

II - REDES SOCIAIS *ONLINE*: UM CONTRIBUTO POSITIVO PARA O CAPITAL SOCIAL DOS SENIORES EM PORTUGAL

Célia Reis

ISCTE, CIES
celia.reis@sapo.pt

Tiago Lapa

ISCTE, CIES
Tiago.Jose.Silva@iscte-iul.pt

Resumo

No âmbito da inclusão digital do segmento sénior, que hoje representa um quinto da população mundial e cujos dados do Eurostat (2017) apontam para que em 2080 a percentagem de pessoas com mais de 80 anos duplique, têm-se desenvolvido e implementado novas políticas digitais e sociais. O artigo pretende analisar a relação dos seniores com as Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC) e a sua inclusão no mundo das redes sociais *online* em Portugal, bem como perceber a importância e o contributo destas para o seu capital social. Partindo da análise conceptual de capital social e da sua relação com os laços sociais no mundo das redes sociais *online* dos seniores, desenvolveu-se um estudo que demonstra em que medida as redes

sociais *online* contribuem para aumentar o capital social dos seniores portugueses. Os dados foram recolhidos através de um inquérito por questionário *online*, seguindo uma estratégia amostral por conveniência, entre 29 de setembro e 15 de novembro de 2019, junto de indivíduos com mais de 65 anos que acedem à internet. Explorámos campos de investigação em desenvolvimento, atestando com os dados como as redes sociais *online* fazem parte das vidas dos seniores e como estas apoiam na socialização e promoção dos seus relacionamentos interpessoais ao nível dos laços fortes e fracos.

Palavras-chave: Redes Sociais *Online*, Seniores, Capital Social, Sociedade em Rede.

Abstract

Within the scope of the digital inclusion of senior's segment, which today represents one fifth of the world population and whose data from Eurostat (2017) point out that in 2080 the percentage of people over 80 years of age double, new digital and social policies have been developed and implemented. This article aims to analyse the relationship of seniors with Information and Communication Technologies (ICT) and their inclusion in the world of Social

Networking Sites (SNS) in Portugal as well as to understand its importance and contribution to the senior's social capital. Starting from a conceptual analysis of social capital and its relationship to social ties in the world of seniors SNS, a study was developed that demonstrates the extent to which online social networks contribute to increase the social capital of Portuguese seniors. The data were collected through an online questionnaire survey, following a convenience sampling strategy, between September 29 and November 15, 2019, from individuals over 65 who access the internet. We explored fields of research in development, attesting with data how online social networks are part of the lives of seniors and how they support the socialization and promotion of their interpersonal relationships at the level of strong and weak ties.

Keywords: Social Networks sites, Seniors, Social Capital, Network Society.

Introdução

A sociedade em rede traz novos desafios, nomeadamente, uma nova organização social e uma transformação na economia. Contudo, em Portugal, uma parte significativa da população sénior (71,7%) ainda não tem acesso à internet (Pordata, 2017) no segmento da população com mais de 65 anos que representa 2 milhões de habitantes

(Pordata, 2011), ou seja, 21,3% do total da população residente (Pordata, 2019a). Em 2013, a utilização da internet por pessoas com mais de 65 anos era de apenas 11%, das quais apenas metade usava as redes sociais *online* (OberCom, 2013). Alguns autores argumentam que estes baixos índices de utilização se devem à não relevância que os seniores dão ao uso das tecnologias na sua vida (Helsper, 2009; Lehtinen, Näsänen & Sarvas, 2009; Neves, 2013).

Considerando que a internet é um meio de comunicação, de interação e de organização social (Castells, 2014), admite-se que a internet é fundamental para a inclusão social nos dias de hoje. A sociedade é considerada uma rede e é percebida e tratada como uma matriz aleatória de conexões e desconexões (Bauman, 2007).

Por isso, fundamentamos o conceito de capital social (económico, cultural ou simbólico) definido por Bourdieu (1980) que se relaciona com o tamanho da rede de contactos que determinado indivíduo tem e que mobiliza de forma efetiva, bem como do volume de capital dos demais indivíduos aos quais ele está conectado através da sua rede. E, neste âmbito, a nossa investigação ponderou de que forma as redes sociais *online* permitem este tipo de relacionamentos e de laços, refletindo sobre como contribuem para o aumento do volume de capital social.

O envelhecimento em Portugal tem sido uma preocupação dos

vários agentes políticos, económicos e sociais. A criação de programas dirigidos a seniores por parte de Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia, as atividades das Universidades Seniores (RUTIS) e as operações “Censos Seniores” da GNR (2018), entre outras, têm contribuído para se repensar no envelhecimento e nas formas de proporcionar uma maior inclusão social, levando a um aumento do capital social junto deste segmento.

O Plano de Ação para a Transição Digital de Portugal, aprovado em Conselho de Ministros em 5 de março de 2020 inclui a inclusão e a literacia digital das pessoas, revelando o cuidado do Governo Português no desenvolvimento de um Portugal Digital. Também, programas como MUDA NA ESCOLA (MUDA, 2020) ou como o Portugal INCoDe.2030 têm diligenciado a literacia digital junto dos seniores.

