



AS REDES SOCIAIS DIGITAIS E SUA INTERFACE COM A PROMOÇÃO DA SAÚDE DO IDOSO

Ivania Skura; Ana Paula Machado Velho; Bruno Cesar Souza da Silva; Claudia Cristina Batistela Francisco; Alisson Roberto Pirola; Terezinha Gomes Faria

RESUMO: Este artigo descreve a experiência de um grupo que buscou relacionar o uso das redes sociais digitais com a necessidade de se desenvolver ações efetivas de comunicação para a promoção de um processo de envelhecimento ativo e saudável, que passa por encontrar estratégias educativas e comunicativas, visto que a Promoção da Saúde se baseia na premissa de instrumentalizar o sujeito para cuidar da sua saúde, oferecendo a ele informação. A proposta foi compreender o nível de inserção dos idosos com estas tecnologias, notar se as redes vêm servindo como instrumentos de promoção da saúde do idoso e se esses espaços digitais estão atingindo, por meio de ações em diversos setores, um público que vem crescendo significativamente na internet, no Brasil e no mundo, os idosos. A pesquisa teve início com um levantamento bibliográfico e partiu para um levantamento de campo com indivíduos maringenses participantes do projeto de extensão "Qualidade de vida na terceira idade", do Centro Universitário Cesumar – UniCesumar, do curso de Educação Física. Notou-se que as redes, de certo modo, já vêm servindo como instrumento de promoção da saúde do idoso. Esses espaços digitais estão impactando cada vez mais um grande número de internautas seniores. A inserção digital e o acesso desse grupo ao ambiente virtual, pelo uso da tecnologia e pela busca por informações sobre promoção da saúde, demonstra a potencial capacidade de se promover qualidade de vida neste cenário virtual com sucesso.

PALAVRAS-CHAVE: Redes Sociais Digitais; Promoção da Saúde; Idoso.

ABSTRACT: This article describes the experience of a group that tried to relate the use of online social networks with the need to develop effective actions of communication to promote a process of active and healthy aging, passing thru find strategies for education and communication, since the health promotion is based on the premise of exploiting the subject to take care of your health, offering information. The proposal was to understand the level of insertion of the elderly with these technologies, noting if the digital social networks have served as tools for health promotion to the elderly and if these digital spaces are reaching, through actions in several sectors, an audience that has grown significantly on the internet, in Brazil and in the world, the elderly. The research began with a literature research and then for a field survey, with individuals from Maringá, Paraná, Brazil, wich are participants of the extension project "Quality of life in old age," of the Physical Education graduation course from the Centro Universitário Cesumar – UniCesumar Ita

Ivania Skura

Bolsista do Programa de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/CNPq); Acadêmica do curso de Comunicação Social – Publicidade e Propaganda do Centro Universitário Cesumar - UniCesumar; ivianskura@hotmail.com

Ana Paula Machado Velho

Orientadora – Professora Doutora do Mestrado em Promoção da Saúde do Centro Universitário Cesumar - UniCesumar; anapaula.mac@gmail.com

Bruno Cesar Souza da Silva

Acadêmico colaborador. Estudante de Comunicação Social – Publicidade e Propaganda do Centro Universitário Cesumar - UniCesumar; brunosouzads@hotmail.com

Claudia Cristina Batistela Francisco

Co-orientadora; Professora Mestre do curso de graduação em Comunicação Social – Publicidade e Propaganda do Centro Universitário Cesumar - UniCesumar; claubatistela@gmail.com

Alisson Roberto Pirola

Mestrando em Engenharia Biomédica da Universidade de Brasília; alissonpirola@gmail.com

Terezinha Gomes Faria

Professora do Departamento de Educação Física do Centro Universitário Cesumar – UniCesumar; terezinha@cesumar.br

was noted that the networks, in a sense, has already been serving as a tool for health promotion for the elderly. These digital spaces are increasingly impacting a large number of senior netizens. The digital inclusion and access of this group to the virtual environment, the use of technology and the search for information about health promotion, demonstrates the potential ability to promote successfully the quality of life in this virtual scenario.

