



Ana Paula
Henriques Vazão

**Produção de um documentário
colaborativo com seniores sobre os
desafios enfrentados nas Tecnologias
da Informação e Comunicação**



Ana Paula
Henriques Vazão

Produção de um documentário colaborativo com seniores sobre os desafios enfrentados nas Tecnologias da Informação e Comunicação

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Comunicação Multimédia, realizada sob a orientação científica da Doutora Ana Isabel Veloso, Professora Auxiliar do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro, e a coorientação científica da Doutora Sónia Almeida Ferreira, Professora Adjunta da Escola Superior de Educação de Viseu.

Dedico este trabalho à minha família (Pais e Mana), aos meus amigos e a todos os seniores que colaboraram no presente documentário.

o júri

Presidente

Prof. Doutor Mário Jorge Rodrigues Martins Vairinhos
professor auxiliar da Universidade de Aveiro

Prof. Doutora Ana María Amorós Pons
professora titular de Universidad de Vigo en Comunicación Audiovisual y Publicidad

Prof. Doutora Ana Isabel Barreto Furtado Franco de Albuquerque Veloso
professora auxiliar da Universidade de Aveiro

agradecimentos

Quero deixar uma palavra de sentido agradecimento às orientadoras deste trabalho de investigação, a Professora Doutora Ana Isabel Veloso e a Professora Doutora Sónia Almeida Ferreira, por me terem acompanhado, encorajado e motivado de forma incondicional. Este apoio foi essencial para ultrapassar os momentos difíceis em que a tentação de desistir foi grande.

Deixo também o meu especial obrigado a todos os seniores que participaram e colaboraram ativamente neste projeto, pois o seu contributo foi fundamental para a realização do mesmo.

Agradeço ao Instituto Politécnico de Leiria, particularmente à direção da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, e à Coordenadora dos 60+, a Professora Doutora Luísa Pimentel, por me terem acolhido e dado as condições necessárias para o desenvolvimento e conclusão do meu trabalho e também por terem sido céleres a responder a todos os pedidos que apresentei.

Quero deixar o meu grande obrigado ao meu Pai, à minha Mãe e à minha Irmã por me terem incentivado e colaborado em todas as etapas do projeto.

Não posso também deixar de agradecer às minhas amigas e colegas deste mestrado, pois o meu percurso não seria o mesmo sem elas. De todos destaco a Joana Job, a Maria Carvalho, a Márcia Nunes e a Marlene Moura, de quem durante estes dois anos fui inseparável! Quero agradecer igualmente à Carla Taveira e à Teresa Teixeira por me terem acompanhado e ajudado ao longo deste período.

Agradeço aos meus amigos mais próximos, Alda, Ana, Cris, Gonçalo, Isabel, Lara, Lena, Sandrina e Tânia a enorme paciência e apoio demonstrados ao longo destes dois anos.

Deixo o meu enorme obrigado à Luísa por se disponibilizar a ajudar-me com conselhos técnicos e por me imprimir o trabalho.

Quero deixar o meu profundo obrigado a todos que contribuíram para a realização deste trabalho e que não foram referidos anteriormente.

A todos, sem exceção, os meus sinceros agradecimentos!

palavras-chave

Sénior, Sociedade da Informação, Tecnologias da Comunicação e Informação, E-Inclusão, Documentário,

resumo

O trabalho apresentado pretende identificar as principais linhas orientadoras para a produção de um documentário sobre os principais desafios enfrentados pelos seniores quando utilizam as Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC), particularmente para acederem a vários serviços.

É inegável que as TIC têm um papel cada vez mais relevante nas sociedades contemporâneas, pelo que é essencial que os indivíduos que as compõem tenham as competências mínimas para a sua utilização. Os vários estudos levados a cabo sobre esta temática identificam os seniores como o grupo que em média menos utiliza as TIC e que mais dificuldades enfrenta quando as usa, o que pode resultar na infoexclusão dos indivíduos de uma faixa etária mais elevada.

Tal situação é preocupante porque o envelhecimento populacional mundial parece inevitável, pelo que, embora possam ser pensadas e aplicadas medidas para o atenuar, será importante que cada país se prepare para esta realidade. Uma das formas de o fazer é identificar as principais dificuldades e/ou facilidades que os seniores sentem quando utilizam as Tecnologias da Informação e Comunicação e definir soluções que ajudem a contornar as dificuldades enfrentadas e potenciar as facilidades. Desta forma, incentiva-se um envelhecimento ativo de um grupo populacional que vai progressivamente aumentando a sua dimensão.

O projeto MaQuelsto enquadra-se na investigação sobre o envelhecimento ativo e as TIC do grupo DigiMedia da Universidade de Aveiro. O principal propósito deste trabalho é produzir um documentário onde sejam identificados alguns dos principais desafios que o cidadão sénior enfrenta sistematicamente quando utiliza as TIC, por exemplo ao aceder aos múltiplos serviços indispensáveis ao seu quotidiano, tais como o multibanco, o correio eletrónico, os serviços das finanças, entre outros. O documentário produzido teve como bases a leitura e análise de estudos relacionados com a área, os dados recolhidos no trabalho de campo e os testemunhos dos seniores que aceitaram colaborar no projeto.

keywords

Elder, information society, e-Inclusion, Documentary, Information and Communication Technologies.

abstract

This work aims to identify the main guidelines for a documentary production on the key challenges faced by senior citizens when using Information and Communication Technologies (ICT), especially when accessing various services.

It's undeniable that ICT have a growing role in contemporary societies, so it's important that the individuals have the minimum skills for their use. Several studies about this theme identify the senior citizens as the group who uses ICT less and has major difficulties using them, which may lead to info-exclusion of the elder individuals.

This is an alarming situation because of the inevitability of the aging world population, and, even though measures can be implemented to delay this process, it's important that every country prepare itself for this reality. One way is to identify the main difficulties that seniors have when using Information and Communication Technologies and plan solutions to help them overcome these difficulties, promoting active aging of this growing population.

The MaQuelsto project is part of the DigimMedia's research on active aging and ICT of the Aveiro University. The main purpose of this work is to produce a documentary where some of the key challenges that senior citizens systematically face when using ICT are identified, for example to access the multiple services essential to their daily lives, such as ATM, electronic mail, the finance service, among others. The basis for the production of the documentary were studies related to the theme, the data collected in the field and the testimonies of the senior citizens who agreed to cooperate in this project.

Índice Geral

INTRODUÇÃO	1
CARATERIZAÇÃO DO PROBLEMA DE INVESTIGAÇÃO	2
QUESTÃO DE INVESTIGAÇÃO	3
METODOLOGIA	4
MOTIVAÇÕES PESSOAIS	5
ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO	6
CAPÍTULO 1: O ENVELHECIMENTO ATIVO	7
1.1. SENIORES E ENVELHECIMENTO ATIVO	8
1.1.1. DEMOGRAFIA MUNDIAL, EUROPEIA E NACIONAL: INDICADORES ESTATÍSTICOS	13
1.2. FATORES BIOLÓGICOS DO ENVELHECIMENTO	20
1.3. FATORES PSICOSSOCIAIS DO ENVELHECIMENTO	23
1.3.1. ISOLAMENTO SOCIAL NO ENVELHECIMENTO	27
1.4. COMENTÁRIOS FINAIS AO CAPÍTULO 1	29
CAPÍTULO 2: SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO	31
2.1. SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO	31
2.2. O CIDADÃO SÉNIOR E A SUA RELAÇÃO COM AS TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO	34
2.3. E-INCLUSÃO	38
2.4. COMENTÁRIOS FINAIS AO CAPÍTULO 2	39
CAPÍTULO 3: DOCUMENTÁRIO	41
3.1. EVOLUÇÃO HISTÓRICA, O SURGIR DE UM GÉNERO	42
3.2. DEFINIÇÃO DE DOCUMENTÁRIO	46
3.3. GÉNEROS DE DOCUMENTÁRIO – BILL NICHOLS	51
3.1.1. <i>Documentário poético</i>	52
3.1.2. <i>Documentário expositivo</i>	53
3.1.3. <i>Documentário observativo</i>	54
3.1.4. <i>Documentário participativo</i>	55
3.1.5. <i>Documentário reflexivo</i>	56
3.1.6. <i>Documentário performativo</i>	56
3.2. <i>Comentários finais ao Capítulo 3</i>	57
CAPÍTULO 4: INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA	59
4.1. METODOLOGIA	60
4.2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS	64
4.2.1. QUESTIONÁRIO PRELIMINAR	64
4.2.2. DIÁRIOS DE CAMPO	67
4.2.3. ENTREVISTA EXPLORATÓRIA	67
4.2.4. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA	75
4.2.5. AMOSTRA	76
4.2.5.1. INSTITUIÇÃO PARTICIPANTE	77
4.2.5.2. PROGRAMA 60+	78
4.2.5.3. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	79
4.2.5.4. DINAMIZAÇÃO DA ATIVIDADE DO <i>WORKSHOP</i> DE TRATAMENTO DE IMAGEM E VÍDEO	82

4.2.5.5.	VOLUNTARIADO	83
4.3.	TÉCNICAS DE ANÁLISE DE DADOS	89
4.3.1.	DADOS QUALITATIVOS	90
4.3.2.	DADOS QUANTITATIVOS	91
4.4.	COMENTÁRIOS FINAIS AO CAPÍTULO 4	92
CAPÍTULO 5: APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE RESULTADOS		93
5.1.	ANÁLISE DE RESULTADOS QUANTITATIVOS	94
5.2.	ANÁLISE DOS RESULTADOS QUALITATIVOS	109
5.2.1.	ESTATÍSTICAS DE CODIFICAÇÃO	110
5.2.2.	APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS	113
5.2.3.	DIFICULDADES OBSERVADAS NA UTILIZAÇÃO DAS TECNOLOGIAS	126
5.3.	COMENTÁRIOS FINAIS AO CAPÍTULO 5	128
CAPÍTULO 6: PRODUÇÃO DO DOCUMENTÁRIO		133
6.1.	PRÉ-PRODUÇÃO	133
6.1.1.	CRIAR IDEIAS E DEFINIR OBJETIVOS	134
6.1.2.	PESQUISA PRELIMINAR	135
6.1.2.1.	PESQUISA FILMOGRÁFICA	135
6.1.2.2.	PESQUISA DOS LOCAIS PARA AS FILMAGENS	137
6.1.3.	ESCOLHA DOS ENTREVISTADOS	139
6.1.4.	PROCESSO DE CRIAÇÃO DO GUIÃO	140
6.1.4.1.	IDEIA	140
6.1.4.2.	SINOPSE	141
6.1.4.3.	GUIÃO TÉCNICO	141
6.1.4.3.1.	<i>STORYBOARD</i>	142
6.1.5.	EQUIPAMENTO	143
6.1.6.	PLANO DE PRODUÇÃO	143
6.1.7.	PERMISSÕES	144
6.2.	PRODUÇÃO	145
6.2.1.	PLANO DE RODAGEM	145
6.2.2.	CAPTAÇÃO DE IMAGEM	146
6.2.2.1.	VELOCIDADE	147
6.2.2.2.	MOVIMENTOS	147
6.2.3.	FOCO	148
6.2.4.	CAPTAÇÃO DE SOM	149
6.2.5.	ENTREVISTAS	149
6.2.6.	DIFICULDADES	150
6.3.	PÓS-PRODUÇÃO	151
6.3.1.	TÍTULO	152
6.3.2.	REFERÊNCIAS UTILIZADAS NO DOCUMENTÁRIO	152
6.3.3.	<i>SOFTWARE</i> UTILIZADO PARA A EDIÇÃO DO DOCUMENTÁRIO	154
6.3.4.	EDIÇÃO DO SOM E VÍDEO	154
6.3.4.1.	CORREÇÃO DE CORES	156
6.3.4.2.	GÊNERO DO DOCUMENTÁRIO	157
6.4.	LINHAS ORIENTADORAS PARA A PRODUÇÃO DE UM DOCUMENTÁRIO	158
CONCLUSÕES		161

LIMITAÇÕES DO ESTUDO	166
CONTRIBUTO CIENTÍFICO DO ESTUDO.....	167
PERSPETIVAS DE FUTURA INVESTIGAÇÃO.....	167
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	169
ANEXOS	184

Índice de Figuras

Figura 1 - Determinantes do envelhecimento ativo (WHO, 2008 ^a , p. 10).....	10
Figura 2 - Esperança de vida e taxa de fertilidade entre 1950 e 2050, p.6.....	14
Figura 3 - Taxa de fertilidade a nível mundial entre 1950 e 2050, p. 6.....	14
Figura 4 - Esperança de vida a nível global entre 1950 e 2050, p. 7.....	15
Figura 5 - Estrutura da população das regiões mais desenvolvidas e em desenvolvimento: 1970, 2013 e 2050 (United Nations, 2013, p. 10).....	16
Figura 6 - Estrutura da população por género e idade da UE27 em 2010 e 2060 (Eurostat, 2012, p. 116).....	17
Figura 7 - População residente em Portugal entre 1960 e 2013 (INE, 2014a, p. 2).....	18
Figura 8 - Estrutura etária da população portuguesa residente, por sexo em 2001 e 2011 (INE, 2012, p. 6).....	19
Figura 9 - Estrutura etária, Portugal, 2012-2060 (estimativas e projeções) (INE, 2014b, p. 14).....	19
Figura 10 - Percentagem de pessoas que acham que o preconceito com idade é muito grave (EURAGE, 2011, p. 9).....	25
Figura 11 - Dimensão média das famílias em Portugal em 2001 e 2011 (INE, 2012, p. 30).....	28
Figura 12 - Índice de Tecnologia da Informação 2008/2009, 2009/2010 e 2014 (World Economic Forum, 2009, 2010, 2014, p.1).....	33
Figura 13 – Dados de 2013, da utilização de Internet por escalão etário, em Portugal (Obercom, 2014, p. 9).....	35
Figura 14 – Dados de utilização de Internet, por grau de escolaridade, em 2013 (Obercom, 2014, p. 10).....	36
Figura 15 – Dados sobre o grau de escolaridade por escalão etário, em 2013 (Obercom, 2014, p. 11).....	37
Figura 16 - Cinematógrafo-Lumière (1895).....	42
Figura 17 - <i>La sortie des ateliers Lumière</i>	43
Figura 18 - <i>Frame</i> do filme <i>L'arrivée d'un train en gare de la Ciotat</i>	43
Figura 19 - <i>Frame</i> do filme <i>Nanuk, o Esquimó</i>	44
Figura 20 - <i>Frame</i> do filme <i>O Homem da Câmara</i>	44
Figura 21 - <i>Frame</i> do filme <i>Moana</i> de Robert Flaherty.....	45
Figura 22 - <i>Frame</i> retirada do filme <i>Chuva</i>	53
Figura 23 - <i>Frame</i> do filme <i>Le sang des bêtes</i>	54
Figura 24 - <i>Imagem</i> do filme <i>Dead Birds</i>	54
Figura 25 - <i>Frame</i> do filme <i>Les racquetteurs</i>	55
Figura 26 - <i>Frame</i> do filme <i>Portrait of Jason</i>	55
Figura 27 - <i>Imagens</i> do filme <i>Surname Viet Given Name Nam</i>	56
Figura 28 - <i>Frame</i> retirada do filme <i>Homenagem a Bontoc</i>	57
Figura 29 - Distribuição das Escolas Superiores.....	77
Figura 30 - Distribuição da amostra por género.....	79
Figura 31 – Distribuição da amostra por Idade.....	80
Figura 32 - Distribuição do total da amostra por Estado Civil.....	80
Figura 33 - Distribuição do total de amostra por Habilitações Literárias.....	81

Figura 34 - Distribuição do total de amostra relativamente ao número de filhos.....	81
Figura 35 - Distribuição do total de amostra relativamente ao número de netos	82
Figura 36 - Exemplo de alguns exercícios realizados no <i>workshop</i> do primeiro semestre.....	86
Figura 37 - Exemplo de alguns exercícios propostos no <i>workshop</i> do segundo semestre	89
Figura 38 - Lista de fontes utilizadas no programa NVivo.....	110
Figura 39 - Lista dos nós principais no programa NVivo	111
Figura 40 – Subníveis do nó <i>Serviços Utilizados</i> (Públicos e Lúdicos) no programa NVivo.....	111
Figura 41 - Subníveis do nó <i>Serviços Utilizados</i> (Institucionais e Pessoais) no programa NVivo...	112
Figura 42 - Subníveis do nó <i>Serviços Utilizados</i> (Sociais e Profissionais) no programa NVivo.....	113
Figura 43 - Estrada deserta - opção nº1.....	138
Figura 44 - Estrada deserta - opção nº2.....	138
Figura 45 - Estrada deserta - opção nº3.....	138
Figura 46 - Estrada deserta - opção nº4.....	138
Figura 47 - Alguns dos locais possíveis para a realização da entrevista (ESECS).....	139
Figura 48 - Tipologia adotada para a escrita do guião	142
Figura 49 - Cena inicial onde foi aplicado o movimento panorâmico.....	148
Figura 50 - Focagem no ecrã e o fundo desfocado	148
Figura 51 – Locais onde se entrevistaram os seniores. De cima para baixo: Sr. Adelino, Sr. João, Sr.ª D. Isabel, Sr.ª D. Preciosa e Sr. Carlos	150
Figura 52 - Montagem com dois vídeos no Adobe After Effects CC.....	154
Figura 53 - Sr.ª D. Preciosa em perspetivas simultâneas	155
Figura 54 - Música utilizada no documentário.....	156
Figura 55 - Correção de cor (antes e depois da correção)	156

Índice de tabelas

Tabela 1 - Calendarização das fases de investigação para a produção do documentário.....	62
Tabela 2 - Perguntas do guião inicial baseadas em trabalhos de investigação	69
Tabela 3 - Correspondência da numeração entre as questões da versão Nº1 e a versão nº2.....	71
Tabela 4 - Correspondência da numeração entre as questões da versão Nº1 e a versão nº2 e respetivas modificações	72
Tabela 5 – Alterações às perguntas efetuadas na terceira versão tendo como base a segunda versão	73
Tabela 6 - Alterações às perguntas efetuadas na quarta versão tendo como base a terceira versão	74
Tabela 7 – Sessões asseguradas no primeiro semestre, datas e número de formandos por sessão	84
Tabela 8 - Tabela representativa dos conteúdos de cada ficha de trabalho (primeiro semestre) ..	85
Tabela 9 - Sessões asseguradas no segundo semestre, datas e número de formandos por sessão	87
Tabela 10 - Tabela representativa dos conteúdos de cada ficha de trabalho (segundo semestre)	88
Tabela 11 – Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Que meio utiliza para comunicar?</i>	94

Tabela 12 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Para comunicar com quem?</i>	95
Tabela 13 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Qual? (Referente à variável outro)</i>	95
Tabela 14 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Para comunicar com quem?</i>	96
Tabela 15 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Lê Revistas?</i>	97
Tabela 16 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Quais as revistas que lê?</i>	97
Tabela 17 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Lê Jornais?</i>	98
Tabela 18 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Quais os jornais que Lê?</i>	98
Tabela 19 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Vê Televisão?</i>	99
Tabela 20 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Que tipo de programas gosta mais de ver?</i>	99
Tabela 21 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Tempo médio por dia que depende a ver televisão</i>	100
Tabela 22 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Utiliza outros meios de comunicação?</i>	101
Tabela 23 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Quais?</i>	101
Tabela 24 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Já utilizou o computador?</i>	102
Tabela 25 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Se já utilizou o computador, fê-lo sozinho ou acompanhado?</i>	102
Tabela 26 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Acompanhado por quem?</i>	102
Tabela 27 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Onde utiliza o computador?</i>	103
Tabela 28 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Com que frequência utiliza o computador?</i>	103
Tabela 29 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Que atividades realizou no computador?</i>	104
Tabela 29 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Que atividades realizou no computador?</i>	105
Tabela 30 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Atividades realizadas (relacionadas com os serviços)</i>	106
Tabela 31 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Outros (atividades relacionadas com serviços)</i>	107
Tabela 32 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável <i>Outros (atividades relacionadas com serviços)</i>	108
Tabela 33 - Tabela de fontes empíricas.....	114
Tabela 34 – Plano de rodagem.....	146
Tabela 35 - Citações utilizadas no documentário e respetivas fontes.....	153

Lista de Siglas e Acrónimos

ADSE – Direção Geral de Proteção Social aos Funcionários e Agentes da Administração Pública

CAP – Certificado de Aptidão Pedagógica

CBO – Conselho Brasileiro de Oftalmologia

CE – Comissão Europeia

CESE – Cursos de Estudos Superiores Especializados

CTT – Correios de Portugal, S.A.

ESECS – Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

ESS – European Social Survey

IMT – Instituto da Mobilidade e dos Transportes, I.P.

INE – Instituto Nacional de Estatística

IPL – Instituto Politécnico de Leiria

ITI – Índice de Tecnologia da Informação

SEDUCE – Utilização da comunicação e da informação mediada tecnologicamente em ecologias Web pelo cidadão sénior

SMS – Short Message Service

SPSS – Statistical Package of Social Sciences

TIC – Tecnologia da Informação e Comunicação

WHO – World Health Organization

Introdução

Com o envelhecimento demográfico é importante investir em políticas que promovam o envelhecimento ativo. Este procura valorizar os seniores e potenciar o respeito pelos seus direitos, fomentando assim uma construção de uma sociedade mais justa e equitativa.

No entanto, para que cada sociedade possa promover um envelhecimento ativo, é necessário que os seniores sejam ajudados a superar as dificuldades causadas pelas perdas biopsicossociais que podem aumentar o isolamento social, pelo que se justifica a aposta em estudos que promovam a interação social e a diminuição do isolamento social dos indivíduos de uma faixa etária mais elevada (Ferreira, 2013).

Com a evolução das tecnologias e, como já foi referido, perante uma sociedade cada vez mais envelhecida, é indispensável implementar medidas que potenciem a utilização das TIC por parte dos seniores. Cada sociedade deve procurar usufruir das oportunidades geradas pelo envelhecimento das sociedades e potenciar a inclusão digital dos seniores.

Pelo que se pode depreender de alguns dos estudos realizados sobre esta temática, os seniores utilizam pouco as tecnologias, razão pela qual a inclusão das mesmas no seu quotidiano torna-se um desafio (Velo, Mealha, Ferreira, Simões, & Fonseca, 2008). Destaca-se o estudo realizado pela Obercom (2014), no qual é referido que os adultos com mais de 65 anos possuem uma taxa de utilização da Internet de 11,8%.

Após alguma investigação sobre esta temática, considerou-se que seria importante sensibilizar a sociedade para alguns dos desafios que os seniores enfrentam quando utilizam os serviços disponibilizados pelas TIC e, de certa forma, também motivar a aprendizagem destas tecnologias por parte dos indivíduos de uma faixa etária mais elevada, enfatizando os benefícios da sua utilização para o seu quotidiano.

Face à problemática anteriormente referida, a presente investigação insere-se na área de estudo audiovisual digital e tem como principal objetivo a produção de um documentário que espelhe os desafios que os seniores enfrentam quando utilizam as TIC no acesso a diferentes serviços.

Caraterização do Problema de Investigação

Em Portugal a utilização das TIC pelos seniores é reduzida, o que pode ser explicado, pelo menos em parte, pelos custos dos equipamentos e dos serviços associados, bem como pelas dificuldades de utilização que os indivíduos enfrentam (Pessoa, 2015). Ao não adquirir competências nas TIC durante o seu percurso de vida, o ser humano corre um risco maior de ser infoexcluído (Brito, 2012; Patrício & Osório, 2011; Pessoa, 2015). Os seniores que não tiveram contacto com a tecnologia geralmente não estão motivados para a utilizar (Selwyn, Gorard, Furlong, & Madden, 2003), no entanto, é sempre possível a aprendizagem das mesmas, desde que se consiga motivar os indivíduos para a sua utilização (Pessoa, 2015).

A utilização das tecnologias pode contribuir para reduzir o isolamento de um indivíduo e pode incentivar a sua autonomia e participação social (Kachar, 2009; Pessoa, 2015).

É importante construir uma sociedade mais justa e que incentive a solidariedade e o respeito entre os seus membros. Para que tal aconteça é necessário criar medidas que fomentem a utilização das tecnologias por todos e que reduzam a infoexclusão dos seniores.

No sentido de sensibilizar a sociedade em geral, pretende-se com este projeto produzir um documentário que retrate os desafios que os seniores são obrigados a enfrentar quando utilizam as TIC no acesso aos diferentes serviços.

Através da divulgação desta temática poderá ser possível sensibilizar os cidadãos, procurar algumas soluções e até motivar a aprendizagem das tecnologias por parte de alguns seniores.

A presente investigação procurou identificar as dificuldades e/ou facilidades que os seniores enfrentam quando utilizam as TIC para aceder aos mais variados serviços. No caso dos seniores utilizadores das TIC, também se fez um levantamento dos serviços mais utilizados.

Após se ter aprofundado a análise deste estudo, quer através da pesquisa documental quer através dos instrumentos de recolha de dados, foi possível criar o documentário com a participação ativa dos seniores. Foram também definidas as linhas orientadoras para a produção de um documentário.

Em suma os objetivos da investigação foram:

- Identificar as dificuldades e/ou facilidades que o cidadão sénior enfrenta quando utiliza as TIC para aceder aos diferentes serviços.
- Identificar os serviços utilizados pelos seniores, caso sejam utilizadores das TIC.
- Produzir um documentário.

Questão de investigação

Para a formulação de uma boa questão de investigação é necessário que sejam tidos em conta alguns critérios, tais como: ser realista, pertinente, unívoca e concisa (Quivy & Campenhoudt, 1995).

A pergunta de investigação proposta e que pretende espelhar o trabalho desenvolvido é a seguinte:

Quais as características que a produção de um documentário deve ter para que represente os desafios que o sénior enfrenta na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação, quando usa os serviços disponibilizados?

Para que fosse possível responder à pergunta de investigação, realizou-se um levantamento dos estudos e publicações disponíveis sobre as temáticas abordadas no presente trabalho. Também se aplicaram vários instrumentos de recolha de dados que permitiram conhecer uma perspetiva mais individualizada sobre este assunto. O trabalho realizado no decorrer da investigação foi importante para perceber quais as principais características do processo de envelhecimento dos indivíduos e o impacto da Sociedade da Informação na vida de muitos seniores. Procurou-se compreender os principais géneros de documentário e as principais fases de produção de um documentário, para que se pudesse ter as bases teóricas para a concretização de um dos objetivos, que era produzir um documentário. O trabalho desenvolvido permitiu a identificação de alguns dos serviços utilizados pelos seniores e também das dificuldades e/ou facilidades evidenciadas quando utilizam as TIC. No fundo, o trabalho desenvolvido possibilitou a identificação dos principais pontos-chave a abordar no documentário, que foi produzido com base nos dados recolhidos na investigação.

Metodologia

São utilizadas duas metodologias no presente trabalho: a exploratória e a investigação-ação. Na primeira fase do projeto utilizou-se a metodologia exploratória e na segunda fase utilizou-se a metodologia investigação-ação.

Para a aplicação da metodologia exploratória procedeu-se à recolha do material bibliográfico e à reflexão e síntese das principais ideias existentes no mesmo, com a finalidade de adquirir e aprofundar o conhecimento sobre as temáticas a investigar. A informação recolhida permitiu consolidar os conteúdos científicos do tema tratado e planear as etapas seguintes, tendo como base a fundamentação teórica analisada. Esta metodologia é muito utilizada quando existe a necessidade de adquirir conhecimentos sobre uma determinada temática (Coutinho, 2011; Raupp & Beuren, 2003).

Na segunda fase do trabalho recorreu-se à metodologia investigação-ação, sendo que esta metodologia se desenvolve “numa espiral de ciclos de planificação, ação, observação e reflexão” (Fernandes, 2006, p. 4).

Através da metodologia investigação-ação, foi possível construir os instrumentos de recolha de dados e, após a sua aplicação, a análise e reflexão possibilitou a criação do documentário que espelhe de forma realista as dificuldades e/ou facilidades que este grupo de seniores enfrenta na utilização das TIC.

Tendo em conta as condicionantes enfrentadas no trabalho de campo, optou-se por uma amostra de conveniência, que não é representativa, sendo constituída por 23 do Programa 60+ do Instituto Politécnico de Leiria (IPL) que frequentaram o Workshop de Tratamento de Imagem e Vídeo dinamizado pela investigadora durante os dois semestres do ano letivo de 2014-2015.

Pelo que anteriormente foi exposto, o tipo de amostra é não-aleatório e de conveniência, o que implica que os resultados obtidos não podem ser extrapoláveis ao universo da população sénior de Portugal.

Motivações pessoais

Muitas vezes somos confrontados com algumas surpresas no decorrer do nosso percurso profissional, foi o que aconteceu quando ainda estava a frequentar a licenciatura de Engenharia Informática, no Instituto Politécnico de Leiria. Nessa altura decidi enriquecer o meu currículo e obter o Certificado de Aptidão Pedagógica, ou antigo CAP, pois era mais uma porta profissional que se podia abrir. Assumo que não tinha muitas expectativas, nem estava muito convencida que tal fosse uma saída profissional que me motivasse seguir. Contudo, a verdade é que nesse momento percebi que gostava bastante da interação que se cria entre os formandos/alunos e o formador/professor. Comecei a pensar que seria bom frequentar uma licenciatura em Ensino de Informática.

Depois de muitas viagens para a Universidade da Beira Interior e com a licenciatura terminada, comecei a dar formação a adultos, alguns já com idades muito próximas da reforma e que nunca tinham trabalhado com o computador. Tinha perfeita consciência que é necessário ter algum tato para motivar os alunos numa área que não lhes é familiar. Por essa razão, quando fui para a primeira sessão formativa que assegurei ia muito apreensiva, mas acabou por correr bem porque estava preparada. Confesso que foi e continua a ser uma atividade profissional que considero muito enriquecedora e foi devido a esse facto que escolhi este projeto como minha primeira escolha para tema de tese, porque conjuga duas áreas que gosto bastante: seniores e multimédia.

Estrutura da Dissertação

A dissertação está estruturada em seis capítulos, aos quais se acrescenta a parte inicial deste trabalho onde foi efetuada a introdução, a caracterização do problema de investigação, a questão de investigação e a metodologia e também uma parte final na qual foram elencadas as conclusões do estudo.

No primeiro capítulo analisa-se o envelhecimento ativo na sociedade portuguesa e mundial, reflete-se sobre o fenómeno do envelhecimento demográfico e o seu impacto nas sociedades atuais e sobre os fatores biológicos e psicossociais associados ao processo de envelhecimento.

No segundo capítulo procura-se compreender melhor a Sociedade da Informação, a relação dos seniores com as Tecnologias da Informação e Comunicação e, também, o risco que enfrentam de infoexclusão. Após a análise destes conteúdos, compreende-se que é necessário motivar a inclusão digital dos seniores, pois a infoexclusão pode aumentar o isolamento social e acentuar as diferenças sociais.

O documentário e os géneros de documentário são explorados no terceiro capítulo. A reflexão sobre esta temática foi importante para clarificar quais as principais características de um documentário e para perceber melhor quais são os principais géneros de documentário.

No quarto capítulo procura-se definir a metodologia, apresentar as técnicas e os instrumentos de recolha de dados e a constituição da amostra. Por fim, apresentam-se as técnicas de análise de dados.

A apresentação, análise de dados obtidos pelas técnicas de recolha de dados quantitativos e qualitativos são expostos no capítulo cinco.

Todas as decisões e fundamentações técnicas referentes à produção do documentário são descritas no capítulo seis, sendo que a produção é construída por três fases: pré-produção, produção e pós-produção.

A dissertação completa-se com as conclusões, com a identificação das limitações enfrentadas, do contributo científico deste estudo e com as perspetivas de trabalho futuro.

CAPÍTULO 1: O ENVELHECIMENTO ATIVO

“Having turned 60 myself less than six months ago, I am now counted among the statistics I cited earlier. I am an older person.

As the years accumulate, time seems to pass ever more quickly. But in fact, and without for a moment forgetting the tragic exceptions generated by violence, disease and poverty, for most people around the world, lives are lengthening. Life is becoming less like a short sprint and more like a marathon. Marathon runners will tell you that completing such a race depends largely on maintaining a healthy life-style, training and willpower. But they will also confess that there is an intangible element to this often lonely pursuit: that of being in a community of fellow-runners, which can make the difference between fading and finishing. Longevity requires of us the same mixture of practicality and persistence, and the same sense of common purpose.

Longevity also allows more time for reflecting on the meaning of life in these times of rapid change. How often we see experiences and knowledge distilled in later life into deeper understanding and wider tolerance. I am thinking of former antagonists who overcome decades of conflict; of bigots who renounce their earlier, more hateful selves; of new achievements in philosophy and literature.

I have seen this happen in the course of my work at the United Nations. I have seen the great potential of an age of ageing. In that spirit, it is my pleasure to announce today, on the International Day of Older Persons, that the International Year of Older Persons has now begun”¹ (Annan, 1998).

O aumento da esperança média de vida é resultado do acesso, cada vez mais generalizado, a cuidados básicos de saúde e de melhorias na nutrição dos seres humanos. Em contrapartida, a redução do número médio de filhos por mulher, articulado com o aumento da esperança de vida, contribuem para o envelhecimento demográfico.

Perante a realidade inevitável do envelhecimento demográfico, é necessário encontrar soluções para superar os desafios sociais que este motiva. Uma dessas soluções poderá ser o aproveitamento das oportunidades gerada pelo envelhecimento das sociedades.

O envelhecimento ativo tem como principal objetivo melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem através, por exemplo, da participação ativa dos seniores na

¹ A Retirado de: <http://goo.gl/WOBMNn/>, em 23/01/2015

sociedade, da segurança e do acesso a diversos cuidados, tais como de saúde (WHO, 2002b).

Tendo em conta esta linha de pensamento, na secção 1.1 deste trabalho será efetuada uma contextualização sobre o envelhecimento ativo; e na secção 1.1.1 serão apresentadas as estatísticas e previsões do envelhecimento demográfico a nível mundial, europeu e nacional.

Na secção 1.2 refletir-se-á, de forma sucinta, sobre as alterações biológicas resultantes do processo de envelhecimento. Entendeu-se que seria importante analisar as alterações psicossociais, o que será efetuado na secção 1.3; e na secção 1.3.1 serão retratados alguns fatores que podem potenciar o isolamento dos seniores.

1.1. Seniores e envelhecimento ativo

O envelhecimento afeta todos os seres vivos, por isso, ao longo da vida, também o organismo humano sofre mudanças fisiológicas e possui um tempo limitado de vida (Cancela, 2007). Este processo depende da velocidade e do grau de gravidade que os diversos fatores psicológicos, biológicos e sociais se manifestam, pelo que, conseqüentemente, cada indivíduo envelhece mais rapidamente ou mais lentamente (Aiken, 1995; Cancela, 2007), e também de formas muito diversas (Fontaine, 2000). Não existe um momento específico a partir do qual se considera que um indivíduo está efetivamente na terceira idade, os estágios de desenvolvimento de um indivíduo, resultam das experiências vividas ao longo sua vida (Fonseca, 2011).

Como já foi referido, o momento em que uma pessoa é considerada sénior não depende de um fator físico específico e, devido a essa circunstância, alguns investigadores assumem que a idade em que um indivíduo tem direito à reforma é o marco que diferencia um adulto de um sénior (Moreira, 1998; Roebuck, 1979). Tendo em conta o que anteriormente foi referido, o conceito de sénior possui uma relação muito mais forte com os fatores legais e socioeconómicos do que os fatores biológicos (Netto, 2002). Será ainda de salientar que o significado de sénior pode sofrer alterações de acordo com as atitudes e as expetativas da sociedade em que cada indivíduo está inserido (Aiken, 1995) e é, muitas vezes, utilizado

para expressar padrões de comportamento de uma geração que se reforma e envelhece ativamente (Silva, Abreu, & Pacheco, 2014).

Um indivíduo, de uma forma geral, é classificado como sénior nos países mais desenvolvidos quando tem uma idade superior a 60/65 anos, altura em que um indivíduo se pode reformar. Nos países africanos, em que a esperança de vida é inferior a essa idade, situando-se entre os 50 e os 55 anos, o conceito de sénior aplica-se a um indivíduo num estrato etário mais baixo (WHO, 2010). Atualmente, em Portugal, estão a registar-se diversas alterações, umas das quais é relativa à idade da reforma, sendo que no ano de 2015 um indivíduo só poderá requerer reforma, em situações normais, aos 66 anos, e em 2016 só aos 66 anos e dois meses (Silva, 2014).

O conceito “envelhecimento ativo” está também relacionado com a terceira idade e pretende, sobretudo, conseguir o reconhecimento dos direitos dos seniores.

Antes do aparecimento deste termo, durante várias décadas foram surgindo conceitos que procuraram explicar e sensibilizar os cidadãos para o processo de envelhecimento. Na década de 60, nos Estados Unidos, surge o conceito de envelhecimento bem-sucedido, que defendia que um indivíduo devia manter as atividades da idade adulta durante toda a sua velhice. No envelhecimento bem-sucedido, os seniores são tratados de forma homogénea, não sendo tidas em conta as diferenças individuais (Walker, 2002).

Mais tarde, na década de 80, surge o conceito de envelhecimento produtivo, que reflete vários desenvolvimentos sociopolíticos. Nesse período de tempo, os investigadores constataram que a idade cronológica não era um bom indicador da velhice e começaram a estudar o desenvolvimento humano ao longo da vida. O envelhecimento produtivo está muito focado na capacidade de produção de bens e de serviços e por isso este conceito tende a ser economicista e instrumental (Walker, 2002).

A Organização Mundial de Saúde, no final de 1990, propõe uma nova conceptualização: o envelhecimento ativo, em que se dá primazia ao reconhecimento dos direitos dos seniores, tais como a dignidade, o acesso a cuidados vários, a independência, a participação ativa na sociedade e a autorrealização (WHO, 2002a). No envelhecimento ativo, a prioridade não está nas necessidades que os indivíduos possam ter, mas nos direitos que lhe devem ser

garantidos. No fundo, trata-se do reconhecimento que os seniores possuem no direito à igualdade de oportunidade e de tratamento em todos os aspetos da vida (Ferreira, 2010). A palavra *ativo* não se limita ao facto de um indivíduo estar fisicamente ativo ou de participar ativamente no mercado de trabalho, o seu âmbito é mais abrangente e refere-se à continuidade da participação económica, cultural, social, espiritual e cívica de um indivíduo (WHO, 2002b). A sociedade tem a responsabilidade de promover e garantir a participação cívica e também de criar espaços diversificados que sejam seguros e de fácil acesso aos seniores (Paúl, 2005).

O objetivo do envelhecimento ativo é melhorar a qualidade de vida há medida que envelhecemos, pretende fomentar a participação dos seniores na sociedade, certificar-se que estes têm acesso a diversos cuidados, tais como a saúde e também estão em segurança (WHO, 2002b).

Este conceito aplica-se a indivíduos aposentados, bem como aos seniores que estão doentes ou que são portadores de deficiência (WHO, 2002b). No fundo, reconhece-se que é importante que o cidadão se mantenha ativo fisicamente, mentalmente e socialmente através da prática de atividades culturais, sociais, recreativas ou educacionais (Cassinello, 2007).

O envelhecimento ativo está dependente de uma variedade de determinantes ou de influências (Figura 1) que podem estar relacionadas com a família, com os próprios cidadãos ou com o país onde cada sénior reside, mas também podem resultar de outros determinantes, como é o caso do género e da cultura (Ferreira, 2010).

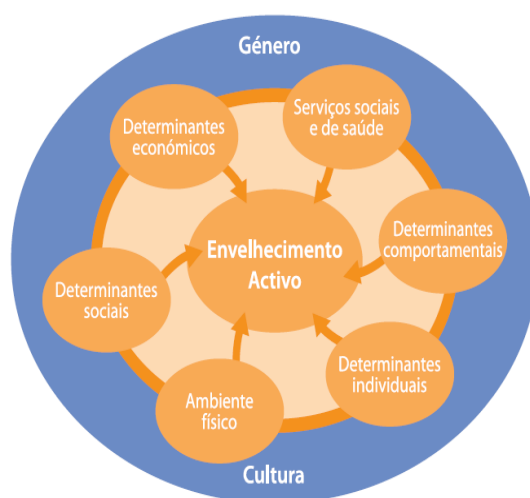


Figura 1 - Determinantes do envelhecimento ativo (WHO, 2008^a, p. 10)

A cultura e o género são os determinantes transversais do envelhecimento ativo que influenciam comportamentos relativamente à doença e à saúde e também afetam a forma como as diferentes gerações se relacionam (Ferreira, 2010).

As mulheres, em muitas sociedades, possuem menos *status* social e em consequência têm menor acesso a alimentos nutritivos, à educação, a serviços de saúde e a trabalho digno. Em alguns casos, as mulheres são forçadas a desistir de empregos remunerados para cuidar de familiares e outras nunca possuíram um emprego porque cuidaram sempre dos seus familiares. Esta situação pode contribuir para o aumento da sua pobreza e para a impossibilidade de aceder a cuidados de saúde à medida que envelhecem (WHO, 2002b). Em contrapartida, os homens têm uma maior propensão para morrer devido a suicídio, para sofrer lesões que os debilitam ou sofrer sequelas diversas devido às ocupações arriscadas que possuem. Também os comportamentos de risco, como o consumo de álcool, drogas, exposição desnecessária a perigos e o tabagismo estão, de uma forma geral, mais ligados aos homens do que às mulheres (WHO, 2002b).

O ambiente físico influencia a independência e a qualidade de vida dos seniores. Por exemplo, os seniores que vivem em comunidades rurais remotas enfrentam muitos desafios, porque mais facilmente podem não ser informados de um risco ambiental e não ter meios de se proteger do mesmo. Para além disso, podem não existir elementos na comunidade que os socorram ou redes de transportes para que estes tenham acesso aos elementos mais básicos, como alimentos, água potável e medicamentos (WHO, 2008b).

À medida que se vai envelhecendo, o conjunto de amigos e familiares vai ficando mais reduzido e, em situações de debilidade, o acesso às redes sociais disponíveis pode ser reduzido. No caso dos idosos que estão socialmente mais isolados, podem mesmo tornar-se impercetíveis para os serviços de apoio e emergência (WHO, 2008b). O apoio social, a proteção contra a violência e os maus tratos, as oportunidades de educação ao longo da vida são fatores fundamentais que estimulam a saúde, a participação social e a segurança à medida que um indivíduo envelhece (WHO, 2002b).

Nos determinantes económicos, as mulheres são, de uma forma geral, as mais vulneráveis porque os seus rendimentos são pequenos, geralmente não possuem poupanças ou uma reforma digna. Os idosos, independentemente do seu género, que não possuem familiares

ou descendência também ficam mais vulneráveis. Nos países em desenvolvimento tem-se verificado que os seniores sustentam muitas vezes a família e por isso a ação da segurança social deve ser transversal a toda a sociedade, pois é imputada aos seniores a responsabilidade de assegurar tarefas como cuidar da casa, das crianças e dos doentes, para que os adultos possam ir trabalhar (WHO, 2002b).

Relativamente aos sistemas de saúde e, ainda, aos serviços sociais, é necessário que se adotem medidas que promovam a saúde, que previnam as doenças e que permitam um acesso equitativo aos cuidados de saúde por parte dos seniores (WHO, 2002b).

O envelhecimento ativo de um indivíduo é muito influenciado pelos determinantes comportamentais e individuais, porque estes possuem uma relação direta com os estilos de vida que se adota (Faria, 2014). Por exemplo, estilos de vida saudáveis e a participação ativa em cuidados de saúde ao longo da vida são muito importantes nos determinantes comportamentais, pois hábitos como o sedentarismo, o tabagismo, uma alimentação desequilibrada, o alcoolismo e uma saúde oral deficiente podem ser corrigidos a qualquer momento, o que contribui para a melhoria da qualidade de vida, para a prevenção de doenças e para o aumento da longevidade do indivíduo (WHO, 2002b).

Finalmente, relativamente aos determinantes individuais, os traços comportamentais como o otimismo, a autoestima, a autoeficácia e as capacidades cognitivas contribuem para o bem-estar e para a adaptação das pessoas que envelhecem. Estes fatores têm um papel fundamental na forma como um indivíduo resolve com sucesso situações de crise, em contrapartida, a perda de memória e de capacidade de processar a informação potenciam a vulnerabilidade do indivíduo (WHO, 2008b).

Ao promover-se a saúde, estamos a aumentar a longevidade e a qualidade de vida dos membros de uma sociedade, por outro lado, ao serem prevenidos os fatores de risco mais comuns, ajuda-se a racionalizar os recursos da sociedade (Ferreira, 2010).

O envelhecimento ativo está também dependente das condições sociais e de medidas políticas que garantam uma alimentação saudável, os direitos básicos de cidadania, a atividade física e as atividades de sociabilização para todos os cidadãos. As metas a atingir são complexas e são necessários esforços individuais e coletivos para a construção de uma

nova realidade social que garanta o bem-estar a um número cada vez maior de cidadãos (Assis, 2005).

O envelhecimento deve traduzir-se numa experiência positiva (Bäckström, 2012; Ribeiro, 2012) com a melhor qualidade de vida possível, com capacidade económica, com participação social ativa, com acesso a cuidados de saúde e com segurança, pois todos são fatores muito importantes para o envelhecimento ativo (Bäckström, 2012). Com o envelhecimento ativo, o sénior deixa de ser um indivíduo passivo e passa a vivenciar ativamente o seu envelhecimento (Veloso, 2014). Apesar da complexidade do conceito de envelhecimento ativo, este deve ser um projeto para a maioria dos indivíduos e uma prioridade política (Ribeiro, 2012).

Em suma, trata-se de um assunto complexo, mas o investimento em políticas de envelhecimento ativo tem inúmeras vantagens sociais e, até, económicas, pois aposta-se numa perspetiva de prevenção de problemas e não de resolução dos mesmos. O envelhecimento ativo promove a valorização dos seniores e procura garantir que os seus direitos sejam respeitados, promovendo, assim, a construção de uma sociedade mais justa e equitativa.

1.1.1. Demografia mundial, europeia e nacional: indicadores estatísticos

O envelhecimento demográfico no século XXI é um fenómeno muito importante na atualidade, porque possui implicações socioeconómicas que se vão refletir a nível individual e coletivo, que poderão mesmo traduzir-se em novos estilos de vida (Carrilho & Gonçalves, 2004). É necessário encontrar soluções para estes desafios sociais, pois estas mudanças vão ter um impacto significativo nas decisões políticas (Bárrios & Fernandes, 2014; Bierwisch, Goluchowicz, & Som, 2014). Uma das soluções para estes desafios pode passar por aproveitar de forma inteligente as oportunidades proporcionadas pelo envelhecimento das sociedades (Direcção-Geral da Saúde, 2004).

Fatores como as melhorias na nutrição e as taxas de natalidade e dos cuidados básicos de saúde contribuíram para um aumento significativo do número de seniores (Pires, 2008), para o aumento da esperança média de vida e, em consequência, para o envelhecimento demográfico (Azevedo, 2013).

Número médio de filhos por mulher e esperança de vida: mundial, 1950-

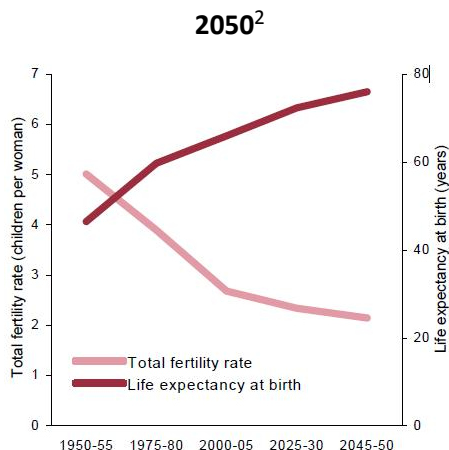


Figura 2 - Esperança de vida e taxa de fertilidade entre 1950 e 2050, p.6³

Analisando a Figura 2, que faz a previsão até 2050 do número médio de filhos por mulher a nível mundial, verifica-se que o número de nascimentos vai decrescer, mas a esperança média de vida vai aumentar.

Durante o último meio século, a taxa de fertilidade no mundo decresceu de 5 filhos para 2.7 filhos por mulher e, no próximo meio século, poderá cair para 2.1 filhos. Nos países mais industrializados, a taxa de fertilidade entre 1950 e 1955 era de 2.8 filhos, entre 2000 e 2005 era de 1.5 e em 2010 quase todos os países industrializados estavam abaixo dessa média (United Nations, 2001).

