

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

INCLUSÃO DIGITAL NA TERCEIRA IDADE: BENEFÍCIOS, DESAFIOS E PERSPECTIVAS

DIGITAL INCLUSION IN OLD AGE: BENEFITS, CHALLENGES AND PERSPECTIVES

DOI: 10.5281/zenodo.18927663

Maria Ivanilde de Andrade¹

Adriana Gomes Gonçalves²

Bruna dos Santos de Ávila²

Clarissa Karoline Miguel Silva²

Kemelye Brandão Tanure²

Larissa Lara Santos Gomes²

Maria Eduarda Sudré de Oliveira²

Verônica de Angelus Campos³

¹Docente e Professora TI em Pesquisa do Curso de Medicina da FASEH, Vespasiano/MG, Brasil; Coordenadora do Projeto de Extensão “Juventude Prateada: implementação de Gerontotecnologias Cuidativa Educacionais Complexas (GTEC) para a promoção da autonomia e autocuidado à pessoa idosa”, ÂNIMA HUB; ²Discentes e extensionistas, participantes do Projeto Juventude Prateada, 2025.1; ³Enfermeira e colaboradora no projeto.

RESUMO: O crescimento da população idosa no Brasil tem gerado um interesse crescente em estudar como a inclusão digital pode melhorar a qualidade de vida dessa faixa etária. A digitalização das interações sociais e serviços é uma realidade que, embora traga benefícios, também apresenta desafios significativos para os idosos, que frequentemente têm menor familiaridade com as tecnologias digitais. Este artigo explora a importância da inclusão digital para os idosos, destacando os benefícios, desafios e perspectivas dessa integração. A metodologia utilizada foi uma revisão de literatura, com foco em artigos publicados entre 2014 e 2025, que abordam a temática da inclusão digital na terceira idade. Os estudos analisados revelam que a inclusão digital pode promover autonomia, socialização e acesso à informação, além de melhorar a saúde mental e física dos idosos. No entanto, a falta de habilidades digitais continua a ser uma barreira. A pesquisa também aponta a necessidade de políticas públicas que incentivem a inclusão digital, visando uma sociedade mais justa e acessível. Os resultados sugerem que iniciativas de letramento digital são essenciais para garantir que os idosos possam usufruir plenamente das vantagens da tecnologia, promovendo um envelhecimento ativo e saudável. Em suma, a inclusão digital é uma ferramenta poderosa para melhorar a qualidade de vida dos idosos, mas requer um olhar atento às suas particularidades e necessidades.

Palavras-chave: idosos, inclusão digital e tecnologia.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

ABSTRACT: The growth of the elderly population in Brazil has generated increasing interest in studying how digital inclusion can improve the quality of life of this age group. The digitization of social interactions and services is a reality that, while bringing benefits, also presents significant challenges for the elderly, who often have less familiarity with digital technologies. This article explores the importance of digital inclusion for the elderly, highlighting the benefits, challenges, and perspectives of this integration. The methodology used was a literature review, focusing on articles published between 2014 and 2025 that address the theme of digital inclusion in old age. The studies analyzed reveal that digital inclusion can promote autonomy, socialization, and access to information, as well as improve the mental and physical health of the elderly. However, the lack of digital skills continues to be a barrier. The research also points to the need for public policies that encourage digital inclusion, aiming for a more just and accessible society. The results suggest that digital literacy initiatives are essential to ensure that the elderly can fully enjoy the advantages of technology, promoting active and healthy aging. In summary, digital inclusion is a powerful tool for improving the quality of life for the elderly, but it requires careful attention to their particularities and needs.

Keywords: elderly, digital inclusion, technology.

INTRODUÇÃO

O crescimento acelerado da população idosa brasileira vem despertando o interesse de diversas áreas do conhecimento em estudar formas que possam proporcionar, a essa população, uma vida com qualidade nas mais diferentes esferas (Alvim *et al.*, 2021, p. 456). Com uma crescente proporção de idosos e a rápida digitalização das interações sociais e serviços, é essencial discutir a importância da tecnologia e da inclusão digital para essa faixa etária (Pereira *et al.*, 2024, p.3).

