

Experiências de pessoas idosas institucionalizadas sobre as Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) e percepção do estado de saúde*

*The experience of older institutionalized people
about the Information and Communications
Technologies (ICT) and their perception on their
health status*

*Experiencias de personas mayores
Institucionalizadas sobre Tecnologías de la
Información y la Comunicación (TIC) y
percepción del estado de salud*

Joana Daniela Gomes da Cunha
Rosa Marina Afonso
Paulo Alexandre Oliveira Duarte
José Martinez de Oliveira

RESUMO: Objetivou-se avaliar a percepção do estado de saúde e utilização das TIC por idosos institucionalizados, a possível relação entre estas dimensões, identificar quais as suas principais dificuldades e enumerar as características que esta população considera fundamentais num “equipamento ideal”. Foi elaborado um questionário original que, depois de validado, foi aplicado em cinco Instituições. Conclui-se que a maioria dos idosos avalia a sua saúde como “aceitável” e “boa”, e que aqueles que utilizam mais frequentemente o telemóvel apresentam pior percepção do estado de saúde.

Palavras-chave: Envelhecimento; Percepção da Saúde; Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC).

ABSTRACT: *This study aims to evaluate the health perception and the utilization of ICT by the institutionalized elderly population, exploring potential relationships between both, identify the mains difficulties, and listing the characteristics that this populations consider necessary in an “Ideal Digital Equipment”. For this investigation, an original questionnaire was developed, that was later applied in 5 Institutions. It is conclude that the majority of the respondents evaluate their health as “acceptable and “good” and that the mobile phone ones is the device more used and that the respondents have lower perception of their health status.*

Keywords: *Aging; Health Perception; Information and Communications Technology (ICT).*

RESUMEN: *El objetivo fue evaluar la percepción del estado de salud y el uso de las TIC por parte de ancianos institucionalizados, la posible relación entre estas dimensiones, identificar sus principales dificultades y enumerar las características que esta población considera fundamentales en un "equipo ideal". Se elaboró un cuestionario original y, una vez validado, se aplicó en cinco instituciones. Se concluye que la mayoría de las personas mayores evalúan su salud como "aceptable" y "buena", y que quienes usan su teléfono móvil con mayor frecuencia tienen una peor percepción de su estado de salud.*

Palabras clave: *Envejecimiento; Percepción de la salud; Tecnologías de la información y la comunicación (TIC).*

Introdução

O envelhecimento da população é um dos maiores desafios para a sociedade contemporânea. Fruto do aumento da esperança média de vida, constata-se que o número de pessoas idosas tende a aumentar, mundialmente (Esgueira, 2013; Blažun, Vošner, Kokol, Saranto, & Rissanen (2014). Vosner, H. B., Kokol, P., Saranto, K., & Rissanen, S. (2014). Trata-se de um processo inevitável, inerente a todos, embora apresente grande variabilidade interindividual, de acordo com as características genéticas e o modo de vida de cada um (Antunes, & Abreu, 2017).

À medida que as incapacidades físicas, cognitivas e psicológicas do idoso se instalam e, inversamente, sua rede informal (cônjuge, filhos, amigos e vizinhos) diminui, surge, frequentemente, a necessidade de recorrer à rede formal (organizações estatais ou privadas de apoio aos idosos) (Neves, 2012).

Ao idoso, homem ou mulher com idade igual ou superior a 65 anos, a institucionalização exige a adaptação a um ambiente coletivo, com normas que nem sempre estão de acordo com sua personalidade, o que poderá ter implicações no seu bem-estar, independência, privacidade e intimidade (Neves, 2012). Os idosos institucionalizados exigem maior suporte, apresentando, frequentemente, maior morbidade física e mental (Lourenço, 2014).

Paralelamente ao envelhecimento da população, assiste-se à acelerada instalação e proliferação das TIC no cotidiano (Pereira, & Neves, 2011). Entende-se por TIC qualquer recurso tecnológico que permite transmitir uma informação, incluindo o *hardware* e todo o *software* necessário a seu funcionamento (Pereira, & Neves, 2011).

A primazia atribuída às TIC pode ser negligenciada por aqueles que não têm acesso à tecnologia, ficando excluídos da movimentação social e confluência comunicacional, sendo os idosos um dos grupos potencialmente infoexcluídos (Pereira, & Neves, 2011). Frequentemente, são eles próprios que se colocam à margem por medo, falta de conhecimentos, inadequação dos equipamentos (Antunes, & Abreu, 2017).

Todavia, as tecnologias podem permitir a inclusão do idoso, possibilitando o acesso a múltiplos serviços e informações (Antunes, & Abreu, 2017). A comunicação virtual permite fortalecer laços intergeracionais, cada vez mais enfraquecidos pelo desmembramento familiar e as exigências profissionais (Pereira, & Neves, 2011).

A inclusão digital estimula a autonomia, previne o declínio cognitivo, reduz o sentimento de solidão e sintomas depressivos, garante maior abrangência da assistência em saúde (telemonitorização - detecção de quedas com sistema de alerta ao cuidador, monitorização da toma de medicação e atividade física – cada vez mais utilizada), com diminuição do impacto das doenças crônicas (Sales, MB, Amaral, & Sales, AB, 2014).

Idosos que utilizam as TIC evidenciam maior sensação de bem-estar e segurança, melhor qualidade de vida e capacitação nas relações interpessoais (Blažun, Saranto, Kokol, & Vošner, 2012; Jantsch, Machado, Behar, & Lima, 2012; Verona, Cunha, Pimenta, & Buriti, 2006).

As TIC podem, assim, ter um forte impacto na percepção do estado de saúde, considerada um preditor de saúde objetiva, que relaciona as variáveis sociodemográficas, doenças crônicas, grau de incapacidade funcional e depressão, sendo útil na previsão do declínio funcional e das necessidades de cuidados de saúde (Ordenez, Lima-Silva, Yassuda, & Cachioni, 2012; Zikic, Jankelic, Milosevic, Despotovic, Erceg, & Davidovic, 2009).

Nos idosos, a percepção do estado de saúde é muito influenciada pela forma como comparam a sua saúde com a de outros idosos, da mesma idade e sob condições de vida similares (comparações sociais) e com o seu estado de saúde de outros períodos de vida (comparações temporais) (Henchoz, Cavalli, & Girardin, 2008). Apesar do estado de saúde e da autopercepção em saúde deteriorarem com o tempo, são conceitos diferentes, dependentes de vários fatores (Henchoz, Cavalli, & Girardin, 2008).

Este estudo pretende avaliar a percepção do estado de saúde e utilização das TIC por idosos institucionalizados, a possível relação entre estas dimensões, identificar quais as suas principais dificuldades, e enumerar as características que esta população considera fundamentais num “equipamento ideal”.

