



**7º Sim Saúde- Simpósio em Saúde 2016**

Faculdade de Odontologia de Araçatuba, UNESP

17 de setembro de 2016 – Araçatuba, Brasil

DOI:<http://dx.doi.org/10.21270/archi.v5i0.1716>

## **Envelhecer! Pra que? Se posso aprender: inclusão digital promotora da saúde emocional do idoso**

ALMEIDA, Adelmo Aparecido de\*; PACHECO FILHO, José Roberto; SOUZA, Kesley Priscila Tavares de (Faculdade da Fundação Educacional de Araçatuba- FAC FEA- Graduação)

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a população mundial com mais de 60 anos tem crescido e chegará a 2 bilhões até 2050, o que tornará as doenças crônicas e o bem-estar da terceira idade novos desafios de saúde pública global. Porém, diversos elementos sociais, como a estrutura das cidades, a saúde, a acessibilidade urbana, o lazer, direitos, são algumas das muitas questões que necessitam ser discutidas e repensadas. Pesquisas comprovam que aspectos psicossociais, comuns na velhice - como solidão, isolamento social, alienação- são negativos para a qualidade de vida do idoso. Neste sentido a tecnologia oferece a oportunidade de educação continuada e a distância, estimulação mental e bem-estar, colocando-os em contato com parentes e amigos, reduzindo o isolamento e auxiliando na sua identidade como cidadão do mundo. O presente trabalho tem como objetivo explicar acerca das contribuições biopsicossociais que a inclusão digital proporciona. Oportunizando a interação social, respeitando as suas individualidades, revelando assim potencialidades, superando mitos e paradigmas. O engajamento social voltado para políticas públicas de inclusão do idoso no mundo da informação é fundamental, haja vista que a população mundial esta envelhecendo. Aprender a manusear estas ferramentas é dar um sentimento de pertencimento aos excluídos ao se perceberem inseridos na sociedade atual. Através de pesquisa bibliográfica e técnicas de intervenção Psicológicas (oficinas terapêuticas) realizadas com 10 participantes nas dependências da Faculdade da Fundação Educacional de Araçatuba, onde foram utilizados: computadores, dinâmicas e rodas de conversa, possibilitando assim aprendizado e reflexão sobre temas relacionados à própria vida, permitindo à expressão de emoções. Portanto, através da inclusão digital promove-se o aprendizado, possibilita uma nova rede de amigos, apreensão de novas informações, contatos com assuntos de interesse pessoal os inteirando sobre o que acontece ao seu redor e no mundo, são ações que inserem o idoso novamente no meio social em que vive, produzindo um sentimento de pertencimento e conseqüentemente a uma melhor qualidade de vida.

**Descritores:** Idoso; Capacitação de Usuário de Computador; Medicina do Comportamento.