



PROJETO INTERDISCIPLINAR DE EXTENSÃO PARA INCLUSÃO DIGITAL DE IDOSOS EM MATINHOS, PARANÁ¹

INTERDISCIPLINARY EXTENSION PROJECT FOR DIGITAL INCLUSION OF ELDERLY PEOPLE IN MATINHOS, PARANÁ¹

Clóvis Wanzinack², Marcos Claudio Signorelli³

¹ Aceito para Publicação no 1º Semestre de 2015

² Professor Assistente do Curso de Informatica e Cidadania da Universidade Federal do Paraná- UFPR Setor Litoral, clovis_cwb@yahoo.com.br

³ Professor Adjunto de Fisioterapia da Universidade Federal do Paraná- UFPR Setor Litoral, arcosina@yahoo.com.br.

RESUMO

Este artigo objetiva descrever o projeto interdisciplinar de extensão universitária “Inclusão Digital para Melhor Idade”, que contribuiu tanto para o conhecimento de tecnologias digitais, diminuindo o analfabetismo digital, quanto com a socialização de idosos de Matinhos/PR, por meio de oficinas realizadas na Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral (UFPR Litoral). Para os acadêmicos, a participação permitiu a sensibilização de questões ligadas à terceira idade e articulação de aspectos teóricos e práticos de suas áreas, convergindo numa proposta interdisciplinar. Os acadêmicos vêm exercitando a associação do projeto com suas respectivas áreas de graduação. As estudantes de Fisioterapia, incluíram sessões de alongamento, relaxamento e ginástica laboral, além de discussões sobre saúde durante as oficinas. Os estudantes de Informática e Cidadania, agregaram conhecimentos técnicos das áreas de informática e sua interface com a inclusão digital, além de também desenvolveram uma apostila de síntese dos conteúdos abordados. A equipe vem coletivamente aprimorando sua atuação no projeto, estimulando a

criatividade com novas perspectivas, como a elaboração de um logotipo e construção de Home Page do projeto; participação em eventos; construção de dossiê compilando a trajetória do projeto; bem como este artigo científico, relatando a experiência. Este trabalho vem portanto, ilustrar um pouco dessa trajetória, capaz de fomentar benefícios numa via de mão dupla: tanto para idosos que são incluídos digital e socialmente no ambiente universitário, quanto para estudantes que vêm desenvolvendo qualidades via extensão universitária e contando com um diferencial em sua formação acadêmica.

Palavras-Chave: Inclusão digital, Idosos, Interdisciplinaridade, Extensão universitária.

ABSTRACT

Health promotion in old age requires a broader view, because the insulation can be a risk factor for diseases. From this perspective, aiming to minimize such effects, it was proposed the interdisciplinary academic extension project: "Digital Inclusion for the Best Age". The project has been contributing over the past four years, both increasing knowledge of digital technologies and reducing digital illiteracy, as socializing elderly people from Paraná's coast, through workshops held at the Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral (UFPR Litoral). For scholarship students, participation in the project has enabled awareness of senior's is-sues and articulation of theoretical and practical aspects of their areas, converging into an interdisciplinary approach. The students have been developing the exercise of linking the project with their graduation areas: Physiotherapy and Information Technology & Citizenship. Physiotherapy students included sessions of stretching and relaxation and also discussions about health and quality of life during the workshops. Information Technology & Citizenship students added expertise in areas of informatics and its interface with digital inclusion, and also developed a booklet summarizing the content covered during the workshops. The team has been collectively enhancing its role in the project, stimulating creativity with new perspectives, such as the development of a logo and home page of the project; participation in events; materializing a dossier, com-piling the history of the project; as well as this paper, reporting the experience. Thus, this work illustrates some of this history, capable of promoting benefits in a two way system: both for elderly that are digital and socially included within the university environment, and for students who are developing qualities through university extension and including a differential in their academic training.

Keywords: Digital inclusion; Elderly; Interdisciplinary; Academic extension.

Introdução

Até pouco tempo atrás, o Brasil era um país em que a maioria absoluta de sua população era considerada jovem. Porém essa realidade demográfica vem mudando e atualmente a faixa etária juvenil cada vez mais divide espaço com crescente número de idosos, que também exigem intensa demanda de cuidados e serviços específicos (MARTIN *et al.*, 2005).

No início do século XX, apenas 3,3% da população do país estava na faixa etária acima de 60 anos. Em 2005 esta faixa representava cerca de 8,6% da população, e em 2008 este número aumentou para 9,7%, sendo o Brasil um dos países com maior contingente em números absolutos de idosos no mundo. A perspectiva para 2020 é de que 14,2% da população sejam de pessoas acima de 60 anos. Tendo em vista estes dados, Martin *et al.*, 2005, afirmam que as políticas públicas intersectoriais brasileiras devem ter mais preparo para atender às crescentes necessidades de promoção de saúde e bem-estar da população idosa (FITTIPALDI, 2008).

No município de Matinhos (PR), situado no litoral paranaense e *locus* de execução da proposta relatada neste artigo, segundo o Instituto Paranaense de Desenvolvimento Econômico e Social (IPARDES, 2010), 16,32% da população é composta por pessoas idosas (pessoas acima de 60 anos). A síntese dos dados está apresentada no Quadro 1.

Local e ano	% de Idosos
Brasil: 1901	3,3%
Brasil: 2005	8,6%
Brasil: 2008	9,7%
Brasil: (estimativa) 2020	14,2%
Matinhos (PR): 2010	16,32%

Quadro 1: % de idosos no Brasil e no município de Matinhos.

O processo de envelhecimento é acompanhado por mudanças inevitáveis nos órgãos e sistemas, bem como em aspectos psicossociais. A cognição, que é referida como uma coleção de processos capazes de transformar, organizar, selecionar, reter e interpretar determinadas

informações, pode apresentar mudanças com o avançar da idade (KREIS, 2007).