Métodos

Trata-se de um estudo observacional, descritivo e transversal/*cross-sectional*. Primeiramente, procedeu-se a uma revisão da literatura, nomeadamente, por meio da realização de pesquisa na PubMed, tendo sido usados como termos de pesquisa: *Elderly, Aged, Old people vs. Computers, Communication technologies, Communications skills, iPads, Cell phones*. Foram ainda consultadas outras referências bibliográficas (livros, artigos científicos, entre outras) sobre a utilização das TIC por idosos, a percepção do estado de saúde e a relação entre estas dimensões.

Posteriormente, analisaram-se alguns questionários aplicados em estudos nacionais e internacionais, como base para a construção de um questionário original dividido em cinco partes, abordando as variáveis em estudo.

O estudo foi submetido à Comissão de Ética da Universidade da Beira Interior, situada na cidade de Covilhã, Portugal, tendo sido aprovado pela mesma na reunião do dia 10 de julho de 2018.

Para além do consentimento informado, assegurou-se o anonimato de todos os participantes da amostra, bem como a confidencialidade dos dados recolhidos. Assim, foram cumpridas todas as normas vigentes no âmbito dos trabalhos de investigação, segundo os princípios da Declaração de Helsinque (2000).

A aplicação dos questionários teve início no dia 12 de novembro de 2018 e foi concluída no dia 29 de janeiro de 2019. Participaram do estudo utentes das seguintes instituições: Lar de Nossa Senhora de Fátima da Santa Casa da Misericórdia do Fundão; Lar de São José, Covilhã; Mutualista Covilhanense; Residência Rainha Leonor, Santa Casa da Misericórdia de Viseu; e Centro Paroquial de Nelas. Definiram-se como critérios de inclusão no estudo: ter idade igual ou superior a 65 anos; encontrar-se institucionalizado em Lar/Residência; não apresentar défices cognitivos que impossibilitassem a participação no estudo.

Foram excluídos os idosos que apenas frequentassem o Centro-dia ou que apresentassem patologia do foro neurológico que compromettesse a validade das respostas.

Para o registo de dados, recolhidos através de questionário, usou-se o *Microsoft Office Excel 2013*® e, para a análise estatística dos dados, recorreu-se ao *Software Package for Social Sciences (SPSS)*®, versão 25 para a *Microsoft Windows*®.

Procedeu-se à análise descritiva dos dados sociodemográficos para caracterização da amostra, sendo construídas tabelas de frequências, e gráficos ilustrativos da distribuição de respostas. A utilização do teste do qui-quadrado permite, perante duas variáveis nominais ou uma variável nominal e outra ordinal, testar a associação entre pares de variáveis, admitindo-se duas hipóteses (Maroco, 2011). Quando o valor da probabilidade associada ao teste do qui-quadrado (p) for inferior a 5% (0.05), rejeita-se a hipótese nula (H_0), concluindo-se que não é possível excluir a hipótese das duas variáveis por estarem relacionadas.

Quando o valor da probabilidade associada ao teste do qui-quadrado(p) for superior ao valor de referência de 5% (0,05), não se pode rejeitar a hipótese nula, ou seja, conclui-se que as variáveis não estão relacionadas (Maroco, 2011).

Resultados

Relativamente às características sociodemográficas da amostra, verifica-se que 79 (69.3%) idosos são do género feminino e 35 (30.7%), do género masculino.

Em relação à distribuição da amostra por idades, a idade mínima é de 66 anos e a máxima de 95 anos, sendo a média 84.42 (DP=6.585). Verifica-se, ainda, que 34 idosos (29.8%) têm entre 85 e 89 anos, sendo este o intervalo de idades mais representativo da amostra.

Quanto ao meio de origem, 72 (63.2%) idosos cresceram num meio rural; e 42 (36.8%) cresceram num meio urbano.

No que diz respeito à escolaridade, 53 idosos (46.5%) referem ter a 4ª classe; e 27 (23.7%) referem ter uma licenciatura.

As profissões desempenhadas por cada um são diversas, sendo as mais mencionadas: doméstica (27.2%); professor(a) (14.9%); e agricultor(a) (11.4%) (Tabela 1, mais adiante).

Tendo em conta o agregado familiar, 80 idosos (70.2%) referem ter filhos; e, destes, 63, ou seja, 55.3% afirmam ter netos. Da totalidade da amostra, 29.8% indica não ter descendência. Além disso, 51 idosos (44.7%) indicam não ter irmãos. Cerca de 23 idosos (20.2%) refere outros elementos do agregado familiar, como amigos (0.9%); bisnetos (5.3%); sobrinhos (4.4%); entre outros.

Em relação ao local onde se encontra o agregado familiar, as respostas são diversas: 41 idosos (36%) responderam Viseu; 14 (12.3%) Lisboa; 13 (11.4%) Covilhã; 5 (4.4%) França; 13 (11.4%) dizem estar “perto”. Os restantes referem outros locais como Porto (3.5%); Coimbra (1.8%); entre outros (Tabela 1).

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica da amostra (N=114)

Variável		Frequência	Porcentagem
Gênero	Feminino	79	69.3%
	Masculino	35	30.7%
Idade	<70 anos	3	2.6%
	70-79 anos	21	18.4%
	80-89 anos	63	55.3%
	≥ 90 anos	27	23.7%
Meio	Rural	72	63.2%
	Urbano	42	36.8%
Escolaridade	4ª classe	53	46.5%
	Licenciatura	27	23.7%
Profissão	Doméstica	31	27.2%
	Professor(a)	17	14.9%
	Agricultor	13	11.4%
Agregado Familiar	Filhos	80	70.2%
	Netos	63	55.3%
	Irmãos	63	55.3%
Localização do Agregado Familiar	Viseu	41	36
	Lisboa	14	12.3%
	Covilhã	13	11.4%
	“Perto”	13	11.4%

A informação clínica foi recolhida por meio de questões aos idosos sobre suas principais patologias e através da consulta do seu processo clínico (Figura 1).