Com o crescimento das inovações tecnológicas, o uso da internet tem se tornado parte essencial da vida diária de quase todos os indivíduos. Com o aumento constante do uso das tecnologias digitais, o uso da internet pela população idosa tem sido uma grande preocupação na busca de uma sociedade mais inclusiva (Bonetti; Bica, 2024, p. 2).

Conforme afirmado por Sales et al. (2014), estar conectado à Internet, nos dias de hoje, desperta um sentimento de pertencimento e legitimidade a uma imensa comunidade digital inteirada do mundo. Seja por necessidade de trabalho, estudo ou entretenimento, seja para manter contato com familiares ou amigos, os projetos de inclusão digital se multiplicam pelos mais variados motivos ou oportunidades. As pessoas querem estar conectadas ao mundo, inclusive os idosos.

Entretanto, Silva et al. (2025, p. 175) alertam que embora o cenário tecnológico seja uma realidade crescente, as pessoas idosas ainda são caracterizadas como o grupo etário que menos adota e utiliza as denominadas tecnologias digitais de informação e

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

comunicação, em decorrência do menor desenvolvimento de um conjunto de habilidades (também denominados de e-skills) que permitiriam o uso eficiente da tecnologia.

Cabe ressaltar que no Brasil, cerca de 69,8% da população possuem acesso à internet, e devido a velocidade do avanço tecnológico, essa rede de conexões globais passou a integrar o dia a dia das pessoas em geral, independentemente da faixa etária. Associada à crescente porcentagem da população idosa no Brasil observa-se também uma constante evolução das tecnologias da informação e comunicação (TICs), levando a uma grande necessidade e busca por conhecimento sobre o assunto, bem como ao interesse dos idosos pelos espaços virtuais (Oliveira *et al.*, 2023).

Segundo Pimentel et al. (2025, p. 2), o número de pessoas idosas com acesso à internet no Brasil cresceu de 68%, em 2018, para 97%, em 2021, esse resultado também está associado ao cenário de pandemia da Covid-19, onde os smartphones e aplicativos móveis tornaram-se instrumentos de acompanhamento de informações e de estímulo ao autocuidado às pessoas em isolamento social.

Nas sociedades ocidentais, o uso da Internet é generalizado e cada vez mais importante em diversos aspectos da vida cotidiana. Dessa forma, os idosos enfrentam problemas para realizar tarefas básicas, como comprar passagens ou renovar cartões de ônibus, ou até mesmo para reivindicar benefícios governamentais relativos à sua faixa etária, uma vez que a maior parte dos sistemas utilizados é digital (Bonetti; Bica, 2024).

Este artigo tem como objetivo explorar os benefícios, desafios e perspectivas da inclusão digital na terceira idade, buscando responder à pergunta central: “Quais os benefícios, desafios e perspectivas da inclusão digital na terceira idade?”. A justificativa para este estudo reside na necessidade de compreender como a inclusão digital pode melhorar a qualidade de vida dos idosos, promovendo sua autonomia e participação social em um mundo cada vez mais conectado.

METODOLOGIA

O estudo foi realizado por meio de uma revisão de literatura, com ênfase na inclusão digital na terceira idade. A coleta de dados ocorreu nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

Ciências da Saúde (LILACS). A pesquisa foi orientada pela pergunta central: “Quais os benefícios, desafios e perspectivas da inclusão digital na terceira idade?”

Para a busca de artigos, foram utilizadas as palavras-chave: idosos, inclusão digital e tecnologia. A seleção dos estudos seguiu os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados entre 2014 e 2025, com textos completos e de acesso aberto, disponíveis em português e que abordassem diretamente a temática da inclusão digital na terceira idade. Os critérios de exclusão utilizados foram artigos sem acesso liberado e estudos que não se alinhassem aos objetivos da pesquisa.

