Necessidade de uma rede social virtual adequada aos idosos

Maricy Caregnato[1], Elisângela Vanessa Fernandes[1], Adalbyane Ribeiro[1], Danillo Cesar da Conceição[1].

[1]Departamento de Computação Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT) – Cáceres, MT – Brazil

cmaricy@gmail.com,{elis_angela_vanessa, adalbyane.ribeiro, danillocesar_06}@hotmail.com

Abstract. *The learning ability of the elderly tends to decline because of limitations caused by aging. In this sense, educational institutions have a duty to change their methodologies and tools to facilitate learning. Therefore, the purpose of this paper is the development of a tool support interactions to be simplified a social network for seniors, entitled "Rede Social Acessível a Melhor Idade – AMEI". The need was identified in the project "A melhor idade na Internet", which is being offered two years ago with excellent results. The tool will be developed following the standard software "Eldy" due to his maturity and excellent acceptance by the community of seniors.*

Resumo. *As capacidades fisiológicas e sociais na terceira idade, tendem a declinar devido a certas limitações causadas pelo próprio envelhecimento. Nesse sentido, as instituições educacionais têm o dever de criar metodologias e ferramentas adequadas às limitações desse público. Nesse sentido, este artigo mostra um estudo preliminar que permitiu à equipe concluir pela relevância do desenvolvimento de uma ferramenta de suporte e interações para constituir uma rede social online adequada aos idosos, intitulado "Rede Social Acessível à Melhor Idade – AMEI". A necessidade foi identificada no projeto "A melhor idade na Internet", em execução há dois anos com excelentes resultados. A ferramenta será desenvolvida seguindo o padrão do software "Eldy", devido à sua maturidade e excelente aceitação pela comunidade idosa mundial.*

1. Introdução

Há evidências de que, ao envelhecer, o corpo humano perde certas capacidades. O corpo é passível de mudanças fisiológicas como diminuição da acuidade visual e auditiva, perda da elasticidade e tônus muscular, degeneração óssea, redução da capacidade cognitiva, além das mudanças patológicas específicas à idade, conforme descreve Netto (2002). Ocorre, nessa etapa da vida, transformações físicas e sociais, sendo a primeira própria de um organismo envelhecido, e a segunda, em função das perdas e limitações que advêm com a velhice. Esses fatores, em conjunto ou isoladamente, muitas vezes, provocam nos idosos um retraimento social e um sentimento de solidão.

Nessa direção, observa-se que propostas de inclusão para a terceira idade exigem metodologias especiais, que melhor atendam aos seus anseios. Projetos de natureza tecnológica também precisam ser repensados e adequados, uma vez que as pessoas idosas costumam apresentar receio ante a complexidade das ferramentas computacionais, devido ao grande número de funcionalidades. Dessa forma, muitas vezes, mostram resistência ao

uso de instrumentos como o computador e a internet, que poderiam ser adotados como auxiliar na socialização e prevenção dos males decorrentes da solidão. Estudos de Kachar (2001) mostram que o uso da Internet pode ajudar a superar a baixa autoestima e o desamparo – sentimentos de incidência relativamente comum em idosos, que podem levar ao desânimo – e à própria depressão.

O autor reforça que os benefícios que o emprego da Internet pode oferecer à utilização de redes sociais, segundo especialistas, servem como terapia ocupacional, pois, além de preencher o tempo dos idosos, proporcionam que estes possam ampliar seu círculo de amizades.

Pesquisas realizadas no projeto "A melhor idade na Internet", identificaram preferência pela utilização de redes sociais online e a necessidade da utilização de softwares adequados às limitações próprias do avanço da idade.

A fim de promover, principalmente, a cidadania digital às pessoas da terceira idade, propõe-se o desenvolvimento de um software, ou seja, uma ferramenta de suporte a interações para constituir uma rede social simplificada adequada aos idosos. Sua interface amigável e simplificada (utilizando tecnologias compatíveis com a linguagem de programação Java para Web e seguindo o padrão do pacote de softwares "Eldy"[1]), de certa forma convergente, deve ser favorável à obtenção de resultados positivos no intuito de alcançar as metas estabelecidas.

Este artigo discute o uso de ferramentas adequadas às necessidades dos idosos. Descrevem-se as informações relevantes na disposição: inicialmente estudam-se dados sobre as transformações fisiológicas e sociais na terceira idade. Depois são expostas algumas informações referentes à tecnologia na terceira idade. Na sequência apresenta-se o software "Eldy" e informações sobre as redes. Em seguida apresenta-se o projeto "A melhor idade na Internet". Consideram-se alguns pontos e descreve-se a metodologia utilizada.