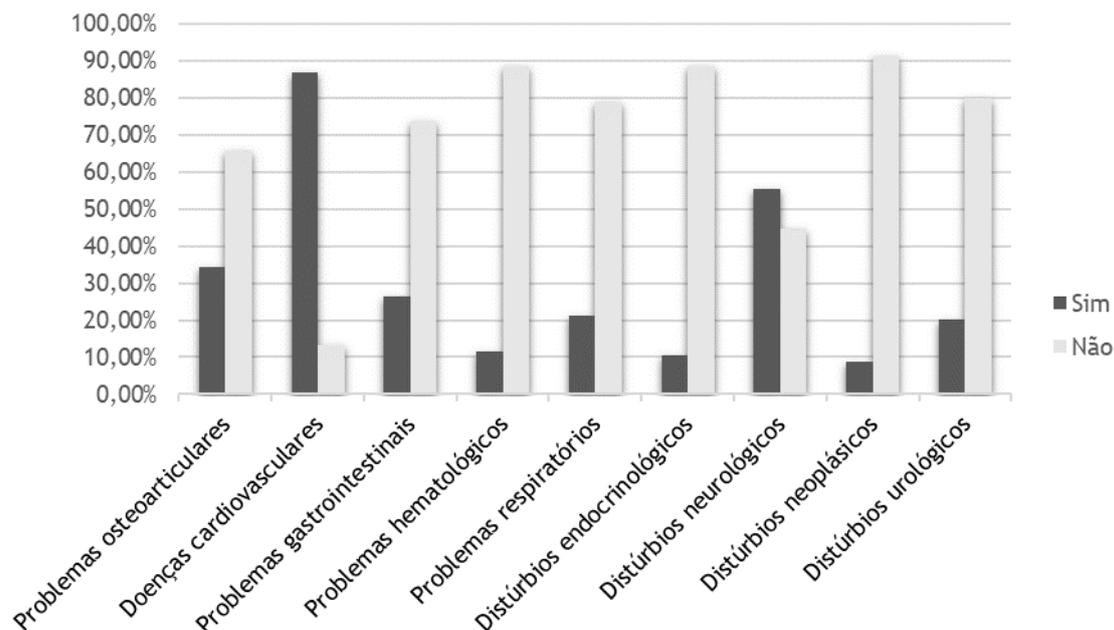


Figura 1 - Patologias dos idosos (N=114)

Quanto à percepção do estado de saúde, as respostas mencionadas pelos idosos foram as evidenciadas na Tabela 2, sendo que as respostas mais assinaladas foram: “aceitável” (44 idosos, 38.6%); e “boa” (38 idosos, 33.3%).

	Má	Aceitável	Boa	Muito boa	Excelente
<i>Autoavaliação do estado geral de saúde</i>	24 (21.1%)	44 (38.6%)	38 (33.3%)	7 (6.1%)	1 (0.9%)
<i>Autoavaliação da Visão</i>	25 (21.9%)	32 (28.1%)	39 (34.2%)	18 (15.8%)	0 (0.0%)
<i>Autoavaliação da audição</i>	22 (19.3%)	30 (26.3%)	41 (36.0%)	15 (13.2%)	6 (5.3%)
<i>Autoavaliação da Coordenação motora</i>	7 (6.1%)	21 (18.4%)	39 (34.2%)	29 (25.4%)	18 (15.8%)
<i>Autoavaliação da memória</i>	8 (7.0%)	32 (28.1%)	51 (44.7%)	18 (15.8%)	5 (4.4%)
<i>Autoavaliação da autonomia</i>	2 (1.8%)	30 (26.3%)	38 (33.3%)	25 (21.9%)	19 (16.7%)

Tabela 2 - Percepção dos Idosos sobre o seu Estado de Saúde

Salientar ainda que, para um nível de significância de 5%, os resultados sugerem que não existe uma associação estatisticamente significativa entre a percepção do estado geral de saúde e os dados sociodemográficos, nomeadamente, a idade, o género e o meio ($\chi^2= 8.335$; $p=0.989$). Em relação ao telemóvel, verifica-se que 112 (98.2%) idosos sabem o que é; e 92 (80.7%) referem que já utilizaram este equipamento (Figura 3). Destes, 14 idosos (12.3%) afirmam que já não o utilizam. Dois deles (1.8%) justificam esse facto pelas limitações físicas impostas pela idade. Três idosos (2.6%) referem a sua substituição por outro equipamento (nomeadamente o *smartphone*); e 4 idosos (3.6%) admitem ter dificuldades de acesso por questões económicas. Um idoso (0.9%) refere não sentir necessidade de usar este equipamento; e outro idoso (0.9%) confessa que as dificuldades no manuseio do equipamento levaram a seu abandono. Daqueles que continuam a usar o telemóvel, 6 idosos (5.3%) fazem-no raramente; 19 (16.7%) ocasionalmente; 33 (28.9%) frequentemente; e 20 idosos (17.5%) referem fazê-lo sempre.

Quanto à avaliação da sua utilização, verifica-se que um idoso (0.9%) a classifica como má; 14 (12.3%) como aceitável; 33 (28.9%) como boa; 32 (28.1%) como muito boa e, ainda, 12 idosos (10.1%) classificam-na como excelente (Figura 4). Os resultados sugerem que, para um nível de significância de 5%, existe uma associação estatisticamente significativa entre a idade e utilização do telemóvel ($\chi^2=32.202$; $p=0.041$).

Ao consultar a tabela de frequências, verifica-se que aqueles que utilizam mais frequentemente o telemóvel estão em faixas etárias mais elevadas, nomeadamente, acima de 80 anos. Os resultados indicam, também, para um nível de significância de 5%, uma associação estatisticamente significativa entre a idade e a forma como os idosos avaliam a sua experiência com o telemóvel ($\chi^2=34.287$; $p=0.024$), observando-se que aqueles que a classificam como “muito boa” e “excelente” são, sobretudo, idosos com mais de 80 anos. Os resultados não indicam uma relação entre o grau de utilização do telemóvel com outras variáveis, tais como o género ($\chi^2= 3.381$; $p=0.496$), e o meio onde os idosos cresceram ($\chi^2= 5.510$; $p=0.239$).

Da totalidade da amostra, 64 idosos indicam desconhecer o que é um *smartphone*; contra 49 (43%) que afirma saber o que é (Figura 3).

Destaques-se que 6 idosos (5.3%) referem ter usado um, sendo que, destes, 1 o faz apenas ocasionalmente (0.9%); 3 usam-no frequentemente (2.6%); 1 deles utiliza-o sempre (0.9%); e 1 dos idosos já não o usa (0.9%).

Em termos de avaliação desta experiência, 1 idoso refere ser aceitável (0.9%); 2 idosos classificam-na como boa (1.8%); 2 como muito boa (1.8%); e 1 como excelente (0.9%) (Figura 4, mais abaixo). Salientar que os resultados não sugerem, com significância estatística, qualquer associação entre o grau de utilização do *smartphone* e a idade ($\chi^2= 12.667$; $p=0.178$), género ($\chi^2= 3.000$; $p=0.392$), e meio ($\chi^2= 6.000$; $p=0.112$).

A análise realizada ao uso do *tablet* revelou que 36 idosos (31.6%) conhecem o equipamento; e 9 (7.9%) referem que já utilizaram um. É interessante notar que, atualmente, 5 idosos continuam a utilizá-lo (2.6% raramente; 0.9% frequentemente; 0.9% sempre) (Figura 3, adiante).

