

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC SP

GISNELLI BATAGLIA MINCACHE

AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM – AVA:

UMA EXPERIÊNCIA VIRTUAL DE ACESSO AO EXERCÍCIO DE CIDADANIA E MELHOR QUALIDADE DE VIDA.

MESTRADO EM GERONTOLOGIA

SÃO PAULO  
2011

GISNELLI BATAGLIA MINCACHE

AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM – AVA:  
UMA EXPERIÊNCIA VIRTUAL DE ACESSO AO EXERCÍCIO DE CIDADANIA E MELHOR QUALIDADE DE VIDA.

SÃO PAULO  
2011

GISNELLI BATAGLIA MINCACHE

AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM – AVA:  
UMA EXPERIÊNCIA VIRTUAL DE ACESSO AO EXERCÍCIO DE CIDADANIA E MELHOR QUALIDADE DE VIDA.

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Gerontologia, sob a orientação da Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Beltrina Côrte.

SÃO PAULO  
2011

AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM – AVA:

UMA EXPERIÊNCIA VIRTUAL DE ACESSO AO EXERCÍCIO DE CIDADANIA E MELHOR QUALIDADE DE VIDA.

GISNELLI BATAGLIA MINCACHE

**BANCA EXAMINADORA**

---

---

---

**DEDICO:**

Aos meus pais Odila e Elis (em memória);

À Silvana sempre ao meu lado e Fernanda minha filha;

Aos irmãos de sangue e irmãos escolhidos;

Ao meu sobrinho Pedro;

Aos meus alunos.

## **AGRADEÇO:**

A DEUS, onipotente;

A amiga Maria Aparecida de Souza Rosa;

Aos professores do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia da PUC-SP;

A minha orientadora Beltrina Côrte;

Aos professores amigos: Flaminia, Vicente, Otávio, Vitória Kachar e Yara.

Ao CAPES;

Aos colegas da PUC-SP: Beth, Divina, Jane, Ligia, Nadia, Paulão, Sonia e Vanessa;

Aos meus familiares e amigos;

Aos meus alunos e amigos: Sissy (Máxima) e Antonio (em memória);

Aos meus inesquecíveis alunos da terceira idade...

MINCACHE, Gisnelli Bataglia. **Ambiente Virtual de Aprendizagem – AVA: Uma experiência virtual de acesso ao exercício de cidadania e melhor qualidade de vida.** Dissertação de Mestrado.

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP. São Paulo, 2011.

### RESUMO

O presente trabalho “AVA - Ambiente Virtual de Aprendizagem”, surgiu das demandas colocadas pelas pessoas acima de 60 anos, usuários da Internet, quando questionados sobre os conteúdos que um ambiente virtual deveria conter no Projeto “Atenção à Saúde e Qualidade de Vida dos Idosos”, realizado por pesquisadores da Universidade Católica de Brasília (UCB) e da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). A partir de então foram elaborados conteúdos, os quais foram implementados em ambientes virtuais amigáveis aos idosos, que passaram a interagir por meio de um curso virtual. Além da intervenção de um programa de educação virtual, mediu-se a qualidade de vida dos idosos antes e após a realização do curso. Este trabalho, realizado com 33 pessoas idosas apresenta as etapas de criação, implementação, desenvolvimento e análise do Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos. O curso, por sua vez, capacitou pessoas idosas para a utilização dos recursos oferecidos pela Internet, desenvolvendo sua competência no uso tecnológico e habilitando-os para o exercício de sua cidadania tendo em vista suas práticas cotidianas e sua qualidade de vida, nas dimensões física, psicológica, social e ambiental. O curso, conteúdos de interesse dos idosos, multidisciplinar, mostrou a prática do conceito de Educação a Distância e seu resultado sugere que esse tipo de intervenção favorece, além da inclusão digital, o exercício da cidadania e a educação em saúde em ambiente virtual.

**Palavras-chave:** Pessoas idosas; ambiente virtual; ensino a distância; qualidade de vida

MINCACHE, Gisnelli Bataglia. **Ambiente Virtual de Aprendizagem – AVA: Uma experiência virtual de acesso ao exercício de cidadania e melhor qualidade de vida.** Dissertação de Mestrado.

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP. São Paulo, 2011.

#### **ABSTRACT**

This thesis "AVA - Virtual Learning Environment, " emerged from the demands placed by people over 60 years, Internet users, when questioned about the contents that a virtual environment should contain regarding to the project "Health Care and Quality of Life of Elderly ", conducted by researchers at the Catholic University of Brasilia (UCB) and the Pontifical Catholic University of São Paulo (PUC-SP). Since then contents were prepared, which were implemented in virtual environments friendly to the elderly, who have to interact through a virtual course. Besides the intervention of a virtual education program was measured using the quality of life for the elderly before and after the main course. This work was conducted with 33 elderly and presents the steps for creating, implementing, development and analysis of the Advanced Course of Acquisition of New Languages and Navigation for Elderly People. The course, itself, enabled the elderly to use the resources offered by the Internet, developing their competence in the use of technology and enabling them to exercise their citizenship in view of their daily practices and their quality of life in the physical, psychological, social and environmental dimensions. The multidisciplinary course, content of interest to the elderly, showed the practice of the concept of distance education and its outcome suggests that this type of intervention benefit, aside from digital inclusion, the exercise of citizenship and health education in a virtual environment.

**Keywords:** Elderly; virtual environment; distance learning; quality of life.

## **O homem, o menino e o computador - Gilson Nascimento<sup>1</sup>**

Se teme o computador  
Este livro tente ler  
E a máquina, com amor,  
Em breve vai se render.

Você trabalha brincando  
Você brinca ao trabalhar  
O olhar na tela pousando  
Vê o menino chegando  
Vem ao home se juntar.

Unem-se os dois, dão-se as mãos  
E aos poucos vão mergulhando  
Do micro nos seus devãos  
Mil segredos desvelando.

O menino, na verdade,  
Dentro do homem se esconde  
Faz-nos esquecer a idade  
Quando um fala o outro responde.

Por isso, já nessa idade,  
Sinto da infância a presença  
Me rendo à sinceridade  
Tenho rasgos de inocência.

A Deus peço em oração  
Que a infância não me abandone  
Quero senti-la em ação  
Pulsando no coração  
A brincar de esconde-esconde.

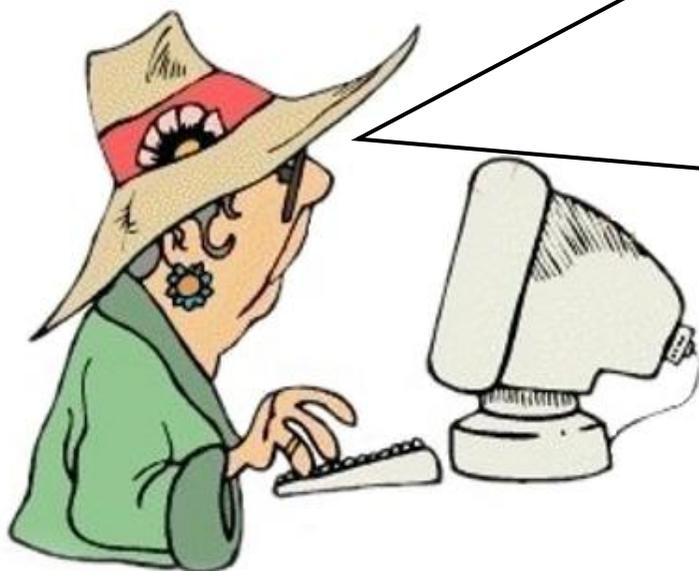
---

<sup>1</sup>NASCIMENTO, G.; *Informática na Terceira Idade: Um guia bem humorado para quem quer aprender informática depois dos 60*. Rio de Janeiro: Brasport ,2000.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 01: 1948 - 1ª Geração de Computadores -----	23
Figura 02: Cartão perfurado -----	23
Figura 03: 1º transistor e transistores -----	24
Figura 04: Imagem de circuito integrado -----	25
Figura 05: Microcircuito -----	25
Figura 06: CHIP-----	26
Figura 07: F1100 -----	27
Figura 08: Linha do tempo da tecnologia e da automação-----	28
Figura 09: Convergência virtual -----	28
Figura 10: A convergência de mídias -----	29
Figura 11: iPhone – iPod – Computador compactado – iPad -----	29
Figura 12: Avatar do Orkut-----	34
Figura 13: Avatar do Yahoo -----	34
Figura 14: Logo marca -----	36
Figura 15: Distribuição dos sujeitos pelas diferentes dimensões e facetas que identificam a qualidade de vida na escala Q.V./WOQOL-OLD e BREF, antes e depois da intervenção do Curso -----	158
Figura 16: Matriz de correlação entre as dimensões das escalas WOQOL-OLD antes -----	160
Figura 17: Matriz de correlação entre as dimensões das escalas WOQOL-OLD depois -----	161

## SUMÁRIO



<b>Introdução</b> .....	12
<b>Capítulo I - Da evolução tecnológica ao ambiente virtual</b> .....	21
1.1 - Gerações Tecnológicas.....	22
1.2 - A História da Internet .....	31
1.3 - Ambiente Virtual .....	32
<b>Capítulo II- Educação a Distância (EAD)</b> .....	38
2.1 - Ensino/aprendizagem a distância .....	40
2.2 - Inclusão digital de pessoas idosas .....	42
<b>Capítulo III - Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos</b> .....	49
3.1 - Em Busca dos Sujeitos.....	53
3.2 - O Curso.....	59
3.2.1 - Módulo Cidadania.....	80
3.2.2 - Módulo Qualidade de Vida .....	92
3.2.3 - Módulo Interação Social.....	109
3.2.4 - Módulo Produtos e Serviços .....	128
3.3 – Educação continuada melhora a qualidade de vida?.....	159
<b>Considerações Finais</b> .....	174
<b>Bibliografia</b> .....	177
<b>Apêndices</b> .....	181
<b>Anexos</b> .....	185

## INTRODUÇÃO

Uma carreira profissional iniciada muito cedo, em experiências bem diversificadas e em vários lugares, possibilitou que, pelo menos uma, em especial, fizesse diferença, por ter-me marcado decisivamente, ao direcionar-me para uma área que agora sigo nos estudos acadêmicos — a que envolve as novas tecnologias e sua aplicabilidade em âmbito educacional, mais propriamente a voltada para a inserção digital de pessoas idosas.

Para dizer dessa experiência inicial, motivadora de meus estudos atuais, tenho que voltar aos meus dezoito anos, quando fui trabalhar em uma empresa como Auxiliar de Escrita Fiscal, em 1985. Uma época em que havia somente computadores de grande porte, em que cada empresa desenvolvia seu próprio hardware e software. Isso quer dizer que os vários sistemas existentes eram compartimentados, não se comunicando entre si, cada um funcionando em máquina própria, com os serviços sendo vendidos para empresas em pacotes específicos por departamento.

Nessa ocasião, dedicando-me com muito empenho às tarefas ligadas ao campo informático, fui promovida à função de Operadora de Computadores Jr. e, sem muita demora, passei a “dominar” aquela plataforma computacional, orientada que era por um chefe de idade madura, muito competente, o Sr. Lourival<sup>1</sup>. Era uma pessoa de porte alto, cabelos grisalhos, a quem eu adorava ouvir e ouvir, tantos eram os seus ensinamentos, quanto intrigante era sua história de vida. Contudo, um remanejamento de pessoal da empresa me fez ficar, aos 19 anos, com um salário alto em carteira, e diante de uma mudança global ocorrendo nas empresas desenvolvedoras, tive que sair daquela empresa e fiquei em uma situação complicada ao não conseguir mais uma posição similar no mercado.

Hoje recordo esse período de mudanças nas empresas, dando-me conta de que fui protagonista de uma época em que estava se presenciando, talvez a maior revolução tecnológica da humanidade. Vítimas fomos muitos de nós, na verdade, das circunstâncias tecnológicas, pois as empresas que não se enquadravam naquele novo formato computacional, acabavam sucessivamente extintas, assim como os cargos de algumas pessoas, tal como aquele a que eu aspirava assumir.

---

<sup>1</sup> Por uma questão ética, o nome da pessoa foi modificado para preservar o anonimato.

Dessa forma, ao sabor das circunstâncias, em 1989, lá estava eu novamente envolvida com os computadores, novos softwares, em nova plataforma, ocupando o cargo de Digitador I. Iniciava-me em uma nova etapa no famoso e extinto Sistema Operacional MS-DOS. Experiência que me foi fundamental em termos de uma iniciação em sistemas, muito embora no final desse mesmo ano um acontecimento trágico fez-me afastar por dois anos de todas as atividades pretendidas. Já por volta de 1991, recuperada das muitas cirurgias, passei a fazer parte do corpo de funcionários da extinta Autolatina, empresa resultante da junção da VW do Brasil e da FORD do Brasil. Eu fora indicada pela AVAPE (Associação para Valorização e Promoção a Excepcionais), empresa fundada pelos funcionários da VW Brasil, cujo objetivo era o de qualificar e alocar no mercado de trabalho seus filhos excepcionais. Naquele momento, porém, a AVAPE se expandia para recolocação no mercado de pessoas com sequelas, como no meu caso, que na época usava bengala.

O trabalho nessa empresa consistia na junção, em atividade computacional, das nomenclaturas de peças VW e FORD. Para isso, foram utilizados os terminais das duas empresas e o sistema *On line* da VW, que já apresentava seu formato de comunicação via satélite, unindo todos os países que tinham uma empresa VW. Encantada fiquei no momento de entrada nos portais do inacessível CPD (Central de Processamento de Dados) da VW, cuja plataforma em uso era a do MS-DOS. Foi esta uma experiência muito rica, alimentando o meu desejo de uma efetivação pela empresa, embora minha formação educacional só iria permitir o trabalho em produção.