KEYWORDS: Digital Social Networks, Health Promotion; Elderly.

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho teve a função de analisar as mídias sociais para entender a dinâmica delas no processo na Promoção da Saúde do Idoso. Para adentrar neste universo digital foi necessário levar em conta questões de cunho conceituais, para realizar um aprofundamento acerca do uso do termo “redes sociais”. O termo tornou-se palavra na ordem do dia em termos de tecnologia da informação e comunicação. Seu uso transcorreu áreas e destruiu fronteiras sendo apropriado hoje por muitos atores sociais. Uma das apropriações mais intensas deu-se no campo da comunicação, mas não exclusivamente (VELHO et al, 2012). Rede social, mídia social, mídia, afinal, qual o termo, conceito que melhor expressa o fenômeno em questão? Diante da indefinição, fez-se necessário a busca pelo conceito.

Frente à complexidade e diversidade conceitual e, também, prática em torno do que seja a nova configuração tecnológica da internet e seu impacto nos processos comunicacionais, discutida por inúmeros autores (LEMOS, 2003; HARVEY, 1994; BRANCO E MATSUZAKI, 2009; BENKLER, 2006; THEVENO, 2007; GREYSEN, KIND E CHRETIEN, 2010; KAPLAN e HAENLEIN, 2010; SCHROCK, 2009; KIETZMANN ET AL., 2011; PRETTO E SILVEIRA (2008). Compreendeu-se que o conceito que melhor expressa o aparato tecnológico e os processos comunicacionais realizados a partir dessa base física está sob a rubrica de “rede social digital”. Aliás, numa pesquisa informal junto aos pesquisadores espalhados pela Europa e Estados Unidos, vê-se que este é o termo mais corrente. É adotado em países da América Latina, Portugal, França e Espanha. Nos Estados Unidos é que mais comumente as redes são chamadas de *social media*. Para dar conta de refletir sobre as redes na promoção da saúde também foi necessário conhecer o conceito desta prática. A Promoção da Saúde é algo entendido como um campo interdisciplinar que visa instaurar processos de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, a partir, principalmente de uma maior participação do sujeito no processo.

[...] a Promoção da Saúde visa o fortalecimento de uma política transversal, integrada e intersetorial, compondo redes de compromisso e corresponsabilidade na formulação de propostas e ações para garantir a qualidade de vida da população. Como afirma o documento brasileiro, para isso deve haver uma articulação “sujeito/coletivo, público/privado, estado/sociedade, clínica/política, setor sanitário/outros setores, visando romper com a excessiva fragmentação na abordagem do processo saúde-adoecimento e reduzir a vulnerabilidade, os riscos e os danos que nele se produzem” (VELHO et al, 2012, p. 15).

A promoção da saúde não é responsabilidade exclusiva do setor de saúde em si, mas também de diversas outras áreas que envolvam a sociedade. Para que a população possa melhorar suas condições de saúde e vida, é fundamental que as informações sobre a promoção da saúde circulem entre os indivíduos, e que estes possuam um fácil acesso a ela.

2. DESENVOLVIMENTO

Existem programas que oferecem cursos de informática para idosos que costumam ter demanda significativa em instituições não-governamentais e nas Universidades Abertas à Terceira Idade. Esse acesso da população idosa na era digital possibilita a manutenção dos papéis sociais destes indivíduos, o exercício de cidadania, garante a ele autonomia e a participação uma sociedade dinâmica e complexa, já que permite que mantenha a mente ativa. Essas iniciativas vêm fazendo com que os idosos estejam acessando de forma cada vez mais frequente as páginas de redes sociais, *sites* e *blogs*. Mas ainda permanece em aberto questões de como efetivamente as mídias digitais, particularmente as redes sociais, atuam na promoção da saúde do idoso. Ou seja, carecemos de muita pesquisa de base envolvendo as redes e os sujeitos em processo de envelhecimento.