Aspectos como fadiga mental, desinteresse, diminuição da atenção e da concentração não acontecem com os idosos devido a algum tipo de diminuição da inteligência, mas sim, pelo processo natural do envelhecimento. Com o avançar da idade o desempenho funcional não é tão satisfatório nas aptidões psicomotoras, como por exemplo, em testes que exigem rapidez, agilidade e coordenação. A assimilação de informações é mais lenta no que diz respeito à memória e à aprendizagem, além de haver comprometimento visual e auditivo. A motivação dos idosos é diminuída em decorrência dos problemas de saúde e eliminação de funções (MOREIRA *et al.*, 2004).

Recentemente, houve um aumento na expectativa de vida dos idosos brasileiros devido à descoberta de novos medicamentos, cura de doenças, melhora nas condições sanitárias, entre outros. A forma de acesso às informações também mudou com o decorrer dos anos. Além dos já tradicionais meios de comunicação, como rádio, telefone e TV, hoje também é possível acessar informações e se comunicar com as pessoas por meios digitais (FITTIPALDI, 2008).

A internet é uma ferramenta de aprendizagem que possibilita diversas atuações, facilitando a vida das pessoas e a rapidez de se realizar trabalhos e tarefas. Afirmar que a informática e o trabalho não combinam com o idoso é um grande equívoco, pois segundo Nunes (2006), o número de idosos no Brasil cresce a cada dia e a sua saída do mercado de trabalho se dá cada vez mais tarde.

Nesse sentido, emergem as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), cada vez mais utilizadas pela população brasileira e legitimando-se como parte de sua rotina, por meio do uso de interfaces como computadores, televisões, câmeras digitais, celulares, entre outros. Porém nem todos os membros da população têm acesso às TICs de forma equânime. Um dos segmentos menos privilegiados nesse contexto é a população idosa, que ao longo de sua vida teve pouco contato com esse tipo de recurso. Assim, é comum o relato de idosos sentirem dificuldades e insegurança no manuseio de equipamentos mais sofisticados. Muitas vezes, os desafios para se adaptarem

a esses artefatos, somados à constante inovação tecnológica que tais elementos apresentam, podem desestimular sua utilização por essa parcela da população. Por conseguinte, é de extrema importância que idosos não permaneçam à margem, nem sofram discriminação digital, pois isso afetaria sua autoestima, os modos de estabelecimento de relações, e conseqüentemente sua saúde. Para evitar isso é necessário, dentre outras estratégias, promover a inclusão digital desses indivíduos.

A inclusão digital é considerada por Silva *et al.* (2005), como uma ação que promove a conquista da “cidadania digital” e contribui para uma sociedade mais igualitária, levando aprendizagem no uso das TICs e acesso a informação disponível nas redes (SILVA FILHO, 2005). O total de brasileiros com acesso à internet cresceu 9,6% no quarto trimestre de 2010 em relação ao mesmo período do ano anterior, totalizando 73,9 milhões de pessoas, segundo medição divulgada pelo Ibope Nielsen Online¹. Considerando a última contagem da população do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010), cerca de 61% da população ainda permanece sem acesso à internet no país. O número leva em conta a possibilidade de acesso de quaisquer ambientes, seja em domicílio, trabalho, escola, *lan houses* ou outros locais. Adicionalmente, de acordo com Lemos e Costa (2005), apenas 14% da população têm acesso regular ao universo da informática.

De acordo com Silva Filho (2005), os três pilares para a inclusão digital são TICs, renda e educação. Para a utilização dos computadores é preciso saber ler, escrever e interpretar as informações passadas por palavras e símbolos, assimilando assim o conhecimento e podendo passar para outras pessoas, tendo como consequência a melhora da qualidade de vida (SILVA *et al.*, 2005). Sem as iniciativas de inclusão digital, as tecnologias de informação aumentariam as diferenças de classes, e os grupos excluídos teriam pouca oportunidade de se beneficiar com o acesso a essas informações (BENZ *et al.*, 2006).

Com o aumento da população idosa no Brasil, a procura por TICs tem

¹ O IBOPE Nielsen Online é uma *joint-venture* que existe há 11 anos entre o IBOPE e a Nielsen, líder mundial em medição de audiência de internet. Com o auxílio de um *software* proprietário, instalado em um painel de internautas representativo da população brasileira com acesso à web no domicílio ou no trabalho, a empresa detalha o comportamento dos usuários do meio digital.

sido cada vez maior por esta faixa etária. Alguns idosos afirmam sentir-se excluídos da sociedade por parecerem ultrapassados sem o domínio das tecnologias e com isso buscam ter acesso a linguagem informatizada. Para pessoas mais jovens, que já nasceram num ambiente em que a comunicação através de computadores é comum, o aprendizado se torna mais fácil e rápido. Porém para a maioria das pessoas idosas, a rapidez com que a informática evolui e a falta de contato que eles têm com esse tipo de tecnologia, associada a dificuldades de entendimento da linguagem, ao processo natural do envelhecimento, e ao receio de manusear equipamentos, faz com que muitas vezes não consigam acompanhar e sintam dificuldade de aprender, podendo se tornar analfabetos digitais (BENZ *et al.*, 2006).

Nesse contexto, ciente dos desafios digitais apresentados à população idosa e pensando nos possíveis benefícios oriundos de um maior acesso ao universo digital, um grupo de professores e estudantes de diversas áreas do conhecimento da Universidade Federal do Paraná – Setor Litoral (UFPR Litoral), em Matinhos, litoral do Estado do Paraná, elaborou em 2008, uma proposta de projeto de extensão universitária. A proposta, que também foi uma demanda de um grupo de idosos da região, consistiu em promover a inclusão digital para pessoas da terceira idade que habitam o litoral do Paraná. O projeto vem sendo implementado desde então, tendo contabilizado cerca de uma centena de idosos participantes ao longo desses 4 anos. Neste artigo, objetivamos portanto, descrever determinados meandros dessa experiência, refletindo sobre alguns dos principais êxitos e desafios. Não é intenção aqui esgotar o assunto, mas sim cartografar os aspectos mais significativos de uma realidade, para promover reflexões e estimular o debate.