Mais uma vez me vi, logo depois, com o registro de um alto salário em carteira e sem perspectivas imediatas de obter um novo trabalho regular. Era final de 92. Fiquei dessa forma em um longo período sem qualquer registro novo na carteira profissional.

No ano de 94, descobri-me em sala de aula; na verdade em salas de cursos de computação em um momento de ascensão da informática, com a chegada do Windows 95. Era o início de uma atividade em uma renomada escola de informática. Em um dos cursos surgiu um idoso, de cujo nome não me lembro, embora não se afaste de minhas lembranças sua expressão espantada diante dos novos conceitos informáticos que tentava em vão compreender. Senti-me como que “tocada” por suas dificuldades, e tentava fazê-lo entender o que para mim também era novo. Lamentavelmente suas dúvidas não foram de todo satisfeitas e o idoso acabou desistindo do curso.

O esforço despendido nessas salas de aula de iniciação à informática e o encontro com os desafios de uma nova profissão abriram-me novas possibilidades de ascensão profissional. Assim, em 98, iniciei um trabalho na Secretaria de Serviço Social de São Bernardo do Campo, que oferecia cursos de computação aos seus munícipes, especialmente para prepará-los às várias vagas existentes nesse tempo para *telemarketing* em *Call Center*. Então, foi-me solicitado desenvolver um curso de informática com *telemarketing* e outro, com auxiliar administrativo.

Em 2000, no início de uma manhã de aulas na Secretaria de Serviço Social, um grupo de idosos entrou naquele espaço e se dirigiu para o único laboratório a que não tínhamos acesso. Um dos coordenadores informou-me que se tratava de alunos da Faculdade Aberta para Terceira Idade. Surpreendi-me! Afinal, eu não sabia nada sobre aquele encontro de pessoas maduras, mas por elas meu interesse foi imediato. Já no início do segundo período escolar, em agosto do mesmo ano, vi-me iniciando em um trabalho na Faculdade Aberta para Terceira Idade de São Bernardo do Campo, como professora de Informática. E em 2002, o curso estendeu-se ao Centro de Referência do Idoso (CRI) da mesma cidade.

Nesse ano de 2002, a Internet ainda era um sonho. Apesar de sua difusão ter iniciado em meados da década de 90 e ser, a partir de então, um instrumento essencial de comunicação e de serviços para toda a população em qualquer país, o acesso era ainda restrito: poucas pessoas dispunham de computadores em casa e as que dispunham dele, não tinham acesso à sua prática. Os correios iniciavam, então, um trabalho de acesso por tempo de uso, com poucas máquinas e poucas pessoas que sabiam navegar, muito menos as pessoas idosas.

Aproximadamente um ano depois, a cidade de São Bernardo do Campo (SBC) recebia em sua região central o “Poupa Tempo”, juntamente com o posto de serviços chamado “Acessa São Paulo”, cujo foco do atendimento era voltado aos serviços do próprio “Poupa Tempo” e à pesquisa para uma utilização cidadã. A partir de um acordo verbal com a supervisora do “Acessa São Paulo”, iniciei daí em diante uma aventura pelo universo virtual com meus alunos de uma maneira, talvez hoje, incompreensível: aulas teóricas no navegador Explorer, que tínhamos disponível na plataforma Windows. Depois marcávamos uma data para a visita ao projeto do “Poupa Tempo”. Mas conforme instrução da coordenadora do projeto, eu não poderia me aproximar dos alunos. Então, mesmo à distância, conseguia dar um suporte juntamente com os assistentes do espaço aos alunos e de uma maneira um tanto superficial, apresentava-os ao mundo virtual. Assim começava sua fantástica experiência de navegadores pela rede.

Esses cursos me proporcionaram uma nova experiência, convidada que fui a participar de um projeto em parceria com o Governo do Estado e com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (SENAC), que consistia em oferecer aos estudantes egressos do Ensino Médio, um curso preparatório na elaboração de uma empresa, indo desde o ramo de atividade até a logística. Minha disciplina versaria sobre Banco de Dados, mas foi-me solicitado um certificado de graduação, que na época eu ainda não dispunha. A exigência pela coordenadora do curso foi então a de que eu me inscrevesse em um curso superior.

Em 2002, sem ter recursos financeiros suficientes para iniciar minha jornada acadêmica, procurei a Faculdade Interação Americana (FIA), em São Bernardo do Campo, que oferecia três cursos, dentre os quais o que me interessava: a Tecnologia em Informática, pelo qual optei. Não dispondo do valor total mensal para estudar, visitei as dependências da faculdade por três dias, observando a ociosidade do laboratório de informática. Tive a idéia de escrever uma carta ao diretor, solicitando uma bolsa de estudos parcial. Nessa carta relatei o desejo e a necessidade de estudar, de qual valor dispunha e como poderia permutar o valor restante. Ofereci a monitoria em informática para os alunos de cursos, como Letras e Matemática, o que foi aceito de imediato, quando iniciei minha tão sonhada graduação.

Durante o ano, desenvolvi várias atividades, como por exemplo, monitorando os alunos que nada sabiam de informática, auxiliando os professores da faculdade em um curso de especialização, desenvolvendo um projeto para inclusão digital dos funcionários e também apresentando o Projeto Informática para a Maturidade. Em maio de 2003 estava contratada para desenvolver este último projeto: o oferecimento de cursos de informática com livre acesso a sítios, chats, e-mails na Internet e passeios culturais, o que me foi muito gratificante e enriquecedor.

Ao ministrar a disciplina Tecnologia Internet, planejei como avaliação final o desenvolvimento de um site, utilizando o Software Power Point (® M.S.) e criamos o site “Dieti (Diversões e Entretenimento para a Terceira Idade)”, cuja meta era “aumentar e incentivar a participação de pessoas idosas em eventos sócio-culturais, de lazer, esporte e intelectuais, com ética, segurança, lucratividade e responsabilidade social”. O trabalho de conclusão de curso (TCC) consistia no desenvolvimento de um software em linguagem *DELPHI*. Assim nasceu o Software *ACTIVE* (sistema de Apoio Curricular para a Terceira Idade que Valoriza a Educação), cujo objetivo era acompanhar a vida acadêmica dos alunos das faculdades abertas para a terceira idade.

Durante esse período, tive a oportunidade de informatizar vários adultos e idosos, de maneira a ensinar-lhes os conceitos básicos e avançados dos softwares comerciais sem um fim efetivo, a não ser pelo uso cotidiano em arquivos finais que os mesmos poderiam oferecer. A cada aula vivida presenciei a satisfação dos alunos em romper os obstáculos do tal computador (“bicho-de-sete-cabeças”), porém intrigava-me o fato de não contribuir de maneira mais efetiva na construção do saber informático. E a cada turma concluída inquietava-me a sensação de não ter feito o “dever de casa”. Assim, iniciei uma pesquisa sobre os cursos de informática para terceira idade.

No primeiro congresso sobre “Educação e Cidadania” no SESC de Santos, ofereci a uma empresa desenvolvedora de software, uma parceria para um projeto de desenvolvimento de um software de digitação destinado à Terceira Idade. De início, nenhum interesse foi manifesto, mas diante de minha insistência, foi iniciado o projeto em torno de um software que continua ainda inativo, que se intitula *Speedy Officer Tutor*.

No segundo congresso “Co-Educação de Gerações”, patrocinado pelo SESC/SP, conheci a coordenadora da Faculdade Aberta para a Terceira Fase da Vida - UNI-A, Santo André, local em que passei a ministrar um curso de informática.

Amadureci com as pesquisas realizadas, os congressos, as experiências e, em dezembro de 2003, no Centro de Referência do Idoso de São Bernardo do Campo, iniciei o Projeto **CRIAção**<sup>2</sup> cujo objetivo era a construção de um Caderno de Receitas com recurso computacionais, e com conteúdo exclusivo, ou seja, com as receitas prediletas criadas pelos próprios alunos.

Ainda em 2003, a Faculdade Interação Americana iniciou sua I JORAP – Jornada de Reflexão Acadêmica e o I Evento Cultural Programa da Terceira Idade no período de 14 a 16/10/2003, com a apresentação de minha palestra “A importância da informática na melhor idade”, e com apresentação do Grupo de Teatro do Centro de Referência do Idoso, com a peça: “Ontem, hoje e amanhã”, com “Concerto piano” e *Workshop*. No final desse ano elaborei o Projeto Maturidade, com o objetivo de apresentar um relatório com os resultados obtidos até o momento, com todas as ações realizadas com a terceira idade.

---

<sup>2</sup> O computador como agente formativo e informativo, objetivando a confecção de caderno de receitas.

Constou em seu formato, uma apresentação, a avaliação do Curso de Informática, do I Evento Cultural, dos Passeios Culturais e do I Encontro de Ex-alunos.

Em 2004 fui apresentada, por um professor da FIA, à Editora Érica, onde imaginei iniciar uma carreira de escritora de livros pedagógicos de informática para a terceira idade, uma ideia que julgo inovadora. Mas sem um auxílio financeiro substancial da própria editora, que não partilhava de meu ideal, fui obrigada a desistir. Eram muitas as minhas ideias, consideradas pela editora “desnecessárias para um público tão sem futuro”.

Em 2005 senti necessidade de me aprofundar no tema Terceira Idade e assim, em paralelo aos estudos da graduação, iniciei um curso em extensão na Coordenadoria Geral de Especialização, Aperfeiçoamento e Extensão (COGEAE) da PUC-SP, sobre Educação e Envelhecimento. Nesse curso, tive a oportunidade de conhecer o *Portal do Envelhecimento* e até mesmo arriscar um contato com a Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Beltrina Côrte, através de inscrição no próprio Portal. Pois bem, esses novos conhecimentos promoveram o acesso aos teóricos-pesquisadores do envelhecimento social. E a partir de então, vi-me cada vez mais envolvida com a Terceira Idade e um desejo cada vez maior de lidar com questões que me inquietavam em relação ao próprio tema.

Em março de 2005 alguns alunos, que já haviam concluído todos os módulos oferecidos pelo Curso de Informática para a Maturidade da Faculdade Interação Americana, revelaram interesse em dar continuidade aos encontros. Iniciamos assim o Projeto KAIRÓS, constituído de três encontros informáticos para atividades de interação entre os softwares aprendidos e um passeio cultural a cada mês. As aulas laboratoriais foram utilizadas para o desenvolvimento de atividades pedagógicas aos que assistiram parcialmente ao Programa Municipal de Alfabetização e Cidadania (PROMAC), que oferecia aulas dentro do Centro de Referência do Idoso, a partir do segundo semestre de 2005. Ainda em 2005, finalizei a graduação e, por indicação de uma professora do COGEAE, iniciei uma especialização em Tecnologia da Informação e Comunicação em Educação na UNIFIEO-SP, pois, aliado ao estudo sobre o envelhecimento, precisava me aprofundar no uso das tecnologias em sala de aula.

A Internet estava “entrando nas residências”. Defendi arduamente em sala de aula a necessidade de implantação de uma nova linguagem, o “*Internetês*”, que deveria ser ensinada pelos professores, aprendida pelos jovens e aplicada somente

no ambiente virtual, porque acreditava que num futuro não muito distante que tal linguagem seria utilizada “indevidamente” no cotidiano. Aprendi, também, sobre *software* educacional e, como não poderia ser diferente, criei em uma das disciplinas o “B a BIT do Computador”, um *software* em linguagem *Flash* para ser utilizado com adultos e idosos. Seu objetivo era apresentar e desmistificar o uso de teclado e mouse de uma maneira muito descontraída: para mim, “ele é show!”

Como trabalho final, a monografia desenvolvida apresentou em seu tema o “*Software* Educacional: Conscientização, Transição e Implantação”, cujos objetivos eram entender e interpretar o contexto da educação em relação ao uso de *software* educacional; identificar e resolver problemas provenientes da fase de transição e implantação do *software* educacional e orientar as escolas na escolha de *software* educacional. Estávamos num momento de grande questionamento sobre a substituição do professor pelo computador e, mais uma vez, minhas ideias foram consideradas exageradas. Esse curso propiciou-me o conhecimento de vários *softwares* para trabalho com especiais e, na prática, pude utilizar o DOS-VOX com um aluno portador de deficiência visual.

Quando comecei a trabalhar com idosos, iniciei um processo de observação e escuta: os alunos tinham uma idade a partir de 50 anos, mas a grande maioria era acima de 60 e, em cada local, eu trabalhava com um público diferenciado. Na Faculdade Aberta, tínhamos a nata de SBC; no Centro de Referência do Idoso, a população mais carente; na Faculdade Interação Americana, os dois públicos e na UNIA-Santo André, um público maior de donas de casa. Em 2007 comecei a atender em domicílio a idosos que queriam entrar nos portais da era computacional sem sair de casa. Todos estes alunos apresentavam um grau de dificuldade inquietante. Passei a compartilhar tais inquietações com uma amiga e sentia o forte desejo de me especializar, de me aprofundar no estudo do processo de envelhecimento. E foi assim que essa amiga, Maria Aparecida de Souza Rosa, ajudou-me a preparar o projeto sobre informática e terceira idade, que foi apresentado no ano de 2008 na PUC-SP, quando iniciei a investigação científica no Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Gerontologia da PUC-SP. No começo sentia-me como “Alice no país das maravilhas”, caída em uma toca de coelho para (...) *um lugar fantástico povoado por criaturas peculiares*<sup>3</sup>, onde o concreto torna-se abstrato e o abstrato, concreto. Ou seja, meus conhecimentos empíricos a favor do estudo teórico, a teoria aliada à prática.

---

<sup>3</sup> Encontrado em 23 outubro de 2010, em: [http://pt.wikipedia.org/wiki/Alice\\_no\\_País\\_das\\_Maravilhas](http://pt.wikipedia.org/wiki/Alice_no_País_das_Maravilhas).