Número médio de filhos por mulher: mundial e regiões desenvolvidas, 1950-

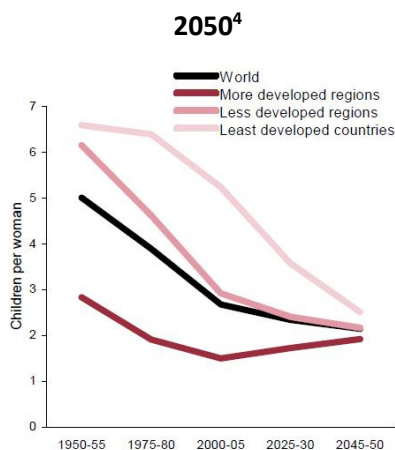


Figura 3 - Taxa de fertilidade a nível mundial entre 1950 e 2050, p. 6⁵

² Total fertility rate and life expectancy at birth: world, 1950-2050

³ Fonte <http://goo.gl/CVmYYP>, Chapter I: Demographic determinants of population ageing, p. 6

⁴ Total fertility rate: world and development regions, 1950-2050

⁵ Fonte <http://goo.gl/CVmYYP>, Chapter I: Demographic determinants of population ageing, p. 6

Conforme as previsões da Nações Unidas, supõe-se que até 2050 o número médio de filhos por mulher nos países mais industrializados aumente para 2, sendo esta média a única que se prevê que suba, pois prevê-se que, relativamente aos nascimentos, a média mundial e a média dos países pouco desenvolvidos ou em desenvolvimento decresça, como pode ser visualizado na Figura 3.

Esperança de vida: mundial e regiões desenvolvidas, 1950-2050⁶

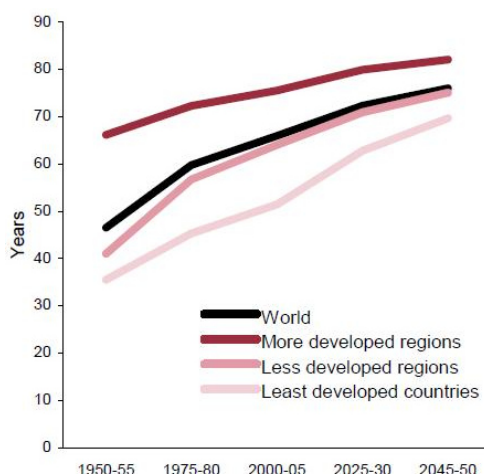


Figura 4 - Esperança de vida a nível global entre 1950 e 2050, p. 7⁷

Ao longo de cinco décadas, a esperança de vida a nível global teve um crescimento muito significativo porque aumentou cerca de 20 anos, pois em 1950/1955 era de 46.5 anos e em 2000/2005 era de 66 anos. Nos próximos 50 anos prevê-se que a esperança de vida aumente 10 anos, fazendo com que em 2045/2050 esta seja de 76 anos. Como se pode visualizar na Figura 4, nos países desenvolvidos prevê-se que a esperança de vida seja de 82 anos em 2045/2050 e para os países em desenvolvimento seja de 75 anos (United Nations, 2001).

A média de população idosa está a crescer mais rapidamente do que o dos restantes estratos etários populacionais. Em 1950 os seniores eram 202 milhões e em 2013 eram 841 milhões, o que significa que o número de seniores em todo mundo quadruplicou (United Nations, 2013).

⁶ Life expectancy at birth: world and development regions, 1950-2050

⁷ Fonte <http://goo.gl/CVmYYP>, Chapter I: Demographic determinants of population ageing, p. 7

Pirâmides populacionais das regiões em desenvolvimento e mais desenvolvidas: 1970, 2013 e 2050⁸

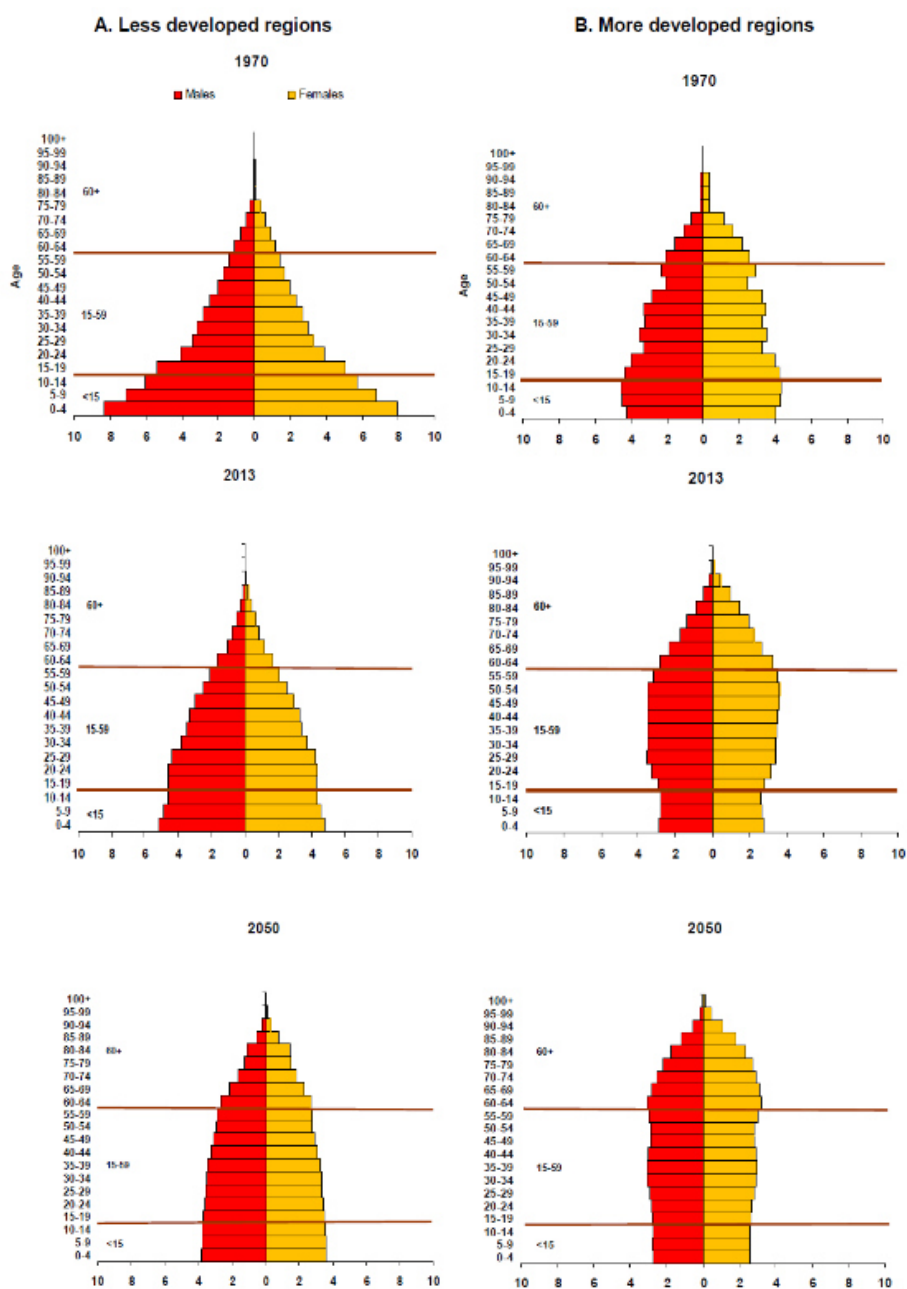


Figura 5 - Estrutura da população das regiões mais desenvolvidas e em desenvolvimento: 1970, 2013 e 2050 (United Nations, 2013, p. 10)

As características da população mundial estão a mudar, pois em 1970 as regiões menos desenvolvidas tinham uma pirâmide cuja base era composta por uma população jovem e,

⁸ Population pyramids of less and more developed regions:1970, 2013 e 2050

segundo as previsões, em 2050 a pirâmide demográfica assume uma forma mais retangular, com uma população mais envelhecida, como se pode visualizar na Figura 5.

As regiões mais desenvolvidas já possuíam em 1970 uma população envelhecida, refletindo a influência da Segunda Guerra Mundial na demografia e, em 2050, as previsões são que o envelhecimento demográfico irá aumentar, resultando numa pirâmide populacional quase retangular (United Nations, 2013).

Também a União Europeia apresenta uma população que está a ficar envelhecida. Este fenómeno é resultado das seguintes tendências demográficas: o número médio de filhos por mulher é menor que o índice de substituição, a tendência para o aumento da esperança de vida e a passagem à reforma de muitos dos indivíduos nascidos no período do *baby-boom*, o que representará um aumento significativo de indivíduos idosos a necessitar de apoio financeiro. Esta tendência poderá ser invertida pela imigração (Ferreira, 2013).

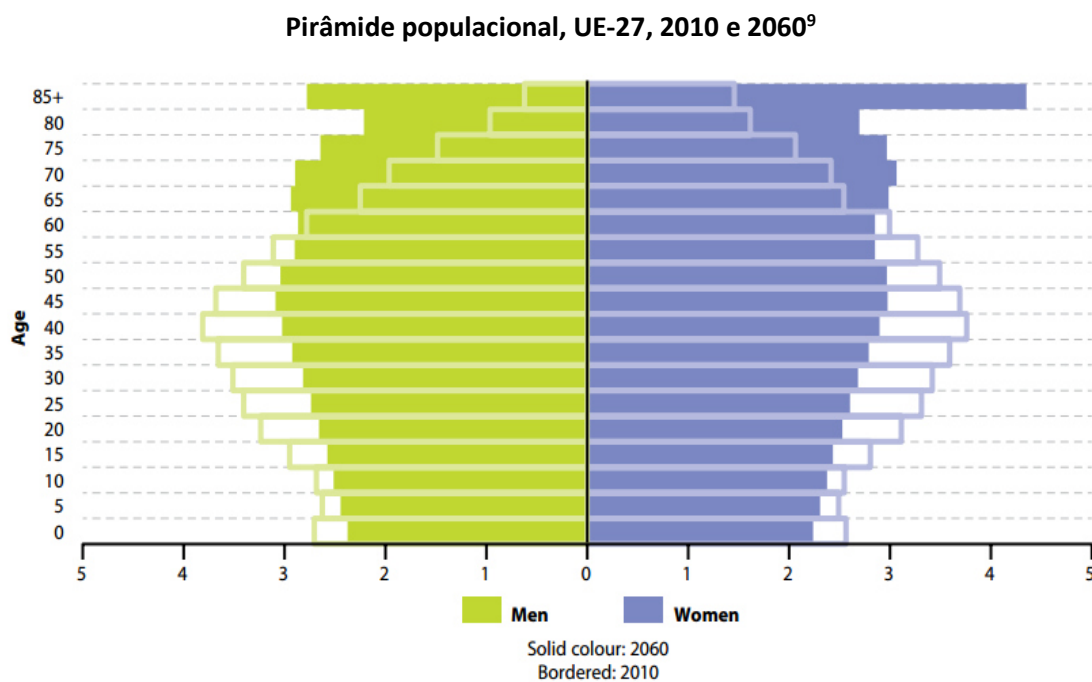


Figura 6 - Estrutura da população por género e idade da UE27 em 2010 e 2060 (Eurostat, 2012, p. 116)

Comparando os dados populacionais da União Europeia de 2010 e a previsão demográfica para 2060 (Figura 6), existe uma diminuição populacional da base da pirâmide e um aumento demográfico no topo, o que significa que o envelhecimento da população vai

⁹ Population pyramids, EU-27, 2010

umentar. A população até aos 55 anos poderá, em 2060, ter uma diminuição em todos os grupos etários, já nos grupos de indivíduos masculinos com mais de 60 anos e femininos com mais de 65 anos prevê-se que se registre um aumento. Em algumas faixas etárias mais elevadas o aumento populacional é bastante significativo (Eurostat, 2012).

Portugal também tem um declínio do número médio de filhos por mulher e um aumento da longevidade, pelo que a população total têm vindo a diminuir e o número de idosos tem vindo a aumentar (Instituto Nacional de Estatística, 2014a).

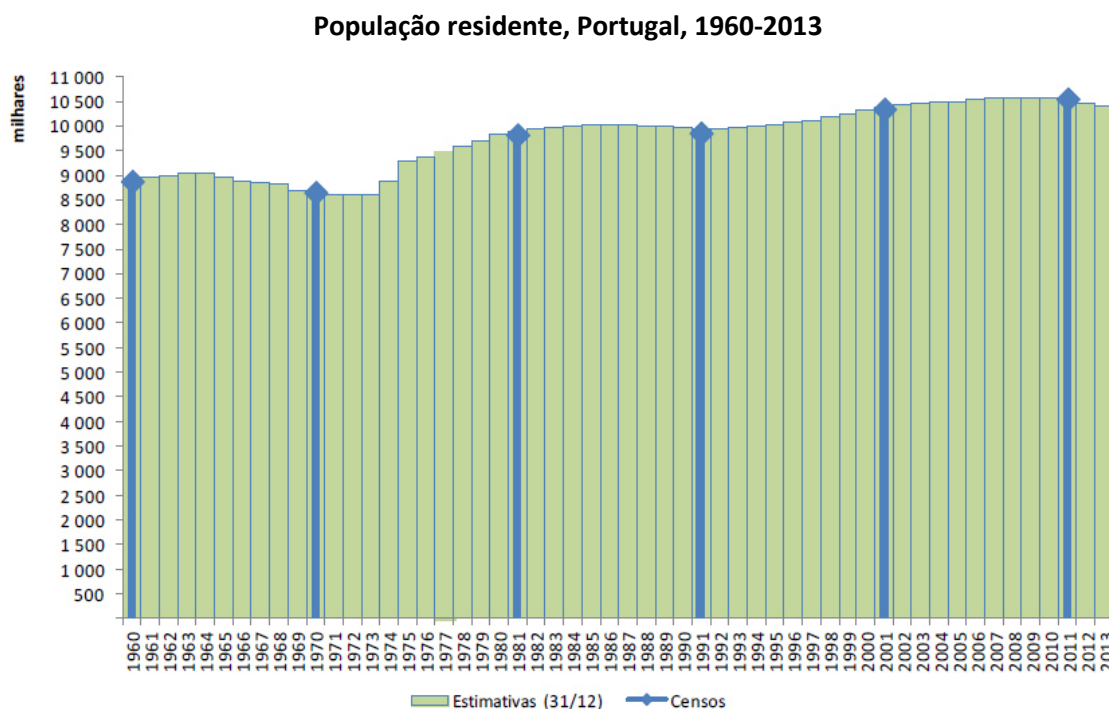


Figura 7 - População residente em Portugal entre 1960 e 2013 (INE, 2014a, p. 2)

Com o último censo, realizado em Portugal no ano de 2011, apurou-se que a população residente era de 5 515 578 mulheres e de 5 046 600 homens, ou seja, existiam 10 562 178 pessoas a residir em Portugal (Instituto Nacional de Estatística, 2014a).

O crescimento que se verifica entre 2001 e 2011 (Figura 7) deve-se, na sua generalidade, ao saldo migratório positivo de 188 652 indivíduos, uma vez que o saldo natural foi apenas de 17 409 pessoas (Instituto Nacional de Estatística, 2014a). Pode comprovar-se que, desde 2011, a população está a diminuir, sendo o saldo migratório negativo de 87 915 pessoas e o saldo natural, também negativo, de menos 47 505 pessoas (Instituto Nacional de Estatística, 2014a).

Estrutura etária da população residente, por sexo, 2001 e 2011

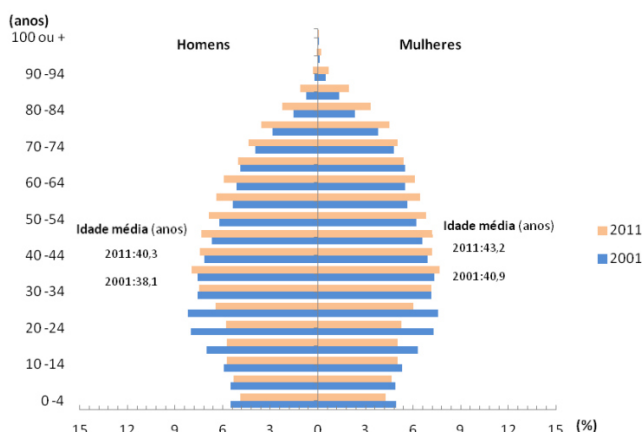


Figura 8 - Estrutura etária da população portuguesa residente, por sexo em 2001 e 2011 (INE, 2012, p. 6)

Analisando os dados populacionais relativos a 2001 e a 2011, constantes no Figura 8 e apresentados pelo Instituto Nacional de Estatística, pode comprovar-se que o envelhecimento da população aumentou, tendo diminuído o número de jovens na base da pirâmide e aumentado o número de seniores no topo (Instituto Nacional de Estatística, 2012). Em 2011, no intervalo etário dos 0 aos 29 anos, em Portugal, o número de indivíduos sofreu uma diminuição relativamente a 2001, mas, em 2011, no estrato etário entre os 30 e os 60 anos, registou-se um crescimento de 9%, e nas idades superiores a 69 anos o crescimento foi de 26% (Instituto Nacional de Estatística, 2014b).

Pirâmide etária, Portugal, 2012 (estimativa) e 2035 (projeções, por cenários)

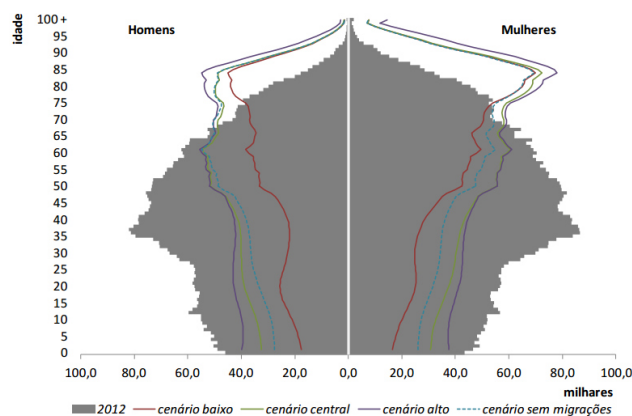


Figura 9 - Estrutura etária, Portugal, 2012-2060 (estimativas e projeções) (INE, 2014b, p. 14)

Em qualquer dos cenários de projeção disponíveis, a população de Portugal tenderá a diminuir até 2060. No cenário central (Figura 9), a população diminuiu de 10,5 milhões para

8,6 milhões em 2060. No âmbito cronológico de 2012 a 2060, verifica-se que em 2012 para cada 100 jovens existiam 131 seniores e em 2060 prevê-se que passem a existir 307 seniores, ou seja, o índice de sustentabilidade potencial passa de 340 indivíduos para cada 100 idosos, em 2012, para 149 indivíduos por cada 100 idosos em 2060 (Instituto Nacional de Estatística, 2014b).

Para todos os cenários demográficos projetados para 2060 em Portugal, prevê-se uma diminuição populacional na base da pirâmide e um aumento do número de indivíduos no topo, pelo que, devido a esse facto, é muito provável que se registre um aumento da população envelhecida. Por exemplo, a partir dos 70 anos, independentemente do género, a população deverá aumentar de uma forma muito significativa, e em contrapartida, nas faixas etárias inferiores a 70 anos parece inevitável a diminuição do número de indivíduos (Instituto Nacional de Estatística, 2014b).

A população mundial está a envelhecer e Portugal não é exceção. Devido a esse facto existe um aumento do peso social, político e financeiro dos idosos, o que motiva que sejam repensados os modelos de sustentabilidade sociais, o que pode passar, por exemplo, por rever os princípios de coesão social ou de viabilidade financeira dos sistemas de proteção social de cada país (Silva, 2009).

O envelhecimento populacional mundial parece inevitável, pese embora possam ser pensadas e aplicadas medidas para o atenuar. Será importante que cada país se prepare para esta realidade e uma das formas poderá ser o aproveitamento das oportunidades criadas por este envelhecimento populacional, incentivando, por exemplo, o envelhecimento ativo.

1.2. Fatores biológicos do envelhecimento

O envelhecimento é um processo contínuo, que não se pode reverter (Cerqueira, 2010; H. J. Fernandes, 2007) e que resulta das vivências do indivíduo ao longo da vida (Fonseca, 2011; Moraes, Moraes, & Lima, 2010; Páscoa & Gil, 2014). Pode caracterizar-se genericamente pela diminuição “das capacidades e reservas biológicas, aumentando a vulnerabilidade às alterações orgânicas e funcionais” (Filho, 1999, p.6). No decorrer do envelhecimento nem todas as funções biológicas declinam ao mesmo tempo, mas este

processo origina o enfraquecimento muscular e também afeta as diversas funções corporais (Vaz-Serra, 1986). O envelhecimento é influenciado por fatores biológicos, como já foi referido, mas também por fatores psicológicos e sociais (Aiken, 1995; Cancela, 2007; Cerqueira, 2010; Paúl, 2005; Pereira & Neves, 2005) que afetam de forma diversificada cada indivíduo, com intensidades e consequências muitas vezes diferentes, dependendo de cada caso (Filho, 1999).

No processo de envelhecimento, existem várias alterações na aparência: a pele fica mais seca e flácida, perdendo a tonalidade e a elasticidade (Bize & Vallier, 1985); pode ocorrer perda de dentes; existem alterações na estatura e curvatura dos indivíduos; o cabelo fica mais fraco e descolorado (Fonseca, 2011) e a queda de cabelo aumenta provocando a calvície em alguns indivíduos quando os elementos capilares deixam de ser renovados (Costa, 2011). As alterações físicas mencionadas podem conduzir à baixa autoestima de um indivíduo, devido aos padrões que a sociedade possui em relação à beleza, sendo que as mulheres, de uma forma geral, são as mais afetadas (Aiken, 1995).

Cancela (2007) enumera várias transformações biológicas que ocorrem no organismo: o fluxo de sangue para os rins, cérebro e fígado sofre uma redução; diminuição da frequência máxima cardíaca; os rins e o fígado reduzem a sua capacidade de eliminar as toxinas; o organismo torna-se menos tolerante à glicose; os pulmões deixam de possuir a mesma capacidade para mobilizar o ar, pois depois de o indivíduo expirar o ar vai ficando em maior quantidade nos pulmões; finalmente, as células tornam-se menos eficazes no combate às infeções.

A diminuição da massa muscular, da densidade óssea e do número células nervosas (Aiken, 1995) num indivíduo resultam em perturbações de coordenação e numa maior dificuldade em realizar movimentos. Se forem analisados alguns dados estatísticos, os seniores, de uma forma geral, são menos ágeis 1.5 ou 2 vezes do que os adultos mais jovens (Ferreira, 2013). A precisão da coordenação de movimentos na capacidade motora dos idosos também é afetada e os trabalhos que exigem mais esforço físico ao indivíduo são muito difíceis de executar pelos seniores, porque a recuperação do esforço efetuado é mais demorada (Aiken, 1995).

O avanço da idade, de uma forma geral, possui uma influência bastante grande na capacidade de visão e de audição de um indivíduo, no entanto, o olfato, o paladar e a cinestesia são pouco afetados (Ferreira, 2013).

A partir do momento em que um indivíduo atinge os 20 anos, é possível a ocorrência de perdas da audição (Fonseca, Amado, & Costa, 2014), sendo que, numa faixa etária igual ou superior a 65 anos, 42% dos homens e 30% das mulheres apresentam problemas de audição (Czaja & Sharit, 2013). A audição possui um papel importante para a segurança do indivíduo, porque permite localizar fontes sonoras distantes e alertar para possíveis perigos (Filho, 1999). Muitos indivíduos, com perda de audição, como têm muita dificuldade em entender o que lhes é dito, sentem-se frustrados e acabam por evitar ou reduzir o contacto social, potenciando o seu isolamento (Aiken, 1995; Filho, 1999).

Nos adultos a partir dos 40 anos, de uma forma geral, inicia-se uma ligeira diminuição da capacidade de visão ao perto, que aumenta progressivamente ao longo do tempo (Rodrigues, 2011). A perda da capacidade de visão provoca mais dependência nos seniores e maior vulnerabilidade aos perigos (Rodrigues, 2011). A investigadora Pieczarka refere que o CBO (Conselho Brasileiro de Oftalmologia) confirma que a qualidade de vida do idoso é afetada pelo decréscimo da capacidade de visão. Os aspetos mais afetados são os seguintes: a perceção das cores, a visão noturna e o campo visual (Pieczarka, 2013). Também se deteta a existência de um risco maior da ocorrência de doenças oculares, tais como: o glaucoma e as cataratas (Ferreira, 2013; Pieczarka, 2013).

A comparação das capacidades visuais de um grupo de adultos da faixa etária entre os 20-30 anos e outro grupo de adultos que estão numa faixa etária entre os 60-70 anos revelou que os elementos do grupo com idade mais elevada necessitavam de 3.51 vezes mais contraste, com a mesma iluminação, para conseguirem uma visualização correta do que lhes era apresentado. A capacidade de discriminação das cores também se altera com o processo de envelhecimento, aumentando a capacidade de distinção entre o vermelho e o verde e diminuindo a capacidade de visualização do azul (Marta, 2008).

O cérebro também sofre várias alterações com o envelhecimento, registando-se uma redução da massa cerebral, um alargamento dos ventrículos e uma atrofia cortical (Fonseca, 2011) que interferem, de forma diferenciada, nas capacidades cognitivas dos

seniores (Fonseca, Amado, & Costa, 2014). Devido a estas alterações biológicas, o indivíduo sénior enfrenta muitas vezes a redução da capacidade em compreender mensagens extensas ou complicadas, um aumento da dificuldade em efetuar o raciocínio lógico, uma maior ocorrência da repetição de discurso, uma maior dificuldade em adquirir informação nova e uma menor capacidade para realizar várias tarefas em simultâneo (Cancela, 2007; Czaja & Sharit, 2013; Gomes, 2014; Vaz-Serra, 1986).

A capacidade intelectual de um indivíduo também é afetada pelo envelhecimento, sendo que existem dois tipos de inteligência: a fluida e a cristalizada (Vaz-Serra, 2006). A inteligência fluida está relacionada com a manipulação de informação e a capacidade de compreender as relações existentes entre as várias informações (Vaz-Serra, 2006). O vocabulário utilizado, o conhecimento obtido e a informação recolhida, de uma forma geral, referem-se à inteligência cristalizada (Vaz-Serra, 2006). A inteligência cristalizada é geralmente mantida intacta por um indivíduo até aos 70 anos e após esta idade começa a sofrer um declínio (Vaz-Serra, 2006). Em contrapartida, a inteligência fluida de um indivíduo alcança o auge quando este atinge os 20 anos de idade, sendo que a partir desse ponto sofre um declínio progressivo e adultos com 60 anos já apresentam um declínio considerável neste tipo de inteligência (Vaz-Serra, 1986).

O envelhecimento biológico é um processo impiedoso, que não se pode reverter e que origina o aumento da vulnerabilidade do organismo às agressões a que está sujeito (Moraes et al., 2010). Embora exista uma regressão nas capacidades dos sistemas fisiológicos principais, este facto não impede que o sénior seja autónomo, ativo e feliz (Moraes et al., 2010), sobretudo se os idosos aprenderem a lidar com estas limitações e a minimizar os efeitos negativos que estas podem ter na sua vida.

1.3. Fatores psicossociais do envelhecimento

O envelhecimento, como já foi referido anteriormente, está relacionado com diversos fatores que afetam de forma diversificada cada indivíduo. Tradicionalmente este fenómeno aparece associado a limitações físicas que podem originar o isolamento, à perda de produtividade e ao fim de vida (Azevedo, 2013) de um ser humano. Quando um indivíduo é chamado de velho isso não tem o mesmo significado em todas as culturas, pois tudo

depende das características específicas de cada sociedade (Azevedo, 2013). O envelhecimento pode ser um processo traumático (Aiken, 1995) por várias razões: obriga os seniores a lidar com as suas limitações; com o envelhecimento os indivíduos atingem a idade da reforma, marco que representa um desafio, pois a sociedade ensina um indivíduo a exercer uma atividade laboral, por isso quase todos sabem executar determinadas tarefas profissionais, mas poucos sabem gerir o seu tempo livre (Osório & Pinto, 2007); os padrões de beleza estão associados à juventude e aspeto físico perfeito (Aiken, 1995); verifica-se a perda de pessoas próximas (Pires, 2008); existe uma diminuição dos contactos sociais (Zimmermann, 2000); o idadismo¹⁰ (Marques, 2011; Pires, 2008); os seniores que não têm acesso às novas tecnologias, de uma forma geral, sofrem de isolamento social (Silveira, Rocha, Vidmar, Wibeling, & Pasqualotti, 2010) e de exclusão digital (Miranda & Farias, 2009).

Atualmente, um indivíduo é referenciado sobretudo pelo trabalho que faz, por isso a identidade profissional e a identidade pessoal são muitas vezes confundidas, pelo que, num mundo em que o trabalho é muito valorizado, quem deixar de trabalhar pode estar associado a perdas ou a conquistas, tudo depende da forma como essa fase é encarada (Osório & Pinto, 2007).

Não é possível pensar nas consequências da aposentadoria sem levar em consideração uma gama muito grande de variáveis como valores, características e condições pessoais: saúde, aspectos psicológicos, emocionais e socioculturais, vida familiar, inserção social das pessoas, religiosidade, perda de papéis, idade, sexo, tudo o que estabelece consideráveis diferenças no *estado de ser* aposentado (Osório & Pinto, 2007, p. 261).

A reforma pode gerar ansiedade e pressão num indivíduo, uma vez que esta representa um período de mudança e conduz à alteração da rotina diária (Oliveira, 2013). Mas esta etapa, quando encarada de forma positiva, pode fornecer uma oportunidade para mudanças saudáveis no estilo de vida, por exemplo, através do convívio social, das atividades físicas e do trabalho em *part-time* (Lima, 2010). A maioria dos seniores continua a ter capacidade para conservar relações sociais, ocupar os tempos livres e ser útil à sociedade, embora existam alguns obstáculos que podem condicionar o bem-estar destes indivíduos, como é

¹⁰ O idadismo é a tradução da palavra inglesa ageism, foi utilizada pela primeira vez pelo psicólogo Robert Butler para explicar as reações negativas da comunidade à construção de um edifício para seniores (Marques, 2011).

o caso da reforma, quando encarada de forma negativa, a perda de pessoas próximas e o idadismo (Pires, 2008).

O idadismo significa, de uma forma geral, as atitudes e as práticas negativas relativamente a indivíduos que partilham a mesma idade, ainda que possa existir idadismo contra os mais jovens, em Portugal atinge sobretudo a faixa etária mais idosa. As atitudes idadistas podem assumir três vertentes: o idadismo associado às crenças e estereótipos; o idadismo associado aos preconceitos e finalmente o idadismo associado a atos discriminatórios (Marques, 2011).

Percentagem de pessoas na ESS, que indicam que o idadismo é um problema grave, muito grave ou não existe¹¹

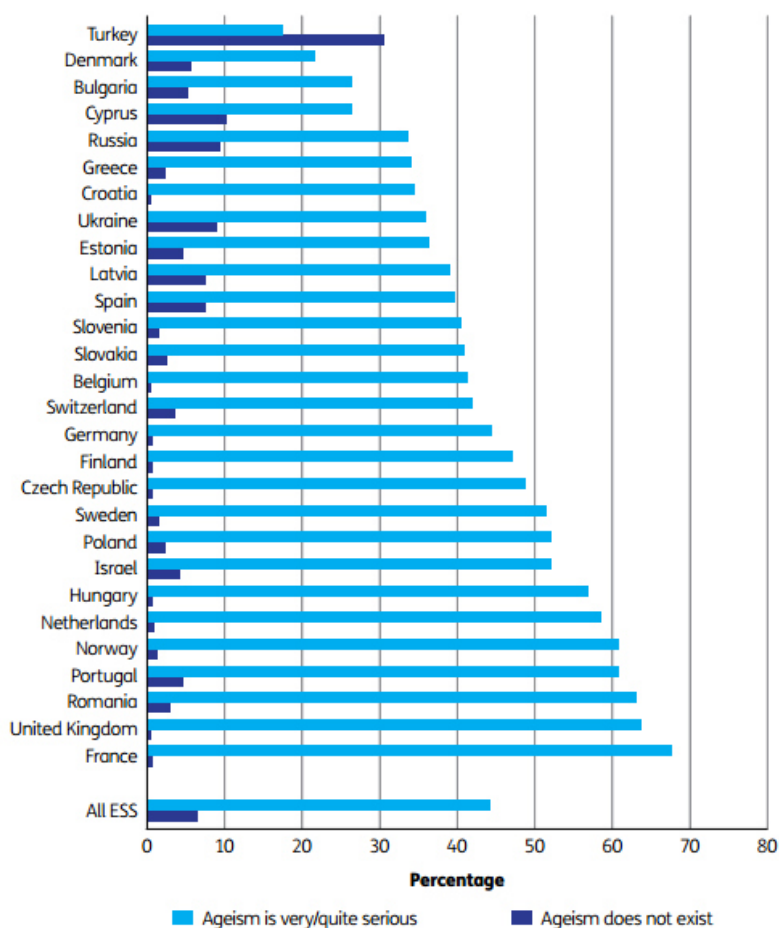


Figura 10 - Percentagem de pessoas que acham que o preconceito com idade é muito grave (EURAGE, 2011, p. 9)

¹¹ Percentage of people in ESS countries indicating that ageism is very serious/quite serious problem or that it does not exist

Como se pode verificar na Figura 10, o idadismo é identificado como sendo um problema grave em Portugal, pois cerca de 63% dos indivíduos responderam que consideram que se trata de um problema muito grave e apenas 5% dos inquiridos responderam que o preconceito contra a idade não existe (EURAGE, 2011).

São exemplos de idadismo nos seniores os maus tratos e o abuso; os comportamentos de desdém, a atitude de superioridade relativamente ao idoso; a superproteção e a ajuda excessiva; a assunção de que todos os seniores são doentes e incapacitados. É de salientar que, apesar das crenças negativas, o envelhecimento não é sinónimo de doença ou de inatividade, apesar de poderem estar relacionados (Lima, Silva, & Galhardoni, 2008; NERI, 2008; Mendes, 2002). Depois de serem identificadas as diferentes demonstrações do idadismo numa sociedade, é importante que sejam elaboradas políticas que tenham como principal objetivo o combate a este tipo de discriminação (Marques, 2011).

Segundo Fonseca (2011), existe o preconceito que os seniores não possuem capacidade nem interesse para utilizarem as novas tecnologias, o que não corresponde à verdade, porque existem vários estudos (Shapira, Barak, & Gal, 2007; White et al., 2002) que comprovam precisamente o contrário: os seniores possuem interesse nas novas tecnologias e, desde que tenham formação adequada, conseguem ser tão capazes e motivados como os mais jovens.

A utilização das novas tecnologias pode contribuir para a qualidade de vida dos seniores, mas, sob outra perspetiva, potencia a exclusão de quem não mostra interesse ou não consegue dominar as mesmas (Vianna, Bacha, & Santos, 2007). O estudo levado a cabo por Gil (2014) ilustra a afirmação anterior. Os inquiridos deste estudo foram quatrocentos seniores do concelho de Castelo Branco que responderam a um questionário. As respostas foram posteriormente alvo de análise, tendo permitido a obtenção de informações claras e precisas sobre o tema que se estava a estudar. O questionário relacionava duas variáveis: as tecnologias da informação e comunicação e o envelhecimento ativo (Gil, 2014). Com os resultados obtidos neste estudo concluiu-se que as TIC (Tecnologias de Informação e Comunicação) não fazem parte das rotinas do dia-a-dia dos seniores, com exceção do telemóvel que já é utilizado por 50% desta população (Gil, 2014). Na sua generalidade, os seniores que responderam ao questionário não tiveram contacto com as TIC durante o seu

percurso de vida, pelo que não possuíam a capacidade para avaliar as suas vantagens e capacidades e, para além deste facto, como muitos deles ainda tinham dificuldades em utilizá-las e ainda as encaravam como um entrave, não sentiam necessidade de formação na área (Gil, 2014).

Com investigação realizada por Ferreira (2013) é muito relevante para as TIC, pois através deste estudo chegou-se à conclusão que é possível melhorar a realização pessoal dos seniores ao integrar as TIC no seu dia-a-dia. Ainda segundo este trabalho académico, os seniores sentem-se motivados para aprender a utilizar as novas tecnologias, uma vez que estas permitem, por exemplo, contactar com familiares que se encontram distantes e são uma nova forma de entretenimento (Ferreira, 2013).

Portugal possui seniores com acesso a uma localização privilegiada e informação, o que lhes permite usufruírem de vários equipamentos e bens situados nas grandes cidades. Por outro lado, a maior parte dos seniores não têm acesso fácil a bens e serviços e são vulneráveis à pobreza, especialmente se vivem em zonas rurais, pois nas idades mais avançadas podem sofrer de incapacidades psicológicas ou motoras (Gonçalves & Carrilho, 2007).

1.3.1. Isolamento social no envelhecimento

O envelhecimento pode ser uma experiência negativa, positiva, neutra ou em simultâneo positiva e negativa, tudo depende de cada indivíduo (Cerqueira, 2010). Este momento da vida é considerado a fase de declínio e de maior isolamento social de um ser humano, o que pode originar a marginalização dos indivíduos ou, em contraposição, pode ser uma época da vida calma e enriquecedora (Cerqueira, 2010). Nesta etapa, os seniores começam a sofrer mudanças ou perdas pessoais, como seja a morte do cônjuge, o afastamento dos filhos e dos colegas de trabalho (Costa, Jorge, Saraiva, & Coutinho, 2009). Os seniores têm também de enfrentar os desafios causados, muitas vezes, por mudanças geográficas, pela deterioração da saúde, por problemas financeiros ou por medos relacionados com a segurança (Mellor, Firth, & Moore, 2008). Estes fatores podem provocar uma redução das interações sociais e gerar ansiedade, o que pode ser traumático para o sénior (Costa et al.,

2009). Todos os fatores que de alguma forma diminuem a autoestima de um indivíduo podem também aumentar a sua solidão (Freitas, 2011).

O investigador Fernandes (2007) refere que o estatuto social dos seniores em Portugal, tendo em conta várias investigações sobre o tema, pode potenciar o isolamento e, como consequência, a solidão destes indivíduos. Nas zonas rurais portuguesas existe uma progressiva desertificação populacional, atingindo particularmente as faixas etárias mais jovens, pois muitos destes indivíduos optam por migrar para as cidades, onde existem mais oportunidades de emprego e melhores acessos a bens e a serviços, ficando a residir nas aldeias sobretudo os seniores, o que potencia que possam ter uma existência solitária (Fernandes, 2007).

Será importante esclarecer que solidão e isolamento não são o mesmo conceito, mas podem estar ligados (Freitas, 2011). Para maioria dos seniores, solidão é estar sozinho, contudo este conceito pode revestir-se de vários significados, pois cada pessoa pode interpretá-lo de uma forma pessoal (Fernandes, 2007), logo é possível atribuir vários significados à solidão, porque tudo depende da forma como cada indivíduo a encara e também a forma como esta aparece (Fernandes, 2007).

Dimensão média das famílias, em 2002 e 2011

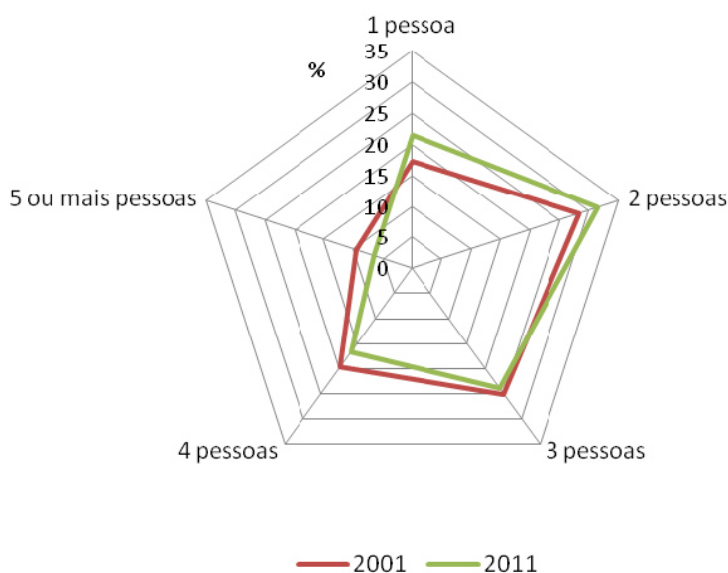


Figura 11 - Dimensão média das famílias em Portugal em 2001 e 2011 (INE, 2012, p. 30)

Na Figura 11, podem ser verificadas as diferenças entre a dimensão média das famílias em 2001 e em 2011, pois em 2011, comparativamente com os dados de 2001, existe uma redução do número de famílias com quatro, cinco ou mais pessoas e um aumento do número de famílias com duas ou com apenas uma pessoa.

Segundo os dados do censo realizado em 2011, o número de pessoas que viviam sozinhas aumentou de 631 762, em 2001, para 866 762 em 2011, representando cerca de 21% do número total de famílias. De salientar que 10% desta percentagem corresponde a famílias unipessoais seniores, que se concentram na sua maior parte nas zonas do interior, onde existe uma taxa de envelhecimento elevada (Instituto Nacional de Estatística, 2012).

O isolamento social e geográfico pode provocar sentimentos de abandono e solidão, com efeitos que são muito difíceis de suportar para quem a sofre (Gonçalves & Carrilho, 2007). Perante este cenário, é importante refletir e implementar medidas que potenciem o envelhecimento ativo e fomentem a participação social dos seniores.

1.4. Comentários finais ao Capítulo 1

Com o aumento da longevidade humana e o envelhecimento demográfico, é primordial implementar medidas que incentivem o envelhecimento ativo e a participação dos seniores na sociedade. Na secção 1.1. procurou-se compreender qual é o significado de envelhecimento ativo e quais são os determinantes que o influenciam. Na secção 1.1.1. foram apresentados dados estatísticos que atestam que o envelhecimento demográfico tem aumentado nos últimos anos e que as previsões apontam para que esta tendência se continue a verificar.

As mudanças biológicas que um indivíduo pode sofrer foram analisadas na secção 1.2., tendo-se constatado que, de uma forma heterogénea e individual, os seniores enfrentam mudanças no seu corpo com o envelhecimento.

Na secção 1.3. foram explicados os fatores psicossociais do envelhecimento, com particular ênfase na compreensão do processo de envelhecimento, pois verificou-se que este processo pode ser traumático para muitos dos seniores. Ainda relacionado com os fatores psicossociais, foi explicado na secção 1.3.1. que o isolamento social está relacionado com vários fatores e que, de uma forma geral, esses fatores diminuem a autoestima do sénior

e aumentam o isolamento destes indivíduos, impossibilitando-os de vivenciarem um envelhecimento ativo.

CAPÍTULO 2: SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO

“As evoluções tecnológicas e a transformação das relações familiares de trabalho e sociais delinearam uma nova sociedade e um mundo novo. O homem também muda, por causa das mudanças do mundo. Devagarinho, sorrateiramente, elas vão entrando na vida das pessoas e novos contornos vão sendo dados ao modo de pensar e de agir. Muda a cabeça e muda também o corpo com o passar do tempo” (Osório & Pinto, 2007, p. 266).

As tecnologias digitais e a Internet motivaram o surgimento do conceito de Sociedade da Informação, que é muitas vezes utilizado para caracterizar a sociedade atual (Coutinho & Lisboa, 2011). Com a introdução de tecnologia nos países e à medida que a sua utilização se vai generalizando, é necessário criar e implementar políticas de inclusão digital, com o objetivo de garantir um desenvolvimento sustentável e combater as diferenças sociais e a pobreza.

Uma parte significativa dos seniores corre o risco de ser excluído da sociedade da informação por vários fatores: pobreza, não possuir competências para utilização das TIC, entre outros. Todos estes fatores, combinados ou individualmente, podem aumentar o isolamento dos seniores e impedir que tenham um envelhecimento ativo.

Na secção 2.1. abordar-se-á o conceito de Sociedade da Informação, para melhor compreensão deste fenómeno. Na secção seguinte, a secção 2.2., será descrita a relação dos seniores com as tecnologias e o que pode ser melhorado nesta relação. Por último, na secção 2.3. será abordada a inclusão digital, particularmente a dos seniores que, de uma forma geral, não são utilizadores das tecnologias.

2.1. Sociedade da Informação

A sociedade atual é muitas vezes caracterizada como sendo uma Sociedade da Informação, devido à importância que a informação tem vindo a alcançar devido às TIC, particularmente a que é disseminada na Internet, o que tem contribuído para mudanças, em diferentes níveis, das relações: sociais, políticas, económicas, filosóficas e culturais (Pinho, 2011).

As Tecnologias da Informação são o resultado da junção entre a informática e as telecomunicações e, como consequência dessa união, despoletaram um conjunto de atitudes sociais específicas. O conceito de Sociedade da Informação nasce porque se sentiu a necessidade de explicar e justificar esse conjunto de atitudes sociais (Oliveira, 1997).

Existe uma grande dificuldade em definir o conceito de “Sociedade da Informação” (Coelho, 2007; Santos, Duarte, & Prata, 2008), pois este é resultante de diferentes realidades históricas e diferentes perspetivas (Coelho, 2007), como se pode perceber na citação seguinte:

O conceito de Sociedade da Informação – ou qualquer outro nome que receba – não é um consenso, estando longe disso mesmo em relação às terminologias utilizadas para designá-la. Para além da questão terminológica, que não é a mais importante, há uma série de visões conflituantes acerca desse fenómeno moderno, consubstanciadas nas opiniões de autores otimistas, pessimistas e daqueles que adotam uma postura de neutralidade em relação ao tema, na tentativa de não pender para qualquer dos lados, se é que isso é possível. (Santos et al., 2008, p. 219)

Os países que mais rapidamente aderiram à tecnologia, procuraram criar e implementar políticas de inclusão digital, com a finalidade de garantir o desenvolvimento social sustentável e, em simultâneo, combater as diferenças sociais e a pobreza (Castro, 2012).

A organização *World Economic Forum* produz relatórios nos quais é avaliado o Índice de Tecnologia da Informação – ITI a nível mundial. Esta organização avalia qual é o grau de preparação dos países para adoção das TIC em três áreas: “o ambiente regulatório, empresarial e de infraestrutura das TIC; no preparo dos três principais grupos – indivíduos, empresas e governos – para usar e aproveitar as TIC; e a implementação real das tecnologias disponíveis” (Castro, 2012, p. 25).