O principal objetivo deste projeto foi incluir digitalmente idosos de Matinhos e do litoral do Paraná no mundo tecnológico e ao longo desse processo, tentar ponderar sobre a inclusão digital na vida dessas pessoas. Além disso o projeto de extensão universitária constituiu-se em atividade formativa de notável significância para os estudantes da UFPR Litoral integrantes da proposta, permitindo contato interdisciplinar com as diferentes idades e cursos de graduação.

Envelhecimento, o Universo Digital e o Litoral do Paraná

Ao longo dos anos podemos perceber nos indivíduos idosos diversas diferenças em seu corpo, na mente e nas suas vivências (RAABE *et al.*, 2005). É um processo natural e irreversível em que ocorre a degeneração gradual do organismo e da funcionalidade corporal (SILVA e ZÁCARO, 2006).

A Política Nacional do Idoso (Lei N.º 8.842 de 04/01/1994) tem como principal objetivo assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. Já o Estatuto do Idoso (2003) afirma o direito do idoso à educação, cultura e lazer, salientando o apoio à criação de programas de terceira idade, incluindo as universidades abertas.

Portanto, é fundamental que se realizem esforços para evitar uma exclusão digital² dos idosos pela sociedade, cada dia mais envolvida no mundo tecnológico (RAABE *et al.*, 2005). É de grande importância para o idoso a motivação por novidades, sendo as novidades tecnológicas um destaque. O idoso muitas vezes pode ter dificuldades no acesso de mídias e tecnologia e se sente excluído da sociedade contemporânea (KREIS, 2007). O medo, falta de conhecimentos, escassez de recursos, inadequação de equipamentos e ausência de conteúdos específicos podem estar na sua origem. O computador funciona como um espelho, que expõe o aluno às suas limitações, ao denunciar as suas dificuldades (KACHAR, 2003).

Diante desse panorama, a internet surge como um meio facilitador de estimulação mental, redução de isolamento e otimizador dos processos de comunicação, além de contribuir para o bem estar e a socialização do idoso (KREIS, 2007).

Pequeno (2010), cita através de Kachar (2003), que a tecnologia surge, então, como forma de contribuição na redução do isolamento, na estimulação mental e, finalmente, no bem-estar da pessoa idosa, podendo também facilitar ou promover o processo de comunicação com a família ou amigos, estimulando e alimentando, desta maneira, as relações interpessoais ou mesmo

² A exclusão digital é um conceito dos campos teóricos da Comunicação, Sociologia, Tecnologia da Informação, História e outras humanidades, que diz respeito às extensas camadas das sociedades que ficaram à margem do fenômeno da sociedade da informação e da expansão das redes digitais (PEQUENO, 2010).

promovendo encontros geracionais na Web.

Inclusão Digital

O termo “Inclusão Digital” é definido como a inserção de um indivíduo em um ambiente digital, oportunizando que esse tenha a possibilidade de usufruir dos benefícios dispostos pelo meio (FITTIPALDI, 2008).

Entende-se por Inclusão Digital ou Infoinclusão como a democratização do acesso às TICs, de forma a permitir a inserção de todos na sociedade da informação. Inclusão digital é também simplificar a sua rotina diária, maximizar o tempo e as suas potencialidades. Um indivíduo incluído digitalmente não é aquele que apenas utiliza esta nova linguagem, mas aquele que usufrui deste suporte para melhorar as suas condições de vida (PEQUENO, 2010).

Nos dias atuais a informação está cada vez mais se materializando e propagando por meios digitais. Os livros, as revistas, os jornais, os documentos pessoais, até a maneira como as pessoas realizam suas compras mudou. Assim como os modos de a população pensar, agir, se relacionar e se adaptar às novas tecnologias. Cada vez mais o ser humano se sente dependente da utilização dos meios tecnológicos, tornando-se indispensáveis para a conexão com mundo globalizado. A familiarização com tais recursos é o local de entrada para a modernidade e para o novo modelo de vida da população (BENZ *et al.*, 2006).

Com base nessas acepções é que se definiu o presente projeto, visando potencializar políticas públicas recentes voltadas à população idosa, e aproveitando do espaço de uma universidade federal, no intuito de promover uma formação universitária com olhar diferenciado para questões relativas à esse coletivo.

Cenário do projeto: Matinhos e Litoral do Paraná

A delimitação territorial deste estudo concentra-se no litoral paranaense, área de abrangência das ações da UFPR Litoral. Sete é o número de municípios que constituem a região do Litoral do Paraná: Antonina,

Guaraqueçaba, Guaratuba, Matinhos, Morretes, Paranaguá e Pontal do Paraná. A população regional: é de aproximadamente 265.362 mil habitantes (IBGE, 2010). Todavia, tal número varia muito em função de aspectos sazonais. De acordo com Signorelli *et al.* (2010), no verão, devido à popularidade das praias paranaenses, a população ultrapassa o número de um milhão de pessoas. Nesse período, a região atrai inúmeros turistas e veranistas que desejam passar férias, desfrutando das belezas naturais da região. As praias dos municípios de Guaratuba, Matinhos, Pontal do Paraná, além da Ilha do Mel, são os locais mais concorridos nessa época (WANZINACK, 2011).