Quando iniciei os estudos sobre o envelhecimento estava certa de que escreveria sobre informática e terceira idade. Contudo, o tema ainda não estava definido, queria investigar de forma mais aprofundada o uso da internet pelos idosos e o que realmente procuravam no ambiente virtual.

A primeira questão que me intrigava era saber o que os idosos acessam na internet, por quê e para quê. Mas navegar por navegar, onde ir? Será que a pessoa idosa tem condições de aprender novos instrumentos para acessar a Internet nas diversas formas existentes? Qual a real contribuição que a Internet promove aos velhos? Naquele momento, a meu ver, a Internet era utilizada única e exclusivamente com o objetivo que se me apresentava: um grande mar para se entrar, sem saber aonde e para que ir, mas ir... Aventurei-me desgovernadamente junto com meus alunos, sabendo que tinha que ir, mas para onde com eles? Também não sabia.

Em 2009, já cursando o mestrado, fui convidada a participar de uma pesquisa sobre Ambiente Virtual de Aprendizagem para Terceira Idade – AVA, um estudo sobre a qualidade de vida e o uso da Internet, realizado pela Universidade Católica de Brasília (UCB/DF) e a Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) através do Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos que foi criado.

A partir daí, pude iniciar esta pesquisa que tem como objetivo principal verificar se poderia existir qualidade de vida no ambiente virtual. Eram tidos como objetivos específicos da pesquisa:

- ◆ Aferir a influência das tecnologias de aprendizagem em Ambiente Virtual de Aprendizagem voltado ao estado de saúde;
- ◆ Contribuir para a experimentação do espaço virtual para a sociabilidade;
- ◆ Contribuir para a formulação de políticas educacionais que levem em conta o bem-estar e a qualidade de vida da pessoa idosa;
- ◆ Desenvolver estratégias para o empoderamento tecnológico às pessoas idosas de novas linguagens computacionais.

Este trabalho de pesquisa de mestrado originou-se desse curso, uma experiência pedagógica que ocorreu de junho a agosto de 2009, em sala de aula virtual, por meio de acesso, leitura e participação em Fórum e Chat com idosos dos estados de São Paulo, Distrito Federal, Minas Gerais, Espírito Santo, Pará, Rio de Janeiro e Argentina.

A fim de verificar o objetivo principal da pesquisa colocada, foram selecionados 33 sujeitos (21 mulheres; 13 homens), com idade igual ou superior a 60 anos, usuários da Internet, que responderam a um questionário com 29 perguntas (fechadas e abertas) sobre qualidade de vida, por meio dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida, chamado de WHOQOL (World Health Organization's Quality of Life Instrument), da Organização Mundial da Saúde, a escala foi validada no Brasil como WHOQOL-OLD e BREF. Como dito antes, o objetivo era de avaliar a qualidade de vida dos idosos antes e depois de utilizarem o Ambiente Virtual de Aprendizagem, a fim de verificar se haveria melhora em sua qualidade de vida, a partir de sua ligação, como usuários, à tecnologia da aprendizagem.

Nos próximos capítulos, serão discutidos mais detalhadamente os demais aspectos desta minha pesquisa de mestrado. No Capítulo I, abordo a evolução tecnológica, relativamente a alguns equipamentos eletro-eletrônicos e suas funcionalidades chegando até a chamada Convergência Digital e o Ambiente Virtual. No Capítulo II, trato da educação a distância que vem ganhando terreno no Brasil e de suas consequências, no caso de se pensar a pessoa idosa. O Capítulo III trata do foco de minha pesquisa de mestrado, que é propriamente o Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos em Plataforma Moodle<sup>4</sup>. Neste capítulo são apresentadas as etapas do curso que compreendem:

Fórum de Apresentação e dois chats;

- ◆ Módulo Cidadania com Fórum de 4 questões e dois chats;
- ◆ Módulo Qualidade de Vida com Fórum de 4 questões e dois chats;
- ◆ Módulo Interação Social com Fórum de 4 questões e dois chats;
- ◆ Módulo Produtos e Serviços com Fórum de 4 questões e dois CHATs;

Ao término do Capítulo III, apresentamos os resultados e discussões acerca das análises feitas dos instrumentos validados WHOQOL, da Organização Mundial da Saúde, a escala validada no Brasil WHOQOL-OLD e BREF em suas múltiplas facetas. Em considerações finais, apontamos as tendências computacionais mostradas pelas pessoas idosas.

---

<sup>4</sup> O Moodle é um Sistema Open Source de Gerenciamento de Cursos - Course Management System (CMS), também conhecido como Learning Management System (LMS) ou um Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) aprendizado eficazes.

## Capítulo I – Da evolução tecnológica ao ambiente virtual

“A minha Olivetti ficou na mesma mesa do meu computador. Tenho-lhe afeição. Mas, olhando-a de vez em quando, não posso deixar de reconhecer que ela está prestes a fazer parte do rol dos aparelhos que o avanço tecnológico, num passado não muito remoto, vai tornar obsoleto.”

Gilson Nascimento (2000: 54)

Um novo cenário se abriu nas últimas décadas do século XX e na primeira década do XXI, consolidando neste período mudanças substantivas nos estatutos da ciência, da tecnologia e da própria cotidianidade da vida. Nesse sentido, seguimos a afirmação de Lyotard (2002: vii):

O que de fato vem (...) ocorrendo é uma modificação na natureza *mesma* da ciência (e da universidade) provocada pelo impacto das transformações tecnológicas sobre o saber. A consequência mais imediata desse novo cenário foi tornar ineficaz o quadro teórico proporcionado pelo filósofo (leia-se metafísico) moderno (...). O cenário pós-moderno é essencialmente cibernético-informático e informacional (...). Neste cenário, predominam os esforços (científicos, tecnológicos e políticos) no sentido de informatizar a sociedade (...); o cenário pós-moderno começa a vê-la [a ciência] como um conjunto de mensagens possível de ser traduzido com "quantidade" (bits) de informação (...).

Lyotard (2002) e Lévy (1993) descrevem o modo de acesso à cultura da informação: ela se dá agora por meio do computador, do telefone celular, com a informática tornando-se uma nova "pele" do homem, gerindo nossas relações com o meio e com as outras pessoas. A informática passa a ser, assim, considerada como um instrumental; como se fosse novas lunetas através das quais se veria o mundo de uma forma diferente.

Isso tudo exige que se acompanhe o avanço tecnológico, o surgimento de novos “aparelhos” na chamada “Convergência Digital”; e ao mesmo tempo ter que compreender como um simples aparelho de MP3<sup>1</sup> é capaz de armazenar tantas informações: seja as do tipo textos que, durante muitas décadas, eram redigidos em máquinas de escrever; seja aquelas em músicas que eram executadas em vitrolas, utilizando-se um grande disco de vinil; seja aquelas em fotos que eram capturadas por máquinas manuais que utilizavam filmes negativos, ou ainda nos gigantescos aparelhos telefônicos que foram reduzidos primeiramente para gigantescos aparelhos celulares e agora otimizados para aparelhos que cabem na palma da mão...

## 1.1 – Gerações Tecnológicas

A menção ao avanço tecnológico geralmente é iniciada com breves históricos a partir do surgimento dos equipamentos que antecedem os primeiros computadores pessoais. No entanto, pouco se fala sobre as várias gerações de computadores e seus componentes, o que tentaremos fazer a seguir.

A Primeira Geração de Computadores é considerada a geração das válvulas dos anos de 1927 a 1952. Os computadores apresentavam um grande porte, utilizavam válvulas, consumiam grande quantidade de energia e sofriam superaquecimento (Figura 1). Sua principal funcionalidade era representar um bit de informação, ou seja, um estado, ligado ou desligado. Cada bit<sup>2</sup> era composto por 8 válvulas. Armazenavam-se informações em cartões perfurados (Figura 2).

---

<sup>1</sup> MP3 é a sigla de *Moving Picture Experts Group 1 (MPEG) Audio Layer 3*. Trata-se de um arquivo de computador extremamente comprimido (assim como um arquivo do tipo ".zip"). Este formato é utilizado para a gravação de áudio (músicas).

<sup>2</sup> Bynari Digit – menor unidade de informação armazenada ou transmitida por computador.

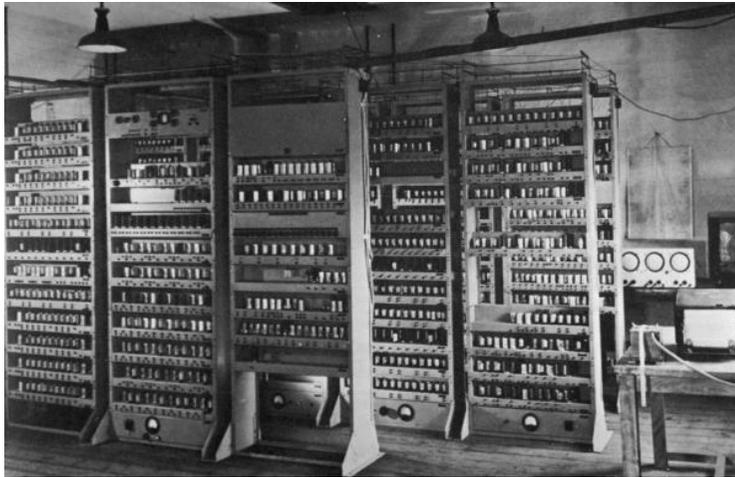


Figura 1: EDVAC – 1948 - 1ª Geração de Computadores

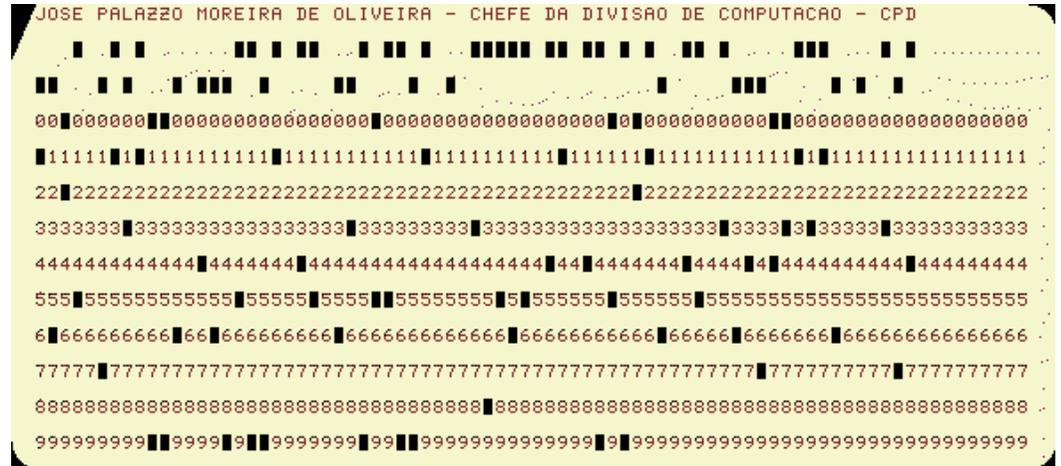


Figura 2: Cartão perfurado

Essa Primeira Geração de Computadores surgiu na década de 20, utilizando a mesma tecnologia empregada nos aparelhos televisores: a válvula. Uma pessoa idosa nascida nessa época teria hoje 90 anos, mas com certeza ainda não teria, nos anos vinte, conhecido o televisor.

Na Segunda Geração de Computadores há uma troca das válvulas pelos transistores - dispositivos mais rápidos com baixo custo e mais resistentes que as válvulas -, em um período de aproximadamente dez anos, de 1954 a 1962 (Figura 3). O transistor foi o responsável pela revolução eletrônica, pois consumia menos energia; também utilizado para representar os estados: ligado ou desligado, zero ou um. Cada transistor substituiu dezenas de válvulas.

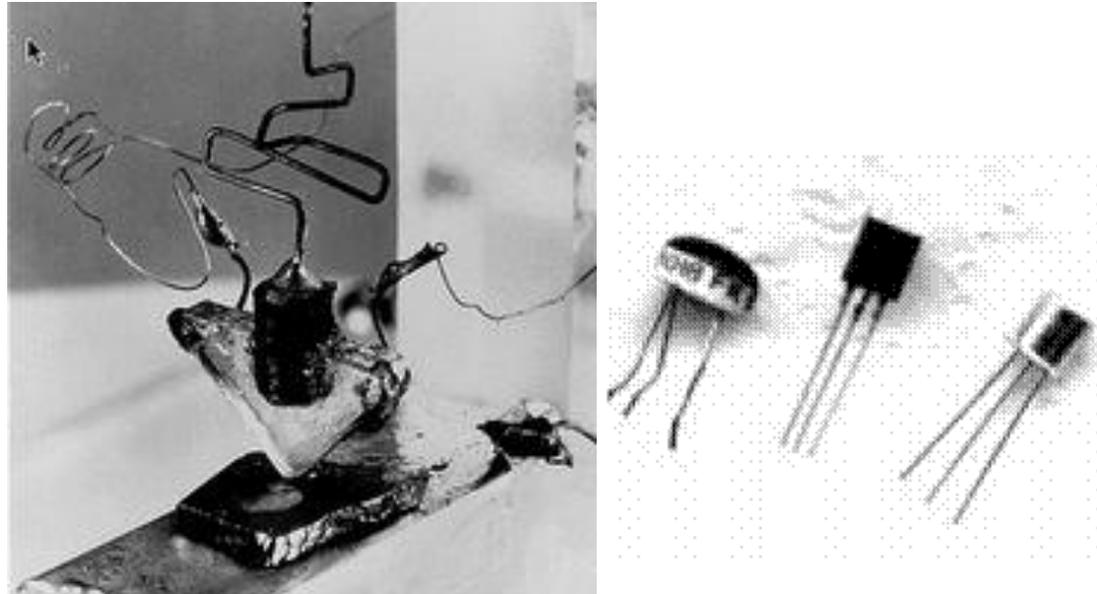


Figura 3 - 1º transistor e transistores

Já nas décadas de 50 e 60, com a descoberta dos transistores, as pessoas idosas foram protagonistas do mundo televisivo: assistiam a transmissões, em tempo real, de reportagens e programas variados, nas cores preto e branco. Também já ouviam vinil em toca-discos.

