

TECNOLOGIAS SOCIAIS E QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

Lidiane Silva Torres
*Doutoranda em Cognição e Linguagem pela Universidade
Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF)*
E-mail: lidiholly@hotmail.com

Eliana Crispim Franca Luquetti
*Professora associada da Universidade Estadual do Norte
Fluminense Darcy Ribeiro (UENF)*
E-mail: elinafff@gmail.com

Ana Raquel de Sousa Pourbaix Diniz
*Doutoranda em Cognição e Linguagem pela Universidade
Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF)*
E-mail: arpourbaix@gmail.com

Rosalee Santos Crespo Istoe
*Professora no Programa de Pós-Graduação em Cognição e
Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense
(UENF)*
E-mail: rosaleeistoe@gmail.com

Resumo

O envelhecimento populacional traz novos desafios e exige estratégias que promovam autonomia e bem-estar. Entre elas, as tecnologias sociais têm ganhado destaque por oferecerem soluções acessíveis e coletivas que contribuem para a inclusão digital, a convivência comunitária e o cuidado com a saúde. Este estudo apresenta uma revisão da literatura publicada entre 2020 e 2025, com o objetivo de analisar como as tecnologias sociais podem melhorar a qualidade de vida do idoso. O estudo aponta que iniciativas de alfabetização digital, uso de tecnologias assistivas, teleatendimento em saúde, moradias colaborativas e práticas intergeracionais têm potencial para ampliar a participação social e fortalecer vínculos afetivos. Os resultados sugerem que, apesar dos avanços, ainda é necessário ampliar o alcance dessas ações e integrar políticas públicas para garantir um envelhecimento mais digno e inclusivo.

Palavras-chave: tecnologias sociais, envelhecimento, qualidade de vida.

Abstract

Population ageing brings new challenges and requires strategies that promote autonomy and well-being. Among them, social technologies have gained prominence by offering accessible and collective solutions that contribute to digital inclusion, community interaction, and health care. This study presents a review of the literature published between 2020 and 2025, aiming to analyze how social technologies can improve the quality of life of older adults. The study highlights that initiatives such as digital literacy programs, assistive technologies, telehealth, collaborative housing, and intergenerational practices have the potential to enhance social participation and strengthen affective bonds. The results suggest that, despite the progress achieved, it is still necessary to expand the reach of these actions and integrate them into public policies to ensure a more dignified and inclusive ageing process.

Keywords: social technologies, ageing, quality of life.

Introdução

O envelhecimento populacional, fenômeno observado mundialmente nas últimas décadas, constitui um dos maiores desafios sociais contemporâneos. No Brasil, as transformações demográficas são especialmente significativas: a proporção de pessoas idosas cresce de forma acelerada e tendencialmente irreversível, impulsionada pela queda das taxas de fecundidade, pela melhoria dos indicadores de saúde pública e pelo aumento da expectativa de vida. Estima-se que, nas próximas décadas, o país terá mais idosos do que crianças e jovens, o que exige novas formas de organização da sociedade e um olhar mais atento às necessidades dessa população. Envelhecer, portanto, deixa de ser uma questão individual e passa a ser compreendido como um fenômeno social, cultural e político que demanda políticas públicas eficazes, iniciativas comunitárias e práticas inovadoras. Nesse contexto, as tecnologias sociais despontam como um campo estratégico capaz de oferecer soluções acessíveis e sustentáveis voltadas à promoção da autonomia, da inclusão e da qualidade de vida.