Esta pesquisa teve início com um levantamento bibliográfico de artigos, teses e dissertações para conhecer o estado da arte sobre o tema, entre os anos de 2000 e 2010, e foi aceito para publicação na Revista Comunicação e Educação (VELHO et al, 2012). Os dados nos permitiram visualizar um aumento gradativo de teses e dissertações sobre o tema a partir da metade dos anos 2000, sendo que os artigos aparecem com aumento maior em 2009, tendo um pico isolado no ano de 2004. É importante lembrar que esse período foi marcado por alguns acontecimentos que possam ter contribuído para ascensão desse tema, tais como: a criação do Orkut; a proliferação da *web 2.0*, que proporciona a troca de informações entre indivíduos; e a popularização da ADSL.

O segundo passo da pesquisa foi um levantamento de campo com indivíduos maringenses participantes do projeto de extensão "Qualidade de vida na terceira idade", do Centro Universitário de Maringá – UniCesumar, coordenado pela professora do Departamento de Educação Física, Terezinha Gomes Faria.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário, composto por questões abertas, fechadas, semi-abertas, e, ainda, outras nas quais se poderia assinalar mais de uma opção de resposta. Após a coleta dos dados, para auxiliar na tabulação e análise destes, usou-se o *software Le Sphinx* versão *Lexica*. A análise teve abordagem principalmente de cunho qualitativo.

O Programa da UniCesumar conta com cerca de 50 idosos matriculados, mas apenas 17 estiveram presentes nos três encontros dos pesquisadores com o grupo. O perfil socioeconômico dos participantes da pesquisa caracteriza-se na Tabela 1. É importante destacar que, embora a maioria dos participantes tivesse idade igual ou superior a 64 anos, o grupo reúne pessoas a partir dos 50 anos e não apenas maiores de 60 anos, segmento oficialmente caracterizado como da terceira idade.

Entendendo que carecemos de muita pesquisa de base envolvendo as redes e os sujeitos em processo de envelhecimento, primeiramente buscamos notar como essas pessoas se vêem em se tratando da saúde e significações inerentes a ela. De modo geral, o público denotou ter um estado geral de saúde muito bom, mas há que se levar em consideração que estes idosos estão inseridos num programa de qualidade de vida para a terceira idade, possuem perfil ativo e praticam atividade física regularmente.

Idade em anos completos		Estado civil		Rendimento mensal familiar		Grau de escolaridade	
64 ou mais	52,90%	Casado(a)	82,35%	De R\$1.200,00 a R\$ 2.400,00	41,18%	Ensino médio completo	41,18%
De 56 a 58	17,60%	Viúvo(a)	11,77%	Menos de R\$600,00	29,41%	Ensino fundamental incompleto	23,53%
De 58 a 60	11,80%	Separado(a)/ Divorciado(a)	5,88%	De R\$600,00 a R\$1.200,00	17,65%	Ensino superior completo	17,65%
Menos de 54	5,90%	Solteiro(a)	0,00%	Acima de R\$5.000,00	5,88%	Ensino superior incompleto	5,88%
De 54 a 56	5,90%	Aposentado(a)?		Optou por não responder	5,88%	Ensino médio incompleto	5,88%
De 60 a 62	5,90%	Sim	52,94%	De R\$2.400,00 a R\$5.000,00	0,00%	Ensino fundamental completo	5,88%
De 62 a 64	0,00%	Não	47,06%			Pós-graduação	0,00%

Tabela 1. Perfil socioeconômico dos idosos. Fonte: Autores, 2013.

Dos participantes deste estudo, 41,18% possuem doenças crônicas (citadas, em ordem de frequência, diabetes, hipertensão, tireóide, artrite, artrose e asma). Mas, além de participar do grupo “Qualidade de vida na terceira idade”, estes cuidam da saúde praticando com certa frequência outros exercícios físicos, discriminados na Tabela 2, e em outros locais além do grupo.