O nosso estudo tem por objetivo compreender o uso das redes sociais *online* por parte dos seniores (+65 anos) e validar os seus contributos numa maior integração social pela interação com familiares, amigos, em conhecer novas pessoas, ter uma vida independente e uma maior participação social e económica, bem como, melhorar a sua saúde e bem estar, reduzindo a solidão (Campos *et al.*, 2016). No âmbito da inclusão digital ao longo da vida, Páscoa e Gil (2015) salientam que para que os cidadãos permaneçam ativos e participativos em termos de socialização as Tecnologias da

Informação e Comunicação (TIC) são fundamentais.

Em Portugal, os estudos têm-se debruçado essencialmente nas relações dos seniores com as TIC, num contexto de inclusão na sociedade em rede (Gouveia *et al.*, 2016; Coelho, 2019) e ao nível da inclusão tecnológica (Cunha, 2017; Dias, 2012). No contexto da inclusão digital, nomeadamente no uso da internet, são de apontar os trabalhos de: Afonso (2015), Alves (2015), Azevedo e Ponte (2020), Cabral *et al.* (2013), Cabral *et al.* (2014), Carmo (2016), Coelho (2019), Dias (2012), Ferreira (2013), Gouveia *et al.* (2016), Loureiro e Barbas (2011), Neves e Amaro (2015), Neves *et al.* (2015), Pascoa e Gil (2012), Páscoa (2017) e Páscoa *et al.* (2017). E, com o foco nos seniores portugueses e as redes sociais *online* estão os ensaios sobre a aprendizagem (Amaral, 2016; Páscoa, 2012; Páscoa & Gil, 2015; Rebelo, 2013), e a perceção na melhoria da qualidade de vida (Carmo, 2016; Gouveia *et al.*, 2016; Páscoa e Gil, 2017; Páscoa *et al.*, 2017; Pocinho, 2014; Varela, 2012).

Dada a relevância da integração digital dos seniores em Portugal e dado que, como refere Helsper (2009), uma maior política de inclusão digital pode conduzir a uma política de inclusão social, este estudo pretende, partindo de uma análise conceptual e de análises quantitativas descritivas, compreender o impacto que hoje as redes sociais *online* têm no bem-estar social dos seniores e a sua relevância e contributo para uma maior inclusão digital e social e aumento do

capital social.

O estudo empírico aqui abordado teve por base um questionário por inquérito *online*, com dados recolhidos entre 29 de setembro e 15 de novembro de 2019, junto de indivíduos com +65 anos utilizadores de internet, que considerou os indicadores expressos numa análise exploratória prévia dos estudos: “A Internet em Portugal - Sociedade em Rede 2013” (OberCom, 2013) e “ERC - Públicos e Consumos de Média 2015” (ERC, 2015).

Através das suas próprias vidas e projetos, as pessoas apropriaram-se da internet para construir as suas próprias redes (Manuel Castells em Cardoso *et al.*, 2015). Este artigo vem explicar que as redes sociais *online* contribuem, como forma de interação social, para o aumento do capital social dos seniores em Portugal.

As redes sociais *online* contribuem positivamente para o capital social dos seniores?

Ao se descrever o conceito de capital social e a literacia nas redes sociais *online* no segmento sénior estamos a contribuir para uma maior integração social desta população. Segundo Harper (2001), o capital social influencia o desenvolvimento económico, a inclusão social, a saúde e a eficácia dos governos.

Bourdieu (1980) define como capital social tudo o que se

relaciona com o tamanho da rede de contactos que determinado indivíduo possui e que mobiliza de forma efetiva, bem como o volume de capital dos demais indivíduos aos quais ele está conectado através da sua rede.

Todavia, Putman (2000) defende que o capital social é visto como um conjunto de atributos de organização social do qual fazem parte a confiança, as normas e os sistemas que possibilitem ações coordenadas. O autor considera dois tipos de capital social: o “*bonding*” que promove a confiança e a solidariedade através de laços fortes, unindo populações homogêneas e proporcionando aos indivíduos viver e sobreviver; e o “*bridging*” que permite “*seguir em frente*” ao estabelecerem-se laços com outros na sociedade em geral.

Ao nível das redes interpessoais dos seniores, Cabral *et al.* (2013) definem dois grupos do qual fazem parte as suas relações no dia a dia: familiares (cônjuge e filhos) e não-familiares (amigos e vizinhos). E, Gouveia *et al.* (2016) indicam que a dimensão das redes sociais tem sido, em geral, positivamente associada à qualidade de vida e bem-estar, tanto em países da Europa como na América do Norte.

Se a internet é fundamental quando se vive na sociedade contemporânea (Castells, 2011) isso, faz-nos refletir quando em Portugal, apenas 11,8% da faixa etária +65 anos são utilizadores da internet e 2,7% deixaram de a utilizar (Cardoso *et al.*, 2014),

considerando-se evidente (85,4%) a forte exclusão na sociedade em rede.