Índice ITI de 2008/2009, 2009/2010 e 2014

The Networked Readiness Index 2008–2009 rankings			The Networked Readiness Index 2009–2010				The Networked Readiness Index 2014			
2008–2009 rank	Country/Economy	Score	Country/Economy	Rank	Score	Rank within income group*	Rank	Country/Economy	Value	2014 rank (out of 144)
1	Denmark	5.85	Sweden	1	5.85	HI 1	1	Finland	6.04	1
2	Sweden	5.84	Singapore	2	5.64	HI 2	2	Singapore	5.97	2
3	United States	5.88	Denmark	3	5.54	HI 3	3	Sweden	5.93	3
4	Singapore	5.67	Switzerland	4	5.48	HI 4	4	Netherlands	5.79	4
5	Switzerland	5.58	United States	5	5.46	HI 5	5	Norway	5.70	5
6	Finland	5.53	Finland	6	5.44	HI 6	6	Switzerland	5.62	6
7	Iceland	5.50	Canada	7	5.36	HI 7	7	United States	5.61	9
8	Norway	5.49	Hong Kong SAR	8	5.33	HI 8	8	Hong Kong SAR	5.60	14
9	Netherlands	5.48	Netherlands	9	5.32	HI 9	9	United Kingdom	5.54	7
10	Canada	5.41	Norway	10	5.22	HI 10	10	Korea, Rep.	5.54	11
11	Korea, Rep.	5.37	Taiwan, China	11	5.20	HI 11	11	Luxembourg	5.53	16
12	Hong Kong SAR	5.30	Iceland	12	5.20	HI 12	12	Germany	5.50	13
13	Taiwan, China	5.30	United Kingdom	13	5.17	HI 13	13	Denmark	5.50	8
14	Australia	5.29	Germany	14	5.16	HI 14	14	Taiwan, China	5.47	19
15	United Kingdom	5.27	Korea, Rep.	15	5.14	HI 15	15	Israel	5.42	15
16	Austria	5.22	Australia	16	5.06	HI 16	16	Japan	5.41	21
17	Japan	5.19	Luxembourg	17	5.02	HI 17	17	Canada	5.41	12
18	Estonia	5.19	France	18	4.99	HI 18	18	Australia	5.40	18
19	France	5.17	New Zealand	19	4.94	HI 19	19	New Zealand	5.27	20
20	Germany	5.17	Austria	20	4.94	HI 20	20	Estonia	5.27	22
21	Luxembourg	5.10	Japan	21	4.89	HI 21	21	Austria	5.26	19
22	New Zealand	5.04	Belgium	22	4.86	HI 22	22	Qatar	5.22	23
23	Ireland	5.03	United Arab Emirates	23	4.85	HI 23	23	United Arab Emirates	5.20	25
24	Belgium	5.02	Ireland	24	4.82	HI 24	24	France	5.09	26
25	Israel	4.98	Estonia	25	4.81	HI 25	25	Ireland	5.07	27
26	Malta	4.79	Malta	26	4.75	HI 26	26	Belgium	5.06	24
27	United Arab Emirates	4.76	Malaysia	27	4.65	UM 1	27	Malta	4.96	28
28	Malaysia	4.76	Israel	28	4.56	HI 27	28	Bahrain	4.86	29
29	Qatar	4.68	Bahrain	29	4.56	HI 28	29	Qatar	4.83	30
30	Portugal	4.63	Qatar	30	4.53	HI 29	30	Lithuania	4.78	32
31	Slovenia	4.57	Slovenia	31	4.51	HI 30	31	Saudi Arabia	4.78	31
32	Czech Republic	4.53	Cyprus	32	4.48	HI 31	32	Portugal	4.73	33
33	Cyprus	4.52	Portugal	33	4.41	HI 32	33	Spain	4.68	34
34	Spain	4.50	Spain	34	4.37	HI 33	34	Chile	4.61	34
35	Lithuania	4.40	Barbados	35	4.36	HI 34	35	Slovenia	4.60	37
36	Barbados	4.38	Czech Republic	36	4.35	HI 35	36	Cyprus	4.60	35
37	Bahrain	4.38	China	37	4.31	LM 1	37	Kazakhstan	4.58	43
38	Tunisia	4.34	Saudi Arabia	38	4.30	HI 36	38	Luxembourg	4.58	41
			Tunisia	39	4.22	LM 2	39	China	4.56	40
							40	Puerto Rico	4.54	36
							42	Czech Republic	4.49	42

Figura 12 - Índice de Tecnologia da Informação 2008/2009, 2009/2010 e 2014 (World Economic Forum, 2009, 2010, 2014, p.1)

Portugal, segundo o Relatório Global de Tecnologia da Informação em 2008/2009, estava na posição trigésima e em 2014 está em trigésimo terceiro lugar, o que significa que existiu uma descida relativamente a 2008/2009. A ter em conta esta informação, parece ser necessário adotar medidas a nível político e social para melhorar a posição em que Portugal se encontra. Como se pode visualizar na Figura 12, Portugal ocupava em 2008/2009 a trigésima posição número 30 e desceu, em 2014, para trigésimo terceiro lugar e, embora esta descida não seja muito acentuada, é essencial começar por garantir que não desce posições.

Como o envelhecimento demográfico está a aumentar em Portugal, torna-se importante refletir sobre políticas que permitam a inclusão dos seniores na sociedade, sendo que a integração na Sociedade da Informação é muito relevante para o envelhecimento ativo, porque a falta de conhecimentos tecnológicos pode interferir na plena integração de um indivíduo na sociedade (Varela, 2012).

2.2. O cidadão sénior e a sua relação com as tecnologias da informação e comunicação

A televisão é um recurso tecnológico que possui uma grande preponderância nas atividades de lazer dos seniores, porque, segundo os próprios, preenche muitas das necessidades psicossociais dos indivíduos desta faixa etária (Veloso, Mealha, Ferreira, Simões, & Fonseca, 2006). À medida que envelhecem, aumenta o tempo que os seniores passam a ver televisão, o que permite que fiquem consciencializados do lugar que ocupam numa sociedade (Guimarães, 2011).

Atualmente, os seniores deparam-se com realidades que nunca imaginaram e os que possuem recursos financeiros e um nível de escolaridade mais elevado são os primeiros a procurar novos conhecimentos, o que lhes permite beneficiar e utilizar as novidades tecnológicas (Guimarães, 2011). Os seniores em geral podem ser motivados a aprender a utilizar as novas tecnologias pelos netos, pelos filhos, pelos cônjuges, pelos amigos ou, até, por iniciativa própria (Gatto & Tak, 2008).

Os seniores podem desejar ou rejeitar utilizar a tecnologia, mas se um indivíduo não seguir os avanços da mesma, pode ter dificuldade de integração e ser discriminado. O afastamento da tecnologia por parte de alguns seniores deve-se ao facto de esta não fazer diferença na sua vida. Alguns seniores possuem repúdio pela inovação tecnológica ou o distanciamento muitas vezes motiva a que as gerações mais novas entendam que os seniores não possuem conhecimentos ou aptidão para utilizarem as novas tecnologias. A motivação dos seniores para aprender as novas tecnologias não está centrada em conhecer os computadores e a sua lógica, mas sim na necessidade de alcançar o seu próprio espaço e de acompanhar as restantes gerações (Pasqualotti, 2008).

Como este grupo etário geralmente utiliza pouco as tecnologias, a integração das TIC no seu dia-a-dia torna-se um desafio (Veloso et al., 2006). Resultados de estudos realizados nesta área apontam para uma baixa autoestima e para uma grande ansiedade dos seniores quando utilizam as novas tecnologias (Chu, Huber, Mastel-Smith, & Cesario, 2009; Lagana, 2010; Ng, 2007; Wild et al., 2013). Em simultâneo, são vários os estudos que evidenciam que os seniores, desde que tenham uma formação adequada, conseguem utilizar as novas

tecnologias e, quando obtêm essa formação, o nível de ansiedade diminui (Chu et al., 2009; Goodwin, 2013; Lagana, 2010; Ng, 2007; White et al., 2002; Wild et al., 2013).

As tecnologias oferecem vários serviços que podem ser usufruídos pelos seniores de forma cómoda e económica, e sem terem que sair de casa, como por exemplo: consultar e realizar operações bancárias, consultar e realizar operações nos portais do Governo, fazer compras *online* e utilizar a tecnologia para prevenir doenças e melhorar a saúde (Brito, 2012). A Internet pode permitir ao sénior aceder ao mundo virtual e consultar a informação de modo interativo, tendo uma oportunidade de se incluir novamente na sociedade (Baptista, 2011). A interação do sénior no mundo tecnológico pode potenciar um aumento das relações interpessoais e das relações entre gerações, reduzir o isolamento social e estimular a parte mental e psíquica (Baptista, 2011).

Relativamente às novas tecnologias, nomeadamente à Internet, em Portugal, o seu acesso não se reparte de forma igualitária, existem grupos que são privilegiados em detrimento de outros (Coelho, 2007).

Utilização de Internet, por escalão etário, em Portugal, em 2013

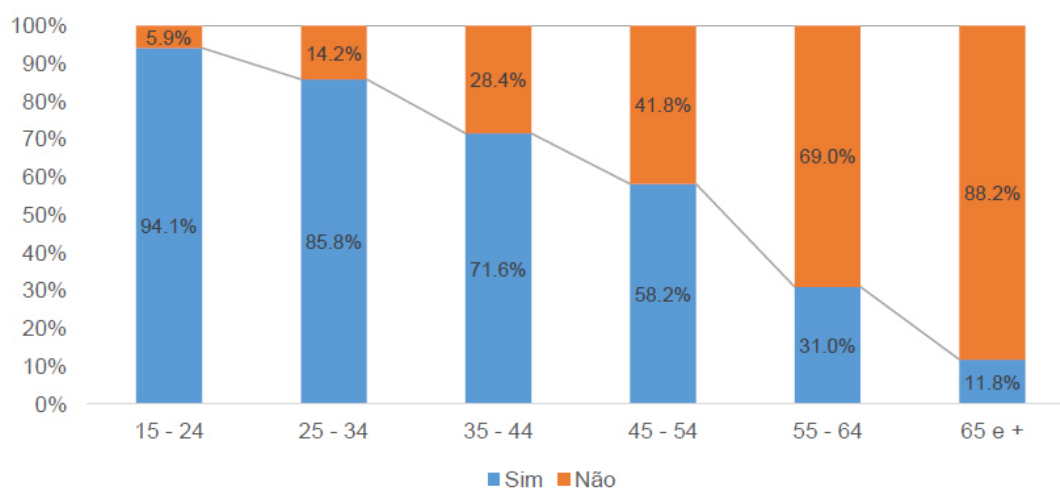


Figura 13 – Dados de 2013, da utilização de Internet por escalão etário, em Portugal (Obercom, 2014, p. 9)

Como se pode visualizar na Figura 13, a idade é um fator que diferencia os utilizadores da Internet, sendo de constatar que os indivíduos que menos utilizam a Internet pertencem a grupos com idade mais elevada, neste caso com mais de 65 anos, apresentando uma taxa de utilização de 11,8%. Já os indivíduos que integram a faixa etária entre os 15-24 anos apresentam uma taxa de utilização de 94,1%. O efeito escada visível no gráfico vai, a longo

prazo, ser eliminado pela renovação geracional portuguesa, pois os indivíduos mais jovens são utilizadores sedentos dos novos media, todavia estas práticas podem ser afetadas por condições socioeconómicas adversas (Obercom, 2014).

Utilização de Internet, por grau de escolaridade, em Portugal, em 2013

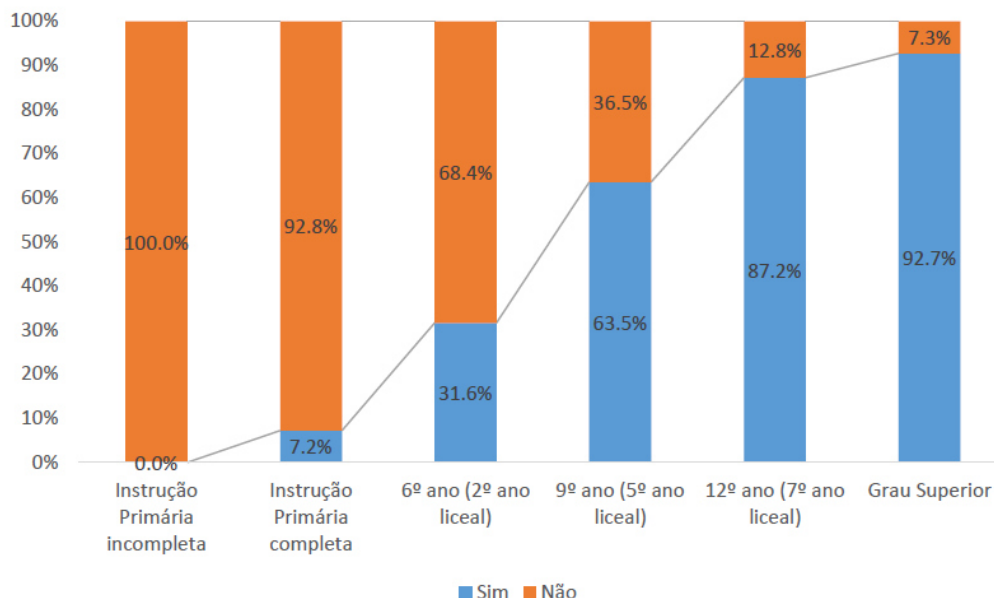


Figura 14 – Dados de utilização de Internet, por grau de escolaridade, em 2013 (Obercom, 2014, p. 10)

Se for analisada a utilização da Internet por grau de escolaridade em Portugal, verifica-se que, a ter em conta a Figura 14, quanto maior for a escolaridade dos inquiridos, maior é a taxa de utilização de Internet. Por exemplo, para os adultos que possuem a instrução primária incompleta, a taxa de não utilização é de 100%; e para os adultos com um grau superior, a taxa de utilização é de 92,7% (Obercom, 2014).

Grau de escolaridade por escalão etário, em Portugal, em 2013

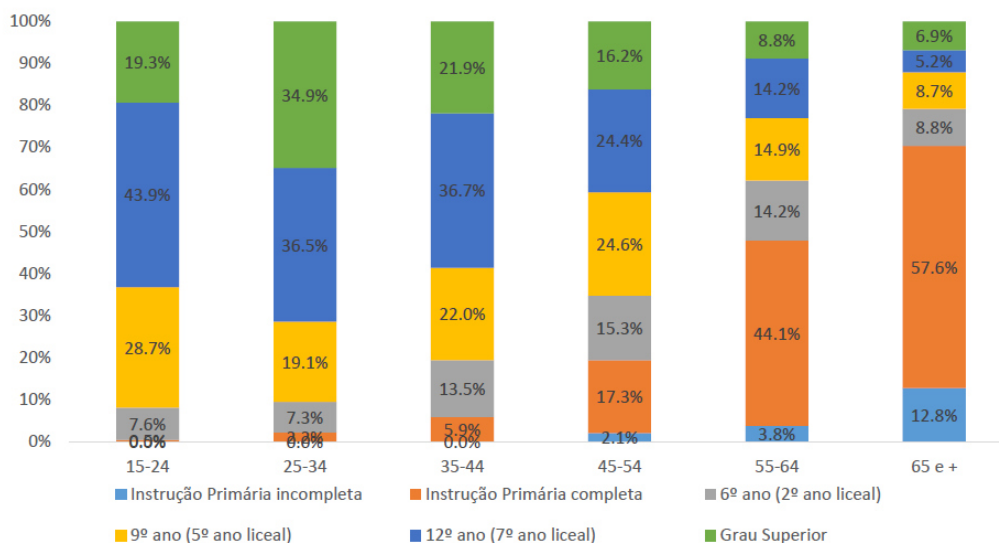


Figura 15 – Dados sobre o grau de escolaridade por escalão etário, em 2013 (Obercom, 2014, p. 11)

O grupo etário a partir dos 65 anos é o que possui um menor grau de escolaridade, pois 12% dos inquiridos possuem a instrução primária incompleta e apenas 6,8% desta faixa populacional possui grau superior, como se pode visualizar na Figura 15 (Obercom, 2014). Como foi possível verificar nos gráficos 12 e 13, o grupo etário com idade mais avançada é o que menos utiliza a Internet. Os seniores não utilizam as tecnologias por várias razões, entre as quais: possuem problemas de saúde, desfrutam de poucos rendimentos, possuem um baixo nível de literacia, estão isolados geograficamente e podem possuir algum grau de deficiência. Por outro lado, além das questões relacionadas com o género (Gil, 2011), as tecnologias são demasiado complexas para as suas competências atuais e os produtos e serviços não estão adaptados aos utilizadores seniores (Carpenter & Buday, 2007; Gil, 2011).

As barreiras de utilização das tecnologias por parte dos seniores podem ser ultrapassadas com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos adultos, mas para isso é necessário desenvolver programas e serviços que tenham como base os desejos e, sobretudo, as capacidades dos seniores (Baptista, 2011; Carpenter & Buday, 2007; Gatto & Tak, 2008).

Em suma, para se alcançar o envelhecimento ativo, os seniores devem de participar na Sociedade da Informação e Conhecimento, o que vai originar a necessidade de reforçar a melhoria nas qualificações, nomeadamente nas TIC (Patrício & António Osório, 2011).

2.3. E-inclusão

Os indivíduos de uma faixa etária mais elevada possuíam, antigamente, muito prestígio social nas sociedades tradicionais, mas com o progresso tecnológico e científico o conhecimento que é valorizado é o da tecnologia e da ciência e não o conhecimento tradicional (Dias, 2012). Atualmente o computador faz parte do quotidiano de muitos seres humanos, sendo que esta presença pode ser direta ou indireta, pode ser utilizado como uma ferramenta de trabalho, de lazer e pode fornecer ou armazenar dados através da Internet, o que origina uma nova forma de processar e de transmitir a informação (Frias et al., 2011).

É necessário que os cidadãos consigam selecionar a informação adequada à sua vida e por isso é importante prepará-los para que consigam fazer uma análise crítica das informações obtidas. De uma forma geral, os seniores possuem dificuldades em utilizar as tecnologias, tais como: os eletrodomésticos, os telemóveis e o multibanco, embora os recursos tecnológicos possam melhorar a sua qualidade de vida (Kachar, 2009).

Os seniores correm o risco de serem excluídos da Sociedade da Informação, pois durante o seu percurso de vida não adquiriram competências nas TIC (Brito, 2012; Patrício & Osório, 2011) e não se sentem motivados para aprender a utilizar o computador (Kim, 2008).

O estudo realizado pelo investigador Gil (2014) revela que os seniores do concelho de Castelo Branco não tiveram, ao longo do seu percurso de vida e de uma forma geral, contacto com as TIC. Devido a esse facto, não conseguem muitas vezes avaliar as vantagens ou as potencialidades das TIC e, ainda, pela razão anterior, não sentem necessidade de formação nessa área. O estudo realizado por Gil vai ao encontro dos resultados da investigação realizada por Selwin et al (2003), ou seja, quando não existiu contacto com a tecnologia, os seniores não sentem necessidade de a utilizar (Selwyn et al., 2003).

Em Portugal, como se visualiza na Figura 13, a idade é um fator que diferencia os utilizadores de Internet, sendo que os indivíduos das faixas etárias mais elevadas são os que menos a utilizam (Obercom, 2014). É muito importante que sejam implementados projetos ou desenvolvidos estudos que incentivem a inclusão digital, pois isso pode possibilitar a diminuição do isolamento dos seniores, o que vai contribuir para um envelhecimento ativo (Ferreira, 2013).

A iniciativa de inclusão digital foi lançada pela CE (Comissão Europeia), em dezembro de 1999 (Comissão Europeia, 2002; Silva, 2012; Veloso et al., 2006), e o principal objetivo desta iniciativa era que os benefícios da Sociedade da Informação estivessem ao alcance de todos (Veloso, 2014).

Em 2005 foi adotada uma nova iniciativa, a i2010, que tinha como principal objetivo: “permitir uma melhor qualidade de vida aos idosos, proporcionando economias significativas a nível dos cuidados de saúde e assistência social, bem como ajudar a criar uma base industrial sólida na Europa no domínio ‘TIC e envelhecimento’” (Comissão das Comunidades Europeias, 2007, p. 3).

Os cidadãos do século XXI devem ter em consideração um novo fator de cidadania: a inclusão digital. Este processo de inclusão digital deve conduzir as pessoas à utilização das TIC e, também, ao acesso à informação que está disponível nas redes, sendo de particular interesse aquela que vai fazer diferença na vida do sénior e da comunidade na qual está inserido (Silva, Jambeiro, Lima, & Brandão, 2005).

2.4. Comentários finais ao Capítulo 2

Na sociedade atual é importante construir uma sociedade mais justa e equitativa, que incentive a solidariedade entre os seus membros e o respeito mútuo, para que seja possível exercer uma cidadania responsável e enriquecedora. Para que tal aconteça, é necessário implementar medidas que potenciem a utilização das tecnologias por parte dos seniores, incentivando a sua inclusão digital.

Na secção 2.1. procurou-se compreender o conceito de Sociedade da Informação, pois atualmente a tecnologia está presente no quotidiano dos indivíduos e quem não dominar a sua utilização corre o risco de ter dificuldades de integração. Na secção 2.2., descreveu-se a relação que os seniores têm com a tecnologia e os motivos que muitas vezes os levam a aceitá-la ou a rejeitá-la. O ponto anterior é muito importante para a construção de uma sociedade baseada na igualdade de oportunidades dos seus cidadãos, pois cada vez mais a inclusão social dos seniores passa pela utilização das novas tecnologias. Na secção 2.3. foram explicados quais os principais fatores que podem potenciar a exclusão digital nos seniores, tais como as doenças que enfrentam e algumas dificuldades financeiras, apenas

para referir alguns, e, sobretudo, algumas das medidas que foram criadas com o objetivo de incentivar a utilizações das tecnologias por parte dos seniores e a inclusão digital destes indivíduos.

CAPÍTULO 3: DOCUMENTÁRIO

“Documentary” can be no more easily defined than “love” or “culture.” Its meaning cannot be reduced to a dictionary definition in the way that “temperature” or “table salt” can be. Its definition is not self-contained in the way that the definition of “table salt” is contained by saying that it is a chemical compound made up of one atom of sodium and one of chlorine (NaCl). The definition of “documentary” is always relational or comparative. Just as love takes on meaning in contrast to indifference or hate, and culture takes on meaning in contrast to barbarism or chaos, documentary takes on meaning in contrast to fiction film or experimental and avant-garde film.

Were documentary a reproduction of reality, these problems would be far less acute. We would then simply have a replica or copy of something that already existed. But documentary is not a reproduction of reality, it is a representation of the world we already occupy. It stands for a particular view of the world, one we may never have encountered before even if the aspects of the world that is represented are familiar to us. We judge a reproduction by its fidelity to the original—its capacity to look like, act like, and serve the same purposes as the original. We judge a representation more by the nature of the pleasure it offers, the value of the insight or knowledge it provides, and the quality of the orientation or disposition, tone or perspective it instills. We ask more of a representation than we do of a reproduction” (Nichols, 2001, pp. 20-21).

A definição de documentário não é consensual, porque esta depende sempre da perspetiva de quem a propõe. É sempre um conceito comparativo e relativo, pois não existem limites rígidos entre o que é considerado filme de ficção e filme de não ficção.

Para contextualização do conceito de documentário, será efetuada na secção 3.1. uma retrospectiva histórica deste género. Na secção 3.2. serão elencadas algumas definições de documentário. Na última secção, a 3.3, serão caracterizados os géneros do documentário, tendo em conta a perspetiva do investigador Bill Nichols.

3.1. Evolução histórica, o surgir de um género

O aparecimento de um dispositivo capaz de captar imagens em movimento resulta da evolução tecnológica e de acontecimentos históricos (Rodrigues, 2013). Em 1895, os irmãos Lumière apresentavam no *Grand Café du Boulevard des Capucines* o Cinematógrafo Lumière, que se pode visualizar na Figura 16 (Penafria, 1999a).



Figura 16 - Cinematógrafo-Lumière (1895)¹²

A primeira projecção apresentada foi a *La sortie des ateliers Lumière* (Figura 17), na qual se podia visualizar a saída de trabalhadores e patrões, tais como operárias a sair do atelier, operários nas suas bicicletas e, finalmente, os patrões que se deslocam numa carruagem puxada por dois cavalos (Penafria, 1999a). Em 1896, os irmãos Lumière apresentaram o filme *L'arrivée d'un train en gare de la Ciotat* (Figura 18) que devido ao seu realismo assustou de tal forma os espetadores, que, segundo consta, os espetadores se colocaram em fuga (Droguett, 2004; Penafria, 2003).

¹² Retirado de: <http://goo.gl/7tRU9V>, em 22-01-2015



Figura 17 - *La sortie des ateliers Lumière*¹³



Figura 18 - Frame do filme *L'arrivée d'un train en gare de la Ciotat*¹⁴

Depois da exibição de *La sortie des ateliers Lumière*, foram apresentados muitos filmes que captavam a realidade, mas, sensivelmente em 1903, começou a trabalhar-se o conceito de filme de ficção, pois o desenvolvimento de várias técnicas de montagem permitiu que se pudesse conceber uma história mais complexa. Georges Méliès, com os seus trabalhos, impulsionou os filmes de ficção que se foram tornando cada vez mais populares em detrimento dos filmes chamados de *documentaires*¹⁵, considerados por alguns autores como os primeiros documentários (Penafria, 1999a).

Nos anos 20, dois nomes contribuíram para que o documentário pudesse ser definido como um género, a saber: o americano Robert Flaherty e o soviético Dziga Vertov (Rodrigues, 2013). O primeiro produziu em 1922 o filme *Nanuk, o Esquimó* (Figura 19), e o segundo produziu, em 1929, *O Homem da Câmara* (Figura 20) que muito contribuíram para a construção da identidade do documentário (Penafria, 1999a). De salientar que nenhum dos indivíduos anteriores utilizava as palavras documentário ou documentarista, porque foram conceitos que se difundiram de forma mais consistente a partir dos anos 30 (Silvestre, 2004).

¹³ Retirado de: <http://goo.gl/5R5ut0>, em 22-01-2015

¹⁴ Retirado de: <http://goo.gl/L6lZLJ>, em 22-01-2015

¹⁵ Nos primórdios, quem recolhia as imagens deslocava-se aos locais onde se desenrolavam os momentos que pretendiam gravar. Estes eram na sua maioria manifestações da vida humana (Penafria, 1999a).



Figura 19 - *Frame do filme Nanuk, o Esquimó*¹⁶



Figura 20 - *Frame do filme O Homem da Câmara*¹⁷

Com os trabalhos desenvolvidos por Flaherty e Vertov foram definidos alguns dos principais conceitos que podem ser associados a um documentário, por exemplo: as imagens que são visualizadas refletem uma realidade concreta, apresentada de uma determinada perspetiva; os atores são as pessoas que vivem no local e o cenário é o próprio local. Outra característica dos trabalhos destes dois indivíduos é a organização das imagens recolhidas, às quais se pode adicionar legendas, som, entre outros. Em suma, estes documentaristas definiram as bases para a descoberta de um mundo a ser explorado, sobretudo por Flaherty, e a descoberta de um mundo oferecido pela lente de uma câmara, principalmente por Vertov (Penafria, 1999a).

Nos anos 30, John Grierson foi um dos responsáveis da institucionalização do filme documentário (Penafria, 1999a) e também o primeiro a utilizar, em 1926, o conceito de documentário para definir um filme, neste caso o filme *Moana* (Figura 21) de Robert Flaherty (Kilborn & Izod, 1997; Nichols, 2001; Penafria, 1999a, 2011).

¹⁶ Retirado de <http://goo.gl/Qy5Yx4>, em 22-01-2015

¹⁷ Retirado de: <http://goo.gl/TjfiVw>, em 22-01-2015



Figura 21 - Frame do filme *Moana* de Robert Flaherty¹⁸

O filme *Moana* foi gravado durante 20 meses, retrata as cenas do quotidiano do jovem Moana e é um trabalho exemplar nas questões técnicas, tais como: as composições, os ângulos, as luzes, as sombras, entre outros detalhes (Penafria, 2011).

Embora Grierson analise o trabalho de Flaherty, ao contrário deste, entende que o importante é que se retrate a luta pela sobrevivência nas cidades e não em locais remotos, sobretudo vários os problemas sociais e económicos que são vivenciados nestes aglomerados populacionais, tais como a pobreza, as casas degradadas, entre outros (Penafria, 1999a).

As acusações que Grierson foi alvo, mais concretamente de fazer divulgação de propaganda política, eram rebatidas pelo facto de se entender que os documentaristas podem fazer um documentário de acordo com o seu próprio ponto de vista. É de salientar, que o grande contributo da escola de Grierson é a ênfase que é colocada na intervenção que o documentarista tem no resultado final de um documentário (Penafria, 1999a).

Depois de Grierson ter definido o conceito de documentário, foram feitas várias críticas ao tipo de documentário que propunha, o que veio impulsionar o desenvolvimento de diversas vertentes deste género de filme não ficcional (Silvestre, 2004).

¹⁸ Retirado de: <http://goo.gl/xHmU8N>, em 22-01-2015

3.2. Definição de documentário

A definição de documentário não é consensual, porque as características que lhe são atribuídas resultam muitas vezes do ponto de vista de quem as está a fazer: espectadores, produtores, estudantes e críticos (Kilborn & Izod, 1997). Por essa razão, será importante que esta aborde quatro ângulos diferentes: *corpus* de textos, instituições, público e profissionais (Nichols, 2001).

O *corpus* dos textos são as principais características que definem o documentário, como a utilização da voz de Deus, de entrevistas, de atores sociais, da gravação de som em direto e da lógica informativa (Almeida, 2014; Nichols, 2001).

Já no que concerne às instituições, estas são relevantes pois os documentários podem ser produzidos pelas empresas que exibem e distribuem o filme, em alguns casos existem agências que fornecem apoio profissional e financeiro para a sua produção. As distribuidoras que adquirem o documentário a terceiros e que, pela sua ação, o levam a mais espetadores e das agências que fornecem o suporte financeiro para que outros produzam o documentário (Nichols, 2001). Para conseguir uma melhor classificação do filme, é relevante ter acesso a informação relativa às instituições que estiveram ligadas à sua produção ou que estão ligadas à sua distribuição (Almeida, 2014).

O público representa as expectativas daqueles que poderão visualizar um documentário, pois muitas vezes pensa-se na recetividade que um ponto de vista pode vir a ter pelo público, o que pode influenciar a forma como um documentário é concebido (Nichols, 2001).

Finalmente, os profissionais, na produção de um documentário, possuem o dever de representar o mundo histórico, ao contrário de outros géneros de filmes em que são criados livremente mundos alternativos e ficcionais. Os documentaristas ao produzir um documentário possuem convenções e limites, mas também têm abertura para serem criativos, pois têm sempre liberdade para conceberem um filme documental que espelhe o que é esperado, mas que também apresente perspetivas diferentes e inovadoras (Nichols, 2001).

Qualquer definição que se proponha é sempre relativa e comparativa, pois o documentário não é uma reprodução da realidade, mas sim uma representação da realidade, o que vai

dificultar a concretização de definições consensuais (Nichols, 2001). Será também de ter em conta que a representação da realidade está dependente dos artistas e dos técnicos que pretendem contar uma história com um determinado objetivo (Aufderheide, 2007). As definições de documentário estão também relacionadas com a época em que foram concretizadas, com os interesses e com os objetivos delineados, além de abrangerem uma grande variedade de filmes e de formas de filmar (Da-Rin, 2004).

John Grierson, no ano 1926, ao fazer a análise do filme de Robert Flaherty com o nome *Moana* que contava a história de um jovem Polinésio, utilizou o termo documentário e devido a esse facto é apontado como um dos pais do documentário (Kilborn & Izod, 1997). John Grierson definiu o documentário como: “the creative treatment of actuality” (Kilborn & Izod, 1997, p. 24; Bill Nichols, 2001, p. 12; Penafria, 2011, p. 1).

Durante muitos anos foi negada, por alguns críticos, a existência de narrativas próprias do documentário, sendo apenas conotado com a forma estilística de uma narrativa mais clássica (Ramos, 2008). O documentário clássico pode ser caracterizado pelo *fora-de-campo*¹⁹, com recurso a relatos a voz em *off*²⁰, tendo sempre como finalidade retratar o mundo que é descrito (Ramos, 2008). Devido à escola de Grierson, ou seja, dos que se mantiveram fiéis às ideias defendidas por Grierson, o documentário foi muitas vezes caracterizado como um filme de responsabilidade social, sério e pesado onde a voz em *off* é predominante (Penafria, 1999b).

A partir dos anos noventa, assumiu-se que o documentário não está limitado à narrativa clássica e, partindo dessa premissa, pode definir-se documentário como:

uma narrativa com *imagens-câmera* que estabelece *asserções* sobre o mundo, na medida em que haja um espectador que receba essa narrativa como asserção sobre o mundo. A natureza das *imagens-câmera* e, principalmente, a *dimensão da tomada* através da qual as imagens são constituídas determinam a singularidade da narrativa documentária em meio a outros enunciados assertivos, escritos ou falados. (RAMOS, 2008, p. 22)

O documentário pode ser, assim, um filme que retrata de forma direta um determinado aspeto do mundo, em contrapartida um filme de ficção retrata-o de forma indireta (Santos, 2010). Isto é, um filme de ficção pode ter uma finalidade similar ao documentário, mas, no

¹⁹ *Fora-de-campo* não se limita à reprodução de uma cena que é enquadrada pela câmara, pois ao enquadramento é adicionado um conjunto de outros efeitos (Edmundo, Pinto, Sánchez, & Coroadó, 2006).

²⁰ *Voz-over* - Voz masculina grave que, de uma forma impessoal e credível, informa o espectador sobre vários aspetos do mundo real (Nichols, 2001).

entanto, recorre a uma operação diferente (Santos, 2010). Os realizadores dos filmes de ficção podem controlar o tema que estão a tratar porque podem criar um argumento e concretizá-lo da forma que foi idealizado, o que não acontece aos realizadores que estão a produzir um documentário, uma vez que o argumento de um documentário só fica pronto quando se completa a montagem (Rodrigues, 2013). Será importante salientar, contudo, que a fronteira entre a realidade e a ficção não está claramente definida (Gaudenzi, 2013; Silvestre, 2004).

O termo documentário é, geralmente, utilizado para identificar um filme de não-ficção²¹ (Gregolin, Sacrini, & Tomba, 2002), e as definições de documentário, como já foi referido, são muitas vezes comparativas e recorrem ao paralelo do que é considerado o seu oposto, neste caso os filmes de ficção (Matta, 2009). Esta dificuldade resulta do facto do conceito documentário não possuir limites rígidos, pois pode, por exemplo, ter associado alguns elementos de ficção, o que pode originar imprecisões e dificuldades na concretização de uma definição (Matta, 2009).

Seguindo essa linha de pensamento, Aufderheide (2007) afirma que a definição mais simples e tradicional que se pode delinear é a de referir que um documentário não é um filme, ou seja, não é um filme com as características, por exemplo, dos filmes da saga *Star Wars*, embora possam existir exceções.

Em oposição ao que Aufderheide defende relativamente ao conceito de documentário, para Nichols (2001) o mais estranho filme de ficção é um documentário. Apresenta como principal argumento para o conceito que propõe, o facto de entender que todos os filmes evidenciam a cultura em que foram produzidos e reproduzem com realismo os mais diversos aspetos dos membros de uma determinada sociedade.

Este autor defende que os vários tipos de filme têm como finalidade última contar uma história, sendo que estes podem ser divididos em documentários de satisfação de desejos e documentários de representação social. Os documentários de satisfação de desejos correspondem aos filmes de ficção, pois permitem o acesso, ainda que virtualmente, a novos mundos a serem explorados e representam de forma visual os pesadelos, sonhos e

²¹ O termo não-ficção é uma descrição ou representação da realidade (P. Rodrigues, 2013), e, embora o documentário identifique um filme de não-ficção, o contrário já não é verdadeiro, ou seja, um filme de não-ficção não é necessariamente um documentário, como são os casos das reportagens jornalísticas e dos filmes institucionais (Gregolin et al., 2002).

desejos dos seres humanos. Os filmes que não são ficcionais podem ser denominados de documentários de representação social, pois retratam a realidade de uma determinada sociedade, divulgando muitas vezes uma nova perspetiva dessa realidade social (Nichols, 2001).

Embora já tenha sido referido anteriormente, é importante salientar que os documentários representam uma realidade, não sendo por isso a própria realidade. Isto deve-se ao facto de a simples ação de filmar implicar modificações na realidade que está a ser captada ou representada, pois as sensações que são vivenciadas através dos cinco sentidos são, em filme, reduzidas a apenas a dois: a audição e a visão. Tal facto implica, necessariamente, uma alteração da perceção de uma determinada realidade por parte dos indivíduos que a assimilam através de filme (Peres, 2007).

Num documentário, a representação da realidade tem como base registos *in loco*, sendo que o documentarista, através da produção, revela apenas um determinado ponto de vista dessa realidade (Penafria & Madaíl, 1999; Penafria, 1998). Esse ponto de vista conjuga, no documentário, a imagem narrativa e a montagem, sendo que muitas vezes a imagem e o som são organizados de acordo com objetivos políticos, sociais ou ideológicos (Souza, 2013). A realização de um documentário implica que sejam efetuadas escolhas e pode representar também uma oportunidade para apoiar a luta de quem não se pode expressar (Penafria, 2001). É ainda importante que se faça referência que um determinado tema pode ser trabalhado de diversas formas e perspetivas pelos realizadores. Cada um, para propor um novo ponto de vista, pode recorrer à sua experiência pessoal e profissional para construir novos argumentos, pelo que se deve ter em conta a subjetividade que está presente em cada documentário (Peres, 2007).

O documentário pode apresentar-se em várias formas e é difícil encontrar outro género onde a tecnologia e os aspetos estéticos, sociais e políticos se cruzem e misturem através de uma enorme complexidade de combinações (Corner, 1990). Podemos catalogar o documentário como um género, sendo que os filmes que fazem parte da história do documentário são utilizados para o definir enquanto género (Nichols, 2001). Para que um filme possa ser classificado como documentário, tem de possuir características comuns aos filmes que já foram classificados como documentários (Nichols, 2001).

O documentário é resultado da interpretação dos factos que foram observados por quem o realizou, ou seja, não é uma reprodução exata dos próprios factos, pois muitas vezes é criada uma realidade que se baseia nesses factos (Penafria, 2011). O resultado final, no entanto, deve respeitar os intervenientes que foram filmados, pelo que o realizador não deve deixar de reproduzir algumas das realidades pessoais e sociais que captou para veicular as soluções governamentais defendidas para os problemas enfrentados por pessoas comuns, como acontecia com Grierson e os seus seguidores (Penafria, 1999b). Além disso, o documentário pode ser complementado através da introdução de uma carga emocional, afastando-se, assim, do conceito que um documentário deve ser frio e desprovido da representação de emoções (Penafria, 2013). Brian Winston, no seu livro *Claiming the real – the documentary film revisited* de 1995, defendeu mesmo o abandono do conceito de documentário tradicional, alargando, dessa forma, exponencialmente os horizontes da realização de documentários (Penafria, 2013). Partindo da ideia que é possível a construção de uma relação emocional entre o espetador e o filme, os intervenientes, e, até, o próprio realizador, e que desse relacionamento podem manifestar-se e expressar-se emoções como compaixão, indiferença, admiração, entre outras (Penafria, 2013), é verosímil pensar que é mais fácil o espetador aceitar as ideias transmitidas pelo realizador no documentário quando a relação que tem com todos os intervenientes é de respeito (Penafria, 2013). Por outro lado, se essa relação está instrumentalizada por vínculos a políticas governamentais, é provável que a reação mais imediata seja a da rejeição, pois os indivíduos mais dificilmente se sentem devidamente retratados (Penafria, 2013).

Geralmente, o público tem confiança na informação transmitida nos documentários (Bernard, 2007), porque estes baseiam-se em factos e não procuram ser ficcionais (Miranda, 2009), embora, em rigor, não exista forma de produzir um filme sem manipulação, pois um documentário narra uma história sobre a vida real mediante perspetivas subjetivas (Aufderheide, 2007).

A evolução da tecnologia teve impacto na forma como os documentários são atualmente realizados e difundidos, permitindo que tenham surgido novas oportunidades e que tenham chegado a novos tipos de público, tanto localmente como globalmente (Bernard,

2007). Com a redução do preço dos equipamentos e com a massificação dos suportes digitais, foi possível a descentralização da distribuição dos documentários, facilitando o seu acesso por parte de um número cada vez maior de indivíduos. Hoje em dia é possível realizar um filme através de um telemóvel e disponibilizar a sua visualização de forma quase imediata no *youtube* (Luíndia, 2014). A tecnologia influencia, como é natural, a possibilidade do surgimento de novos formatos documentais, permitindo ao documentarista que se reinvente, como aliás tem vindo a acontecer ao longo dos anos (Emérito, 2008), sendo que essas mudanças podem ser muito diversificadas (Hight, 2008). Neste âmbito, várias são as perspetivas que foram apresentadas, mas existem alguns pontos que se cruzam entre elas, como por exemplo o facto de um documentário nunca reproduzir a realidade, pois é sempre uma representação da realidade, ou melhor, um ponto de vista dessa realidade que foi concretizada pelo documentarista através do recurso a um conjunto de técnicas. Quando realizado e produzido tendo em conta os pressupostos anteriores, o documentário possibilita que sejam apresentadas aos espetadores novas perspetivas da realidade.

A definição de documentário não deve ser demasiado precisa ou rigorosa, até porque este género de filme é demasiado vasto e variado (Da-Rin, 2004; Machado, 2011; I. Sousa, 2012). O documentário deve ter como uma das suas finalidades o estabelecimento de um elo emocional entre os espetadores, que vão receber a mensagem, e o realizador, pois dessa forma poderá ser criada empatia com o filme documental e incentivada a reflexão sobre o seu conteúdo (Zandonade, 2003).

3.3. Géneros de documentário – Bill Nichols

De uma forma geral, a voz utilizada num documentário possui um estilo próprio que pode funcionar como assinatura digital e contribuir para a construção da sua identidade. Bill Nichols, no livro *Introduction to documentar*, de 2001, identifica seis modos de representação da realidade num documentário: o poético, o expositivo, o observativo, o participativo, o reflexivo e o performativo. O autor refere que a ordem de apresentação dos seis modos de representação está relacionada com o momento cronológico em que cada um surgiu. Para este autor, o surgimento de um novo tipo de representação deve-se,

em parte e sobretudo, à evolução da tecnologia e à insatisfação dos cineastas. Por exemplo, o modo observativo surgiu quando, nos anos 60, começaram a ser comercializadas as câmaras portáteis de 16mm e os gravadores magnéticos. Tal facto motivou a que os realizadores procurassem aproveitar as potencialidades destes novos equipamentos para a criação de documentários. Outro dos fatores que podem contribuir para o aparecimento de um novo tipo de representação da realidade prende-se com o desejo de propor novas formas de representar o mundo. Será importante, no entanto, referir que o novo modo de representação não é necessariamente melhor do que os que já existem, apenas que é um caminho novo e diferente, abrindo assim as portas para outros horizontes criativos (Nichols, 2001).

A classificação de um filme documental como sendo de um determinado tipo não significa que para a sua criação não se possa ter recorrido às ferramentas dos outros tipos de documentários. Simplesmente a classificação teve em conta as características do tipo de representação que foi utilizado de forma mais recorrente para a conceção do documentário (Nichols, 2001).

É de salientar, mais uma vez, que os modos que surgiram mais recentemente não superam os mais antigos e que todos os modos são utilizados na atualidade, por exemplo, o modo expositivo, que surgiu em 1920, continua a ter uma grande influência na maioria dos noticiários e *reality shows* da atualidade (Nichols, 2001).

3.1.1. Documentário poético

O modo poético é um tipo de documentário que surge a partir da década de 1920 e que foi o primeiro tipo identificado. Neste tipo, o documentário é composto por fragmentos da realidade que são apresentados de uma forma poética e abstrata. Os indivíduos retratados neste tipo de documentário raramente apresentam uma complexidade psicológica e uma visão definida do mundo. No documentário poético, não se utiliza a edição de continuidade, o que não permite concretizar as sensações de tempo e espaço concretas. Procuram-se corporizar associações que envolvem ritmos temporais, tons e justaposições espaciais, pois permitem mais facilmente concretizar uma reprodução poética do assunto, com cor, volume e movimento (Nichols, 2001).

No entanto, o modo poético de representação também possui desvantagens, como o facto de ser demasiado abstrato, o que condiciona a possibilidade de se representar uma realidade mais específica (Rodrigues, 2013). Por exemplo, no filme *Chuva*, do realizador Joris Ivens, de 1929 (Figura 22), não houve grande preocupação na construção das personagens, tornando assim mais difícil a representação de uma determinada realidade, mas a impressão lírica que foi concretizada é muito apreciada pelos críticos (Nichols, 2001).



Figura 22 - *Frame* retirada do filme *Chuva*²²

3.1.2. Documentário expositivo

Outro modo de representação que também surgiu nos anos 20 foi o expositivo, no qual se valoriza a lógica argumentativa, sendo que na maior parte dos casos o documentário é mediado por um narrador (Nichols, 2001). São unidos fragmentos da realidade social que se pretende representar e são retratados alguns dos problemas enfrentados. Neste modo de representação, o documentário é dirigido diretamente ao espetador, pelo que, para que isso melhor se possa concretizar, alguns dos filmes utilizam a *voz de Deus*²³ (Nichols, 2001). A título de exemplo, são identificados alguns dos filmes e séries que utilizam a voz de Deus: *The city*, de 1939, a série *Porque lutamos, em Victory at Sea*, de 1952-1953, *Le sang des bêtes* (Figura 23), de 1949, e *Dead Birds* (Figura 24), de 1963 (Nichols, 2005). O modo

²² Retirado de: <http://vimeo.com/11358153>, em 23-01-2015

²³ *Voice-of-God* – o narrador não aparece no filme, só se ouvindo a sua voz. A *voz de Deus* originou uma cultura onde os comentários presentes no documentário são realizados por vozes masculinas, devidamente treinadas. Esta abordagem áudio foi-se tornando uma marca de autenticidade do modo expositivo (Nichols, 2001).

expositivo ainda é atualmente utilizado de forma contínua nos programas informativos televisivos, e, por essa razão, o público identifica-o muitas vezes como um filme documental (Peres, 2007). Pelas suas características, trata-se de uma abordagem que se pode tornar demasiado didática, condicionando o carácter criativo do resultado final (Nichols, 2001).



Figura 23 - Frame do filme *Le sang des bêtes*²⁴



Figura 24 - Imagem do filme *Dead Birds*²⁵

3.1.3. Documentário observativo

O modo observativo apareceu no decorrer da década de 60 e procura que sejam recolhidas as imagens sem interferir no processo, para que dessa forma a representação da realidade seja o mais possível límpida e fiel. Por essa razão, não se recorre à colocação de legendas ou, até, a um narrador, para que dessa forma se permita que o público faça uma interpretação pessoal do que está a visualizar. Relativamente aos detalhes técnicos, o modo observativo recorre aos planos longos e ao som síncrono, dando ênfase ao momento que está a ser captado. Este modo de representação centra-se no registo da situação, tanto quanto possível, tal como ela está a acontecer, pelo que não se preocupa em construir uma história, assim como o retratar o seu contexto (Nichols, 2001).

Os filmes *Primárias*, de 1960, *A escola*, de 1968 e *Les racquetteurs* (Figura 25), de 1958, apresentam uma observação espontânea da experiência vivida, ou seja, o que se visualiza no filme é o que se observava no local (Nichols, 2005).

²⁴ Retirado de: <http://goo.gl/diiFmu>, em 23-01-2015

²⁵ Retirado de: <http://goo.gl/qRv5GX>, em 23-01-2015



Figura 25 - Frame do filme *Les racquetteurs*²⁶

3.1.4. Documentário participativo

O modo participativo também surge na década de 60, e neste caso o realizador realiza as entrevistas e interage com os entrevistados, tornando assim o ponto de vista a ser transmitido mais evidente para o espetador. O realizador recorre às imagens e sons de arquivo e edita-os, de forma a criar uma história inserida num contexto. Contudo, esta abordagem pode ser demasiado invasiva e existir uma confiança excessiva nos testemunhos recolhidos (Nichols, 2001).

Podem ser enumerados, como exemplos de documentários participativos, os seguintes filmes: *Crónica de um verão*, *Portrait of Jason* (Figura 26) e *Word is out* (Nichols, 2005).



Figura 26 - Frame do filme *Portrait of Jason*²⁷

²⁶ Retirado de: <http://goo.gl/32NFcq> , em 23-01-2015

²⁷ Retirado de: <http://goo.gl/WfRFRz> , em 23-01-2014

3.1.5. Documentário reflexivo

No anos 80 surgiram os modos reflexivo e performativo, que são os últimos a ser identificados no livro *Introduction to documentary* de Bill Nichols.

No que concerne ao modo reflexivo, trata-se de uma representação da realidade muito abstrata e que questiona os formatos tradicionais de documentário, refletindo, por exemplo, sobre as responsabilidades e as consequências dos documentários nos atores, nos realizadores e nos espetadores (Nichols, 2001).

Exemplo do modo reflexivo é o filme *Surname Viet Given Name Nam* (Figura 27), de 1989, que se baseia em entrevistas de mulheres no Vietnã, nas quais estas relatam as condições opressivas que enfrentam desde o fim da guerra. Inicialmente o espetador é levado a crer que está a visualizar as entrevistadas, mas a meio do filme descobre-se que as entrevistas foram encenadas nos Estados Unidos por mulheres que imigraram daquele território asiático, tendo sido recitado num palco o texto das mulheres que foram entrevistadas no Vietnã (Nichols, 2005).



Figura 27 - Imagens do filme *Surname Viet Given Name Nam*²⁸

3.1.6. Documentário performativo

O modo performativo utiliza técnicas, de forma propositada, de alguns ou todos os restantes modos de representação, dando ênfase aos aspetos emocionais subjetivos do documentário que está ser criado. No modo performativo não é prioritária a construção de um argumento lógico para o documentário, o que o pode tornar muito abstrato e de difícil

²⁸ Retirado de: <http://goo.gl/dfZl1n>, em 23-01-2015

compreensão para o público. Como não é dada ênfase à objetividade, é reforçada a dificuldade em transmitir uma determinada representação da realidade (Nichols, 2001). Os filmes *Línguas desatadas*, de 1989, *O Corpo belo*, de 1991 e *Homenagem a Bontoc* (Figura 28), de 1991, dão ênfase à perspectiva do cineasta sobre a complexidade emocional da experiência que foi captada (Nichols, 2005).