A população permanente do Litoral do Paraná, em grande parte, trabalha nessa época do ano em atividades ligadas à temporada de verão, tais como comércio e turismo, com grande destaque para trabalhos informais. No restante do ano, grande parte dessa população sobrevive sem trabalho e renda, visto que a cadeia produtiva é bastante limitada nestes municípios. Outros moradores vivem, em grande parte, da pesca e da agricultura familiar, mais notadamente nos municípios de Antonina, Guaraqueçaba e Morretes (WANZINACK, 2011).

Um fato interessante para este estudo é que a região litorânea atrai cada vez mais pessoas idosas, que desejam fixar moradia próximo ao mar, como pode ser observado no Quadro 1. Muitas aposentados oriundos da capital e do interior do Paraná e até mesmo de outros estados, chegam anualmente em busca de qualidade de vida nas praias paranaenses. A região é reconhecida nacional e internacionalmente como um dos principais remanescentes da Floresta Atlântica, e é repleta de rica flora e fauna em ambientes cercados por ilhas, manguezais, cachoeiras, baías e praias, como cita Bigarella (2009).

Entretanto, as políticas públicas e ações governamentais direcionadas à esta parcela da população, que busca a região para viver seus derradeiros anos de vida, são incipientes. Diante desse contexto é que se reflete sobre o papel das Universidade Públicas e seu potencial transformador da realidade onde estão inseridas. Foi a partir do questionamento de um grupo de docentes e discentes, a respeito das possibilidades de atividades formativas que contemplassem a inclusão dessas pessoas idosas, aliado à uma demanda

oriunda de um grupo de pessoas idosas da região, é que emergiu a proposta em relevo neste trabalho.

Nos próximos parágrafos será descrito de maneira sucinta um pouco dessa experiência. A partir do contexto regional, considerando demandas que surgiram da própria comunidade em relação às atividades direcionadas para a população idosa de Matinhos, e com objetivo de agregar elementos para a formação de estudantes é que foi proposto este projeto de extensão universitária. O projeto teve como escopo incluir o número crescente de idosos habitantes da região, tanto digitalmente, quanto socialmente, contribuindo para sua independência funcional e conseqüentemente repercutindo em sua saúde e bem-estar. Com este artigo não será esgotado o assunto, mas serão delineados alguns dos desafios e dos êxitos concernentes à esta proposta. Espera-se com isso, fomentar o debate em torno de estratégias de inclusão digital e social direcionada às pessoas idosas, bem como a própria discussão sobre a extensão universitária e seu potencial na formação em nível superior, desenvolvendo um olhar diferenciado em relação aos grupos socialmente excluídos.

Metodologia

Este artigo foi desenhado com o intuito de relatar a experiência de um projeto de extensão universitária voltado à inclusão de idosos do litoral do Paraná no uso de ferramentas digitais, especialmente às ligadas à informática, mas também outras mídias, nas quais tal grupo relata dificuldades de manejo, tais como câmeras digitais, laptops, filmadoras e telefones celulares.

O projeto foi inicialmente proposto no início de 2008, e aprovado pela Pró-Reitora de Extensão e Cultura (PROEC) da UFPR. Junto com a proposta, foram aprovadas bolsas estudantis para que acadêmicos dos cursos de graduação pudessem atuar como monitores do projeto, dedicando uma carga horária semanal de 12 horas. A extensão é um dos pilares da tríade universitária, composta por ensino/pesquisa/extensão, portanto, se configura em atividade formativa para seus participantes.

Desde então, o projeto vem sendo realizado de maneira gratuita e tem como público alvo sujeitos alfabetizados com idade superior a 60 anos. As Oficinas de Inclusão Digital são realizadas em uma das salas do Laboratório de Informática da UFPR Litoral, em Matinhos (PR) e tiveram início em junho de 2008, com uma turma inicial composta por 12 alunos. Todavia, com a grande procura, no ano seguinte foram abertas duas novas turmas, totalizando mais 20 pessoas. A partir de 2010 o projeto passou a atender mais de 50 idosos, divididos em sete turmas, de 7 a 12 alunos cada. A primeira turma concluiu o curso em dezembro de 2009, quando doze idosos receberam seus certificados.

As oficinas são ministradas por discentes bolsistas, orientados por docentes da UFPR Litoral. Ao longo dos quatro anos, doze acadêmicos já atuaram no projeto. Os discentes atualmente são provenientes dos cursos de Informática e Cidadania e de Fisioterapia, buscando uma maior troca de conhecimentos entre as diferentes idades e áreas de graduação. O projeto também já contou anteriormente com acadêmicos provenientes dos cursos de Licenciatura em Ciências, e dos Bacharelados em Gestão Ambiental e Saúde Coletiva, sempre privilegiando diálogos interdisciplinares. As turmas de idosos são divididas respeitando as dificuldades de cada idoso e a velocidade das aulas acontece de acordo com suas necessidades. As aulas são realizadas uma vez por semana com duração de uma hora e meia e com o auxílio de 2 a 3 monitores por turma. Os idosos ainda têm a possibilidade de participar das aulas de reforço que acontecem todas as sextas-feiras e são abertas a todas as turmas.

Durante o projeto, ao longo de 2010, foram desenvolvidos questionários pela equipe executora do projeto, para sondar as expectativas dos alunos novos e para avaliar o processo com relação aos que já frequentavam o curso desde os anos anteriores. Entre os alunos novos, 44 responderam aos questionários, e entre os que já participavam do projeto, 8 idosos responderam. Todos os indivíduos participaram da pesquisa de forma voluntária, e anônima, consentindo por meio do preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Todos os procedimentos éticos foram respeitados, obedecendo as legislações nacionais e internacionais que regem a Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos. Na sequência serão comentados os

resultados obtidos até então.