Após a aplicação desses critérios, um total de dez (10) artigos foi selecionado para compor a amostra da revisão. Os resultados obtidos foram discutidos à luz dos estudos selecionados, proporcionando uma análise aprofundada sobre a inclusão digital entre os idosos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o intuito de avaliar os benefícios da inclusão digital em pessoas idosas, Silva et al. (2025) analisaram 30 estudos, incluindo maior familiaridade com tecnologias, estimulação cognitiva, oportunidades de socialização e resgate de memórias. Os programas de letramento digital se mostraram eficazes em aumentar a percepção de utilidade e promover um uso crítico das tecnologias entre os idosos. Esses achados sugerem que a inclusão digital não apenas melhora a qualidade de vida dos idosos, mas também contribui para sua autonomia e integração social. A conclusão é que iniciativas voltadas para o letramento digital são essenciais para garantir que essa faixa etária possa usufruir plenamente das vantagens da tecnologia, promovendo um envelhecimento ativo e saudável.

O estudo de Pereira et al. (2024) explora a intersecção entre tecnologia e inclusão digital para a população idosa, em um cenário marcado pelo envelhecimento populacional e pela crescente digitalização das interações sociais e serviços. O estudo visa analisar como a inclusão digital pode melhorar a qualidade de vida dos idosos, promovendo sua autonomia, socialização e acesso à informação. A pesquisa se orienta pela pergunta central sobre os principais benefícios da inclusão digital para os idosos e as formas de

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

ampliá-los. Para isso, foi utilizada uma metodologia qualitativa, que incluiu revisão bibliográfica e entrevistas semiestruturadas com especialistas em geriatria e tecnologia. Os resultados obtidos indicam que a inclusão digital pode trazer melhorias significativas na saúde mental e física dos idosos, além de fomentar uma maior participação social e familiar. A pesquisa também destaca o fortalecimento do empoderamento dos idosos por meio do acesso à informação, permitindo que eles se sintam mais conectados e ativos na sociedade. A conclusão do estudo sugere que, para maximizar esses benefícios, é fundamental o desenvolvimento de políticas públicas que incentivem a inclusão digital entre os idosos, promovendo uma sociedade mais justa e acessível para todas as idades. A pesquisa reafirma a importância da tecnologia como ferramenta de inclusão e melhoria da qualidade de vida, enfatizando a necessidade de um olhar atento às particularidades e necessidades dessa população.

Alvim et al. (2025), através de um estudo quantitativo e transversal investigaram os efeitos da inclusão digital em pessoas idosas, avaliando 25 participantes com média de idade de 64,92 anos. Foram analisadas variáveis sociodemográficas, psicológicas e cognitivas, com foco em aspectos como ansiedade, depressão e qualidade de vida. Os resultados mostraram que não houve alterações estatisticamente significativas nos níveis de ansiedade ($p=0,53$) e depressão ($p=0,36$). No entanto, observou-se uma tendência no domínio psicológico ($p=0,07$) que sugere uma relação entre a qualidade de vida e o estado de humor dos participantes. Além disso, a inclusão digital teve um impacto negativo na metamemória, enquanto algumas variáveis relacionadas à qualidade de vida apresentaram melhorias. Em suma, embora a inclusão digital não tenha demonstrado efeitos significativos nos estados de humor, ela influenciou positivamente certos aspectos da qualidade de vida, revelando a complexidade da interação entre tecnologia e bem-estar na população idosa.

Pimentel et al. (2025) realizaram um estudo transversal nos sistemas operacionais Android e iOS. A busca por aplicativos foi feita utilizando os termos “idoso”, “pessoa idosa” e “terceira idade”. A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva, expressa em frequências absolutas e relativas. No total, foram identificados 43 aplicativos voltados para o cuidado da pessoa idosa. Dentre eles, 18 aplicativos (41,8%) referentes à saúde, 11 aplicativos (25,6%) relacionado à Medicina e 13 aplicativos

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

(30,2%) voltados ao acompanhamento e estimulação cognitiva de idosos. Observou-se que a maioria dos aplicativos (38, ou 88,4%) foi desenvolvida entre os anos de 2013 e 2023. Em relação à origem dos aplicativos, 31 (72,1%) foram criados por instituições privadas, enquanto 12 (27,9%) foram desenvolvidos por instituições públicas e sem fins lucrativos. Os resultados indicam uma predominância de aplicativos voltados para saúde e medicina, mas também revelam lacunas que precisam ser abordadas, especialmente no que diz respeito à inclusão social da pessoa idosa. Os autores sugerem que instituições públicas desenvolvam aplicativos que atendam a essas necessidades, promovendo uma sociedade mais inclusiva e acessível para todos os idosos.