Local em que realiza a atividade física		Tipo de atividade física		Frequência da atividade		Como avalia o estado geral de saúde	
Cesumar	53,125%	Ginástica	42,87%	3 vezes por semana	47,06%	Muito bom	58,82%
Parque	9,375%	Caminhada	35,71%	5 vezes por semana	23,53%	Extremamente bom	23,53%
Academia	9,375%	Musculação	10,71%	Todos os dias	23,53%	Bom	11,77%
Clube	9,375%	Hidroginástica	7,14%	1 vez por semana	5,88%	Razoavelmente bom	5,88%
Em casa	6,25%	Dança	3,57%	1 vez por mês	0,00%	Ruim	0,00%
Na rua	6,25%	Natação	0,00%	Nunca	0,00%		
Salão da igreja/Unimed	6,25%						

Tabela 2. Atividades físicas realizadas pelo grupo x noção de saúde. Fonte: Autores, 2013.

Para compreender o nível de inserção dos idosos com as tecnologias aqui citadas, buscamos dados referentes à experiência deste grupo com o computador, para notar se o uso deste acarreta em melhorias na qualidade de vida e, inclusive no estado geral de saúde destas pessoas (Tabela 3).

Há quanto tempo utiliza o computador		Frequência com que utiliza o computador		Tempo de uso do computador (por dia)		Como avalia o estado geral de saúde	
De 1 a 3 anos	36,37%	3 vezes por semana	45,46%	Menos de 1 hora	54,55%	Muito bom	58,82%
De 3 a 5 anos	27,27%	5 vezes por semana	27,27%	De 1 a 2 horas	36,36%	Extremamente bom	23,53%
De 5 a 10 anos	18,18%	Todos os dias	27,27%	De 2 a 3 horas	9,09%	Bom	11,77%
Menos de 1 ano	9,09%	1 vez por semana	0,00%	Mais de 3 horas	0,00%	Razoavelmente bom	5,88%
Mais de 10 anos	9,09%	1 vez por mês	0,00%			Ruim	0,00%

Tabela 3. Idosos e computador x saúde. Fonte: Autores, 2013.

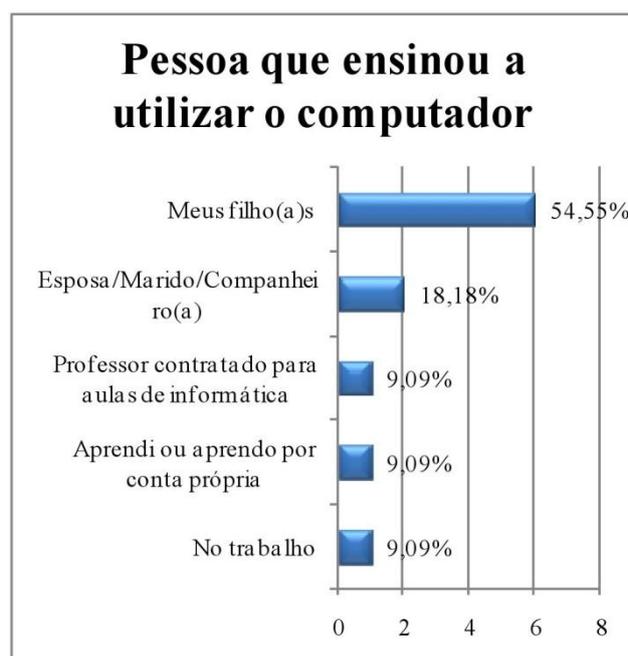


Gráfico 1. Quem apresentou o computador ao idoso. Fonte: Autores, 2013.