Quanto à experiência de utilização do *tablet*, 4 idosos (3.5%) caracterizam-na como aceitável; 1 (0.9%) como boa; e os restantes como muito boa (Figura 4, mais adiante). Para um nível de significância de 5%, os resultados indicam uma relação estatisticamente significativa entre a idade e o grau de conhecimento do *tablet* ($\chi^2= 14.640$; $p= 0.012$), sendo que dos 78 idosos que desconhecem este equipamento, 57 tem mais de 80 anos. Ainda, para um nível de significância de 5%, os resultados parecem indicar uma associação estatisticamente significativa entre a escolaridade e o grau de conhecimento do *tablet* ($\chi^2= 17.195$; $p=0.042$), verificando-se que, dos 78 idosos que não sabem o que é um *tablet*, 51 destes têm a 4ª classe ou menos. Também, para o mesmo nível de significância, os dados sugerem uma relação estatisticamente significativa entre o meio e o grau de conhecimento do *tablet* ($\chi^2= 3.915$; $p=0.048$), pelo que, após análise da tabela de frequências, se percebe que a maioria dos idosos que desconhece este equipamento cresceu num meio rural.

No que diz respeito ao computador, 105 idosos (92.1%) afirmam que sabem o que é; e 29 idosos (25.4%) revelam que já o utilizaram (Figura 3). Daqueles que já contataram alguém ou algo via computador, verifica-se que 8 (7%) continuam a fazê-lo embora raramente; 6 (5.3%) fazem-no ocasionalmente; 1 (0.9%) frequentemente; e 5 (4.4%) continuam a utilizá-lo sempre.

Cerca de 13 idosos (11.4%) classificam a experiência de utilização como muito boa; 1 (0.9%) como má; 3 (2.6%) como aceitável; 9 (7.9%) como boa; e 3 (2.6%) como excelente (Figura 4). Quanto às razões enumeradas para a não utilização deste equipamento, 5 idosos (4.4%) referem ter dificuldades de acesso ao equipamento; e 2 idosos (1.8%) referem que não gostam de usar o computador. Ainda, 2 idosos (1.8%) afirmam não ter necessidade em utilizá-lo; e 1 idoso diz que apresenta limitações físicas que impedem sua utilização. Os resultados indicam uma associação estatisticamente significativa entre o meio e a utilização do computador ($\chi^2= 10.637$; $p=0.001$), para um nível de significância de 5%. Efetivamente, observa-se que, dos 29 idosos que referiram já ter utilizado este equipamento, 18 são do meio urbano; e, dos 85 idosos que referiram nunca o ter utilizado, 61 são do meio rural. Para além disso, verifica-se que, para o mesmo nível de significância, existe uma relação estatisticamente significativa entre o género e o conhecimento sobre o que é o computador ($\chi^2= 4.329$; $p=0.037$); constata-se, assim, que, dos 105 idosos que afirmam saber o que é um computador, 70 são do género feminino.

Finalmente, os resultados sugerem, para um nível de significância de 5%, uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2= 24.441$; $p=0.003$) entre o nível de escolaridade e a utilização do computador, pelo que, dos 29 idosos que já utilizaram esta tecnologia, 14 têm uma licenciatura; e dos 79 que nunca o utilizaram, 56 têm a 4ª classe ou menos.

Ao analisar a possível relação entre a percepção do estado geral de saúde e o grau de utilização das TIC, os resultados parecem demonstrar uma associação estatisticamente significativa entre a avaliação do estado geral de saúde e o grau de utilização do telemóvel ($\chi^2= 19.412$; $p=0.025$), para um nível de significância de 5%. Ao analisar a tabela de frequências, verifica-se que a utilização efetivamente, dos 33 idosos que afirmaram usar o telemóvel “frequentemente”; 19 consideram a sua saúde como “aceitável”; do telemóvel é mais frequente entre aqueles que têm pior percepção do estado de saúde.

Para além disso, não se verificou, com significância estatística, uma relação entre a percepção do estado geral de saúde e o grau de utilização do smartphone ($\chi^2= 8.340$; $p=0.222$), tablet ($\chi^2= 5.725$; $p=0.205$) e computador ($\chi^2= 3.134$; $p=0.582$).

Quando questionados sobre as atividades e finalidades com que utilizam as TIC, destaca-se conversar com a família: 49 idosos (43%) fazem-no frequentemente; 17 (14.9%) ocasionalmente; e 12 (10.5%) fazem-no sempre; e falar com os amigos, cerca de 37 idosos (32.5%) fazem-no frequentemente. Verifica-se, ainda, que o principal equipamento utilizado para estas finalidades é o telemóvel (67.5%), para conversar com a família; e 51.8% para falar com amigos. Os resultados mostram, para um nível de significância de 5%, uma relação estatisticamente significativa entre a idade e o uso das TIC para conversar com a família ($\chi^2= 36.181$; $p=0.015$), pelo que, dos 49 idosos que dizem fazê-lo frequentemente, 39 têm mais de 80 anos.

No que diz respeito ao primeiro contato com as TIC, 68 idosos (59.6%) revelam que o fizeram por iniciativa própria; e 26 (22.8%) idosos referem ter sido incentivados por outras pessoas.

Ainda sobre as primeiras interações, 46 (40.4%) idosos afirmam que aprenderam a manusear os equipamentos sozinhos. Contudo, 40 (35.4%) idosos confessam que, inicialmente, recorreram aos familiares para utilizar as TIC; e 7 (6.1%) recorreram a outros elementos, nomeadamente, amigos e vizinhos.

Destaque-se que, cerca de 86 idosos revelam ter a quem recorrer se precisarem de ajuda no manuseio das novas tecnologias. Os auxiliares da instituição são referidos por 76 idosos como os principais coadjuvantes, sendo os familiares e amigos também referidos por nove idosos. Quando questionados sobre possíveis medos na utilização das novas tecnologias, 82 idosos (71.9%) negam apresentar algum tipo de receio; e 70 idosos (61.4%) referem sentir dificuldades na utilização desses novos “artefactos” tecnológicos. Os testes estatísticos realizados indicam, para um nível de significância de 5%, a existência de uma associação estatisticamente significativa entre a idade e o medo de usar as novas tecnologias ($\chi^2= 20.222$; $p=0.027$), pelo que dos 28 idosos que respondem afirmativamente, quando questionados sobre os receios no uso das TIC, 26 têm mais de 80 anos. Destaca-se que, para o mesmo nível de significância, os resultados sugerem uma relação estatisticamente significativa entre a idade e a limitação física ($\chi^2= 11.153$; $p=0.048$), pelo que, dos 28 idosos que admitem apresentar uma limitação física que complica o uso das TIC, 20 têm mais de 80 anos, o que pode correlacionar-se com a maior morbidade física que estes apresentam.

No que diz respeito à importância que atribuem às TIC, 103 idosos (90.4%) consideram-nas importantes no quotidiano. Não obstante, quando questionados sobre o interesse que apresentam na sua utilização, 52 (45.6%) negam qualquer interesse, opondo-se aos 62 idosos que admitem ter interesse no uso das TIC (54.4%). Para um nível de significância de 5%, os resultados sugerem uma relação estatisticamente significativa entre o interesse em participar em aulas de informática e algumas variáveis sociodemográficas, como a idade ($\chi^2= 19.636$; $p=0.001$), dos 70 idosos que negam qualquer interesse, 55 têm mais de 80 anos; o género ($\chi^2= 19.636$; $p=0.001$), dos 44 idosos que afirmam querer participar em aulas de informática, 33 são do género feminino; e o meio ($\chi^2= 19.636$; $p=0.001$), do total de 70 idosos que não quer ter aulas, 46 são do meio rural.