O estudo realizado por Guedes et al. (2017) investigou o impacto das oficinas de inclusão digital na formação de um grupo coeso entre idosos, revelando resultados significativos tanto na aprendizagem tecnológica quanto na construção de identidade coletiva. As oficinas foram conduzidas em um ambiente acolhedor, onde os participantes puderam interagir de forma descontraída, utilizando atividades lúdicas como jogos e dinâmicas de grupo. Essa abordagem não apenas facilitou a aprendizagem de novas tecnologias, mas também promoveu um espaço de diálogo e troca de experiências, permitindo que os idosos se reconhecessem como parte de um grupo, independentemente de suas origens. Um dos principais resultados do estudo foi a superação de preconceitos relacionados à capacidade dos idosos em aprender novas tecnologias. A participação ativa nas oficinas contribuiu para o aumento da confiança dos participantes, incentivando-os a explorar o mundo digital de maneira mais autônoma. A interação entre idosos de diferentes contextos, incluindo aqueles de comunidades e Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), enriqueceu a experiência, possibilitando a troca de histórias de vida e promovendo um ambiente de respeito e empatia. As oficinas de inclusão digital se mostraram transformadoras, não apenas pelo contato com as tecnologias, mas também pela criação de um espaço de convivência que resgatou a identidade dos participantes. A inclusão digital, portanto, se revela como um caminho promissor para a valorização e empoderamento da população idosa, contribuindo para a construção de uma sociedade mais inclusiva e respeitosa. A experiência demonstrou que, ao promover a interação e o aprendizado conjunto, é possível não apenas capacitar os

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

idosos tecnologicamente, mas também fortalecer laços sociais e comunitários, essencial para o bem-estar dessa faixa etária.

O estudo realizado por Sales et al. (2014) no projeto de extensão "Oficinas de informática para a Terceira Idade" da Universidade Federal de Santa Catarina investigou a inclusão digital de cerca de 500 idosos que buscavam se integrar ao mundo digital. A pesquisa focou em 50 participantes alfabetizados, com média de 62 anos, e teve como objetivo proporcionar habilidades para o uso de computadores e ferramentas online, promovendo aprendizado, socialização e autonomia. As oficinas foram adaptadas para atender às dificuldades específicas enfrentadas pelos idosos, utilizando softwares educacionais que tornaram as atividades interativas e acessíveis. Os resultados mostraram um impacto positivo significativo, com os participantes relatando maior confiança no uso do computador e uma compreensão aprimorada das ferramentas digitais. A desmitificação da tecnologia foi um benefício crucial, permitindo que os idosos se sentissem mais integrados ao ambiente digital. O projeto evidenciou a importância de iniciativas de inclusão digital para a população idosa, demonstrando que, por meio da educação tecnológica, os idosos não apenas aprenderam a utilizar o computador, mas também se sentiram mais conectados e empoderados em um mundo cada vez mais digital. A continuidade de projetos como este é essencial para assegurar que todos, independentemente da idade, tenham acesso às oportunidades que a tecnologia oferece.

A pesquisa de Kachar (2023) analisou dados do Centro de Estudos sobre as Tecnologias da Informação e Comunicação (CETIC), focando em domicílios urbanos brasileiros, com ênfase nas faixas etárias de 45 a 59 anos e 60 anos ou mais. O estudo revelou que a faixa etária de 45 a 59 anos apresenta um maior envolvimento com a tecnologia em comparação com os indivíduos de 60 anos ou mais. A maioria dos participantes mais jovens dessa faixa etária utiliza a internet regularmente, enquanto a adoção de tecnologia entre os mais velhos é significativamente menor. Além disso, muitos indivíduos mais velhos expressaram interesse em aprender a usar tecnologias, mas relataram barreiras como falta de conhecimento e medo de usar dispositivos. Esses achados indicam uma clara necessidade de inclusão digital para a população mais velha, sugerindo que há uma demanda por programas de capacitação adaptados a essa faixa etária. Os resultados apontam para a urgência de cursos e programas que ofereçam

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

estratégias específicas para o aprendizado digital de pessoas com 60 anos ou mais. Tais iniciativas poderiam incluir aulas práticas, suporte contínuo e materiais didáticos acessíveis, visando facilitar a familiarização com a tecnologia. O estudo conclui que investir em inclusão digital não apenas melhora a qualidade de vida dos idosos, mas também fortalece sua conexão com a sociedade contemporânea, destacando a importância de desenvolver programas de capacitação que atendam às especificidades dessa população.

