

## Uma nova forma de comunicação para o cidadão Sênior: Facebook

*A new form of communication for the citizen Senior:  
Facebook*

Gina Maria Gouveia Páscoa  
Henrique Manuel Pires Teixeira Gil

**RESUMO:** Este artigo apresenta uma investigação realizada com cidadãos *seniores* e suas interações com a rede social digital *Facebook*. O objetivo principal foi compreender o contributo do *Facebook* na promoção do envelhecimento ativo. É um estudo de caso de natureza qualitativa realizado numa turma de informática de uma universidade da terceira idade de Castelo Branco (Portugal), em que participou um grupo de 13 seniores. Os resultados evidenciaram que o *Facebook* é utilizado para comunicar, combater a solidão e como forma de aprendizagem ao longo da vida.

**Palavras-chave:** *Facebook*; Sênior; Envelhecimento Ativo.

**ABSTRACT:** *This paper presents a research with senior citizens and their interactions with the digital social network Facebook. The main objective was to understand the contribution of Facebook in promoting active ageing. It is a qualitative case study in a computer class at a university of the third age of Castelo Branco (Portugal), attended by a group of 13 seniors. The results showed that Facebook is used to communicate, combat loneliness and as a way of lifelong learning.*

**Keywords:** *Facebook*; Senior; Active Ageing.

## Introdução

Na sociedade contemporânea em que se destaca o novo, o instantâneo, e o diferente, percebe-se uma inversão de papéis no que diz respeito a etapas da vida e valorização dos indivíduos. A velhice, nas sociedades ocidentais, frequentemente tem sido associada à inatividade e ao declínio biológico. Para reforçar este pensamento encontra-se o culto à juventude que domina a comunicação social, a publicidade e a sociedade atual. O envelhecimento não é somente uma questão genética e biológica, mas também uma questão psíquica e social. O mesmo é natural ao desenvolvimento da vida e está sujeito a implicações do ambiente ao qual se está inserido, bem como ao contexto sociocultural.

Atualmente as TIC (Tecnologias da Informação e da Comunicação) têm contribuído para a difusão do conhecimento por diversos meios, utilizando, para isso, ferramentas digitais. Estas ferramentas permitem não só a pesquisa, mas também oferecem condições para que o conhecimento seja partilhado e socializado. Assim, estas tecnologias podem ajudar os cidadãos seniores a diminuir o isolamento e a solidão, aumentando as possibilidades de manter contato com familiares e amigos, incluindo suas relações sociais através da utilização das redes sociais digitais (RSD) como ferramenta facilitadora para a promoção do envelhecimento ativo.

O envelhecimento ativo (WHO, 2002) é definido como um processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança no sentido de aumentar a qualidade de vida à medida que se envelhece, ou seja, implica autonomia, independência e expectativa de vida saudável. Nesse sentido, o objetivo é proporcionar aos seniores uma maior integração e motivação na sua vida laboral e social por mais tempo possível, contando com a intervenção de políticas sociais de participação, prevenção, intervenção e reabilitação, tanto no que diz respeito à educação quanto à saúde (Páscoa, 2012).

O uso das TIC pode facilitar o acesso dos seniores à sociedade do conhecimento, principalmente nas relações familiares e sociais, pode ser uma motivação para uma maior convivência e conseqüentemente melhoria no seu bem-estar (Mincache, Santana, Alves, Côrte, Nobrega, & Lodovici, 2011). Neste contexto, as RSD são um meio que pode possibilitar uma mudança nas relações sociais. O presente estudo pretende investigar a interação dos seniores com o *Facebook*, de modo a compreender o contributo desta RSD na promoção do envelhecimento ativo.

## **Envelhecimento ativo: um paradigma para as redes sociais**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) tem vindo a promover o conceito de *Envelhecimento Ativo*, lançado no Ano Internacional das Pessoas Idosas, em 1999, e depois reforçado como enquadramento global nas políticas públicas. Esta abordagem, nos seus três pilares de atuação – participação, saúde e segurança – tem subjacente uma perspectiva de direitos e de valorização dos Princípios das Nações Unidas relativos às pessoas idosas: independência, participação, cuidados, autorrealização e dignidade (UN, 1991). Por outro lado, chama a atenção para o facto de serem múltiplas as influências sobre a forma como os indivíduos e as populações envelhecem, implicando a necessidade de atender a fatores pessoais e comportamentais, mas também a características do ambiente físico e social, bem como a determinantes económicos, a fatores relativos aos sistemas de saúde e serviços sociais, bem como às dimensões transversais da cultura e do género.

O tema do envelhecimento ativo está claramente inscrito na agenda internacional. Desde a ONU, através da OMS, até a Comissão Europeia (CE), passando pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE). Todas estas organizações promovem iniciativas que visam a alertar as sociedades para os problemas do envelhecimento e definir medidas susceptíveis de dar corpo às políticas públicas vocacionadas para a resolução desses problemas. A última dessas iniciativas que decorreu nos países da União Europeia foi a celebração do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade Intergeracional em 2012.

O quadro dos princípios e orientações elaborado por estas organizações é conhecido por Envelhecimento Ativo e constitui, presentemente, um paradigma necessário para entender as questões que o envelhecimento coloca às sociedades e as soluções que devem ser desenvolvidas. A definição avançada pela OCDE é talvez a que tem um espectro mais amplo. Segundo esta organização, o Envelhecimento Ativo deve ser entendido como “(...) a capacidade de as pessoas avançarem em idade, levarem uma vida produtiva na sociedade e na economia. Isto significa que as pessoas podem elas próprias determinar a forma como repartem o tempo de vida entre atividades de aprendizagem, de trabalho, de lazer e de cuidados aos outros (...)” (OCDE, 1998, p.92). Por seu turno, a CE entende o Envelhecimento Ativo como “(...) uma estratégia coerente visando a permitir um envelhecer

saudável nas sociedades envelhecidas, onde a educação e a formação ao longo da vida devem ser realçadas (...)” (CE, 2002, p.6).