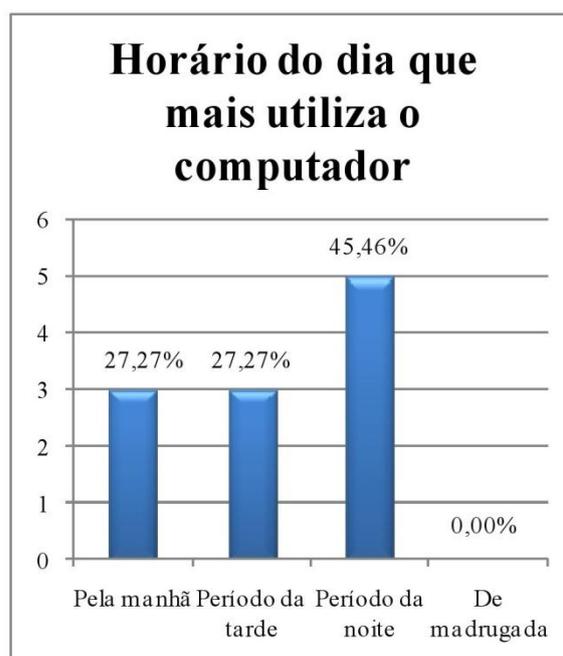


Gráfico 2. Horários de uso do computador. Fonte: Autores, 2013.

Do total de sujeitos, 47,06% declararam possuir conta de e-mail. Quanto às redes sociais digitais, 20% dos idosos possuem perfil no Orkut e 80% no Facebook. Deste público, sobre os locais que utilizam o computador: 91,67% em casa e 8,33% no trabalho.

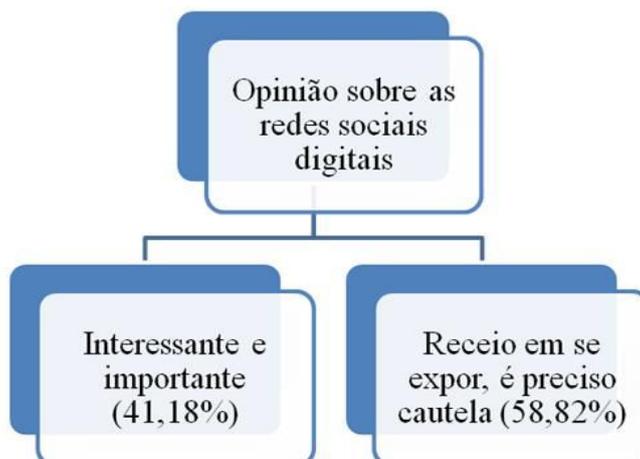
O computador é utilizado para diversos fins: contatar outras pessoas por meio da Internet 36%; buscar informações e notícias 28%; realizar pesquisas na Internet 20%; baixar músicas, vídeos e imagens 4%; fazer compras 4%; trabalho 4%; escrever textos 4%.

O acesso a essa tecnologia tem origem familiar na maioria dos casos (Gráfico 1), e o público declarou, ainda, hábitos de uso acerca do horário do dia em que mais utiliza o computador (Gráfico 2).

As informações até aqui denotam um considerável nível de inserção dos idosos em se tratando das tecnologias da informação e comunicação, comprovando que os espaços digitais estão atingindo o idoso, tendência que vem crescendo significativamente na Internet, no Brasil e no mundo.

Ainda, foi objetivo do estudo analisar se esse cenário digital e se o acesso desse grupo ao ambiente virtual vem servindo como instrumento de promoção da saúde do

idoso. Os idosos que fizeram parte deste estudo denotaram uma análise crítica das redes sociais digitais e dividiram-se em dois grupos principais: aqueles que consideram as redes interessantes e importantes, avaliando que estas compõem uma importante ferramenta para informação e comunicação; e aqueles que resistem às redes por acreditarem que nem sempre é seguro estar inserido neste cenário virtual (Infográfico 1) e têm medo de utilizar o computador (Gráfico 5).



Infográfico 1. Opiniões dos idosos sobre as redes sociais digitais.
Fonte: Autores, 2013.

Ao analisar o papel das mídias digitais para entender a dinâmica delas no processo da Promoção da Saúde do Idoso, notamos que há notável potencial das plataformas virtuais, pois apresentam grandes chances de sustentarem esse processo já que a saúde é um dos principais assuntos de interesse dos idosos neste meio, conforme explicita o Infográfico 2.