A partir da Terceira Geração de Computadores, surgem os Circuitos Integrados – CIs. Consistia esse mecanismo em encapsular dentro de um mesmo circuito mais de um transistor (Figura 4). Os primeiros CIs armazenavam de 8 a 10 transistores. Surge então a denominação chip<sup>3</sup>. A partir desta geração o termo byte<sup>4</sup> começa a ser utilizado.

---

<sup>3</sup> Chip: circuito eletrônico miniaturizado composto por dispositivos condutores.

<sup>4</sup> Byte: unidade de medida para especificar tamanho ou capacidade de memória de computador. Cada byte contém 8 bits.

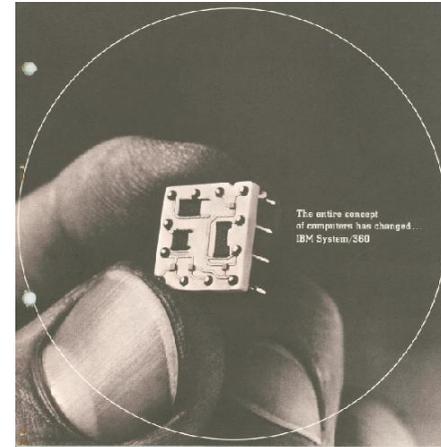


Figura 4: Imagem de circuito integrado

Em 1965 a empresa IBM apresenta o IBMS/360, um computador completamente transistorizado. A tecnologia recebe o nome de SLT – *Solid Logic Technology*, com os computadores podendo realizar vários processamentos simultâneos.

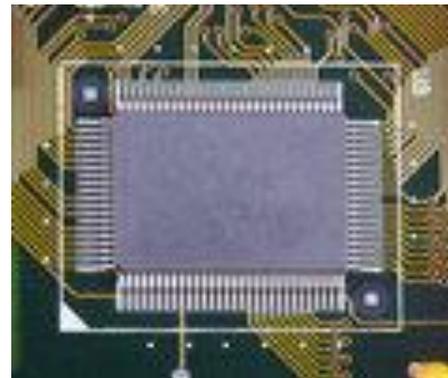


Figura 5: Microcircuito

Nesta década de sessenta foi iniciado o uso da informática para fins comerciais. Surgiram as transmissões de TV em cores no mundo. As pessoas idosas presenciavam a chegada de uma novidade. Já nos anos 70, passou a ser possível ter em casa um televisor preto e branco. Algumas pessoas utilizavam papel celofane colorido para assistir aos programas em duas cores.

Nessa mesma época o principal botão de controle, tanto do rádio como da TV, era o de sintonia, uma peça que girávamos para sintonizar nosso desejo televisivo ou radiofônico. O conceito era mesmo o de um botão, uma peça em formato redondo.

Ainda na década de 70 as técnicas de integração evoluem para outras classificações. A partir da Quarta Geração de Computadores, a classificação VLSI – *Very Large Scale Integration*, padrão de microcircuitos da IBM (Figura 5), permite a realização de operações em bilionésimos de segundo, com milhares de transistores em um único chip (Figura 6). Ocorre o surgimento do microprocessador e de linguagens cada vez mais semelhantes à linguagem humana. A partir desta Geração nasce a teleinformática, a transmissão de dados entre computadores utilizando uma estrutura em redes.

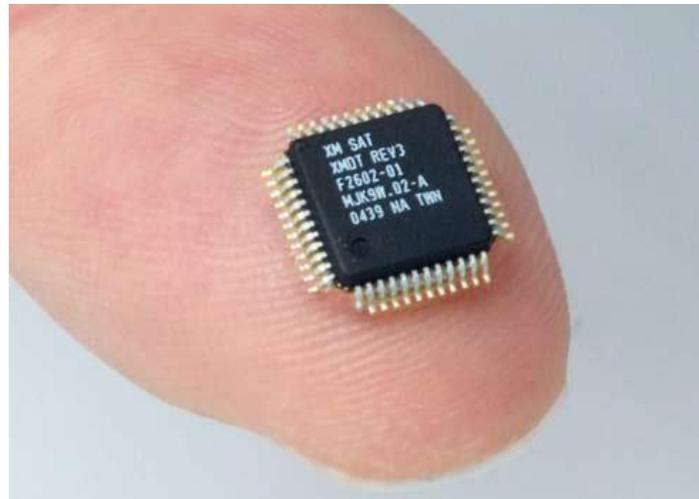


Figura 6: CHIP

A Quinta Geração é a caracterizada pelo uso de Circuitos Integrados em uma escala muito maior de integração, permitindo a criação de computadores menores e de microprocessadores, como o F-100 (Figura 7).

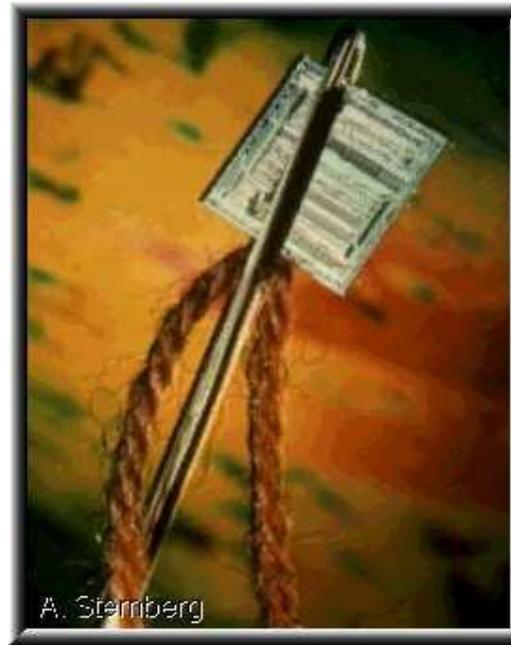


Figura 7: F-100

Entre as décadas de 70 e 80 vimos acontecer uma verdadeira revolução tecnológica. Algumas novas tecnologias começam a ganhar espaço nas residências, entre estas os aparelhos de Vídeo K7, Walkman, TV com controle remoto, computadores pessoais, entre outras. Para as pessoas idosas inicia-se um momento bastante tenso; eis aqui o que podemos caracterizar como exclusão tecnológica, pois para boa parte dos idosos é iniciado um momento de domínio de novas nomenclaturas, sinais e símbolos incompreensíveis.

Apresentamos a seguir na Figura 8 um breve histórico da Evolução da Microinformática a partir da Quarta Geração.

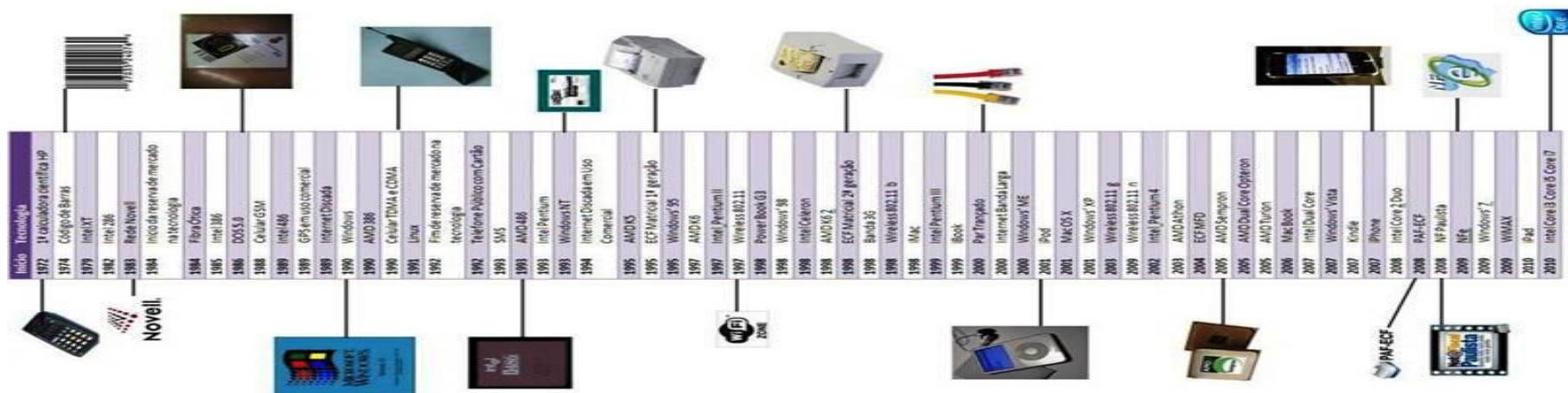


Figura 8: Linha do tempo da tecnologia e da automação

Nos anos 80 e 90 o computador começa a se tornar um eletrônico indispensável nas residências; seu custo passa a ser reduzido e, assim, começa sua popularidade. Junto a ele novos aparelhos vão surgindo e, a partir destes, migramos para a convergência digital, ou convergência virtual (Figura 9).



Figura 9: a convergência virtual

A convergência de aparelhos para um único capaz de suportar som, imagem e voz (Figura 10). A convergência no ambiente virtual que permite a apresentação da informação por texto, por som ou por vídeo.



Figura 10: A convergência de mídias



Figura 11: iPhone – iPod – Computador compactado – iPad

É chegada a década 2000: aparelhos moderníssimos com tecnologia de ponta, mas que apontam e desapontam a pessoa idosa (Figura 11).

Compreender e acompanhar todo esse avanço da tecnologia é uma tarefa complicada para muitos especialmente para os idosos, pela velocidade com que as coisas foram mudando (e estão mudando) nas três últimas décadas, contrariamente ao ritmo muito mais ameno de décadas anteriores.

Até porque esse avanço acelerado nos últimos anos foi atropelado pela velocidade e pelas ininterruptas mudanças em equipamentos, uns sendo simplesmente descartados, outros se tornando peças de museu, o que configura o que é “viver neste mundo digitalizado”. É como se algo viesse de repente acontecendo, impedindo os idosos de entender ou até mesmo de habitar num mundo que até há pouco tempo era seu território, e que ora os obriga a se deslocarem de uma para outra tecnologia.

Segundo Rosa Maria Pedro (1996: 53) pesquisadora do uso de tecnologias da educação, de novas tecnologias,

Já se tornou quase óbvio diagnosticar a época em que vivemos como um momento único na história da humanidade, onde o ritmo frenético das descobertas científicas e o poder ilimitado da tecnologia vêm promovendo a substituição da antiga ordem dos saberes e das representações por novos modos de conhecimento e novos estilos de regulação social.

Lévy (2005) já assinalava que vivíamos, de fato, uma "mutação antropológica", em que a utilização cada vez maior de computadores dava vida a um novo estilo da humanidade, quando começava a se esboçar o semblante do *homo informaticus*. Num período de perto de vinte anos, o mundo evoluiu afetando desde a expressão até os comportamentos humanos.

As mudanças são tantas que nossas formas de interagir com as outras pessoas vêm sendo pautadas pelas novas tecnologias de comunicação, trazendo a uns a surpresa pelo inauditismo das mudanças e a outros o sentimento de perigo diante do fato de deixarem de ser os homens que sempre foram.

Uma nova maneira de ler, ver e ouvir a informação, de adquirir produtos e serviços, de comunicar e de interagir com familiares, amigos e com a sociedade é o que decorre de mais visível do avanço tecnológico... Então, ao idoso, em uma desejada relação profícua com os novos meios comunicacionais — objeto de investigação nesta pesquisa —, fica o desafio de como ele continuará se deslocando por esses novos espaços contemporâneos de vivências. Não é fácil adquirir outras habilidades para o expressar, o interagir, nos novos mecanismos de comunicação, nas novas tecnologias. Isso se ele quiser continuar dialogando com netos, filhos, amigos ou com o próprio mercado de trabalho e não se sentir um ser ultrapassado nesta era da pós-modernidade.

O processo de informatização é, antes de mais nada, um novo modo de pensar e refletir a realidade da informação, que pode mudar a visão de mundo e das coisas a que se estava habituado. A pessoa idosa percebe que, para se adaptar a esse novo mundo, é preciso que alguém a auxilie, que a ajude a encontrar uma forma de “dominar” tal “revolução tecnológica”.

Vislumbramos que esse auxílio e apoio aos idosos existem, sim, especialmente ao se construir um *Ambiente Virtual de Aprendizagem* adaptado e pensado para a iniciação de pessoas idosas, levando em conta as suas dificuldades e as suas necessidades mais imediatas de comunicação, até mais de se sentirem respeitadas neste novo mundo que se descortina com o uso maciço da internet. Falamos aqui do empoderamento digital.

## 1.2 - A História da Internet

Se pensarmos nas origens da Internet, verificamos que ela nasceu da necessidade de comunicação entre bases americanas militares durante a Guerra Fria<sup>5</sup>, mesmo que o Pentágono fosse deletado do mapa por um ataque nuclear. Anteriormente à ARPANET<sup>6</sup>, os americanos já dispunham de uma rede de ligação entre os departamentos de pesquisa e as bases militares. Toda a comunicação passava por um computador central que se encontrava no Pentágono. Entretanto, no caso de se pretender derrotar os Estados Unidos da América, bastava lançar uma bomba no centro computacional que imediatamente o sistema de comunicação vigente entraria em crise, tornando os Estados Unidos extremamente vulneráveis a qualquer outra ameaça.