2. Transformações fisiológicas e sociais na terceira idade

Os diferentes aspectos que caracterizam o processo de envelhecimento impelem os profissionais e a sociedade em geral a buscar medidas que propiciem a abrangente atenção de que necessita o idoso, especialmente no campo da saúde, entendida aqui não apenas como o controle das doenças, mas também como o bem-estar fisiológico, psíquico e social, ou seja, "... a melhora da qualidade de vida" (PAPALÉO, p. 2002).

Também sobre esse tema, Weineck (1991) afirma que, com o processo de envelhecimento, ocorrem mudanças fisiológicas e sociais que influenciam o comportamento do idoso.

As mudanças fisiológicas podem ocorrer em nível cerebral, cardiovascular, anatômicas, entre outras, cada parte do corpo sofre alterações naturais a seu próprio tempo como resultado de agressões internas e externas que diminuem a reserva fisiológica. Ressaltam-se as alterações cerebrais que, segundo descreve Freitas at al. (2002), são degenerativas da estrutura do olho, causam redução visual, aumento da sensibilidade à luz, perda da nitidez das cores e da capacidade de adaptação noturna. A perda de audição resulta da disfunção dos componentes do sistema auditivo. Há perda da discriminação dos sons mais baixos.

[1] http:www.eldy.eu

Segundo a OMS[2], cerca de 70% dos idosos apresentam alguma limitação para as atividades cotidianas. As causas mais acentuadas dessas restrições são os problemas osteoarticulares e déficits visuais e auditivos.

Diante dessas mudanças fisiológicas, é relevante que estratégias de aprendizado mais acessíveis, com ações de ordem preventiva e um sistema adequado de suporte, permitam que as pessoas envelheçam de forma mais saudável e digna.

Outros fatores considerados limitadores e não menos importantes do que os aspectos fisiológicos estão relacionados às mudanças sociais.

O modelo capitalista coopera com as mudanças sociais ao fazer com que o idoso passe a ocupar um lugar marginalizado na sociedade, na medida em que a individualidade já teria os seus potenciais evolutivos, perdendo, assim, o seu valor social. Desse modo, segundo Veras (2002), não tendo mais a possibilidade de produção de riqueza, a velhice perde o seu valor simbólico. Também a crise pós-aposentadoria, marca esta fase, pois até então o indivíduo está ativo, produzindo e sentindo-se útil.

Estudos sobre a aposentadoria descritos por Leite e Cattani (1995, 2005) revelam que no início a maioria dos idosos sente-se satisfeitos, pois lhes parece agradável a possibilidade de descansar. Aos poucos, contudo, percebem que sua vida tornou-se melancólica e improdutiva. Nesta ausência de papéis pode-se observar uma relevante dificuldade do aposentado, sua angústia, sua marginalização e, muitas vezes o seu isolamento do mundo, levando-o à introspecção e consequentemente solidão. “A atividade em grupo é uma forma de manter o indivíduo engajado socialmente, por meio das relações com outras pessoas, que colabora de forma significativa em sua qualidade de vida”. (ZIMERMAN, 2000).

Em função dessas mudanças, consideradas em certos aspectos como limitadoras, buscam-se alternativas de atuação junto a pessoas idosas, levando em consideração suas especificidades e a necessidade de estratégias para enfrentá-las. Entre elas encontram-se as propostas educativas com metodologias adequadas. O envelhecimento saudável, nessa ótica, é resultante da interação multidimensional entre saúde fisiológica e social.

Além de uma metodologia adequada, é imprescindível dispor de recursos apropriados e que possam incitar maior receptividade por parte dos idosos. Czaja (1997) analisou, em uma pesquisa, as atitudes dos idosos diante do computador, e os resultados desta pesquisa indicaram que os idosos são receptivos à sua utilização. Aliado a essa aprovação do computador pode-se tirar proveito de recursos tecnológicos fornecidos pela Internet, aliar essa tecnologia às atividades educativas produz uma aprendizagem mais dinâmica, com novos e contínuos conhecimentos, e mais que tudo, o prazer do estudar, do aprender, criando e recriando, promovendo a verdadeira aprendizagem e renascimento constante do indivíduo, ao proporcionar uma interatividade real, minimizando as distâncias territoriais e materiais[3].