Resultados e discussão

Cabe mencionar que este projeto nasceu a partir de uma demanda de um grupo de idosos que participava de outro projeto de Iniciação Científica do Curso de Fisioterapia, que objetivava fazer exercícios de alongamento e fortalecimento para idosos de Matinhos. Em termos quantitativos, desde 2008, quando do início do projeto, cerca de 100 pessoas já participaram das oficinas de inclusão digital. As oficinas foram moldadas de acordo com temas pré-estabelecidos pela equipe do projeto, aliados aos anseios e interesses dos idosos. Exemplos de temas trabalhados incluem: arquitetura de computadores, sistema operacional Windows, pacotes Office, com processadores de texto Word, planilhas Excel, apresentador Power Point, e ainda acesso à internet (incluindo-se aí acesso a páginas de informações, sobre atualidades como saúde, educação, política, entre outras). Foi também contemplado acesso a comunicadores instantâneos – e-mails, chats, Messenger, Skype -, uso de câmeras fotográficas e filmadoras digitais e de aparelhos telefones celulares, laptops, entre outros.

Interessante mencionar que os conteúdos são abordados de modo adaptado à população em relevo. A título de ilustração, alguns dos conteúdos referentes ao processador de texto Microsoft Word, foram ministrados por meio da digitação de receitas culinárias, que os próprios idosos traziam para esse fim. E como meio de socialização, costuma-se estimular que algumas das receitas sejam escolhidas por eles para serem colocadas em prática, nos encontros seguintes, como forma de socialização. Também através de questões financeiras do seu dia-a-dia puderam ter contato com planilhas eletrônicas do Microsoft Excel. Como exemplo, destaca-se uma aula de planejamento orçamentário, em que aprenderam a ferramenta por meio da contabilidade de seus gastos domésticos. Assim, além de aprender a ferramenta, aprendiam também a realizar o balanço de suas despesas, e aprendiam formas de como tentar economizar dinheiro. Com o uso do Microsoft Power Point, puderam superar o desafio de apresentações de slides contendo fotos, mensagens e imagens de viagens, que muitos amigos/familiares os

enviavam através de correntes de emails. Assim, além de aprender os conteúdos necessários à digitação/formatação de textos, planilhas, apresentações de imagens, eles ainda podiam ao final, confraternizar com o grupo, trocando emails, receitas e materializando diversas receitas para a “hora do lanche”.

Como resultados gerais, também cabe destacar que os primeiros participantes ingressantes na proposta realizaram todas as atividades propostas em três semestres. A formatura da turma pioneira do curso se deu em dezembro de 2009, data em que doze idosos concluíram o curso e receberam seus certificados. O momento da formatura e da entrega dos certificados caracterizou-se como um marco simbólico significativo na vida daquelas pessoas. Muitos não haviam estudado formalmente, tampouco num ambiente universitário. O fato de receber um diploma, com a estampa da Universidade Federal era motivo de orgulho e alegria.

A criação de uma apostila com a síntese dos conteúdos abordados ao longo do curso, elaborada pelos discentes e disponibilizada gratuitamente para os idosos, com atividades e material de estudo para facilitar o estudo domiciliar, também se constituiu em um dos resultados do projeto. Com a abertura de mais turmas e o aperfeiçoamento da equipe, a apostila foi dividida em dois volumes: básico e avançado. A apostila de nível básico era direcionada aos idosos iniciantes no curso, enquanto a de nível avançado continha informações mais aprofundadas para os que prosseguiram com o curso por mais tempo.

A composição interdisciplinar da equipe do projeto, com estudantes do curso de Fisioterapia, também possibilitou a criação de uma cartilha de ginástica laboral. A cartilha continha orientações, imagens e condutas para os idosos realizarem durante as aulas e em casa, com objetivo de minimizar possíveis efeitos osteomusculares (danos ósseos e/ou musculares) indesejáveis, resultantes da utilização de microcomputadores.

Outro produto foi a criação de um dossiê compilando todos os dados e a trajetória do projeto, que contém o histórico, a composição da equipe, alguns depoimentos dos alunos e reportagens a respeito do projeto veiculadas em jornais locais e no site da UFPR Litoral. Os estudantes participantes do projeto, juntamente com os idosos, também foram instigados a criar um logotipo, para

uma caracterização visual do projeto, que era utilizado em cartazes de divulgação, e que também encontra-se documentado no dossiê.

Como estratégia de compilação de informações e divulgação das atividades realizadas pelo projeto, foi elaborada Home Page do projeto. A página contém informações a respeito do histórico do projeto, da composição da equipe, horários das aulas, materiais didáticos utilizados durante as oficinas (como as apostilas e a cartilha de ginástica laboral, por exemplo) e ainda registros fotográficos. Encontra-se em fase de finalização e terá um link direto com o site da UFPR Litoral.

Outro ponto significativo para a formação dos estudantes foi a sensibilização com questões relativas à população idosa, bem como a capacitação pedagógica para ministrarem as oficinas de inclusão digital. Foram disponibilizados textos e foram realizados seminários com a equipe, juntamente com os docentes, a respeito da extensão universitária e de questões didáticas e pedagógicas, fundamentais para a condução das oficinas. Foram lidos e debatidos textos de autores da área de educação, como Paulo Freire (1997), Léa Anastasiou (2003), Celso Vasconcellos (1999), entre outros.

No ano de 2010, com objetivo de analisar as ações que vinham sendo desenvolvidas pela equipe, foi aplicado um questionário avaliativo aos idosos que já vinham participando da proposta desde o ano de 2009. Aos novos alunos idosos, que ingressaram a partir de 2010 foi aplicado também um questionário para sondar as expectativas com relação ao curso.

Entre os que responderam ao questionário (n=52), 93% afirmaram nunca ter feito curso de informática anteriormente. A grande maioria relatou que o fator mais importante para o seu aprendizado é que o monitor tenha bastante paciência com eles, devido à dificuldade de aprendizado e memorização do que é ensinado, além do medo de manusear a máquina e a falta de conhecimento da linguagem digital, corroborando com Benz *et al.*, (2006).