Quando questionados sobre quais as características que facilitariam a utilização das novas tecnologias, as respostas foram as representadas na Tabela 3.

Tabela 3 - Características do equipamento ideal

	Sim	Não
Sem teclados	14,90%	85,10%
Sem monitor	2,60%	97,40%
Comando por gestos	13,20%	86,80%
Comando por voz	47,40%	52,60%

A maioria dos idosos (67.5%) nega ter medo ou receio da *Internet* e sua utilização; todavia aqueles que respondem afirmativamente a esta questão, admitem que o seu receio decorre, maioritariamente, do desconhecimento face às TIC. Para um nível de significância de 5%, os resultados sugerem uma relação estatisticamente significativa entre o medo de navegar na *Internet* e o género ($\chi^2= 12.378$; $p=0.002$), pelo que, dos 35 idosos que admitem ter algum receio, 31 são do género feminino.

Discussão

No que diz respeito às características sociodemográficas da amostra, verifica-se que 79 idosos são do género feminino (69.3%), o que está de acordo com as estimativas sobre a distribuição etária por género, do Instituto Nacional de Estatística (INE), recenseamento de 2011(INE, 2011). Ainda, sobre a literacia da amostra, verifica-se que a resposta mais frequentemente mencionada é a “4ª classe”, o que se assemelha aos dados encontrados na PORDATA – Base de dados de Portugal Contemporâneo (2003).

Relativamente ao estado de saúde dos participantes deste estudo, 99 idosos (86.8%) apresentam patologia cardiovascular; e 63 (55.3%) têm patologia do foro neurológico. Salientar que estes resultados se encontram em conformidade com os dados apresentados no Plano Regional de Saúde de 2016, em que se identificam como principais morbilidades: as alterações no metabolismo dos lípidos, a hipertensão, as perturbações depressivas e a diabetes (Neto, Pimentel, Tavares, Araújo, & Guerreiro, 2016).

Em relação à percepção do estado de saúde, constata-se que 44 idosos (38.6%) a avaliam como “aceitável”; e 38 idosos (33.3%) como “boa”. Segundo a literatura, esta é reconhecida como um importante indicador do estado de saúde, cada vez mais valorizado no planeamento e adoção de comportamentos saudáveis.

Estes resultados corroboram as indicações prévias de um estudo, realizado em Portugal, em dezembro de 2011, sobre percepção do estado de saúde da pessoa idosa institucionalizada, na qual a maioria dos idosos também avaliou a sua saúde como “aceitável” e “boa”.

Se, por um lado, estes resultados parecem indicar que a institucionalização dos idosos não implica que estes percecionem a sua saúde de forma negativa, por outro lado, permitem depreender que há uma panóplia de intervenções que devem ser executadas, de forma a melhorar a percepção dos idosos sobre o seu estado de saúde (Ferreira, 2011).

No que concerne ao grau de utilização das TIC, verifica-se que dos 114 participantes da amostra, 20 não utilizam qualquer equipamento tecnológico, enquanto 94 idosos utilizam pelo menos um dos equipamentos de TIC avaliados.

Os relatórios estatísticos da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) evidenciam que os idosos são o segmento da população que mais cresce entre os utilizadores das novas tecnologias, sendo que vivem de forma mais ativa o seu envelhecimento, os que mais procuram ferramentas e alternativas que lhes asseguram maior autonomia (Azevedo, 2017; Fernandes, & Ferreira, 2011). Nesse sentido, os resultados deste estudo apontam para um elevado número de idosos institucionalizados utilizadores de TIC, ainda que seja maioritariamente o telemóvel, o que pode corroborar a crescente utilização das TIC por este grupo etário. A par disso, acresce a consciencialização dos benefícios da utilização das TIC, nomeadamente, na promoção da inclusão social na Terceira Idade, no processo de socialização e na conservação do bem-estar dos indivíduos (Azevedo, 2017). A redução da rede social, e as barreiras físicas que limitam a capacidade das pessoas idosas institucionalizadas se encontrarem fisicamente com pessoas significativas, podem ser atenuadas pela utilização das TIC para estabelecimento e manutenção de relações interpessoais.

O facto de os resultados deste estudo apontarem para um número significativo de utilizadores de TIC, ainda que seja uma utilização rudimentar, reforça as potencialidades que a implementação, otimização, treino e divulgação das TIC apresentam como equipamento e estratégia de relacionamento interpessoal, com possível impacto no bem-estar e saúde (Azevedo, 2017).

O telemóvel é o equipamento de TIC mais utilizado pelos idosos, sendo que 92 referem já o ter utilizado; e 78 continuam a utilizá-lo; ou seja, 68.40% da amostra, valor um pouco mais elevado do que o obtido num estudo realizado em Castelo Branco, em 2014, na qual 53.6% da amostra utilizava esta tecnologia (Gil, 2014). Este resultado está em consonância com os dados referidos anteriormente na qual se constata uma utilização crescente das TIC pelos idosos (Pereira, & Neves, 2011). O estudo evidencia, com significância estatística, que aqueles que utilizam mais frequentemente o telemóvel estão em faixas etárias mais elevadas, opondo-se aos resultados obtidos no estudo referido anteriormente, na qual a utilização do telemóvel era maior em idades menores (Gil, 2014). Por um lado, estes dados podem correlacionar-se com o facto de o intervalo de idades mais representativo da amostra, deste estudo, ser entre os 85-89 anos, o que difere do estudo referido, na qual o intervalo de idades mais representativo era entre os 65 e os 80 anos (Gil, 2014).

Por outro lado, pode haver maior necessidade de recorrer às TIC ao longo do tempo, de forma a colmatar as limitações impostas pelas comorbilidades que se vão instalando, sendo a idade interpretada como uma motivação acrescida no desenvolvimento de estratégias que assegurem maior bem-estar ao idoso e não motivo de exclusão do mundo digital (Pereira, & Neves, 2011). Observa-se, também, que aqueles que classificam a utilização do telemóvel como “muito boa” e “excelente” são sobretudo idosos com mais de 80 anos, o que se pode relacionar com a maior utilização do telemóvel acima desta faixa etária.

A segunda TIC mais usada pelos participantes deste estudo é o computador, pelo que 29 idosos já o utilizaram alguma vez; e 20 (17.10%) continuam a utilizá-lo no quotidiano, valor superior ao obtido no estudo supracitado (Gil, 2014). Os resultados sugerem que aqueles que utilizam mais frequentemente o computador cresceram no meio urbano e apresentam maiores habilitações literárias. Este resultado está em conformidade com alguns resultados da literatura, nos quais se constata que indivíduos com mais literacia e de zonas de cariz urbano apresentam maior contacto com o computador, nomeadamente, no mercado de trabalho, promovendo a aquisição de competências digitais e rotinas que promovem a sua maior utilização no quotidiano (Gil, 2014).