---

<sup>5</sup> Período histórico de conflito de ordem política, militar, tecnológica, econômica, social e ideológica entre Estados Unidos e União Soviética.

<sup>6</sup> Advanced Research Projects Agency Network: Rede Operacional de Computadores à base de comutação de pacotes.

Passada a ameaça da Guerra Fria, concluiu-se de que não haveria mais necessidade de manter isolado o ARPANET. Foi permitido seu acesso aos cientistas que, mais tarde, o cederam para as universidades americanas e, sucessivamente, ligaram-no a universidades de outros países, permitindo seu acesso inclusive aos usuários domésticos, até que mais de cinco milhões de pessoas já estavam conectadas com a maior rede de comunicação mundial.

Atualmente, é considerado o maior sistema de comunicação desenvolvido pelo homem. O conteúdo da rede é bem atraente, oferecendo serviços de informação, comunicação e utilidade pública, está ao alcance de todos, desde que se utilize um computador conectado à Internet.

A Internet possibilitou diversos usos, inclusive da sua tecnologia para a educação. Assim nasceu a expressão “Ambiente Virtual de Aprendizagem”, utilizado para a aplicação da Internet à Educação a Distância, tema que trataremos a seguir no Capítulo II.

### **1.3 - Ambiente Virtual**

A palavra “ambiente” segundo o dicionário Aurélio eletrônico, expressa o sentido de um espaço que congrega seres vivos ou coisas. Pode ser considerado também como um lugar, um sítio, um espaço ou até mesmo um recinto. A frequência a um ambiente define o estilo de uma pessoa, e o que faz um determinado ambiente ser importante ou valioso para as pessoas são suas ofertas, sejam elas econômicas, estéticas, filosóficas, sentimentais etc. Um ambiente também proporciona um espaço territorial ou mental de uma ou mais relações. Podemos entender o ambiente como um espaço onde há a interação de uma ou mais pessoas.

Em um computador, o ambiente está relacionado às ações e aos processos que um determinado programa pode executar. Seu funcionamento é baseado em um sistema operacional capaz de comportar ou receber programas e aplicativos

que interagem dentro desse mesmo ambiente. Cada novo espaço é capaz de apresentar essas características; sendo considerado ambiente aquele fisicamente real ou aquele virtualmente real. No âmbito virtual, o ambiente está relacionado a todo e qualquer espaço criado para a interação entre as pessoas. Entendemos que, independentemente do ambiente ser real ou virtual, pode-se nele proporcionar uma real interação entre as pessoas.

Na expressão “espaço virtual”, “virtual” é compreendido como “potência ou faculdade, de fazer alguma coisa”, ligada ao campo das potencialidades de cada indivíduo e de sua capacidade ou disponibilidade de condições essenciais à realização de algo, permitindo, nesta acepção, concretizar “em ato” sentimentos e interações sociais talvez até jamais vivenciadas.

De acordo com Levy (2009), há várias abordagens a respeito da noção de “virtual”. Dentre elas, destacamos a concepção filosófica, em que o virtual é concebido como a possibilidade de existir sem estar presente fisicamente. Sem a presença física, mas por meio da criação de um *avatar*, uma *persona* virtual, um ser livre do determinismo biológico, tal qual o descreve Levy:

Meu corpo pessoal é a atualização temporária de um enorme hipercorpo híbrido, social e tecnobiológico. O corpo contemporâneo assemelha-se a uma chama. Frequentemente é minúsculo, isolado, separado, quase imóvel. Mais tarde, corre para fora de si mesmo, intensificado pelos esportes ou pelas drogas, funciona como um satélite, lança algum braço virtual bem alto em direção ao céu, ao longo de redes de interesses ou de comunicação. Prende-se então ao corpo público e arde com o mesmo calor, brilha com a mesma luz que outros corpos-chamas. Retorna em seguida, transformado, a uma esfera quase privada, e assim sucessivamente, ora aqui, ora em toda parte, ora em si, ora misturado. Um dia, separa-se completamente do hipercorpo e... (Levy, 1996: 33).

O avatar pode ser uma representação humana, gráfica, de um usuário do sistema de computador, que interage por imagem, por voz ou até mesmo por texto no ambiente virtual, como se pode ver caracterizado nas Figuras 12 e 13 abaixo:



Figura 12 – Avatar do Orkut



Figura 13: Avatar do Yahoo

Um "ambiente virtual" pode ser concebido como um espaço de diálogo entre pessoas distantes geograficamente, mas que ao mesmo tempo estão presentes na comunicação escrita ou oral, sendo complementadas pela presença visual desses *avatars*. Em termos mais diretos, arriscamos dizer que o que é "virtual" é o real irreal (com ausência de substância material) que permite a interação real (o diálogo efetivo) do irreal (o *avatar*) com o real (os participantes), que são também *avatars*.

Reforçamos a identificação de Wallace (2001: 26-30) de seis ambientes virtuais presentes na Internet, cada qual com sua própria característica:

1. AMBIENTE WEB [World Wide Web] - conhecido como WWW ou WEB, este ambiente é a própria REDE, uma combinação de bibliotecas, quiosques, guias, jornais, shoppings, enciclopédias, catálogos, agendas, currículos pessoais etc. Trata-se de um ambiente de buscas de todos os tipos, descentralizado, interativo e passível de expansão ilimitada.

2. AMBIENTE E-MAIL [correio eletrônico] – trata-se, sobretudo de um meio de comunicação interpessoal com remessa e recebimento de correspondências entre familiares, amigos, colegas de trabalho, empresas, pesquisadores e assim por diante. Ao lado de salas de bate-papos, o e-mail é hoje o mais popular ambiente virtual.
3. FOROS DE DISCUSSÃO ASSÍNCRONOS – aqui se forma um ambiente para discussão de temas específicos, listas de grupos e assim por diante. As relações são continuadas e movidas por interesses comuns.
4. AMBIENTE CHAT SÍNCRONO – trata-se dos ambientes em salas de bate-papos entre varias pessoas simultaneamente ou em ambiente reservado. Têm vários formatos no estilo de uma conversação em tempo real.
5. AMBIENTE MUD – o nome vem dos jogos que tinham esses nomes e eram jogados por pessoas que formavam uma rede de jogadores. Há outros, como Second Life, que permitem a criação de avatares
6. AMBIENTES DE ÁUDIO E VÍDEO [VIDEOCONFERÊNCIAS] – são ambientes em que se tem vídeo e voz síncronos e servem a várias finalidades, particularmente para conferências.

A essa relação podemos acrescentar outros ambientes virtuais:

1. AMBIENTES VoIP [Voice over IP] – tecnologia que permite a comunicação de voz utilizando a Internet: Skype, Ipad, MSN, Ibook.
2. AMBIENTES DA REDE SOCIAL [compartilham dados e informações] – Atualmente abarcam em seu ambiente todos os serviços acima descritos.

Sob o ponto de vista da informação, o ambiente virtual não deixa de ser um lugar substancial de trocas a partir do uso de mecanismos informacionais variados, sendo os mais conhecidos, o E-mail, Orkut, MSN, Blogs, Chats, dentre outros, conforme o indica Santos (2003: 223):

Um ambiente virtual é um espaço fecundo de significações onde seres humanos e objetos técnicos interagem, potencializando assim a construção de conhecimento, logo a aprendizagem. Entendemos por aprendizagem todo processo sociotécnico em que os sujeitos interagem na e pela cultura, sendo esta um campo de luta, poder, diferença e significação, espaço para construção de saberes e conhecimento. As tecnologias digitais podem potencializar e estruturar novas sociabilidades e conseqüentemente novas aprendizagens.

Nas palavras de Lanier (1989; 126), um dos futurólogos promotores do ambiente virtual: (...) *quando a realidade virtual for amplamente difundida, ela não será considerada como um meio de apreensão da realidade física, mas antes como uma realidade suplementar. A realidade virtual nos abre um novo continente.*

Em um ambiente virtual ou “ciberespaço”, o espaço-tempo cibernético deve ser constituído, em suas possibilidades de armazenamento e acesso, num só lugar, relativamente a questões como a *qualidade de vida, a cidadania, a interação social* e os *produtos e serviços*. Para Nascimento (2000: 82) é “como um canal através do qual o usuário penetra virtualmente, assim que o deseja (...), sorvendo através da tela um mundo de conhecimentos e informações das quais não podemos prescindir no mundo atual”.

Entre os espaços virtuais aqui citados destacamos o espaço AVA- Ambiente Virtual de Aprendizagem na plataforma Moodle.



Figura 14: Logomarca

O MOODLE é um software livre que foi desenvolvido em 1999 pelo professor e cientista computacional, o australiano Martin Dougiamas; é utilizado por instituições de ensino em todo o mundo. Permite a criação de cursos *online* de apoio

à aprendizagem, configurado em um espaço virtual de colaboração e participação direta, em que os usuários/alunos podem trocar saberes a partir da participação em Fóruns, CHATs e em atividades propostas pelo professor-tutor.

Baseia-se na pedagogia sócio-construtivista que é pautada em quatro conceitos-chave:

1. Construtivismo — teoria pedagógica que sustenta que as pessoas constroem ativamente novos conhecimentos à medida que interagem com o seu ambiente;
2. Construcionismo — que sustenta que a aprendizagem é particularmente eficaz quando se dá construindo alguma coisa para que outros experimentem;
3. Construcionismo Social — que amplia o conceito anterior para um grupo de pessoas que constroem algo para outras que, de maneira colaborativa, criam assim uma cultura de "coisas" compartilhadas, assim como de significados compartilhados;
4. Ligado e Separado — quando o objeto de observação é a motivação das pessoas em uma determinada discussão de assuntos.

Segundo Dougiamas, (...) *não só trata a aprendizagem como uma atividade social, mas focaliza a atenção na aprendizagem que acontece enquanto construímos ativamente artefatos (como textos, por exemplo), para que outros os vejam ou utilizem*<sup>7</sup>.

O ambiente Moodle apresenta-se como um grande aliado ao acesso às tecnologias para a pessoa idosa. Para Azevedo, “*O idoso é testemunha viva da dissolução das antigas fronteiras e da conquista de novas tecnologias pelo mundo virtual da comunicação*”<sup>8</sup>.

---

<sup>7</sup> Encontrado em: [http://docs.moodle.org/pt/Hist%C3%B3ria\\_do\\_Moodle](http://docs.moodle.org/pt/Hist%C3%B3ria_do_Moodle) Acesso em 28 fev 2011 às 8h30.

<sup>8</sup> DIAS, Celina. *O velho no ciberespaço: sociabilização nos blogs de cidadãos acima de 60 anos*. 2009. 104 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica -SP, São Paulo, 2009.

Após essas considerações sobre espaços virtuais de ensino/aprendizagem em que se destacou o espaço AVA (Ambiente Virtual de Aprendizagem) na plataforma Moodle, podemos dizer dos conteúdos temáticos valorizados nesse espaço, envolvidos na presente pesquisa.

As questões mencionadas anteriormente — *qualidade de vida, cidadania, interação social e produtos e serviços* — podem ser estudadas, dentre outras, em um ambiente virtual ou ciberespaço, constituindo as categorias de análise que pautam a interpretação das respostas dadas pelos sujeitos de pesquisa selecionados para esta investigação de mestrado. Categorias que serão caracterizadas em suas implicações com a população idosa, adiante, no capítulo III.

No capítulo II, a seguir, tratarei de explicitar o que se entende por Educação a Distância na sua articulação com a inclusão digital de pessoas idosas.

## **Capítulo II – Educação a Distância (EAD)**

Segundo Moran (2009), falar de Educação a Distância (EAD) é referir-se a um grande escopo de aplicabilidade, entre elas, a educação continuada, o treinamento em serviço, a formação supletiva, a formação profissional, a qualificação docente, a especialização acadêmica, a complementação dos cursos presenciais. A nosso ver, isso significa falar especialmente de *ambiente virtual, de ensino/aprendizagem, de inclusão digital* e tantas outras coisas que nos remete à defesa da dignidade humana e da cidadania.

Ambiente virtual, ensino/aprendizagem, inclusão digital são temáticas que pretendem ser investigadas nessa dissertação de Mestrado em Gerontologia, porque se ligam à problemática da pessoa idosa confrontada ao acelerado avanço tecnológico dos últimos tempos.

Configura-se a EAD projeção inovadora das novas tecnologias, que surgiram no final do século XX e início do XXI — das quais trataremos no Capítulo III —, e que se tornaram imediatamente um tema de grande importância social, com ampla aplicabilidade e de abordagem em várias dimensões, com consequências em sua viabilidade e em sua inevitabilidade.

Inevitabilidade, porque não há como não aproveitar intensamente, na área da educação, as condições tecnológicas possibilitadas pela Internet, de que tratamos no Capítulo I, que fazem combinar o ensino presencial com o virtual.

Viabilidade, porque a educação *on line* possibilita que pessoas possam voltar a estudar sem sair de suas próprias casas, o que faz com que a continuidade nos estudos, ainda que em âmbito virtual, dissemine-se no núcleo familiar, podendo envolver pais e filhos, ao lado das pessoas idosas.

A EAD recebe de Moran (2009)<sup>9</sup> uma explicitação que mostra a mudança que ela sofreu no decorrer do tempo:

A educação a distância está se transformando, de uma modalidade complementar ou especial para situações específicas, em referência para uma mudança profunda na educação como um todo. É uma opção importante para aprender ao longo da vida, para a formação continuada, para aceleração profissional, para conciliar estudo e trabalho.

