostra. No entanto, as opiniões mais positivas/significativas foram no sentido de poderem saber como acessar e utilizar a Internet com o intuito de poderem, por sua vez, aceder a um vasto e diversificado leque de informação associada às suas preferências e necessidades (72%). Mas, por outro lado, numa visão com um caráter mais social, há também o sentimento que a frequência desta disciplina, para além de lhes proporcionar a sua inclusão digital (60%), contribui, em simultâneo, para a sua inclusão social (57%) numa sociedade cada vez mais digital, onde a exclusão digital é sinónimo de exclusão social.

c) Implicações nas rotinas diárias.

Relativamente ao impacto ou implicações da disciplina de Informática nas rotinas diárias dos idosos, há o sentimento de que as aulas lhes permitiram adquirir um maior número de conhecimentos (72%), obtiveram um maior acesso à informação (64%) e se sentiram mais confiantes (60%) porque aprenderam a dominar melhor as técnicas e o acesso à Internet. Um outro aspeto digno de realçar foi também o fato dos idosos da amostra terem tido um contexto formativo que estimulou a partilha de conhecimentos, (60%).

d) Aplicações práticas das aprendizagens adquiridas nas rotinas diárias.

As respostas obtidas são muito dispersas, mas é possível agruparem-se essas preferências em dois diferentes níveis: comunicação e lazer. Ao nível da comunicação, as atividades de enviar e de receber emails (55%) e a comunicação com familiares e amigos (45%) foram as que mais se destacaram. Por outro lado, as atividades de lazer dividem-se entre a leitura de notícias e a audição de música, ambas com 37% de respostas, seguida de atividades de pesquisas generalistas, com 36%.

e) Propostas de temáticas/atividades a incluir na disciplina de Informática.

No que diz respeito a propostas para o futuro, os idosos da amostra apresentaram como principal preocupação a aprendizagem e respetiva aquisição de competências associadas à segurança, ao afirmarem pretender aprender a instalar e a atualizar antivírus (42%) e como preservar a privacidade no Facebook (34%). Uma segunda prioridade prende-se com o aprofundamento de conhecimentos associados à criação e manipulação de fotografias (27%), atividade que já tinham manifestado ser muito do seu agrado. Este aspecto pode indiciar vontade de se promoverem espaços e atividades mais criativas. Por último, é importante referir preocupações relacionadas mais com o governo, dado que indicaram querer saber mais sobre como podem aceder e utilizar sites da administração pública (25%), dada a necessidade de submeterem o imposto de renda em formato digital e a e-Fatura e ainda as questões relacionadas com a saúde (pedido de receitas, marcação de consultas e de exames) fizeram emergir estas novas necessidades formativas. Por último, parece evidenciar-se uma possível ‘migração’ do computador portátil para o *smartphone*, dado que indicaram querer saber mais acerca das aplicações digitais (Apps) para Andróides e iPhones (24%). Esta questão pode ter uma relação direta com o fato de praticamente

todos possuírem um *smartphone* e de saberem que a existência de Apps para quase todas as atividades, gênero lhes poderá trazer vantagens.

## Considerações Finais

A cidadania digital é uma das mais importantes e transcendentemente mudanças que estamos vivendo atualmente. Prova disso são os documentos mais relevantes da União Europeia como o *DIgCom for Citizens* (2017). Não obstante, em qualquer mudança existe sempre uma parte da população a que resulta mais difícil a adaptação às novas circunstâncias. Uma dessas populações são os sêniores que podem sentir-se excluídos com a invasão digital a que ninguém os preparou. No entanto, mesmo sem concordar com o modelo, estaríamos falando dos imigrantes digitais do Prensky (2001). Pelo perfil observado, podemos entender que não deve-se somente considerar a questão das idades para se avaliar o uso das tecnologias, mas sim sua fluência e imersão que podem ser visualizadas no tipo de uso realizado.

As motivações para o uso das Tecnologias digitais permanecem mais atenuantes em âmbito pessoal e familiar, por isso o uso em maior quantidade das redes sociais (facebook e whatsapp) e de aplicativos como o word, já as situações sociais, de cidadania e de saúde são também elementos de preocupação da população sênior das duas universidades analisadas. A inclusão digital e social estão no nível da usabilidade técnica, não mais além, mas esta é uma fase de uso do digital que permanece na população sênior e evolui muito lentamente. Quando se trata de uma sustentabilidade maior no uso das tecnologias digitais para a qualidade de vida existem ainda poucas informações mais concretas.

Por isso o trabalho das disciplinas da área de informática que os seniores frequentam são de grande importância para a aprendizagem, socialização e inclusão na área de uso das tecnologias. Como observamos, a sociedade do futuro terá um grande número de sêniores, pelo bem da sociedade devemos aproveitar essa população para que seja produtiva não somente por questões aditivas, mas também por questões de sustentabilidade socioeconômica.

Ao analisar o uso de tecnologias digitais na vida pessoal dos idosos, na qualidade de vida e na inclusão digital e social, esta amostra possibilitou atualizar informações a respeito do tema que permanecem fortes e se repetem de estudos anteriormente realizados. É possível também ressaltar que as sugestões de maiores referências sobre esses resultados seria um replanejamento dos conteúdos e da forma de uso dessas tecnologias nos trabalhos realizados nas Universidades Seniores que poderiam ser mais ativas e com maior significado e fluência de uso para esta população.

Considerando o nosso desafio pudemos verificar e comprovar características e informações de um público específico, facilitando assim elementos para propor e ampliar projetos e programas de ação que atendam a essa população. A qualidade de vida dos seniores sem a literacia no uso das tecnologias, se torna prejudicial para a vivência cidadã

no contexto social, deficiente e até mesmo excludente, portanto é emergencial o contínuo investimento nesta área como saúde e bem estar de uma população ativa e muito importante para manter, transmitir e preservar a cultura para as gerações posteriores.