O estudo do envelhecimento deve assentar numa abordagem global que contemple as relações entre os múltiplos aspetos que o integram, como a vida familiar, o emprego, a educação, a integração sociocultural, a saúde e a qualidade de vida, sem esquecer os preconceitos associados à idade (idadismo) que acentuam o seu estatuto marginal (Fernandes, 2008; Sousa, Lodovici, Silveira, & Arantes, 2014). O paradigma do Envelhecimento Ativo surge, assim, como um programa de intervenção na sociedade, voltado para a mudança da condição do sénior, procurando ao mesmo tempo responder aos problemas do aumento da longevidade (Amaro, 2014). Com efeito, o Envelhecimento Ativo convida a reformular a articulação entre a atividade e a reforma, entre o trabalho e a saúde, entre a participação e a exclusão, enfim, convida a que se caminhe para uma sociedade sem discriminações em torno da idade (Walker, 2002).

Nesse sentido, as redes sociais podem ser entendidas como um conjunto de contactos pessoais que possibilitem, sobretudo em fases mais avançadas da vida, que os indivíduos mantenham a sua identidade social, recebam apoio emocional, ajuda material, serviços, informação e, ainda, estabeleçam novos contactos sociais (Antonucci, & Akiyama, 1995). Estas podem ter uma grande importância para o bem-estar e para a qualidade de vida das pessoas mais velhas (Ryff, 1989; Fernández-Ballesteros, 1998; Knight, & Ricciardelli, 2003; Hsu, 2006; Bowling, 2007; Fernández-Ballesteros, Orasa, & Constância, 2010).

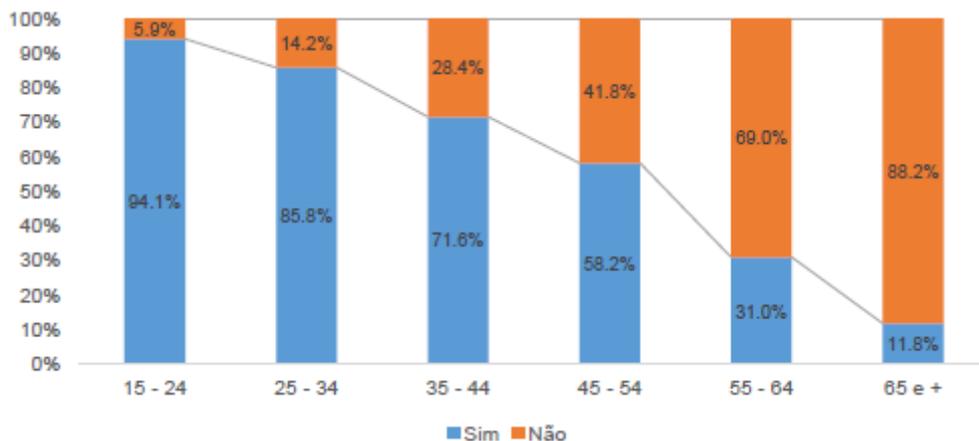
Os grupos de convívio funcionam muitas vezes como uma segunda família, quando os seniores procuram além de uma ocupação para aquele tempo considerado livre, o estabelecimento de vínculos afetivos. A natureza de uma rede social de indivíduos tem um forte impacto na sua qualidade de vida, pois aqueles que possuem um grande número de diferentes tipos de relacionamentos vivem mais, e as taxas de mortalidade são mais altas entre aqueles que possuem poucas conexões sociais. As relações sociais fortes tendem também a aliviar a depressão, aumentar a satisfação com a vida e estimular o interesse em atividades diárias (Sundar, Nussbaum, & Behr, 2011; Mincache, Santana, Alves, Côrte, Nobrega, Lodovici, 2011; Miné, 2014).

Neste âmbito, dentro da diversidade de programas socioculturais, realçamos os projetos autárquicos destinados à cultura e lazer da população sénior onde se promove uma rede de relações sociais. Falamos, por exemplo, em concreto do local onde foi efetuada esta

investigação, nomeadamente das atividades da Biblioteca Municipal de Castelo Branco (Portugal) destinadas aos seniores. Na mesma linha de intervenção é de realçar o papel desempenhado pela *USALBI*, a *Universidade de Terceira Idade de Castelo Branco*, que reúne a grande maioria dos programas autárquicos destinados à população mais velha de Castelo Branco, contribuindo para o desenvolvimento social e cultural a partir de iniciativas de associativismo e cooperação. Neste conjunto de programas educacionais e de lazer, salienta-se uma formação em TIC muito frequentada pela população sénior da região e outras iniciativas que procuram aliar as ofertas culturais à integração dos mais velhos, indo ao encontro de temáticas que unam os interesses dos mais diversos públicos, tornando os espaços multigeracionais. A partilha de atividades intergeracionais poderá ser profícua em certas condições, em que há a vontade recíproca e interesses comuns (Bárrios, & Fernandes, 2014).