Infográfico 2. Informações de interesse nas redes. Fonte: Autores, 2013.

O que se nota, ainda, é que o idoso sente falta de informações relacionadas à saúde nas redes sociais digitais, fator que também aponta as redes como eficazes instrumentos de promoção da saúde do idoso, já que a demanda por este tipo de informação existe de modo declarado.

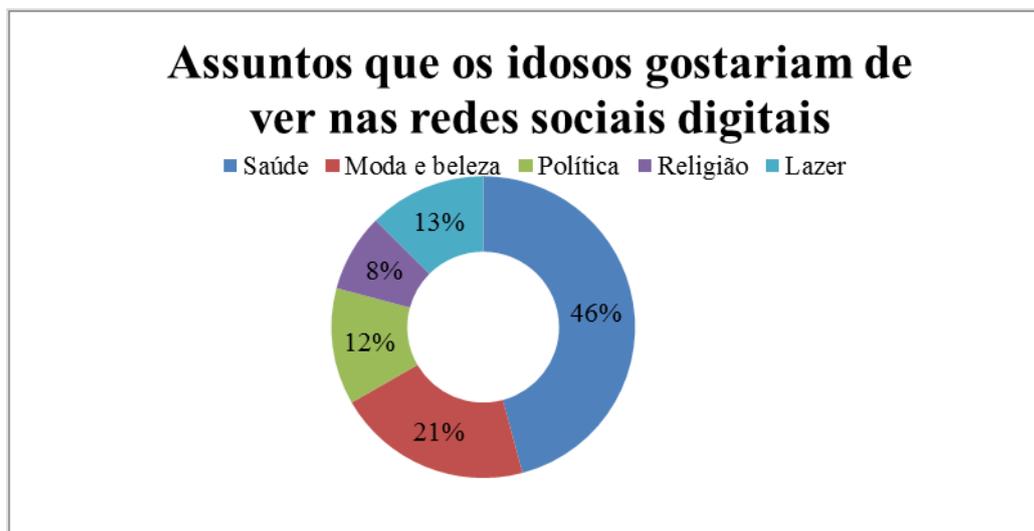


Gráfico 3. Assuntos que faltam nas redes. Fonte: Autores, 2013.

Cabe ressaltar, além disso, que não apenas informações contidas em plataformas virtuais são capazes de promover a promoção da saúde, mas também o simples fato de fazer uso do computador, da tecnologia, é um modo de sentir-se bem e criar nesses indivíduos a ideia de que possuem alto nível de qualidade de vida, visto que se sentem capazes de lidar com informações que proporcionam o seu bem estar.