## Referências

CARRETERO, G.S.; VUORIKARI, R. & PUNIE, Y. DigComp 2.1: The Digital Competence Framework for Citizens with eight proficiency levels and examples of use. Publications Office of the European Union, 2017. Disponível Em: <https://ec.europa.eu/jrc/en/publication/eur-scientific-and-technical-research-reports/digcomp-21-digital-competence-framework-citizens-eight-proficiency-levels-and-examples-use>

CATITA, P. *As representações sociais dos enfermeiros do serviço de urgência face ao doente idoso* (Dissertação de Mestrado em Comunicação e Saúde). Universidade Aberta, Lisboa, 2008.

CHRIST, C. R., PALAZZO, L. A. M., XAVIER, R. T. O., & MARRONI, F. V. *Construindo Comunidades Virtuais para a Terceira Idade*. Pelotas: UCPel - Universidade Católica de Pelotas, 2002.

DIAS, I. O uso das tecnologias digitais entre os seniores: motivações e interesses. *In Sociologia, Problemas e Práticas* [online]. 2012, n.68, pp.51-77. ISSN 0873-6529. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7458/SPP201268693>.

FONSECA, J. J. S. *Metodologia da pesquisa científica*. Fortaleza: UEC, 2002.

GARCIA, H. D. A terceira idade e a Internet: uma questão para o novo milênio (Dissertação de Mestrado em Ciência da Informação). Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Filosofia e Ciências, Marília, 2001.

GOMES, L., LOURES, M. C., & ALENCAR, J. Universidades Abertas da Terceira Idade. *História da Educação* (UFPEL), 9(17), 119-135, 2005.

GOMEZ, G.R., FLORES, J.G., & JIMENEZ, E. *Metodologia de la Investigacion Cualitativa*. Malaga: Ediciones Aljibe, 1999.

JACOB, L. *A Importância das Universidades de Terceira Idade na Qualidade de Vida dos Seniores em Portugal*. Almeirim: RUTIS, 2005.

JACOB, L. *Universidades Seniores: Criar novos projetos de vida*. Almeirim: RUTIS, 2012<sup>a</sup>.

JACOB, L. *Guia Técnico da RUTIS*. Almeirim: RUTIS, 2012<sup>b</sup>.

KACHAR, V. *Terceira idade e informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

MALANOWSKI, N., OZCIVELEK, R., & CABRERA, M. *Active Ageing and Independent Living Services: The Role of Information and Communication Technology*. Paris: Joint Research Centre – Institute for Prospective Technological Studies, Office for Official Publications of the European Communities, 2008.

PÁSCOA, G. M. G., & GIL, H. M. P. T. *As universidades seniores e o envelhecimento ativo: os impactos junto das pessoas idosas em Portugal*. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(1), 41-58. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP, 2019.

PÁSCOA, G. M. G., & GIL, H. M. P. T. A premência na formação ao longo da vida: Um estudo sobre a aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação em populações 50+ *In Proceedings of the 12th Iberian Conference on Information Systems and Technologies*, março de 2018, Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/323677600\\_A\\_premencia\\_na\\_formacao\\_ao\\_lon-](https://www.researchgate.net/publication/323677600_A_premencia_na_formacao_ao_lon)

go\_da\_vida\_Um\_estudo\_sobre\_a\_aprendizagem\_das\_Tecnologias\_da\_Informacao\_e\_da\_C  
omunicacao\_em\_populacoes\_50

PEREIRA, C; NEVES, R. Os idosos e as TIC - competências de comunicação e qualidade de vida. *Revista Kairós Gerontologia* 14(1), ISSN 2176-901X, São Paulo, março 2011. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/258625593\\_Os\\_idosos\\_e\\_as\\_TIC\\_-\\_competencias\\_de\\_comunicacao\\_e\\_qualidade\\_de\\_vida](https://www.researchgate.net/publication/258625593_Os_idosos_e_as_TIC_-_competencias_de_comunicacao_e_qualidade_de_vida)

PRENSKY, Marc. *Digital Natives, Digital Immigrants*. On the Horizon, Bradford, v. 9, n. 5, p. 2-6, out. 2001.

PINTO, M. G. As universidades da terceira idade em Portugal: das origens aos desafios do futuro. *Revista da Faculdade de Letras "Línguas e Literaturas"*, 20(2), 467- 478, 2003.

RUTIS - Rede de Universidades da Terceira Idade (2015). *Universidades Sénior*. 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2EJv2HP>

STAKE, R. E. *Investigación con estudio de casos*. Madrid: Morata, 1999.

UNITED NATIONS, *Department of Economic and Social Affairs, Population Division*. World Population Prospects: The 2015 Revision, Key Findings and Advance Tables. Disponível em: <https://bit.ly/2DJ8Ttg> Acesso em dezembro de 2015.

VALLESPER, J., & MERCÊ, M. A participação dos idosos na sociedade: integração vs. Segregação. In Agustín Requejo Osório & Fernando Cabral Pinto (Coords.), *As Pessoas Idosas: contexto social e intervenção educativa* (Cap. VIII, pp. 225-251). Lisboa: Instituto Piaget 2007.

YIN, R. *Applications of case study research*. Beverly Hills, CA: Sage Publishing, 1993.

YIN, R. *Estudo de Caso. Planejamento e Métodos*. Porto Alegre: Bookman, 2005.

Recebido em: 20/01/2020  
Aprovado em: 11/09/2020