### **Os cidadãos seniores, Internet e redes sociais digitais**

Em Portugal, tal como noutras sociedades ocidentais, existe um claro fosso digital entre as faixas etárias mais jovens e as faixas etárias mais velhas. A idade é um fator muitas vezes referenciado na diferenciação entre utilizadores e não utilizadores de Internet, sendo que, quanto maior a idade dos indivíduos, maior tende ser a taxa de não utilização. De acordo com dados disponibilizados num estudo do Obercom (2014), em 2013, entre os inquiridos que tinham entre 15 e 24 anos, a taxa de utilização é de 94,1%, enquanto que os inquiridos mais velhos, com 65 e mais anos, essa taxa de utilização baixa drasticamente para os 11,8% (Gráfico 1). O efeito em “escada”, graficamente exemplificado pela linha, é reflexo de um paradigma de utilização demográfico da Internet, mas que tenderá, a médio/longo prazo, a ser eliminado pela própria renovação geracional da sociedade portuguesa, dado que os indivíduos nascidos em ecossistemas informacionais tendem a ser utilizadores ávidos de novos *media*, práticas que continuam, no entanto, a ser potencialmente afetadas pelas suas condições socioeconómicas.

**Gráfico 1** – Utilização da Internet, por escalão etário, em Portugal, em 2013

Fonte: Obercom. Inquérito a Sociedade em Rede 2013

A população sénior é um dos grupos em que se podem encontrar fortes incidências de exclusão digital. Para Loos (2012), não é apenas a idade, mas também as fases da vida, a socialização, limitações funcionais que desempenham um papel neste fenómeno. Admite, no entanto, que é claro que a tendência da população a envelhecer e os países a tornarem-se mais digitalizados, mas acredita que o problema é, acima de tudo, um problema de literacias. De facto, na sociedade portuguesa, as gerações mais velhas estão fortemente associadas a um baixo nível de literacias, “(...) Portugal tem, no contexto europeu, e também por referência aos países da OCDE, uma das mais elevadas taxas da população adulta com níveis de escolaridade abaixo do ensino secundário (...)” (Ávila, 2008, p. 307).

Apesar das variáveis que dificultam o acesso da população sénior às TIC, e em especial à Internet, são muitos os benefícios apontados ao uso da Internet pelos mais velhos; no entanto, há outro fator que se interpõe neste caminho: a falta de interesse, uma das razões mais apontadas para a não utilização, nos estudos sobre o uso da Internet pela população sénior. Todavia, Neves, & Amaro (2012) destacam os benefícios socioeconómicos do acesso à Internet pelos mais velhos, como a redução do isolamento social e o melhoramento da vida quotidiana através de acesso facilitado a serviços como o de pesquisa, banco e compras. O acesso à informação de saúde através da Internet também seria um potencial de melhoramento da qualidade de vida dos seniores, uma vez que apresenta diversas vantagens em termos de comunicação efetiva sobre saúde (Espanha, 2009; Gil, 2014).

Além dos anteriores benefícios, Dias (2012) aponta ainda a possibilidade de acesso a atividades culturais e recreativas, sobretudo pelos segmentos mais vulneráveis, e também o fomento das solidariedades intergeracionais, tanto na família como nos diversos contextos sociais. Apesar de todas estas possibilidades e benefícios, vários estudos mostram uma baixa predisposição e interesse entre os mais velhos para o uso da Internet (Selwyn, Stephen, & Furlong, 2003; Dias, 2012; Gil, 2014). Apesar desta realidade, diversos estudos mostram que as atividades de comunicação são muito apreciadas pelos seniores (Kachar, 2003; Kiel, 2005; Vianna, 2007) e atualmente as RSD tornaram-se uma atividade muito popular entre os seniores com quase 10% de todo o tempo gasto na Internet (Lewis, 2011). Os dados obtidos recentemente por um estudo realizado por Sales, Amaral, & Junior (2014) corroboram com o paradigma de que as atividades de comunicação são muito apreciadas pelos seniores internautas, em que 82% dos entrevistados seniores usam o *email*, 50% utilizam mensagens instantâneas em texto e 20% por voz e vídeo e dos 51 respondentes, 29% possuía perfil em rede social. Com grande representatividade, o *Facebook* surge como uma das RSD mais utilizadas em todo o mundo, como um espaço de encontro, partilha, interação e discussão de ideias e temas de interesse comum. Entre várias definições escritas por Recuero (2011) no ambiente digital, o *Facebook*, o Orkut e o LinkedIn são denominados *sites* de redes sociais digitais propriamente ditos.

### *O Facebook: o uso dos seniores*

Na sua página oficial, o *Facebook* define-se como um produto/serviço que tem por missão «oferecer às pessoas o poder da partilha, tornando o mundo mais aberto e interligado» (*Facebook*, 2014). De facto, a quase omnipresença do *Facebook* é surpreendente: em janeiro de 2015, o *Facebook* registou cerca de 1,2 mil milhões de utilizadores em nível mundial e 4,7 milhões de utilizadores em Portugal (Socialbakers, 2015).

Um dos serviços disponíveis na Internet, que apresenta maior expressão e utilização é a *Web*, que notoriamente cresce a cada dia (Nunes, 2002) e nos últimos anos esta evolução conduziu-nos à Web 2.0 da qual fazem parte as RSD, contribuindo para que cada vez mais pessoas adiram a este *software* social onde os seniores não devem ficar excluídos (Páscoa, & Gil, 2012a). A RSD configura-se como um conjunto de dois elementos: o primeiro são os atores (ou nós das redes), que podem materializar-se como pessoas, instituições,

comunidades, blogues, um Twitter ou mesmo como um perfil do *Facebook*, o segundo elemento que define uma rede social são as suas conexões.