Dos alunos novos, que responderam ao questionário (n=44), 29 afirmaram não ter computador em casa e 15 disseram ter computador. Porém cerca de 54% dos novos alunos declarou não saber nada sobre informática, 23% declaram saber muito pouco e outros 23% declararam saber pouco.

Nenhum idoso afirmou saber muito. Grande parte dos idosos quer aprender principalmente a utilizar a internet, para que a comunicação com seus familiares seja mais fácil e também para ler notícias e realizar pesquisas, mas também há aqueles que procuraram o curso para melhorar seu desempenho em seu trabalho ou apenas por socialização.

O questionário, além de conter questões fechadas, também continha perguntas abertas, as quais permitiam que os sujeitos expressassem suas opiniões. Também foram colhidos depoimentos dos próprios alunos sobre o que achavam do curso e quais eram suas expectativas. Uma dessas narrativas é reproduzida no trecho a seguir:

“...É maravilhoso poder me comunicar com a minha família, que está tão longe” (A.P. 66 anos).

A frase acima vem ao encontro do que propõe Kreis (2007), de que a inclusão digital possibilita a interação interpessoal, fazendo com que o idoso amplie seu universo de comunicação e inserção social, afastando-o do isolamento. Já outro participante relata a satisfação que vem sentindo com relação à proposta. Trata-se de J. C. M. (67 anos), que afirma que *“tudo que estão fazendo em prol dos idosos é excelente”*. Esta assertiva destaca como a inclusão digital contribui para uma melhor socialização dos idosos, diminuição do isolamento, além de agir positivamente na auto estima dos participantes (KREIS, 2007).

Outro fator bastante destacado refere-se à atuação interdisciplinar dos bolsistas participantes do projeto. Além de os alunos do Bacharelado em Informática e Cidadania promoverem a inclusão digital dos idosos, associando a teoria vista em sala de aula, com a prática vivenciada no projeto, a estudante de Licenciatura em Ciências fomentava o acesso às informações científicas, incluindo *tours* virtuais à museus do mundo inteiro. Já as discentes de Fisioterapia também tiveram um papel bastante significativo dentro do projeto, associando conteúdos provenientes de suas aulas com as oficinas realizadas com os idosos. Forneceram diversos conhecimentos necessários para a promoção da saúde do grupo, como o modo como eles podem utilizar planilhas de Excel para calcular seu Índice de Massa Corpórea (IMC), construir tabelas para controlar os níveis de colesterol, diabetes e pressão arterial. Orientaram a

respeito de condições de promoção da saúde e prevenção de doenças e também para que em caso de dúvidas saibam procurar informações em sites confiáveis. Adicionalmente, promoveram a ergonomia e a ginástica laboral, ensinando aos idosos a adoção de posturas corretas ao sentar em frente do computador, também exercícios de alongamento para o pescoço, tronco e costas, antebraço, mãos, dedos e membros inferiores e exercícios de relaxamento para que os participantes realizassem durante as aulas e ao longo do dia.

Certamente, os desafios da proposta também foram bastante significativos. O fato de estudantes e docentes orientadores terem uma vida bastante compromissada com outras atividades universitárias, como ensino, pesquisa e funções burocráticas, muitas vezes relega injustamente a extensão universitária a um segundo plano. Enquanto atividade formativa, muitas vezes não é considerada tão valorosa quanto as aulas formais ou atividades de pesquisa. E essa valorização tentou ser resgatada ao longo do processo, assim como questões referentes à metodologia de ensino-aprendizagem, empregadas durante as oficinas. Como a maioria dos bolsistas era proveniente de cursos que não eram licenciaturas, buscou-se trabalhar com estratégias de seminários a respeito de questões didático-pedagógicas e estratégias metodológicas. Outro desafio que merece reflexão é a respeito das desistências de alguns idosos, causada por inúmeros motivos, como mudanças, doenças e inclusive o óbito de participantes. Os bolsistas foram instigados a desenvolver meios de lidar com tais situações, buscando sempre tentar incluir ao máximo os participantes. Buscaram promover estratégias para que os idosos não desistissem por motivos relacionados ao projeto, como dificuldades de acompanhamento ou relação instrutor-aluno.

O cuidado em respeitar a velocidade e os limites dos participantes, ao mesmo tempo buscando aproveitar o seu potencial, foi um fio condutor que esteve sempre presente ao longo dos encontros. O fato de trabalhar com turmas pequenas, com no mínimo dois ou três monitores em sala, permitiu que fosse dada uma atenção mais individualizada, minimizando portanto, a sensação de exclusão que alguns idosos poderiam alegar. Os questionários na verdade, revelaram o quanto se sentiam incluídos, se constituindo num

termômetro que foi capaz de fornecer um *feedback* à equipe do projeto a respeito das estratégias adotadas. 75% dos idosos avaliaram a atuação dos monitores como ótima e outros 25% como boa. Nenhum idoso referiu a atuação como regular, tampouco ruim, ressaltando-se que o questionário foi realizado de modo anônimo, permitindo que se expressassem sem constrangimentos. Outro ponto destacado pelos participantes foi a sensibilidade dos estagiários, que foram selecionados pelos docentes coordenadores do projeto em função de seu perfil diferenciado. Não bastava selecionar instrutores que apenas dominassem os conhecimentos de informática e outras tecnologias. Era fundamental que, além desses requisitos, também tivessem características como sensibilidade, paciência e *feeling* para lidar com o grupo de idosos.