Figura 28 - *Frame* retirada do filme *Homenagem a Bontoc*²⁹

3.2. Comentários finais ao Capítulo 3

Existem, portanto, diversos modos de representação, cada um com diversas vantagens e desvantagens, pelo que para a criação de um documentário será importante que se conheçam as principais características desses modos. Esta temática foi tratada na secção 3.3, pois assim será possível selecionar o modo que melhor se adapta aos objetivos do documentário que está a ser criado, não sendo de excluir, no entanto, que possam também ser utilizadas técnicas de outros modos (Netto, 2002). Na secção 3.1 pretendeu-se expor alguns dos intervenientes que potenciaram a concretização do género documentário. É muito importante perceber quais são as definições que existem de documentário e que perspectivas lhe são atribuídas, pois é mais fácil planear a produção de um documentário tendo como base uma fundamentação teórica. Na secção 3.2 procurou-se compreender o conceito de documentário, tendo-se constatado que é um conceito abrangente e diversificado, pelo que será importante conhecer as diferentes perspectivas e características

²⁹ Retirado de: <http://goo.gl/Cewknh>, em 23-01-2015

do conceito, para que se possa escolher a que mais se adequa à concretização dos objetivos do documentário que se pretende realizar.

CAPÍTULO 4: INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA

“Qualquer investigação empírica pressupõe uma recolha de dados. Os dados são informação na forma de observações, ou medidas, dos valores de uma ou mais variáveis normalmente fornecidos por um conjunto de entidades. Em ciências sociais é vulgar designarmos estas entidades por “casos” da investigação.” (Hill & Hill, 2005, p. 41)

A finalidade do presente capítulo é apresentar a investigação empírica desenvolvida e fundamentar as opções metodológicas que foram consideradas na mesma. Na secção 4.1 serão descritas as metodologias aplicadas no presente trabalho.

As estratégias e os instrumentos utilizados na recolha dos dados irão ser enumerados na secção 4.2. Nas subsecções 4.2.1., 4.2.2., 4.2.3. e 4.2.4. serão apresentados os instrumentos utilizados: inquérito por questionário, diário de campo, inquérito por entrevista exploratória e inquérito por entrevista semiestruturada. Na secção 4.2.5. será descrito o processo de constituição da amostra, que é de conveniência, isto porque a amostra selecionada corresponde aos seniores que participaram na atividade dinamizada pela investigadora. Na subsecção 4.2.5.1 irá ser apresentada a instituição de acolhimento, local onde foi possível recolher os dados, e na subsecção 4.2.5.2. serão apresentadas as linhas gerais do Programa 60+, no qual a investigadora colaborou como voluntária. Na subsecção 4.2.5.3. serão apresentadas as características sociodemográficas dos participantes no estudo. Na subsecção 4.2.5.4. serão descritos os conteúdos programáticos lecionados aos seniores pela investigadora no decorrer do ano de voluntariado no Instituto Politécnico de Leiria.

O presente estudo recorre a indicadores quantitativos e qualitativos resultantes dos vários instrumentos de recolha de dados aplicados. Neste contexto, na secção 4.3. irá ser apresentada a análise quantitativa e a análise qualitativa, nas subsecções 4.3.1. e 4.3.2. serão descritas as opções tomadas relativamente ao tratamento dos dados estatísticos e as opções tomadas na análise dos dados não estatísticos, respetivamente.

4.1. Metodologia

Para que seja possível fazer uma investigação é necessário definir o que se pretende procurar, “a formulação do problema é a definição daquilo que se procura: a resposta para esse problema” (Sousa, 2009, p. 44). O problema ao ser especificado deve ser objetivo, claro, preciso e exato (Marconi & Lakatos, 1996). Através da investigação procura-se responder ao problema que se traduz na questão que se deseja conhecer a resposta (Sousa, 2009).

No presente projeto, optou-se pelas metodologias exploratória e de investigação-ação para responder à questão de investigação, **“Quais as características que a produção de um documentário deve ter para que represente os desafios que o sénior enfrenta na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação, quando usa os serviços disponibilizados?”**

A metodologia exploratória é composta por duas etapas, como se pode observar na Tabela 1, que ocorreram em simultâneo durante várias semanas. A Tabela 1 ilustra as técnicas e os instrumentos elaborados com a finalidade de recolher determinados dados para a investigação.

Na primeira etapa da metodologia exploratória, realizou-se a análise documental que permite “produzir ou reelaborar conhecimentos e criar novas formas de compreender os fenómenos” (Sá-Silva, Almeida, & Guindani, 2009). Nesta etapa foi fundamental perceber o conceito de documentário e, conjuntamente, quais os géneros de documentário que existem (temática que foi desenvolvida no terceiro capítulo). Só depois de estudar e compreender os principais géneros documentais e as suas respetivas características, foi possível optar pelo género de documentário que foi considerado mais adequado ao que se pretendia: o documentário participativo. É de referir que se tem consciência que, por várias condicionantes, o documentário produzido não possui todas as características que estão associadas a este género documental. No entanto, não deixa de se enquadrar genericamente neste género, pelo facto do realizador realizar as entrevistas e de editar as imagens e os sons recolhidos, de forma a criar um fio condutor no documento e a transmitir

determinados conteúdos com recurso ao testemunho de indivíduos, neste caso os seniores.

No documentário produzido foram retratados os desafios que os seniores enfrentam quando utilizam serviços com recurso às tecnologias. Para que fosse possível produzir o documentário foi relevante caracterizar a faixa etária acima dos 60 anos, a Sociedade da Informação, as TIC e alguns dos serviços que são acedidos pelos seniores através das Novas Tecnologias. Devido a este facto, também foi importante compreender o que é o envelhecimento ativo (estudado no primeiro capítulo) e a E-inclusão dos seniores na Sociedade da Informação (tema aprofundado no segundo capítulo).

A segunda fase da metodologia exploratória permitiu criar laços com o público-alvo. As duas etapas ajudaram a definir os objetivos a alcançar na dissertação.

A metodologia investigação-ação foi utilizada na segunda fase, sendo que esta foi constituída por cinco etapas apresentadas na Tabela 1. Os resultados das etapas anteriores serviram para auxiliar a construção ou a reformulação do instrumento da etapa seguinte.

Na primeira etapa, foram lecionadas várias sessões aos seniores do Programa 60+, no IPL (Instituto Politécnico de Leiria), e com a ajuda dos diários de campo foi possível fazer uma lista com as dificuldades e/ou facilidades evidenciadas pelos seniores.

O inquérito por questionário, realizado na segunda etapa, teve como objetivo auxiliar a conceção do guião para a realização das entrevistas exploratórias. Os inquéritos por questionário foram baseados nos inquéritos do Projeto SEDUCE e também na informação recolhida nas etapas anteriores.

Na terceira etapa foram realizadas várias entrevistas exploratórias e para cada entrevista exploratória foi criada uma versão do guião. A quarta versão do guião da entrevista exploratória é o guião que foi utilizado nas entrevistas semiestruturadas. Estas entrevistas da quarta etapa permitiram perceber quais os desafios que o grupo de seniores enfrentam e quais os serviços que são utilizados por estes.

Na quinta etapa foi produzido o documentário e durante a sua construção recorreu-se à opinião dos seniores participantes e também de alguns colegas da área da multimédia.

Tabela 1 - Calendarização das fases de investigação para a produção do documentário

Fases	Etapa	Data	Atividade	Técnica	Instrumento de recolha de dados
Primeira Fase (Metodologia Exploratória)	Primeira Etapa	19/09/2014 30/01/2015	Recolha e revisão do material.	Análise documental	
	Segunda Etapa	13/10/2014 30/01/2015	Workshop de Tratamento de Imagem e Vídeo.	Observação Informal	
Segunda Fase (Metodologia Investigação-Ação)	Primeira Etapa	30/01/2015 30/07/2015	Workshop de Tratamento de Imagem e Vídeo.	Observação Qualitativa	Diário de campo
	Segunda Etapa	27/02/2015 27/03/2015	Criação do questionário que foi baseado nos questionários que foram desenvolvidos no âmbito do Projeto SEDUCE.	Inquérito	Questionário
		28/03/2015 09/05/2015	Preenchimento dos questionários pelos seniores.		
	Terceira Etapa	10-05/2015	Criação da primeira versão do guião da entrevista exploratória.	Observação Qualitativa	Diário de campo Entrevista Exploratória
		02/06/2015	A primeira versão do guião da entrevista exploratória originou a segunda versão do guião da entrevista exploratória.		
		11/06/2015	A segunda versão do guião da entrevista exploratória originou a terceira versão do guião da entrevista exploratória.		
		18/06/2015	A terceira versão do guião da entrevista exploratória originou a quarta versão do guião da entrevista exploratória, que foi a versão final do guião da entrevista semiestruturada.		
	Quarta Etapa	09/07/2015 30/07/2015	Entrevista aos seniores com guião da entrevista semiestruturada.	Observação Qualitativa	Entrevista semiestruturada
	Quinta Etapa	09/09/2015	Primeira versão do documentário com base nos dados recolhidos pelos instrumentos de recolha de dados.	Observação Qualitativa	Diário de campo
		09/11/2015	Visualização do documentário pelos seniores participantes e de alguns colegas que trabalham na área da multimédia. Originou a versão final do documentário.		

Foi importante explorar diversos recursos bibliográficos para adquirir conhecimentos sobre as temáticas que se pretendia investigar. Os materiais consultados possibilitaram obter uma compreensão mais aprofundada sobre os seniores e as tecnologias e também sobre a utilização dos seus serviços. Resultante desta pesquisa, verificou-se que existem vários estudos sobre os seniores e a utilização das tecnologias, tendo sido também possível encontrar alguns documentários em que seniores interagem com as tecnologias. Estes estudos abordam a utilização e a aprendizagem das tecnologias, mas não especificam os desafios que os seniores enfrentam quando utilizam os serviços que a sociedade dispõe e também não referem de forma pormenorizada quais são os serviços que os mesmos utilizam, caso sejam utilizadores das tecnologias. Não foi encontrado um grande número de produtos audiovisuais sobre os seniores e tecnologias, pelo que é importante criar novos produtos deste tipo que deem voz aos problemas e dificuldades que os indivíduos de uma faixa etária mais elevada enfrentam no seu dia-a-dia.

Para realizar o documentário, a investigadora recorreu a vários instrumentos de recolha de dados, o que permitiu ter uma visão da temática a abordar. Os instrumentos utilizados na recolha de dados foram: o inquérito por questionário, o diário de campo e o inquérito por entrevista. O inquérito por questionário permitiu a caracterização da amostra, a entrevista semiestruturada e os diários de campo permitiram fazer um levantamento das dificuldades e/ou facilidades que os seniores enfrentam quando utilizam as tecnologias. Os instrumentos utilizados na recolha de dados permitiram aferir quais os principais serviços utilizados pelos seniores que participaram no estudo.

Depois do documentário estar concluído, considerou-se importante solicitar a opinião dos seniores participantes e de alguns colegas da área da multimédia para que fosse possível criar o produto final.

4.2. Técnicas e instrumentos de recolha de dados

Para a caracterização da amostra, representada pela segunda etapa da metodologia investigação-ação da Tabela 1, foi elaborado um questionário baseado nos questionários que foram desenvolvidos no âmbito do Projeto SEDUCE (Veloso, 2014). Ainda neste âmbito, desenvolveu-se um guião para a entrevista semiestruturada, que é constituído por algumas perguntas abertas, cuja finalidade foi permitir que os entrevistados expressassem livremente a sua opinião. Ao longo das atividades do *workshop* foram elaborados diários de campo, com o resumo das dificuldades e/ou facilidades que os seniores evidenciaram. Estes instrumentos serviram para perceber, por exemplo, como os seniores acedem a alguns dos serviços com recurso às Tecnologias da Informação e Comunicação, tais como ATM, Finanças, Segurança Social, entre outros, e também quais são as dificuldades e/ou facilidades evidenciadas na utilização das TIC.

Existiu a preocupação em selecionar instrumentos que pudessem fornecer respostas à pergunta de investigação, até porque a investigadora Freitas (2010) sublinha que é necessário ter especial atenção aos métodos e técnicas que são escolhidos para a investigação para que estes “dêem fiabilidade e validade ao projeto e permitam obter as respostas às perguntas de investigação”(Freitas, 2010. p. 78).

As secções seguintes enumeram os instrumentos utilizados na investigação e que se encontram representados na Tabela 1.

4.2.1. Questionário preliminar

O inquérito por questionário consiste numa série de perguntas que serão efetuadas a um grupo de inquiridos (Almeida & Pinto, 1975). Ou seja, é uma forma de questionar por escrito um conjunto de indivíduos (Marconi & Lakatos, 1996; Sousa, 2009), com a finalidade de “conhecer as suas opiniões, atitudes, predisposições, sentimentos, interesses, expectativas, experiências pessoais, etc.” (Sousa, 2009, p. 204).

Pretende-se, através utilização deste instrumento, obter os dados sociodemográficos dos inquiridos e, não menos importante, analisar os contextos em que os seniores utilizam as

Tecnologias da Comunicação e Informação. Segundo Quivy e Campenhoudt (1995), no inquérito por questionário existem três objetivos em que este é particularmente adequado, por exemplo, na análise de um fenómeno social, o que vai ao encontro do que se pretende com este trabalho.

Depois de ter sido definido que a investigação iria utilizar o instrumento questionário, colocou-se a hipótese de ser criado um questionário ou de adaptar um questionário já validado. Como no âmbito do projeto SEDUCE já tinham sido criados e aplicados vários questionários que poderiam ser adaptados como instrumento de recolha de dados nesta investigação, optou-se por essa solução.

Para validar um questionário é necessário que o mesmo seja submetido a um conjunto de peritos (Haynes, Richard, & Kubany, 1995; Lynn, 1986), no entanto, não existe consenso quanto ao número de peritos e às qualificações que os peritos devem possuir (Alexandre & Coluci, 2011). Lynn (1986) recomenda que devem ser três peritos no mínimo e dez peritos no máximo, mas outros investigadores sugerem um intervalo mais largo que se pode balizar entre os dois a 20 peritos (Grant & Davis, 1997).

No âmbito desta investigação, foram analisados três questionários do projeto SEDUCE (Cf. Anexo I) e baseados neles estruturou-se o questionário para a investigação em três áreas (Cf. Anexo II):

1. Dados sociodemográficos;
2. Comunicação e informação;
3. Contexto da utilização do computador.

Relativamente aos dados sociodemográficos, uma das áreas averiguadas, o “Nome” (apenas as iniciais); “Data de nascimento”, “Sexo”, “Habilitações literárias”, “Profissão”, “Naturalidade” e “Estado civil”, “Número de filhos” e “Número de netos” foram as questões colocadas aos inquiridos.

Para aferir dados relacionados com a área da comunicação e informação pretendeu-se perceber qual o meio de comunicação mais utilizado: “carta”, “telefone”, “telemóvel” ou “outros”. Também se achou importante saber quais as revistas e jornais que os seniores

liam, se viam televisão, caso vissem, o que gostavam mais de ver e qual era o tempo médio que passavam a visualizar este meio de comunicação. Deixou-se em aberto a sugestão por parte dos inquiridos de outros meios que não tenham sido contemplados no questionário.

No contexto de utilização do computador aferiu-se se os inquiridos já tinham tido contacto com o computador. Caso a resposta fosse afirmativa, tentou-se perceber se utilizavam o computador sozinhos ou acompanhados, em que locais, a frequência e as atividades que realizavam no computador. Com o objetivo de adequar o questionário ao propósito do trabalho, optou-se por reformular o item das atividades realizadas no computador. Por essa razão foram acrescentados vários itens de escolha múltipla relacionados com os serviços que o cidadão pode usufruir *online*. Para clarificar, é de referir os itens que foram mantidos no questionário, embora tenham sofrido alteração na semântica, foram os seguintes: “Enviar/receber *e-mail*”; “Telefonar via Internet/videoconferência”; “Conversar por mensagem escrita”; “Partilhar os meus trabalhos na Internet”; “Ver imagens de lugares (países, cidades, monumentos)”; “Visualizar vídeos”; “Ouvir rádio/ver televisão através da Internet”; “Jogar”; “Ler jornais e/ou revistas” e “Pesquisar e consultar informação sobre saúde”.

Se alguns dos itens sofreram alteração na semântica, a outros foram acrescentados exemplos. Como era importante saber, o mais concretamente possível, quais os serviços que os seniores utilizavam, o item “Ter acesso a serviços (sociais, jurídicos, saúde)” dos inquiridos do projeto SEDUCE foi desdobrado nos seguintes itens: “Aceder ao Portal do Cidadão”; “Aceder a serviços *online* recorrendo à autenticação através do Cartão do Cidadão”; “Aceder ao portal da Segurança Social”; “Aceder ao portal das Finanças (Autoridade Tributária e Aduaneira)”; “Aceder ao portal da Saúde”; “Aceder ao portal do Utente”; “Aceder ao portal da Direção Nacional de Saúde”; “Aceder ao portal do Instituto da Mobilidade e dos Transportes” e “Utilizar os serviços *online* dos CTT”.

Foi efetuada uma pesquisa por várias teses, dissertações e artigos publicados para confirmar se eventualmente existia algum estudo que pudesse contribuir para melhorar o questionário. O artigo da investigadora Brito (2012) contribuiu para acrescentar os itens: “Aceder ao banco *online*” e “Fazer compras *online*”.

4.2.2. Diários de campo

Como foram dinamizadas duas atividades semestrais junto dos seniores, foram necessários mecanismos de registo para guardar a informação obtida e o diário de campo foi um desses instrumentos (Ferreira, 2013). O diário de campo pode ser definido como:

“Depois de voltar de cada observação, entrevista ou qualquer outra sessão de investigação, é típico que o investigador escreva, de preferência num processador de texto ou computador, o que aconteceu. (...) Isto são notas de campo: o relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha e reflectindo sobre os dados de um estado qualitativo”. (Bogdan & Bikilen, 1991. p. 150)

Nos diários de campo foram registadas as dificuldades e/ou facilidades observadas aquando da realização das atividades propostas por parte dos seniores e também alguns dos comentários relacionados com as tecnologias e os serviços fornecidos através destas, o que permitiu fazer o levantamento de algumas das dificuldades sentidas. Este levantamento auxiliou na construção do guião da entrevista exploratória e também na produção do documentário.

4.2.3. Entrevista Exploratória

Quando se pretende compreender os seres humanos, a entrevista é uma das técnicas mais utilizadas (Fontana & Frey, 1994), sendo que esta consiste em questionar diretamente cada indivíduo com o objetivo de obter informações (Marconi & Lakatos, 1996; Sousa, 2009) sobre um determinado assunto (Marconi & Lakatos, 1996).

Existem vários tipos de entrevistas, mas segundo Boni e Quaresma (2005) os tipos de entrevistas “mais utilizados são: entrevista projetiva, entrevistas com grupos focais, história de vida, entrevista estruturada, aberta e semiestruturada.” (Boni & Quaresma, 2005, p. 68).

Nesta dissertação, optou-se pela entrevista semiestruturada. Neste tipo de entrevista as perguntas são fixas, mas o entrevistador pode colocar novas perguntas com a finalidade de aprofundar ou clarificar conceitos (Arksey & Knight, 1999). Esta escolha possibilitou à

investigadora colocar outras questões, com a finalidade de enriquecer os conteúdos das entrevistas. Com esta técnica, foi possível obter as opiniões dos entrevistados relativamente ao uso das tecnologias e tentar compreender os diferentes pontos de vista resultantes da vivência de cada um.

No presente estudo, as entrevistas realizadas para a dissertação tiveram como suporte um conjunto de perguntas (cf. Anexo IV) que foram previamente testadas com recurso a entrevistas exploratórias. Este último tipo de entrevistas “têm, portanto, como função principal revelar determinados aspetos do fenómeno estudado em que o investigador não teria espontaneamente pensado por si mesmo” (Quivy & Campenhoudt, 1995, p. 69).

Para a criação do modelo de entrevista semiestruturada que pretendia aplicar, foram lidos alguns dos trabalhos sobre a temática, por exemplo os estudos de Martins (2008) e de Dunn e Laranjeira (2000), sendo que o primeiro efetuou uma entrevista exploratória para construir o guião da entrevista e os segundos efetuaram 20 entrevistas exploratórias para criarem o guião (Dunn & Laranjeira, 2000). Atendendo aos recursos e ao tempo disponível para a concretização deste trabalho de investigação, optou-se por realizar três entrevistas exploratórias, o que possibilitou que o guião pudesse ter sido alvo de aperfeiçoamento, tendo sido posteriormente enviado para aprovação das orientadoras deste trabalho. Para criar o guião para a primeira entrevista exploratória (Cf. Anexo III) foram analisadas várias investigações e algumas das questões colocadas foram baseadas nos trabalhos dos investigadores: Gil (2014); Gomes (2014); Rodrigues (2012); Palma (2013) e Dias (2012). A Tabela 2 ilustra as perguntas do primeiro guião que foram baseadas nos trabalhos de investigação anteriores. Como foi referido, foram realizadas três entrevistas exploratórias: duas foram feitas a seniores e outra a um voluntário que a ESECS (Escola Superior de Educação e Ciências Sociais) disponibilizou para auxiliar na atividade dinamizada pela investigadora, que também se encontra a estudar estas temáticas. Após cada entrevista foram sendo efetuados os ajustes que se entenderam necessários.

Tabela 2 - Perguntas do guião inicial baseadas em trabalhos de investigação

Investigador	Perguntas
Dias (2012)	Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador? (Dias, 2012)
Rodrigues (2012)	Acha que as Tecnologias da Informação e Comunicação são importantes? Porquê? (Rodrigues, 2012)
Palma (2013)	Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima e bem-estar? (Palma, 2013)
Gil (2014)	Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades? Na sua opinião a sua vida é melhor agora ou no passado? Tem esperança que o futuro seja melhor do que o presente? Na sua opinião, há discriminação das pessoas mais velhas? As pessoas mais velhas deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet? (Gil, 2014)
Gomes (2014)	Quais os motivos que o levaram a participar no Programa 60+? Na sua opinião, quais as competências mais valorizadas pelos seniores na utilização das TIC? Gostaria de partilhar alguma experiência ocorrida na sua vida? (Gomes, 2014)

Numa primeira fase, o guião foi testado com o Sujeito 1. Depois de se realizarem alguns ajustes, foi aplicada uma outra versão do guião ao Sujeito 2 e o Sujeito 3 testou a versão resultante da reunião com o Sujeito 2. É de salientar que, após cada reunião, foram efetuadas alterações ao guião e os participantes tiveram acesso ao guião original e também à versão melhorada.

A primeira versão do guião continha as seguintes perguntas:

1. Quais os motivos que o(a) levaram a participar no Programa 60+?
2. Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades?
3. Para si o que são as Tecnologias da Informação e Comunicação? Explique.
4. Acha que as Tecnologias da Informação e Comunicação são importantes? Porquê?

5. Utiliza as Tecnologias da Informação e Comunicação? É fácil para si utilizar estas tecnologias ou sente que é necessário ultrapassar alguns desafios?
6. Quais as razões que o motivaram a aprender as tecnologias? Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área? Quais as suas motivações?
7. Como é que aprendeu a utilizar o computador? Descreva algumas situações marcantes?
8. Considera que aprender a trabalhar com as tecnologias melhorou a sua autoestima e bem-estar?
9. Na sua opinião, quais as competências mais valorizadas na utilização das TIC?
10. Utiliza os serviços das tecnologias? Dê exemplos de serviços, que utiliza no seu dia-a-dia. Qual é a sua mais-valia?
11. No seu entender estes vieram simplificar ou complicar a vida dos adultos?
12. Gostaria de partilhar alguma experiência ocorrida na sua vida?
13. Na sua opinião a sua vida é melhor agora ou no passado?
14. Tem esperança que o futuro seja melhor do que o presente?
15. Na sua opinião, há discriminação da sociedade para com os seniores?
16. Todos os adultos deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet?
17. Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador, Internet?

Foi agendada uma reunião com o Sujeito 1 para o dia 2/06/2015 e concluiu-se que era necessário efetuar algumas reformulações ao guião. As questões que se mantiveram inalteradas foram: 1, 2, 3, 7, 8, 10, 11, 12, 15 e a 17. A tabela seguinte ilustra a numeração das perguntas na primeira versão e a numeração correspondente na segunda versão (Cf. Anexo III).

Tabela 3 - Correspondência da numeração entre as questões da versão Nº1 e a versão nº2

Versão Nº1	Versão Nº2	Perguntas
1	1	Quais os motivos que o(a) levaram a participar no Programa 60+?
2	2	Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades?
3	3	Para si o que são as Tecnologias da Informação e Comunicação? Explique
7	6	Como é que aprendeu a utilizar o computador? Descreva algumas situações marcantes.
8	7	Considera que aprender a trabalhar com as tecnologias melhorou a sua autoestima e bem-estar?
10	8	Utiliza os serviços das tecnologias? Dê exemplos de serviço que utiliza no seu dia-a-dia. Qual é a sua mais-valia?
11	9	No seu entender estes vieram simplificar ou complicar a vida dos adultos?
12	10	Gostaria de partilhar alguma experiência ocorrida na sua vida?
15	13	Na sua opinião, há discriminação da sociedade para com os seniores?
17	15	Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador, Internet?

Foram removidas as perguntas 4 e 9 do guião inicial, porque ao questionar o Sujeito 1 compreendeu-se que estas de certa forma se repetiam. As perguntas 13 e 14 foram reformuladas, porque se percebeu que eram questões muito genéricas, o que terá motivado a que o sénior nem abordasse o assunto das tecnologias e dos respetivos serviços. As perguntas 5, 6 e 16 foram revistas, tendo-se procedido a algumas alterações. A Tabela 4 permite visualizar as modificações ao questionário inicial.

Tabela 4 - Correspondência da numeração entre as questões da versão Nº1 e a versão nº2 e respetivas modificações

Versão Nº1	Perguntas	Versão Nº2	Perguntas
6	Quais as razões que o motivaram a aprender as tecnologias? Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área? Quais as suas motivações?	4	Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o motivaram a aprender as tecnologias?
5	Utiliza as Tecnologias da Informação e Comunicação? É fácil para si utilizar estas tecnologias ou sente que é necessário ultrapassar alguns desafios?	5	Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área? Quais as suas motivações?
13	Na sua opinião a sua vida é melhor agora ou no passado?	11	Na sua opinião, relativamente aos serviços oferecidos pelas TIC, a sua vida é melhor agora ou no passado?
14	Tem esperança que o futuro seja melhor do que o presente?	12	Relativamente aos serviços, tem esperança que o futuro seja melhor do que o presente?
16	Todos os adultos deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet?	14	Acha que todos os adultos deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet?

Depois de reformulado o guião inicial, a segunda versão do guião continha 15 questões. Após reunião com o Sujeito 2, no dia 9/06/2015, foram conjuntamente avaliadas e reformuladas as perguntas, uma vez que o mesmo também estuda esta temática. Na terceira versão agruparam-se várias perguntas e modificou-se a ordem de algumas das questões. Entendeu-se que seria importante especificar vários serviços e alguns destes serviços foram identificados em conjunto com o Sujeito 2. Ainda na terceira versão, foram removidas as perguntas 3, 10 e 12 da versão anterior. Em suma, a terceira versão do roteiro (Cf. Anexo III) sofreu várias alterações em quase todas as questões, como pode ser visualizado na Tabela 5.

Tabela 5 – Alterações às perguntas efetuadas na terceira versão tendo como base a segunda versão

Versão Nº2	Perguntas	Versão Nº3	Perguntas
1	Quais os motivos que o(a) levaram a participar no Programa 60+?	1	O facto do programa 60+ disponibilizar disciplinas na área das TIC, motivou-o a participar no programa?
2	Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades?	2	Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades?
4	Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o motivaram a aprender as tecnologias?	3	Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o motivaram a utilizar as tecnologias? Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área?
5	Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área? Quais as suas motivações?		
6	Como é que aprendeu a utilizar o computador? Descreva algumas situações marcantes.	4	Como é que aprendeu a utilizar o computador (sozinho/ajuda de familiares ou formação)? Descreva algumas situações relevantes neste processo.
7	Considera que aprender a trabalhar com as tecnologias melhorou a sua autoestima e bem-estar?	5	Considera que aprender a trabalhar com as tecnologias melhorou a sua autoestima e bem-estar?
8	Utiliza os serviços das tecnologias? Dê exemplos de serviço, que utiliza no seu dia-a-dia. Qual é a sua mais-valia?	6	Utiliza os serviços das tecnologias? Dê exemplos de serviços que utiliza no seu dia-a-dia. Qual é a sua mais-valia? a) Pesquisar informação Internet (saúde, viagens, entre outros); b) Compras <i>online</i> ; c) Finanças; d) Segurança social; e) <i>Email</i> ; f) Máquina de café; g) Balanças supermercado; h) Serviços CTT; i) Jogar; k) Ler jornais/notícias; l) Ver vídeos; i) Portais Institucionais (cidadão/utente); m) Ouvir rádio/ver televisão através da Internet; n) Sistema de senhas; o) Telefonar via Internet/videoconferência; p) Conversar por mensagem escrita (por exemplo: Chat); q) Redes Sociais; r) Partilhar os trabalhos na Internet (por exemplo: Blog); s) Imprimir fotografias nos quiosques
9	No seu entender estes vieram simplificar ou complicar a vida dos adultos?	7	No seu entender, estes serviços vieram simplificar ou complicar a vida dos adultos? Justifique a sua resposta. (Relate alguma circunstância constrangedora/facilitadora).
11	Na sua opinião, relativamente aos serviços oferecidos pelas TIC, a sua vida é melhor agora ou no passado?	8	Relativamente aos serviços disponibilizados pelas TIC, na sua opinião estes vieram facilitar ou dificultar as tarefas do dia-a-dia? Acha que no futuro estes vão ter um impacto positivo/negativo na vida dos seniores?
13	Na sua opinião, há discriminação da sociedade para com os seniores?	9	Na sua opinião, há discriminação da sociedade para com os seniores? Porquê?
14	Acha que todos os adultos deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet?	10	Acha que todos os adultos deveriam aprender a trabalhar com computador e Internet? Porquê?
15	Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador, Internet?	11	Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador, Internet?

A quarta versão do roteiro resulta da reunião com o Sujeito 3. Sendo este um profissional das ciências sociais, fez várias observações pertinentes relativas à sintaxe das perguntas, organização e ordenação das mesmas, tendo também sugerido agrupar os serviços por grupos. Também foram removidas as perguntas 5, 8 e 10 da terceira versão do guião. Após reflexão sobre todas as sugestões anteriormente dadas e tendo em conta os objetivos deste trabalho, foi elaborado o guião da entrevista semiestruturada.

Tabela 6 - Alterações às perguntas efetuadas na quarta versão tendo como base a terceira versão

Versão Nº3	Perguntas	Versão Nº4	Perguntas
1	O facto do programa 60+ disponibilizar disciplinas na área das TIC, motivou-o a participar no programa?	1	A possibilidade de frequentar disciplinas na área das TIC motivou-o/a a participar no Programa 60+?
2	Utiliza habitualmente o telemóvel? Para que fins o utiliza? Sente dificuldades?	2	Utiliza habitualmente o telemóvel? Se sim, para que fins? Sente dificuldades em utilizá-lo? Quais?
4	Como é que aprendeu a utilizar o computador (sozinho/ajuda de familiares ou formação)? Descreva algumas situações relevantes neste processo.	3	Como é que aprendeu a utilizar o computador (sozinho/com ajuda de familiares ou com formação)? Descreva algumas situações que, na sua opinião, são relevantes neste âmbito.
3	Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o motivaram a utilizar as tecnologias? Sentiu-se pressionado a adquirir conhecimentos nesta área?	4	Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o/a motivaram a utilizar as tecnologias?
		5	Sentiu-se pressionado/a pela sociedade para adquirir conhecimentos nesta área (por exemplo, estão disponíveis alguns serviços cujo acesso é efetuado através das novas tecnologias, sendo para isso necessário ter conhecimentos de informática)?
7	No seu entender, estes serviços vieram simplificar ou complicar a vida dos adultos? Justifique a sua resposta. (Relate alguma circunstância constrangedora/facilitadora).	6	No seu entender, os serviços referidos na questão anterior vieram simplificar ou complicar a vida dos Seniores? Justifique a sua resposta. (Relate alguma circunstância constrangedora/facilitadora).
6	Utiliza os serviços das tecnologias? Dê exemplos de serviços que utiliza no seu dia-a-dia. Qual é a sua mais-valia? a) Pesquisar informação Internet (saúde, viagens, entre outros); b) Compras <i>online</i> ; c) Finanças; d) Segurança social; e) Email; f) Máquina de café; g) Balanças supermercado; h) Serviços CTT; i) Jogar; k) Ler jornais/notícias; l) Ver vídeos; i) Portais Institucionais (cidadão/utente); m) Ouvir rádio/ver televisão através da Internet; n) Sistema de senhas; o) Telefonar via Internet/videoconferência; p) Conversar por mensagem escrita (por exemplo: Chat); q) Redes Sociais; r) Partilhar os trabalhos na Internet (por exemplo: Blog); s) Imprimir fotografias nos quiosques	7	Utiliza os serviços que são disponibilizados através das tecnologias? Se sim, dê exemplos de serviços que utiliza no seu quotidiano. Quais são os principais benefícios da sua utilização? a) Lúdicos (pesquisar informação na Internet; jogar; ler jornais/notícias; ouvir rádio/ver televisão através da Internet; editar imagens; outros) b) Profissionais (comunicar via Internet/videoconferência; enviar ficheiros através de diversas plataformas; resolver situações através de comunicação eletrónica escrita; outros) c) Institucionais (aceder às Finanças; aceder à Segurança social; aceder a outros Portais Institucionais (cidadão/utente); utilizar os Serviços CTT; outros) d) Públicos (utilizar máquinas de café públicas; utilizar elevadores; utilizar as balanças do supermercado; utilizar o sistema de senhas (nas mais diversas lojas); imprimir fotografias em impressoras públicas; utilizar o Multibanco; outros) e) Sociais (conversar por mensagem escrita (por exemplo: Chat); comunicar através de Email; socializar através das Redes Sociais; Outros) f) Pessoais (aceder à conta bancária <i>online</i> ; efetuar compras <i>online</i> ; utilizar plataformas de partilha de ficheiros; Outros)
		8	Acha que quem não dominar minimamente as tecnologias poderá ter o seu bem-estar e autoestima afetado? Conhece casos em que é difícil para o cidadão ter acesso aos serviços disponibilizados através das tecnologias?
9	Na sua opinião, há discriminação da sociedade para com os seniores? Porquê?	9	Na sua opinião, os seniores que não dominam as tecnologias são discriminados pela sociedade? Justifique a sua resposta.
11	Até que ponto seria difícil deixar de ter telemóvel, televisão, computador, Internet?	10	Caso seja utilizador das tecnologias, seria difícil deixar de utilizar computador e Internet?

As entrevistas exploratórias foram muito importantes para a construção do guião final, porque foi possível testar o guião no terreno e ter perspetivas diferentes sobre o assunto. Após estes testes e a redação final do guião de entrevista, este foi enviado para as orientadoras do trabalho académico analisarem e aprovarem o guião da entrevista semiestruturada que será apresentado na secção seguinte.

4.2.4. Entrevista semiestruturada

O guião possibilitou que a entrevista fosse encaminhada para os objetivos pretendidos, mas, como já foi referido, o entrevistador tem a liberdade de apresentar, caso ache necessário, outras questões ao entrevistado sobre um determinado assunto.

Um dos pontos importantes numa entrevista é a sua preparação (Marconi & Lakatos, 1996). Por um lado, foi elaborado e testado antecipadamente um guião com as perguntas, tendo em vista os objetivos que se pretendiam concretizar. As entrevistas foram marcadas com antecedência e foi garantido o anonimato dos entrevistados. Ainda relativamente ao anonimato, existiu a preocupação de reservar uma sala para que a entrevista fosse realizada e também para assegurar a privacidade das mesmas.

No presente estudo, foi definido que seria importante fazer um registo áudio das entrevistas. O investigador Sousa (2009) refere que a utilização de gravador evita as interrupções que poderiam ocorrer na entrevista, mas alerta para o facto de alguns dos entrevistados não se sentirem à vontade ou de recusarem mesmo a utilização de um gravador. O investigador anterior também aconselha que os inquiridos sejam esclarecidos sobre o modo como vão ser extraídos os dados para a investigação (A. B. Sousa, 2009). Por isso, para além dos esclarecimentos que foram efetuados nas sessões do *workshop* dinamizado pela investigadora, foi enviado um *email* para todos os participantes da atividade e também para os coordenadores do Programa 60+, com vários esclarecimentos, tais como: os objetivos da investigação, o pedido de autorização para gravação do som da entrevista e também o pedido para assinar a declaração de consentimento (Cf. Anexo V), sem a qual o estudo podia ser invalidado.

Ao todo, foram gravadas 16 entrevistas com a concordância dos entrevistados e posteriormente foram transcritas pela autora deste trabalho. As transcrições estão disponíveis num documento em anexo (Cf. Anexo VI).

4.2.5. Amostra

A população ou universo é a totalidade dos elementos ou casos sobre os quais se pretende tirar conclusões (Hill & Hill, 2005; Quivy & Campenhoudt, 1995). Depois de se definir a população é importante definir o tipo de estudo que se pretende: estudar a totalidade da população, estudar uma amostra representativa dessa população ou finalmente estudar “apenas algumas componentes muito típicas, ainda que não estritamente representativas, dessa população” (Quivy & Campenhoudt, 1995, p. 160).

Neste trabalho, pretende-se identificar as principais dificuldades e/ou facilidades que o cidadão sénior enfrenta quando utiliza as TIC para aceder aos diferentes serviços e posteriormente realizar um documentário com a participação dos mesmos. Tendo em conta os objetivos que foram definidos, optou-se por estudar elementos não estritamente representativos, mas característicos da população, neste caso específico foram os participantes da atividade dinamizada pela investigadora e que já anteriormente foi identificada.

Como não se estuda a população na sua totalidade, que neste caso seriam todos os seniores que vivem em Portugal, usa-se o termo de amostra porque só se está a considerar uma parte dos elementos que constituem a população (Hill & Hill, 2005).

Devido ao tipo de estudo escolhido, não se aplicaram as formas aleatórias de seleção probabilística (Marconi & Lakatos, 1996), portanto o tipo de amostra é não-aleatório e de conveniência, o que vai impedir que os resultados obtidos possam ser extrapoláveis ao universo da população sénior de Portugal.

Nesta investigação, a amostra é constituída por 23 do Programa 60+ do IPL (Instituto Politécnico de Leiria) que frequentavam o *Workshop* de Tratamento de Imagem e Vídeo dinamizado pela investigadora durante os dois semestres do ano letivo de 2014-2015.

Optou-se por estabelecer o primeiro contacto por *email*, com a coordenadora do Programa 60+ da ESECS (Escola Superior de Educação e Ciências Sociais). A instituição demonstrou interesse pela proposta apresentada e foi agendada uma reunião para discutir a participação voluntária no Programa 60+ por parte da investigadora.

Na referida reunião foi definido o tipo de atividade que ia ser lecionada no Programa 60+ e também os conteúdos programáticos que seriam abordados. Após serem cumpridos os procedimentos solicitados, foi obtida licença para dinamizar o *workshop* com seniores. A amostra foi selecionada de acordo com os seguintes critérios:

- Idade igual ou superior a 60 anos;
- Estar inscrito no Programa 60+;
- Estar a frequentar a atividade *Workshop* de Tratamento de Imagem e Vídeo;
- Participação voluntária.

4.2.5.1. Instituição Participante

O Instituto Politécnico de Leiria é uma instituição pública de ensino superior politécnico que entrou em funcionamento em mil novecentos e oitenta (IPLeiria, 2015b). Está localizada no distrito de Leiria, nas cidades de Leiria, Caldas da Rainha e Peniche, e é constituída por cinco escolas superiores (IPLeiria, 2015b):

- Leiria - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Escola Superior de Tecnologia e Gestão e Escola Superior de Saúde;



Figura 29 - Distribuição das Escolas Superiores³⁰

³⁰ Retirado de: <http://www.ipleiria.pt/ipleiria/>, em 12/08/2015

- Caldas da Rainha - Escola Superior de Artes e Design;
- Peniche - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar.

4.2.5.2. Programa 60+

O Programa 60+ foi criado em março de 2008 pelo Instituto Politécnico de Leiria e é um programa de formação ao longo da vida que assume como missão “ajudar a mudar o paradigma do envelhecimento ao dinamizar e promover atividades formativas, educativas e socioculturais que envolvam os indivíduos no seu percurso de aprendizagem e desenvolvimento ao longo da vida.”(IPLeiria, 2015a).

Para frequentar este programa é necessário pagar uma propina semestral, tendo depois os alunos a possibilidade de usufruir dos serviços e das Infraestruturas do IPL (Instituto Politécnico de Leiria). Para além disso, são também disponibilizadas várias unidades curriculares e atividades gratuitas (IPLeiria, 2015a):

- TIC 1 – Iniciação;
- TIC2 – Intermédio;
- Inglês nível iniciação;
- Atividade Física;
- Dança;
- Participação na Rádio IPLAY;
- Participação no Jornal AKADÉMICOS;
- Língua e Cultura Francesas;
- Clube de Leitura e de Escrita;
- SessenTuna (Tuna 60+);
- Grupo de Artes Cénicas;
- Oficinas criativas;
- Seminários temáticos;
- Atividades culturais e recreativas diversas.

4.2.5.3. Caracterização da amostra

Para caracterizar a amostra foi utilizado o questionário desenvolvido no âmbito do projeto SEDUCE³¹, que foi posteriormente adaptado para que pudesse responder às necessidades da presente investigação (Cf. Anexo II). Através deste inquérito foi possível aferir os dados sociodemográficos e o contexto de comunicação e informação e de utilização das TIC, nomeadamente a utilização dos serviços disponibilizados pelas mesmas. As categorias analisadas foram: “Nome” (apenas as iniciais); “Data de nascimento”, “Sexo”, “Habilitações literárias”, “Profissão”, “Naturalidade” e “Estado civil”, “Número de filhos” e “Número de netos”.

Neste ponto, tendo em conta as informações recolhidas, serão apresentadas as características sociodemográficas dos participantes.

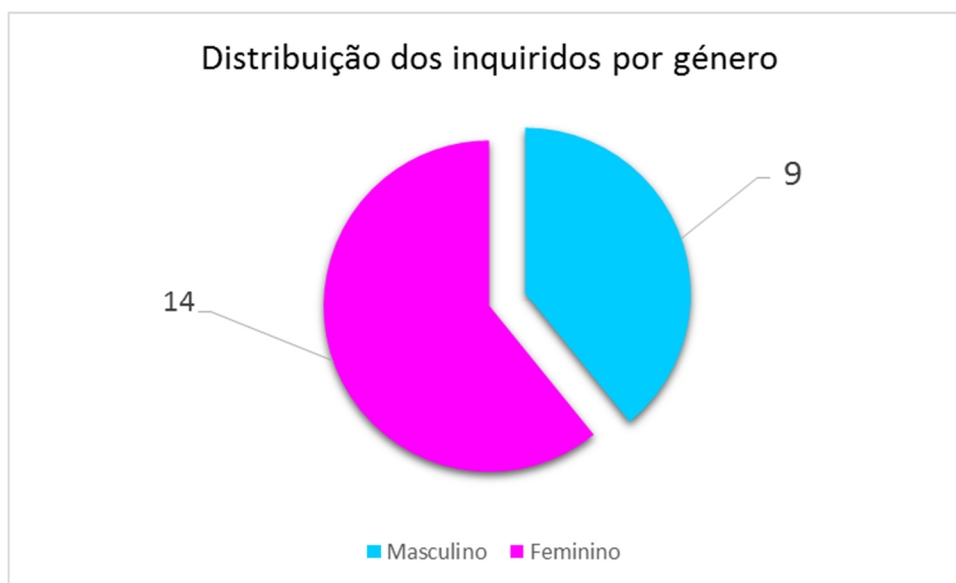


Figura 30 - Distribuição da amostra por género

Assim, é possível verificar que o grupo de participantes voluntários é constituído por 23 indivíduos, sendo que 14 são do género feminino e nove do género masculino, como se pode visualizar no gráfico disponível na Figura 30.

³¹ www.seduca.pt acedido a 10/02/2015

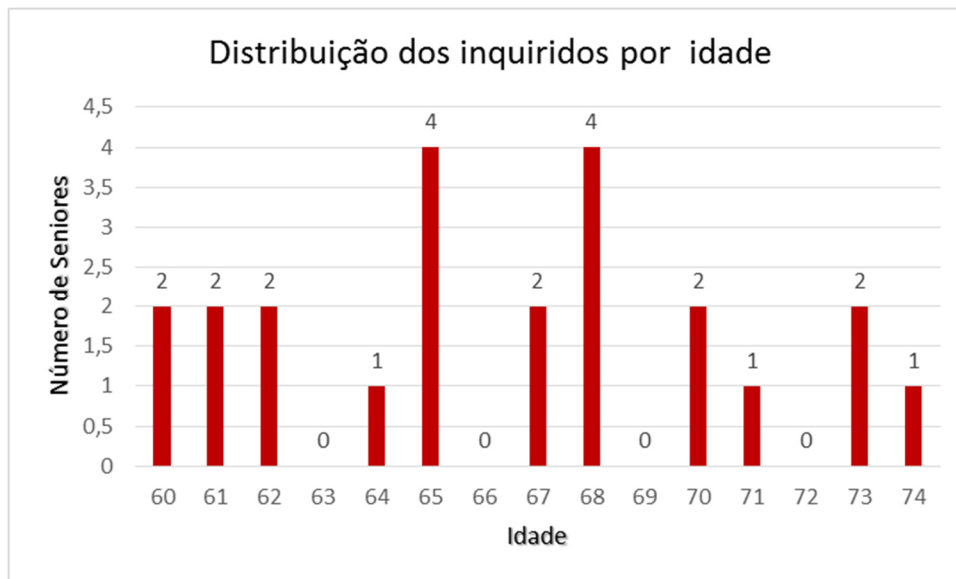


Figura 31 – Distribuição da amostra por Idade

A faixa etária da amostra do estudo está entre os 60 anos e os 74 anos, sendo que não existe nenhum sénior com idades de 63, 66, 69 e 72 e as idades que possuem mais seniores são os 65 anos e os 68 anos, com quatro seniores cada (Figura 31).

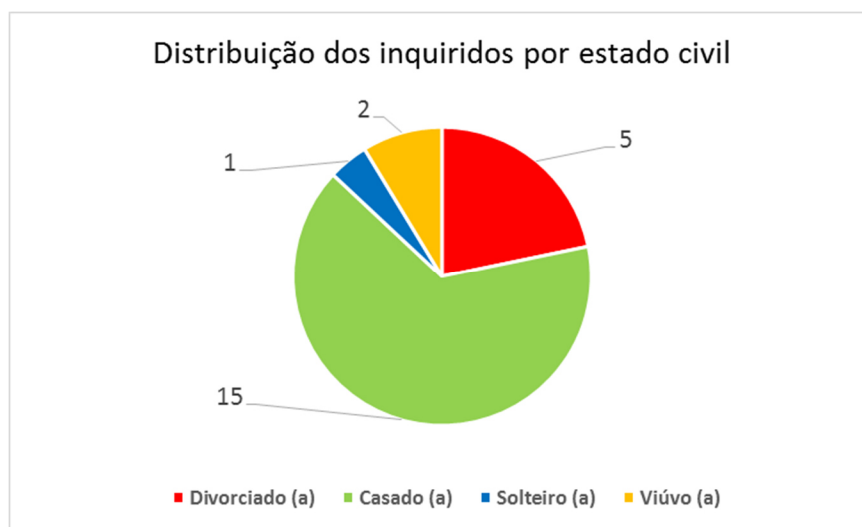


Figura 32 - Distribuição do total da amostra por Estado Civil

Relativamente ao “estado civil” dos seniores, a grande maioria é casada (15 seniores), cinco são divorciados, dois são viúvos e um é solteiro, como se pode atestar no gráfico da Figura 32.



Figura 33 - Distribuição do total de amostra por Habilitações Literárias

Relativamente à categoria “Habilitações Literárias”, pode concluir-se que todos os participantes frequentaram a escola e identificaram a habilitação literária que possuíam, com a exceção de um inquirido que não respondeu e por isso não foi possível aferir o seu grau de escolaridade (Figura 33). Optou-se por especificar as habilitações literárias que os seniores possuem, com a exceção do item Cursos Superiores que agrupa mais do que um grau, tais como: Magistério Primário (um sénior); CESE (Cursos de Estudos Superiores Especializados) – (dois seniores); Bacharelato (um sénior) e finalmente Licenciatura (oito seniores).