A não relevância do uso das TIC (Helsper, 2009; Lehtinen *et al.*, 2009; Neves, 2013) por parte dos seniores poderá estar associada ao facto de não serem interfaces amigáveis (Ala-Mutka & Punie, 2007), porque quando usam o computador faziam-no para: processamento de texto, manter o contato com outras pessoas e, aprenderem a usá-lo (Selwyn, 2004).

Os resultados do estudo de Dias (2012) demonstram que as tecnologias são um meio de inclusão, a que denomina de “*sociodigital*”, aludindo que a motivação dos seniores na adoção das TIC e no uso da internet está relacionada com as suas necessidades de: atualização pessoal e profissional; e comunicação; obtenção de informação e conhecimentos, tal como a pesquisa de serviços; lazer e entretenimento; e convívio com familiares e amigos.

Baym (2000) reforça que a interação do texto nas redes sociais *online* é usada para se obter conexão relacional e social. A autora defende que se constroem identidades de si mesmas, relacionamentos interpessoais e se criam contextos sociais, para além, de que as expressões e emoções manifestadas são uma forma de mostrar aos outros que somos reais, que gostamos deles, estamos disponíveis e até que os distraímos. Pelo que se acredita que as redes sociais *online*

ocupam também um lugar de destaque nas novas metodologias da comunicação e, como instrumentos de comunicação, podem potenciar e reforçar os laços sociais contribuindo para alterações na utilização da internet e nas relações de sociabilidade (Cardoso, 2014).

O *Facebook* é a rede social *online* mais utilizada pelos seniores (Wasserman, Machado & Behar, 2012). Os autores proferem que se deve a fatores de usabilidade (rede intuitiva e de fácil utilização) e à disponibilização de ferramentas como as mensagens e a partilha de fotos. O uso desta rede é justificado pela preocupação dos seniores em estarem mais perto dos familiares e amigos, revelando a sua inquietação face ao isolamento e desatualização sobre os factos no seu círculo de relações.

Contudo, Vroman, Arthanat e Lysack (2015) explicam três níveis de informação e de motivação para o uso da tecnologia e das redes sociais *online* pelos seniores: o primeiro centrado no indivíduo; o segundo, “*utility*”, ligado ao acesso à informação; e o terceiro, “*virtual community*”, onde, longe ou perto, há partilha de interesses comuns e conexões a grupos. Este modelo considera os padrões motivacionais, as prioridades, as preferências e os valores que levam à iniciação do uso das tecnologias, sendo que no centro do modelo se encontra o sénior como foco individual, tendo em conta as suas atitudes, necessidades e capacidades de TIC. Vosner, Bobek, Samo e Kreci (2016) consideram como principais motivações dos seniores para o

uso das redes sociais *online*: os sentimentos de prazer; o interagir com outras pessoas e reduzir o sentimento de solidão; e a utilização para fornecer e receber apoio social, diminuindo a ansiedade. Por isso, acredita-se que as redes sociais *online* são impulsionadoras das relações “*bonding*” e “*bridging*” dos seniores.

Redes sociais *online* promovem as relações sociais dos seniores

De facto, a sociedade está a mudar. Mas, se para uns autores, a tecnologia é vista como um consumo individual de lazer (Putman, 2000; Turkle 2010), para outros, considerando tudo o que ela permite fazer, é um contributo para a qualidade de vida e para o capital social (Ferlander, 2003; Granovetter, 1973; Kraut *et al.* 2001; Leung & Lee, 2005; Neves, 2013; Neves, 2015; Wellman, 2000). E, partindo do pressuposto de que as redes sociais *online* já fazem parte das nossas vidas e tornam-se meios importantes na mediação das relações sociais, então elas são também, como refere Carvalho (2009), instrumentos de interação e conexão entre os indivíduos, promovem o estabelecimento de redes sociais e de apoio, tendo por objetivo a difusão de informação através de vários tipos de conteúdos.

Através de uma análise empírica, Vosner *et al.* (2016) desenvolveram uma pesquisa no seu país, a Eslovénia, sobre os fatores que afetam o uso das redes sociais *online* neste segmento, e concluíram que o género, a idade e a educação são os fatores com mais

impacto direto ou indireto nesta utilização. Nas diferenças de género observaram que os homens usam mais do que as mulheres, embora estas utilizam o Facebook com mais frequência, sendo que os homens optam pelo Skype. Os autores validam que as plataformas são usadas por todos para socializarem, para se conectarem com amigos e procurarem apoio social. Contudo, comparativamente com outros estudos na Finlândia, os autores observam que os resultados não são similares, pelo que enumeram que os valores culturais de cada sociedade podem ser influenciadores no comportamento do uso das redes sociais *online*. Ou seja, como defende Silverstone (2003), se o ideal da Internet é facilitar um espaço que abranja outros, como o geográfico, o cultural, o político, o sociológico e o histórico, então, como menciona Chatterjee (1993) é necessário reconhecer as lógicas materiais da economia e da tecnologia e a lógica ideológica de condições históricas sociais.

Ao nível da perceção de facilidade de uso e utilidade percebida das redes sociais *online* como o Facebook pelos seniores, Braun (2013) validou que a intenção de uso se relaciona com: “a utilidade percebida das redes sociais online; a perceção sobre a facilidade de uso de sites; as pressões sociais de familiares e amigos para usar as redes sociais online; e a confiança nas redes sociais online”.