Com a intensificação do uso das tecnologias digitais na sociedade contemporânea, especialmente após a pandemia de Covid-19, as demandas relacionadas ao acesso, ao uso e à apropriação das ferramentas tecnológicas tornaram-se ainda mais evidentes entre a população idosa. Durante o período pandêmico, as tecnologias digitais assumiram um papel central na manutenção dos vínculos familiares, no acesso à informação, na continuidade de atendimentos em saúde e na realização de atividades básicas do cotidiano, como transações bancárias e compras online. Para muitos idosos, essas ferramentas foram a principal via de comunicação com o mundo exterior. Entretanto, o cenário também expôs desigualdades profundas, revelando que grande parte dessa população enfrenta barreiras significativas no uso da tecnologia, seja por falta de acesso aos dispositivos, dificuldades cognitivas ou ausência de suporte pedagógico adequado. A partir desse contexto, as tecnologias sociais ganharam ainda mais relevância ao proporem metodologias participativas que consideram os saberes, ritmos e experiências dos idosos, oferecendo soluções coletivas e culturalmente situadas.

Além das tecnologias digitais, outras práticas inseridas no campo das tecnologias sociais também se mostram fundamentais para o envelhecimento ativo, como moradias colaborativas, redes comunitárias de apoio, tecnologias assistivas e programas intergeracionais. Tais iniciativas buscam promover autonomia, pertencimento e participação social, dimensões essenciais para uma velhice digna. As tecnologias assistivas, por exemplo, ampliam a segurança e a funcionalidade no cotidiano ao possibilitar monitoramento de quedas, detecção de comportamentos de risco e apoio a atividades da vida diária. Nas políticas de saúde, o teleatendimento consolidou-se como alternativa viável para atender idosos que, muitas vezes, enfrentam dificuldades de locomoção ou vivem em regiões com acesso limitado a serviços especializados. Já as práticas intergeracionais mostram que a convivência entre diferentes grupos etários contribui para a melhoria da saúde física e emocional, ao mesmo tempo em que combate o idadismo e valoriza os saberes construídos ao longo da vida.

Entre 2020 e 2025, diversas pesquisas aprofundaram o debate sobre essas experiências e seus impactos no bem-estar dos idosos. Esse período, marcado por importantes transformações sociais e tecnológicas, ampliou o interesse de pesquisadores, educadores e profissionais da saúde pelo tema. Os estudos analisados demonstram que a qualidade de vida na velhice não depende apenas de cuidados biomédicos, mas envolve também dimensões relacionais, cognitivas, culturais e simbólicas. Nesse sentido, as tecnologias sociais se destacam por oferecerem alternativas que integram aspectos técnicos e afetivos, valorizando a participação dos idosos na construção das soluções que lhes dizem respeito. Elas se contrapõem a modelos prontos ou impositivos,

ao priorizarem a escuta, o diálogo e a construção coletiva.

Diante desse panorama, este trabalho propõe uma revisão da literatura publicada entre 2020 e 2025, com o objetivo de analisar de que forma as tecnologias sociais têm contribuído para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa. A partir de estudos que abordam desde a alfabetização digital até experiências de intergeracionalidade, passando por tecnologias assistivas e práticas comunitárias de cuidado, busca-se compreender os caminhos já percorridos e os desafios ainda presentes na área. Ao reunir essas análises, pretende-se não apenas mapear o campo, mas também destacar o potencial transformador dessas iniciativas e a urgência de integrá-las às políticas públicas para que possam alcançar um número maior de pessoas e promover um envelhecimento mais digno, inclusivo e participativo.

Fundamentação teórica

As tecnologias sociais são compreendidas como soluções coletivas, construídas de modo participativo, que visam responder a demandas concretas da sociedade por meio de metodologias acessíveis, replicáveis e socialmente apropriadas. Ao contrário das tecnologias convencionais, que frequentemente seguem uma lógica mercadológica, as tecnologias sociais buscam promover transformação social, fortalecendo vínculos comunitários, autonomia e participação cidadã. No contexto do envelhecimento, elas assumem papel estratégico cada vez mais relevante, especialmente diante do cenário de transição demográfica e da necessidade de combater desigualdades históricas que impactam a velhice no Brasil, como exclusão tecnológica, barreiras educacionais e dificuldades de acesso a serviços de saúde.