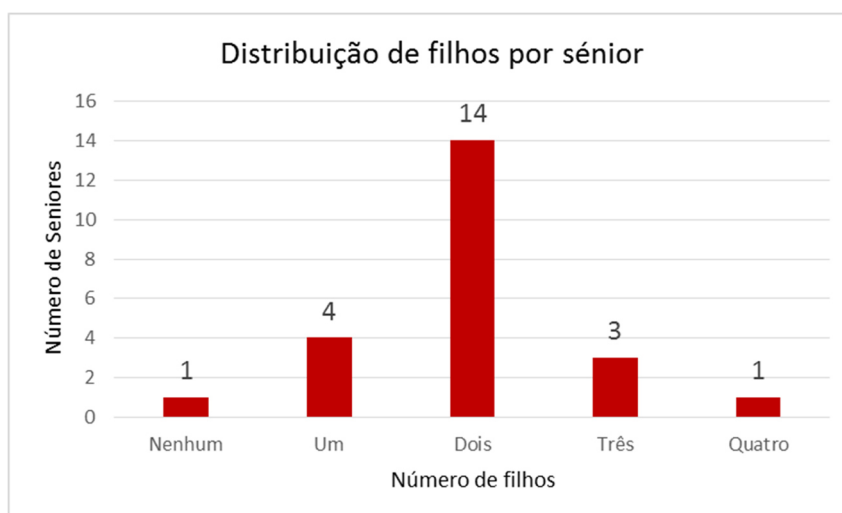


Figura 34 - Distribuição do total de amostra relativamente ao número de filhos

Como se pode visualizar na Figura 34, relativamente à categoria “Número de Filhos”, só um dos participantes não possui filhos e a grande maioria dos inquiridos possui dois filhos (14). Dos restantes seniores, quatro possuem um filho, três possuem três filhos e um possui quatro filhos.

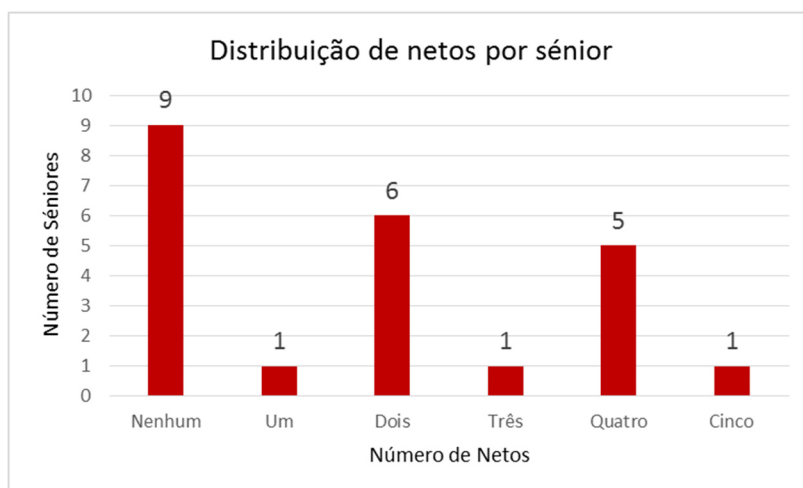


Figura 35 - Distribuição do total de amostra relativamente ao número de netos

Depois de analisar a categoria “Número de Netos”, conclui-se que nove dos seniores que responderam ao inquérito não possuem netos, um sénior possui um neto, seis seniores possuem dois netos, um sénior possui três netos, cinco seniores possuem quatro netos e finalmente um sénior possui cinco netos.

Não foi apresentada a distribuição dos seniores por profissão, porque estes questionaram a investigadora numa das sessões do *workshop*, referindo que atualmente eram aposentados. Um número significativo optou, por isso, por colocar na profissão: aposentado (a) ou reformado (a).

4.2.5.4. Dinamização da atividade do *Workshop* de Tratamento de Imagem e Vídeo

No decorrer do voluntariado levado a cabo durante um ano no Instituto Politécnico de Leiria foram observadas algumas dificuldades e/ou facilidades enfrentadas pelos seniores na utilização das novas tecnologias, pelo que é de referir que foi uma experiência muito enriquecedora para a investigadora, porque teve a oportunidade de conviver com um

grupo de seniores dinâmicos e ativos. Para estes, envelhecer é uma oportunidade para conviver, para praticarem desporto, para sociabilizarem com outros cidadãos e de continuarem a sua aprendizagem ao longo da vida.

Foi possível também verificar que este grupo de seniores tem muito presente o que lhes interessa e o que não lhes interessa, pelo que caso entendessem que uma matéria era interessante, não importava que tivesse uma grande complexidade, pois para estes nenhum obstáculo era o suficiente para desmotivarem, caso fosse necessário frequentavam a mesma unidade em anos distintos, porque estão dispostos e motivados para adquirirem os conhecimentos que valorizam.

4.2.5.5. Voluntariado

A atividade foi organizada de acordo com a sugestão da Coordenadora do Programa 60+ e procurou preencher uma lacuna que existia neste programa relativamente à oferta das TIC. O principal objetivo desta atividade foi fornecer conteúdos ajustados ao público-alvo, o que não é possível caso os seniores frequentem uma unidade curricular desta área nas licenciaturas.

O programa da atividade foi sendo ajustado às questões e pedidos que os seniores foram apresentando ao longo das sessões. No Anexo VII foram disponibilizados os conteúdos programáticos que foram lecionados nos dois semestres. Para auxiliar a compreensão dos conteúdos abordados no decorrer das sessões, as fichas, na sua maioria, foram orientadas e com todos os passos explicados.

Na Tabela 7 é possível ver quantas sessões foram lecionadas no primeiro semestre, as datas e também o número de formandos presentes em cada sessão.

Tabela 7 – Sessões asseguradas no primeiro semestre, datas e número de formandos por sessão

Número da sessão	Dia	Número de formandos	Nº de Horas
1	13/10/2014	16	3h
2	20/10/2014	18	3h
3	27/10/2014	20	3h
4	03/11/2014	20	3h
5	10/11/2014	15	3h
6	17/11/2014	15	3h
7	24/11/2014	14	3h
8	01/12/2014	14	3h
9	15/12/2014	15	3h
10	05/01/2015	10	3h
11	12/01/2015	13	3h
12	19/01/2015	17	3h
13	02/02/2015	15	3h
14	09/02/2015	15	3h
		Média: 15,5	42h

A atividade do primeiro semestre teve início no dia 13/10/2014 e teve a duração de 14 semanas, tendo sido a última sessão assegurada no dia 9/02/2015.

Como se pode observar na Tabela 7, o número de alunos que assistiram ao *workshop* foi variando porque, de uma forma geral, os exercícios foram enviados antecipadamente, pelo que os seniores podiam decidir se consideravam relevante a atividade que ia ser realizada na sessão. Outra explicação para as variações no número de alunos em cada sessão está relacionada com o grau de dificuldade dos exercícios propostos. Constatou-se que os seniores preferiam os exercícios em que era necessário um número de passos mais reduzido para se conseguir a sua resolução, provavelmente porque a investigadora conseguia ser mais célere a esclarecer as dúvidas.

No total foram asseguradas 14 sessões no primeiro semestre, o que resulta em 42 horas de formação. Assistiram em média 15 formandos por sessão. Estas sessões tiveram uma periodicidade semanal e foram lecionadas todas as segundas feiras, das 10h às 13h, no período temporal anteriormente referido.

A Tabela 8 apresenta os conteúdos abordados e o número de fichas elaborado para as várias sessões.

Tabela 8 - Tabela representativa dos conteúdos de cada ficha de trabalho (primeiro semestre)

Número das fichas	Conteúdos programáticos	Número de páginas
Ficha nº 1	Editar fotos <i>online</i> . Criar vídeos <i>online</i> através de modelos/ <i>templates</i> . Criar texto animado (<i>online</i>).	Constituída por 12 diapositivos.
Ficha nº 2 (Gimp)	Apresentar a Interface do Gimp. Editar fotos. Criar e gravar um novo documento. Criar camadas (<i>layers</i>). Aplicar filtros. Criar Fundos. Criar e editar Texto.	Constituída por 116 páginas.
Ficha nº 3 (Gimp)	Corrigir cores. Aplicar Filtros. Desenhar formas.	Constituída por 71 páginas.
Ficha nº 4 (Gimp)	Aplicar molduras. Inserir imagens .png.	Constituída por 17 páginas.
Ficha nº 5 (Pizap -editor <i>online</i>)	Aplicar molduras. Inserir imagens .png. Aplicar efeitos. Recortar imagens.	Constituída por 16 páginas.
Ficha nº 6 (Gimp)	Gerir camadas. Colorir imagens.	Constituída por 14 páginas.
Ficha Especial Natal	Criar cartões de Natal animados.	Constituída por seis diapositivos.

Nas sessões do primeiro semestre, todo o *software* utilizado é livre e pode ser instalado em qualquer computador sem ser necessário ter que pagar para se poder utilizar. Na Figura 36 ilustra-se a variedade dos exercícios criados para esta atividade.



Figura 36 - Exemplo de alguns exercícios realizados no *workshop* do primeiro semestre

As atividades do segundo semestre tiveram início no dia 2/03/2015, tendo tido a duração de 16 semanas, com a última sessão a ser lecionada no dia 9/07/2015.

As sessões foram organizadas com o objetivo de ir ao encontro dos pedidos dos seniores e por isso propuseram-se atividades que desenvolvessem competências no Microsoft Word, num editor de imagens *online* e também no Photoshop. A tabela seguinte está dividida por turnos, pelas datas em que decorreram as atividades e pelos números de formandos que assistiram a cada sessão. As razões para a variação do número de formandos/alunos por turno são similares às apresentadas relativamente ao primeiro semestre, a que se juntaram outros fatores, como o usufruto de férias por parte de alguns alunos, a existência de outras atividades que coincidiram com o *workshop*, o que em conjunto explica o reduzido número de alunos em algumas sessões. Neste último caso, apesar de a investigadora estar consciente dessa situação, dialogou-se com os formandos e foi decidido manter a sessão, embora esta tenha sido mais intimista.

A Tabela 9 apresenta as sessões realizadas no segundo semestre, e o número de alunos de alunos que participaram na sessão e a data em que cada sessão foi ministrada.

Tabela 9 - Sessões asseguradas no segundo semestre, datas e número de formandos por sessão

Turno de Segunda-Feira				Turno de Quinta-Feira			
Número da sessão	Dia	Número de Formandos	Nº de Horas	Número da sessão	Dia	Número de Formandos	Nº de Horas
1	02/03/2015	11	2h	1	05/03/2015	11	2h
2	09/03/2015	12	2h	2	19/03/2015	10	2h
3	16/03/2015	13	2h	3	30/04/2015	11	2h
4	13/04/2015	14	2h	4	09/04/2015	11	2h
5	20/04/2015	12	2h	5	16/04/2015	12	2h
6	27/04/2015	12	2h	6	23/04/2015	5	2h
7	03/05/2015	12	2h	7	07/05/2015	11	2h
8	11/05/2015	10	2h	8	14/05/2015	7	2h
9	18/05/2015	9	2h	9	21/05/2015	8	2h
10	25/05/2015	10	2h	10	28/05/2015	11	2h
11	01/06/2015	13	2h	11	04/06/2015	7	2h
12	08/06/2015	8	2h	12	11/06/2015	9	2h
13	15/06/2015	9	2h	13	18/06/2015	10	2h
14	22/06/2015	12	2h	14	25/06/2015	12	2h
15	02/06/2015	3	2h	15	02/07/2015	9	2h
16	06/07/2015	9	2h	16	09/07/2015	9	2h
		Média: 10,56	32h			Média: 9,56	32h

No total, foram lecionadas 32 sessões no segundo semestre, o que perfaz 64 horas de formação, porque cada *workshop* teve a duração de duas horas. As sessões de segunda-feira tiveram uma média de 10 formandos e as sessões de quinta-feira tiveram uma média de nove formandos. As sessões foram asseguradas às segundas-feiras, das 10:30 às 12:30, e às quintas-feiras, das 09:30 às 11:30.

No segundo semestre, algumas das atividades propostas permitiram que os seniores - criassem vários *posters*, melhorassem as suas fotografias, tivessem feito várias fotomontagens e experimentassem o maior número de ferramentas possível.

A Tabela 10 mostra os conteúdos abordados e o número de fichas elaborado para as várias sessões.

Tabela 10 - Tabela representativa dos conteúdos de cada ficha de trabalho (segundo semestre)

Número das fichas	Conteúdos programáticos	Número de páginas
Ficha nº 1 (Microsoft Word)	Inserir e formatar as formas. Inserir e formatar imagens. Inserir e formatar objetos de texto. Formatar os objetos do Microsoft Word. Aplicar os estilos do Word – Cores. Inserir <i>WordArt</i> .	Constituída por 12 páginas.
Ficha nº 2 (editor online pixlr)	Remover fundos. Inserir imagens .png e .jpg. Ajustar as imagens.	Constituída por 16 páginas.
Ficha nº 3 (Photoshop)	Explorar o ambiente de trabalho do Photoshop. Abrir e Inserir imagens. Aplicar camadas e seleções.	Constituída por 35 páginas.
Ficha nº 4 (Photoshop)	Melhorar as fotos. Remover fundos. Inserir imagens .png e .jpg. Ajustar as imagens. Criar máscaras. Inserir Texto.	Constituída por 36 páginas.
Ficha nº 5 (Photoshop)	Imagens a preto e branco. Melhorar as fotos. Inserir imagens .png e .jpg. Ajustar as imagens. Inserir Texto.	Constituída por 56 páginas.
Ficha nº 6 (Photoshop)	Criar fotomontagens.	Constituída por 28 páginas.
Ficha nº 7 (Photoshop)	Elaborar um cartaz sobre Leiria e sobre o dia da árvore. Sobrepor camadas/ <i>Layers</i> .	Constituída por 124 páginas.

Na Figura 37 podem ser visualizados alguns dos exercícios propostos aos seniores nas sessões, sendo que para que estes conseguissem concretizar o resultado final tiveram de recorrer a várias técnicas e ferramentas.



Figura 37 - Exemplo de alguns exercícios propostos no *workshop* do segundo semestre

4.3. Técnicas de análise de dados

A investigação quantitativa e a qualitativa são de naturezas diferentes, “a primeira atua em níveis da realidade, onde os dados se apresentam aos sentidos: ‘níveis ecológicos e morfológicos’, na linguagem de Gurvitch (1955). A segunda trabalha com valores, crenças, representações, hábitos, atitudes e opiniões.” (Minayo & Sanches, 1993, p. 247).

As investigações baseadas em estudos quantitativos, de uma forma geral, seguem um plano que foi antecipadamente definido com rigor (Neves, 1996). Em contrapartida, as investigações baseadas na pesquisa qualitativa não procuram medir ou enumerar dados e na sua análise das informações normalmente não se utilizam instrumentos estatísticos

(Neves, 1996), por outro lado, também não é possível definir antecipadamente os procedimentos analíticos (Gil, 2008).

A natureza da presente investigação é do tipo misto (Costa, 2005), porque inclui indicadores quantitativos e qualitativos, resultantes dos distintos instrumentos que foram aplicados.

4.3.1. Dados qualitativos

Na análise qualitativa existem vários programas que são úteis como apoio à investigação, como é o caso do NVivo, EThograph, entre outros. Mas estes só fazem a gestão do processamento dos dados, sendo o investigador um elemento imprescindível na análise de dados (Gil, 2008).

O registo áudio foi efetuado para todas as entrevistas e posteriormente todo o seu conteúdo foi transcrito para o processador de texto. Depois de terminadas as transcrições de todas as entrevistas, foi efetuada a comparação com o registo áudio, para assegurar o rigor da transcrição e também para que se pudesse refletir sobre o conteúdo das mesmas.

A análise qualitativa das entrevistas requer o desenvolvimento preliminar de um processo demorado de preparação, designado de codificação, que permite que seja selecionada e agregada a informação recolhida das entrevistas para que se entenda a que é mais relevante.

Neste tipo de análise é necessário categorizar e codificar as entrevistas realizadas, tendo em conta que:

“o primeiro termo significa atribuir uma ou mais palavras-chave a um segmento de texto, o que permite a identificação ‘a posteriori’ duma declaração. A categorização implica uma concetualização mais sistemática da declaração, suscetível de ser mensurável. Contudo ambos termos utilizam-se em simultâneo.” (Sequeira, 2013, p. 76)

Neste trabalho de investigação, foi utilizado o NVIVO 10 para a análise dos dados. Este é um programa orientado para a análise qualitativa (A. M. Rodrigues, 2013), sendo possível identificar com facilidade as semelhanças e as diferenças nas respostas dos entrevistados

(Cunha, 2014). Este *software* permite que a mesma categoria seja associada a vários excertos de texto que são apresentados ao mesmo tempo e também possibilita a criação de hierarquias em forma de árvore, o que facilita a sua análise (Neto, 2008).

No decorrer do trabalho, tiveram que ser ultrapassados alguns imprevistos técnicos, como por exemplo, em algumas entrevistas foi necessário parar para mudar as pilhas, em duas delas existe um barulho de fundo, fruto do computador da investigadora que estava ligado e que nessa altura estava com problemas técnicos.

Pelas reações e pela postura dos entrevistados, é muito verosímil que tenham dito a verdade, porque todos os entrevistados estavam empenhados em enriquecer o estudo.

4.3.2. Dados quantitativos

Vários investigadores (Bryman & Cramer, 2001; Landau & Everitt, 2004; Marôco, 2011; Pestana & Gageiro, 1998) afirmam que o programa SPSS - *Statistical Package of Social Sciences* é o programa mais utilizado nas ciências sociais para o tratamento dos dados, porque disponibiliza variadas técnicas e métodos estatísticos.

Os dados obtidos no questionário foram trabalhados através de tratamento estatístico, tendo sido utilizado o SPSS, versão 21 para Windows, para esse tratamento. Além disso, foram também criados gráficos através do Microsoft Excel 2013. O Microsoft Excel 2013 foi também utilizado para efetuar o resumo dos dados recolhidos no SPSS.

Os dados recolhidos através do questionário são apresentados em tabelas de frequências absolutas e relativas³², sendo que em todas as tabelas foi efetuada a sua análise descritiva.

³² “Representação das frequências absolutas (representa o número de ocorrências de um valor ou categoria da amostra) e frequências relativas (quociente entre a frequência absoluta do valor da variável e o número total de observações).” (Ferreira, 2013, p. 135)

4.4. Comentários finais ao Capítulo 4

Após leitura de bibliografia e de uma reflexão sobre a melhor metodologia a utilizar para responder à questão de investigação, optou-se pelas metodologias exploratória e de investigação-ação. Em consonância com essa opção, foram lecionadas várias sessões em regime de voluntariado no programa 60+ do Instituto Politécnico de Leiria, o que possibilitou o contacto privilegiado com seniores utilizadores das novas tecnologias. Além disso, foi também possível criar o contexto favorável para a realização do trabalho de campo.

Para a realização do documentário, a investigadora recorreu a vários instrumentos, tais como: o inquérito por questionário, o diário de campo e o inquérito por entrevista, que foram aplicados a uma amostra de conveniência, neste caso os seniores que frequentaram os *workshops* dinamizados em dois semestres.

Todos os indivíduos que participaram no estudo tinham mais de sessenta anos e muitos deles são possuidores de diplomas do ensino superior.

Depois de recolhidos os dados, foi necessário proceder à sua análise, tendo sido para isso selecionados *softwares* que auxiliassem nessa tarefa, permitindo que os resultados fossem potenciados. Após leitura de bibliografia sobre o tema, selecionou-se para a análise dos dados qualitativos o programa NVIVO 10 e para a análise quantitativa optou-se pelo SPSS - *Statistical Package of Social Sciences* e Microsoft Excel 2013, este último para a criação de gráficos.

CAPÍTULO 5: APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE RESULTADOS

“A maior parte dos métodos de análise das informações dependem de uma das duas grandes categorias: a análise estatística dos dados e a análise de conteúdo. Serão, portanto, estas a ser aqui apresentadas, com algumas variantes. No entanto, alguns métodos apresentados na etapa anterior como métodos de recolha das informações associam intimamente a recolha e a análise.” (Quivy & Campenhoudt, 1995. p. 222)

Este capítulo tem como finalidade a apresentação, análise e discussão dos resultados recolhidos pelos inquéritos, entrevistas e diários de campo. Os diferentes instrumentos de recolha de dados permitiram aprofundar e analisar os dados obtidos durante essa parte do estudo.

Na secção 5.1. são apresentados os resultados quantitativos do contexto de comunicação e informação e da utilização das TIC, mais especificamente os serviços oferecidos pelas mesmas.

Os resultados qualitativos são apresentados na secção 5.2.. Neste contexto foram transcritas e codificadas todas as entrevistas para que fosse possível tirar ilações sobre as mesmas.

Na secção 5.3. são descritas e as dificuldades sentidas pelos seniores na execução das atividades realizadas durante um ano letivo de voluntariado no Instituto Politécnico de Leiria.

5. Análise de resultados quantitativos

As características sociodemográficas dos participantes neste estudo já foram caracterizadas na subseção 4.1.2, tendo como base os dados recolhidos pelo questionário fornecido na atividade que os seniores frequentaram.

A presente secção analisa a forma como os seniores comunicam e acedem a informação e também como utilizam as TIC, nomeadamente no acesso aos serviços disponibilizados através das mesmas.

Para a análise de resultados utilizou-se o SPSS e o Microsoft Excel 2013, sendo que as tabelas apresentadas resultam de uma codificação *a posteriori* dos dados obtidos no SPSS.

Nas tabelas que são colocadas de seguida (Tabela 11, Tabela 12, Tabela 13 e Tabela 14) são apresentados os principais meios utilizados pelos seniores para comunicar e também identificados os principais destinatários dessa comunicação.

Tabela 11 – Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Que meio utiliza para comunicar?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Que meio utiliza para comunicar?	Carta?	Sim	1 4,3%
		Não	22 95,7%
	Total		23 100,0%
	Telefone?	Sim	11 47,8%
Não		12 52,2%	
Total		23 100,0%	
Telemóvel?	Sim	23 100,0%	
	Não	0 0,0%	
	Total		23 100,0%
Outro?	Sim	10 43,5%	
	Não	13 56,5%	
	Total		23 100,0%

Tabela 12 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Para comunicar com quem?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Para comunicar com quem?	Carta	Entidades Oficiais e Família	1 100,0%
		Não respondeu	0 0,0%
		Total	1 100,0%
	Telefone	Amigos	1 9,1%
		Familiares e Amigos	8 72,7%
		Familiares, Amigos e Outros	1 9,1%
		Todos	1 9,1%
		Não respondeu	0 0,0%
		Total	11 100,0%
	Telemóvel	Familiares	2 8,7%
Familiares e Amigos		11 47,8%	
Familiares, Amigos e Outros		3 13,0%	
Todos		3 13,0%	
Não respondeu		4 17,4%	
Total		23 82,6%	

Tabela 13 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Qual? (Referente à variável outro)*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Qual? <i>(Referente à variável outro)</i>	Internet	3	30,0%
	Email	1	10,0%
	Email e Facebook	2	20,0%
	Email e Skype	1	10,0%
	Skype	3	30,0%
	Não respondeu	0	0,0%
	Total	10	100,0%

Tabela 14 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Para comunicar com quem?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Para comunicar com quem?	Amigos	1	4,3%
	Familiares	1	4,3%
	Familiares e Amigos	2	8,7%
	Familiares, Amigos e Outros	2	8,7%
	Não respondeu	4	17,4%
	Total	10	43,5%

O telemóvel é o meio mais utilizado pelos seniores para comunicar, com 100% de utilização. Já relativamente ao telefone, 47,8% dos seniores assumem que o utilizam, 43,5% dos seniores responderam que utilizam outras formas de comunicação e a carta é um meio de comunicação utilizado apenas por um sénior (4,3%).

Os meios de comunicação anteriormente mencionados são utilizados pelos seniores para comunicar com os amigos, familiares e outros (instituições e expediente), sendo que os familiares e os amigos são os destinatários da comunicação mais referidos na utilização do telemóvel (47,8%) e do telefone (72,7%).

Tendo em conta as respostas ao questionário, os outros meios utilizados pelos seniores são: o *Email*, o *Facebook* e o *Skype*. Alguns seniores também responderam que utilizam a Internet, devendo ter sido sua intenção referir o conjunto de plataformas disponíveis *online* para comunicação.

A Tabela 15 apresenta as respostas dos seniores sobre se leem revistas e a Tabela 16 resume as respostas dos seniores sobre o tipo de revistas que leem, caso tenham respondido afirmativo à pergunta da Tabela 15.

Tabela 15 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Lê Revistas?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Lê Revistas?	Sim	12	52,2%
	Não	11	47,8%
Total		23	100,0%

Tabela 16 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Quais as revistas que lê?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %	
Quais?				
Quais as revistas que lê?	<i>Mundo da Fotografia e Visão</i>	1	8,3%	
	<i>National Geographic</i>	1	8,3%	
	<i>Proteste, Dirigir, Dinheiro e Direitos, etc.</i>	1	8,3%	
	<i>Sábado</i>	2	16,7%	
	<i>Visão</i>	1	8,3%	
	<i>Visão, Caras, Hola, Cor-de-rosa</i>	1	8,3%	
	<i>Visão, Lazer, Científica</i>	1	8,3%	
	<i>Visão, Revista Expresso</i>	2	16,7%	
	<i>Visão, Saúde</i>	1	8,3%	
	Não respondeu	1	8,3%	
	Total		12	100,0%

Quanto à questão se liam ou não revistas, 12 dos seniores responderam que sim. Quanto ao tipo de revistas lido, o gosto dos seniores é bastante diversificado, sendo que os títulos lidos pelos inquiridos são: a *Caras*, a *Hola*, a *National Geographic*, a revista *Dinheiro e Direitos*, a *Revista* do jornal *Expresso*, a revista *Mundo da Fotografia* (um inquirido cada); a revista *Sábado* (dois inquiridos) e a *Visão* (seis inquiridos). Alguns dos seniores referiram o tipo de revistas que leem: lazer, científicas, saúde e cor-de-rosa (um inquirido cada).

A Tabela 17 apresenta o número de inquiridos que respondeu se lê habitualmente jornais e a Tabela 18 faz um resumo do tipo de jornais lidos pelos seniores.

Tabela 17 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Lê Jornais?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Lê Jornais?	Sim	18	78,3%
	Não	5	21,7%
Total		23	100,0%

Tabela 18 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Quais os jornais que Lê?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Quais os jornais que Lê?	<i>Correio da Manhã</i>	1	5,6%
	<i>Correio da Manhã e Jornais Desportivos</i>	1	5,6%
	<i>Correio da Manhã, Expresso</i>	1	5,6%
	<i>Correio da Manhã, Expresso e Público</i>	1	5,6%
	<i>Correio da Manhã e Jornais Locais</i>	1	5,6%
	<i>Diário de Leiria, Região de Leiria e Jornal de Leiria</i>	1	5,6%
	<i>Expresso</i>	2	11,1%
	<i>Periódicos e Diários Desportivos</i>	1	5,6%
	<i>Público, Avante</i>	1	5,6%
	<i>Público, Expresso, Bola</i>	1	5,6%
	<i>Região de Leiria e Correio da Manhã</i>	1	5,6%
	<i>Região de Leiria, Expresso</i>	1	5,6%
	<i>Região de Leiria, Jornal de Leiria, Público</i>	1	5,6%
	<i>Semanário, Jornal de Leiria</i>	1	5,6%
	Não respondeu	3	16,7%
	Total	18	100,0%

Quando comparados os resultados das respostas dadas pelos seniores, estes assumiram que leem mais jornais (18 inquiridos) do que revistas (12 inquiridos). Os jornais que os seniores costumam ler são: *Correio da Manhã* (seis inquiridos), *Expresso* (cinco inquiridos), *Região de Leiria* (quatro inquiridos), *Público* e o *Jornal de Leiria* (com três inquiridos cada) e o *Diário de Leiria*, *Avante*, *A Bola*, *Semanário* (com um inquirido cada). Também neste caso alguns dos seniores optaram por referir o tipo de jornais que leem: jornais desportivos

(dois inquiridos), jornais locais e, numa caracterização ainda mais genérica, periódicos (com um inquirido cada).

Relativamente à questão se os seniores veem televisão, a resposta negativa foi dada por apenas um inquirido, como está apresentado na Tabela 19. Na Tabela 20 são identificados os programas mais vistos pelos inquiridos e na Tabela 21 é mostrado o tempo médio por dia que os seniores dependem a ver televisão.

Tabela 19 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Vê Televisão?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Vê Televisão?	Sim	22	95,7%
	Não	1	4,3%
Total		23	100,0%

Tabela 20 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Que tipo de programas gosta mais de ver?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Que tipo de programas gosta mais de ver?	Cinema e séries	1	4,5%
	Concursos	1	4,5%
	Concursos, Notícias e Séries	1	4,5%
	Debates	1	4,5%
	Diversos	1	4,5%
	Espetáculos e Notícias	1	4,5%
	Informação	1	4,5%
	Notícias	2	9,1%
	Notícias e Documentários	1	4,5%
	Telenovelas	1	4,5%
	Opinião e Cinema	1	4,5%
	Programas Culturais e Notícias	1	4,5%
	Séries	1	4,5%
	Séries e Outros	1	4,5%
	Telejornal	4	18,2%
	Telenovelas e Documentários	1	4,5%
	Não Respondeu	2	9,1%
	Total	22	100,0%

Tabela 21 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Tempo médio por dia que depende a ver televisão*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Tempo médio por dia que depende a ver televisão			
	Meia hora	3	13,6%
	Uma hora	3	13,6%
	Hora e meia	1	4,5%
	Duas horas	10	45,5%
	Três horas	1	4,5%
	Quatro horas	1	4,5%
	Não Respondeu	3	13,6%
Total		22	100,0%

No que respeita à questão se viam televisão, 22 inquiridos responderam que sim e apenas um inquirido respondeu que não. Quando questionados sobre o tipo de programas que mais gostam de ver, as respostas dos seniores foram bastante diversificadas, como se pode verificar: notícias, com telejornal e informação incluídos (10 inquiridos); séries (quatro inquiridos); concursos, telenovelas, cinema e documentários (com dois inquiridos cada); debates, espetáculos, opinião, programas culturais (com um inquirido cada). Um dos inquiridos respondeu que os programas eram diversos.

Dos seniores inquiridos, 10 responderam veem televisão em média duas horas por dia, já três dos inquiridos referiram que são espetadores televisivos durante uma hora diária e outros três dos seniores assistem a transmissões televisivas durante meia hora por dia. Os intervalos de tempo de hora e meia, três horas e de quatro horas foram assinalados, cada um, por apenas um inquirido.

A Tabela 22 apresenta os resultados da questão colocada aos seniores se utiliza outros meios de comunicação. Os seniores que responderam ao inquérito foram convidados a identificar outros meios que utilizam e que não estivessem referidos no questionário. As respostas dadas podem ser visualizadas na Tabela 23.

Tabela 22 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Utiliza outros meios de comunicação?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Utiliza outros meios de comunicação?	Sim	18	43,5%
	Não	4	56,5%
	Total	23	100,0%

Tabela 23 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Quais?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Quais?	Computador	1	5,6%
	<i>Emails</i> e SMS ³³	1	5,6%
	<i>Emails</i>	1	5,6%
	Internet	7	38,9%
	Internet, <i>Facebook</i> e <i>Email</i>	1	5,6%
	Internet e Telemóvel	1	5,6%
	Internet, Telemóvel e Telefone	1	5,6%
	<i>Emails</i>	1	5,6%
	<i>Emails</i> e <i>Facebook</i>	1	5,6%
	Rádio e Internet	1	5,6%
	Telefone e Telemóvel	1	5,6%
	Telemóvel	1	5,6%
	Não respondeu	0	0,0%
	Total	18	100,0%

Ao visualizar a Tabela 22, verificamos que 18 dos inquiridos utilizam outros meios de comunicação. Pelas respostas dos seniores quando foram convidados a identificar que outros meios de comunicação utilizavam,

Tabela 23, verificámos que alguns já tinham sido anteriormente referidos, como é o caso do: *email*, Internet, *facebook*, telemóvel, telefone. Os meios de comunicação que ainda não tinham sido identificados nas perguntas anteriores são os seguintes: o rádio, o computador e SMS.

³³ Short Message Service

A Tabela 24 resume a resposta dos participantes do inquérito relativamente à questão se já utilizaram ou não o computador. Quanto à pergunta se essa utilização é feita pelos seniores sozinhos ou acompanhados, os dados são apresentados na Tabela 25. A Tabela 26 enumera quais os acompanhantes dos inquiridos.

Tabela 24 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Já utilizou o computador?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Já utilizou o computador?	Sim	23	100,0%
	Não	0	0,0%
	Total	23	100,0%

Tabela 25 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Se já utilizou o computador, fê-lo sozinho ou acompanhado?*

			Frequência absoluta	Frequência relativa %
Se já utilizou o computador, fê-lo sozinho	Sozinho	Sim	23	100,0%
		Não	0	
	Total		23	100,0%
ou acompanhado?	Acompanhado	Sim	8	34,8%
		Não	15	65,2%
	Total		23	100,0%

Tabela 26 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Acompanhado por quem?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Acompanhado por quem?	Em grupo	1	12,5%
	Filhos, amigos e colegas	1	12,5%
	Professores	4	50,0%
	Professora de Informática e colegas	1	12,5%
	Não respondeu	1	12,5%
	Total	8	100,0%

Todos os inquiridos responderam que já utilizaram o computador sozinhos e oito dos inquiridos referiu que já utilizou este equipamento acompanhado. Neste último caso, os

seniores identificaram os seguintes acompanhantes: professores (cinco inquiridos); colegas (dois inquiridos); um grupo, filhos e amigos (um inquirido).

O computador pode ser utilizado nos mais variados locais. Na Tabela 27 são apresentados os locais onde os inquiridos responderam que utilizam os computadores. Na Tabela 28 é apresentada a frequência de utilização do computador pelos seniores que responderam ao questionário.

Tabela 27 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Onde utiliza o computador?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Onde utiliza o computador?	Casa	6	26,1%
	Casa e Escola	14	60,9%
	Casa, Local de Trabalho e ESECS	1	4,3%
	Em todo o Lado	2	8,7%
	Não respondeu	0	0,0%
	Total	23	100,0%

Tabela 28 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Com que frequência utiliza o computador?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Com que frequência utiliza o computador?	Sete dias por semana	14	60,9%
	Seis dias por semana	1	4,3%
	Cinco dias por semana	1	4,3%
	Quatro dias por semana	2	8,7%
	Três/quatro dias por semana	1	13,0%
	Quase diariamente	2	8,7%
	Não respondeu	2	0,0%
	Total	23	100,0%

Ao inquirir os seniores verificamos que 14 dos seniores inquiridos no questionário utilizam o computador em casa e na escola, seis referiram que utilizam o computador em casa, dois dos inquiridos declararam que utilizam o computador em todo o lado e um inquirido respondeu que o utiliza em casa, na escola e no local de trabalho.

O grupo de entrevistados respondeu que utiliza com muita frequência o computador, catorze dos inquiridos declararam mesmo que utilizam o computador todos os dias, um inquirido respondeu que a sua utilização do computador tem uma frequência de seis dias por semana; um inquirido referiu que utiliza o computador cinco dias por semana; dois inquiridos declararam que utilizam o computador durante quatro dias por semana; um dos seniores referiu que utiliza o computador entre três e quatro dias por semana; dois inquiridos responderam que utilizam este equipamento quase diariamente. Dois dos seniores optaram por não responder.

Os seniores identificaram um número grande e diversificado de tarefas que executam no computador. Na Tabela 30 são enumeradas as tarefas indicadas pelos seniores.

Tabela 29 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Que atividades realizou no computador?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Que atividades realizou no computador?	Cursos de Informática	1	4,3%
	Diversos	2	8,7%
	Internet e Diversos Programas	1	4,3%
	<i>Email, Facebook, Youtube, entre outros</i>	1	4,3%
	<i>Emails, Pesquisas, Chats, Facebook, entre outros</i>	1	4,3%
	<i>Pesquisas, Leituras, Email</i>	1	4,3%
	Photoshop	1	4,3%
	Photoshop, PowerPoint, Facebook, Ferramentas Windows, Jogar	1	4,3%
	Processador de Texto, Mapas, Relatórios, Imagens (web)	1	4,3%
	Processamento de texto, Inserção de imagens, PowerPoint, filmes, brincadeiras várias	1	4,3%
	RVCC	1	4,3%
	Trabalho/Lazer	1	4,3%
	Trabalhos Académicos/PowerPoint	1	4,3%
	Trabalhos no Word, Excel, PowerPoint, Publisher, etc.	1	4,3%

Tabela 30 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Que atividades realizou no computador?*

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Que atividades realizou no computador?	Trabalhos no Word, Excel, PowerPoint, Publisher, etc.	1	4,3%
	Várias tarefas relacionadas com o trabalho, o lazer e o conhecimento	1	4,3%
	Word, Excel, <i>Email</i> , <i>Facebook</i> , PowerPoint, Skype, Photoshop,		
	Pesquisas na Internet	1	4,3%
	Word, PowerPoint, Excel	1	4,3%
	Não Respondeu	5	21,7%
Total		23	100,0%

Os seniores responderam que executam as mais variadas atividades no computador, tais como: utilização do PowerPoint (seis inquiridos); utilização do processador de texto (cinco inquiridos); uso do *Email* e do *Facebook* (quatro inquiridos cada); realização de pesquisas, utilização do Photoshop, para atividades de lazer e utilização do Excel (três inquiridos cada); utilização da Internet, para a atividade profissional, para a realização de trabalhos académicos (dois inquiridos cada); aceder ao *Youtube*, para leituras, para acesso a *chats*, utilização das ferramentas do Windows, para a visualização de filmes, para utilização do Publisher, para utilização do *Skype* e para o processo de RVCC (um inquirido cada). Um dos inquiridos respondeu ainda que o utilizava para obtenção de conhecimento.

Na Tabela 31 é apresentada a síntese dos serviços utilizados pelos seniores inquiridos.

Tabela 31 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Atividades realizadas (relacionadas com os serviços)*

Atividades realizadas (relacionadas com os serviços)	Frequência absoluta	Frequência relativa %
Enviar/receber <i>e-mail</i>	23	100%
Telefonar via Internet/videoconferência	15	65,2%
Conversar por mensagem escrita	20	87,0%
Partilhar os trabalhos na Internet	9	39,1%
Aceder ao Portal do Cidadão	12	52,2%
Aceder a serviços <i>online</i> recorrendo à autenticação através do Cartão do Cidadão	4	17,4%
Aceder ao portal da Segurança Social	10	43,5%
Aceder ao portal das Finanças	19	82,6%
Aceder ao portal da Saúde	10	43,5%
Aceder ao portal do Utente	7	30,4%
Aceder ao portal da Direção Nacional de Saúde	5	21,7%
Aceder ao portal do Instituto da Mobilidade e dos Transportes	7	30,4%
Utilizar os serviços <i>online</i> dos CTT	5	21,7%
Aceder ao banco <i>online</i>	17	73,9%
Fazer compras <i>online</i>	16	69,6%
Ver imagens de lugares (países, cidades, monumentos)	23	100,0%
Visualizar vídeos	22	95,7%
Ouvir rádio/ver televisão através da Internet	13	56,5%
Jogar	10	43,5%
Ler jornais e/ou revistas	20	87,0%
Pesquisar e consultar informação sobre saúde	17	73,9%

Após a análise da tabela anterior é possível concluir que os inquiridos utilizam um grande número de serviços que é colocado ao seu dispor com recurso à tecnologia. Esta situação pode dever-se ao facto de os seniores utilizarem frequentemente as tecnologias.

Relativamente aos serviços utilizados, todos os inquiridos responderam que pesquisam imagens de países, de monumentos e de cidades e que enviam e recebem *emails*. Outros dos serviços que também são muito utilizados pelos inquiridos é a visualização de vídeos na Internet, com 22 dos inquiridos a assumir esse uso. A conversação por mensagem escrita é um serviço utilizado por 20 dos inquiridos e o mesmo número de seniores leem jornais e revistas através da Internet. Dos inquiridos, 19 acedem ao portal das Finanças, enquanto 17 dos seniores questionados pesquisam e consultam informação sobre saúde e acedem ao banco através da Internet. Fazem compras *online* 16 inquiridos e 15 utilizam a videoconferência para comunicar. Ouvir rádio e televisão através da Internet é uma atividade realizada por 13 dos inquiridos e outros 12 dos que responderam ao inquérito acedem ao Portal do Cidadão.

Jogar, aceder ao Portal da Segurança Social e aceder ao Portal da Saúde são atividades realizadas por 10 dos inquiridos. Nove dos inquiridos afirmam que partilham trabalhos na Internet, sete dos seniores já acederam ao Instituto da Mobilidade e dos Transportes e ao Portal do Utente. No leque de serviços *online* menos utilizados pelos inquiridos estão: serviços dos CTT e Direção Nacional de Saúde, com cinco inquiridos, e acesso a serviços *online* com recurso à autenticação através do Cartão do Cidadão, com quatro inquiridos.

Relativamente às atividades relacionadas com serviços, 14 dos seniores inquiridos responderam que realizam outras atividades, como se pode atestar pela visualização da Tabela 32. Na Tabela 33 estão identificadas as principais atividades realizadas pelos seniores que participaram neste questionário.

Tabela 32 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Outros* (atividades relacionadas com serviços)

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Outros <i>Outros</i> (atividades relacionadas com serviços)	Sim	14	60,9%
	Não	9	39,1%
Total		23	100,0%

Tabela 33 - Quadro resumo das frequências absolutas e relativas da variável *Outros* (atividades relacionadas com serviços)

		Frequência absoluta	Frequência relativa %
Outros (atividades relacionadas com serviços)	Atividades da NASA	1	7,1%
	Fazer vídeos através do <i>Movie Maker</i> e trabalhos em PowerPoint	1	7,1%
	Impressos para eventos, Impressos para transportes, <i>downloads</i> de músicas	1	7,1%
	Outras informações relacionadas com a minha área de atividade (fornos para cerâmica)	1	7,1%
	Ouvir música no <i>Youtube</i>	1	7,1%
	Pesquisas variadas	1	7,1%
	Pesquisas, traduções	1	7,1%
	Pesquisas de carácter diversificado	1	7,1%
	Portal da habitação, Diário da República eletrónico	1	7,1%
	Projetos em PowerPoint, Word, Publisher, Excel, Álbuns Digitais, Converter ficheiros de música MP3. <i>Dropbox</i> , Google Drive	1	7,1%
	Realizar um PowerPoint, Organizar pastas com fotografias, Word, Excel, Converter ficheiros, Álbuns de fotos, Google Drive, <i>Dropbox</i>	1	7,1%
	Receitas de Culinária	1	7,1%
	Trabalhos com PowerPoint, Vídeos, Postais, Etc.	1	7,1%
	Vídeos, Fotos	1	7,1%
Não Respondeu	0	0,0%	
	Total	14	100,0%

Como se pode verificar na tabela anterior, existem várias atividades que já foram referidas anteriormente, como é o caso, apenas para referir alguns exemplos, da utilização das

ferramentas do Office e do *Youtube*. Os seniores inquiridos responderam que efetuam pesquisas sobre os mais variados temas; que veem e fazem vídeos; que fazem *downloads* de músicas; que criam álbuns de fotografias, postais e materiais para eventos e transportes; que fazem traduções; que utilizam plataformas de partilhas de ficheiros, como o Google *Drive* e a *Dropbox*; que convertem ficheiros em MP3; que acedem ao Portal da Habitação e que leem o Diário da República *online*.

5.2. Análise dos resultados qualitativos

Nesta secção realizou-se a análise qualitativa das 16 entrevistas realizadas, que foram recolhidas junto do grupo de seniores voluntários. Estas foram realizadas com o objetivo de fazer um levantamento dos serviços utilizados pelos seniores, tendo sido também importante perceber os principais receios, dificuldades e/ou facilidades dos seniores quando acedem aos vários serviços.

Considerou-se relevante averiguar se existem indícios que possam sugerir quais as principais motivações que contribuíram para a utilização das tecnologias e também se as mesmas vieram simplificar ou complicar a vida dos seniores. Ainda neste âmbito, entendeu-se que seria pertinente tentar perceber se os seniores se sentiram pressionados a utilizar as tecnologias e como encaram o processo de aprendizagem das mesmas.

Foi importante recolher a opinião dos inquiridos e procurar aferir se estes consideram que os seniores que não possuem as competências básicas para utilização das tecnologias podem ter a sua autoestima e bem-estar afetados ou, por outro lado, se esse facto não tem influência na sua vida. Ainda relativamente a esta temática, fez-se um levantamento de opiniões junto dos inquiridos para perceber se consideravam que os seniores que não têm acesso às tecnologias podem eventualmente ser discriminados pela sociedade.

Com a finalidade de perceber se os seniores inquiridos já consideram o computador e a Internet um serviço indispensável, os mesmos foram questionados se conseguiriam deixar de os utilizar.

5.2.1. Estatísticas de codificação

A codificação das entrevistas foi feita com recurso ao programa NVIVO 10. O número de referências ilustra o contributo dado por cada inquirido para a investigação. É de salientar que as referências dependem do conteúdo de cada entrevista e também da duração das mesmas. Na pasta “entrevistas” podem visualizar-se as entrevistas, o número de nós e as referências utilizadas (Figura 38).

Nome	Nós	Referências	Criado em	Criado por	Modificado em	Modificado por	Classificação
E1	53	154	15/07/2015 15:08	AV	17/09/2015 22:25	AV	
E2	54	166	15/07/2015 15:08	AV	17/09/2015 22:25	AV	
E3	54	163	15/07/2015 15:08	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E4	46	112	15/07/2015 15:08	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E5	48	154	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E6	51	132	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E7	55	169	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E8	55	181	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E9	53	145	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E10	54	172	15/07/2015 15:09	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E11	57	150	15/07/2015 15:10	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E12	54	186	15/07/2015 15:10	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E13	50	137	15/07/2015 15:10	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E14	55	150	15/07/2015 15:11	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E15	55	171	15/07/2015 15:11	AV	17/09/2015 22:26	AV	
E16	62	186	15/07/2015 15:11	AV	17/09/2015 22:26	AV	

Figura 38 - Lista de fontes utilizadas no programa NVivo

Na Figura 39, a coluna Referências está ordenada por ordem decrescente. Como se pode observar, o nó que possui mais referências é o nó “Serviços Utilizados” e o que possui menos referências é o nó “Desvantagens”. Nos seus depoimentos, os inquiridos referiram que os serviços tecnológicos já fazem parte da sua rotina diária e que estes vieram simplificar a sua vida.

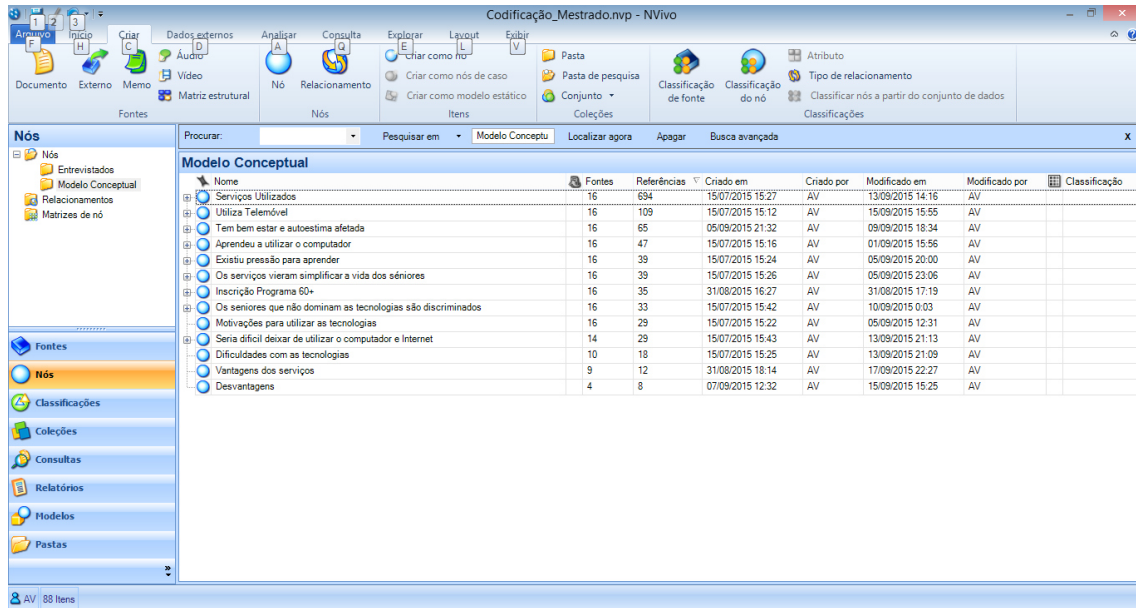


Figura 39 - Lista dos nós principais no programa NVivo

Deve salientar-se que o nó “Serviços Utilizados” é o mais complexo de todos e é constituído por vários subníveis. Como se pode observar na Figura 40, o nó “Públicos” possui o maior número de referências, sendo que também se pode visualizar o total de entrevistas que lhe estão atribuídas (número de fontes), neste caso a totalidade das entrevistas realizadas. Os nós “Leitor de código de barra para ver o preço” que existe em algumas grandes superfícies e as “Balanças para pesar utentes” que existem em alguns Centros de Saúde foram um contributo dos inquiridos, pois não constavam do guião da entrevista.