A Internet é uma tecnologia poderosa possuindo uma imensa gama recursos e informações, porém, como já mencionado, são necessárias ferramentas adequadas com metodologias específicas a fim de promover a efetividade do seu uso. Dentre as várias iniciativas no âmbito de ferramentas computacionais adequadas, pode-se citar a NGO

[2] Organização Mundial da Saúde - http://www.who.int/en/

[3] http://pt.wikipedia.org/wiki/Internet

"Eldy".

3. O software "Eldy"

O "Eldy" é um pacote de softwares que auxilia o uso do computador e acesso à Internet por pessoas da terceira idade. Desenvolvido pela NGO "Eldy", uma organização sem fins lucrativos criada em 2006 após um debate internacional sobre como melhorar a qualidade de vida através de um uso ético da TIC (Tecnologia da informação e Comunicação), o "Eldy" tem uma equipe de 10 pessoas e 250 voluntários ativos. Com sede na cidade de Vicenza na Itália, o projeto vem sendo desenvolvido desde 2006 e distribuído gratuitamente. Hoje possui mais de 400.000 usuários e já foi traduzido para 22 idiomas, segundo informações descritas no site do projeto4.

Alguns exemplos são demonstrados a seguir:

Figura 1. Tela inicial do "Eldy"

Figura 2. E-mail do "Eldy"

Observa-se que a interface gráfica é limpa e leve, a harmonia entre as cores, o tamanho dos botões e a quantidade reduzida de componentes facilita a manipulação do software. A função de e-mail segue o mesmo padrão, com botões grandes e funcionalidades bem delimitadas de leitura de e-mail, escrita e visualização de contatos.

Atualmente a comunidade do "Eldy" está trabalhando no desenvolvimento de uma ferramenta para medir a pressão arterial dos idosos, que será integrada ao pacote de softwares, aumentando seus benefícios junto à comunidade idosa. O desenvolvimento do "Eldy" é contínuo, pois sempre são identificadas novas necessidades, como é o caso de uma ferramenta para facilitar o uso de redes sociais, que ainda não foi desenvolvida, mas sua necessidade já foi identificada.

4. Redes Sociais

Segundo Soares (2002) “Uma rede social é constituída por um conjunto de relações interpessoais a partir das quais uma pessoa mantém a própria identidade social”. Desde o nascimento, as pessoas estão inseridas em uma rede de relacionamentos, ou seja, a uma rede social. No início a rede social é estabelecida pela rede social da mãe e com o transcorrer do tempo, com suas escolhas e de sua história, a pessoa compõe sua própria rede.

Desse modo, as redes sociais são as conexões constituídas entre indivíduos em torno de um objetivo comum. Por se tratar de locais onde há interação entre membros e comunidades, as redes sociais possibilitam que o indivíduo dissemine informações e interaja

[4] http://www.eldy.eu/about-us/eldy-association/

com outras pessoas com as quais possuem interesses comuns.

O desenvolvimento dos sistemas de comunicação como telégrafo, telefone, telex entre outros ampliaram as possibilidades de relacionamentos pessoais antes limitadas pelo território e pela velocidade de transpô-lo.

Antes da Internet, o relacionamento social em comunidades se restringia praticamente às limitações contidas no território, ou seja, os grupos sociais, as relações sociais aconteciam, sobretudo, no âmbito de um determinado território. Com a criação das redes sociais virtuais ou online, sustentadas pelo uso do computador e da Internet, os benefícios são ainda maiores, pois estas ultrapassam a barreira físico-espacial e permitem que pessoas de lugares distantes se relacionem como se estivessem próximas.

"As redes sociais virtuais se encontram cada vez mais frequentes no cotidiano das pessoas, pois estas estão cada vez mais conectadas entre si". (CORDEIRO, 2007). E essa realidade não é diferente para as pessoas das terceira idade, segundo o site opinião e noticia[5], os idosos – antes vistos como meros leitores de notícias – já utilizam a internet para entrar em páginas de redes sociais e até produzem conteúdo para sites e blogs. Assim, de acordo com Antonina Bambina, socióloga da University of Southern Indiana[6], "as redes sociais virtuais podem representar para os idosos um lugar onde eles se sintam fortes, pois podem realizar essas conexões e conversar com as pessoas, sem ter que usar um amigo ou membro da família para mais uma coisa". São várias as redes sociais presentes na Internet, tais como: Facebook, Orkut, MySpace e o Ning, que conectam pessoas e permitem que os usuários compartilhem dados entre si (com perfis detalhados das vidas e personalidades dos usuários). (MANESS, 2007).