A interatividade que a Internet possibilita é um dos exemplos que permite uma melhoria da socialização e da participação comunitária (Kreis, Cárdenas, & Karnikowski, 2007), ideia reforçada igualmente por Páscoa, & Gil (2012b) que afirmam que o contacto com as redes sociais digitais proporciona à população sénior o acesso a novas relações, fomenta interações entre gerações através dos jogos interativos ou da comunicação por *email* ou outros serviços. Portanto, embora muitos seniores vejam o computador como algo delicado e fora das suas condições e habilidades, frente a um dilema como a distância de um ente querido, acabam por colocar-se à prova e tentam compreender o seu uso. Assim, o público mais velho, muitos deles com mobilidade reduzida ou por questões de insegurança das cidades, procuram na Internet a possibilidade de se reinserir na sociedade e em grupos de relacionamentos; ao compreender o seu funcionamento, eles criam interações com amigos e familiares, sendo este o modo que encontraram para estar presentes no mesmo universo que os seus filhos, netos e sobrinhos (Jantsch, Behar, & Lima, 2012).

Um estudo realizado por Erickson (2011), sobre a forma como os mais velhos utilizam o *Facebook*, conclui que esta RSD facilita a conexão dos seniores às pessoas mais queridas, e pode indiretamente facilitar o vínculo de capital social. A chamada de atenção gerada via *Facebook* leva muitas vezes à partilha e à receção de suporte emocional através de outros canais.

## **Método**

### *Local do Estudo*

A Universidade Sénior Albicastrense (USALBI) foi o local onde se realizou esta investigação, sendo esta uma instituição que pertence à Associação Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), tutelada pela autarquia local, localizada em Castelo Branco, cidade do interior de Portugal Continental. O estudo foi realizado numa turma de informática frequentada por seniores da USALBI, em que foram ministrados conteúdos informáticos relacionados com o *Facebook*.

### *Participantes*

No total, o estudo contou com a participação de 13 seniores oriundos do concelho de Castelo Branco, verificando-se que 7 (53,8%) eram do género feminino e 6 (46,2%) eram do género masculino, com idades variáveis entre os 54 e 78 anos. Relativamente às habilitações literárias e profissões desempenhadas, verificamos que a maioria dos seniores (61,5%) possuíam o 9º ano de escolaridade, a totalidade dos seniores estava reformado e as profissões que desempenharam nas suas atividades profissionais estiveram relacionadas com serviços administrativos e bancários e nenhum participante teve contacto com o computador/Internet na sua vida profissional.

### *Instrumentos*

Nesta investigação utilizamos a *observação não participante*, uma vez que o observador não interagiu com o objeto de estudo no momento em que realiza a observação. Nós observamos a atitude/comportamento dos seniores em interação com o *Facebook*, e não interferimos na orgânica, nem na metodologia das aulas. Neste seguimento, também construímos uma *grelha de exploração cronológica do Facebook* baseada na própria configuração e funcionamento desta rede social digital de comunicação e partilha de informação. O objetivo da criação desta grelha foi para facilitar a compreensão da dinâmica dos seniores em contacto com o *Facebook*. Paralelamente, efetuamos *entrevistas semiestruturadas* em dois momentos (início e fim do ano letivo) - 1º Momento e 2º Momento, respetivamente. No 1º Momento, as entrevistas aos seniores e à professora de informática tiveram como finalidade averiguar os níveis de literacia digital, e conhecer a opinião dos seniores e da professora de informática sobre a relação que existe entre *Facebook* e envelhecimento ativo. No 2º Momento, as entrevistas aos seniores e à professora de informática tiveram como objetivo aprofundar questões colocadas no 1º Momento com a finalidade de caracterizar a dinâmica dos seniores em interação com o *Facebook*. Esta segunda abordagem também serviu para identificar o contributo do *Facebook* na promoção do envelhecimento ativo e propor algumas estratégias/metodologias, perspetivando o futuro desta rede social digital.

## ***Procedimento***

Os dados obtidos da *observação não participante* foram registados num “diário de bordo”. A análise de conteúdo foi o instrumento escolhido para analisar as *entrevistas semiestruturadas*, tendo em conta os conceitos preconizados por Bardin (2008). A aplicação da grelha de exploração cronológica do *Facebook*, depois de validada por 3 avaliadores (2 professores de TIC e a professora de informática da USALBI), foi aplicada no início do ano letivo em que os seniores começaram a ter mais autonomia no uso do *Facebook* e terminou no mês seguinte após as atividades letivas.

## **Resultados e discussão**

### ***Observação não participante***

A maioria dos seniores utilizava o computador diariamente com a finalidade principal de aceder à Internet, para enviar e receber *emails*, consultar informação através do Google, fazer carregamentos de telemóvel e alguns seniores faziam encomendas *online*.

De acordo com a opinião da professora de informática, estes seniores estiveram sempre motivados para aprender assuntos novos e úteis para as suas vidas, como foi o caso particular da aprendizagem e utilização do *Facebook*, uma vez que foi uma estreia aprenderam a utilizar esta RSD. Estes seniores já estão razoavelmente familiarizados com as TIC e a sua literacia digital é caracterizada por possuírem competências básicas em informática adquiridas essencialmente na formação das aulas de informática da universidade da terceira idade.

Os aspetos mais relevantes das aulas observadas relacionam-se com o facto desde o primeiro dia de aulas quando os seniores mostraram curiosidade em aprender a utilizar o *Facebook*. Ao longo do ano letivo, estes assumiram um papel ativo na sua aprendizagem, sendo construtores do seu conhecimento. Todos os participantes das aulas de informática ficaram surpreendidos pela positiva com as potencialidades do *Facebook* e as novas formas de comunicação que esta ferramenta digital proporciona com muita utilidade no seu envelhecimento, no combate à solidão e como forma de promover a infoinclusão.