O estudo, de caráter intervencional quase experimental, de Oliveira et al. (2022), envolveu 12 idosos de ambos os sexos residentes em Maringá (PR), e foi realizado em uma instituição de ensino superior ao longo de oito semanas, totalizando 32 horas de atividades. Os resultados obtidos demonstraram uma significativa melhoria nos aspectos avaliados. A aplicação da *Geriatric Depression Scale* revelou uma redução nos níveis de depressão entre os participantes, com um valor de $p=0,032$, indicando que o treinamento teve um efeito positivo na saúde mental dos idosos. Além disso, a faceta de Autonomia da qualidade de vida também apresentou uma melhoria significativa, com o mesmo valor de $p=0,032$, sugerindo que a inclusão digital por meio do uso de smartphones não apenas proporcionou habilidades tecnológicas, mas também empoderou os idosos, aumentando sua autonomia e, conseqüentemente, sua qualidade de vida. Em conclusão, o treinamento em tecnologia digital para idosos mostrou-se eficaz na promoção de melhorias significativas na saúde mental e na autonomia dos participantes. Esses achados ressaltam a importância de iniciativas que visem a inclusão digital dessa faixa etária, contribuindo para um envelhecimento mais ativo e saudável.

Os estudos de Bonetti e Bica (2024), visaram desenvolver um material educativo para promover o letramento digital entre a população idosa. A pesquisa identificou a necessidade de criar um recurso que facilitasse a conectividade desse grupo, levando em consideração suas especificidades e desafios. O material, intitulado "Bê-á-Bá Digital", foi elaborado com um enfoque na acessibilidade, priorizando uma diagramação adequada de imagens e textos, escolha cuidadosa de cores, e uma linguagem simples e objetiva, que favorecesse a identificação do leitor com o conteúdo apresentado. O resultado desse esforço foi a publicação do livro em outubro de 2020, cuja versão virtual está disponível gratuitamente e já contabiliza mais de 8.000 downloads. A versão impressa, com uma

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

tiragem de 8.500 exemplares, foi financiada pelo Fundo Municipal do Idoso de Porto Alegre e distribuída pelo Banco de Alimentos, alcançando diretamente o público-alvo. Além disso, a obra foi adotada pela Federação das Indústrias do Estado de Mato Grosso, ampliando ainda mais seu alcance e impacto. A conclusão do estudo reafirma a importância de iniciativas que promovam a inclusão digital dos idosos, evidenciando que o material desenvolvido não apenas atende a uma demanda, mas também contribui para a autonomia e integração social dessa população.

Benefícios, desafios e perspectivas das Tecnologias Digitais para a população Idosa

De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2023), as tecnologias digitais têm um papel fundamental em desbloquear todo o potencial das pessoas idosas. As TICs, se desenvolvidas e oferecidas em formato acessível, possibilitariam a todos, incluindo as pessoas idosas, acessar e usar produtos e serviços de informação digital. Nessa perspectiva, a inclusão digital emerge como uma ferramenta poderosa para melhorar a qualidade de vida dos idosos, permitindo-lhes participar ativamente da sociedade e acessar informações que antes estavam fora de seu alcance (Pereira *et al.*, 2024).

O aumento do uso de *smartphones* somado ao envelhecimento populacional proporciona o surgimento de novos mercados e aplicativos voltados para esse público, principalmente voltado para a saúde do idoso e de cuidados com o idoso, tornando-se uma ferramenta de melhora e/ou promoção de acesso dessa população a saúde (Pimentel *et al.*, 2023).