Verifica-se que a Educação a distância não se efetiva de forma tranquila na sociedade brasileira. Segundo Moran (2009),

Ainda há resistências e preconceitos e ainda estamos aprendendo a gerenciar processos complexos de EAD, mas aumenta a percepção de que um país do tamanho do Brasil só pode conseguir superar sua defasagem

---

<sup>9</sup> Moran, José Manuel. (2009). Propostas para melhorar nossa educação a distância. Encontrado em 20, outubro, 2010, em: <http://www.eca.usp.br/prof/moran/propostasead.htm>. [Texto baseado em: Moran, José Manuel. (2009). Modelos e avaliação do ensino superior a distância no Brasil. *Revista ETD-Educação Temática Digital da Unicamp*, 10(2).Campinas (SP).

educacional através do uso intensivo de tecnologias em rede, da flexibilização dos tempos e espaços de aprendizagem, da gestão integrada de modelos presenciais e digitais.

Moran (2009) também explicita consequências da EAD sobre o próprio processo educativo presencial. Nessa direção, ele diz:

A educação a distância está modificando todas as formas de ensino e aprendizagem, inclusive as presenciais, que utilizarão cada vez mais metodologias semi-presenciais, flexibilizando a necessidade de presença física, reorganizando os espaços e tempos, as mídias, as linguagens e os processos.

As palavras seguintes de Moran (2009) nos mostram as inúmeras possibilidades de atividades via EAD:

Há um crescimento gigantesco dos cursos por satélite com teleaulas ao vivo e um tutor ou monitor presencial por sala, em polos, mais apoio da Internet e de tutoria online. Essas instituições estão crescendo rapidamente chegando a dezenas de milhares de alunos rapidamente. É um modelo que mantém a figura do professor e a flexibilidade da auto-aprendizagem. Há cursos que combinam material impresso, CD/DVD e Internet. Há cursos para poucos e muitos alunos; cursos com menos ou mais encontros presenciais.

### **2.1. Ensino/aprendizagem a distância**

A EAD é referida, em termos mais específicos, como o processo de *ensino-aprendizagem a distância*, mediado por tecnologias, ligando professores e alunos que estão separados espacial e/ou temporalmente. Ou seja, um ensino/aprendizagem em que professores e alunos não estando juntos fisicamente - como ocorre via de regra em qualquer situação tradicional de ensino - estão, porém, conectados, interligados por tecnologias, principalmente as telemáticas, como a Internet. Quando também poderiam estar sendo utilizados outros meios como o correio, o rádio, a televisão, o vídeo, o CD-ROM, o telefone, o fax e tecnologias similares.

Pensando-se no ensino/aprendizagem a distância via Internet, pode-se conceber esse processo como um ambiente com recursos informáticos, visando facilitar o aprendizado pelos alunos, com a vantagem de prever operações simples,

facilmente adquiridas, para que qualquer pessoa, especialmente a pessoa idosa, com um mínimo de conhecimentos em informática, possa participar, por exemplo, de Fóruns, Listas de discussão, elaborar sua Agenda de Atividades, comunicar-se com amigos, parentes; enfim, participar de muitas atividades produtivas e promissoras *on line*, o que antes não lhe seria permitido.

É preciso que se tenha em conta, porém, no caso do ensino/aprendizagem a distância, aquilo a que os teóricos alertam: “(...) *que a tecnologia não pode ser tomada em si mesma como critério definidor do ato pedagógico que se quer instituir. Faz-se necessário explicitar a concepção de Educação que fundamenta o processo ensino-aprendizagem*”. (Carvalho, 2005: 39).

E além disso, explicitar o papel a ser exercido pelo professor – que não pode ser excluído de um processo educativo que se quer competente – assim como o do aluno que vai assumir uma nova postura diante do conhecimento.

A respeito do papel do professor no ensino/aprendizagem à distância, Moran (2010) explicita o perfil de um professor qualificado para esse processo educativo a distância:

Uma boa escola precisa de professores mediadores, vivos, criativos, experimentadores, presenciais e virtuais. De mestres menos falantes, e mais orientadores. Precisamos de uma escola que fomente redes de aprendizagem, entre professores e entre alunos. Onde todos possam aprender com os que estão perto e longe, conectados audiovisualmente. Aprender em qualquer tempo e qualquer lugar, de forma personalizada e, ao mesmo tempo, colaborativa.<sup>10</sup>

Diante da questão de como qualificar professores para atuarem na sistemática do ensino/aprendizagem a distância, Moran (2010) também faz propostas:

---

<sup>10</sup> Moran, José Manuel. A distância e o presencial cada vez mais próximos. [Entrevista publicada em Folha Dirigida: <http://ead.folhadirigida.com.br/?p=2343>, em 25 de maio de 2010]. Encontrado em 19 de outubro de 2010, em: <http://www.eca.usp.br/prof/moran/proximos.htm>.

O professor demora em torno de dois anos – numa pesquisa feita na França – para dominar as tecnologias e poder utilizá-las no seu planejamento e avaliação. Há um longo caminho de aprendizagem como usuário e depois como educador. O importante é começar com recursos simples – um blog, por exemplo – e ir tornando mais complexas as atividades, aos poucos, para que se sinta seguro de que faz sentido o que está se propondo...

Ainda sobre o papel do professor no processo de ensino/aprendizagem em EAD, Moran (2009) vai dizer que:

Na EAD o aluno poderia ter seu orientador (...). Esse orientador seria o principal interlocutor responsável pelo percurso do aluno, com ele definiria as disciplinas mais adequadas, as atividades mais pertinentes, os projetos mais relevantes(...) cursos mais síncronos e outros mais assíncronos, alguns com muita interação e outros com roteiros predeterminados, uns com mais momentos presenciais enquanto que outros acontecem na WEB. Essa flexibilidade de processos e modelos é fundamental para avançar mais...

Sobre o papel do aluno no ensino-aprendizagem a distância, esse aluno, concebido como um aprendiz-criativo, será também protagonista de uma aprendizagem flexível e compartilhada com seu orientador (o professor, agora visto também como um aprendiz). Ações de ensino/aprendizagem que nem mais precisarão se dar necessariamente entre as quatro paredes de uma sala de aula, mas em bibliotecas, pátios, ou outros espaços abertos de aprendizagem.

## **2.2 - Inclusão digital de pessoas idosas**

Os mitos que foram construídos sobre os velhos: que eles não aprendem, que não mudam, que são conservadores, estão caindo por terra. Portanto, os que envelhecem não podem e nem querem ser excluídos da luta pela construção de uma nova sociedade, uma vez que os sistemas que conhecemos não respondem adequadamente às exigências de um novo tempo.(...) (Medeiros, 2001:7)

Os dizeres acima justificam e estão em sintonia com o que propôs a Organização das Nações Unidas (ONU) para vencer mitos e crenças errôneas sobre os idosos, ao enfatizar, como fundamental à pessoa, o direito à informação e à comunicação, essenciais para o exercício da cidadania na longevidade.

A partir da década de 90 a comunicação contribuiu para a inclusão da pessoa idosa na sociedade, especialmente mediante a construção de novas identidades etárias. O Plano de Ação Internacional para o Envelhecimento, escrito na cidade de Madri (2002), provê o marco legal para incorporar a discussão sobre o envelhecimento da população no debate internacional em relação à implementação de políticas para responder ao desafio de construir uma sociedade para todas as idades. O Plano vela por um entorno propício e de apoio para as pessoas idosas, favorecendo o desenvolvimento da comunicação como primeiro direito humano.

Vimos surgir, desde então, a necessidade de elaboração de propostas e projetos atrelados à difusão do conhecimento, cujo acesso à informação deve servir como meio para favorecer uma sociedade inclusiva. A Internet permite a descoberta de novas e outras tantas possibilidades de agir e interagir com o outro, experimentar novos formatos de interação, se redescobrir como ser atuante de saberes no ciberespaço e no universo virtual. O espaço virtual pode potencializar o conhecimento de cada indivíduo e sua capacidade ou disponibilidade de, concretizar "em ato", sentimentos e interações sociais jamais vivenciadas.

Se por um lado o alto número de indivíduos idosos apresenta novas demandas para a sociedade que deve se preparar, em todos os níveis para essa realidade que está se instaurando; por outro lado, as pessoas que envelhecem, ou que já estão vivendo essa etapa da vida, estão cada vez mais empoderadas, e como tal buscam melhorar sua qualidade de vida. Uma das principais formas desse "empoderamento" é o conhecimento, que tem tido como referência as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs).

Não faz muito tempo eram comuns as seguintes perguntas: Como incluir o idoso na era digital? Quantos foram alfabetizados ou tiveram acesso a máquinas de escrever? Será que prefeririam deixar o computador para os netos? Acreditava-se que não.

A resposta, porém, tinha sido dada pelos próprios idosos, e que se consubstanciava na expressão de um idoso: *“Tenho medo do computador, parece um bicho-de-sete-cabeças”*. Atualmente o computador já é utilizado por uma grande parcela da população idosa. Claro que não se pode cair *“(…) noutra equívoco: supor que a informática é a ‘solução final’ para os problemas da humanidade, entendendo que, sem o computador, não é possível produzir uma existência coletiva digna”* (Cortella, 2005:106).

A pesquisa sobre o uso das Tecnologias da Informação e da Comunicação no Brasil,<sup>11</sup> desenvolvida pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil e concluída em 2007, traz dados que mostram um crescimento relativamente à posse de equipamentos e ao acesso à internet, de 17% e 13%, em 2005; 20% e 15% em 2006 e 24% e 17% em 2007, respectivamente. Entre a maioria dos novos usuários estão os idosos, o que nos faz perguntar se essa nova aquisição tecnológica e a aprendizagem de nova linguagem modificaram sua vida.

A pesquisa mostrou que, entre a maioria dos novos usuários da Internet, estão as pessoas idosas, o que levanta o questionamento se essa aquisição tecnológica de aprendizagem, que utiliza uma nova linguagem, é capaz realmente de trazer a melhoria da qualidade de vida para os idosos. Assim, a população idosa que ficou excluída do processo de inclusão tecnológica, está despontando hoje na busca por interação com outras pessoas, utilizando o computador e a Internet.

Começar a utilizar o computador é uma difícil tarefa para quem já passou dos 50 anos, pois não é simplesmente se apoderar de uma nova tecnologia, mas, pelo contrário, é começar do zero, quando se ouve a palavra “tecnologia de informação e comunicação”. Como a tecnologia não se restringe ao uso tão somente do computador e, sim, a tudo que diz respeito a aparelhos eletrônicos, ela acaba por se apresentar de maneira muito complexa para estas pessoas. Muito se diz sobre a inclusão digital e, conseqüentemente, a inserção na atualidade de pessoas idosas é o caminho correto para o empoderamento de novas tecnologias.

---

<sup>11</sup> Encontrado em 20 de outubro de 2010, em <http://www.cetic.br/>.

Como marco dessa tecnologia, podemos dizer que ela ocorreu na década de 90, no surgimento dos primeiros telefones celulares e caixas eletrônicos bancários. Víamos despontar um aparelho que permitia a conversação em qualquer local com outro telefone (fixo ou móvel), e ao mesmo tempo a redução de longas filas com o uso dos caixas eletrônicos bancários.

Na contramão desse avanço, as pessoas idosas ignoraram a chegada desses caixas eletrônicos e se dirigiam até o atendente, na boca do caixa, enfrentando longas filas por medo tanto da tecnologia quanto do não saber.

Nesta mesma época, os computadores pessoais começavam a ganhar cada vez mais espaço nas residências, tomando lugar dos aparelhos simples de rádios portáteis e, as pessoas idosas se viam diante de máquinas “assustadoras”, intocáveis e complicadas.

Para os maiores de 50 anos, iniciar um novo aprendizado era ir além do uso restrito da máquina, era assumir a necessidade de atualizar-se, de ir além de si mesmo, de vencer tanto as barreiras tecnológicas, quanto às do passado, um passado de aparelhos eletrônicos não tão complicados. Começava então um novo desafio: o de aprender a usar o computador.

Os filhos e os netos, em geral, foram os primeiros professores, mas logo se percebia que a escolha não tinha sido a melhor, pois estes “mestres” eleitos dominavam o computador para si e não para ensinar aos mais velhos. O preconceito era eminente ao julgar que “computador não era coisa para pessoa idosa”, fazia parte do presente, do futuro e não do “passado dos velhos”. Atualizar-se pra quê?

A partir daí dois novos caminhos se apresentaram ao idoso: desistir ou tentar aprender em alguma escola de informática. Muitos deles escolheram a primeira opção a de não aprender, de acreditarem que computador era “coisa” para jovem. Quantas e quantas vezes ouvimos: “Eu não quero saber de computador, eu não preciso disso”. Os idosos que escolheram a segunda opção enfrentaram a discriminação imposta pelos jovens nas salas de aula de cursos de informática particulares.

Para os novos usuários de computadores os objetivos buscados nas aulas estavam as seguintes premissas: manter a mente em atividade; vigiar-se pela não-acomodaçãõ; desvelar a si próprios novos mundos; vencer os obstáculos informáticos; e não estar alheios às novas tecnologias. Um depoimento de uma aluna idosa, que colhemos ao longo da experiência com o ensino de informática para pessoas idosas, ilustra estas premissas:

É gratificante participar da era digital, poder falar de igual para igual com os filhos e neto, perder o medo, ganhar familiarização com o computador e suas terminologias, ter mais confiança nas próprias ações de uso do computador, recuperar a auto-estima, dinamizar a memória e atualizar-me.

Vencida a primeira barreira a da informatização, nesse período de inclusão da pessoa idosa, observa-se que já não se torna tão difícil acessar a conta bancária, utilizando caixas eletrônicos, quiosques em supermercados, terminais para consulta de preços, entre tantos outros recursos computacionais que fazem parte hoje do nosso cotidiano.