Seguidamente apresentamos um resumo dos aspetos mais relevantes da observação não participante efetuada nas aulas de informática (Quadro 1).

**Quadro 1** – Observações das aulas de informática

<b>Período Letivo</b>	<b>Ações realizadas nas aulas</b>	<b>Atitudes dos seniores</b>
<b>1º Período</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abordagem de conceitos teóricos sobre o <i>Facebook</i></li> <li>• Abertura da <i>homepage</i> do <i>Facebook</i> e alerta sobre a política de privacidade</li> <li>• Criação de um grupo no <i>Facebook</i></li> <li>• Ensino de algumas funcionalidades</li> </ul>	<p>Curiosidade em aprender a utilizar o <i>Facebook</i></p> <p>Preocupação em relação à divulgação de dados pessoais e invasão de privacidade</p> <p>Motivação para participar no grupo criado <i>online</i></p> <p>Entusiasmo com a aquisição destes novos conhecimentos</p>
<b>2º Período</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisão sobre a matéria dada no período anterior</li> <li>• Ensino de algumas aplicações</li> <li>• Exposição de alguns jogos interativos</li> </ul>	<p>Dificuldade por parte de alguns seniores em lembrar matérias anteriores</p> <p>Intercâmbio de ideias entre os participantes</p> <p>Solidariedade entre os participantes e coesão de grupo</p>
<b>3º Período</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisão da matéria relacionada com a componente «comunicação»</li> </ul>	<p>Aproximação forte dos participantes à componente «comunicação»: <i>email</i>, <i>chat</i>, envio de mensagens</p>

Fonte: Elaboração própria

### ***Grelha de exploração cronológica do Facebook***

A grelha era formada pelas seguintes secções: Secção I – Identificação Básica; Secção II – Funcionalidades; Secção III – Tipo de conteúdos.

- Na Secção I – Identificação Básica: verificamos que a totalidade dos participantes colocou informação sobre: nome, *email*, localização atual, data de nascimento, fotografia pessoal e universidade.
- Na Secção II – Funcionalidades: estavam incluídos 15 itens relacionados com as funcionalidades do *Facebook* e verificamos que a totalidade dos homens (46,15%) e a totalidade das mulheres (53,85%) criaram um grupo *online* juntamente com a professora de informática. A funcionalidade procurar/sugerir amigos teve maior representatividade no primeiro período letivo, 92,4% para as mulheres; e 84,% para os homens, pois foram os meses iniciais da aprendizagem do *Facebook* e os seniores mostraram curiosidade em praticar esta funcionalidade. As restantes funcionalidades tiveram maior representatividade nos meses em que foram aprendidas nas aulas e também no final do ano letivo. No final da formação, verificamos mais autonomia e confiança por parte dos seniores na utilização de certas funcionalidades, tais como: Escrever comentários no mural, *post* de fotos e vídeos, *chat*, criar/divulgar eventos, usar aplicações.
- Na Secção III – Tipo de conteúdos: no que respeita ao item Música, houve partilha de conteúdos musicais muito variados: música clássica, religiosa, popular, fado e folclore. No item Entretenimento foram colocados conteúdos relacionados com culinária, jardinagem, artesanato, caça, turismo sénior astronomia e fotografias de visitas de estudo. No item Notícias e Políticas Sociais foram partilhados conteúdos sobre saúde, negócios, desporto, notícias regionais, nacionais e informação sobre a teleassistência para idosos, campanhas de eliminação de maus-tratos para idosos, voluntariado e adesão ao banco alimentar contra a fome.

O facto de estes seniores exporem e partilharem conteúdos de cariz social revela uma maior interatividade social, quando o *Facebook* é usado para divulgação de políticas sociais e como prática de cidadania.

### ***Entrevistas Semiestruturadas (1º Momento)***

### ***Opiniões sobre o Facebook***

De acordo com a opinião da professora de informática, as principais razões que levam os seniores a utilizar o *Facebook* são para comunicação, lazer e entretenimento. Para os seniores, o *Facebook* é uma ferramenta digital de comunicação, que combate a solidão, promove a socialização, sendo também um complemento de entretenimento, que aproxima gerações, em que avós e netos falam a mesma linguagem:

S10 “(...) aquisição de uma linguagem para estar ao nível dos netos, facilita a socialização (...).”

### ***Vantagens do Facebook***

Para os seniores as principais vantagens são o intercâmbio de comunicação e informação e partilha de conhecimentos e eventos:

S8: “(...) somos convidados para eventos que acontecem no dia a dia, os convites instantâneos para ir a um magusto, a uma caminhada, a uma convocatória para recolha de sangue são úteis e saudáveis, a comunicação é instantânea (...).”

### ***Desvantagens do Facebook***

A principal desvantagem refere-se à falsa noção de «Amigos», uma vez que o conceito de amizade no *Facebook* não acarreta o mesmo significado de amizade *offline*, ser amigo neste sítio é sinónimo de ter uma rede de contactos:

S11 “(...) não concordo com o facto de instantaneamente, através de um clique se fazer “Amigos”, perde-se deste modo a essência da amizade (...).”

### ***Relação entre Facebook e Envelhecimento Ativo***

Os seniores emitiram um grande número de aspetos positivos e exemplificaram como o *Facebook* é uma ferramenta digital que promove o Envelhecimento Ativo e deram exemplos práticos da aplicação do *Facebook* no seu processo de envelhecimento:

S2 “(...) com o *Facebook* já não penso nos problemas graves, estou ativa, é uma companhia (...).”; S4 “(...) aumenta a saúde mental, aumenta a qualidade de vida, aumenta a autoestima, sentimo-nos incluídos e úteis (...).”