Acredita-se, assim, que as redes sociais *online* promovem as relações sociais dos seniores, porém são poucos os estudos em

Portugal que se debruçam sobre a sua utilização por parte deste segmento etário (+65 anos). Pelo que se torna relevante e pertinente entender a motivação por parte dos seniores portugueses no uso das redes sociais *online*, bem como, quais os fatores que os levam a fazer parte da sociedade em rede; como estas redes fazem parte do seu quotidiano; e no que contribuem para o desenvolvimento e aumento do seu capital social.

Seniores portugueses mais tecnológicos e ativos nas redes sociais *online*

Tendo por base a análise conceptual de capital social e dos estudos referenciados, considera-se relevante a resposta às seguintes questões: As redes sociais *online* têm um papel ativo no capital social dos seniores? Como contribuem para um envelhecimento ativo dos seniores em Portugal?

Como vimos anteriormente os dados estatísticos sobre os seniores em Portugal que não tem acesso à internet revelam, ainda, uma grande exclusão digital. Porém os indicadores estão a crescer e de forma lenta. Dados mais recentes evocam que 33,1% (Pordata, 2019a) das pessoas com idades compreendidas entre os 65 e os 74 anos utilizam a internet, valores superiores aos resultados dos dados dos estudos “ERC – Públicos e Consumos de Média 2015” e “Obercom – A Internet em Portugal – Sociedade em Rede 2013” que denotam taxas de consumo

da internet no segmento +65 anos na ordem dos 12% e 11%, respetivamente, e onde apenas cerca de metade dos utilizadores tinham perfil nas redes sociais *online*. Também, o Barómetro de Telecomunicações da Marktest (2019) refere que a penetração de pacotes de telecomunicações (voz fixa, voz móvel, Internet e Televisão), no último trimestre de 2019, para clientes com +64 anos atingia os 78,8%.

Todavia, existem ainda outros fatores associados ao uso das tecnologias que, não existindo dados concretos no segmento sénior, não poderemos deixar de refletir sobre o impacto que terão na inclusão dos seniores no mundo *online*, como é o caso do crescimento de 35% da rede móvel entre 2015 e 2019 (Pordata, 2019b).

Neste sentido, tendo por base a fase exploratória quantitativa anterior e por forma a apurar a pertinência e adequação dos seniores às redes sociais *online*, optou-se por desenvolver, neste artigo, um retrato do panorama atual em Portugal, utilizando dados preambulares da primeira fase empírica do nosso trabalho de investigação, com dados recolhidos entre 29 de setembro e 15 de novembro de 2019, através da aplicação de um inquérito *online*, segundo uma amostra por conveniência, nas redes sociais *online* a que o investigador teve acesso (*Facebook, LinkedIn, WhatsApp e Messenger*) e através da rede de contactos que estabeleceu, junto das UTI's que fazem parte da rede

RUTIS (278) e 86 instituições e Associações de Reformados.

A preferência pelo inquérito através de questionário *online* permitiu, a diversificação da amostra a uma escala nacional, embora a mesma não expresse representatividade nacional, a indivíduos utilizadores de internet, tendo a análise de tratamento dos dados sido efetuada por tabulação cruzada descritiva por SPSS, entre os resultados e alguns dados sociodemográficos.

Dos 332 utilizadores de internet inquiridos, 231 indivíduos (70% da amostra) têm perfil criado nas redes sociais online, enquanto 101 (30% da amostra) não as utilizam (75% nunca utilizaram e 25% deixaram de utilizar).

Relativamente aos infoexcluídos das redes sociais *online*, representam 30% da amostra global e, deste universo, apenas 22% “não sabe o que é, mas já ouviu falar” e a maioria (78%) “sim, sabe o que é” mas não usam, dos quais 25% já utilizou e deixou de utilizar. As questões de usabilidade são evidentes quando 17% dos inquiridos menciona não saber o suficiente para usar, bem como a perceção sobre a segurança e privacidade é relevante, com 27% das pessoas a considerar perigoso e com a sensação de que estão a ser vigiados.

O *Facebook* é, no nosso estudo, a rede com maior número de utilizadores no segmento +65 anos, representando 67% no nosso universo de análise confirmando outros estudos realizados sobre os

seniores e o mundo digital das redes sociais *online* (Ciboh, 2017; Ellison *et al.* 2007, 2009, 2011; Jung & Sundar, 2016; Marktest, 2018; Rebelo, 2013; Vosner *et al.*, 2016; Vroman *et al.*, 2015; Wasserman *et al.*, 2012).

E, acompanhando a tendência de crescimento das redes sociais *online*, o *WhatsApp* foi referida como a segunda rede mais utilizada e, talvez, de não menos importância do nosso ponto de vista, quando se remete a análise para estudos de relacionamentos sociais e de isolamento social desta população, pois permite não só a troca de mensagens, mas também o compartilhar fotos, vídeos e fazer chamadas. A terceira escolha recai no *YouTube* levando-nos em crer que pelas suas características é uma forma de entretenimento e de ocupar o tempo descontraindo e seguindo atividades do seu interesse. Resultados que vão de encontro aos dados da *Statista* (2020) sobre as três redes sociais *online* mais utilizadas no mundo, embora com diferente ordem de adesão: o *Facebook* lidera, seguindo-se o *YouTube* e o *WhatsApp*.