A partir da satisfação dos idosos com o projeto, expressa nos questionários, foi possível observar-se a grande importância que a inclusão digital tem para essas pessoas, pois assim não se sentem excluídas do mundo contemporâneo. Alguns idosos sofrem com a dificuldade de se relacionarem, padecendo de carência afetiva e emocional, podendo levar a uma diminuição de atividades, baixa autoestima, desmotivação, solidão, isolamento social e até mesmo depressão. Por conseguinte, é de suma importância que a pessoa da terceira idade seja incluída digitalmente para que possa se comunicar com outras pessoas, e para que tenha mais entretenimento, pois tal processo é agente motivador e incentivador, contribuindo na redução do isolamento, na estimulação mental e no bem-estar (KREIS, 2007).

Um estudo de Lebrão e Laurenti (2005), aponta que 18,1% da população idosa da área urbana de São Paulo apresenta sintomas depressivos, com maior enfoque entre 60 e 64 anos, e 13% para aqueles com mais de 75 anos. O envolvimento do idoso com as TICs mostra que existem mudanças cognitivas e sociais nas pessoas de terceira idade que participam de projetos de inclusão digital, identificando fatores positivos no processo de envelhecimento, quando aliado à aquisição de novos saberes tecnológicos (BENZ *et al.*, 2006).

Com este novo conhecimento dessa parcela da população, eles podem retomar em alguns casos a atividade profissional, e também se inserir nos

meios sociais, de cultura e entretenimento que a internet proporciona (KREIS, 2007).

O uso das mídias de comunicação e o domínio desses meios mostram aproximação, interesse, conexão com o mundo tecnológico, e conseqüentemente menor apreensão e maior confiança, devido aos conhecimentos adquiridos pela tecnologia. O indivíduo idoso tem ampliado seu universo e com isso o sedentarismo, acomodação, fadiga, indisposição e o isolamento tem sido minimizados, dando lugar à aprendizagem, inserção na sociedade, garantindo melhor saúde e bem estar. A informática também possibilita as interações interpessoais e intergeracionais, estimulando questões psíquicas e mentais do idoso, promovendo satisfação e oportunidades (KREIS, 2007).

Vários autores como Granda e Duarte (2011), Benz *et al.* (2006), e Nunes (2006), apresentam trabalhos que tem por objetivo a inclusão digital com a informática básica na terceira idade, objetivando a inclusão não só no meio informatizado, mas também no âmbito social.

Benz *et al.* (2006) em seu estudo sobre a importância da inclusão digital para os idosos, afirmam que o que os idosos buscam não é apenas conhecer computadores e dominar sua lógica, mas buscam adequar-se, fazer parte, incluir-se como parte ativa e motivadora em fazer acontecer na sociedade.

Em uma abordagem semelhante à desenvolvida em Matinhos, Nunes (2006) realizou um estudo com 24 idosos do Rio Grande do Sul, em que estes participaram durante seis meses de oficinas de inclusão digital, com frequência de duas vezes por semana, e duração de uma hora. O objetivo do estudo foi identificar como a alfabetização digital contribuiu para o cotidiano dos idosos. Ao fim da pesquisa, o autor conclui que a inclusão digital constitui uma possibilidade do idoso reconstruir sua identidade como cidadão no mundo, e percebe que ele ainda tem a capacidade de aprender a lidar com situações e desafios diários relacionados ao uso da tecnologia.

A conclusão do autor, assim como dos outros trabalhos supracitados vem ao encontro do que este projeto objetivou, sendo a principal característica a possibilidade do idoso se sentir funcional e ativo frente a sociedade e desenvolvendo capacidades de aprender e de lidar com as novas tecnologias.

Por último, mas não menos importante, também é possível destacar o quesito socialização, fazendo com que alguns relatassem inclusive, que com a participação no projeto haviam reencontrado a alegria e motivação de viver.

Considerações Finais

O projeto de extensão universitária “Inclusão Digital para Melhor Idade” surgiu em 2008, a partir de uma demanda de um grupo de idosos do município de Matinhos e da região litorânea do Paraná, que clamavam a respeito da necessidade de serem incluídos no mundo digital. Por meio da elaboração de tal proposta, vem sendo possível paulatinamente formar grupos de idosos no curso de Informática Básica, perfazendo um total de cerca de uma centena de indivíduos até o presente momento. Ao mesmo tempo, o projeto vem proporcionando um espaço que também legitima-se como atividade formativa para estudantes de diversos cursos da Universidade Federal do Paraná, que atuam como monitores em uma perspectiva interdisciplinar.

O quesito interdisciplinaridade fez-se presente desde a concepção inicial da proposta, uma vez que os docentes coordenadores são de distintas áreas do saber: um é oriundo da área de administração/informática e outro da área de ciências da saúde. Desse modo, buscou-se desenhar um projeto que borrasse as fronteiras disciplinares, agregando olhares de diferentes campos em torno de temática em comum e com grupo populacional específico, que necessitam ser considerados por meio de estratégias e ações intersetoriais.

As repercussões do projeto para a vida dos idosos são expressivas e puderam ser elencadas por meio da aplicação de um questionário que possibilitou aos idosos avaliarem a estratégia. Destacou-se nessa direção a aprendizagem de conhecimentos das TICs, notavelmente o acesso à rede mundial de computadores, que os permitia sentir-se incluídos digitalmente. Adicionalmente também foi possível observar as contribuições para a socialização dos grupos de idosos, que estabeleciam vínculos e amizades uns com os outros, e que muitas vezes culminavam com momentos de confraternização e integração.

O projeto vem também contribuindo significativamente para o desempenho dos acadêmicos da Universidade, ensejando a oportunidade da

troca de experiências interdisciplinares e intergeracionais. A extensão universitária deve ser considerada como uma troca, em que estudantes realizam um intercâmbio de saberes e práticas com a comunidade, numa via dialógica de mão dupla. Por meio desta experiência, foi possível ressaltar o salto qualitativo de habilidades que vêm sendo desenvolvidas pelos acadêmicos, sendo louvável destacar a capacidade de diálogo, espírito de liderança e pró-atividade, além da sensibilidade para questões relativas à terceira idade e outros grupos que tendem à exclusão social.