Quanto ao *smartphone*, 64 idosos referem desconhecer esta tecnologia e, entre aqueles que conhecem, 5 é o número de idosos que o utilizam, ou seja, 4.4% da amostra, opondo-se a outras investigações nas quais o número de idosos a utilizar um *smartphone* é superior. Acerca do *tablet*, 9 participantes já o utilizaram; e 5 continuam a fazê-lo; no entanto, cerca de 68.4% dos idosos não sabe o que é, valor muito semelhante ao encontrado num estudo realizado nos Estados Unidos, em 2014 (Delello, & McWhorter, 2017).

Relativamente à relação entre a perceção do estado de saúde e o grau de utilização das TIC, os resultados sugerem, com significância estatística, que a utilização do telemóvel é mais frequente entre aqueles que têm pior perceção do estado de saúde. De acordo com a literatura, existem vários fatores que influenciam a perceção do estado de saúde, nomeadamente, depreende-se que aqueles que têm uma visão mais positiva do envelhecimento, apresentam melhor auto-perceção de saúde e são mais independentes.

Por outro lado, aqueles que relatam pior percepção do estado de saúde, devido ao maior isolamento social, maior deteriorização da sua saúde e menor participação na comunidade, podem considerar o telemóvel como uma ferramenta indispensável para as relações sociais e um aliado em situações de emergência, permitindo estabelecer contacto em qualquer momento e lugar, o que favorece a sua utilização no quotidiano e pode justificar os resultados obtidos (Zikic, *et al.*, (2009).

Acerca da utilização das TIC, enumeram-se vários benefícios para a população idosa, nomeadamente, redução do isolamento social, maior envolvimento na comunidade, e intergeracional, além da redução do declínio cognitivo e maior capacidade mental e emocional (Bechmann, & Lomborg, 2013). Tal parece estar em conformidade com os resultados deste estudo, no qual se verifica que, frequentemente, 49 idosos (43%) recorrem às TIC para conversar com familiares; e 37 (32.5%) fazem-no para falar com amigos.

O facto de a institucionalização aumentar em indivíduos com mais de 75 anos, aumentando a necessidade de recorrer às TIC para diminuir a distância e manter o laço familiar, pode correlacionar-se com os resultados, que sugerem que aqueles que mais frequentemente utilizam as TIC para conversar com a família têm mais de 80 anos (Neves, 2012).

No entanto, há alguns resultados que se destacam, como o acesso à *Internet*, na qual, 101 idosos (82.6%) referem nunca o ter feito, um valor muito superior, por exemplo, a um estudo realizado na Espanha em 2011, na qual a percentagem de idosos que não utilizavam a *Internet* era de 54.8% (González, Ramírez, & Viadel, 2015). Não obstante, num estudo realizado por *Lelkes*, em 2013, várias razões são apontadas para a baixa utilização da *Internet*, que podem, em parte, justificar os resultados encontrados, nomeadamente, baixa literacia, dificuldades de aprendizagem e dificuldades económicas (Ghaffari, Navabi, & Gannat, 2016). Os resultados indicam, ainda, que, dos 114 participantes da amostra, nenhum realiza compras on-line; 113 nunca utilizaram aplicações de saúde; e 107 nunca utilizaram as redes sociais ou enviaram *e-mails*, valores muito discrepantes dos encontrados em diferentes estudos, nomeadamente no estudo já mencionado, realizado em Castelo Branco, na qual 36.6% da amostra utilizava o computador para jogar e enviar correio eletrónico (Gil, 2014).

Em relação à aquisição das novas tecnologias, 68 idosos (59.6%) revelam que o fizeram por iniciativa própria; enquanto 26 idosos (22.8%) referem ter sido incentivados por outras pessoas. Estes dados são discordantes dos resultados encontrados no estudo realizado em 2011 com idosos em Castelo Branco, na qual a maioria (54.2%) refere ter adquirido um telemóvel a pedido de familiares. Coloca-se a hipótese desta discrepância estar correlacionada com o desfasamento temporal entre os dois estudos e com o maior interesse dos idosos em aprender, mantendo-se atualizados sobre o contexto que os rodeia.

Ressaltar que 82 idosos negam ter medo de utilizar as TIC, e os resultados sugerem, com significância estatística, uma relação entre a idade e o medo de usar as novas tecnologias, sendo que, dos 28 idosos que afirmam ter receios no uso das TIC, 26 têm mais de 80 anos. Estes dados estão em conformidade com o estudo realizado com idosos, em Castelo Branco, na qual o número de idosos que admitem ter medo em usar as TIC era bastante residual (Gil, 2014).

Segundo a literatura, o desconhecimento e inexperiência dos idosos na utilização das TIC justifica alguma insegurança e medo de danificar os equipamentos ou alterar a sua configuração, que alguns idosos referem (Azevedo, 2017).

No que se refere ao manuseio das novas tecnologias, 70 idosos admitem ter algumas dificuldades. De facto, 31 idosos referem que a fonte pequena de alguns aparelhos dificulta o seu uso; 28 idosos referem apresentar limitações físicas (como dificuldades de visão, audição e memorização) que complicam a utilização das TIC; e 23 admitem ter dificuldades em encontrar a informação de que necessitam. Estes resultados são similares aos mencionados noutros estudos que apontam a memorização de comandos, problemas com o rato e teclado, tamanho da fonte, menor agilidade física e mental, iliteracia e medo como as principais dificuldades na utilização das TIC pelos idosos (Azevedo, 2017; Fernandes, & Ferreira, 2011; González, Ramírez, & Viadel, 2015). Nesse sentido, estes resultados sugerem aspetos das TIC que podem ser adaptados às dificuldades de alguns perfis de pessoas idosas para que seja possível utilizarem as TIC.

Quanto à participação em aulas de informática, 44 idosos (38.6%) confessam que gostavam de ter essas aulas, um valor ligeiramente superior ao encontrado noutros estudos (Gil, 2014).

Segundo a literatura, alguns idosos têm a ideia preconcebida de que as novas tecnologias são para os mais jovens, admitindo que já “não tem idade” para aprender (Gil, 2014). Tal pode justificar os resultados deste estudo, na qual se verificou um menor interesse em participar em aulas de informática em idades mais avançadas. Em relação ao género e ao meio, estes resultados estão em conformidade com os dados obtidos no estudo de 2011 anteriormente mencionado, na qual se evidencia que as senhoras têm maior interesse em ter aulas de informática e indivíduos que crescem num meio rural, talvez por terem menor acesso e menor grau de utilização do computador, manifestam menor vontade em ter essas aulas (Gil, 2014). Realçar que o ensino aos idosos requer métodos de aprendizagem específicos, devido ao ritmo de aprendizagem mais lento, diferentes graus de motivação e maior morbidade física e mental (Pereira, & Neves, 2011).