Funcionalidades e motivações de uso

Perante as funcionalidades mais utilizadas destacam-se nesta investigação: enviar mensagens (90,2%); comentar publicações (*posts*) (69,8%); gostar/fazer *like* nas publicações de outros (68,9%); e receber/responder aos alertas de aniversários de amigos (57,9%).

Dados que se assemelham aos resultados da Sociedade em Rede de 2013 onde os seniores mantêm como principais interesses o envio de mensagens, gostar/fazer *likes* e comentar publicações.

Com estes resultados importa enumerar dois aspetos: a comunicação e o manter dos relacionamentos mediados pelas mensagens, pelos comentários nos *posts* e alertas dos aniversários; e um segundo, aliado ao entretenimento, ao ver o que os outros publicam, acabando por fazer *likes* e escrever comentários no seu mural que se associa a uma autoexpressão da sua forma de estar e do momento que vivem.

É de sublinhar que as principais diferenças ao nível do género se encontram a um segundo nível das funcionalidades. Ambos gostam de comentar publicações (*post*) (F:70,1%; M: 69,5%) e apoiar/aderir a causas (F:41,9%; M:42,4%), contudo os homens dão mais importância a criar/aderir a grupos (47,5%), e a procurar e fazer amigos/ /sugerir amigos (43,2%), enquanto as mulheres revelam maior interesse em criar álbuns fotográficos (48,7%) e divulgar eventos (43,6%).

Ao nível das motivações que levaram os inquiridos a criarem o seu perfil nas redes sociais *online* são dois os principais: os relacionamentos e o comunicar. Ao nível dos relacionamentos é notória a relevância dada ao poder manter o contacto com pessoas que

estão longe (69,8%), encontrar e manter o contacto com pessoas que já não vêm há muito tempo (61,3%) e fortalecer os laços sociais que já existem *offline* (58,3%). Porém, comunicar é um segundo fator motivacional pela possibilidade que que redes sociais *online* auferem aos seniores através da partilha de pensamentos, comentários, vídeos, fotos (57,4%). Também, Madden (2010) demonstrou na sua investigação que, apesar do e-mail ser o principal meio que estes indivíduos utilizam para manter o contacto com amigos, familiares e colegas, muitos já contam com as redes sociais *online* para os ajudar nas suas comunicações e para partilhar com a sua crescente rede de contatos, *links*, fotos, vídeos, notícias e atualizações sobre os seus estados diários.

De referir, ainda, ao nível dos relacionamentos, que alguns inquiridos evocam o sentimento de inclusão digital pelo facto da sua adesão se dever a que a maioria das pessoas que conhecem estão nestes sites (47,2%) e para conhecerem novas pessoas (34,5%), indo de encontro ao que espelha o modelo de Vroman *et al.* (2015) onde num primeiro nível os fatores motivacionais de acesso às redes sociais *online* estão ligados às relações pessoais e de sociabilidade. Neste caso, também ao capital social “*bridging*”, pelo interesse em conhecerem novas pessoas (laços fracos), que muitas vezes se transformam em encontros pessoais, em auxílio e ajuda como

evidenciado por Ellison *et al.* (2009; 2011) nos estudos de jovens e das redes sociais online.

Na interpretação dos motivos pelo género existem algumas diferenças. As mulheres dão maior relevância a encontrar e manter o contacto com pessoas que já não vêm há muito tempo (57,6%) e em manter contacto com as pessoas que estão longe (53,7%), enquanto os homens dão maior valor em conhecer novas pessoas (54,3%), ao fortalecer os laços que já existem *offline* (52,6%) e porque a maioria das pessoas que conhecem está nestes sites (52,3%). Neste sentido, torna-se evidente que, na gestão dos laços nas redes sociais *online*, as mulheres dão maior importância à manutenção dos laços fortes e os homens valorizam mais os laços fracos.

O que procuram os seniores nas redes sociais online

Em termos de comunicação e de informação, os principais interesses dos seniores no uso das redes sociais *online*, independentemente da frequência com que as utilizam são: ver fotografias dos familiares e amigos e porem-se a par do que andam a fazer (60,5%), aprofundar o conhecimento de assuntos relacionados com os seus interesses (46,8%), partilhar uma novidade (42,1%), partilhar pensamentos e ideias escrevendo no meu mural (38,3%), apoiar causas (31,8%), saber da vida dos seus conhecidos sem ter que perguntar diretamente (26,4%) e jogar (26,4%).

No fundo as redes sociais *online* são um apoio social (Harper & Kelly, 2003), promovem a confiança e reciprocidade (Putman, 2000) e as relações estabelecidas com os familiares e amigos que estão longe e fazem parte das suas redes são uma forma de estreitar estes laços fortes (Pervushin, 2015; Vroman *et al.*, 2015) associados ao capital social “*bonding*”.