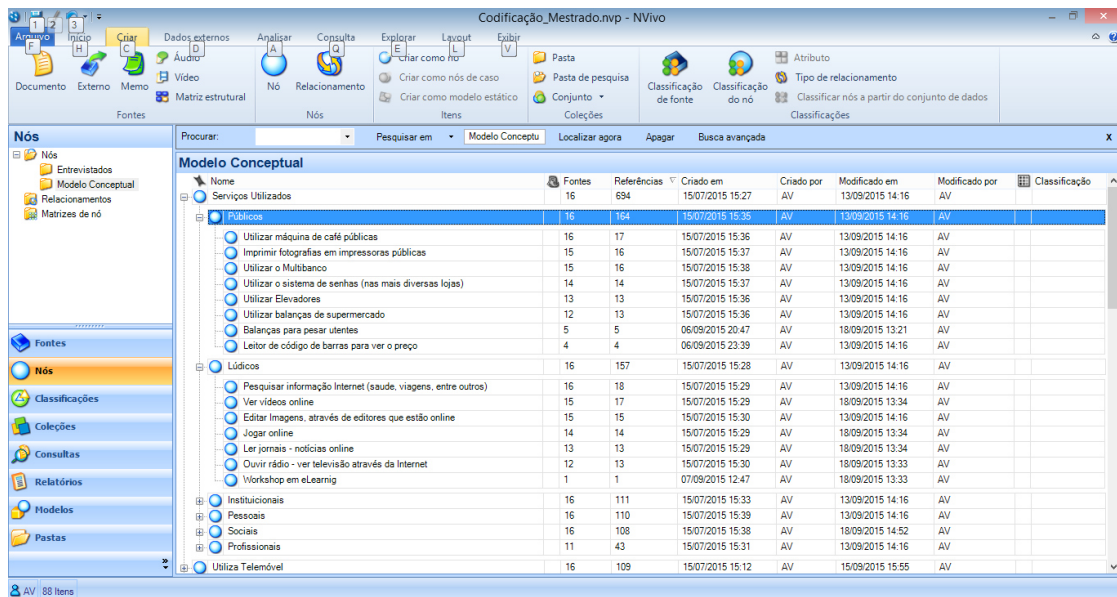


Figura 40 – Subníveis do nó *Serviços Utilizados* (Públicos e Lúdicos) no programa NVivo

No nó “Institucionais”, os inquiridos referiram que utilizavam vários serviços que não constavam no guião da entrevista, como é o caso dos nós: “Diário da República *online*”, “ADSE Direta (*online*)”, “Registo da Tensão Arterial *online*”, “Aceder ao IMT *online*” e “Aceder à Caixa Geral de Aposentações *online*”. Analisando o nó “Pessoais”, verifica-se que não foram acrescentados mais serviços pelos inquiridos, mas para uma melhor compreensão dividiu-se o nó “Efetuar compras *online*” em vários subitens (Figura 39).

The screenshot shows the NVivo software interface with a conceptual model. The main table displays the following data:

Nome	Fontes	Referências	Criado em	Criado por	Modificado em	Modificado por	Classificação
Institucionais	16	111	15/07/2015 15:33	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Aceder às Finanças	15	16	15/07/2015 15:33	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Aceder à Segurança Social	14	15	15/07/2015 15:33	AV	18/09/2015 13:28	AV	
Aceder a outros Portais Institucionais (Cidadão - Utente)	12	13	15/07/2015 15:34	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Utilizar os Serviços CTT	12	12	15/07/2015 15:35	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Ler Diário da República online	8	8	15/07/2015 15:35	AV	18/09/2015 13:28	AV	
ADSE Direta (online)	1	1	07/09/2015 12:54	AV	18/09/2015 13:33	AV	
Registo da Tensão Arterial online	1	1	07/09/2015 17:56	AV	18/09/2015 13:29	AV	
Aceder ao IMT online para renovar a carta	1	1	07/09/2015 19:20	AV	18/09/2015 13:30	AV	
Aceder à Caixa Geral de Aposentações online	0	0	06/09/2015 23:22	AV	18/09/2015 13:31	AV	
Pessoais	16	110	15/07/2015 15:39	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Efetuar compras online	15	29	15/07/2015 15:40	AV	18/09/2015 14:40	AV	
Outras compras	7	7	18/09/2015 14:00	AV	18/09/2015 14:40	AV	
Tirar bilhete de expresso online	2	2	07/09/2015 21:14	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Marcar viagens pela internet	1	1	07/09/2015 18:09	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Comprar bilhete do avião	1	1	18/09/2015 13:48	AV	18/09/2015 13:50	AV	
Comprar bilhetes de cinema	1	1	18/09/2015 13:49	AV	18/09/2015 13:51	AV	
Comprar bilhetes de comboio	1	1	18/09/2015 13:53	AV	18/09/2015 13:54	AV	
Aceder à conta bancária online	16	20	15/07/2015 15:40	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Utilizar plataformas de partilha de ficheiros	14	17	15/07/2015 15:40	AV	13/09/2015 14:16	AV	
Sociais	16	108	15/07/2015 15:38	AV	18/09/2015 14:52	AV	
Comunicar através de Email	16	23	15/07/2015 15:39	AV	18/09/2015 14:45	AV	

Figura 41 - Subníveis do nó *Serviços Utilizados* (Institucionais e Pessoais) no programa NVivo

Na Figura 42, mais concretamente no nó “Sociais”, voltam a ser registados novos contributos dos inquiridos, como é o caso dos nós *WhatsApp Web*, *Blog* e *Free Call*. O nó “Profissionais” não possui novos contributos por parte dos seniores inquiridos, esta situação é resultado do facto de a generalidade dos indivíduos que respondeu ao inquérito já não estarem ativos profissionalmente.

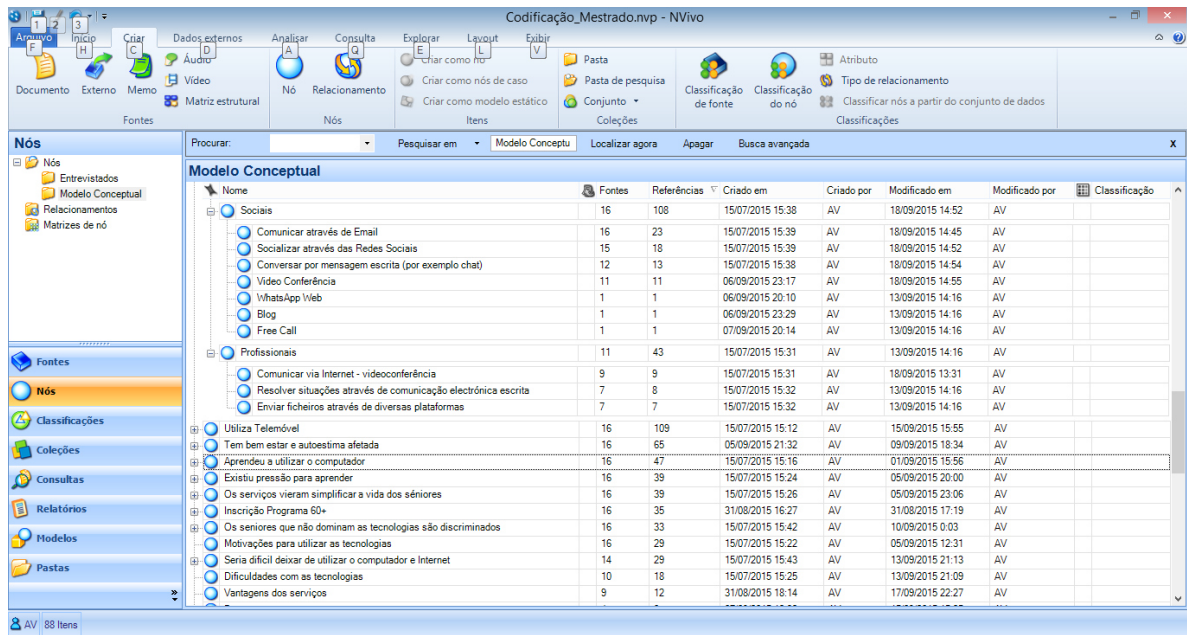


Figura 42 - Subníveis do nó *Serviços Utilizados* (Sociais e Profissionais) no programa NVivo

5.2.2. Apresentação de Resultados

Dos 16 entrevistados, nove são do género feminino e sete do género masculino e as entrevistas foram realizadas entre o dia 9 de julho e o dia 30 de julho de 2015. As entrevistas decorreram todas na ESECS (Escola Superior de Educação e Ciências Sociais) e foi possível assegurar a privacidade das mesmas, porque foram reservadas salas para o efeito. Todas as entrevistas foram individuais e efetuadas num só momento temporal e cada entrevista representa o depoimento de um sénior distinto.

Na Tabela 34 são apresentadas as entrevistas e as fontes empíricas utilizadas para codificação da investigação.

Tabela 34 - Tabela de fontes empíricas

Fontes título	Género	Tipo	Data	Local	Codificação
Entrevista Nº1	Feminino	Entrevista	09/07/2015	Leiria	E1
Entrevista Nº2	Masculino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E2
Entrevista Nº3	Feminino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E3
Entrevista Nº4	Masculino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E4
Entrevista Nº5	Masculino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E5
Entrevista Nº6	Feminino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E6
Entrevista Nº7	Masculino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E7
Entrevista Nº8	Feminino	Entrevista	16/07/2015	Leiria	E8
Entrevista Nº9	Feminino	Entrevista	22/07/2015	Leiria	E9
Entrevista Nº10	Feminino	Entrevista	23/07/2015	Leiria	E10
Entrevista Nº11	Masculino	Entrevista	23/07/2015	Leiria	E11
Entrevista Nº12	Feminino	Entrevista	23/07/2015	Leiria	E12
Entrevista Nº13	Masculino	Entrevista	29/07/2015	Leiria	E13
Entrevista Nº14	Feminino	Entrevista	30/07/2015	Leiria	E14
Entrevista Nº15	Masculino	Entrevista	30/07/2015	Leiria	E15
Entrevista Nº16	Feminino	Entrevista	30/07/2015	Leiria	E16

Relativamente à pergunta: “A possibilidade de frequentar disciplinas na área das TIC motivou-o/a a participar no programa no Programa 60+?”, a maioria dos inquiridos, 11 em 16, respondeu que o facto do Programa 60+ possibilitar formação na áreas das TIC foi uma das motivações para se inscreverem no mesmo. Através das citações seguintes, pode constatar-se que é dada grande importância às atividades relacionadas com as tecnologias.

“Foi principalmente por causa do programa de TIC que eu vim para o 60+”, Fonte E1

“Foi absolutamente determinante para responder e fazer face a uma certa lacuna que eu tinha nessa área”, Fonte E2

“Sim. TIC foi uma das disciplinas que mais me motivou porque foi aqui que aprendi a lidar com o computador e a escrever no computador. Quando vim para aqui não sabia nada.”, Fonte E6

Seis dos entrevistados referem que se inscreveram no Programa 60+ devido a outras atividades disponíveis, como por exemplo educação física. Um inquirido referiu que o convívio e a possibilidade de aprender também era uma grande motivação para a sua inscrição.

“Foi por outra razão, desconhecia que fazia parte do programa 60+”, Fonte E9

“Não, foi também para participar nas disciplinas. Também para conviver, para sair de casa, para me obrigar a ter um motivo para sair de casa e ir sempre aprendendo.”, Fonte E14

“Pelas TIC, sim, e também pela educação física que acho que é muito importante”, Fonte E16

Sobre a temática “Utiliza habitualmente o telemóvel? Se sim, para que fins? Sente dificuldades em utilizá-lo? Quais?”, todos os entrevistados responderam que utilizam o telemóvel com maior ou menor frequência, alguns responderam que usam quase todas as suas potencialidades, enquanto outros assumiram que utilizam apenas as funcionalidades básicas deste equipamento. Os entrevistados, a ter em conta as resposta dadas, utilizam o telemóvel para: contactar amigos, familiares; realizar contactos profissionais; desfrutar de momentos de lazer e momentos didáticos; utilizar as aplicações que estes oferecem, como por exemplo instalar e usufruir de uma APP³⁴ que permite o acesso às capas dos jornais, aos principais títulos das notícias do dia e a algumas das notícias; para enviar mensagens; para tirar fotografias; para aceder ao *email*, *Facebook* e até ao banco *online*.

As dificuldades assinaladas pelos entrevistados aquando da utilização dos telemóveis estão relacionadas, na sua generalidade, sobretudo com a mudança de telemóvel e com a utilização das funcionalidades mais avançadas.

“Tenho um *iPhone 4* e tive alguma dificuldade em adaptar-me, mas a maior dificuldade é às vezes em obter as aplicações, em seguir os passos para chegar às aplicações necessárias para eu utilizar.”, Fonte E2

“(…) porque de facto os telemóveis também evoluíram e agora ando com um mais sofisticado e não sei tirar partido dele”, Fonte E5

“(…) dificuldades sim, porque estas máquinas estão sempre a surpreender com inovações”, Fonte E8

“com este agora sinto um bocadinho porque o sistema operativo é assim um bocadinho diferente do meu outro telemóvel e este telemóvel foi-me oferecido e vinha sem instruções e então eu é que tenho estado lá a tentar e descobrir”, Fonte E10

Quando questionados com a pergunta: “Como é que aprendeu a utilizar o computador

³⁴ Aplicação móvel

(sozinho/com ajuda de familiares ou com formação)? Descreva algumas situações que, na sua opinião, são relevantes neste âmbito.”, é de referir que a formação foi referida como um fator importante para que um indivíduo aprenda a utilizar o computador. Três dos entrevistados responderam que aprenderam a utilizar o computador no Programa 60+, 10 dos seniores responderam que a formação foi um fator importante para a sua aprendizagem no mundo da informática. Segundo as respostas dadas, existiram outros fatores que foram relevantes para a sua aprendizagem neste campo, como a ajuda dos colegas (dois entrevistados), a ajuda da família (dois entrevistados), as pesquisas que realizaram (dois entrevistados) e um dos entrevistados referiu que a sua aprendizagem foi autodidata. A aprendizagem na utilização dos computadores é, em alguns dos casos, o resultado da junção de vários fatores que estão interligados entre si. As citações de alguns dos entrevistados ilustram a forma como adquiriram conhecimento na área da informática.

“Eu aprendi a utilizar o computador através de formação, basicamente paga do meu bolso e se calhar aí 80% 90%, 5% ou 10% paga pela instituição com formação interna e externa (...) com uma ânsia, uma avidez enorme de saber e sempre a perguntar as coisas aos colegas, fomos também aprendendo uns com os outros e pesquisando algo também.”,
Fonte E1

“acho que foi acima de tudo com a ajuda do meu marido”, Fonte E9

“Sozinho (...) Tenho tido problemas no início e tenho problemas agora porque (...) as formações são iniciais ou são dirigidas a um determinado *software* ou um nível muitíssimo avançado, mas para determinado software, não existe formação ou pelo menos ainda não existe, também é tudo novo para um conhecimento médio das coisas.”, Fonte E11

“Eu aprendi na escola e depois fui vendo em que é que podia aplicar no trabalho (...) que foi uma revolução. Por exemplo, para fazer um gráfico eu tinha que fazer tudo à mão, com uma régua, com várias cores, e depois se me enganava lá ia um risquinho e ficava estragado tinha que fazer outro, ou apagar e ficava mal e no computador aquilo foi uma beleza.”,
Fonte E12

“Um pouco de tudo, porque na minha vida profissional tínhamos já os serviços informatizados, mas era só com aqueles programas (...) depois tendo conhecimento que havia aqui no IPL um programa na altura era o Teclar. (...) Inscrevi-me e foi aí que aprendi.”,
Fonte E14

Relativamente à temática “Quando foi necessário trabalhar com os computadores, quais as razões que o/a motivaram a utilizar as tecnologias?”, uma das principais motivações para aprender as tecnologias foi o gosto pessoal (13 entrevistados), mas também foram referidas motivações profissionais (oito entrevistados) como motivação para essa aprendizagem, como se podem atestar nas citações seguintes:

“(…) gosto desta área, se calhar se hoje eu fosse mais jovem se calhar era essa área que eu escolhia.”, Fonte E1

“(…) e um gosto, curiosidade de conhecer um pouco estas novas tecnologias.”, Fonte E4

“Primeiro foi por questões profissionais, não tinha nenhum contacto com o computador”,
Fonte E7

“(…) primeiro pela profissão que eu tinha”, Fonte E11

“(…) foi por querer aprender”, Fonte E13

“Foi motivação. Era uma coisa nova e uma pessoa gosta sempre de ter conhecimentos dessas coisas novas.”, Fonte E15

Para a questão “Sentiu-se pressionado/a pela sociedade para adquirir conhecimentos nesta área (por exemplo, estão disponíveis alguns serviços cujo acesso é efetuado através das novas tecnologias, sendo para isso necessário ter conhecimentos de informática)?, os entrevistados, na sua maioria (12 entrevistados), consideram que não sentiram pressão para aprender as tecnologias, porque já possuíam a motivação para se atualizar e tirar partido dos serviços oferecidos pelas mesmas, até porque em determinados relatos é mesmo referido que foram motivados pela família e também pelos colegas. Cinco dos entrevistados responderam que sentiram alguma pressão para aprender as tecnologias por causa do trabalho que exerciam, mas encararam com naturalidade esse processo, pois também estavam interessados e motivados para adquirir competências na área das tecnologias. Será interessante ler as transcrições de algumas das respostas:

“Senti-me pressionado profissionalmente e essa pressão ditou, entre aspas, que acabasse por ter que ser eu próprio a tomar essa iniciativa e ir além daquilo que seria expetável numa primeira fase”, Fonte E2

“Pois foi, na altura foi.”, Fonte E3

“(…) foi um gosto pessoal de querer observar algumas coisas que alguém já me dizia que era um mundo”, Fonte E4

“(…) foi por gosto que tenho e gosto de saber um bocadinho mais, agora a idade já me dificulta porque já não se decora com tanta facilidade. O que se aprende hoje amanhã já não se lembra, mas gosto.”, Fonte E5

“(…) Senti-me apoiada pelos meus filhos, eles acharam muito bem, que era interessante aprender”, Fonte E10

“Foi motivação. Era uma coisa nova e uma pessoa gosta sempre de ter conhecimentos dessas coisas novas.”, Fonte E15

“(…) tínhamos necessidade de corrigir trabalhos de formandos e por isso, portanto, acabei por fazer alguma formação, para saber o essencial.”, Fonte E16

No que respeita à pergunta “No seu entender, os serviços referidos na questão anterior vieram simplificar ou complicar a vida dos Seniores? Justifique a sua resposta. (Relate alguma circunstância constrangedora/facilitadora)”, a maioria dos seniores que foi entrevistado entende que os serviços disponibilizados através das tecnologias vieram simplificar a vida dos mesmos (nove entrevistados), já quatro dos entrevistados referem que vieram simplificar a sua vida, mas, por outro lado, também vieram complicar a vida dos seniores que não dominam as tecnologias. Três dos entrevistados responderam que a disponibilização de serviços *online* veio complicar a vida dos seniores. Será relevante referir que estas respostas estão relacionadas com os seniores que não dominam as tecnologias e não propriamente com a vida dos que responderam desta forma, porque são utilizadores das novas tecnologias. De seguida são disponibilizadas transcrições de algumas das respostas:

“Mas de facto os serviços informáticos vieram simplificar, porque basta ver que hoje em dia e eu pelo contexto profissional e não só, hoje posso marcar uma consulta através do portal da saúde, eu posso entregar a minha declaração de IRS através do portal das finanças, eu posso fazer n consultas, obter n esclarecimentos, obter o diário da república, eu sei lá que mais”, Fonte E2

“De alguns se calhar veio complicar, porque hoje já exigem que a maior parte das coisas sejam feitas *online* e há muitas pessoas que nós sabemos que não têm acesso”, Fonte E10

“(…) vieram simplificar a vida de toda a gente. A informática é evidente que veio simplificar a vida de toda a gente”, Fonte E11

“Para mim veio facilitar porque efetivamente hoje utilizo o computador diariamente. É através dele que eu leio as notícias, é através dele que vejo a parte social e utilizo muito o computador para fazer os meus pagamentos”, Fonte E13

“A maior parte se calhar vieram complicar (...) das faturas da saúde *online* e quando é 23% têm que lá ir, há gente que não tem computadores ainda, há pessoas da minha idade e mais velhos que eu.”, Fonte E15

Através da questão “Utiliza os serviços que são disponibilizados através das tecnologias? Se sim, dê exemplos de serviços que utiliza no seu quotidiano. Quais são os principais benefícios da sua utilização?”, foi possível averiguar que o grupo de seniores entrevistados utilizam os serviços oferecidos pelas tecnologias para fins lúdicos, profissionais, institucionais, públicos, sociais e pessoais. Os serviços mais utilizados pelos entrevistados são: pesquisar na Internet sobre os mais variados assuntos, como música, saúde, viagens, receitas, pintura, trabalhos manuais, dança, novos equipamentos tecnológicos, entre outros; utilizar as máquinas de café/sandes/bebidas; utilizar o multibanco; comunicar através do *email*; utilizar o sistema de senhas nas mais diversas lojas; socializar através da rede social *Facebook*; visualizar vídeos no *Youtube*; editar imagens *online*; utilizar plataformas para partilhas ficheiros (*Google Drive*; *Dropbox*; *Wetransfer*). Embora não seja na sua maioria, alguns dos seniores inquiridos também utilizam os seguintes serviços: ler notícias e jornais *online*, inclusivamente alguns referiram que recebem os resumos dos mesmos através de uma APP ou do *email*; aceder às Finanças e à Segurança social; conversar no *chat*, mesmo que muitos não façam disso um hábito; conversar com os familiares que estão longe através de videoconferência, mais especificamente através do *Skype*; aceder à conta bancária *online* e alguns deles fazem várias operações na mesma; utilizar as balanças do supermercado para saber previamente o peso e o preço da fruta/legumes que vão adquirir; efetuar compras *online* de diversos produtos; ver televisão ou rádio através da Internet; imprimir fotos nas impressoras públicas ou os trabalhos na

reprografia da escola; jogar *online*; consultar o Diário da República; aceder aos portais do cidadão/utente; utilizar o leitor do código de barras para saber o preço no supermercado; marcar viagens pela Internet; utilizar os serviços dos CTT (Correios de Portugal, S.A); comprar *online* os bilhetes do expresso, do comboio, do avião e do cinema; utilizar o *WhatsApp Web*; aceder à Caixa de Aposentações; aceder à ADSE (Direção Geral de Proteção Social aos Funcionários e Agentes da Administração Pública) direta; efetuar os registos da tensão arterial *online*; consultar o IMT (Instituto da Mobilidade e dos Transportes) para renovar a carta de condução; marcar consultas *online* e utilizar as balanças disponíveis para pesar utentes no do Centro de Saúde; e gerir um blog pessoal. As citações seguintes são meramente elucidativas, mas resumem a forma como os seniores que foram entrevistados usufruem dos serviços disponibilizados:

“Vídeos, sim, também vejo no *facebook* e no *youtube*, também gosto de ir ver. Editar imagens também e é isso que estou a aprender também.”, Fonte E1

“Aceder a pesquisas sejam elas de caráter lúdico com música, mesmo a nível da dança porque eu estou nessa área também um pouco como aluno seja a nível da dança seja a nível de outro tipo de informação faço essas pesquisas talvez ainda mais de música, imagens e vídeos. (...) depois utilizo aqueles serviços fundamentais para a o cidadão (...) Partilha de ficheiros têm sido muito pouco, recebi um ou outro ficheiro de um ou outro colega através da *dropbox*.”, Fonte E2

“Jogar não, pesquisar sim, jogar não, detesto jogar e detesto ser solicitada para jogar aliás eu ponho isso no *facebook* mas nem sempre resulta, para ler jornais sim (...) fazer compras já fiz algumas vezes mas não é uma opção que eu goste e não faço compras que tenha que pagar pela net.”, Fonte E3

“Os *mails* sim, mas não na atividade profissional (...) Sobretudo o multibanco é o que mais utilizo”, Fonte E4

“Sim, já falei mais houve uma altura que até falava quase todos os dias em *chat*.”, Fonte E5

“na Internet e também pesquisar culinária, qualquer coisa, ou músicas, muitas coisas.”, Fonte E6

“no banco só trato pela Internet, não tenho cheques (...) Não faço, simplesmente não compro.”, Fonte E7

“ver televisão através da Internet também, ainda hoje estive a passar a ferro, mas como não tenho televisão na casa toda levo o iPad e estou a ver a televisão”, Fonte E8

“E *facebook* é assim é interessante (...) porque através dos contactos que nós estabelecemos, acabamos por conhecer pessoas mais tarde, dos pontos mais diversos e conhecemos sem conhecer pessoas, se for preciso agora, na minha experiência pessoal, pessoas do Brasil que nós falamos como se conhecêssemos pessoalmente, pessoas que têm a mesma doença que eu, existe um grupo em que nós falamos acima de tudo da doença, para nos ajudarmos, para ensinarmos, para partilhar experiências”, Fonte E9

“Há sim! Jogo muito (...) E em questão de saúde eu tenho, eu entro para registar as medições, porque eu tenho a medição baixa e vou registando para ver as alterações e pronto é para isso, utilizo sim isso utilizo.”, Fonte E10

“Tudo eu marco viagens pela Internet e saúde se eu não sei uma coisa qualquer tudo o que seja. (...) Diário da República vejo todos dias é a primeira coisa que eu vejo”, Fonte E11

“comprei uma máquina de café da delta mas nem sempre efetuo porque geralmente pedem o número do cartão de crédito e eu só tenho cartão de débito”, Fonte E12

“Tenho o serviço de telefone que é o *Free Call* que é para fazer chamadas gratuitas para todo o mundo”, Fonte E13

“Tenho *facebook*. *Tem mais alguma das redes sociais?* Não só *facebook* e também não sou muito curiosa”, Fonte E14

“Jornais tenho sempre um mail com o resumo dos jornais todos e então vejo por ai. (...) Skype sim quando a minha filha vai para o estrangeiro e utilizamos o Skype para falar porque fica mais barato que o telemóvel”, Fonte E15

“Nos pessoais aceder à conta bancária, sim.”, Fonte E16

A decisão de ter ou não acesso aos dados bancários *online* prende-se na generalidade dos casos com a segurança. Alguns dos entrevistados afirmaram ser despreocupados com os riscos de segurança e outros responderam que possuem o receio que as suas contas sejam atacadas por piratas informáticos. Relativamente às compras na Internet, alguns seniores que foram entrevistados responderam que não fazem compras *online* porque têm receio e outros referiram não fazerem este tipo de compras por causa do modo de pagamento, pois

em muitas situações é necessário cartão de crédito. São disponibilizadas de seguida algumas citações:

“Não faço, simplesmente não compro. Mas já teve alguma experiência desagradável ou simplesmente não utiliza? Não, não utilizo porque tenho receio na segurança”, Fonte E7

“O multibanco sim, utilizo muitas vezes, no multibanco em casa não mas por receio de *fishing* sim tenho receio disso que vão à sua conta sim às vezes vou ao site quando é necessário e porque temos um código de acesso. (...) e só tenho cartão multibanco normal e então às vezes pedem o número do cartão e não dá para fazer por exemplo se quiser comprar bilhetes no *Ticketline*, eles pedem o número do cartão de crédito quando é assim peço à minha filha e ela compra, como ela costuma utilizar é só por isso. Mas há outros que não nós fazemos a compra *online* e eles dizem o código de pagamento do serviço, nós vamos pagar ao multibanco colocamos lá a referência”, Fonte E12

“Há pessoas que dizem têm calma com as senhas disto, sou muito despreocupado com isso (...) como também não tenho muito dinheiro se me roubarem é pouco (...) olha a senha roubam-te isto, é pá também se me roubarem se for um mês de ordenado também não levam muito.”, Fonte E13

No que respeita à questão “Acha que quem não dominar minimamente as tecnologias poderá ter o seu bem-estar e autoestima afetados? Conhece casos em que é difícil para o cidadão ter acesso aos serviços disponibilizados através das tecnologias?”, cinco dos entrevistados entendem que o facto de os seniores não terem acesso às tecnologias e aos serviços disponibilizados pelas mesmas não implica que o seu bem-estar e a autoestima sejam afetados. Para sete dos seniores que participaram nas entrevistas, o não ter acesso aos serviços disponibilizados pelas tecnologias poderá afetar o bem-estar e a autoestima de um indivíduo, sendo que, segundo os entrevistados, a autonomia será o aspeto mais condicionado. Para os restantes inquiridos, o impacto da falta de competências nesta área depende de cada indivíduo, pelo que poderão existir casos em que os indivíduos são afetados e casos que tal não acontece. De seguida, podem ser lidos alguns dos relatos efetuados pelos inquiridos relativamente a esta questão:

“Não eu acho que não, também depende do interesse das pessoas, há pessoas que têm mais interesse pelas tecnologias outras por uma leitura outras por sei lá outras coisas.”, Fonte E1

“Depende de cada pessoa penso eu, para uns isso pode ser um trauma de alguma afetação social para outros nem tanto, depende da maneira como se encara o dia-a-dia e a sua vivência, para mim atualmente se calhar ficava um pouco já desajustado”, Fonte E4

“Eu acho que afeta e tenho todos os meus amigos com quem tenho conversado já consegui motivar muitos e alguns até andam cá porque viam o meu exemplo porque eu me sinto muito satisfeito em saber o pouco que sei”, Fonte E5

“Conheço até alguns que até dizem que eu não preciso nada disso mas ao mesmo tempo se calhar até precisavam porque no meio de um grupo estando todos a falar de um assunto que todos conhecem através da Internet e assim, acho que as pessoas ficam um bocado de *parte.*”, Fonte E6

“bem-estar não, não sei mas afeta um bocadinho a liberdade da pessoa, a independência da pessoa que têm que estar dependente de alguém para lhe fazer isso”, Fonte E12

Na questão “Na sua opinião, os seniores que não dominam as tecnologias são discriminados pela sociedade? Justifique a sua resposta”, verificou-se que a maioria dos seniores que participaram na entrevista entendem que a sociedade não discrimina os seniores que não sabem utilizar as tecnologias, embora alguns depoimentos refiram que tal acaba por acontecer porque “não têm o mesmo tipo de igualdade de oportunidades na utilização desses meios”, (Fonte E2). Relativamente a esta temática as descrições de alguns dos entrevistados ajudam a compreender a sua posição relativamente a esta questão:

“Discriminar é uma palavra um bocado forte, acho que a sociedade não os discrimina, mas a sociedade penso que não se preocupa muito com eles também é verdade”, Fonte E7

“eu também acho que não porque não é uma questão de discriminação porque podem não ter até tendência, ou não terem tido oportunidade de, ou não terem gosto pessoal pela área”, Fonte E8

“Eu penso que isso é o normal da evolução, por vezes salvaguardam essas situações por exemplo agora saiu a lei que quem faz contratos de arrendamento têm que registar *online*, emitir recibos *online* e para os que têm mais de 65 não se adapta podem continuar a fazer em formato papel, passar recibos em formato papel e depois passam a declaração no final do ano em janeiro salvo erro, penso pronto eu salvaguardaram um bocadinho as dificuldades das pessoas, mas há outras que não é mesmo obrigatório e as pessoas pedem,

há sempre alguém da família ou mais novo, normalmente as pessoas mais novas não têm esse problema (...).”, Fonte E12

Ao ser lançada a questão “Caso seja utilizador das tecnologias, seria difícil deixar de utilizar computador e Internet?”, todos os entrevistados responderam que seria difícil deixar de utilizar as tecnologias, mais concretamente a Internet e o computador. Verificou-se que os seniores entrevistados não usufruem destas tecnologias com a mesma frequência, mas de uma forma ou de outra existem sempre serviços que assumiram ser essenciais para o seu quotidiano. Alguns dos inquiridos são mais específicos e afirmam que o impedimento de usar a Internet ou o computador é similar a ter o carro avariado ou não ter água nem luz em casa. São disponibilizados de seguida alguns excertos das respostas dadas nesta questão:

“Sim, sim é um hábito e é uma companhia também uma vez que eu grande parte do tempo estou sozinha e portanto isso também é uma forma de comunicar com outros.”, Fonte E3

“Para mim agora era tão difícil como deixar o carro que é um acessório que eu utilizo muito e eu já não consigo sem ir ao computador nem que seja só abrir e fechar para ver o correio”, Fonte E5

“Para mim difícil não era a única coisa que me fazia falta era a informação”, Fonte E11

“É como quando falha a luz, tal e qual”, Fonte 12

“Não é que todos os dias vá ou que possa ir, tenho a uma vida inda muito ocupada mas fazia diferença.”, Fonte E14

“Sim a gente depois habitua-se não é, e acaba por ser uma necessidade”, E16

Relativamente às dificuldades na utilização das tecnologias e segundo as respostas dadas, estas estão relacionadas com gestão da informação no computador. Existe também a dificuldade em obter formação à medida do formando; dificuldades na gestão da identidade dos indivíduos no *Facebook*; dificuldade em gerir comportamentos que não são habituais no computador, como vírus ou outras mensagens que não são usuais; a mudança de computador por vezes significa um sistema operativo mais atualizado, o que implica um período de adaptação e também algumas dificuldades na utilização do mesmo; dificuldades em utilizar as plataformas para enviar ficheiros; dificuldade em perceber a lógica do

computador, o que torna mais difícil adquirir essas competências. Será interessante ler alguns excertos das respostas dadas:

“Às vezes a gente está a querer pôr as fotografias, pensa que têm as têm lá e depois fogem, ou não se sabe para onde ou fogem mesmo.”, Fonte E1

“Ao publicar essas imagens aparece depois na minha publicação, estava com fulano, estava com sicrano o que não é verdade e aquilo não fui eu que fiz aquilo”, Fonte E4

“Há sim no computador de vez em quando estou lá com quebra-cabeças com ele porque ou são vírus ou são qualquer coisa que aparece que às vezes transcende que não consigo resolver, lá tenho que eu pedir ajuda ou dos meus filhos (...) só agora há pouco tempo para cá é que comecei a saber organizar as coisas eu de natureza sou muito desorganizado mas houve uma altura que perdia mais tempo à procura delas do que a fazer os trabalhos, agora não tanto mas mesmo assim ainda me perco muitas vezes.”, Fonte E5

“o meu pai por acaso até se desenrasca também com o computador mas a minha mãe não (...) mas para ela é impossível é uma lógica muito diferente.”, Fonte E9

“Ainda ontem uma senhora me pediu (...) não se importa de vir aqui a minha casa porque agora tenho aqui um computador novo não percebo nada disto eu quero ver aqui uma coisa e não consigo”, Fonte E10

“Tenho tido problemas no início e tenho problemas agora porque normalmente as formações são, (...) é difícil ter uma formação que não seja ou inicial, as formações (...) são dirigidas a um determinado *software* ou um nível muitíssimo avançado, mas para determinado software, não existe formação ou pelo menos ainda não existe, também é tudo novo para um conhecimento médio das coisas.”, Fonte E11

“Às vezes surgem dificuldades mas depois vou procurando, vou vendo e depois às vezes vou consultando os apontamentos quando não consigo descobrir”, Fonte E12

Através das entrevistas semiestruturadas foi possível aferir os serviços utilizados, as dificuldades e/ou facilidades na sua utilização e também a opinião dos inquiridos relativamente a várias questões relacionadas com a sociedade, os seniores e as tecnologias.

5.2.3. Dificuldades observadas na utilização das tecnologias

No decorrer dos dois semestres, houve o cuidado por parte da investigadora de enviar com antecedência a maioria das fichas orientadas da atividade e dos ficheiros para o correio eletrónico dos seniores. Tal opção motivou que, na sua generalidade, os formandos já possuíam os ficheiros necessários para a sessão, no entanto, caso fosse necessário, estes materiais também eram fornecidos nas sessões. Os turnos não eram homogéneos nos seus conhecimentos, o que dificultou a gestão dos índices motivacionais dos seniores no decorrer das sessões, porque alguns dos participantes acharam as tarefas bastante acessíveis e outros reportaram à investigadora que as atividades propostas eram complicadas.

Durante as sessões, a investigadora tirou algumas notas, as designadas notas de campo, que foram um importante auxílio no levantamento das dificuldades e/ou facilidades evidenciadas pelos seniores no decorrer das sessões. No documentário produzido foram efetuadas referências a algumas dessas dificuldades, como por exemplo na gestão dos ficheiros digitais que possuíam. As dificuldades evidenciadas pelos seniores foram sendo ultrapassadas, porque o *Workshop* foi adaptado às solicitações e às capacidades dos participantes. Existiu este cuidado por parte da investigadora, porque se percebeu que é muito importante ajustar os conteúdos às características dos participantes de uma formação.

As dificuldades observadas nas sessões estiveram relacionadas, por exemplo, com a quantidade de informação necessária para resolver um exercício, pois os seniores evidenciaram dificuldades quando tiveram que fazer múltiplas tarefas ou então quando frequentaram várias formações de informática em simultâneo, nas quais foram abordadas várias aplicações com filosofias diferentes. Esta dificuldade ocorre, porque embora os seniores possuam a mesma capacidade que os jovens em manter a concentração num determinado tema (Cancela, 2007), estes têm dificuldade em dividir a atenção por múltiplas tarefas (Cancela, 2007; Czaja & Sharit, 2013; Gomes, 2014; Vaz-Serra, 1986). É de referir que esta temática foi aprofundada no primeiro capítulo.

Nas sessões do *workshop*, os formandos também revelaram dificuldades na compactação e descompactação de ficheiros, pois os seniores possuíam uma imagem num ficheiro comprimido e tentavam abrir essa imagem diretamente através do programa de edição de imagem. A principal dificuldade residia no facto de ser possível visualizar a imagem que estava comprimida, mas depois não ser possível editá-la nos programas de edição sem a descompactar.

Outra das dificuldades detetadas prendeu-se com alguma confusão dos seniores ao gravar-se um projeto em Photoshop ou em Gimp, pois só passado algum tempo é que alguns dos formandos se aperceberam que se gravassem o trabalho desenvolvido na extensão do Photoshop não tinham a possibilidade de ver a imagem na pasta. Para que conseguissem isso, tinham que fazer a gravação num formato que permita armazenar e pré-visualizar a imagem, como é o caso do formato jpg.

Relativamente aos programas de edição de imagem, as camadas e as máscaras foram duas filosofias que motivaram muitas questões por parte dos seniores, porque possuem uma lógica diferente da generalidade do restante *software*. Com o avançar da idade, existe um aumento da dificuldade em efetuar o raciocínio lógico (Velooso, 2014), o que implica que as tarefas que requerem um raciocínio lógico e complexo acabam por motivar que os seniores possam sentir dificuldades na assimilação de conhecimentos.

Ainda relativamente às dificuldades, embora no decorrer das pesquisas realizadas os seniores não tenham evidenciado dificuldades em encontrar a informação pretendida, foram detetados alguns problemas na gestão de ficheiros, isto porque, por exemplo, quando guardavam uma imagem retirada da Internet, posteriormente nem sempre os formandos sabiam onde a tinham guardado. Ainda neste contexto, existiram várias situações em que foi necessário que os seniores guardassem o projeto para que continuassem o trabalho na sessão seguinte, tendo-se verificado que, em alguns casos, os formandos não sabiam onde tinham arquivado o projeto. Em algumas das sessões, a formadora facultou aos seniores a sua versão do projeto para que pudessem dar continuidade ao trabalho a desenvolver.

Uma das principais dificuldades enfrentadas pelos seniores na utilização das TIC é a memorização dos comandos (Fernandes & Ferreira, 2012). No *Workshop*, as operações copiar e colar suscitaram dúvidas aos seniores, tendo a investigadora necessidade de efetuar vários esclarecimentos sobre estas funcionalidades.

Em algumas operações mais complexas, os seniores tiveram dificuldade em fixar os passos e foi necessário que a investigadora repetisse alguns dos conceitos. Aliás, outra das dificuldades relacionadas com as TIC prende-se com a dificuldade de memorizar os seus conteúdos (Gomes, 2014). Esta dificuldade está relacionada com os fatores biológicos do envelhecimento (analisados no primeiro capítulo desta dissertação).

5.3. Comentários finais ao Capítulo 5

Na presente investigação foram utilizados vários instrumentos de recolha de dados: questionários, entrevistas e diários de campo. Os questionários serviram para caracterizar o grupo no contexto de comunicação e informação e a utilização das tecnologias pelos seniores. As entrevistas tiveram como finalidade aprofundar e clarificar conceitos, pretendendo-se sobretudo obter o ponto de vista dos seniores relativamente aos serviços disponibilizados pelas tecnologias. Finalmente, os diários de campo permitiram identificar no contexto das sessões as dificuldades evidenciadas pelos seniores quando utilizaram as tecnologias.

Os diários de campo e as entrevistas serviram também para efetuar um levantamento das dificuldades evidenciadas pelos seniores na utilização das tecnologias. As dificuldades identificadas nos diários de campo foram:

- Na gestão de grandes quantidades de informação. Como nos vários exercícios foram disponibilizadas informações diversificadas e em número elevado, tal tornava-se muito confuso para os seniores. Na sua investigação, Ferreira (2013) afirma que um volume grande e diversificado de informação pode originar dificuldades na seleção da mesma, o que neste caso se confirmou;

- Na realização de múltiplas tarefas em simultâneo e na compreensão de informações similares veiculadas com abordagens diferentes, por exemplo quando frequentam formações de informática ao mesmo tempo;
- Na realização de operações como: copiar, colar e o *Print Screen*, tendo sido sempre necessário fazer esclarecimentos a vários seniores e em alguns casos optou-se por colocar explicações no próprio exercício proposto;
- Na compressão e descompressão dos ficheiros fornecidos, tendo sido sempre uma tarefa que suscitou as mais variadas questões;
- Na compreensão da filosofia dos programas de edição de imagem (*Photoshop* e *Gimp*), por exemplo na gestão das camadas e na aplicação das máscaras. Foram também detetadas dificuldades por parte dos seniores quando tinham que guardar os projetos e os resultados finais;
- Na gestão dos ficheiros no computador. Foram inúmeras as ocasiões em que os seniores guardaram ficheiros no computador, mas posteriormente não os conseguiam localizar.

As dificuldades na utilização das tecnologias e dos serviços enumeradas pelos seniores nas entrevistas semiestruturadas foram:

- Na utilização das funcionalidades avançadas dos telemóveis e na adaptação a um novo modelo;
- Na gestão dos ficheiros e das pastas no computador;
- Na gestão da rede social *Facebook*;
- Na remoção de vírus do computador;
- Na adaptação a um novo sistema operativo;
- Na utilização de plataformas de partilha de ficheiros;
- Na utilização de alguns serviços que possibilitam, por exemplo, a entrega do IRS e que requerem informações muito específicas que muitas vezes os seniores não são possuidores. Por essa razão, os seniores, embora em alguns casos sejam utilizadores das tecnologias, optam por solicitar ajuda a terceiros;

- Nos elevados custos das tecnologias, que podem ser um entrave na utilização destas por parte dos seniores, pois alguns possuem baixos rendimentos, o pode levar à infoexclusão;
- Na compreensão da lógica do computador, pois devido ao seu percurso profissional, a generalidade dos seniores não tiveram contacto com as tecnologias, o que torna mais difícil a aquisição dessas competências;
- No domínio das tecnologias e na utilização de serviços, o que poderá impedir os seniores de usufruir das facilidades disponibilizadas por estes, com consequências negativas para o bem-estar dos seniores.

Relativamente às facilidades descritas, os inquiridos, de uma forma geral, referiram que utilizam com mais despreocupação os serviços dos portais não institucionais. No caso dos portais institucionais, no preenchimento do IRS ou nas transações bancárias, os seniores já as consideram questões de maior responsabilidade e por isso delegam o seu acesso a terceiros.

Na análise das entrevistas é possível verificar que existem indícios da existência de vários fatores que são importantes para a aprendizagem das tecnologias pelos seniores, que são: formação; ajuda dos colegas; ajuda da família; pesquisa e autodidatismo.

A maioria dos inquiridos afirmaram na sua entrevista que a principal motivação para utilizar as tecnologias foi o gosto pessoal, sendo que as motivações profissionais também foram mencionadas, embora tenha sido um menor número de seniores. Relativamente à pressão, a maioria respondeu que não sentiu pressão para aprender a utilizar as tecnologias, porque assumiram que já possuíam motivações para aprender. No entanto, a generalidade dos restantes inquiridos afirmam que foram pressionados profissionalmente, mas encaram o processo com naturalidade, uma vez que estavam motivados e interessados em adquirir competências nessa área.

Para os entrevistados, as tecnologias vieram melhorar a sua vida, mas alguns alertaram que alguns seniores não dominam as tecnologias e, tendo em conta essa perspetiva, estas podem ter vindo complicar a vida dos mesmos. Responderem também que os seniores que não têm acesso às tecnologias podem ou não ter o seu bem-estar e autoestima afetada,

alguns dos entrevistados são da opinião que depende das pessoas, outros entendem que esses aspetos da vida dos seniores poderá ser afetada e outros responderam que não afeta. Segundo os relatos de alguns dos inquiridos, os seniores que não dominam as tecnologias podem ter a sua autonomia e a sua liberdade afetada.

Nas entrevistas, os inquiridos, na sua maioria, são da opinião de que os seniores que não dominam as tecnologias não são discriminados, embora em alguns dos depoimentos se defenda que essa discriminação acaba por ocorrer, porque esses seniores não têm a mesma igualdade de oportunidades.

O grupo de seniores entrevistados são utilizadores das tecnologias, realizam as mais diversificadas atividades e também usufruem dos serviços disponibilizados pelas mesmas. Estes seniores utilizam os serviços oferecidos pelas tecnologias para fins lúdicos, profissionais, institucionais, públicos, sociais e pessoais. Neste contexto, os entrevistados responderam que os serviços mais utilizados são: pesquisar na Internet sobre os mais variados assuntos: música, saúde, viagens, receitas, pintura, trabalhos manuais, dança, novos equipamentos tecnológicos, entre outros; servir-se das máquinas de café/sandes/bebidas; usar multibanco; comunicar através do email; utilizar o sistema de senhas nas mais diversas lojas; socializar através da rede social *Facebook*; visualizar vídeos no *Youtube*; editar imagens *online*; utilizar plataformas para partilhar ficheiros (*Google Drive*; *Dropbox*; *Wetransfer*); ler notícias e consultar jornais *online*, inclusivamente alguns dos inquiridos recebem os resumos das principais notícias através de uma APP ou do *email*; aceder aos portais das Finanças e da Segurança Social; conversar num *chat*, mesmo que a generalidade dos inquiridos não faça disso um hábito; conversar com os familiares que estão distantes, através de videoconferência, mais especificamente o *Skype*; aceder à conta bancária *online*, alguns deles responderam que fazem várias operações na mesma; utilizar as balanças do supermercado para saber o peso e o preço da fruta/legumes; efetuar compras *online* de diversos produtos; ver televisão ou rádio através da Internet; imprimir fotos nas impressoras públicas ou trabalhos na reprografia da escola; jogar *online*; consultar o Diário da República; aceder aos portais do cidadão/utente, como por exemplo: Portal da Saúde, Portal do Utente e o Portal da Direção Nacional de Saúde; utilizar o leitor do código de barras para saber o preço no supermercado; marcar viagens através da

Internet; utilizar os serviços dos CTT através da Internet; comprar *online* os bilhetes do expresso, do comboio, do avião e do cinema; utilizar o *WhatsApp Web*; consultar a caixa de aposentações; consultar o portal da ADSE direta; efetuar os registos da tensão arterial *online*; consultar o Portal do IMT para renovar a carta de condução; marcar consultas *online*; utilizar as balanças para pesar utentes, que estão disponíveis no Centro de Saúde; gerir um *blog* pessoal; aceder a serviços *online* com recurso à autenticação através do Cartão do Cidadão; fazer *download* de músicas; fazer traduções com recurso ao Tradutor do Google e aceder ao Portal das Habitações.

A generalidade dos seniores que foi entrevistado é utilizador dos serviços anteriormente referidos, pelo que, enquanto utilizadores das tecnologias, mesmo que não dominem todas as tecnologias ou serviços, estão melhor preparados para contornar as dificuldades do que os seniores que não dominam as tecnologias, pois esses indivíduos estão sempre dependentes de terceiros para poderem usufruir de alguns dos benefícios que estão disponíveis através das tecnologias. Neste contexto, é de referir que nem todos os serviços têm de ser acedidos através da Internet e dos computadores, como por exemplo o multibanco.