Segundo Zuckerberg (2011), criador e Chief Executive Officer – CEO do facebook, a rede social conta com 800 milhões de usuários no mundo, e possui 28 milhões de usuários brasileiros, afirmando ainda que, é a rede mais popular do Brasil, a cada 100 que estão na internet 75 estão no facebook. Destaque foi dado à rede facebook, a mais utilizada mundialmente e que serve de modelo para o desenvolvimento de uma rede simplificada específica para a terceira idade, conforme necessidade identificada no projeto "A melhor idade na Internet".

5. Projeto "A melhor idade na Internet"

O curso de Licenciatura em Computação da UNEMAT – Universidade do Estado de Mato Grosso no campus de Cáceres – MT, com incentivo da PROEC – Pró-Reitoria de Extensão e Cultura – desenvolve, desde março de 2010, o projeto de inclusão digital intitulado "A melhor idade na Internet". São ofertadas, semestralmente, vinte e cinco vagas, a capacidade máxima da estrutura.

5.1 Conteúdo

O conteúdo foi dividido em módulos, organizados por afinidade e por conhecimento prévio de outros conteúdos, a quantidade de horas foi definida com a finalidade de não tornar a atividade cansativa, e a quantidade de instrutores e voluntários foi definido considerando a

[5]http://opiniaoenoticia.com.br/vida/comportamento/idosos-aderem-as-redes-sociais-e-passam-a-produzir-conteudo-para-a-web/

[6] http://g1.globo.com/Noticias/Tecnologia/0, MUL1187486-6174,00.html

dificuldade dos alunos nas ferramentas computacionais.

Durante dois anos de desenvolvimento do projeto, o conteúdo sofreu algumas alterações, sempre o adequando às necessidades dos idosos e seguindo, de forma geral, a estrutura mostrada a seguir.

Primeiramente são passados exemplos de componentes e funcionamento do computador. Operações com arquivos e janelas. Conceitos básicos para o uso do mouse, monitor, teclado, ferramentas de desenho, edição de textos e o uso de navegadores com ênfase na pesquisa em sites de busca.

Em seguida é realizada uma exploração de páginas específicas tais como portais voltados aos interesses da terceira idade. E-mails, tais como gmail e hotmail também são criados e manuseados.

Em seguida são exploradas as redes de relacionamentos, com atividades tais como criação e manutenção de perfis e a criação de álbuns e comunidades.

Outras atividades desenvolvidas foram o uso do chat (bate-papo), e a utilização do blog melhor idade na net, criado para o projeto. Ressaltamos, ainda, que a comunidade do projeto na rede de relacionamento facebook[7] também foi acessada, mesmo que apenas superficialmente.

5.2 **Algumas melhorias**

Referente ao "conteúdo apresentado" a maior barreira está relacionada ao esquecimento, para minimizá-la criou-se uma apostila específica para a terceira idade, elaborada conforme exposto em Caregnato (2011a). Outra questão, referente à "sonolência", foi minimizada pela aplicação de ginástica laboral, conforme descreve Caregnato (2011b).

Para dirimir obstáculos referentes às ferramentas computacionais foi elaborada uma sequência de conteúdos progressivos utilizando o MSWord e OpenOffice para digitação de textos com o intuito de treinamento com o teclado, o MSPaint foi utilizado para melhorar a coordenação com o mouse. Somente depois dessa fase o navegador e tarefas subsequentes foram ensinadas, conforme apresenta Caregnato (2011c). Constatou-se, todavia, que apesar das melhorias já implementadas, ainda há pontos a seres ajustados.

5.3 **Necessidade**

Em uma das coletas de dados realizada com 21 idosos do projeto, no segundo semestre do ano de 2011, foram identificadas necessidades relacionadas à utilização dos atuais softwares comerciais em uso. Nesse sentido alguns softwares específicos foram testados e o que obteve maior aceitação foi o "Eldy", portanto maior atenção foi despendida a ele. Em resposta às perguntas: "Você acha útil a utilização de um software como o "Eldy" para o aprendizado inicial?" e "O que você mais gostou no "Eldy"?", (resultados expressos nos gráficos 1 e 2), percebe-se que há interesse na utilização de um software como o "Eldy" justamente pelas sua interface gráfica diferenciada.