Conclusão

Numa sociedade em rede onde a tecnologia, a internet e as redes sociais *online* fazem parte do nosso dia a dia, o acesso a um mundo cada vez mais global, provoca mudanças paradigmáticas, sociais e culturais. Neste contexto, em Portugal, a população sénior tem uma taxa de exclusão muito elevada na sociedade em rede. Os dados da Pordata (2011) indicam que a população +65 anos representa cerca 2 milhões de pessoas e apenas cerca de 237 mil indivíduos acedem à internet. Nestas estatísticas não estão identificadas as pessoas que utilizam as redes sociais *online*, embora ambos os estudos, da ERC (2015) e da Obercom (2013), apontem para que cerca de metade dos utilizadores da internet têm perfil criado nas redes sociais *online*.

Após uma análise de contextualização acreditamos que a qualidade de vida dos seniores pode beneficiar com a utilização das redes sociais *online*, ao nível das suas relações sociais e do acesso à informação e comunicação sobre o mundo, reafirmando a importância

para a sua inclusão numa sociedade em que o progresso tecnológico lidera (Castells, 2011, 2014; Cardoso, 2014; Páscoa e Gil, 2012).

O *Facebook* é a rede maioritariamente utilizada pelos seniores em Portugal, tal como evidenciam outros estudos nacionais e internacionais (Ciboh, 2017; Ellison *et al.* 2007, 2009, 2011; Jung & Sundar, 2016; Markttest, 2018; Rebelo, 2013; Vosner *et al.*, 2016; Vroman *et al.*, 2015; Wasserman *et al.*, 2012). Todavia, o *WhatsApp* e o *YouTube* vão ganhando expressão de utilização neste segmento etário.

A perceção por parte dos seniores sobre a utilidade que as redes sociais *online* possam ter nas suas vidas é fundamental para a sua inclusão no mundo *online*. Para os que têm perfil criado e utilizam, percebe-se que o fazem para manter o contacto com quem está longe, conhecer indivíduos que estão nessas redes ou procurar e encontrar pessoas que já não veem há muito tempo (Jacob, 2007; Páscoa, 2017; Gibson *et al.* 2010; OberCom, 2013).

Neste sentido e sustentados na revisão da literatura, consideramos que se torna pertinente fazer evoluir o campo de investigação futura para a relevância que as redes sociais *online* poderão ter no capital social do segmento +65 anos, e compreender melhor como estas são utilizadas ao nível do conhecimento, do lazer, do apoio social e do

impacto na solidão e na autoestima.

Conhecer, interpretar e estudar o segmento sénior em Portugal na inclusão das redes sociais *online* é contribuir com resultados pertinentes para a implementação medidas e aperfeiçoamento de programas de desenvolvimento social no âmbito da utilização das redes sociais *online*, tendo em conta a qualidade de vida e o bem-estar social dos seniores, como forma do combate à solidão, do aumento da autoestima, no estreitar das suas relações com os outros e, não esquecendo o mais importante, a integração do segmento +65 anos numa sociedade cada vez mais tecnológica e ligada online, num Portugal Digital.

Referências Bibliográficas

- Ala-Mutka & Punie (2007). *Ageing societies, learning and ICT*. EuroPACE.

http://www.elearningpapers.eu/index.php?page=doc&doc_id=10636&doclng=6

- Agamanolis, S. (2006). *Beyond Communication: Human Connectedness as a Research Agenda*. PP. 307-344. Em Purcell (2006). *Networked Neighbourhoods. The Connected Community in Context*. Springer-Verlag London Limited.
- Azevedo, A. A. (2020). *Discurso do Secretário de Estado para a Transição Digital*. Apresentação Pública do Portugal Digital, em 5 de março de 2020. Fundação Champalimaud.
- Azevedo, C. & Ponte, C. (2020). *Intergenerational solidarity or intergenerational gap? How elderly people experience ICT within their family contexto*. *Observatorio (OBS*) Journal*, (2020, vol14, no3), 016-035.
- Bauman, Z. (2007). *Liquid Times: Living in an Age of Uncertainty*. Newcastle University Library.
- Baym, N. K. (2000). *Personal Connections in the Digital Age*. *Communication in digital spaces*, pp. 50-71. University Rochester: Polity Press
- Bourdieu, P. (1980). *Le capital social: notes provisoires*. *Actes Rech. Sci. Soc.*, 31, pp. 2-3. https://www.persee.fr/doc/arss_0335-5322_1980_num_31_1_2069
- Braun, M. T. (2013). *Obstacles to social networking website use among older adults*. *Computers in Human Behavior* 29, pp. 673–680. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.004>
- Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A., Jerónimo, P. & Marques, T. (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal. Usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. Lisboa.
- Campos, W., Martinez, A., Sanchez W., Estrada H., Castro-Sánchez, N. A. & Mujica, D. (2016). *A Systematic Review of Proposals for the Social Integration of Elderly People Using Ambient Intelligence and Social Networking Sites*. Springer Science+Business Media New York 2016 - *Cogn Comput* 8:529–542. DOI 10.1007/s12559-016-9382-z
- Cardoso, G., Costa, A. F., Coelho, A. R. & Pereira, A. (2014). A

sociedade em rede em Portugal: uma década de transição. CIES-

IUL.