Para todos os inquiridos seria muito complicado deixar de utilizar a Internet e o computador, porque já o consideram um bem adquirido, através do qual realizam as mais diversas atividades.

Em suma, este capítulo permitiu identificar e compreender as principais dificuldades e/ou facilidades que o grupo de seniores participantes enfrentam quando utilizam os serviços fornecidos através das tecnologias e também os principais serviços utilizados pelos seniores que participaram neste estudo.

CAPÍTULO 6: PRODUÇÃO DO DOCUMENTÁRIO

“The production process can be organized into three consecutive stages: preproduction, production, and postproduction. Everything from the inception of the project idea to setting up for actual recording is part of the preproduction stage. This includes the writing of a proposal, treatment, and script, and the breakdown of the script in terms of production scheduling and budgeting. The second major phase of production is the production stage. Everything involved in the setup and recording of visual images and sounds, from performer, camera, and microphone placement and movement to lighting and set design, makes up part of the production stage. Postproduction consists of the editing of the recorded images and sounds, and all of the procedures needed to complete a project in preparation for distribution on various media.”(Musburger & Kindem, 2009, pp. 34-35)

O objetivo do documentário produzido é retratar as dificuldades e os sucessos alcançados pelos seniores quando utilizam os serviços disponibilizados pelas TIC. A produção de um documentário possui três fases: a pré-produção, a produção e a pós-produção (Musburger & Kindem, 2009). Em todas as fases da produção existe sempre a marca pessoal do produtor que vai influenciar a informação e a mensagem a transmitir (Ramos, 2014). Este cunho pessoal, desde que não se afaste do objetivo de expor a realidade, é uma das características que pode tornar o documentário interessante (Ramos, 2014).

6.1. Pré-Produção

Esta etapa possui grande relevância, pois é nesta fase que se define com clareza os objetivos e a finalidade da produção (Bell, 2005). A pré-produção implica um grande volume de trabalho porque é necessário realizar múltiplas tarefas (Barbash & Taylor, 1997). A escolha do tema, as pesquisas, a escolha dos locais para as filmagens, a criação do guião (Barbash & Taylor, 1997; Bell, 2005; Costello, Youngblood, & Youngblood, 2012; Rabiger, 2004), a obtenção de licenças (Bell, 2005) e a seleção do material necessário para as

filmagens (Rabiger, 2004), são algumas das tarefas que se devem realizar nesta etapa. Não existe um intervalo fixo de tempo para a realização da pré-produção, sendo que esta pode durar vários dias ou até vários anos (Barbash & Taylor, 1997).

Para que a fase da produção possa ser eficaz, existem várias etapas essenciais na pré-produção de um documentário (Artis, 2011):

- Criar as ideias e definir o(s) objetivo(s);
- Pesquisar sobre o assunto que se quer tratar;
- Selecionar os entrevistados;
- Escolher o equipamento;
- Fazer um orçamento;
- Elaborar um plano de produção;
- Contratar a equipa.

Na pré-produção do documentário algumas das etapas não foram desenvolvidas – “fazer um orçamento” e “contratar uma equipa”, porque o orçamento da produção foi suportado pela investigadora e a equipa foi formada pelos seniores que se disponibilizaram para ajudar e também por uma voluntária.

6.1.1. Criar ideias e definir objetivos

A ideia para este documentário baseou-se na pergunta de investigação e também nos objetivos da dissertação de mestrado. É muito importante que se opte por uma perspetiva com características únicas em relação a outros documentários com temas semelhantes, por outro lado, também é essencial que a perspetiva satisfaça os objetivos do produtor (Candeias, 2003). Candeias (2003) refere no seu livro: “A ideia *central*, a partir da qual irradiarão todas as restantes ideias que irão compor o discurso narrativo, constituiu um fator distinto de qualquer projeto, devendo por isso ter força e assumir grande potencial de desenvolvimento.” (Candeias, 2003, p. 22).

Ao produzir um documentário sobre os desafios que os seniores enfrentam quando usam as TIC no acesso a diferentes serviços, pretende-se alertar a sociedade para o risco de

exclusão digital que enfrentam os indivíduos da faixa etária com mais de 60 anos. Foi sempre um ponto-chave recorrer aos relatos na primeira pessoa sobre a utilização dos serviços disponibilizados pelas tecnologias. Espera-se dessa forma contribuir para motivar a aprendizagem dos seniores e a superação de algumas dificuldades vivenciadas por estes.

6.1.2. Pesquisa preliminar

É importante estudar o tema que se pretende abordar, pois só assim é possível decidir quais os aspetos que são mais importantes para focar no documentário (Artis, 2011). Torna-se essencial avaliar as opções que se podem tomar, antes de se decidir por uma em específico (Artis, 2011).

Na pesquisa para o documentário utilizaram-se três métodos (Sobral, 2008): realização de entrevistas; realização de pesquisa bibliográfica e realização de pesquisa filmográfica. Para se ter uma perspetiva global do assunto foi feito um levantamento bibliográfico sobre o tema, foram utilizados instrumentos de recolha de dados com o objetivo de fazer um levantamento de informações junto dos seniores participantes e também se efetuou uma pesquisa sobre os documentários que abordam a utilização das tecnologias pelos seniores. Ponderou-se optar por um estudo de caso, mas quando foi necessário decidir qual a metodologia a seguir, ainda não existia um conhecimento profundo dos seniores com quem se estava a trabalhar. Optou-se então pelo contributo de vários seniores, integrando várias entrevistas, para permitir que fosse possível obter relatos dos desafios que estes enfrentam.

6.1.2.1. Pesquisa filmográfica

Com o intuito de definir a identidade do documentário, efetuaram-se várias pesquisas relativas à temática dos seniores e às tecnologias. Como se pretendia escrever sobre seniores, considerou-se importante saber o que já tinha sido realizado nessa área específica. Não se encontrou um número muito elevado de documentários sobre esta temática, por isso optou-se por pesquisar outros documentários para apreender algumas técnicas.

O documentário *Old Age - Art Documentary*³⁵ não possui depoimentos dos seniores, neste só foram filmados os seniores e as suas tarefas diárias. Tendo como base esta ideia, entendeu-se que seria interessante gravar algumas tarefas realizadas no campo, como é o caso de ceifar erva, semear a terra, entre outras.

Outro documentário importante foi o *The Beauty of Aging*³⁶. Neste é relatado na primeira pessoa, através do testemunho de vários indivíduos, o que é envelhecer e manter-se ativo apesar das limitações da idade. Os intervenientes são espontâneos e os seus relatos são contagiantes e contribuem para manter o ritmo do documentário. Embora a temática do presente documentário seja relativamente diferente, teve como objetivo criar as condições necessárias para que os entrevistados se sentissem à vontade para exprimir o seu ponto de vista sobre os assuntos solicitados.

Os documentários: *Old age home documentary*³⁷; *Age of Champions*³⁸; *Aging in America: The Years Ahead*³⁹; *Continuamos vivos*⁴⁰; *The passage of time*⁴¹; *Old Age - Art Documentary*, *The beauty of aging*, *Ageless*⁴²; *The age of love*⁴³ e *Beautiful By Night*⁴⁴ abordam o envelhecimento sob várias perspetivas. As abordagens efetuadas nestes documentários foram em alguns casos positivas, noutros negativas, tendo-se baseado na sua maioria em depoimentos da primeira pessoa, recorrendo à naturalidade para transmitir a mensagem pretendida. Percebeu-se que era importante decidir que abordagem se ia seguir: se uma abordagem positiva ou negativa. Atendendo ao grupo de seniores participantes, considerou-se que fazia mais sentido seguir uma abordagem positiva, uma vez que estes são utilizadores das tecnologias.

Equacionou-se fazer a produção de um documentário a preto e branco e por essa razão foram visualizados alguns documentários a preto e branco, como são os caso de: *Um Fim*

³⁵Retirado de: <https://goo.gl/HIT0sR>, em 25/11/2015

³⁶ Retirado de: <https://goo.gl/EN9I9d>, em 25/11/2015

³⁷ Retirado de: <https://goo.gl/GE0hha>, em 25/11/2015

³⁸ Retirado de: <http://ageofchampions.org/>, em 25/11/2015

³⁹ Retirado de: <http://goo.gl/2BHHPo>, em 25/11/2015

⁴⁰ Retirado de: <http://goo.gl/lqcz2Q>, em 25/11/2015

⁴¹ Retirado de: <http://goo.gl/wYsw37>, em 25/11/2015

⁴² Retirado de: <http://goo.gl/JZAWWK>, em 25/11/2015

⁴³ Retirado de: <http://goo.gl/PIOZMC>, em 25/11/2015

⁴⁴ Retirado de: <http://goo.gl/UicJYv>, em 25/11/2015

*do Mundo*⁴⁵, *Belarmino*⁴⁶ e *48*⁴⁷. Depois de visualizar o material recolhido, optou-se por manter a cor, porque se entendeu que esta era uma mais-valia para a construção da identidade do documentário.

6.1.2.2. Pesquisa dos locais para as filmagens

Deve ser efetuado um levantamento dos locais das filmagens o mais cedo possível (Candeias, 2003). Na fase de pré-produção do documentário, esse levantamento foi feito, assim como o respetivo registo fotográfico. Os locais são uma parte importante no guião e também ajudam a definir a forma estética do filme (Edgar-Hunt, 2010). Além disso, o levantamento dos locais das filmagens pode ajudar a prevenir imprevistos ou problemas técnicos relacionados com a iluminação ou com a captação de som e também contribui para que o produtor se familiarize com os locais (Puccini, 2009; Soares, 2007).

Ao visitar os locais das filmagens, concluiu-se que o som recolhido pela máquina fotográfica ia ficar impercetível e por isso recorreu-se a um gravador H4. Não era necessário ter grandes preocupações com a iluminação, uma vez que se planeava filmar no exterior, mas caso fosse necessário foi pedida a autorização para recolher imagens no interior da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS), para a eventualidade de não ser possível gravar no exterior.

Para a primeira cena, foram explorados vários locais, as imagens seguintes ilustram alguns dos locais:

⁴⁵ Retirado de: <https://goo.gl/x8LmNS>, em 25/11/2015

⁴⁶ Retirado de: <http://goo.gl/STqMLN>, em 25/11/2015

⁴⁷ Retirado de: <http://goo.gl/st3UCZ>, em 25/11/2015



Figura 43 - Estrada deserta - opção nº1



Figura 44 - Estrada deserta - opção nº2



Figura 45 - Estrada deserta - opção nº3



Figura 46 - Estrada deserta - opção nº4

Depois de analisados os lugares, optou-se pela Opção Nª4 porque se entendeu que era a que estava mais próxima do pretendido, mas nas redondezas existiam outros locais que também podiam ser úteis para a cena inicial. As gravações foram efetivamente realizadas, mas na fase de edição entendeu-se que não era o que se pretendia e selecionou-se um outro leque de gravações que tinham sido efetuadas num local próximo.

Para as entrevistas dos seniores, entendeu-se que seria melhor fazer as gravações na ESECS, porque é um local com o qual os seniores estão familiarizados, o que podia tornar a entrevista informal e, sobretudo, mais genuína. A instituição possui várias salas de computadores e uma área exterior muito agradável.

Os locais escolhidos possuem espaço para gravar as cenas pretendidas e estão isentos de elementos que possam distrair o público dos temas tratados, como é caso de pessoas que aparecem a fazer caretas para a câmara (Bell, 2005). As fotografias seguintes ilustram possíveis locais para a realização das entrevistas:



Figura 47 - Alguns dos locais possíveis para a realização da entrevista (ESECS)

6.1.3. Escolha dos entrevistados

A seleção dos entrevistados que farão parte do documentário é muito importante, porque estes podem ajudar ou condicionar o resultado final. Esta escolha é tão importante como a seleção dos atores num filme de ficção (Artis, 2011). Por exemplo, para que a mensagem do documentário seja apelativa é importante escolher entrevistados que dominem a temática que se pretende desenvolver (Artis, 2011).

Para o presente documentário, depois de feito o pedido de participação junto dos seniores, considerou-se que todos poderiam dar um contributo importante e diferenciado à temática. Devido a essa razão não existiu seleção dos mesmos por parte da investigadora. Podem surgir alguns problemas, como é o caso de “possíveis situações de constrangimento, resistência, ou mesmo recusa, por parte do entrevistado em conceder a entrevista (o que depende muito do assunto a ser abordado), e, em um outro extremo, expectativa do entrevistado quanto a possível participação no documentário (...)” (Soares, 2007, p. 76). Um dos pontos críticos da investigação centrava-se na eventual recusa dos

seniores em participar no documentário e, caso isso acontecesse, era necessário encontrar alternativas. Nada disso aconteceu e existiram vários seniores a voluntariar-se para participar. Acredita-se que isso se deve, em parte, ao trabalho de voluntariado que foi desenvolvido junto dos mesmos e à criação de laços de confiança.

6.1.4. Processo de criação do guião

As etapas para a criação de um guião não são consensuais. Na opinião de Soares (2007), existem cinco etapas para a criação de um guião, que de seguida se apresentam:

1. Ideia;
2. Sinopse;
3. Tratamento;
4. Guião literário;
5. Guião técnico.

Assumindo que parte da história vai ser criada espontaneamente durante a recolha das imagens, fase na qual os intervenientes contribuem para criar o ritmo e o enredo final, não se achou necessário passar por todas as etapas da criação do guião, tendo sido concretizadas na presente investigação: a ideia, a sinopse e o guião técnico.

De uma forma geral, um guião para o género ficcional trabalha as personagens e cria o enredo, no caso específico do documentário podem trabalhar-se dispositivos ou elementos. Os elementos podem ser a voz em off, pessoas, fotografias e material de arquivo. Estes elementos podem ser transformados numa narrativa (Johann, 2014).

Quando se está a criar o guião, também é necessário decidir a abordagem e as técnicas que são mais eficazes para o material que se quer recolher e o tipo de documentário pretendido. Neste documentário escolheram-se as entrevistas para a construção do guião.

6.1.4.1. Ideia

Tendo em conta a temática abordada, intercalaram-se as entrevistas e a utilização dos serviços com cenas no campo. O objetivo desta opção foi reforçar alguns dos conteúdos que tinham sido referidos pelos seniores entrevistados.

6.1.4.2. Sinopse

Atualmente os seniores deparam-se com realidades que nunca imaginaram e podem aceitar ou rejeitar as tecnologias. Mas a verdade é que esta é uma realidade que veio para ficar e todos têm de encontrar uma forma de conviver com a mesma. No presente documentário são efetuados relatos na primeira pessoa, com recurso aos depoimentos de um grupo de seniores. Estes indivíduos descrevem as suas facilidades ou dificuldades na utilização dos mais variados serviços oferecidos pelas tecnologias e também os seus sentimentos em relação aos mesmos. Através dos seus relatos, tenta-se compreender se estas vieram facilitar a vida dos mesmos ou se em alguns casos vieram complicar.

6.1.4.3. Guião técnico

Foi criado o guião técnico (Cf. Anexo VIII) através do *Software Celtx*, o que permite fazer a planificação dos locais a filmar, os ângulos e enquadramento das cenas e definir os intervenientes na cena (Candeias, 2003).

Ao criar o guião técnico, pretendeu-se dar sobretudo uma visão positiva da utilização das tecnologias pelos seniores. Para alcançar esse objetivo recorreu-se aos relatos de seniores que são utilizadores das tecnologias e que descreveram as suas experiências positivas e também, em alguns casos, algumas negativas. Como de uma forma geral os testemunhos são sobretudo positivos, recorreu-se à voz em off para espelhar algumas dificuldades na utilização das tecnologias que tinham sido referidas nas entrevistas semiestruturadas.

Ao escrever o guião técnico existiu a preocupação em caracterizar os lugares, as situações e os entrevistados. Para a escrita do guião obedeceu-se a uma estrutura pré-definida, na qual primeiro é colocada a indicação de lugar – por exemplo, Exterior –, segue-se uma indicação mais específica de lugar – por exemplo, **Caminho Deserto** – e finalmente surge a indicação tempo – por exemplo, **Manhã** (Parent-Altier, 2014). Para além da indicação de lugar e de tempo, também é colocada a identificação do número da cena, qual é o sénior interveniente e quais os planos aplicados.

CENA 1 - EXTERIOR - CAMINHO DESERTO - MANHÃ
(SÉNIOR 1 - Wide Shot)
Sénior a caminhar por um caminho
(passa de costas próximo da câmara
e afasta-se)

Figura 48 - Tipologia adotada para a escrita do guião

As entrevistas aos seniores decorreram de forma espontânea e não obedeceram a um guião pré-estabelecido. Foram dadas aos seniores as indicações das temáticas a abordar, foram colocadas perguntas, mas o objetivo principal foi fazer um registo da opinião dos participantes sem filtros e sem grandes condicionantes. No início do documentário, foi colocada uma citação, narrada em voz em off⁴⁸, que não é da autoria dos seniores, mas que se entendeu que se enquadrava na temática do documentário.

6.1.4.3.1. *Storyboard*

Para além do guião técnico foi criado o *storyboard* do documentário (Cf. Anexo VIII). Este é constituído por uma banda desenhada e possui algumas indicações técnicas associadas. Através do *storyboard* foi possível ter a noção da progressão visual das cenas e também do fio condutor que se pretendia obter. O escritor Rabiger (2004) define o *storyboard* como: “Series of key images sketched to suggest what a series of shots will look like, somewhat like a comic strip.” (Rabiger, 2004, p. 594). O *storyboard* é uma ferramenta que pode ajudar a reduzir o tempo e os custos, porque contém os detalhes dos planos, os cenários, as personagens, as cores e a iluminação (Kellison, 2007).

O guião técnico e o *storyboard* foram uma grande ajuda para o bom andamento das filmagens, porque a equipa técnica era muito reduzida, aliás foi apenas possível contar com um auxiliar e em alguns casos a recolha de imagens e som esteve inteiramente ao cargo da investigadora.

⁴⁸ Conceito retirado da obra do escritor Candeias (2003).

6.1.5. Equipamento

Caso seja necessário muito material para as gravações, tem de se recorrer a uma grande equipa de produção, tem que ser dispensado mais tempo para a preparação do material, para assegurar o seu transporte, no fundo, tem de se despende mais tempo para definir tudo (Artis, 2011). Como a equipa era reduzida e o tempo não era muito, optou-se por utilizar o material essencial à produção do documentário. Outro fator que influenciou esta decisão foi o facto de o documentário não possuir financiamento, pelo que seria complicado comprar material. Por este motivo existiu um cuidado extra na conceção do guião. O material que se podia utilizar tinha que ser o que a Universidade de Aveiro poderia disponibilizar ou o que a investigadora possuía. O equipamento que foi utilizado na produção do documentário foi:

- Máquina DSLR, Canon 60D;
- Objetivas Canon 50mm f1.8, Helios f2.8 135mm e Cannon EF 17-85mm;
- Gravador de áudio Zoom H4N;
- Perche e uma shotgun Rode - NTC-2;
- Tripé;
- Shoulder Rig;
- Rycotte pelo de coelho.

6.1.6. Plano de produção

Depois de definida a abordagem que se pretende para o documentário pode criar-se o plano de produção, sendo que neste se vão incluir todos os elementos necessários à produção do mesmo. O plano de produção, segundo Artis (2011), deve responder às seguintes questões:

1. Que aspetos da temática devem ser abordados?
2. Quem está mais qualificado para falar sobre esta temática?
3. Onde se vai desenrolar a ação?
4. Como se vai contar a história? Estilo? Estrutura?
5. Qual é o suporte e o formato?

6. Quais os recursos humanos ser necessários para a produção do documentário?

A primeira questão permite definir as pesquisas a realizar e a profundidade da pesquisa. No presente caso, a profundidade da pesquisa foi definida durante a investigação, embora os seniores tenham tido a liberdade para abordarem os vários assuntos. Relativamente à segunda questão, entendeu-se que as pessoas que estão mais qualificadas para falar sobre o tema tratado eram os próprios seniores. No que diz respeito à terceira pergunta, e uma vez que os seniores participantes estavam familiarizados com a Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, considerou-se importante fazer as filmagens num lugar familiar aos participantes, porque assim estariam mais confortáveis no decorrer das entrevistas. Relativamente à forma de contar a história, o estilo e a estrutura referidos na quarta questão, foram aspetos definidos no guião técnico, sendo que depois de analisado o material recolhido foram efetuados ajustes na fase de edição. Como se pretendia que o documentário fosse difundido na internet, escolheu-se o formato 1920x1080 a 25fps para o documentário. Por último, foram identificadas várias pessoas que podiam auxiliar na produção do documentário, como por exemplo a Coordenadora dos 60+, os seniores, os amigos da investigadora, a Instituição de Acolhimento, a Universidade de Aveiro e as Orientadoras.

6.1.7. Permissões

Foram elaborados dois documentos com o objetivo de oficializar a cedência dos espaços para a realização das filmagens e outro para os participantes do documentário para a cedência dos direitos de imagem (Cf. Anexo V). Não é necessário pedir licenças a lugares públicos, tais como ruas e mercados, mas para os lugares que são propriedade privada é necessário pedir a devida permissão (Bell, 2005; Rabiger, 2004), caso contrário pode-se ser alvo de uma ação em tribunal (Rabiger, 2004). Por essa razão, foi solicitado à direção da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais um pedido de autorização para recolha audiovisual, pedido esse que foi prontamente confirmado. Foi também solicitado aos seniores participantes que assinassem uma declaração de cedência de imagem, pois caso o documentário fosse divulgado sem essa autorização, a investigadora podia ser alvo de uma ação judicial. Como no *email* que foi enviado aos seniores a pedir a colaboração dos

mesmos se alertou para essa questão, todos os que aceitaram participar no documentário assinaram a referida declaração.

6.2. PRODUÇÃO

Esta fase representa um período pequeno de tempo, mas significa um volume de trabalho grande. Para além de ter que se saber utilizar a câmara, criar a iluminação adequada e dominar os principais detalhes técnicos que fazem parte das filmagens, também é importante saber a especificidade de cada função e a sua hierarquia (Hughes, 2012). Essa temática não vai ser aprofundada, porque na presente produção as tarefas todas foram assumidas pela investigadora.

Num dia de filmagem o tempo passa muito depressa e, por isso, é aconselhável começar o mais cedo possível e deve-se procurar estar ponto para qualquer eventualidade (Hughes, 2012). Algumas das decisões da fase da pré-produção sofreram alterações, pois o estado do tempo não permitiu a recolha do registo de vídeo em alguns dos locais planeados. Vindo ao encontro dos factos anteriormente relatados, o investigador Penafria (2001) refere que os planos definidos anteriormente podem sofrer alterações na fase da produção, pois podem ser detetadas situações que motivem a reestruturação do que inicialmente estava previsto para o documentário.

6.2.1. Plano de Rodagem

Para a produção foi necessário fazer uma planificação dos dias em que se ia recolher as imagens e foi também necessário dialogar com os seniores para perceber qual seria a disponibilidade destes para a realização das entrevistas. A Tabela 34 apresenta o plano de rodagem, que foi baseado no plano de rodagem exemplo que Candeias (2003) apresenta no seu livro:

Tabela 35 – Plano de rodagem

MaQuelsto – Os seniores e os desafios das tecnologias				
Data	Hora	INT	EXT	Locais e ação
25/09/2015	10h		X	Cena 1 – para a gravação da cena um foram executados seis takes, em diferentes locais da Serra dos Candeeiros, todos próximos uns dos outros.
03/10/2015	10h	X		<i>Voz em off</i> – Frases dos seniores e diálogo do guião.
05/10/2015	11h	X		Cena 2 – Realização da primeira entrevista, com o Sr. Adelino.
06/10/2015	10h		X	Cena 3 – Realização da segunda entrevista, com o Sr. João.
07/10/2015	10h		X	Cena 4 – Realização da terceira entrevista, com a Sr.ª D. Isabel.
07/10/2015	14h		X	Cena 5 – Realização da quarta entrevista, com o Sr. Carlos.
08/10/2015	10h		X	Cena 6 – Realização da quinta entrevista, com a Sr.ª D. Preciosa.

6.2.2. Captação de Imagem

Para a captação de imagem foi utilizada a máquina DSLR: Canon 60D. Durante a gravação das cenas foi fixada a câmara num tripé. A máquina foi configurada para o registo de vídeo para 1920x1080 a 25fps e, dependendo da quantidade de luz natural, foram efetuados os ajustes necessários. Durante todas as filmagens do documentário foi feito um controlo manual de exposição dos brancos. Para tal, foi tirada uma foto a uma folha branca e depois definiu-se esta como balanço de brancos (Dean, 2003), tentando minimizar os problemas que pudessem surgir na edição com o balanço dos brancos efetuados de forma incorreta. Em nenhuma das filmagens foi utilizada iluminação artificial extra, porque a mão de obra era reduzida, tendo a investigadora de assegurar várias funções ao mesmo tempo. Desta forma, foi necessário recorrer a locais com uma boa iluminação, tanto exteriores como interiores, procurando resolver assim o problema da iluminação.

As objetivas utilizadas para criar os planos de enquadramento foram Canon 50mm f1.8, Helios f2.8 135mm e Cannon EF 17-85mm.

Verificou-se se a recolha de som estava ativa, para mais tarde ser mais fácil fazer a sincronização do som recolhido pelo gravador H4N.

6.2.2.1. Velocidade

Em qualquer parte do mundo, uma projeção cinematográfica é realizada a 24 imagens por segundo, esta representa a velocidade normal conhecida pelo espetador (Antero, 2007). Na sua maioria, a recolha das imagens foi efetuada a essa velocidade, mas foram feitas algumas experiências a 50 e a 100 imagens por segundo. Pretendeu-se criar o efeito de uma câmara lenta e fazer com que a imagem seja projetada mais lentamente no ecrã.

6.2.2.2. Movimentos

Os movimentos podem ser mecânicos ou óticos (Antero, 2007). No documentário utilizou-se o movimento mecânico, que são movimentos que ocorrem quando a câmara se desloca fisicamente. Estes movimentos podem ser divididos em: Panorâmica ou Pan e Travelling (Antero, 2007).

No presente trabalho recorreu-se várias vezes a movimentos de panorâmica, começando logo pela cena inicial, como se exemplifica na Figura 49. Em algumas cenas captadas no campo também foi aplicado o movimento PAN. Este último tipo de movimento ocorre quando a câmara roda sobre o seu próprio eixo, sendo que este circuito deve ser lento para permitir que o espetador contemple o que se passa no plano (Antero, 2007; Dean, 2003). Além disso, o plano deve ser aberto, senão os objetos movem-se muito depressa e não é possível visualizar os objetos que integram o plano (Antero, 2007). Os movimentos da PAN podem ser realizados na horizontal, vertical, diagonal, helicoidal ou em outra qualquer direção vetorial. No documentário foram aplicados movimentos horizontais nas duas direções.



Figura 49 - Cena inicial onde foi aplicado o movimento panorâmico

6.2.3. Foco

Uma das preocupações tidas em conta aquando da recolha das imagens foi verificar se as imagens estavam focadas, por essa razão, nas entrevistas focaram-se sempre os olhos da pessoa para garantir a qualidade das imagens.

Segundo Antero (2007), “o foco é o plano onde se forma a imagem que atravessou a objetiva da câmara em direção ao interior da mesma. Se esse plano se deslocasse para a frente ou para trás, a imagem ficaria desfocada”(Antero, 2007, p. 64).

Em alguns planos, focou-se o objeto e desfocou-se o fundo. Na Figura 50 pode visualizar-se um desses exemplos.



Figura 50 - Focagem no ecrã e o fundo desfocado

6.2.4. Captação de som

A captação de som foi realizada através de um gravador de áudio Zoom H4N com o auxílio de uma perche e uma shotgun Rode - NTC-2, equipamento que permitiu captar o *room tone* e locução das entrevistas e também da voz em *off*. Para o gravador áudio foram definidos os *settings* de gravação manualmente, para que fosse garantida a máxima qualidade do som.

Quando se gravou a voz em *off*, e uma vez que não se ia visualizar a cara da pessoa no documentário, foi necessário repetir várias vezes algumas frases para que estas parecessem naturais e transmitissem a mensagem pretendida.

Sempre que se iniciou uma cena, bateram-se palmas para que fosse possível na edição a sincronização do som e também para facilitar um pouco o trabalho na pós-produção.

6.2.5. Entrevistas

O objetivo de uma entrevista é recolher opiniões pessoais, experiências e histórias ilustrativas que só o entrevistado pode fornecer, ou seja, “o objetivo de uma entrevista é obter um comentário em primeira mão” (Watts, 1999, p.72). Os entrevistados contribuíram com as suas opiniões e experiências pessoais, o que ajudou a enriquecer o documentário. Para que cada entrevistado possa estar o mais à vontade possível, deve ser efetuada uma revisão geral para discutir os assuntos abordados na entrevista (Watts, 1999). Antes do dia das gravações, foram enviados por *email* as perguntas/temas e, já no dia das gravações, antes de as iniciar, foi fornecido o tempo necessário para que os mesmos fizessem uma reflexão sobre as questões que iam abordar. Tiveram que ser repetidas algumas partes das entrevistas pelas mais diversas razões, por exemplo devido ao barulho de fundo, um dos seniores achou que o seu desempenho não estava como desejava ou porque algum detalhe técnico precisou de ajuste.

Para que os entrevistados olhassem para a câmara, a operadora manteve-se perto da câmara, o que permitiu que estes olhassem para a mesma, aliás esta é uma regra de ouro sugerida por Watts (1999). Em todas as entrevistas foi utilizado um tripé para a câmara e nivelaram-se os planos.

É importante para o espectador poder tentar recolher as informações do rosto dos entrevistados (Watts, 1999), devido a esse motivo optou-se por planos próximos aos entrevistados, tais como: Mid-Shot, Close-Up e Medium Close-UP.

Existem várias técnicas que se podem utilizar quando se estão a gravar entrevistas, mas para a recolha da imagem das mesmas optou-se pela simplicidade, o que também é uma sugestão de Watts (1999).

Devem-se variar os planos da entrevista e evitar utilizar o mesmo plano durante longos períodos de tempo (Harvey, 2008). Para conseguir a alternância dos planos recolhidos, sempre que o sénior acabava de falar sobre um assunto, alterava-se o plano a captar ou a perspetiva.

Os locais utilizados nas entrevistas foram interiores e exteriores. No interior foi gravada uma entrevista e uma cena em que um sénior está a utilizar o computador. Todas as restantes cenas foram gravadas no exterior. Para que o cenário não fosse sempre o mesmo em todas as entrevistas, existiu uma rotação do local onde estas seriam gravadas. Ao seleccionar os locais para as gravações teve-se o cuidado de estes não serem demasiado distrativos para o espectador. Na Figura 51 são apresentados os locais das entrevistas e também os seniores entrevistados.



Figura 51 – Locais onde se entrevistaram os seniores. De cima para baixo: Sr. Adelino, Sr. João, Sr.ª D. Isabel, Sr.ª D. Preciosa e Sr. Carlos

6.2.6. Dificuldades

Apesar de as entrevistas terem sido marcadas com antecedência, foi necessário agendar duas entrevistas e ajustá-las no plano de rodagem. No primeiro dia agendado para a recolha de imagens choveu torrencialmente e, devido a essa razão, foi necessário pedir

para gravar numa sala de aulas e proceder aos devidos ajustes técnicos para ser possível a recolha de imagens no interior.

Outro problema que surgiu foi que uma das máquinas tinha a bateria viciada e o cartão também não estava a funcionar, pelo que, devido a essa razão, gravou-se só com uma máquina.

Depois de um dia de trabalho foi necessário carregar as baterias, descarregar os cartões e formatá-los e efetuar uma visualização rápida das imagens recolhidas. Foi difícil fazer a gestão de todos estes problemas, porque caso algo falhasse tinha que se arranjar alternativa no momento e além disso o material requisitado na Universidade de Aveiro estava disponível para utilização por um período de tempo limitado.

Foi uma grande ajuda para a investigadora a motivação e a serenidade dos seniores que foram prestáveis, calorosos, empenhados e disponibilizaram-se para gravar as entrevistas nos locais sugeridos.

6.3. Pós-Produção

A fase da pós-produção é uma grande responsabilidade, porque é nesta fase que se transformam as filmagens recolhidas num documentário (Artis, 2011), ou seja, é neste momento que se editam as imagens e os sons recolhidos e se procede à distribuição do filme (Musburger & Kindem, 2009; Ramos, 2014).

A pós-produção define o fio condutor e estabelece o ritmo que se pretende dar ao documentário. Artis (2011) enumera várias etapas básicas que é necessário realizar:

- Analisar o material recolhido e tirar notas;
- Registrar gravações e fazer transcrições;
- Esboço e/ou edição;
- Versão bruta;
- Filmagem em arquivo;
- Animação e arte;
- Narração.

Nem todas as etapas sugeridas por Artis (2011) foram desenvolvidas na fase da pós-produção, mas considerou-se importante rever o material filmado e organizá-lo em pastas. Posteriormente fez-se um esboço dos temas que se pretendiam incluir no documentário. Com este processo, pode-se comparar os objetivos iniciais com o resultado obtido (Ramos, 2014). Deve ser referido que os seniores participantes no documentário foram bastante assertivos e contribuíram com as mais variadas perspetivas pessoais sobre a temática abordada. Os testemunhos dos seniores não foram ensaiados, tendo sido dada total liberdade aos entrevistados para exprimirem as suas opiniões e ideias, o que permitiu enriquecer o documentário. O documentário é composto pelos seguintes elementos: as filmagens originais, legendas, música, efeitos e voz em off.

6.3.1. Título

Encontrar um título que definisse a essência do documentário não foi uma tarefa fácil. À medida que o trabalho foi avançado foram-se apontando algumas sugestões:

- MaQuelsto
- O mundo num clique
- Entre dois mundos
- Consegues impossíveis?
- Novas realidades
- Novos mundos
- No limiar da modernidade
- O mundo novo
- Entre o passado e o futuro

Depois de uma reflexão sobre o assunto, decidiu-se manter o título **MaQuelsto**, mas entendeu-se que era necessário adicionar alguma informação extra. O título escolhido para o documentário foi: **MaQuelsto – Os seniores e os desafios das tecnologias**.

6.3.2. Referências utilizadas no documentário

Na voz em off foram utilizadas várias referências, na sua generalidade são citações das entrevistas semiestruturadas, mas também foi utilizada uma frase de um artigo. A Tabela 36 apresenta as citações que foram utilizadas no documentário e as respetivas fontes.

Tabela 36 - Citações utilizadas no documentário e respetivas fontes

Citação	Fonte
A evolução tecnológica é como uma bola de neve, isto é, cresce a cada dia, e a ausência desse conhecimento faz-nos distanciar gradativamente do mundo real.	Retirado de: http://goo.gl/JhMI8C , em 28-09-2015
Foi por gosto! Pelo gosto que tenho, gosto sempre de saber um bocadinho mais, agora a idade já me dificulta! Já não se decora com tanta facilidade, o que se aprende hoje amanhã já não se lembra, mas gosto!	E5
Às vezes a gente está a querer por as fotografias, pensa que as tem lá e depois fogem! Ou não se sabe para onde ou fogem mesmo!	E1
Uma pessoa que hoje independentemente da idade que tiver! E claro a questão coloca-se mais nos seniores obviamente, se não souber utilizar minimamente a informática num contexto, de processamento de texto um ou outro mapa e a Internet, será um pouco, passo o exagero da questão como aqui há quarenta ou cinquenta anos que as pessoas não sabiam ler nem escrever, é um pouco assim por analogia.	E2
Sim a exclusão clara! E as pessoas que não têm facilidade de aceder a elas, não têm hipótese de aceder a esse meios informáticos então estão muito limitadas na sua comunicação, e até na sua autonomia.	E3
Realmente acho que é uma limitação! Pessoas por exemplo, que não têm acesso à tecnologia, que não aprenderam ou por qualquer motivo não conseguem utilizar, têm que pedir! No fundo leva-os a sentir alguma limitação em coisas que é obrigatória.	E16
Os serviços informáticos vieram simplificar, basta ver que hoje em dia eu pelo menos, ou em contexto profissional e não só! Posso marcar uma consulta através do portal da saúde! Posso entregar a minha declaração de IRS através do portal das finanças! Posso fazer várias consultas, obter vários esclarecimentos, obter o diário da república!	E2
Se calhar veio complicar um bocadinho, sobretudo dos mais idosos! As pessoas sentem-se limitadas, porque não sabem mesmo! E não é não quererem é não saberem!	E9
Bem eu não vou mais longe, os meus pais! Para eles é difícil têm sempre que pedir ajuda! Aos filhos, temos que ajudar! O problema é quem não tem cá ninguém! Portanto, se calhar haverá pessoas que depois se sujeitam-se, entre aspas a ter que pedir ao vizinho, ao amigo, à junta e sem querer podem ser enganados! Às vezes há notícias disso na televisão, infelizmente!	E9
As pessoas às vezes falam das pessoas das aldeias daqui da colá, mas há muitas pessoas na cidade que não são capazes de consultar um documento <i>online</i> ! Ou então andam ai tão aflitos, tão aflitos que podem tirar a certidão dos bens <i>online</i> , mas não sabem tirar! Podem pedir uma certidão na conservatória <i>online</i> mas desconhecem que podem pedir isso e outras coisas do género!	E11
Acho que vieram facilitar em vários aspetos, as coisas são muito mais rápidas, hoje temos informação muito mais rápida do que tínhamos! Eu tinha que ir para as filas não sei que mais, e às vezes com mais fidelidade! Eu acho que vierem facilitar! Só que lá está! Nós temos que ir acompanhado a evolução senão continuamos a ficar para trás!	E5

6.3.3. Software utilizado para a edição do documentário

Para a edição do documentário utilizou-se o Adobe Premiere Pro CC, porque a investigadora já tinha alguma experiência em edição no programa. Para ajustar um vídeo ao ecrã do computador recorreu-se ao programa Adobe After Effects CC (Figura 52).



Figura 52 - Montagem com dois vídeos no Adobe After Effects CC

Foi também necessário sincronizar o vídeo com o som que foi recolhido pelo gravador de áudio Zoom H4N. Para tal recorreu-se ao programa PluralEyes 3. Para melhorar alguns registos de áudio foi utilizado o programa Audacity.

6.3.4. Edição do som e vídeo

Para a edição do documentário utilizou-se o Adobe Premiere Pro CC, sendo que esta foi baseada essencialmente por cortes das entrevistas originais. Foram utilizados vários efeitos para melhorar as imagens, a título de exemplo, aplicou-se um efeito para juntar dois vídeos num só, a Sr.^a D. Preciosa que aparece em simultâneo a caminhar de frente e de costas para a câmara (Figura 53).



Figura 53 - Sr.ª D. Preciosa em perspetivas simultâneas

Em algumas das imagens, foi corrigido o alinhamento e foram efetuados alguns cortes para melhorar o enquadramento dos entrevistados. Também foram feitos ajustes no contraste, na nitidez e na luminosidade.

Duas das cenas foram gravadas com o dobro das *frames* por segundo, com o objetivo de na fase de edição conseguir reproduzir o efeito Slow Motion. Este efeito aumenta a duração da cena e acrescenta impacto à mesma (Ablan, 2002).

Relativamente aos sons recolhidos, foram realizados alguns ajustes para reduzir os ruídos e tornar os depoimentos mais nítidos. Para ajudar a criar ritmo musical do documentário, todo o filme tem a faixa *Palavras do Silêncio*, de João Picoto, como fundo (Figura 54).

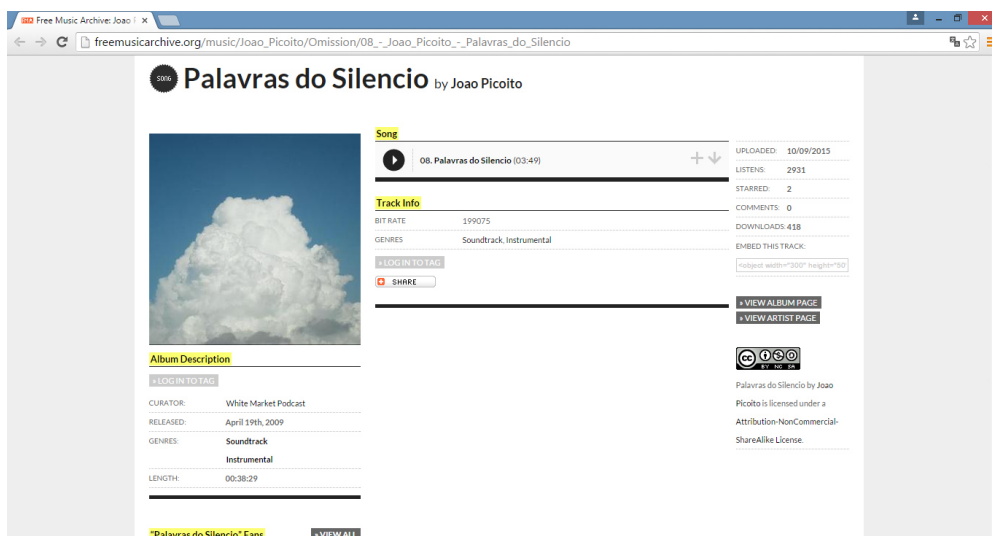


Figura 54 - Música utilizada no documentário⁴⁹

6.3.4.1. Correção de cores

A pós-produção é também a etapa onde se faz a correção da cor das imagens recolhidas, em que se podem adicionar música, imagens e sons (Edgar-Hunt, 2010). A correção de cores é um método que “envolve alterar, atenuar e acentuar as cores dos vídeos, para se obter um resultado diferente do original” (Branquinho, 2010, p. 89).

Na edição deste documentário, foi necessário efetuar ajustes na cor de algumas imagens. A título de exemplo, a cena onde aparece a Sr.ª D. Preciosa a utilizar o computador foi alvo de uma correção de cor, a imagem à direita é a imagem original e a imagem à esquerda é a imagem final (Figura 55).



Figura 55 - Correção de cor (antes e depois da correção)

⁴⁹ Retirado de: <http://goo.gl/yo5syt>, em 30/10/2015

6.3.4.2. Género do documentário

O autor Nichols (2001), como já foi referido anteriormente, identifica vários géneros de documentário. O documentário produzido enquadra-se genericamente no género participativo, pese embora não possua todas as características elencadas pelo referido autor.

O documentário procura retratar uma realidade específica de um grupo social, neste caso os seniores, mais especificamente a forma como os indivíduos desta faixa etária utilizam os serviços disponibilizados através das novas tecnologias. A investigadora optou por interagir com os sujeitos inscritos nos *workshops* que dinamizou, tendo procurado assim criar o contexto ideal para a observação do desempenho destes na utilização das novas tecnologias. Foi também deste núcleo de indivíduos que foram selecionados os seniores que participaram no documentário.

O documentário é constituído por excertos de entrevistas de vários seniores, cujo critério de edição foi a pertinência dos conteúdos abordados para o propósito do mesmo. A investigadora colocou questões aos sujeitos com o objetivo de garantir a coerência do discurso, de conseguir um fio condutor no raciocínio destes e, sobretudo, de retratar uma determinada realidade através dos seus testemunhos. No fundo, o recurso a entrevistas a sujeitos da faixa etária estudada teve como principal objetivo que o documentário espelhasse uma determinada realidade, neste caso, a do acesso dos seniores a serviços através das novas tecnologias. Em suma, no documentário não se procurou construir uma narrativa, mas sim retratar uma determinada realidade.

A opção de colocar questões pode ser encarada como uma ligeira condicionante para os participantes, no entanto, é de salientar que os entrevistados abordaram todos os assuntos com total liberdade. Entendeu-se também que não deveriam ser integradas no documentário as perguntas colocadas aos seniores participantes pela investigadora, para que dessa forma os testemunhos fossem valorizados.

Como a investigação não se centrou num determinado sénior, mas no desempenho dos seniores em geral, foram colocados excertos de várias entrevistas para enriquecer/constituir o documentário.

Apesar de não ser muito comum no género de documentário participativo, optou-se pela existência de uma voz em off para salientar/reforçar determinados conteúdos e para que o resultado final possuisse um fio condutor, apesar de compilar o testemunho de cinco seniores. Por outro lado, em vez de se utilizarem imagens de arquivo, como muitas vezes é típico deste género documental, entendeu-se que deveriam ser incluídas cenas captadas pela investigadora no campo, com o objetivo de reforçar alguns pontos considerados essenciais.

Para terminar, é de salientar que o principal propósito do documentário foi retratar as principais dificuldades/facilidades dos seniores no acesso a serviços através das novas tecnologias, recorrendo principalmente aos testemunhos de elementos constituintes desta faixa etária.

6.4. Linhas orientadoras para a produção de um documentário

Depois de se produzir um documentário com os seniores, considerou-se que existem várias etapas que são essenciais realizar para obter bom resultado final.

Para que a fase da produção seja eficaz, existem várias etapas básicas na pré-produção de um documentário (Artis, 2011):

- Criar as ideias e definir o(s) objetivo(s);
- Pesquisar sobre o assunto;
- Selecionar os entrevistados;
- Escolher o equipamento;
- Elaborar um plano de produção.

Depois de investigar vários autores, conclui-se que na fase de produção é necessário:

- Criar um plano de rodagem (Candeias, 2003);
- Definir as técnicas e configurações a aplicar para a recolha de imagens (captação de imagem, velocidade, movimentos, foco);
- Definir as configurações a aplicar na recolha de som;

- Definir algumas orientações que se devem seguir na gravação das entrevistas: o operador/entrevistador deve estar próximo da câmara para que o entrevistado olhe para a mesma (Watts, 1999); debater as questões antecipadamente (Watts, 1999); voltar a gravar as cenas, caso estas não estejam de acordo com o que se pretende; manter a simplicidade (Watts, 1999) e evitar aplicar o mesmo plano durante longos períodos de tempo, sobretudo na mesma entrevista (Harvey, 2008).

A pós-produção define o fio condutor e estabelece o ritmo que se pretende dar ao documentário. Para tal é importante que se realizem as seguintes etapas (Artis, 2011):

- Analisar o material recolhido e tirar notas;
- Registrar gravações e fazer transcrições;
- Esboço e/ou edição;
- Versão bruta;
- Versão final.

Depois de se passar por todas as etapas de produção de um documentário sobre o tema, entende-se que as características que um documentário deve ter para que seja possível representar os desafios que o sénior enfrenta na Sociedade da Informação, quando utiliza os serviços disponibilizados através das tecnologias, são as seguintes:

- Realizar uma pesquisa sobre o tema;
- Escolher o equipamento de acordo com os objetivos pretendidos;
- Incentivar a participação dos seniores que aceitaram colaborar na investigação, pois é importante criar laços com os seniores participantes, o que permite aprofundar as temáticas abordadas e, sobretudo, a obtenção de testemunhos mais pertinentes e reais;
- Pedir sempre que possível a colaboração dos seniores nas diferentes etapas de produção;
- Aplicar algumas das características do género de documentário participativo, embora se possa recorrer a outros géneros do documentário;
- Manter a simplicidade;
- Utilizar relatos na primeira pessoa;

- Escolher lugares e imagens que permitam criar empatia nos seniores e no público em geral. Neste caso optou-se por recorrer a imagens do campo e de alguns trabalhos agrícolas;
- Editar o material recolhido para que este ilustre a realidade com fidelidade;
- Melhorar o som e vídeo recolhidos;
- Apresentar as facilidades e/ou as dificuldades sentidas pelos seniores;
- Enumerar algumas vantagens que possam sensibilizar e motivar a utilização dos serviços e das tecnologias.

Em suma, é essencial que o realizador/investigador conheça os assuntos que pretende abordar, pois só assim pode decidir de forma correta quais os aspetos que serão mais importantes focar no documentário. Por outro lado, a colaboração ativa dos intervenientes é vital, pelo que é muito desejável que sejam criados laços com estes indivíduos. Caso isso aconteça, é mais viável que se possa produzir um documentário com qualidade. Além disso, e tendo em conta que as questões técnicas são fundamentais em todas as fases, é importante possuir os conhecimentos técnicos essenciais para a produção de um documentário.

Conclusões

Neste capítulo são apresentadas as conclusões relativas ao desenvolvimento do trabalho de investigação para a produção de um documentário com seniores sobre os desafios que enfrentam quando utilizam as Tecnologias da Informação e Comunicação.

A investigação foi constituída por duas fases. Na primeira fase recorreu-se a uma metodologia exploratória, apresentada nos três primeiros capítulos da dissertação, e teve como objetivo consultar e pesquisar as referências bibliográficas, o que permitiu analisar as questões abordadas, as metodologias utilizadas e as conclusões obtidas.