Estudos apontam a possibilidade de utilização das tecnologias para otimizar o cuidado à saúde da população idosa brasileira. As evidências indicam que as TIC têm o potencial de prevenir ou reduzir o isolamento social dos idosos através de vários mecanismos, mas, para tanto, é necessário reduzir as barreiras de utilização da internet (Bonetti; Bica, 2024; Sales *et al.*, 2014).

Além disso, Bonetti e Bica (2024) reforçam que na utilização da Internet, as competências e outras capacidades tecnológicas digitais dos idosos promovem eficazmente o envelhecimento ativo. A literatura mostra que, quanto maior a exclusão

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

digital, mais fraco foi o senso de saúde física, mental e social do idoso, colaborando com a teoria de impacto da exclusão digital sobre o envelhecimento ativo (Bonetti; Bica, 2024).

Bonetti e Bica (2024) citam que as TICs oferecem benefícios significativos, como interação, aprendizado e entretenimento. A Internet também facilita a comunicação com profissionais de saúde e cuidadores informais, promovendo o autocuidado. Assim, o letramento digital está intimamente ligado à eficácia das TIC em melhorar o bem-estar físico e mental, permitindo que os profissionais de saúde adotem abordagens mais centradas no usuário para educar, informar e tratar pacientes idosos.

Para Sales et al. (2014), a inclusão das tecnologias na vida de pessoas idosas é essencial, pois pesquisas demonstram que essa integração pode melhorar interações sociais, reduzir sintomas de depressão e aumentar a sensação de bem-estar. Além disso, a autoestima desempenha um papel crucial na adoção de novas tecnologias por esse grupo, evidenciando a importância da inclusão digital para promover não apenas a interação, mas também a valorização pessoal e a qualidade de vida dos idosos. No entanto, as pessoas da terceira idade necessitam de um tempo maior e seguem um ritmo mais lento para aprender a manipular e assimilar os mecanismos de funcionamento desses artefatos (Kachar, 2023).

Sales et al. (2014, p. 64) afirmam que ao interagirem com os computadores e a Internet, os idosos podem realizar várias tarefas diárias como operações bancárias e compras, consultar o correio eletrônico ou acessar redes sociais para comunicar-se com amigos, parentes, fazer novas amizades e procurar informações sobre saúde ou entretenimento, entre outras. Além disso, eles podem aumentar sua interação social e independência, além de dar uma sensação de segurança e quebrar um pouco a solidão dos que vivem sozinhos (Sales *et al.*, 2014, p. 64).

Sales et al. (2014) discorrem que o envelhecimento provoca diversos declínios fisiológicos, cognitivos e emocionais que se intensificam ao longo do tempo. Os idosos enfrentam novas necessidades decorrentes de problemas sensoriais, como diminuição da visão e audição, além de limitações físicas, como a redução da motricidade fina e da locomoção, e desafios cognitivos, incluindo a diminuição da memória de curto prazo.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

Além dessas alterações decorrentes da idade, alguns idosos ainda acabam sendo isolados socialmente, por serem vistos como pessoas mais frágeis e com limitações (Sales *et al.*, 2014, p. 66). Gerontecnologias digitais, como aplicativos, podem influenciar estilos de vida, promover detecção de sintomas precoces de enfermidades e promoção de envelhecimento saudável (Pimentel *et al.*, 2025, p. 2).

De acordo com Pereira et al (2025), as principais barreiras à inclusão digital entre os idosos incluem a falta de habilidades técnicas, o medo de utilizar novas tecnologias e questões financeiras que limitam o acesso a dispositivos e serviços. A literatura aponta para inúmeras causas que corroboram esses fatores e que necessitam de tratativas inclusivas. Muitos idosos sentem-se intimidados pela tecnologia, o que dificulta sua disposição para aprender a usar dispositivos digitais e acessar a internet. Estudos destacam que a questão financeira é um obstáculo significativo, pois muitos idosos não têm recursos para adquirir smartphones ou computadores adequados, além de planos de internet acessíveis.

Assim, promover a inclusão digital dos idosos é um desafio que requer a colaboração de diversas esferas da sociedade, incluindo políticas públicas, iniciativas privadas e ações comunitárias. É fundamental que se desenvolvam estratégias que considerem as especificidades desse grupo, garantindo que todos tenham a oportunidade de participar plenamente da sociedade digital (Pereira *et al.*, 2025).