Difícil até certo ponto foi levar o idoso a aceitar que, se ele pôde conviver de forma medianamente tranquila com as outras mudanças ocorridas no mundo, tais como: o rádio, a TV, o telégrafo, telefone etc. — algumas vezes, ignorando-as, outras vezes, deixando-se envolver por elas —, ele poderia também passar a se envolver com a informatização para que esta não precisasse ser sentida como “um bicho de sete cabeças”.

Entretanto, como promover a aproximação das pessoas idosas aos equipamentos das novas tecnologias? Segundo Kachar (2010: 144-145),

Em pesquisas (Kachar, 2006, 2009) sobre a interação da terceira idade com a informática, dentro de estruturas de ensino e aprendizagem adequadas e específicas ao perfil do aluno, mostram-se as possibilidades de desenvolvimento de habilidades para uso do computador.

A autora continua a explicitar como pode se dar a inserção dos idosos dentro das práticas informáticas, no fragmento a seguir:

As pessoas da terceira idade necessitam de um tempo maior e seguem um ritmo mais lento para aprender a manipular e assimilar os mecanismos de funcionamento desses artefatos (Kachar, 2003, 2009), seja para o uso pessoal e cotidiano ou em atividade profissional. Estes aparelhos nem sempre apresentam uma interface amigável ao universo e às características do idoso, considerando o tamanho e o tipo de fonte, o tamanho dos ícones, o contraste nas cores, assim como, o design de interação, onde este último necessitaria ser mais intuitivo (Moro, 2010). Desta forma, acaba ocorrendo uma subutilização desses recursos pelo público mais velho, que não se restringe aos celulares, mas aos diversos artefatos como os computadores que implicam na decodificação da linguagem digital. (Kachar, 2010: 136).

Concordamos com Kachar em grau, número e gênero, pois o aprendizado da pessoa idosa é de fato mais trabalhoso, porque esta pessoa não se contenta com explicações superficiais como os jovens, há uma necessidade de correlação entre outros equipamentos. Por exemplo, para ensinar o uso do *mouse*, fazemos a relação com um carrinho desgovernado que gira em todos os sentidos, então brincamos primeiro com o carrinho e depois esclarecemos que este mesmo carrinho é uma extensão de nossa mão, e por ele escolhemos o alvo de nosso desejo na tela do computador. É interessante salientar que as pessoas idosas tenham sido precursoras na tecnologia *touch screen*, pois por inúmeras vezes presenciamos os dedos ávidos tocarem a tela em substituição ao mouse.

Para um jovem, a tecnologia se impõe e, este, sem receios acessa os intermináveis botões de comando simplesmente por uma ação autônoma e livre de qualquer restrição. Para a pessoa idosa até mesmo a palavra botão deve ser re-construída para que ele entenda o conceito de botão no computador.

Mas, falando verdade, a *novidade* das novas tecnologias, que mudam a cada dia (novos celulares com internet, TV, os *ipods* etc.) não deixam de continuar sendo um obscuro objeto de desejo de muitos de nós... ainda que não os saibamos manipular, ainda que não possamos fazer uso de toda a sua embutida potencialidade.

Para a pessoa idosa, a realidade é outra bem diferente daquela dos mais jovens; usar das novas tecnologias passa a ser mesmo “um bicho de sete cabeças”, até que o computador e seus componentes similares possam ser “domados”. Esse fenômeno de “informatofobia” ou rejeição ao avanço tecnológico (Cortella, 2005:106), é um medo que pode gerar rejeição a

qualquer equipamento com botões e, em decorrência, ser bloqueador à exploração dos espaços virtuais da contemporaneidade.

Kachar (2010) explicita bem concretamente as formas de como se pode orientar os idosos para a inserção nas novas tecnologias:

Os cursos de inclusão digital [aos idosos] necessitam estar configurados de acordo com o perfil da população, com atendimento específico e, com turmas pequenas e de mesma faixa etária, para promover o acesso e a capacitação do uso destes recursos tecnológicos. Outra perspectiva é constituir espaços de alfabetização e letramento digital no currículo dos programas voltados para indivíduos de 45 anos ou mais, como as universidades abertas à maturidade(...) Devem ser respeitadas as condições de entendimento e interesse do público [idoso], com vistas à inclusão no contexto das evoluções tecnológicas, numa aproximação gradativa e progressiva com o universo digital que se dissemina em todos os setores da sociedade. (Kachar, 2010: 145).

Kachar (2010) indica, por fim, os desdobramentos da inclusão digital dos idosos:

Incluindo essa população [idosa] na dinâmica de transformação tecnológica, aumentando o grau de autonomia, constituindo novos projetos de vida na direção do exercício da cidadania e do bem-estar na maturidade. (Kachar, 2010: 145).

Conforme sugere Kachar, em novos projetos de vida, a partir da ideia de que os conhecimentos ora adquiridos podem e devem ser postos a serviço do bem-estar geral, da melhoria da qualidade de nossas condições de vida no dia a dia. Onde chegaremos com nossos idosos nas práticas internauticas, de sua inserção em um “ambiente virtual”, é o desafio que nos fica nesta empreitada de incluí-los na rede *on line*...

Tornar-se o domador, enxergar no equipamento um aparato tecnológico, desmistificar, ou simplesmente saber utilizá-lo propicia à pessoa idosa o empoderamento tecnológico e uma abertura para novos espaços virtuais, uma nova experiência outros desafios, como os ambientes virtuais de ensino/aprendizagem, como observamos nas expressões utilizadas pelos próprios idosos participantes do Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos.

### **Cap. III - Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos**

O planejamento, organização, desenvolvimento e implantação do curso à distância é um trabalho teórico e prático de desenvolvimento das fases de um projeto em EAD.

A partir dessa dinâmica é que o projeto do referido curso que foi planejado e implementado fez parte da presente pesquisa, onde eram previstos alguns encontros presenciais entre a pesquisadora e os alunos idosos, bem como todas as demais atividades com realização virtual, ou seja, segundo o que está estabelecido como EAD. Esse curso pertencia a um projeto de pesquisa mais amplo denominado de “Atenção à Saúde e à Qualidade de Vida dos Idosos”, financiado pelo CNPq e pela Fundação de Apoio à Pesquisa do Distrito Federal (FAP-DF), realizada em parceria entre a Universidade Católica de Brasília (UCB) e a Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

A “Qualidade de Vida”, que constitui um dos eixos norteadores da presente pesquisa, é expressão que vem sendo empregada com múltiplos significados, na área da saúde, mas com tendência mais significativa para se considerá-la como um reflexo das condições de saúde, denotadoras de seu impacto sobre a capacidade de um indivíduo viver plenamente. No âmbito pedagógico, configura-se a existência de espaços que permitem avanços conceituais muito particulares. Transcendendo os referenciais de qualidade da educação permanente, incorpora-se, às práticas pedagógicas, a possibilidade de qualificar dimensões relativas à saúde em suas várias facetas: a física, a emocional, a espiritual, a ambiental e a experiência de um convívio social fundamentado em crenças pessoais e valores condizentes com uma aprendizagem que se pode dizer como emancipatória, promotora da cidadania e da ética.

O curso - contemplado em nossa investigação de Mestrado em Gerontologia - destinou-se às pessoas idosas que já navegavam pela internet e que, usufruindo dos conhecimentos ora adquiridos no curso, fossem capazes de tomá-los para si, a fim de perceberem uma melhoria em sua qualidade de vida, a partir da reoperacionalização de tais informações.

O curso no formato de “Curso de Extensão” para Idosos, na modalidade de EAD, com ênfase na Qualidade de Vida, destinou-se a pessoas acima de 60 anos, usuárias da Internet, pôde oferecer uma base teórico-prática fundamental aos

principais mecanismos para o cuidado básico da saúde de uma pessoa idosa, que vão desde o reconhecimento de sintomas das principais doenças que podem lhe acometer, até noções de limpeza, higiene e cuidado com o corpo.

O curso propôs uma estrutura curricular capaz de propiciar às pessoas idosas a formação de competências no exercício de cuidados, atividades lúdicas e outras formas de aprendizagens que poderiam contribuir para o desenvolvimento das capacidades imprescindíveis à qualidade de vida, apostando numa ação educativa comprometida com a cidadania.

Ele foi desenvolvido em plataforma Moodle, um ambiente de aprendizagem a distância baseado em um *software* livre, desenvolvido desde sua criação por uma comunidade de centenas de programadores que constituem um grupo de suporte a usuários. Atualmente o Moodle reúne uma das maiores bases de usuários do mundo.

O ambiente Moodle apresenta em sua filosofia educacional o construtivismo, considerando-se que o conhecimento é construído na mente do estudante a partir dos saberes adquiridos em função de seu próprio interesse. O curso nesse ambiente é exclusivamente centrado no aluno e não no professor que funciona, não como fornecedor absoluto de conhecimentos, mas como um orientador de estudos interessantes à formação de seus alunos.

A partir de tais pressupostos, podemos afirmar que essa construção em rede de conhecimentos se dá pela articulação, por um lado, de uma colocação de questões-problema e, de outro, da hipotetização e da busca pessoal de cada aluno pelo encaminhamento de soluções possíveis, em uma construção de saberes solidária e em permanente avanço. Dizendo de outro modo: tem-se no professor o papel de mediador das relações entre a problematização de conhecimentos, a hipotetização e busca de suas soluções; e o aluno, como um aprendiz, cujo acesso ao saber se dá de forma muito autônoma, com liberdade suficiente para aplicar sua criatividade, contribuindo ativamente para a construção coletiva daqueles conhecimentos.

Kachar (2005) dá seu testemunho de como opera a construção de conhecimentos na internet, no caso de se ter como interactantes as pessoas idosas, cuja relação com a navegação virtual tem particularidades diferentes e exige, portanto, condições também específicas a essa faixa etária, conforme os dizeres da pesquisadora:

O processo de interação da terceira idade com o computador, num ambiente educacional especialmente preparado para promover suas potencialidades, aparece nesta temática como fundamental. Podem-se utilizar estratégias pedagógicas específicas para que o idoso possa alfabetizar-se com a nova linguagem e dominar os recursos básicos da tecnologia. O estudo revela que o interesse da terceira idade pela Informática está vinculado à necessidade de atualizar-se e incluir-se na sociedade. O recurso tecnológico apresenta-se como um desafio que, sendo conquistado, demonstra a capacidade de aprender do idoso e o seu universo subjetivo refletido nas suas interações com outras pessoas. A pesquisa quer destacar as transformações do aprendiz, envolvido com o exercício de cidadania de reconstruir uma nova imagem social.<sup>12</sup>

Para o desenvolvimento de uma tecnologia adaptada à realidade dos idosos, a que se intitulou *Ambiente Virtual de Aprendizagem*, com um estudo sobre a qualidade de vida desses idosos ligada ao uso da Internet, foi preciso em primeiro lugar realizar um diagnóstico, por meio do qual se pretendeu conhecer as necessidades e interesses de tal população. Em uma primeira etapa foram abordadas 128 pessoas idosas que já faziam uso do computador, da Internet e de outras tecnologias que podiam ser identificadas como aprendizagem (64 sujeitos do DF e 64, de SP). Nessa primeira fase foram utilizados questionários semi-estruturados, a fim de se conhecer a utilização da Internet que permitisse viabilizar a construção de um *Ambiente Virtual de Aprendizagem* (AVA).

A aplicação do questionário (Anexo I), ocorreu no período de julho de 2008 a fevereiro de 2009. Os sujeitos foram escolhidos via convite pessoal, enviado por e-mail, em diversas formas de chamada: (i) visitas domiciliares a idosos que mantêm vínculos com os Programas de Mestrado de Gerontologia em São Paulo e em Brasília; (ii) fixação de cartazes nas rampas de acesso da PUC-SP e UCB (Apêndice I); (iii) convites verbais para os alunos do Curso de Informática do Centro de Referência do Idoso; (iv) para alunos da Faculdade Aberta para a Terceira Idade, estes dois últimos oriundos da vizinha São Bernardo do Campo; (v) outros foram contatados via rede social das pesquisadoras; (vi) outros ainda via sala de bate-papo UOL, que congrega um grupo de idosos que se encontram pessoalmente a cada três meses na Casa de Bailes Carinhoso, na cidade de São Paulo. Neste último endereço, estivemos pessoalmente presente, quando aplicou-se o questionário àqueles que manifestaram interesse em participar (Apêndice II). Foi criado um convite virtual (Apêndice III) enviado por *mailing* dos

---

<sup>12</sup> Fonte: [HTTP://www.portaldoenvelhecimento.net/pforum/ewe3.htm](http://www.portaldoenvelhecimento.net/pforum/ewe3.htm). Acesso em 15 de julho de 2009.

serviços [www.yahoo.com.br](http://www.yahoo.com.br), [www.hotmail.com](http://www.hotmail.com) e [www.gmail.com](http://www.gmail.com). A este convite, alguns responderam e marcaram local e data para encontro e aplicação do questionário, o que ocorreu para alguns no Centro de Referência de São Bernardo do Campo e para outros na residência dos próprios interessados. Em Brasília (DF), sob a orientação do prof. Dr. Vicente Paulo Alves, a aluna de Mestrado em Gerontologia, Maria Aparecida Santana, utilizou o convite (Apêndice IV), aplicou o mesmo questionário, com os mesmos critérios, cujos resultados tornou-se uma dissertação de Mestrado com o título “O idoso e a internet: uma relação possível”, defendida em abril de 2010.

A proposta da pesquisa também foi apresentada em um evento intitulado “Tecnologias”, pelo Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento (NEPE/PUC-SP), a fim de captar outros participantes interessados na pesquisa, utilizando-se em todas as aplicações o modelo anexo de Questionário (Apêndice V) e do Convites inicial (Apêndice VI).

No total, 128 pessoas idosas, de 60 a 89 anos (85 mulheres e 43 homens) usuários da Internet, para responder ao questionário que levantou as necessidades e interesses desses sujeitos de pesquisa em relação ao uso da Internet.