[7] http:// http://www.facebook.com/pages/Projeto-a-Melhor-Idade-na-Internet/205239366191352

Gráfico 1. Utilidade do software

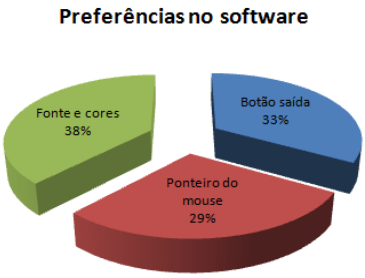

Gráfico 2. Preferências no software

A escolha de rede social surgiu pela identificação da necessidade que os idosos possuem do convívio social e pela preferência na aprendizagem das redes sociais, conforme mostram os gráficos 3 e 4.

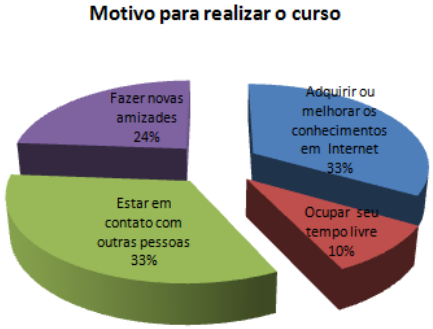

Gráfico 3. Motivo para realizar o curso

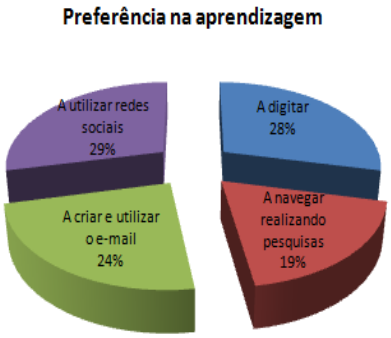

Gráfico 4. Preferência na aprendizagem

O resultado mais relevante obtido com a aplicação desse questionário foi em resposta para a pergunta “Qual o principal motivo pelo qual decidiu realizar o curso?” em que grande parte da comunidade idosa revelou que era estar em contato com outras pessoas e fazer amizades é tão importante quanto à aquisição do conhecimento em computação e Internet.

Percebe-se que, em resposta à pergunta, “O que você mais gostou de aprender?”, as razões relacionadas à utilização de redes sociais ocupam destaque na preferência dos idosos, por se retratar de um convívio social de grande importância em seu cotidiano.

Em outra coleta de dados realizada com 13 idosos no primeiro semestre do ano de 2012, foram levantadas algumas necessidades relacionadas à melhoria em alguns aspectos relacionados às redes sociais, nessa oportunidade somente o facebook foi investigado.

Gráfico 5. Referente às informações

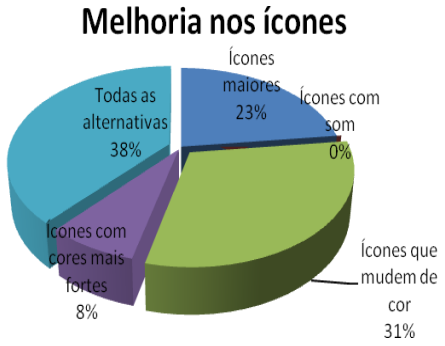

Gráfico 6. Referente aos ícones

Dentre as diversas perguntas que compuseram o questionário, duas delas são mais pertinentes. A primeira foi referente às informações contidas na tela inicial do facebook, onde as respostas demonstram que a maior dificuldade está no excesso de informações na página. A outra pergunta relativa aos ícones/botões que compõe o facebook, mostra através das respostas que a maioria prefere ícones maiores e também uma indicação de cor diferenciada para aquela tarefa sendo executada no momento.

Observou-se a dificuldade dos idosos com o uso de certas ferramentas, devido à grande quantidade de funcionalidades e interface gráfica não adequada, bem como o interesse demonstrado pelas redes sociais. Diante do exposto, percebe-se a relevância do desenvolvimento de um software adequado às necessidades dos idosos. Além disso, é imprescindível considerar a possibilidade de testar o software, a princípio, no projeto “A melhor idade na Internet”.

Outro fator considerado relevante é a possibilidade de integrar a rede social ao software "Eldy", que poderá ser traduzido e utilizado em diversos países, favorecendo, assim, toda a comunidade idosa mundial.

6. Conclusões

Tanto o indivíduo quanto a sociedade são dinâmicos, passando por diversas mudanças, o que pode gerar novas demandas a serem atendidas, resta à sociedade e aos profissionais um grande desafio a ser vencido: proporcionar condições para um envelhecimento saudável, acessível, de forma justa e humana, a todas as pessoas, independentemente do nível socioeconômico e cultural em que se encontra.