- Cardoso, G. (2014). *A Cidade e as Redes*. FFMS - Opinião XXI. Academia.edu
- Cardoso, G., Costa, A. F., Conceição, C. P. & Gomes, M. C. (2015). *A sociedade em rede em Portugal*. Campo das Letras.
- Carvalho, A. S. (2009). *Gestão de pessoas e envelhecimento: sentido do trabalho para o idoso*. Encontro ENANPAD, 33., 2009, São Paulo. ANPAD.
- Castells, M. (2011). *A Network Theory of Power*. International Journal of Communication 5.
- Castells, M. (2014). *A Internet e a Sociedade em Rede*. Discurso proferido como lição inaugural do doutorado sobre a sociedade da informação na Universidade Aberta da Catalunha. Espanha.
- Chatterjee, P. (1993). *The Nation and Its Fragments: Colonial and Postcolonial Histories*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- Ciboh, R. (2017). *Na exploratory study of Older Adults' social media use and social capital in Nigéria*. Athens Journal os Mass Media and Communicatios. DOI: 10.30958/ajmmc.3.2.4
- Coelho, A. R. (2019). *Seniores 2.0: inclusão digital na sociedade em rede*. Tese de Doutoramento em Sociologia. ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa
- Cunha, C. S. L. (2017). *Promoção do uso de Tecnologias computadorizadas na população idosa*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Social da Saúde. Escola de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia Social e das Organizações. ISCTE-IUL.
- Dias, I. (2012). *O uso das tecnologias digitais entre seniores: motivações e interesses*. *Sociologia. Problemas e Práticas*, 68, pp. 51-77. DOI: 10.7458/SPP201268693
- Ellison, N. B., Steinfield, C. & Lampe, C. (2007). *The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students' use of online social network sites*. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12, 1143–1168.
- Ellison, N. B., Lampe, C. & Steinfield, C. (2009). *Social Network*

- Sites and Society: Current Trends and Future Possibilities*. The Potential for Technology-Enabled Connections. DOI: 10.1145/1456202.1456204
- Ellison, N. B., Steinfield, C. & Lampe, C. (2011). *Connection strategies: Social capital implications of Facebook-enabled communication practices*. *New Media & Society*, 13 (6), 873-892. DOI: 10.1177/1461444810385389
 - ERC. (2015). *Públicos e Consumos de Média 2015*.
 - Eurostat, 2017.
 - Ferlander, S. (2003). *The Internet, Social Capital and Local Community*. PhD Dissertation. University of Stirling
 - Gouveia, O. M. R., Matos, A. D. & Schouten, M. J. (2016). *Redes sociais e qualidade de vida dos idosos: uma revisão e análise crítica da literatura*. *Revista Brasileira Geriatria Gerontologia*. Rio de Janeiro. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562016019.160017>
 - Governo de Portugal. (2020). *Plano de Ação para a Transição Digital de Portugal*. Portugal Digital.
 - Gibson, L., Moncur, W., Forbes, P., Arnott J., Martin, C. & Bhachu, A. S. (2010). *Designing Social Networking Sites for Older Adults*.
 - GNR (2018), *Comunicado*. <https://www.gnr.pt/noticias.aspx?linha=10519>
 - Granovetter, M. (1973). *The strength of weak ties*. *American Journal of Sociology* 76: 1360-1380. <http://www.jstor.org/stable/2776392>
 - Harper, R. (2001). *Social Capital - review of the literature*. Social Analysis and Reporting Division Office for National Statistics, Reino Unido
 - Helsper, E. (2009). *The ageing internet: digital choice and exclusion among the elderly*. *Working With Older People*, 13 (4). pp. 28-33. ISSN 1366-3666. Media and Communications, London School of Economics and Political Science. DOI:10.1108/13663666200900068
 - Jacob, L. (2007). *Qualidade de vida dos seniores em Portugal. A importância das Universidades da Terceira Idade*.

<https://www.medicosdeportugal.pt/info/utentes/qualidade-de-vida-dos-seniores-em-portugal-a-importancia-das-universidades-da-terceira-idade/2/>

- Jung, E. H. & Sundar, S. S. (2016). *Senior citizens on Facebook: How do they interact and why?* Computers in Human Behavior 61, pp. 27-35
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V. & Crawford, A. 2001. *Internet paradox revisited*. Journal of Social Issues, 58, 49–74.
- Lehtinen, V., Näsänen, J. & Sarvas R. (2009). *A Little Silly and Empty-Headed – Older Adults’ Understandings of Social Networking Sites*. The British Computer Society and HCI. People and Computers XXIII – Celebrating people and technology pp. 45–54.
- Leung, L. & Lee, P. (2005). *Multiple determinants of life quality: The roles of Internet activities, use of new media, social support, and leisure activities*. Telematics and Informatics, 22(3), 161-180. DOI: 10.1016/j.tele.2004.04.003
- Madden, M. (2010). *Older Adults and Social Media*. Pew Internet & American Life Project. Available from: <http://pewinternet.org/Reports/2010/Older-Adults-and-Social-Media.aspx>
- Marktest. (2018). *Os Portugueses e as Redes Sociais 2018*.
- Marktest. (2019). *Barómetro de Telecomunicações*.
- MUDA. (2020). MUDA NA ESCOLA. <https://mudanaescola.pt/>
- Neves, B. B. (2013). *Social Capital and Internet Use: The Irrelevant, the Bad, and the Good*. Sociology Compass 7/8.
- Neves, B. B. (2015). *Does the Internet matter for strong ties? Bonding social capital, Internet use, and age-based inequality*. International Review of Sociology, 25:3, 415-433.