Ainda assim, 62 idosos manifestam interesse na utilização das TIC, em parte pelas várias vantagens que tal acarreta; e 103 idosos (90.4%) referem que as novas tecnologias são importantes, um valor muito superior ao mencionado no estudo referido.

Segundo a literatura, mesmo as pessoas mais velhas com limitada utilização das TIC apresentam atitudes positivas face às novas tecnologias, reconhecendo-as como ferramentas de aprendizagem e entretenimento, úteis na integração e comunicação social (González, Ramírez, & Viadel, 2015).

Quando questionados sobre as características que definem o seu “equipamento ideal”, 54 idosos referem que preferiam um equipamento que pudesse ser “comandado por voz”. De facto, cabe aos responsáveis pela criação das novas tecnologias, desenhar e introduzir no mercado equipamentos que facilitem a interação com os seus utilizadores e que sejam facilmente perceptíveis por todos os indivíduos, independentemente, da faixa etária.

Sobre a *Internet*, 77 idosos revelam não ter medo de navegar na *Internet*; e, dos 35 idosos que admitem ter algum receio, 31 são do género feminino. Estes dados opõem-se aos resultados do estudo de 2011 já referido, no qual se identificava que os homens apresentavam mais receios, em parte, devido ao facto de serem eles os maiores utilizadores da *Internet* e, talvez, por isso, mais experientes e conscientes dos perigos (Gil, 2014).

Segundo a bibliografia, a *Internet* fomenta o estabelecimento de novos vínculos, favorecendo o desenvolvimento psicossocial do idoso, sendo que aqueles que utilizam a *Internet* referem mudanças significativas, como a valorização pessoal, comunicação, informação e lazer (Verona, Cunha, Pimenta, & Buriti, 2006). Entretanto, no início, os idosos manifestam algum medo e resistência em aceder e utilizar a *Internet*, em parte justificada pela inabilidade com as TIC, baixa autoestima e medo do desconhecido (Verona, Cunha, Pimenta, & Buriti, 2006). Ainda assim, apesar do receio, verifica-se um reconhecimento das vantagens e importância das TIC e da *Internet* (Verona, Cunha, Pimenta, & Buriti, 2006).

Considerações Finais

O envelhecimento é inevitável; por isso, é imperativo assegurar as melhores condições de saúde e fomentar estratégias que promovem a qualidade de vida, integração e inclusão social naquela que se está a tornar a faixa etária predominante da nossa sociedade.

Face aos dados recolhidos, no âmbito desta investigação, nos distritos de Castelo Branco e Viseu, Portugal, pode afirmar-se que a maioria dos idosos envolvidos perceciona o seu estado geral de saúde como “aceitável”, não sendo esta variável influenciada, com significância estatística, pelas variáveis sociodemográficas. Dessa forma, seria importante investigar, futuramente, quais os determinantes que influenciam esta avaliação, qual o impacto que a mesma apresenta no quotidiano dos idosos e de que forma pode ser melhorada.

Também, pode concluir-se que o manuseio das TIC não é uma prática frequente dos cidadãos mais idosos (65 ou mais anos) institucionalizados, exceto o telemóvel, que é utilizado por cerca de 68% da amostra. As restantes tecnologias, ou seja, o *smartphone*, o *tablet* e o computador apresentam um grau de utilização muito inferior, sendo maioritariamente ignoradas, o que pode correlacionar-se com a iliteracia digital dos idosos. Não obstante, os participantes admitem ter interesse na utilização das TIC, reconhecendo a sua importância e aplicabilidade, nomeadamente no que diz respeito à comunicação com familiares e amigos.

É importante realçar que aqueles que utilizam mais frequentemente o telemóvel apresentam pior percepção do estado de saúde, o que pode correlacionar-se com a maior necessidade de utilizar as novas tecnologias à medida que as comorbilidades se vão instalando. De facto, as TIC podem colmatar as limitações que vão sendo impostas pela idade, promovendo maior autonomia e bem-estar ao idoso.

As inúmeras vantagens da utilização das TIC no quotidiano, nomeadamente, maior comunicação e integração social, maior proximidade e facilidade no acesso aos cuidados de saúde, maior capacitação pessoal e bem-estar, são premissas que devem fomentar a utilização das TIC pelos idosos e a implementação de estratégias que facilitem o seu acesso e aprendizagem. Seria interessante construir mecanismos que pudessem incrementar esta interação, explorando os seus benefícios para esta faixa etária, sem ignorar as idiossincrasias típicas dos mais velhos. De facto, só assim fica asseverada a verdadeira inclusão digital e, por conseguinte, a verdadeira inclusão social.

Referências

- Antunes, M. C., & Abreu, V. (2017). As novas tecnologias na promoção do envelhecimento bem-sucedido. *Ensino e Tecnologia em Revista*, 1(1), 3-15. Recuperado em 29 dezembro, 2017, de: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/5885>.
- Azevedo, C. (2017). TIC e sociedades cada vez mais envelhecidas: uma contextualização de estudos no Brasil, em Portugal e em outros países. *Verso e Reverso* 31(76), 14-25. Recuperado em 3 janeiro, 2019, de: <http://revistas.unisinos.br/index.php/versoereverso/article/viewFile/ver.2016.31.76.02/5836>.
- Blažun, H., Vošner, J., Kokol, P., Saranto, K., & Rissanen, S. (2014). Elderly people's interaction with advanced technology. *Studies in Health Technology and Informatics*, 201, 1-10. Recuperado em 29 dezembro, 2018, de: https://www.researchgate.net/publication/263291287_Elderly_People's_Interaction_with_Advanced_Technology.
- Delello, J. A., & McWhorter, R. R. (2017). Reducing the Digital Divide: Connecting Older Adults to iPad Technology. *Journal of Applied Gerontology*, 36(1), 3-28. Recuperado em 6 março, 2018, de: DOI: 10.1177/0733464815589985.
- Esgueira, P. I. B. (2013). *Envelhecimento Ativo: um estudo sobre os hábitos de vida dos idosos residentes em meio rural*. Dissertação de mestrado não publicada. Bragança, Portugal: Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Educação; Recuperado em 22 dezembro, 2018, de: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/9230/1/Patr%C3%ADcia%20Esgueira.pdf>.
- Fernandes, F., & Ferreira, B. (2011). Inclusão Digital de Idosos: Um estudo sobre a Realidade do Município de Belém, PA, Brasil. *RENOTE, Revista Novas Tecnologias na Educação*, 4, 1-10. Recuperado em 12 janeiro, 2019, de: doi.org/10.22456/1679-1916.30912.