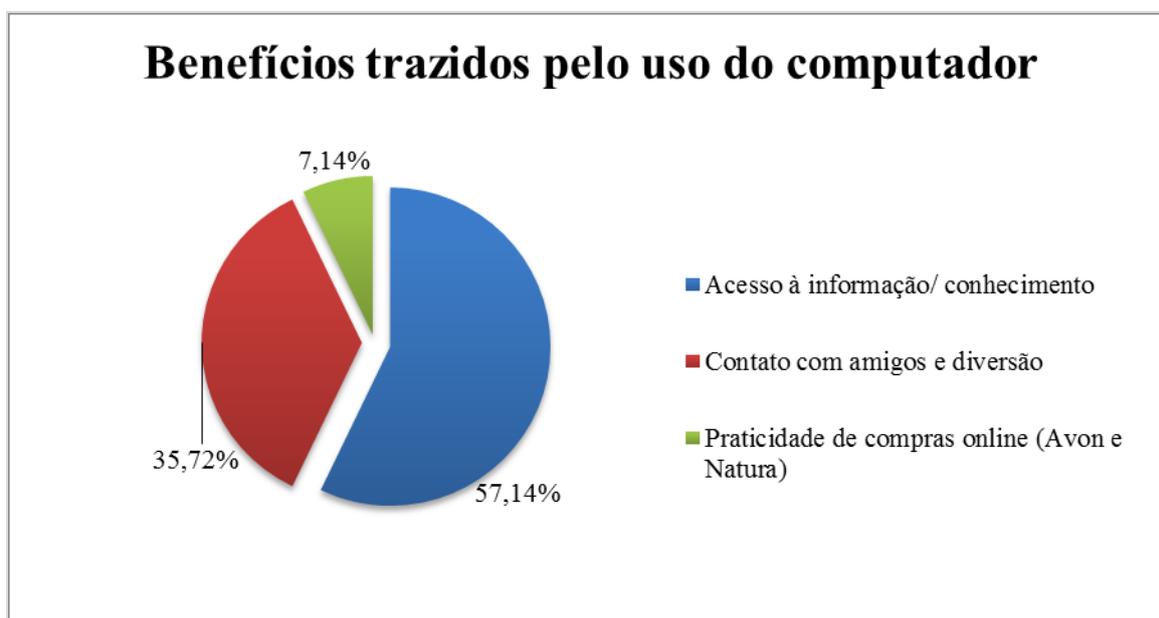


Gráfico 4. Benefícios do uso do computador. Fonte: Autores, 2013.

Sentimentos que tem ao usar o computador

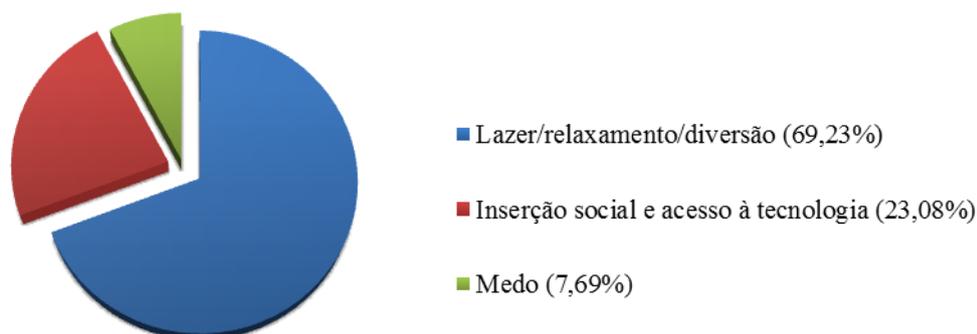


Gráfico 5. Sentimentos provenientes do uso do computador. Fonte: Autores, 2013.

Os gráficos 4 e 5 trazem dados que nos permitem compreender que o saber tecnológico pode promover benefícios para os idosos, mostrando como o computador é capaz de promover a qualidade de vida. A tecnologia, deste modo, é uma aliada da promoção da saúde, ao passo que permite aos idosos alcançarem o bem-estar. Fatores como bem-estar e qualidade de vida foram considerados como sinônimo de saúde pela maioria do público (Gráfico 6), dado este o qual comprova justamente a afirmação de que o uso das redes sociais digitais e do próprio computador como ferramenta de inserção social e promoção da saúde são válidas e importantes no cenário social do idoso.

Significado da palavra saúde



Gráfico 6. Significado de saúde. Fonte: Autores, 2013.

Nota-se, portanto, que as redes, de certo modo, já vêm servindo como instrumento de promoção da saúde do idoso. Esses espaços digitais estão impactando cada vez mais um grande número de idosos. A inserção digital e o acesso desse grupo ao ambiente virtual, pelo uso da tecnologia e pela busca por informações sobre promoção da saúde, demonstra a capacidade de se promover qualidade de vida a partir deste cenário virtual.

Pode-se entender deste modo, a partir dos dados aqui analisados e a partir das etapas pelas quais se deu o estudo em questão, que as mídias sociais digitais e sua dinâmica no processo de informar e comunicar apresenta-se como ferramentas válidas na Promoção da Saúde do Idoso.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Fica, então, o alerta de que há uma séria demanda pelo desenvolvimento de pesquisas que possam subsidiar o aparecimento de processos de comunicação que estejam em sintonia com as novas perspectivas de rede para os idosos. Ficou claro que há áreas carentes de reflexões, especialmente, se o objetivo do pesquisador for utilizar as redes sociais para educar e promover a saúde do público da terceira idade. Ou seja, carecemos de muita pesquisa de base envolvendo as redes e os sujeitos em processo de envelhecimento.