S10 “(...) uma janela aberta para o mundo e para os amigos, pode servir de S.O.S. para quem esteja aflito e souber manusear as tecnologias, um porto de abrigo para os idosos que sentem a solidão (...).”

S11 “(...) um meio de nós estarmos ativos em várias dimensões: familiar, social, económica e política.”

### ***Entrevistas Semiestruturadas (2º Momento)***

Na Tabela 1 estão alguns dados relativos à utilização do *Facebook* pelos seniores e constatamos que 46% atualizava a sua *homepage* diariamente; isso demonstra que estes seniores estavam interessados nesta RSD uma vez recorrem a ela todos os dias, já fazia parte do seu quotidiano. Relativamente às horas de utilização do *Facebook*, verificamos que 54% dos seniores utilizava-o menos de 1 hora e 38% entre 1 hora a 4 horas; estes dados revelam que eles não utilizavam muitas horas nesta RSD, talvez devido à sua idade ocupassem o seu tempo com outro tipo de atividades. Em relação ao uso do *Facebook* após a aula semanal de informática, 77% dos seniores utilizava-no após a aula e 23% não tinha período de utilização definido. Este valor elevado poderá significar que estes seniores pretendem realizar o treino e a consolidação das aprendizagens. Este facto pode levar a questionar a possibilidade de haver maior número de aulas para que estes seniores adquiram melhor conhecimento e aprofundamento do *Facebook*. Relativamente à escolha da política de privacidade, 69% dos seniores escolheu a política de privacidade “Só os meus amigos podem aceder ao meu

perfil” e 31% dos seniores escolheu “Todos podem aceder ao meu perfil”. Este valor elevado de proteção do perfil mostra a atitude defensiva que os seniores possuem perante a política de privacidade do *Facebook*, demonstra igualmente algum receio que estes seniores possuem em expor excessivamente os seus dados pessoais no espaço virtual, pois têm consciência que a informação pode ser falseada ou usada para práticas potencialmente mais desadequadas.

**Tabela 1** – Utilização do *Facebook*

Atualização da <i>homepage</i>	Horas	Uso do <i>Facebook</i> após a aula	Política de privacidade
46% Diariamente	54% < 1h	77% - sim	69% “Só os amigos podem aceder ao meu perfil”
38% Semanalmente	38% - 1h-4h	23% - sem período definido	31% “Todos podem aceder ao meu perfil”
15% Mensalmente	8% > 4h		

Fonte: Elaboração Própria

### ***Limitações na utilização do Facebook***

No que concerne às limitações, a opinião dos seniores aborda limitações pessoais que se relacionam com a falta de exposição das TIC nas suas vidas profissionais, com inexperiência com RSD, com a necessidade de formação e acompanhamento nesta área:

S7 “(...) as limitações são pessoais, pois nós temos necessidade de acompanhamento de alguém que nos ensine a trabalhar com estes programas como o *Facebook*, há uma necessidade de formação nesta área (...).”

### ***Contributo do Facebook na promoção do Envelhecimento Ativo***

De acordo com a opinião dos seniores, no 2º Momento das entrevistas, o *Facebook* foi uma ferramenta digital utilizada por eles que contribuiu para a promoção do envelhecimento ativo, constatou-se com foi em nível social que o *Facebook* incrementou a socialização,

ajudou a combater a solidão, contribuiu para uma melhor participação social, aumentou a rede de relações, melhorou a solidariedade entre gerações, promoveu a aprendizagem ao longo da vida e facilitou a infoinclusão. As seguintes expressões mostram toda esta ideia:

S4 “(...) ferramenta utilizada para a socialização entre as pessoas, trocam-se experiências, viaja-se pelo mundo (...).”; S1 “(...) abrange muitas faixas etárias dos 8 aos 80 anos (...).”

S9 “(...) Facebook permite ultrapassar a solidão e o isolamento (...).”

S5 “(...) o envelhecimento transformou-se num envelhecimento inovador, já me sinto incluída na sociedade (...).”; S10 “(...) já é um hábito falar com a minha neta que está no estrangeiro (...).”; S12 “(...) a minha relação com os netos saiu reforçada (...).”; S13 “(...) tenho aprendido muito com esta formação, o Facebook é uma autêntica aprendizagem que nos vai servir ao longo da nossa vida (...).”

### ***Estratégias/Metodologias para motivar os seniores a aderirem ao Facebook***

Na opinião da professora de informática, as estratégias/metodologias utilizadas por ela nas aulas motivaram os seniores a participar no *Facebook*, à medida em que houve um *feedback* positivo por parte dos seniores com uma presença regular no *Facebook*. A professora privilegiou uma estratégia de formação baseada numa sequência lógica das funcionalidades no interior da rede, em que segundo ela as competências digitais destes seniores melhoraram após a utilização do *Facebook*:

P “(...) estes alunos já não se satisfazem em escrever um texto, são alunos que querem mais conhecimentos, mais aptidões digitais e este ano com o *Facebook*, eles ficaram a aprender a utilizar uma rede social (...).”

Relativamente à opinião dos seniores, estes emitiram opiniões favoráveis diante das metodologias/estratégias utilizadas nas aulas, uma vez que através destas, eles aprenderam a utilizar o *Facebook*. Contudo, eles referem que necessitavam de uma aprendizagem mais profunda com mais horas semanais de formação equacionada com o seu processo de

envelhecimento e necessidades quotidianas. Todas estas sugestões estabelecem uma semelhança ao que Páscoa & Gil (2014) consideram importante para uma formação ao longo da vida ampliada num contexto digital com as TIC, exigindo uma ressocialização da sociedade civil, sendo necessário investir em políticas públicas de educação mais ativas no campo da qualificação do capital humano e promover ações de *empowerment* através das TIC, que intensifiquem a capacitação resiliente da população sénior.

