

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO EM UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA NO MUNICÍPIO DE PALMAS-TO

Lucas Barros de Brito¹
Millena Fernandes Oliveira²
Victor de Sousa Miranda³

Introdução: A inclusão digital de idosos é fundamental, pois o acesso às tecnologias promove autonomia, integração social e melhor qualidade de vida. Nesse contexto, as atividades de extensão universitária são essenciais ao aproximar a comunidade acadêmica das demandas sociais, possibilitando a troca de saberes e a promoção do envelhecimento ativo. Esse relato descreve uma experiência da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia (LAGG) com um grupo de idosos da Unidade de Saúde Arno 41 (USF Arno 41), em Palmas, sobre o uso de celulares e aplicativos, bem como promoção da segurança digital. **Objetivos:** Compartilhar a experiência formativa de acadêmicos da Universidade Federal do Tocantins (UFT) em uma ação interprofissional da Atenção Primária à Saúde, destacando estratégias voltadas à promoção de um envelhecimento saudável e ativo, por meio da promoção da autonomia e inclusão digital. **Metodologia:** A ação ocorreu na praça da 303 Norte, localizada em Palmas-TO, compôs o público alvo da ação, um grupo de idosos da USF Arno 41, estima-se em média 15 participantes. Os acadêmicos foram os responsáveis pela condução teórico-prática e contaram com a assistência dos residentes da unidade, com explicações acessíveis, demonstrações guiadas e simulações no celular dos próprios participantes. **Resultados:** A atividade permitiu que os idosos expusessem dúvidas sobre o uso de aplicativos em dispositivos móveis, favorecendo um aprendizado ativo e direcionado às suas necessidades. Essa abordagem fortaleceu a autonomia digital, possibilitando maior independência em tarefas diárias, como solicitar transporte e pedir comida, demonstrando a aplicabilidade do conhecimento. **Conclusão:** A atividade evidenciou a importância das ações de extensão na promoção da inclusão digital de idosos, contribuindo para a valorização do envelhecimento ativo e para a aproximação entre universidade e comunidade. Além disso, destacou-se a relevância do apoio individualizado como estratégia para superar barreiras no uso das tecnologias.

Palavras-chave: Inclusão digital; Autonomia; Idosos

¹ Acadêmico do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: brito.lucas@mail.uft.edu.br

² Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: millena.fernandes@mail.uft.edu.br

³ Acadêmico do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: miranda.victor@mail.uft.edu.br