Autores como Lima, Félix e Moraes (2023) destacam que as tecnologias digitais, quando apropriadas de forma crítica e contextualizada, podem atuar como mecanismos fundamentais para a promoção do envelhecimento ativo. As tecnologias da informação e comunicação (TICs), por exemplo, permitem ampliar a comunicação, facilitar o acesso a serviços, promover aprendizagem contínua e contribuir para práticas de autocuidado. Entretanto, para que isso ocorra, é necessário considerar não apenas a oferta de equipamentos e conectividade, mas também as competências sociais, cognitivas e afetivas envolvidas no uso dessas ferramentas. Isso inclui desde aspectos práticos – como a compreensão da lógica dos aplicativos e dos dispositivos – até elementos subjetivos, como o sentimento de pertencimento ao ambiente digital, a autoconfiança no uso da tecnologia e o reconhecimento das próprias capacidades.

A literatura aponta também para a importância de compreender as limitações impostas pelo idadismo, termo explorado por Ferreira (2021) ao analisar criticamente as políticas de envelhecimento ativo. O idadismo, entendido como a discriminação baseada na idade, constitui-se como um dos principais obstáculos à inclusão dos idosos nas práticas sociais e tecnológicas. Ele se manifesta tanto em discursos sociais que infantilizam os idosos quanto em políticas que, apesar de bem-intencionadas, podem reforçar desigualdades ao focarem excessivamente em aspectos produtivistas ou no prolongamento da vida laboral, sem considerar suficientemente as necessidades afetivas, educativas e culturais dessa população. A educação intergeracional surge, nesse sentido, como um contraponto, defendendo a troca de saberes e a convivência entre gerações como forma de promover cidadania, combater estereótipos e ampliar a participação da pessoa idosa na sociedade.

Outro campo essencial para a compreensão das tecnologias sociais no envelhecimento diz respeito às tecnologias assistivas. Segundo Nascimento, Silva e Juchem (2022), esses recursos abrangem dispositivos, serviços e metodologias capazes de apoiar a autonomia e a segurança do idoso, especialmente no monitoramento de quedas, no

apoio ao equilíbrio e na detecção de comportamentos de risco. Em um contexto de avanço tecnológico e redução de custos de dispositivos como smartphones, a disseminação de sensores vestíveis, câmeras residenciais e aplicativos de monitoramento tem se tornado mais viável, oferecendo novas possibilidades de cuidado preventivo e ampliando a autonomia cotidiana.

A alfabetização digital também se configura como eixo teórico central, uma vez que o acesso à tecnologia, por si só, não garante o uso efetivo. Dias et al. (2024) e Flauzino et al. (2020) ressaltam que metodologias pedagógicas adequadas às especificidades do aprendizado na velhice são fundamentais para que a inclusão digital aconteça de forma significativa. Isso inclui práticas presenciais ou híbridas, valorização da paciência e do acolhimento dos instrutores, criação de ambientes de aprendizagem seguros e colaborativos e respeito ao ritmo e às necessidades dos participantes. De maneira complementar, estudos como o de Silva, Silva e Oliveira (2025) mostram que experiências extensionistas voltadas a grupos específicos, como o caso de mulheres 60+, conseguem promover empoderamento, autonomia e ampliação das redes sociais, sendo fundamentais para a democratização do acesso à tecnologia.

Assim, a fundamentação teórica evidencia que as tecnologias sociais aplicadas ao envelhecimento se caracterizam pela articulação entre dimensões técnicas, afetivas, educativas e políticas, sendo atravessadas por desafios estruturais que exigem ações integradas de pesquisadores, educadores, profissionais da saúde, instituições públicas e comunidades. Seu potencial reside justamente em reconhecer o idoso como protagonista na construção de soluções e na valorização de seus saberes, experiências e demandas.