No primeiro capítulo, refletiu-se sobre o envelhecimento demográfico das sociedades, o envelhecimento ativo, as perdas biológicas e psicossociais humanas e o isolamento social provocado pelo envelhecimento, com o objetivo de compreender algumas características relacionadas com os seniores. No segundo capítulo abordou-se a Sociedade de Informação, a relação dos seniores com as tecnologias e a e-inclusão nas mesmas. Posteriormente, no terceiro capítulo, abordou-se a temática documentário e os diferentes géneros documentais. A reflexão apresentada nos três primeiros capítulos, efetuada a partir da análise de literatura disponível sobre o tema, permitiu adquirir conhecimento sobre as temáticas a abordar e ajudou a decidir os instrumentos de recolha a utilizar e também a metodologia a adotar na investigação.

Na segunda fase recorreu-se à metodologia investigação-ação, que é constituída por cinco etapas. A primeira etapa deste estudo centrou-se na construção de diários de campo onde se enumeraram as facilidades ou dificuldades evidenciadas pelos seniores nas sessões lecionadas no âmbito do Programa 60+ do Instituto Politécnico de Leiria.

Relativamente a esta temática, na segunda fase da metodologia investigação-ação, foi importante caracterizar a amostra participante no estudo, tendo o inquérito por questionário abordado três áreas: dados sociodemográficos; comunicação e informação; e contexto da utilização do computador.

Na terceira etapa realizaram-se três entrevistas exploratórias em que em todas as sessões se procedeu a alterações do guião. O guião inicial das entrevistas exploratórias foi resultado

da análise documental e da informação recolhida no questionário. Na quarta etapa do projeto, e tendo o objetivo de obter uma melhor compreensão da temática abordada, realizaram-se dezasseis entrevistas semiestruturadas (Arksey & Knight, 1999) através da versão final do guião construído nas várias entrevistas semiestruturadas. Através desta técnica foi possível recolher as opiniões dos inquiridos sobre a utilização das tecnologias, os serviços utilizados e fazer um levantamento dos diferentes pontos de vista relativamente a esta temática.

Finalmente, na quinta etapa, depois de analisados os dados recolhidos, produziu-se um documentário, em que foram abordadas as temáticas investigadas na dissertação escrita. Será de referir que o termo colaboração é a ação de dividir uma atividade com outra pessoa ou de auxiliar no desenvolvimento de um projeto (Cadé, 2014). Utilizou-se a designação colaborativo no título do trabalho, porque existiu o envolvimento dos participantes na investigação, pois os seniores participaram e auxiliaram nas quatro últimas fases do projeto. Se é certo que estes indivíduos não escreveram o guião técnico, a verdade é que sempre que tal se afigurou pertinente, sugeriram algumas ideias interessantes para o mesmo. Por outro lado, durante a recolha de imagens, os seniores participantes também deram o seu contributo sobre os locais das gravações das entrevistas.

Os objetivos definidos para a investigação foram:

- Identificar as dificuldades e/ou facilidades que o cidadão sénior enfrenta quando utiliza as TIC para aceder aos diferentes serviços.
- Identificar os serviços utilizados pelos seniores, caso sejam utilizadores das TIC.
- Produzir um documentário.

Como já foi referido anteriormente, o primeiro objetivo da investigação foi concretizado com recurso à metodologia investigação-ação, na primeira, na segunda e na quarta etapa, tendo sido identificadas várias dificuldades enfrentadas/identificadas pelos seniores que participaram no estudo quando procuram aceder a diferentes serviços com recurso às TIC. É importante que se volte a salientar que as informações foram recolhidas numa amostra de conveniência, pelo que os resultados não podem ser extrapoláveis. As dificuldades centram-se sobretudo:

- Na gestão de grandes quantidades de informação;
- Na realização de múltiplas tarefas em simultâneo;
- Na realização de operações com comandos (copiar, colar e o *Print Screen*);
- Na compressão e descompressão dos ficheiros fornecidos;
- Na compreensão da filosofia dos programas de edição de imagem (*Photoshop* e *Gimp*) e em guardar os projetos e os resultados finais dos trabalhos;
- Na gestão dos ficheiros e das pastas no computador;
- Na utilização das funcionalidades avançadas dos telemóveis e na adaptação a um novo modelo;
- Na gestão da rede social *Facebook*;
- Na remoção de vírus do computador;
- Na adaptação a um novo sistema operativo;
- Na utilização de plataformas de partilha de ficheiros, de portais de entrega de dados oficiais;
- Na compreensão da lógica do computador;
- Na aquisição dos equipamentos tecnológicos, devido aos seus elevados custos.

Em suma, os seniores que participaram no estudo enfrentaram/identificaram dificuldades centradas, sobretudo, na gestão de muita informação, na realização de tarefas cuja execução implique alguns conhecimentos prévios, na realização de tarefas com passos específicos e sequenciais e na adaptação a novos equipamentos, *softwares* e aplicações. Estas dificuldades podem, pelo menos em parte, explicar o facto de vários seniores recorrerem ao auxílio de terceiros para comunicação de dados a entidades oficiais, o que contrasta com a vontade de experimentar as novas tecnologias em contextos que consideram mais lúdicos. Aliás, as facilidades referidas pelos seniores prendem-se com a utilização mais despreocupada de serviços não institucionais ou, no caso dos serviços institucionais, quando apenas vão consultar informação. Como já foi referido, nos casos em que a utilização implica maiores responsabilidades, os seniores optam, de uma forma geral, por delegar em terceiros esse encargo.

Voltando às etapas da metodologia investigação-ação, a terceira e a quarta etapas do estudo possibilitaram que fosse efetuado um levantamento dos serviços utilizados pelos seniores. Como estes são utilizadores das tecnologias, foi possível aferir quais os serviços que estes mais usam e se estes serviços vieram simplificar ou complicar a sua vida.

Os seniores entrevistados no âmbito deste trabalho são utilizadores das tecnologias, pelo que realizam diversas atividades e utilizam vários serviços disponibilizados através das tecnologias com os mais diversos propósitos, como lúdicos, profissionais, institucionais, públicos, sociais e pessoais. Tendo em conta as entrevistas dos seniores participantes, foi possível identificar diversos serviços que eram utilizados por estes indivíduos, que se identificam de seguida:

- Pesquisa na Internet das mais variadas informações;
- Utilização de plataformas de visualização de vídeos, de edição de imagens, de partilha de ficheiros, de *download* de músicas;
- Utilização de serviços gratuitos *online*;
- Consulta de meios de comunicação social *online*, desde jornais, rádios, televisão *online*;
- Utilização *online* de aplicações lúdicas, como jogos;
- Utilização da Internet para a aquisição de produtos e bilhetes dos mais variados tipos;
- Comunicação através de *email* ou das mais diversas redes sociais;
- Acesso a portais de instituições públicas;
- Acesso à conta bancária *online*;
- Gestão de *blogs* pessoais;
- Utilização de equipamentos de aquisição autónoma de alimentos; utilização do sistema de gestão de atendimento de clientes nas mais diversas lojas; utilização das mais diversas balanças, quer seja para registo do peso de alimentos, quer dos próprios indivíduos; utilização de equipamentos de leitura ótica para confirmação do preço de produtos disponíveis em supermercados; impressão nas impressoras públicas ou na reprografia da escola;
- Utilização do multibanco.

Na quinta etapa da metodologia investigação-ação concretizou-se o último objetivo do estudo: a produção de um documentário. Este foi participativo porque existiu o envolvimento do público-alvo, tendo os seniores participado nas quatro últimas etapas do projeto.

As etapas realizadas no decorrer do trabalho possibilitaram o cumprimento dos objetivos definidos e foi possível responder à pergunta de investigação:

Quais as características que a produção de um documentário deve ter para que represente os desafios que o sénior enfrenta na utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação, quando usa os serviços disponibilizados?

No que diz respeito à pergunta de investigação, são de seguida enumeradas as principais características que um documentário deve possuir para representar os desafios que um sénior enfrenta quando utiliza os mais diversos serviços através das Tecnologias da Informação e Comunicação:

- Realizar uma pesquisa prévia e consolidada sobre o tema;
- Definir os objetivos pretendidos para o documentário que se pretende produzir;
- Utilizar o equipamento técnico adequado;
- Aplicar algumas das características do género documental participativo, embora também se possam recorrer a outros géneros do documentário;
- Incentivar a participação ativa dos intervenientes no estudo, para que possam ser criados laços que potenciem o registo de testemunhos pessoais na primeira pessoa;
- Solicitar sempre que possível a colaboração dos seniores nas diferentes etapas de produção;
- Valorizar os testemunhos obtidos, de maneira a que o documentário possua consistência nos conteúdos abordados;
- Selecionar lugares e imagens que permitam a criação de empatia nos seniores participantes, procurando também captar a atenção de outros seniores e de indivíduos de outras faixas etárias. Neste documentário optou-se por recorrer a imagens ligadas à natureza e a alguns trabalhos agrícolas.
- Apresentar as facilidades e/ou as dificuldades sentidas pelos seniores quando utilizam as novas tecnologias, através dos testemunhos dos seniores participantes

e da recriação visual de algumas das facilidades e/ou dificuldades identificadas nos testemunhos;

- Editar o material recolhido de forma a concretizar uma narrativa apelativa;
- Apresentar testemunhos de seniores que possam sensibilizar e motivar outros seniores a utilizar os serviços e as tecnologias.

Em suma, é essencial que o realizador/investigador conheça este tema, o que só é possível com uma pesquisa e com a realização de trabalho de campo para recolha de informações. Esses conhecimentos são essenciais para tratar o material recolhido (imagens, sons, etc.,) na fase de edição. Por outro lado, é essencial que os seniores tenham algum tipo de participação no documentário, pois dessa forma mais facilmente se concretizarão os objetivos definidos.

O presente trabalho cumpre os objetivos definidos para o trabalho, mas existiram alguns problemas que vão ser debatidos na secção seguinte.

Limitações do estudo

As principais limitações associadas à concretização deste estudo foram:

- Limitações temporais. Só foi possível a realização das filmagens do documentário no início de outubro, porque a investigadora estava a trabalhar em simultâneo e não lhe foi exequível finalizar as etapas anteriores da investigação mais cedo.
- Problemas com as datas de requisição do material. No período em que este foi requisitado existiam várias solicitações para o mesmo material. Além disso, o equipamento requisitado tinha prazos de entrega muito curtos e foi necessário realizar as filmagens das entrevistas durante apenas cinco dias.
- Nos dias de filmagens também ocorreram vários imprevistos meteorológicos. Choveu bastante e não foi possível realizar todas as entrevistas no exterior. Por outro lado, também foi necessário ter cuidados extra porque o solo estava molhado e não se podiam colocar as mochilas, perche e outros acessórios em qualquer lugar.
- Considera-se que o resultado das entrevistas foi extremamente positivo, mas teria sido interessante ter tido mais tempo para fazer a gravação das mesmas, por

exemplo, captando outras perspetivas dos seniores, enriquecendo visualmente o documentário.

Contributo científico do estudo

A presente investigação relacionou os seniores, as tecnologias e os seus serviços e o documentário. Quando se procedeu à análise documental, não foi encontrado um número significativo de documentários sobre seniores e tecnologias. Os documentários disponíveis abordam as dificuldades em geral, mas não focam as dificuldades e/ou facilidades que os seniores enfrentam quando utilizam os serviços disponibilizados através das tecnologias, quer sejam institucionais ou não. Também são sugeridas linhas orientadoras para a criação de um documentário.

Pelas ilações anteriores, entende-se que se deu um contributo para as temáticas abordadas.

Perspetivas de futura investigação

Uma das perspetivas de trabalho futuro proposta pela presente investigação seria a de utilizar o *Youtube* e o *Facebook* para a divulgação do documentário, o que permitiria perceber o impacto que este poderia ter.

Caso fosse possível, também seria pertinente fazer uma avaliação do documentário junto de seniores de outra instituição, por exemplo, através de sessões de *Focus Group*. Os resultados que surgissem das reuniões poderiam contribuir para melhorar o documentário.

Em complemento a este estudo, poder-se-ia também criar um novo documentário que podia centrar-se num único sénior. O sénior em questão não seria utilizador das tecnologias e, através de várias sessões que tinham como objetivo que este aprendesse a utilizar as mesmas, seriam documentadas as dificuldades, as esperanças e as conquistas deste indivíduo.

Referências Bibliográficas

- Ablan, D. (2002). *Digital Cinematography & Directing*. Indiana: New Riders.
- Aiken, L. R. (1995). *Aging: an introduction to gerontology*. Thousands Oaks: SAGE Publications, Inc.
- Alexandre, N. M. C., & Coluci, M. Z. O. (2011). Validade de conteúdo nos processos de construção e adaptação de instrumentos de medidas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(7), 3061–3068. <http://doi.org/10.1590/S1413-81232011000800006>
- Almeida, J. F. de, & Pinto, J. M. (1975). Teoria e investigação empírica nas ciências sociais. In *Análise social* (pp. 365–445).
- Almeida, J. N. de. (2014). Isto não é um filme de ficção: Bill Nichols e a introdução ao documentário. *Art&Sensorium - Revista Interdisciplinar Internacional de Artes Visuais Da Unespar/Embap*, 01, 21–29.
- Annan, K. (1998). A “Society for All Ages” honours traditional leadership role of elders, Secretary-General says, opening International Year of Older Persons. Retrieved January 23, 2015, from <http://undesadspd.org/Ageing/InternationalDayofOlderPersons/1998/SpeechdeliveredbySecretaryGeneralKofiAnnan.aspx>
- Antero, J. (2007). *Operações de Câmara - Gramática da captação de imagens em movimento*. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas.
- Arksey, H., & Knight, P. T. (1999). *Interviewing for social scientists: An introductory resource with examples*. London: SAGE Publications Ltd.
- Artis, A. Q. (2011). *Silêncio: Filmando! - Um guia para documentários com qualquer orçamento, qualquer câmara e a qualquer hora*. Rio de Janeiro: Elsevier Editora.
- Assis, M. de. (2005). Envelhecimento ativo e promoção da saúde: reflexão para as ações educativas com idosos. *Revista APS*, v.8, n.1, (21), 15–24.
- Aufderheide, P. (2007). *Documentary Film: A Very Short Introduction*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Azevedo, C. (2013). *Tecnologias e pessoas mais velhas: Importância do uso e apropriação das novas tecnologias de informação e comunicação para as relações sociais de pessoas mais velhas em Portugal*. Universidade de Lisboa. Retrieved from <http://goo.gl/aH7Jld>

- Bäckström, B. (2012). Envelhecimento ativo e saúde num estudo de caso com idosos imigrantes, 103–126.
- Baptista, H. H. O. (2011). *A informática social – Inclusão na terceira idade*. Instituto Politécnico de Castelo Branco.
- Barbash, I., & Taylor, L. (1997). *Cross-Cultural Filmmaking: A Handbook Making Documentary And Ethnographic Films And Videos*. California: University of California Press, Ida.
- Bárrios, M. J., & Fernandes, A. A. (2014). A promoção do envelhecimento ativo ao nível local: análise de programas de intervenção autárquica. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 32(2), 188–196. <http://doi.org/10.1016/j.rpsp.2014.09.002>
- Bell, A. (2005). *Creating Digital Video in Your School - How to Shot, Edit, Produce, Distribute and Incorporate Digital Media into the Curriculum*. Worthington: Linworth Publishing, inc.
- Bernard, S. (2007). *Documentary Storytelling - Making Stronger and More Dramatic Nonfiction Films* (Second Edi). Oxford: Focal Press.
- Bierwisch, A., Goluchowicz, K., & Som, O. (2014). Stocktaking of activities in active aging and work environment in policy, science and industry — The German case. *Technological Forecasting and Social Change*, 89, 343–357. <http://doi.org/10.1016/j.techfore.2014.08.006>
- Bize, P. R., & Vallier, C. (1985). *Uma Vida Nova: a Terceira Idade*. (Verbo, Ed.). Lisboa.
- Bogdan, R. C., & Bikilen, S. K. (1991). *Investigação qualitativa em educação - Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Boni, V., & Quaresma, S. (2005). Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. *Em Tese*, 2(3), 68–80. Retrieved from <https://goo.gl/cm6Ebh>
- Branquinho, H. J. R. J. (2010). I am Erasmus: WEB documentário sobre a experiência Erasmus na Universidade de Aveiro. Retrieved from <http://ria.ua.pt/handle/10773/3826>
- Brito, R. (2012). A Utilização Do Computador E Internet Por Idosos. *II Congresso Internacional TIC E Educação - Em Direção À Educação 2.0*, 1195–1207. Retrieved from <http://ticeduca.ie.ul.pt/atas/pdf/358.pdf>
- Bryman, A., & Cramer, D. (2001). *Quantitative Data Analysis with SPSS Release 10 for Windows: A Guide for Social Scientist*. Routledge.

- Cadé, C. H. B. (2014). *Documentário Colaborativo: modos de produção no ciberespaço*. Universidade Federal da Paraíba.
- Cancela, D. M. G. (2007). *O processo de envelhecimento 2007*. Porto: Licenciatura, Universidade Lusíada do Porto. Retrieved from <http://goo.gl/zAck7j>
- Candeias, V. (2003). *Introdução ao Guião Para Documentário*. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas.
- Carpenter, B. D., & Buday, S. (2007). Computer use among older adults in a naturally occurring retirement community. *Computers in Human Behavior*, 23, 3012–3024. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2006.08.015>
- Carrilho, M. J., & Gonçalves, C. (2004). Dinâmicas Territoriais do análise exploratória dos resultados dos Censos 91 e 2001. *Revista de Estudos Demográficos*, 36, 175–192. Retrieved from <http://goo.gl/h067kM>
- Cassinello, M. D. Z. (2007). En portada - Envejecimiento Activo. *INFOCOP - Nº 34*, 7–9.
- Castro, D. T. (2012). *Sociedade da Informação, Inclusão e Cidade Digital em Palmas - TO*. Universidade Federal da Bahia.
- Cerqueira, M. de M. (2010). *Imagens do envelhecimento e da velhice: Um estudo na população portuguesa*. Universidade de Aveiro. Retrieved from <http://ria.ua.pt/handle/10773/6477>
- Chu, A., Huber, J., Mastel-Smith, B., & Cesario, S. (2009). “Partnering with Seniors for Better Health”: computer use and Internet health information retrieval among older adults in a low socioeconomic community. *Journal of the Medical Library Association : JMLA*, 97(1), 12–20. <http://doi.org/10.3163/1536-5050.97.1.003>
- Coelho, J. D. (2007). *Sociedade da Informação - O Percurso Português Dez Anos de Sociedade da Informação - Análise e Perspectivas*. Edições Sílabo.
- Comissão das Comunidades Europeias. (2007). *Envelhecer bem na sociedade da informação - Uma Iniciativa i2010*. Bruxelas. Retrieved from <http://goo.gl/Yl4fhj>
- Comissão Europeia. (2002). *Para uma Europa do Conhecimento - A União Europeia e a Sociedade do Conhecimento*. Bruxelles. Retrieved from <http://goo.gl/7Egfmj>
- Corner, J. (1990). *Documentary and the Mass Media*. New York: Edward Arnold.
- Costa, J. A. P. F. da. (2005). *Competências Adquiridas ao Longo da Vida - Processo, trajectos e Efeitos*. Universidade do Minho.

- Costa, E. C., Jorge, M. S. B., Saraiva, E. R. de A., & Coutinho, M. da P. de L. (2009). Aspectos psicossociais da convivência de idosas com animais de estimação: uma interação social alternativa. *Psicologia: Teoria E Prática, vol.11 no.* Retrieved from <http://goo.gl/fZnUMK>
- Costa, M. L. A. (2011). *Qualidade de vida na terceira idade: A psicomotricidade como estratégia de educação em saúde*. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Costello, V., Youngblood, S. A., & Youngblood, N. E. (2012). *Multimedia foundations: Core concepts for digital design*. Focal Press.
- Coutinho, C. (2011). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: teoria e prática*. Coimbra: Edições Almedina.
- Coutinho, C., & Lisboa, E. (2011). Sociedade da informação, do conhecimento e da aprendizagem: desafios para educação no século XXI. *Revista de Educação, XVIII*, 5–22. Retrieved from <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/14854>
- Cunha, I. T. A. (2014). *Liderança e Equipas de Trabalho num Contexto de Mudança Um estudo em empresas industriais do Vale do Ave*. Instituto Universitário da Maia.
- Czaja, S. J., & Sharit, J. (2013). *Designing training and instructional programs for older adults*. (CRC Press Taylor & Francis Group, Ed.). New York.
- Da-Rin, S. (2004). *Espelho partido - Tradição e transformação do documentário cinematográfico*. Rio de Janeiro: Azougue.
- Dean, M. W. (2003). *\$30 Film School*. Boston: Premier Press.
- Dias, I. (2012). O uso das tecnologias digitais entre os seniores: Motivações e interesses. *Sociologia, Problemas E Praticas, 68*, 51–77. <http://doi.org/10.7458/SPP201268693>
- Direcção-Geral da Saúde. (2004). Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas. Retrieved January 2, 2015, from <http://goo.gl/w2QXew>
- Droguett, J. (2004). *Sonhar de Olhos Abertos*. Ed. Arte & Ciência.
- Dunn, J., & Laranjeira, R. R. (2000). Desenvolvimento de entrevista estruturada para avaliar consumo de cocaína e comportamentos de risco. *Revista Brasileira de Psiquiatria, 22(1)*, 11–16. <http://doi.org/10.1590/S1516-44462000000100004>
- Edgar-Hunt, R. (2010). *Directing fiction*. Lausanne: AVA Publishing SA.

- Edmundo, C., Pinto, J., Sánchez, D., & Coroado, A. (2006). Acto de filmar: variações. *Caleidoscópio : Revista de Comunicação E Cultura Nº 08 (2008)*. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10437/553>
- Emérito, M. (2008). *O falso documentário*. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
- EURAGE, E. R. G. on A. to A. (2011). *A Survey of Ageism across Europe - EU briefing and policy recommendations*. UK. Retrieved from <http://goo.gl/8wbH2c>
- Eurostat. (2012). *Europe in figures — Eurostat yearbook 2012*. Retrieved from <http://goo.gl/C3goEN>
- Faria, J. de F. A. (2014). *A importância das TIC na promoção do envelhecimento activo*. Universidade do Minho.
- Fernandes, A. M. (2006). *Projecto SER MAIS - Educação Para a Sexualidade Online*. Universidade do Porto.
- Fernandes, F. S., & Ferreira, B. de J. (2012). Inclusão Digital de Idosos: Um estudo sobre a Realidade do Município de Belém (Pa). *Cinted-Ufrgs, 10(1)*, 1–10. Retrieved from <http://goo.gl/tXSLiV>
- Fernandes, H. J. (2007). *Solidão em idosos do meio rural do concelho de bragança*. Universidade do Porto.
- Ferreira, A. R. G. (2010). *Promoção do Envelhecimento Activo através da Hidroterapia*. Barcarena: Universidade Atlântica. Retrieved from <http://goo.gl/bIE5RG>
- Ferreira, S. de A. (2013). *Tecnologias de informação e comunicação e o cidadão sénior: estudo sobre o impacto em variáveis psicossociais e a conceptualização de serviços com e para o cidadão sénior*. Universidade de Aveiro.
- Filho, L. F. de B. (1999). *O processo de envelhecimento e o comportamento vocal*. Retrieved from <http://goo.gl/BPzJvy>
- Fonseca, I., Amado, P., & Costa, L. (2014). Desenho de interfaces para seniores : desafios e oportunidades no projeto SEDUCE. *PRISMA.COM, n.º 23(23)*, 107–138.
- Fonseca, I. D. V. (2011). *O Uso de Dispositivo Multitácteis para a Infoinclusão do Sénior*. Universidade de Aveiro.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do Envelhecimento*. Editores, Climepsi.
- Fontana, A., & Frey, J. H. (1994). Interviewing: The art of science. *Handbook of Qualitative Research, 361*, 361–376. <http://doi.org/10.1016/j.jconhyd.2010.08.009>

- Freitas, P. da C. B. de. (2011). *Solidão em Idosos - Percepção em Função da Rede Social*. Universidade Católica Portuguesa.
- Freitas, R. M. R. de. (2010). *Contrato de Autonomia: um passo no reforço da autonomia da escola ou do poder central?* Universidade do Minho. Retrieved from <http://goo.gl/8z9wH2>
- Frias, M. A. da E., Peres, H. H. C., Paranhos, W. Y., Leite, M. M. J., Prado, C., Kurcgant, P., ... Melleiro, M. M. (2011). Utilização de ferramentas computacionais por idosos de um Centro de Referência e Cidadania do Idoso. *Rev. Esc. Enferm. USP, vol.45*. <http://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000700011>
- Gatto, S. L., & Tak, S. H. (2008). Computer, Internet, and E-mail Use Among Older Adults: Benefits and Barriers. *Educational Gerontology, 34*(9), 800–811. <http://doi.org/10.1080/03601270802243697>
- Gaudenzi, S. (2013). *The Living Documentary: from representing reality to cocreating reality in digital interactive documentary*. University of London. Retrieved from <http://research.gold.ac.uk/7997/>
- Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. (6ª, Ed.). São Paulo: Atlas.
- Gil, H. (2011). CURRÍCULO « GERONTO-DIGITAL » : OS IDOSOS E A SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO E DO CONHECIMENTO. In *VII Conferência Internacional de TIC na Educação* (pp. 1021–1032). Castelo Branco.
- Gil, H. T. (2014). *Os cidadãos mais idosos (65+ anos) do concelho de Castelo Branco na utilização das TIC, e-Saúde e e-Governo Local Henrique*. Universidade de Lisboa. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10400.11/2463>
- Gomes, M. E. C. (2014). *INCLUSÃO DIGITAL NA TERCEIRA IDADE: A INTEGRAÇÃO DAS TIC NUMA ESCOLA SUPERIOR SÉNIOR*. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Gonçalves, C., & Carrilho, M. J. (2007). Envelhecimento crescente mas especialmente desigual. *Revista de Estudos Demográficos, Nº 40*, 21–37.
- Goodwin, C. L. (2013). Use of the Computer and the Internet by Well Older Adults. *Activities, Adaptation & Aging, 37*(1), 63–78. <http://doi.org/10.1080/01924788.2012.729186>
- Grant, J. S., & Davis, L. L. (1997). Selection and use of content experts for instrument development. *Research in Nursing & Health, 20*(3), 269–274. [http://doi.org/10.1002/\(sici\)1098-240x\(199706\)20:3<269::aid-nur9>3.3.co;2-3](http://doi.org/10.1002/(sici)1098-240x(199706)20:3<269::aid-nur9>3.3.co;2-3)

- Gregolin, M., Sacrini, M., & Tomba, R. A. (2002). Web-documentário – Uma ferramenta pedagógica para o mundo. Campinas - SP: Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Retrieved from <http://goo.gl/2nakUD>
- Guimarães, M. (2011). *Para uma (re) Educação dos Idosos do Grupo “ PROGRAMA DA MELHOR IDADE ” de Paraíso / Tocantins , Frente às Mudanças do Mundo Contemporâneo . Para uma (re) Educação dos Idosos do Grupo “ PROGRAMA DA MELHOR IDADE ” de Paraíso / Tocantins , Frente às Mud.* Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Harvey, B. (2008). *How to Make Your Own Video or Short Film - All you need to know to make you ideas shine.* Oxford: Howtobooks.
- Haynes, S. N., Richard, D. C. S., & Kubany, E. S. (1995). Content Validity in Psychological Assessment : A Functional Approach to Concepts and Methods Introduction to Content Validity. *Psychological Assessment*, 7(3), 238–247.
<http://doi.org/10.1037//1040-3590.7.3.238>
- Hight, C. (2008). Studies in Documentary Film The field of digital documentary : a challenge to documentary theorists The field of digital documentary : *Studies in Documentary Film, Volume 2 N*, 37–41. <http://doi.org/10.1386/sdf.2.1.3>
- Hill, M. M., & Hill, A. (2005). *Investigação por Questionário.* (E. S. LDA, Ed.) (2ª Edição). Lisboa.
- Hughes, M. (2012). *Digital Filmmaking for Beginners - A Practical Guide to Video Production.* Mc Graw Hill.
- Instituto Nacional de Estatística. (2012). *Censos 2011 Momento Censitário – 21 de março 2011* (Vol. 26). Retrieved from http://www.inr.pt/uploads/docs/recursos/2013/20Censos2011_res_definitivos.pdf
- Instituto Nacional de Estatística. (2014a). Dia Mundial da População. Retrieved from <http://goo.gl/Wm1Cej>
- Instituto Nacional de Estatística. (2014b). *Projeções de População Residente 2012-2060.*
- IPLeia. (2015a). 60+ Quem Somos. Retrieved August 15, 2015, from <http://60mais.ipleiria.pt/quem-somos/>
- IPLeia. (2015b). Politécnico de Leiria. Retrieved August 15, 2015, from <http://www.ipleiria.pt/ipleiria/>
- Johann, A. (2014). O roteiro no documentário contemporâneo: o dispositivo que aciona a “realidade.” *Revista Temática*, 02(Ano X), 1–18.

- Kachar, V. (2009). Novas necessidades de aprendizagem. São Paulo: Fundação Padre Anchieta. Retrieved from http://www.desenvolvimentosocial.sp.gov.br/usr/share/documents/volume8_Novas_necessidades_de_aprendizagem.pdf
- Kellison, C. (2007). *Produção e Direção para TV e Vídeo - Uma abordagem prática*. (Elsevier, Ed.). Editora Campus.
- Kilborn, R., & Izod, J. (1997). *An Introduction to Television Documentary - Confronting reality*. Manchester: Manchester University Press.
- Kim, Y. S. (2008). Reviewing and Critiquing Computer Learning and Usage Among Older Adults. *Educational Gerontology*, 34(January 2015), 709–735. <http://doi.org/10.1080/03601270802000576>
- Lagana, L. (2010). Computers and the Internet : Results of a Pilot Study, 34(9), 1–10. <http://doi.org/10.1080/03601270802243713>.Enhancing
- Landau, S., & Everitt, B. S. (2004). *A Handbook of Statistical Analyses Using SPSS*. London: Taylor & Francis.
- Lima, M. P. de. (2010). *Envelhecimento(s)*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Luíndia, L. E. A. (2014). *Interseções dos Suportes digitais – potencial estético, produção, acesso, circulação: Ciberdocumentários em Manaus (AM – Brasil)*. Universidade Federal do Amazonas.
- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *NURSING RESEARCH*, 35(6), 382–385.
- Machado, A. (2011). Novos territórios do documentário. Covilhã. Retrieved from www.doc.ubi.pt
- Marconi, M. de A., & Lakatos, E. M. (1996). *Técnicas de Pesquisa* (3º ed.). São Paulo: Atlas.
- Marôco, J. (2011). *Análise Estatística com o SPSS* (5ª Edição). ReportNumber, Lda.
- Marques, S. (2011). *Discriminação da Terceira idade*. Lisboa: Guide Artes Gráficas, Lda.
- Marta, B. de L. H. C. (2008). *A legibilidade gráfica face a uma sociedade envelhecida Um estudo de caso: folheto informativo medicamentoso da Aspirina*. Universidade de Aveiro. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10773/1129>

- Matta, H. (2009). Mas afinal , o que é documentário ? In *XVII Seminário de Iniciação Científica da Puc-Rio*. Rio de Janeiro. Retrieved from http://www.puc-rio.br/pibic/relatorio_resumo2009/
- Mellor, D., Firth, L., & Moore, K. (2008). Can the Internet Improve the Well-being of the Elderly? *Ageing International, Volume 32*,.
- Minayo, M. C. D. S., & Sanches, O. (1993). Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? *Cadernos de Saúde Pública, 9*(3), 237–248. <http://doi.org/10.1590/S0102-311X1993000300002>
- Miranda, D. (2009). *Edição e distribuição de conteúdo documental para a para Web*. Universidade de Aveiro. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10773/1197>
- Miranda, L. M. De, & Farias, S. F. (2009). As contribuições da internet para o idoso: uma revisão de literatura. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação, V.13, n. 2*, 383–394.
- Moraes, E. N. De, Moraes, F. L. de, & Lima, S. D. P. P. (2010). Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. *Núcleo de Geriatria E Gerontologia Da Faculdade de Medicina Da UFMG, 20*(1), 67–73.
- Moreira, M. de M. (1998). O envelhecimento da população brasileira: intensidade, feminização e dependência. *V. 15, N. 1 Revista Brasileira de Estudos Da População*. Retrieved from <http://www.rebep.org.br/index.php/revista/issue/view/25/showToc>
- Musburger, R. B., & Kindem, G. (2009). *Introduction to Media Production - The Path to Digital Media Production* (4^o ed.). Focal Press.
- Neto, G. G. da C. (2008). *Estudos qualitativos para elicitação de requisitos: uma abordagem que integra análise sócio-cultural e modelagem organizacional*. Universidade Federal de Pernambuco. Retrieved from <http://hdl.handle.net/123456789/1306>
- Netto, M. P. (2002). *O estudo da velhice no século XX: histórico, definição do campo e termos básicos*. (E. V. et al Freitas, Ed.) (Tratado de). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Neves, J. L. (1996). Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades. *Caderno de Pesquisas Em Administração São Paulo, 1*(3), 1–5. Retrieved from <http://www.ead.fea.usp.br/cad-pesq/arquivos/c03-art06.pdf>
- Ng, C. (2007). Motivation Among Older Adults in Learning Computing Technologies: A Grounded Model. *Educational Gerontology, 34*(January 2015), 1–14. <http://doi.org/10.1080/03601270701763845>

- Nichols, B. (2001). *Introduction to Documentary*. Bloomington: Indiana University Press.
Retrieved from <http://iupress.indiana.edu>
- Nichols, B. (2005). *Introdução ao documentário*. Campinas - SP: Papyrus Editora.
- Obercom. (2014). A Internet em Portugal - Sociedade em Rede 2014. *Publicações OberCom*, 1–22. Retrieved from
http://www.obercom.pt/client/?newsId=548&fileName=internet_portugal_2014.pdf
- Oliveira, R. J. P. de. (2013). *Viver com o Envelhecimento: das Políticas às Práticas - Estudo de Caso na Freguesia de Coz, Concelho de Alcobaça*. Universidade de Coimbra.
- Oliveira, L. R. (1997). *Alfabetização informacional na sociedade da informação*.
- Osório, A. R., & Pinto, F. C. (2007). *As pessoas idosas - Contexto social e intervenção educativa*. Instituto Piaget.
- Palma, D. I. J. D. (2013). *O contributo das Novas Tecnologias para o bem-estar social dos idosos em meio rural: um estudo de caso*. Instituto Politécnico de Beja.
- Parent-Altier, D. (2014). *O Argumento Cinematográfico*. Lisboa: Edições Texto & Grafia, Lda.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2014). As tecnologias de informação e comunicação ea formação ao longo da vida: um estudo em populações 50+. Retrieved from
<http://repositorio.ipcb.pt/handle/10400.11/2465>
- Pasqualotti, A. (2008). *Comunicação, tecnologia e envelhecimento : significação da interação na era da informação*. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
Retrieved from <http://goo.gl/vNsaS5>
- Patrício, M. R. V., & Osório, A. (2011). Informação e Comunicação. Retrieved from
<http://hdl.handle.net/10198/7060>
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento activo e redes de suporte social. *Sociologia*, pp. 15, 275–287. Retrieved from <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/3732.pdf>
- Penafria, M. (1998). Unidade e diversidade do filme documentário. Retrieved from
<http://www.bocc.ubi.pt/pag/penafria-manuela-filme-doc.html>
- Penafria, M. (1999a). *O Filme Documentário: História, identidade, tecnologia*. Lisboa: Edições Cosmos.
- Penafria, M. (1999b). Perspectivas de desenvolvimento para o documentarismo.
Retrieved from http://www.bocc.ubi.pt/pag/_texto.php?html2=penafria-perspectivas-documentarismo.html

- Penafria, M. (2001). O ponto de vista no filme documentário. Covilhã. Retrieved from www.bocc.ubi.pt
- Penafria, M. (2003). O plano-sequência é a utopia. O paradigma do filme-Zapruder.
- Penafria, M. (2011). *Tradição e Reflexões, contributos para a teoria e estética do documentário*. Covilhã: LabCom Books. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10400.6/685>
- Penafria, M. (2013). A dimensão emocional do documentário. In *II Conferência Internacional de Viana do Castelo*. Viana do Castelo.
- Penafria, M., & Madaíl, G. (1999). O filme documentário em suporte digital. Covilhã: Universidade da Beira Interior. Retrieved from <http://www.bocc.ubi.pt>
- Pereira, C., & Neves, R. (2005). O contributo das TIC para a Qualidade de Vida de pessoas idosas, 1–8.
- Peres, S. (2007). O formato e a linguagem dos documentários produzidos sobre a cidade de São Paulo. In *XXX Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação* (pp. 1–10). Santos: Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação.
- Pessoa, A. S. C. (2015). *Lazer e tempos livres dos seniores na sociedade portuguesa atual*. Universidade de Lisboa.
- Pestana, M. H., & Gageiro, J. N. (1998). *Análise de dados para ciências sociais - A complementaridade do SPSS*.
- Pieczarka, C. M. S. (2013, July). A Influência da Luz Artificial no Cotidiano dos Idosos. *Revista Especialize On-Line IPOG 5ª Edição Nº 005 Vol.01, 01*.
- Pinho, J. A. G. De. (2011). Sociedade da informação, capitalismo e sociedade civil: reflexões sobre política, internet e democracia na realidade brasileira. *Revista de Administração de Empresas*, 51, 98–106. <http://doi.org/10.1590/S0034-75902011000100009>
- Pires, A. C. S. T. (2008). *Efeitos dos Videojogos nas Funções Cognitivas da Pessoa Idosa*. Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10216/22139>
- Puccini, S. (2009). Introdução ao roteiro de documentário. *DOC On-Line: Revista Digital de Cinema ...*, (n.06), 173–190. Retrieved from <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4006946.pdf>

- Quivy, R., & Campenhoudt, L. Van. (1995). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Rabiger, M. (2004). *Directing The Documentary* (4^o Edição). Focal Press.
- Ramos, F. (2008). *Mas afinal... O que é mesmo documentário?* São Paulo: SENAC.
- Ramos, S. I. P. (2014). “*Casa Barbot*” *Documentário*. Universidade do Porto, Porto.
- Raupp, F. M., & Beuren, I. M. (2003). Metodologia da pesquisa aplicável às ciências sociais. In *Como elaborar trabalhos monográficos em Contabilidade: teoria e prática* (pp. 76–97). São Paulo. Retrieved from http://200.17.83.38/portal/upload/com_arquivo/metodologia_de_pesquisa_aplicavel_as_ciencias_sociais.pdf
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento “ativo” e os constrangimentos da sua definição. *Sociologia, Revista Da Faculdade de Letras Da Universidade Do Porto*, 33–52.
- Rodrigues, A. M. (2013). *Ser cuidados de pessoa com úlcera por pressão no arquipélago dos Açores*. Iniversitat Rovira I Virgili.
- Rodrigues, O. I. S. da. (2011). *Ergonomia e Gerontologia face à redução da Acuidade Visual em Idosos*. Universidade da Beira Interior. Retrieved from https://ubithesis.ubi.pt/bitstream/10400.6/1022/1/Tese_Olga_Silva.pdf
- Rodrigues, P. (2013). *Processo Narrativos e Autoria em Documentário Interativo*. Universidade de Aveiro.
- Rodrigues, R. É. P. A. (2012). *Universidades da Terceira Idade : Duas Décadas de Intervenção em Portugal*. Instituto Politécnico de Lisboa.
- Roebuck, J. (1979). When does "Old age begin? : The evolution of the english definition. *Journal of Social History, Vol. 12*(No. 3 (Spring, 1979)), 16–428. Retrieved from <http://jsh.oxfordjournals.org/content/12/3/416.full.pdf+html>
- Santos, E. M. dos, Duarte, E. A., & Prata, N. V. (2008). Cidadania e trabalho na sociedade da informação: uma abordagem baseada na competência informal. *Perspectivas Em Ciência Da Informação, V.13, N.3*, 208–222. Retrieved from <http://www.scielo.br/pdf/pci/v13n3/a14v13n3.pdf>
- Santos, L. (2010). Imagens em movimento de um tempo presente: os documentários na pesquisa historiográfica e o caso de Garrincha, Alegria do Povo (1963). In F. Nicolazzi, H. Mollo, & V. Araujo (Eds.), . Ouro Preto: Caderno de resumos & Anais do 4^o. Seminário Nacional de História da Historiografia. Retrieved from <http://www.seminariodehistoria.ufop.br/ocs/index.php/snhh/2010/paper/view/303>

- Sá-Silva, J. R., Almeida, C. D. De, & Guindani, J. F. (2009). Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas. *Revista Brasileira de ...*, 1(1), 1–15. Retrieved from <http://goo.gl/oeLuxc>
- Selwyn, N., Gorard, S., Furlong, J., & Madden, L. (2003). Older adults' use of information and communications technology in everyday life. *Ageing and Society, Volume 23*(Issue 05), 561–582. Retrieved from <http://doi.org/http://dx.doi.org/10.1017/S0144686X03001302>
- Sequeira, S. A. A. (2013). *Animar para melhor envelhecer, com satisfação*. Instituto Politécnico de Castelo Branco. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10400.11/2065>
- Shapira, N., Barak, A., & Gal, I. (2007). Promoting older adults' well-being through Internet training and use. *Ageing Ment Health*, 11(5)(477-484).
- Silva, C. O. (2014). Idade da reforma aumenta dois meses em 2016. Retrieved December 23, 2014, from <http://goo.gl/W3qXAk>
- Silva, P. D. da. (2012). Retrato político e estatístico da sociedade da informação : Portugal na Europa. *Anuário JANUS*. Retrieved from http://janusonline.pt/popups2011_2012/2011_2012_1_2.pdf
- Silva, H., Jambeiro, O., Lima, J., & Brandão, M. A. (2005). Inclusão digital e educação para a competência informacional: uma questão de ética e cidadania e cidadania. *Ci. Inf*, v. 34, n. (Brasília), 28–36. <http://doi.org/10.1590/S0100-19652005000100004>
- Silva, S. M. (2009). *Envelhecimento Activo - Trajectórias de Vida e Ocupações na Reforma*. Universidade de Coimbra.
- Silva, T., Abreu, J. F. de, & Pacheco, O. R. (2014). A utilização de um protótipo Wizard of Oz para a determinação de métodos de identificação automática de telespetadores seniores. *PRISMA.COM N.º 23*, (23), 87–106.
- Silveira, M. M. da, Rocha, J. de P., Vidmar, M. F., Wibelinger, L. M., & Pasqualotti, A. (2010, July). Educação e inclusão digital para idosos. *CINTED-UFRGS V. 8 N.º 2*.
- Silvestre, C. (2004). *Documentarismo Português na Televisão : O discurso nos documentários com expressão no programa Docs da RTP2*. Instituto Politécnico de Lisboa. Retrieved from <http://www.bocc.ubi.pt/pag/silvestre-claudia-documentarismo-portugues.pdf>
- Soares, S. J. P. S. (2007). *Documentário e Roteiro de Cinema: da pré-produção à pós-produção*. Universidade Estadual de Campinas. Retrieved from <http://goo.gl/W3ogno>

- Sobral, F. A. (2008). *Escrever para cinema - Etapas da criação de um argumento*. Editorial Novembro.
- Sousa, A. B. (2009). *Investigação em Educação* (2^o ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Sousa, I. (2012). O documentário performático - e a política de uma subjetividade contemporânea. *Estudios Sobre Las Culturas Contemporaneas, Vol. XVIII, Núm. 36, XVIII*, 11–31. Retrieved from www.redalyc.org
- Souza, G. (2013). O ponto de vista no documentário. *Significação - Revista de Cultura Audiovisual - v. 40, N. 39*, 167–177. Retrieved from <http://www.revistas.usp.br/significacao/issue/view/4926>
- United Nations. (2001). *Population division world population ageing: 1950-2050*. New York. Retrieved from <http://goo.gl/xlbU8o>
- United Nations. (2013). *World Population Ageing 2013*. New York. Retrieved from <http://goo.gl/yi5EtH>
- Varela, C. C. B. (2012). *Impacto dos Cursos TIC das Universidades Sénior na Inclusão Digital da Terceira Idade*. Universidade de Lisboa.
- Vaz-Serra, A. (1986). O Inventário Clínico de Auto-Conceito. *Psiquiatria Clínica, 7(2)*, 67-84.
- Vaz-Serra, A. (2006). Que significa Envelhecer? In Firmino, H., Pinto, L. C., Leuschner, A. & Barreto, J. (Eds). *Psicogeriatría. Coimbra: Psiquiatria Clínica*, pp. 21–33.
- Veloso, A. I. (Coord. . (2014). *SEDUCE utilização da comunicação e da informação em ecologias web pelo cidadão sénior*. Portugal: Afrontamento/CETAC.MEDIA.
- Veloso, A. I., Mealha, Ó., Ferreira, S., Simões, J., & Fonseca, I. (2006). A utilização da comunicação mediada tecnologicamente pelo cidadão sênior. *Intercom - Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares Da Comunicação, XXXIV Cong*, 1–15.
- Vianna, N. W. H., Bacha, M. L., & Santos, J. F. S. Dos. (2007). Tecnologia da Informação e Terceira Idade: uma análise na ótica de estado de espírito com relação à atual fase da vida e nível de independência. *SEGeT – Simpósio de Excelência Em Gestão E Tecnologia*. Retrieved from http://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos07/1461_seget 15-8.pdf
- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review, 55(1)*, 121–139. <http://doi.org/10.1111/1468-246X.00118>
- Watts, H. (1999). *Direção de Câmera - Um manual de técnicas de vídeo e cinema*. São Paulo: Summus Editorial.

- White, H., McConnell, E., Clipp, E., Branch, L. G., Sloane, R., Pieper, C., & Box, T. L. (2002). A randomized controlled trial of the psychosocial impact of providing internet training and access to older adults. *Ageing & Mental Health*, 6(3), 213–21. <http://doi.org/10.1080/13607860220142422>
- WHO. (2002a). *Ative Ageing - A Policy Framework*. Paper presented at the Second United Nations World Assembly on Ageing, Madrid, Espanha.
- WHO. (2002b). *Ative Ageing - A Policy Framework*. Paper presented at the Second United Nations World Assembly on Ageing, Madrid, Espanha. Retrieved from http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/
- WHO. (2008a). *Guia Global: Cidade Amiga do Idoso*. (W. H. Organization, Ed.). Genebra. Retrieved from <http://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf>
- WHO. (2008b). Older persons in emergencies: an active ageing perspective. Geneva. Retrieved from <http://www.refworld.org/docid/49366fef2.html>
- WHO. (2010). Definition of an older or elderly person. Retrieved December 22, 2014, from <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>
- Wild, K. V., Mattek, N., Maxwell, S. A., Dodge, H. H., Holly, B., & Kaye, J. A. (2013). Computer related self-efficacy and anxiety in older adults with and without mild cognitive impairment, 8(6), 544–552. <http://doi.org/10.1016/j.jalz.2011.12.008>.Computer
- World Economic Forum. (2009). The Networked Readiness Index 2008 – 2009 rankings. Retrieved from <http://www.weforum.org/pdf/gitr/2009/Rankings.pdf>
- World Economic Forum. (2010). The Networked Readiness Index 2009 – 2010 Rankings, (December 2009), 2010–2010.
- World Economic Forum. (2014). *The Networked Readiness Index 2014*. Retrieved from http://www3.weforum.org/docs/GITR/2014/GITR_OverallRanking_2014.pdf
- Zandonade, V. (2003). *O vídeo documentário como instrumento de mobilização social*. Universidade da Beira Interior. Retrieved from www.bocc.ubi.pt
- Zimmermann, G. (2000). *Velhice: Aspectos Biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed.

Anexos

Os anexos da presente dissertação de mestrado encontram-se no CD relativo a este documento.

Anexo I – Questionários caracterização da amostra do projeto SEDUCE.

Anexo II – Inquérito por questionário.

Anexo III – Guiões das entrevistas exploratórias (de 1 a 4).

Anexo IV – Guião da entrevista semiestruturada.

Anexo V – Declarações de consentimento para as entrevistas semiestruturadas e também para a recolha do registo audiovisual.

Anexo VI – Transcrição das entrevistas exploratórias (de 1 a 16).

Anexo VII – Índices dos Conteúdos programáticos da atividade do *Workshop* de Tratamento de Imagem e Vídeo.

Anexo VIII – Guião do documentário, *Storyboard e Trailer*

Anexo IX – Artigos Publicados e Certificado da Conferência