De um modo geral, o convívio que se estabeleceu entre pares também contribuiu para que os seniores aprendessem a utilizar as funcionalidades do *Facebook*, mas não foram suficientes, pois não se centraram totalmente nas particularidades dos cidadãos seniores e no seu processo de envelhecimento. Tal como refere Gil (2013), podem ser equacionadas muitas recomendações, havendo muito a fazer, pelo facto dos seniores envelhecerem de formas diferentes, com diferentes necessidades e incapacidades, onde a intervenção na formação deve ter que se fazer um diagnóstico prévio, tão completo e aprofundado quanto possível, de forma a aumentar a qualidade de vida destes cidadãos e tornar o seu envelhecimento, num verdadeiro envelhecimento ativo.

### ***Futura utilização do Facebook pelos seniores***

Todos os seniores afirmaram que futuramente iriam continuar a utilizar esta RSD, essencialmente para comunicar com familiares e amigos, uma vez que todos eles veem no *Facebook* uma nova forma de comunicação.

### **Considerações Finais**

Os seniores cada vez mais reconhecem as potencialidades do uso das RSD; a maioria deles fica *online* para enviar *emails*, para reunir informações de *hobbies*, pesquisar informações sobre saúde, turismo, aceder à sua conta bancária, fazer compras *online* e atualizar-se sobre a meteorologia. Estes cidadãos têm a perceção das RSD como uma componente de entretenimento que os ajuda a manter o contato com familiares e conhecidos e assim esta apreciação pode influenciar positivamente o uso desta ferramenta, além de beneficiar o seu processo de envelhecimento ativo.

Em trabalhos futuros seria importante explorar a questão da utilização dos dispositivos móveis (*Smartphone, iPhone, iPad*) por parte dos cidadãos séniores, de modo a avaliar o impacto deste conceito *mobile learning* na promoção do Envelhecimento Ativo e adicionalmente propor programas de formação em TIC para que esta se torne mais atrativa a este público.

## Referências

- Amaro, F. (2014). *Sociologia da família*. Lisboa (Portugal): Pactor.
- Antonucci, T., & Akiyama, H. (1995). Convoys of social relations: family and friendships within a life span context. In: Rosemary, B., & Victoria, B. (Eds.). *Handbook of aging and the family*, 355-372. Connecticut: Greenwood Press.
- Ávila, P. (2008). Os contextos da literacia: percursos de vida, aprendizagem e competências-chave do adulto pouco escolarizado. *Sociologia*, 28, 307-337.
- Bardin, L. (2008). *Análise de conteúdo*. Lisboa (Portugal): Edições 70.
- Bárrios, M., & Fernandes, A. (2014). A promoção do envelhecimento ativo ao nível local: análise de programas de intervenção autárquica. *Revista portuguesa de saúde pública*, 32(2), 188-196.
- Bowling, A. (2007). Aspiration for older age in the 21st century: what is successful ageing?. *International Journal of Ageing and Human Development*, 64(3), 263-297.
- CE (2002). *La réponse de l'Europe au vieillissement de la population mondiale. Promouvoir le progrès économique et social dans un monde vieillissant*. Bruxelas: Commission des Communautés Européennes. Retirado a 08 abril, 2015, de: <http://www.eurlex.europa.eu/doc>.
- Dias, I. (2012). O uso das tecnologias digitais entre os seniores: motivações e interesses. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 68, 51-77.
- Erickson, B. (2011). Social media, social capital, and seniors: The impact of *Facebook* on bonding and bridging social capital of individuals over 65. In: *Proceedings of AMCIS all submissions*. (Paper 85).
- Espanha, R. (2009). *Saúde e comunicação numa sociedade em rede – o caso português*. Lisboa (Portugal): Monitor.
- Facebook. (2014). *Key facts*. Facebook newsroom. Retirado a 04 de abril, 2015, de: <http://newsroom.fb.com/key-facts>.
- Fernandes, A. (2008). *Questões demográficas: demografia, e sociologia da população*. Lisboa (Portugal): Edições Colibri.
- Fernández-Ballesteros, R. (1998). Quality of life: concept and assessment. In G. Adair, D. Belanger & L. Dion (Eds.), *Advances in psychological science*. Hove: Psychology Press.