Desenvolvimento do tema

O uso de tecnologias sociais no apoio à qualidade de vida da população idosa tem sido explorado em diferentes frentes de atuação, cada uma com especificidades, desafios e resultados próprios. Entre as iniciativas mais discutidas pela literatura recente estão: a inclusão digital por meio de metodologias de alfabetização e letramento tecnológico; o uso de tecnologias assistivas no cuidado com a saúde; as práticas de teleatendimento; as experiências de educação e convivência intergeracional; e os serviços comunitários ou colaborativos voltados para o fortalecimento das redes de apoio social. Cada uma dessas frentes contribui, à sua maneira, para a autonomia, o protagonismo e a participação do idoso na sociedade contemporânea.

A inclusão digital é uma das dimensões mais abordadas nos estudos analisados, refletindo a crescente necessidade de dominar ferramentas tecnológicas para acessar serviços essenciais, comunicar-se e manter vínculos sociais. Inúmeras pesquisas demonstram que o desafio da alfabetização digital não se limita ao domínio técnico, mas envolve também fatores subjetivos, emocionais e pedagógicos. Os estudos de Dias et al. (2024) ressaltam que metodologias híbridas têm oferecido bons resultados, pois combinam a flexibilidade das atividades online com o suporte presencial, permitindo que os idosos superem barreiras relacionadas à insegurança, ao ritmo de aprendizagem e à diversidade de experiências prévias com a tecnologia. Essa abordagem híbrida permite que o idoso aprenda no seu tempo, com apoio contínuo, reforçando sua confiança e seu sentimento de competência.

Flauzino et al. (2020) destacam ainda a importância das relações interpessoais no contexto do ensino digital, demonstrando que instrutores pacientes, acolhedores e sensíveis às dificuldades emocionais dos idosos têm impacto direto na eficácia dos programas de letramento digital. A construção de um ambiente de aprendizagem seguro, sem julgamentos e com espaço para perguntas e erros, é fundamental para que os

idosos sintam-se encorajados a explorar a tecnologia. Da mesma forma, Silva, Silva e Oliveira (2025), ao relatar uma experiência extensionista com mulheres acima de 60 anos, evidenciam como cursos de formação tecnológica conseguem fortalecer a autoestima, ampliar redes de apoio e promover maior autonomia na vida cotidiana. Essas iniciativas, além de incluir digitalmente, fortalecem a identidade e a participação social dessas mulheres, muitas vezes marcadas por trajetórias de exclusão.

No campo da saúde, as tecnologias assistivas têm desempenhado papel crescente na promoção de segurança, prevenção de riscos e manutenção da autonomia. De acordo com Nascimento, Silva e Juchem (2022), sensores vestíveis, câmeras residenciais e aplicativos capazes de detectar quedas ou monitorar atividade física vêm sendo amplamente estudados como ferramentas de prevenção, especialmente em países que enfrentam rápido envelhecimento populacional. Esses dispositivos, aliados a algoritmos avançados, possibilitam resposta rápida a emergências e fornecem informações relevantes sobre postura, equilíbrio e movimentação, facilitando diagnósticos e intervenções. A popularização dos smartphones, que reúnem sensores como giroscópios, microfones, GPS e câmeras, amplia ainda mais o uso dessas tecnologias, permitindo que idosos e familiares gerenciem riscos de forma mais simples e acessível.

Outro ponto de destaque refere-se ao uso do teleatendimento e da telemedicina, especialmente intensificados durante a pandemia de Covid-19. A literatura demonstra que tais serviços permitiram a continuidade de atendimentos médicos, terapêuticos e psicológicos, reduzindo o isolamento e oferecendo suporte emocional em momentos de grande vulnerabilidade. Lima, Félis e Moraes (2023) ressaltam que o uso adequado das TICs é capaz de melhorar significativamente a comunicação entre profissionais e pacientes idosos, facilitar o acesso a informações de saúde e fortalecer práticas de autocuidado. Ao mesmo tempo, também revelam que há desvantagens e limitações, como dificuldades de conectividade, falta de familiaridade com interfaces digitais e resistência inicial ao uso de plataformas remotas. Mesmo assim, o balanço geral dos estudos aponta que os benefícios superam os desafios, especialmente quando há suporte pedagógico e emocional adequados.