<https://doi.org/10.1080/03906701.2015.1050307>

- Neves, B. B. & Amaro, F. (2015). *A utilização da internet pelas pessoas idosas - uma perspectiva critica* (Full text). Tecnologias da informação no processo de envelhecimento humano, Passo Fundo: Ed. Universidade de Passo Fundo, UPF Editora
- OberCom. (2013). *A Internet em Portugal - Sociedade em Rede 2013*.
- Páscoa, G. & Gil, H. (2012). *Redes Sociais como complemento de Aprendizagem ao longo da vida: As Universidades Seniores e a web 2.0*. Inovação e Educação com TIC. Instituto Politécnico de Bragança. <https://comunidade.esse.ipb.pt//ieTIC>
- Páscoa, G. (2012). *O contributo da web social – rede social Facebook*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.080>
- – *para a promoção do envelhecimento ativo: estudo de caso realizado na USALBI*. Dissertação de Mestrado em Política Social, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade Técnica de Lisboa.
- Páscoa, G. & Gil, H. (2015). *As TIC como antídoto para a solidão e Isolamento do Cidadão sénior. Uma Plataforma essencial para alcançar o Bem-estar mental e social*. SENSOS 10, Vol. 5 – nº2. Revista do Centro de Investigação e Inovação em Educação.
- Páscoa, G. (2017). *Fatores Socioculturais na Formação ao Longo da Vida: Um estudo sobre a aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação em Populações 50+*. Tese de Doutoramento em Ciências Sociais. Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas. Universidade de Lisboa.
- Páscoa, G. M. G. & Gil, H. M. P. T. (2017). *Envelhecimento e competências digitais: um estudo em populações 50+*. Revista Kairós — Gerontologia, 20(3), pp. 31-56. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP). Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Doi: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i3p31-56>
- Pervushin, N. (2015). *Internet as a new space for life: phenomenological view*. 2nd Global Conference on Psychology Researches, 28-29, November 2014. Procedia - Social and

- Behavioral Sciences 190, pp. 227 - 233. DOI: 10.1016/j.sbspro.2015.04.940
- Pordata. (2011). *Retrato de Portugal*. Lisboa.
 - Pordata. (2017). *Estatísticas. Indivíduos com 16 e mais anos que utilizam computador e Internet em % do total de indivíduos: por grupo etário*. INE. Lisboa.

 - Pordata. (2019a). *Retrato de Portugal na Europa 2019*.
 - Pordata. (2019b). *Assinantes / equipamentos de utilizadores do serviço móvel*.
 - Purcell, P. (2006). *Networked Neighbourhoods. The Connected Community in Context*. Springer-Verlag London Limited.
 - Putman, R. (2000). *Bowling Alone: the collapse and revival of american community*. Simon & Schuster Inc. EUA.
 - Selwyn, N. (2004). *The information aged: A qualitative study of older adults' use of information and communications technology*. Journal of Aging Studies 18. DOI: 10.1016/j.jaging.2004.06.008
 - Silva, C. A., Fialho, J. & Saragoça, J. (2013). *Análise de redes sociais e Sociologia da acção. Pressupostos teórico-metodológicos*. Revista da sociedade Angolana de Sociologia. RAS. <https://ras.revues.org/361>
 - Silverstone, R. (2003). *Complicity and Collusion in the Mediation of Everyday Life*. New Literary History.
 - Statista. (2020). *Most popular social networks worldwide as of January 2020, ranked by number of active users (in millions)*. <https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>
 - Turkle, S. (2010). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Pp.3-15. Basic Books. A Member of the Perseus Books Group. NY.
 - Wasserman, C., Grande, T. P. F., Machado, L. & Behar, R. P. A. (2012). *Redes Sociais: Um Novo Mundo para os Idosos*. CINTED-UFRGS. <https://doi.org/10.22456/1679-1916.30863>
 - Wellman, B. & Frank, K. (2000). *Network capital in a multi-level world: Getting support from personal communities*. Em N.Lin, K.

Cook, & R. Burt (Eds.), *Social capital: Theory and research* (pp. 233–273). Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter.
<http://www.chass.utoronto.ca/~wellman>

- Vosner, H. B., Bobek, S., Kokol, P. & Kreci, M. J. (2016). *Attitudes of active older Internet users towards online social Networking*. *Computers in Human Behavior* 55. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.014>
- Vroman, K. G., Arthana, S.T. & Lysack, C. (2015). *Who over 65 is online? Older adults' dispositions toward information communication technology*. *Computers in Human Behavior* 43. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.018>