Ferreira, Z. (2011) Perceived Health Status of Institutionalized Elderly. *Journal of Aging & Innovation, 1 (1)*, 23-29.

Ghaffari, F., Navabi, N., & Gannat, A. Z. (2016). Older adults' attitudes and barriers toward the use of mobile phones. *Clinical Interventions in Aging, 11*, 1371–1378. Recuperado em 5 fevereiro, 2019, de: DOI: 10.2147/CIA.S112893.

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 Investigação de Pós-Doutoramento. Lisboa, Portugal: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas. Recuperado em 12 fevereiro, 2019, de: [https://repositorio.ipcb.pt/bitstream/10400.11/2463/1/Texto completo ccapa.pdf](https://repositorio.ipcb.pt/bitstream/10400.11/2463/1/Texto%20completo%20ccapa.pdf).

Henchoz, K., Cavalli, S., & Girardin, M. (2008). Health perception and health status in advanced old age: A paradox of association. *Journal of Aging Studies, 22(3)*, 282-290. Recuperado em 02 janeiro, 2019, de: <https://psycnet.apa.org/record/2008-10631-010>.

INE (2011). Instituto Nacional de Estatística. População residente (censo 2011), por sexo e por grupo etário. Recuperado em 9 janeiro, 2019, de: https://ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_p_etarias&menuBOUI=13707095&contexto=pe&selTab=tab4.

Jantsch, A., Machado, L. R., Behar, P. A., & Lima, J. V. de. (2012). As Redes Sociais e Qualidade de Vida: os Idosos na Era Digital. *Revista Iberoamericana de Tecnologias del Aprendizaje, 7(4)*, 173-179. Recuperado em 2 de janeiro, 2019, de: <http://rita.det.uvigo.es/201211/uploads/IEEE-RITA.2012.V7.N4.A2.pdf>.

Lourenço, M. P. R. (2014). *Institucionalização do Idoso e Identidade*. Dissertação de mestrado não publicada. Portalegre, Portugal: Instituto Politécnico de Portalegre, Escola Superior de Educação de Portalegre e Escola Superior de Saúde de Portalegre. Recuperado em 8 janeiro, 2019, de: <http://hdl.handle.net/10400.26/9205>.

Maroco, J. (2011). *Análise Estatística com o SPSS statistics*. (5ª ed.). Edições ReportNumber.

Neto, M., Pimentel, J. P., Tavares, A., Araújo, F. O., & Guerreiro, A. C. (2016). Perfil Regional de Saúde da Região Centro. Recuperado em 16 março, 2019, de: http://www.arscentro.min-saude.pt/Documents/informa%C3%A7%C3%B5es/2017/PeRS_Centro_2016.pdf.

Neves, H. M. F. (2012). *Causas e Consequências da Institucionalização de Idosos, Estudo tipo série de casos*. Dissertação de mestrado. Covilhã: Universidade da Beira Interior, Portugal. Recuperado em 8 janeiro, 2019, de: https://ubithesis.ubi.pt/bitstream/10400.6/1209/1/causas_consequencias_institucionalizacao_idosos.pdf.

Ordonez, T. N., Lima-Silva, T. B., Yassuda, M. S. & Cachioni, M. (2012, dezembro). Idosos on line: exemplo de metodologia de inclusão digital. São Paulo (SP), Brasil. São Paulo, SP: PUC-SP: *Revista Temática Kairós-Gerontologia, 15(7)*, 215-234. ISSNprint 1516-2567. ISSNNe 2176-901X. Recuperado em 2 de abril, 2019, de: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/152502014>.

Pereira, C., & Neves, R. (2011). Os idosos na aquisição de competências TIC. *Educação, Formação & Tecnologia, 4(2)*, 15-24. Recuperado em 7 janeiro, 2019, de: <http://www.eft.educom.pt/index.php/eft/article/view/251%5Cnhttp://www.eft.educom.pt/index.php/eft/article/download/251/142>.

PORDATA. (2003). População residente com 15 a 64 anos e 65 e mais anos: por nível de escolaridade completo mais elevado. Recuperado em 16 março, 2019 de: <https://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+residente+com+15+a+64+anos+e+65+e+mais+anos+por+n%C3%ADvel+de+escolaridade+completo+mais+elevado-332>.

Sales, M. B. de, Amaral, M. A., Junior, I. G. S., & Sales A. B. de. (2014). Tecnologias de Informação e Comunicação via Web: Preferências de uso de um grupo de usuários idosos. São Paulo, SP: PUC-SP: *Revista Kairós-Gerontologia*, 17(3), 59-77. ISSNprint 1516-2567. ISSN 2176-901X. Recuperado em 02 janeiro, 2019, de: <file:///C:/Users/Dados/Downloads/21507-55138-1-SM.pdf>.

Verona, S. M., Cunha, C. da, Pimenta, G. C., & Buriti, M. de A. (2006). Percepção do idoso em relação à Internet. *Temas em Psicologia*, 14(2), 189-197. Recuperado em 20 abril, 2019, de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2006000200007&lng=pt&tlng=pt.

Zikic L, Jankelic S, Milosevic DP, Despotovic N, Erceg P, Davidovic M. (2009). Self-perception of health in the oldest subjects. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 49 (1), 245–249. Recuperado em 3 de março, 2019, de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167494309002362>.

Recebido em 02/05/2019

Aceito em 30/06/2019

Joana Daniela Gomes da Cunha - Mestre, Faculdade de Ciências da Saúde.
Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.

E-mail: a32367@fcsaude.ubi.pt

Rosa Marina Afonso - Ph.D. Head of the Master in Clinical and Health Psychology

University of Beira Interior. Psychology and Education Department. Covilhã, Castelo Branco, Portugal.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2111-6873>

E-mail: rmafonso@ubi.pt

Paulo Alexandre Oliveira Duarte - Ph.D. Head of the Master in Marketing. Research Line Coordinator at NECE - Research Center in Business Sciences. University of Beira Interior. Business and Economics Department. Covilhã, Portugal.

URL: <http://www.ubi.pt/pessoa/pduarte>

E-mail: pduarte@ubi.pt

José Martinez de Oliveira - PhD, MD. Senior Investigator. Full Professor. Research Centre of Health Sciences, CICS. Universidade da Beira Interior, UBI. Covilhã, Portugal.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8608-0248>.

* Este artigo foi extraído da dissertação de mestrado de título similar, da autora 1, orientada e acompanhada pelos Profs. Drs. Rosa Marina Afonso, Paulo Alexandre Oliveira Duarte e José Martinez de Oliveira. Área: Geriatria. Faculdade de Ciências da Saúde. Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal. Esta dissertação surgiu no âmbito de um projecto mais amplo sobre a temática, do Prof. Dr. José Martinez de Oliveira, uma pesquisa construída ao longo de muitos meses, que implicou um trabalho em equipe em diferentes níveis e a mobilização de recursos e trabalho da autora 1 e respectivos orientadores.