Além das dimensões técnicas, as tecnologias sociais no envelhecimento encontram terreno fértil nas práticas de convivência e educação intergeracional. Castro et al. (2024) e Ferreira (2021) enfatizam que programas intergeracionais possibilitam a troca de experiências, fortalecem vínculos entre distintos grupos etários e promovem o protagonismo da pessoa idosa. Esses programas, quando implementados em escolas, unidades de saúde ou centros comunitários, favorecem a formação de redes de apoio, a valorização dos saberes dos idosos e a construção de um tecido social mais solidário. Ao discutir a intergeracionalidade na promoção da saúde, Castro et al. revelam que a presença ativa do idoso nesses espaços estimula seu sentimento de pertencimento, amplia sua autonomia e contribui para um envelhecimento mais saudável e bem-sucedido. Por outro lado, Ferreira adverte que muitos discursos de “envelhecimento ativo” podem ser empregados de forma reducionista, sustentando ideais produtivistas que desconsideram as experiências e limitações reais dos idosos. Por isso, a educação intergeracional precisa ser crítica, democrática e comprometida com a cidadania intergeracional.

Outro eixo relevante nas tecnologias sociais é a construção e manutenção de redes comunitárias e colaborativas. As moradias colaborativas, por exemplo, vêm ganhando espaço como alternativa para idosos que buscam autonomia, segurança e convivência social. A literatura aponta que modelos de coabitação planejada, quando organizados de forma participativa, são capazes de promover laços afetivos, reduzir a solidão e facilitar o acesso a serviços coletivos, como cozinhas, hortas, academias e ambientes de lazer compartilhados. Embora ainda pouco difundidas no Brasil, essas experiências

representam uma das possibilidades mais promissoras para garantir qualidade de vida, sobretudo em contextos de vulnerabilidade social ou instabilidade familiar.

As tecnologias sociais também se manifestam na promoção de afetividade e pertencimento, aspectos fundamentais para a saúde mental na velhice. Estudos mostram que a socialização mediada por plataformas digitais, como grupos de mensagens, redes sociais e videoconferências, tem permitido que idosos mantenham contato com familiares, amigos e grupos de interesse, fortalecendo vínculos e reduzindo sentimentos de isolamento. Durante a pandemia, essas ferramentas tornaram possível a continuidade de atividades culturais, religiosas, educativas e de lazer, demonstrando que a tecnologia pode humanizar relações, desde que utilizada com intencionalidade e cuidado.

Por fim, a articulação entre políticas públicas e iniciativas comunitárias é apontada como um desafio recorrente. Embora haja crescente reconhecimento da importância das tecnologias sociais no envelhecimento, muitos programas ainda são pontuais, fragmentados ou dependentes de iniciativas individuais de pesquisadores, educadores ou organizações sociais. A literatura sugere que políticas integradas, contínuas e orientadas para a equidade são fundamentais para garantir que os benefícios dessas tecnologias alcancem todas as camadas da população idosa, especialmente aquelas historicamente excluídas do acesso ao digital, aos serviços de saúde e às redes de convivência.

Conclusões

A análise dos estudos publicados entre 2020 e 2025 evidencia que as tecnologias sociais representam um campo plural, dinâmico e profundamente promissor na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa. Elas atuam articulando dimensões pedagógicas, tecnológicas, afetivas, comunitárias e de saúde, oferecendo soluções que vão desde programas de alfabetização digital, tecnologias assistivas de monitoramento, teleatendimento em saúde, iniciativas intergeracionais e redes de apoio colaborativo. Essas estratégias demonstram que o envelhecimento pode ser vivido com mais autonomia, protagonismo e participação social, desde que respeitadas as especificidades e necessidades de cada indivíduo e de cada comunidade.