CONCLUSÃO

A inclusão digital de pessoas idosas se revela como um tema de grande relevância, especialmente em um contexto de envelhecimento populacional e crescente digitalização das interações sociais. Os estudos analisados demonstram que, embora existam desafios, como a resistência ao uso de novas tecnologias e a necessidade de capacitação específica, os benefícios são significativos e impactantes. A familiaridade com as tecnologias não apenas promove a autonomia e a qualidade de vida, mas também fortalece a saúde mental e a socialização dos idosos, permitindo que se sintam mais conectados e ativos na sociedade.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

Entretanto, é importante ressaltar que a inclusão digital não é um processo linear e enfrenta barreiras que precisam ser superadas, como a falta de acesso a dispositivos e a necessidade de programas de letramento digital adaptados. A pesquisa indica que, para maximizar os benefícios da inclusão digital, é fundamental o desenvolvimento de políticas públicas que incentivem a capacitação e o acesso à tecnologia para essa faixa etária.

As perspectivas futuras são promissoras, pois a tecnologia pode ser uma aliada poderosa na promoção de um envelhecimento ativo e saudável. Ao investir em iniciativas que atendam às particularidades dos idosos, é possível não apenas melhorar sua qualidade de vida, mas também construir uma sociedade mais justa e inclusiva, onde todos, independentemente da idade, possam usufruir das vantagens que a tecnologia oferece. Portanto, a inclusão digital deve ser encarada como uma prioridade, visando não apenas a capacitação tecnológica, mas também a valorização e o empoderamento da população idosa.

REFERÊNCIAS

- ALVIM, K. C. B. L.; GOMES, D. R. A.; SOTERO, R. C.; RODRIGUES, C. M. L.; CHARIGLIONE, I. P. F. S. O impacto da inclusão digital na metamemória, qualidade de vida e humor em idosos saudáveis. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 24, n. 1, p. 455-472, 2021.
- BONETE, G. D. de O.; BICA, C. G. Promoção de saúde da população idosa por meio da inclusão digital. **Estud. Interdiscip. Envelhec. (Online)**, v. 29, p. 1-13, maio.2024.
- KACHAR, Vitória. Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 13, n. 2, 2023.
- GUEDES, J. S.; QUEIROZ E MELO, M de F.; DUTRA, N. S.; SILVEIRA, M. A. et al. (Re) construindo espaços e possibilidades com idosos em meio à inclusão digital. **Barbarói**, [S. l.], v. 2, n. 50, p. 174–189, 2017.
- OLIVEIRA, P. S.; GARCIA, R. C.; OLIVEIRA, D. V.; BATISTA, D. N.; SILVA, G. V. et al. Inclusão tecnológica: efeitos na saúde mental e qualidade de vida de idosos. **Saúde Pesqui.** (Online), v. 16, n. 1, e-10988, 2023.
- OPAS. **O Papel das Tecnologias Digitais no Envelhecimento e na Saúde.** (2023). [Technical reports]. OPAS. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/57357>
- PEREIRA, R. O.; GOULART, P. S. P.; OLIVEIRA, C. C.; ROBERTO, J. C. A.; CUNHA, E. L. et al. Tecnologia e inclusão digital na terceira idade. **Revista de Gestão e Secretariado**, [S. l.], v. 15, n. 8, p. e4121, 2024.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

PIMENTEL, J. C.; CAVALCANTI, D. F.; FREITAS, M. A. G. S.; UCHÔA BARBOSA, L. et al. Pessoa idosa e inclusão digital: aplicativos móveis disponíveis para download em smartphones. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, Brasil, v. 17, p. e–13857, 2025.

SALES, M. B.; MAZZALI, B. R.; AMARAL, M. A.; ROCHA, R. G. O.; BRITO, Rita. Inclusão digital de pessoas idosas: relato de experiências de utilização de software educativo. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 17, n. 4, p. 63–81, 2014.

SILVA, G. B. L.; GIRI, M. C. M.; STRECHT, L. O.; RAYMUNDO, T. M.; BERNARDO, L. D. Benefícios da inclusão digital em pessoas idosas: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 28, n. 3, 2025.