- Fernández-Ballesteros, R., Orasa, T. & Constância, P. (2010). The concept of 'ageing well' in ten Latin American and European countries. *Ageing & Society*, 30, 41-56.
- Gil, H. (2013). Ambientes 'personalizados' de aprendizagem para adultos idosos: a potencial relevância das TIC. In: *Proceedings da VIII Conferência Internacional de TIC na Educação – Challenges 2013: aprender a qualquer hora e em qualquer lugar, learning anytime anywhere*. Braga (Portugal), 184-191.
- Gil, H. (2014). *Os cidadãos mais idosos (65 + anos) do concelho de Castelo Branco na utilização das TIC, e-saúde e e-Governo local*. Relatório de Pós-Doutoramento em Políticas Sociais. Lisboa (Portugal): ISCSP - Universidade de Lisboa.
- Hsu, C. (2006). Exploring elderly people's perspectives on successful ageing in Taiwan. *Ageing and Society*, 27(1), 87-102.
- Jantsch, A., Machado, L., Behar, A., & Lima, J. (2012). As redes sociais e a qualidade de vida: os idosos na era digital. *IEEE-RITA*, 7(4), 173-179.
- Kachar, V. (2003). *Terceira idade e informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo (SP): Cortez.
- Kiel, M. (2005). *The digital divide: Internet and email use by the elderly*. Department of health management systems, Duquesne University, Pittsburgh. Retirado a 18 de abril, 2015, de: <http://www.informaworld.com/smpp/content=a713736882>.
- Knight, T., & Ricciardelli, A. (2003). Successful ageing: perceptions of adults aged between 70 and 101 years. *International Journal of Ageing Human Development*, 56(3), 223-246.
- Kreis, R., Cárdenas, C., & Karnikowski, M. (2007). O impacto da informática na vida do idoso. *Revista Kairós Gerontologia*, 10(2), 153-168.
- Lewis, S. (2011). Seniors and online social network. *Journal of Information Systems Applied Research*, 4(2), 1-15.
- Loos, E. (2012). Senior citizens: Digital immigrants in their own country? *Observatorio Journal*, 6, 1-23.
- Mincache, G.B., Santana, M.A., Alves, V.P., Côrte, B., Nobrega, O.T., & Lodovici, F.M.M. (2011). Aliando Tecnologia da Aprendizagem à Qualidade de Vida dos Idosos. Sevilla (Espanha): *Redes.com*, 6, 291-299.
- Miné, T. (2014). *De bem com a vida: os idosos no Facebook*. Comunicação apresentada no 4º Congresso Internacional em Comunicação e Consumo. São Paulo, 8 a 10 de outubro.
- Neves, B., & Amaro, F. (2012). Demasiado velho para a tecnologia. Como os idosos de Lisboa usam e percebem as TIC? *Jornal de Informática Comunitária*, 8, 1-19.
- Nunes, S. (2002). *A acessibilidade na Internet no contexto da sociedade da informação*. Dissertação de Mestrado. Porto (Portugal): Universidade do Porto.
- Obercom. (2014). *A Internet em Portugal. A sociedade em rede 2014*. Lisboa (Portugal): Obercom
- OCDE (1998). *Maintenir a prospérité dans une société vieillissante*. Retirado a 08 abril, 2015, de: <http://www.ocde.org/.pdf>.

- Páscoa, G. (2012). *O contributo da web social – rede social Facebook – para a promoção do envelhecimento ativo: estudo de caso realizado na USALBI*. Dissertação de Mestrado. Lisboa (Portugal): ISCSP-Universidade de Lisboa.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2012a). O Facebook e os idosos: A importância do software social na aprendizagem ao longo da vida. In: *Proceedings da 7ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação*, 544-549. Madrid (Espanha).
- Páscoa, G. & Gil, H. (2012b). O desafio do Facebook na promoção do envelhecimento ativo e da solidariedade intergeracional. In: *Proceedings do III Congresso Internacional de Gerontologia e Geriatria*. Lisboa, 36-54.
- Páscoa, G. & Gil, H. (2014). As tecnologias de informação e comunicação e a formação ao longo da vida: Um estudo em populações 50+. In: *Proceedings da 9ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação*. Barcelona, 43-47.
- Recuero, R. (2011). *Redes sociais na internet*. Porto Alegre: Sulina.
- Ryff, D. (1989). In the eye of the beholder: views of psychological well-being among middle-aged and older adults. *Psychology and Ageing*, 4(2), 195-210.
- Sales, B., Amaral, A., Junior, I., & Sales A.B. de (2014). Tecnologias de informação e comunicação via Web: Preferências de uso de um grupo de usuários idosos. *Revista Kairós Gerontologia*, 17(3), 59-77.
- Selwyn, N., Stephen, G., & Furlong, J. (2003). *The information aged: Older adult use of information and communications technology in everyday life*. School of social sciences, Cardiff University, Wales, *Working paper series*. (Paper 36).
- Socialbakers. (2015). *Portugal Facebook statistics*. Retirado a 18 abril, 2015, de: <http://www.socialbakers.com/Facebook-statistic/portugal>.
- Sousa, A.C.S.N.de, Lodovici, F.M.M., Silveira, N.D.R., & Arantes, R.P.G. (2014). Alguns apontamentos sobre o Idadismo: a posição de pessoas idosas diante desse agravo à sua subjetividade. In: *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 19(3), 853-877.
- Sundar, S., Nussbaum, J., & Behr, R. (2011). Retirees on Facebook: can online social networking enhance their health and wellness? In: *Proceedings of the 2011 annual conference extended abstracts on human factors in computing systems*. USA: New York, 2287-2292.
- UN. (1991). *United Nations principles for older persons*. UN General Assembly, Resolution 46/91. Retirado a 07 abril, 2015, de: <http://www.un.org/documents/htm>.
- Vianna, N. (2007). *Tecnologia da informação e terceira idade: uma análise na óptica de estado de espírito com relação à atual*. Retirado a 18 abril, 2015, de: <http://www.aedb.br/seget/artigos07/1461.pdf>.
- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International social security review*, 55(1), 121-140.
- WHO (2002). *Active ageing: a policy framework*. Geneve: World Health Organization.

Recebido em 01/03/2015

Aceito em 30/03/2015

---

**Gina Maria Gouveia Páscoa** – Licenciada em Enfermagem. Pós-Graduada em Gerontologia, Mestre em Política Social. Doutoranda em Política Social no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (UL), Portugal.

Contacto: ginapascoa@hotmail.com

**Henrique Manuel Pires Teixeira Gil** – Pós-Doutorado em Políticas Sociais pelo Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (UL), Portugal. Professor Adjunto da Escola Superior de Educação (ESE) do Instituto Politécnico de Castelo Branco (IPCB), Portugal.

Contacto: hteixeiragil@ipcb.pt