Os resultados apontam que iniciativas de inclusão digital, especialmente quando fundamentadas em metodologias humanizadas, são capazes de transformar profundamente a relação dos idosos com o mundo contemporâneo, possibilitando acesso a informações, serviços, trilhas educativas e vínculos sociais antes distantes ou inacessíveis. Da mesma forma, tecnologias assistivas têm ampliado a segurança e o cuidado, oferecendo novas alternativas para prevenção de quedas, monitoramento de riscos e manutenção da autonomia funcional. No campo da saúde, o teleatendimento consolidou-se como instrumento viável e necessário, possibilitando acompanhamento contínuo mesmo em contextos críticos.

A intergeracionalidade, por sua vez, mostra-se como espaço vital para combater o idadismo, fortalecer laços sociais, valorizar saberes e promover saúde de forma integral. Os estudos indicam que programas intergeracionais, quando concebidos de maneira crítica e democrática, representam um dos caminhos mais sólidos para a promoção de um envelhecimento saudável e bem-sucedido, capaz de envolver tanto idosos quanto jovens na construção de uma sociedade mais inclusiva.

Entretanto, apesar dos avanços, permanecem desafios importantes. A desigualdade de acesso à tecnologia ainda limita a participação de muitos idosos, especialmente aqueles residentes em áreas rurais, com baixa escolaridade ou em situação de vulnerabilidade

socioeconômica. A falta de políticas públicas integradas e permanentes impede que iniciativas bem-sucedidas se consolidem em larga escala, e o idadismo continua sendo um obstáculo significativo à plena inclusão. Assim, o fortalecimento das políticas públicas, da educação permanente dos profissionais e do investimento em programas sociais duradouros aparece como caminho necessário para ampliar o alcance e a eficácia dessas ações.

Investir em tecnologias sociais significa investir em um projeto de envelhecimento digno, inclusivo e plural, capaz de reconhecer a pessoa idosa como sujeito de direitos e protagonista de sua própria história. Esse investimento não é apenas técnico, mas profundamente humano, afetivo e social. As tecnologias sociais, quando concebidas com sensibilidade e participação coletiva, revelam-se como ferramentas capazes de transformar a velhice em um tempo de possibilidades, pertencimento e plenitude.

Referências

ALVES, Pedro Wilson José et al. Acesso e uso de novas tecnologias da informação e comunicação para a promoção do envelhecimento ativo: para quê? Para quem. **A. Pereira Neto, MB Flynn, Internet e saúde no Brasil: Desafios e tendências**, p. 212-237, 2021.

CASTRO, Ana Paula Ribeiro de et al. Intergeracionalidade e promoção da saúde: reflexões e desafios na atenção à pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 27, p. e230093, 2024.

DIAS, Adriano Valter Dornelles et al. Alfabetização digital de idosos: metodologias híbridas para inclusão na era digital. **LUMEN ET VIRTUS**, v. 15, n. 43, p. 7863-7879, 2024.

FERREIRA, Fernando Ilídio. A educação intergeracional face ao discurso político do envelhecimento ativo. **Eccos Revista Científica**, n. 56, 2021.

FLAUZINO, Karina de Lima et al. Letramento Digital para Idosos: percepções sobre o ensino-aprendizagem. **Educação & Realidade**, v. 45, p. e104913, 2020.

LIMA, Josiane Cardoso; FÉLIS, Keila Cristina; MORAES, Iel Marciano. A tecnologia digital como mecanismo auxiliador no envelhecimento ativo no século XXI. **Nursing Edição Brasileira**, v. 26, n. 306, p. 10013-10017, 2023.

NASCIMENTO, Marcelo; SILVA, Paloma Sthefane Teles; JUCHEM, Luciano. Tecnologias Assistivas: Aplicações na prevenção de quedas de idosos. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 10, n. 1, 2022.

SILVA, Joana Felizardo; SILVA, Vitória Graciano; OLIVEIRA, Ana Mara. Uma experiência extensionista: Tecnologia e Envelhecimento. **Anais do Computer on the Beach**, v. 16, p. 394-397, 2025.