Preocupações com a inclusão digital da comunidade da terceira idade não se encontram esgotados na sua temática e continuam merecendo destaque e atenção, bem como discussões verticalizadas voltadas para a sua melhoria.

Almeja-se que este estudo possa fornecer subsídios ao desenvolvimento da rede social acessível à melhor idade e que a sua contribuição possa elevar a qualidade no que se refere ao bem estar no processo de ensino-aprendizagem de maneira que contemple as necessidades dos idosos.

Espera-se que iniciativas como essas possam promover em toda a comunidade acadêmica, atitudes de conscientização e de crescimento e valorização dos idosos, proporcionando benefícios recíprocos.

7. Referências

BEZ, M. R.; PASQUALOTTI, P. R.; PASSERINO, L. M. (2006). Inclusão Digital da Terceira Idade no Centro Universitário Feevale. In: Simpósio Brasileiro de Informática na Educação (SBIE), 17. Brasília, UNB. Artigos, p. 227-236. ISSN: 2176-4301.

CAREGNATO, et. al. Internet na Terceira Idade: Inserção Social. In: Simpósio Brasileiro de Informática na Educação, 22 e Workshop de Informática na Escola, 17, 2011, Aracaju-SE, Anais, Aracajú-SE, 2011a, p. 1216 a 1225.

_____. A melhor idade na Internet: Inclusão digital. In: Seminário de Extensão Universitária, 4, 2011, Anais, Brasília – DF.

_____. Desafios da melhor idade na internet. In: Escola Regional de Informática da SBC (Regional Mato Grosso), 2011, Cuiabá - MT. Anais da II Escola Regional de Informática da SBC (Regional Mato Grosso). Cuiabá - MT, 2011b. p. 50-52.

CATTANI R.B., PERLINI N.M.O.G. Cuidar do idoso doente em domicilio na voz dos cuidadores familiares. Rev Eletrônica Enferm. [periódico na Internet]. 2004 [citado 2005 Maio 18]; 6(2): [cerca de 20 p.] Disponível em:www.fen.ufg.br

CORDEIRO J. C. Redes sociais e saúde. REDES – Revista hispana para el analisis de redes sociales. 2007.

CZAJA, Sara J. Computer Technology and the Older Adult. Handbook of HumanComputer Interaction. Amsterdam, p. 797-812, 1997.

FREITAS, E. V.; MIRANDA, R. D.; NERY, M. R. Parâmetros clínicos do envelhecimento e avaliação geriátrica global. In: Freitas, E. et al. Tratado de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. p. 610-617.

JONES B. D., BAYEN U.J. Teaching older adults to use computers: Recommendations based on cognitive aging research. Educational Gerontology, 24: (7) 675-689, oct-nov 1998.

KACHAR, V. A terceira idade e o computador: interação e produção num ambiente educacional interdisciplinar. Pós-Graduação em Educação: Currículo. Tese de Doutorado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2001.

LEITE R. C. B. O. O idoso dependente em domicílio [tese]. Salvador: Escola de Enfermagem, Universidade Federal da Bahia; 1995.

MANESS, J. M. Teoria da Biblioteca 2.0: Web 2.0 e suas implicações para as bibliotecas. Informação & Sociedade: Estudos, João Pessoa, v. 17, n.1, p. 43-51, jan./abr. 2007. Disponível em:

<http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/ies/article/view/831/1464>. Acesso em: 11 abr. 2010.

PAPALÉO NETTO, M. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo, Atheneu, 2002. p. 3-12.

RODRIGUES N. N., OLIVEIRA P. E. A., SILVA T. S. Tecnologias de Informação e Comunicação Aplicadas à Terceira Idade: A Descoberta do Mundo Virtual. In: XXII Simpósio Brasileiro de Informática na Educação (SBIE), 17. Aracajú, UFS, 2011. ISSN: 2176-4301.

SOARES, W. Da metáfora à substância: redes sociais, redes migratórias e migração

nacional e internacional em Valadares e Ipatinga. Tese (Doutorado em Demografia) - UFRJ, Rio de Janeiro, 2002.

VERAS R. P. Terceira idade: gestão contemporânea em saúde. Rio de Janeiro: UNATI/Relume Dumará, 2002.

WEINECK, J. Biologia do esporte. São Paulo: Manole, 1991.

ZIMERMAN GI. Velhice: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artes Médicas Sul; 2000. Disponível em: http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://www.cdof.com.br/idosos3.htm

ZUCKERBERG, Mark. O que quer o senhor das redes. Veja. São Paulo. Ed. 2237 p. 90-94. Ano 44 out. 2011.