As trocas não se restringiram apenas entre acadêmicos e comunidade. Merece ser realçado o intercâmbio que ocorreu internamente entre a equipe participante do projeto, seja entre docentes e discentes, seja entre os próprios discentes. Como a proposta é essencialmente interdisciplinar, as interações entre os participantes, provenientes de diferentes campos do saber, permitiu aos graduandos e aos próprios docentes coordenadores, uma experiência em suas formações que extrapola os limites de atuação disciplinares.

Ao longo das oficinas ocorreram muitos desafios, como a necessidade de adaptação de linguagem ao grupo específico; dificuldade dos idosos que não possuem computador em casa e que conseqüentemente não podiam aplicar todos os conhecimentos aprendidos; o desafio de lidar com as (ad) diversidades em sala de aula, considerando que cada pessoa tem um tempo de aprendizagem, além da dificuldade dos idosos em memorização; e ainda questões mais operacionais que algumas vezes se tornaram entraves para a execução das oficinas, como por exemplo, a greve de servidores da Universidade.

Porém, apesar dos percalços, o grupo procurou sempre se reorganizar e transformar os desafios em obstáculos a serem vencidos. Acreditamos que os resultados mais significativos são subjetivos e difíceis de mensurar quantitativamente. Entretanto, se refletem nos sorrisos e nas singelas palavras de agradecimento, tanto dos idosos participantes, que agora podem se comunicar via internet com seus entes queridos que estão longe, quanto dos acadêmicos, que puderam vivenciar uma proposta inter ou talvez, até ousemos referir, transdisciplinar.

Referências

- ANASTASIOU, L. G. C. Processos de ensinagem na universidade. Univille, Joinville, 2003.
- BENZ, M. R. PASQUALOTTI, P. R. PASSERINO, L.M. Inclusão digital da terceira idade no centro Universitário Feevale. In Anais VXII Simpósio Brasil de Informática na Educação – UNB/UCB, Brasília, páginas 61-70, 2006.
- BIGARELLA, J.J Matinho: homem e terra reminiscências. Fundação Cultural de Curitiba, Curitiba, 2009.
- FITTIPALDI, M. A. S. A inclusão digital na terceira idade. Revista Terceiro Setor. 2(1):15-21, 2008.
- FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. Paz e Terra. São Paulo, 1997.
- GRANDA, T. K. DUARTE, A. B. S. Inclusão digital na terceira idade – Identificando contribuições e lacunas. In Anais do XXVI Congresso Brasileiro de biblioteconomia, documentação e ciência da informação sistema de informação, multiculturalidade inclusão social. Maceió, 1-13, 2011.
- KACHAR, V. Terceira idade & informática: Aprendendo revelando potencialidades. Cortez, São Paulo, 2003.
- KREIS, R. F. O impacto da informática na vida do idoso. Revista Kairós. 10(2):153-168, 2007.
- LEBRÃO, M. L. LAURENTI, R. Saúde, bem-estar e envelhecimento: O estudo SABE no município de São Paulo. Revista Brasileira de Epidemiologia. 8(2):127-141, 2005.
- LEMOS, A. COSTA, L. F. Um modelo de inclusão digital: o caso da cidade de Salvador. Revista de Economía Política de las Tecnologías de la Información y Comunicación., 7(3):1-15 2005. Disponível em:<<http://eptic.com.br/arquivos/Revistas/VII,n.3,2005/AndreLemos-LeonardoCosta.pdf>> Acesso em 30/04/2012.
- MARTIN, G.B. CORDONI JÚNIOR, L. BASTOS, Y.G.L. Aspectos demográficos do processo de envelhecimento populacional em cidade do sul do Brasil. Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde. 14(3): 151-158, 2005.

MOREIRA, C. R. S. TORRES, M. S. R. BARROS, I. L. Diagnóstico de saúde evidenciados na clientela asilar de uma instituição pública de Vassouras. Trabalho de Conclusão de Curso de Enfermagem, Universidade Severino Sombra, 2004.

NUNES, V. P. C. A inclusão digital e sua contribuição no cotidiano de idosos: possibilidade para uma concepção multidimensional de envelhecimento. Dissertação de Mestrado em Gerontologia Biomédica, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2006.

PEQUENO, M. A. A. Inclusão digital na terceira idade. Trabalho de Conclusão de Curso, Escola Superior de Serviço Social, jun 2010.

RAABE, A. L. A. RAABE, R. O XAVIER, A. J. SALES, M. .B. Promovendo inclusão digital dos idosos através de práticas de design participatório. Revista Contrapontos. 5(3):417-430, 2005.

SIGNORELLI, M. C. et. al. Um projeto político-pedagógico de graduação em Fisioterapia pautado em três eixos curriculares. Revista Fisioterapia em movimento. 23(2):331-340, 2010.

SILVA FILHO, A. M. Os três pilares da inclusão digital. Revista Espaço Acadêmico. 3(24), 2005. <http://www.espacoacademico.com.br/024/24amsf.htm> acesso em 30-04-2012.

SILVA, H. JAMBEIRO, O. LIMA, J. BRANDÃO M. A., Inclusão e educação para competência informacional: uma questão de ética e cidadania. Revista Ciência da Informação. 34(1):28-36, 2005.

SILVA, J. R. ZÁCARO, P. M. D. Treinamento com exercícios calistênicos funcionais em indivíduos idosos hipertensos. Revista Terapia Manual. 4(16):70-75, 2006.

VASCONCELLOS, C. S. Construção do conhecimento em sala de aula. Libertad, São Paulo, 1999.

WANZINACK, C. Expansão do ensino superior federal e desenvolvimento regional: o caso da universidade federal do Paraná no litoral paranaense. Dissertação de Mestrado em Desenvolvimento Regional, Universidade Regional de Blumenau, 2011.