Afinal, a internet introduziu uma nova forma de aquisição de informação, raciocínio, comunicação e lazer e, mais do que qualquer outro veículo, possibilita o acesso fácil a informações gerais e científicas sobre saúde. E mais: a socialização na internet tem reflexos sobre o bem-estar, sobre atividade física e as formas de expressões de lazer, prevenindo o isolamento social e da depressão. Mais que um meio efetivo de divulgação de informações é uma ferramenta importante para estimular a atividade cerebral.

É nesta perspectiva que se apostando em pesquisas sobre a relação idoso e a internet. Este artigo é o primeiro passo neste sentido. Os autores estão investindo num trabalho interdisciplinar, que mistura pessoas vindas da comunicação, da tecnologia e da educação para, dentro de um programa de mestrado em Promoção da Saúde, encontrar formas de atingirmos melhores patamares de qualidade de vida em diferentes públicos, por meio das tecnologias de comunicação, a cada dia, mais disponíveis e acessíveis. O fato dos pesquisadores terem origem em uma diversidade de áreas não é um empecilho para trabalharmos juntos de forma exitosa. Ao contrário: vem sendo fundamental para o sucesso das pesquisas que realizamos juntos no campo interdisciplinar da Promoção da Saúde.

4. REFERÊNCIAS

BENKLER, Y. **The wealth of networks**: how social production transforms markets and freedom. New Haven and London: Yale University Press. 2006.

BRANCO, C. F. e MATSUZAKI, L. **Olhares da Rede**. São Paulo: Momento Editorial. 2009.

GREYSEN S.R., Kind T., Chretien K.C. Online Professionalism And The Mirror Of Social Media. **Gen Intern Med**. 2010 Nov; 25(11):1227-9. Epub, 2010 Jul 15. [Pubmed - Indexed For Medline].

HARVEY, David. **Condição Pós-Moderna: uma pesquisa sobre as origens da mudança cultural**. 4ª ed. Tradução: Adail Ubirajara Sobral e Maria Stela Gonçalves. São Paulo: Edições Loyola, 1994.

KAPLAN, A. M. and HAENLEIN, M. **Users of the world, unite!** The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53 (1), 2010. Disponível em: <<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0007681309001232>>. Acesso em 12 jul 2012.

KIETZMANN, J. H. et. al. **Social media? Get serious!** Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons* (2011) 54, 2011. Kelley School of Business, Indiana University.

LEMOS, André. Cibercultura. Alguns pontos para compreender a nossa época. In: LEMOS, André; CUNHA, Paulo (orgs). **Olhares sobre a Cibercultura**. Porto Alegre: Sulina, 2003.

PRETTO, Nelson de Luca, SILVEIRA, Sérgio Amadeu (org). **Além das redes de colaboração**: internet, diversidade cultural e tecnologias do poder Salvador: EDUFBA, 2008.

SCHROCK, A. Examining social media usage: technology clusters and social network site membership. **First Monday - Reviewed journals on the Internet**. Volume 14, Number 1 - 5 January 2009. Disponível em: <<http://frodo.lib.uic.edu/ojsjournals/index.php/fm/index>>. Acesso em: 3 de dez. 2011.

THEVENO, G. **Blogging as a social media**. *Tourism and Hospitality Research* . Vol. 7, 3/4, 282–289, 2007.

VELHO, Ana Paula. M; VERMELHO, Sônia Cristina Soares Dias ; PIROLA, Alisson. R. ; BONKOVOSKI, Amanda. K. **Refletindo sobre as redes sociais digitais**. Educação e Sociedade, 2012 (no prelo).