O tratamento dos dados e respectivas análises estatísticas foram realizados com o auxílio do software Excel e depois interpretados segundo as categorias de análise levantadas.

Dos entrevistados, observamos que as 85 mulheres e os 43 homens (95%) acessam o computador de suas casas, contra apenas 7 que o acessam de Lan House. Do total, 65% estavam entre 60 e 69 anos, 23% na faixa de 70 a 79 anos e 12% entre 80 e 89 anos. Em relação ao grau de escolaridade, 38% tinham o 2º grau completo, 32%, superior completo, 13% Pós-Graduação. Apenas 2% tinham pré-primário e 5%, primário. Em relação ao estado civil, 48% eram casados, 30% viúvos, 12% separados, 7% solteiros e 3% divorciados. A maioria vive com a família: com cônjuge e filhos 26%; só com o cônjuge, 25%. Dos entrevistados, 27% moram sozinhos, 19% com filhos(as) e 3% com outros parentes.

Do total de participantes, 86 eram provedores da família. Em relação à renda familiar, 39% recebiam de R\$ 1.000,00 a R\$ 2.000,00, 31% mais de R\$4.000,00 e 23% de R\$ 2.000,00 a R\$ 4.000,00. Apenas 9% deles responderam que recebiam de R\$500,00 a R\$1000,00 e 3%, menos de R\$ 500,00. Dos 128 entrevistados, 29% recebiam aposentadoria no valor de R\$ 1.000,00 a R\$ 2.000,00 mensais, 20%, de R\$ 500,00 a R\$ 1.000,00 e 18% disseram não receber aposentadoria.

As respostas obtidas na primeira etapa da pesquisa nos permitiram classificá-las em quatro blocos temáticos: a) Cidadania; b) Interação Social; c) Qualidade de Vida; e d) Produtos e Serviços, os quais orientaram os conteúdos do Curso a serem trabalhados virtualmente.

Na temática Cidadania, foram agrupados temas como: inclusão e exclusão digital-social; educação continuada; mercado de trabalho; expressão pessoal; necessidades digitais. Na temática Qualidade de vida, incluíram-se temas como: a qualidade de vida propriamente dita com o uso da Internet; mudanças físicas; saúde psicológica; capacidade de aprendizagem; trabalho. Em Interação Social, os temas agrupados foram: mostrar-se ao outro; relações familiares, amorosas e sociais; lazer; ampliação da sociabilidade. Em Produtos e Serviços agrupou-se a temática da Internet como ferramenta de busca e utilização de seus recursos; acesso a contas bancárias, compras e cursos.

### **3.1 – Em busca dos sujeitos**

Em maio de 2009 iniciamos o recrutamento de candidatos ao curso virtual. Na cidade de São Paulo, encarregou-se disso a pesquisadora Gisnelli Bataglia Mincache e, em Brasília, a mestrande Maria Aparecida Santana, sob orientação do Prof. Dr. Vicente Paulo Alves. Ao final do recrutamento, chegou-se a um total de 33 sujeitos, das seguintes procedências do Brasil (estados de São Paulo, Distrito Federal, Minas Gerais, Espírito Santo, Pará, Rio de Janeiro) e da Argentina. As exigências para a participação no curso foram: ter idade igual ou superior a 60 anos; ter computador com conexão Banda Larga e sistema operacional Windows a partir da versão 98; e ter disponibilidade de acesso à Internet com horário marcado.

Convites não-formais também foram enviados aos contatos de um serviço de correio utilizado pelas pesquisadoras somente para alunos (Anexo VIII). Após o envio, tímidos retornos começaram a surgir em relação a indagações sobre o curso virtual, o que ele seria e como iria acontecer. Depois, as respostas passaram a serem sobre distâncias territoriais, instruções

para formas de acesso, ter MSN que era uma das exigências, e até escolaridade. Tanto em Brasília como em São Paulo, na ocasião foi enviado por *mailing* das pesquisadoras, um texto explicativo sobre o curso:

Trata-se de pesquisa científica promovida pela Universidade Católica de Brasília, sobre Ambiente Virtual. Na 1ª etapa aplicou-se questionário com 29 questões sobre Internet em 60 idosos de SP e 60 de Brasília. A partir dessas respostas foi elaborado um curso em Ambiente Virtual de Aprendizagem, que terá apenas idosos, que tratará de 4 temáticas: Qualidade de vida, Interação social, Cidadania e Produtos e Serviços. O curso terá duração de 2 meses, sendo que o aluno deverá dedicar-se 6 horas semanais, de acordo com seus horários. No final de cada módulo haverá um encontro em MSN para discussão com o professor de Brasília. O curso foi desenvolvido em ambiente MOODLE. Recebi seu endereço eletrônico como indicação de uma pessoa conhecida, por se enquadrar ao perfil solicitado. Obrigada e aguardo seu contato.

Transcrevemos abaixo algumas mensagens recebidas por e-mail:

Olá,

Meu nome é Armando, tenho 63 anos e fiquei interessado em participar da pesquisa, porém não sei navegar na internet, só ver e-mail e não uso MSM, tem algum problema?

Aguardo contato.

Atenciosamente, Armando Martins.

Este candidato apresentava-nos sua inexperiência na utilização da Internet, ao navegar *on line* ao utilizar o MSN; porém, bastaram alguns telefonemas instrutivos e ele pôde participar normalmente do curso, embora não tenhamos chegado a conhecê-lo pessoalmente.

Olá, tomei conhecimento do curso e estou interessada em participar.

Meu nome: Maria do Carmo Vilela

66 anos.

ata pela atenção.

Esta candidata foi bastante decidida, não apresentando nenhum questionamento.

Oi, só vi este e-mail hoje. Ainda precisa de voluntários? Precisam residir em SP, Capital?

Abraços!

*Leonardo*

Vô, tudo bem?

Pode colaborar com uma pesquisa? É sobre usuários da Internet na maturidade. O nome da pesquisadora é Gisnelli. Ela é da Universidade Católica de Brasília e colega de uma ex-professora minha.

Estou mandando isso para vocês porque, pelo que vejo, você usa bastante Internet, Orkut e MSN. Se esse não for o caso, não tem como participar da pesquisa. Me avise.

Preenchendo a ficha em anexo, reenvie-a para gisnelli@gmail.com, por favor. E acredito que, em breve, ela deve entrar em contato com você por e-mail.

Brigadão!

Leco.

Alguns contatos foram feitos por netos, via telefone, após enviados aos avós. É importante lembrar que houve a procura pelo curso por pessoas com idade inferior a 60 anos, mas que não foram aceitas, por ser um dos critérios previamente definidos.

Ex-alunos do Centro de Referência do Idoso em SBC, já usuários da Internet, também foram convidados por nós pessoalmente, por telefone e por e-mail. Candidatos de outros estados começaram a contatar-nos, manifestando interesse em participar do curso, inclusive uma pessoa do exterior.

Após esse primeiro contato, os idosos preencheram a ficha de inscrição (Apêndice VIII). Encontros presenciais foram agendados no Centro de Referência do Idoso com os candidatos de São Bernardo do Campo e para os alunos, cujo contato se dava virtualmente, foram enviadas fichas por e-mail. O mesmo ocorreu com os alunos que se mostraram interessados em

Brasília. Alguns destes alunos não sabiam baixar e preencher a Ficha de Inscrição em formato PDF (® Adobe); então, para estes, foi encaminhado em formato de texto corrido.

Foi iniciada uma contagem real dos inscritos e, a partir daí, uma pré-organização cadastral com a utilização do Programa Excel (® MS). No total, foram 41 inscritos, sendo que 33 iniciaram o curso, dos que foram contatados pela equipe de São Paulo e Brasília. Acreditamos que a desistência de alguns tenha ocorrido pelo fato de ser esta aplicação de questionários próxima ao mês de julho, mês de férias escolares, período em que algumas pessoas idosas viajam com familiares. No período de 01 a 20 de junho foi iniciado o processo de digitalização das fichas a serem enviadas para Brasília para seleção, aprovação e inserção na Plataforma Moodle pelo suporte técnico da Universidade Católica Brasília Virtual.

O curso apresentou em sua estrutura dois encontros presenciais, antes e depois, para aplicação dos instrumentos validados, denominados de WHOQOL-OLD e WHOQOL-BREF (Anexo II), aplicados simultaneamente em São Paulo e Brasília.

Na primeira quinzena de junho as pesquisadoras receberam do setor de suporte técnico, a senha e o login de aluno especial para testar e conhecer o ambiente. Em seguida, todos os logins e senhas de acesso de cada aluno inscrito foram enviados via e-mail e confirmado o recebimento via e-mail ou telefone.

No 1º Encontro Presencial aplicaram-se os instrumentos validados WHOQOL-OLD e WHOQOL-BREF. Para os alunos cujos contatos foram apenas virtualmente, o instrumento foi enviado e recebido via correio.

Para aplicação do instrumento e apresentação do Ambiente Virtual de Aprendizagem, explicou-se o acesso, o preenchimento do perfil, e a entrega do Plano de Ensino (Anexo IX). Foram necessários os dois formatos de Encontro, pois o curso tinha alunos em outros estados e em outro país. Os alunos que foram convidados pela equipe de Brasília, realizaram seus encontros presenciais ou receberam informações por e-mail eletrônico. Para os alunos de São Bernardo do Campo foram disponibilizadas as opções de Encontro Presencial conforme mensagem abaixo:

Boa noite, querido aluno virtual,  
Nosso curso vai começar; então estarei no endereço abaixo na quinta, 25/6, das 12h00 até as 17h00h, para nosso 1º encontro presencial, quando irei apresentar o ambiente virtual, dar informações sobre usuário e senha e irei aplicar o questionário; então peço a todos que confirmem sua presença.  
Para quem não puder comparecer, estarei também no MSN amanhã a partir das 9h. Aguardo, iremos fazer somente uma apresentação, pois o curso terá início em agosto.

Aos alunos de São Paulo, foi enviada a seguinte mensagem de e-mail:

Boa noite, queridos alunos virtuais,  
Nosso curso vai começar! Estarei na PUC-SP na quarta, 24/6, o dia todo à espera de vocês para nosso 1º Encontro Presencial. Irei apresentar o ambiente virtual, entregarei a senha e aplicarei o questionário. Então peço a todos que confirmem o horário que irão, liguem amanhã para mim.  
Os dois aparelhos de telefone estarão comigo, caso não encontrem o NEPE.

Aos alunos de outros estados foi enviado o seguinte roteiro:

INTRUÇÕES DE ACESSO: [www.catolicavirtual.br](http://www.catolicavirtual.br)  
Clique do lado direito da tela em: AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM  
Clique no campo MATRÍCULA e digite: id.aluno    SENHA: 1111  
Clique no botão: ACESSO  
Do lado esquerdo da tela clique em PERFIL  
Depois clique em: EDITAR PERFIL  
Preencha com suas informações.  
Volte à tela e clique no link "Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos"  
Clique em: FÓRUM DE APRESENTAÇÃO PESSOAL  
Clique em RESPONDER. Abaixo e a direita da foto do Prof. Vicente. Role a tela até o final e responda no FÓRUM.

Os alunos chegaram para os encontros presenciais em número de dois ou três, sendo possível atendê-los no mesmo horário. Muitos não se conheciam e eram apresentados pelas pesquisadoras. Foi um primeiro contato bastante tímido, sem muito diálogo, notoriamente com alguns receios.

Ao final do preenchimento do questionário, o Plano de Ensino foi apresentado, objetivando uma leitura individual. Tratava-se tão somente de uma apresentação estrutural do curso, quando o aluno observava a clareza das informações, a coerência das atividades propostas, o tempo previsto para as mesmas, juntamente com o roteiro simples para o acesso, contendo o login e a senha. A partir dessa leitura, o aluno recebeu orientações para o primeiro acesso, como deveria navegar, apropriar-se do conteúdo, dedicar-se de 4 ou 6 horas semanais, entrar no curso na hora que quisesse, responder ao Fórum e participar do chat.

Para o primeiro acesso em conexão, os alunos deveriam alterar a senha, preencher o Perfil, e inserir sua foto. Houve o esclarecimento de que os conteúdos estariam disponíveis a partir da semana seguinte no início do *Fórum de Apresentação*, como acessariam o conteúdo, e como responderiam às perguntas no Fórum. Para isso constava no Fórum de Apresentação um item denominado: “Boas Vindas”, utilizado para o treinamento da ferramenta e uma aproximação, pois as fotos estariam visíveis e seria menos fria a apresentação de cada um.

Mesmo com o conhecimento da Internet, alguns alunos sentiram necessidade de um segundo encontro presencial com as pesquisadoras para o acesso, pois se sentiram inseguros. Tratava-se de um ambiente completamente novo para eles.

Apresentamos a seguir o curso tal qual ocorreu, transpondo da tela para o papel:

- ◆ Telas de apresentação do curso, seguido do Fórum de apresentação, com a apresentação de todos os alunos.
- ◆ Telas do Fórum Cidadania; Fórum, Chats e observações;
- ◆ Telas do Fórum Qualidade de Vida; Fórum, Chats e observações;
- ◆ Telas do Fórum Interação Social; Fórum, Chats e observações;
- ◆ Telas do Fórum Produtos e Serviços; Fórum, Chats e observações;



### 3.2 - O Curso

O curso foi coordenado pelo Professor Dr. Vicente Paulo Alves. Os módulos “Cidadania” e “Qualidade de Vida” estiveram sob a monitoria do Coordenador. Os módulos “Interação Social” e “Produtos e Serviços”, de responsabilidade da mestrandia Gisnelli Bataglia Mincache. Em todos os módulos houve a participação tanto da mestrandia quanto do coordenador.

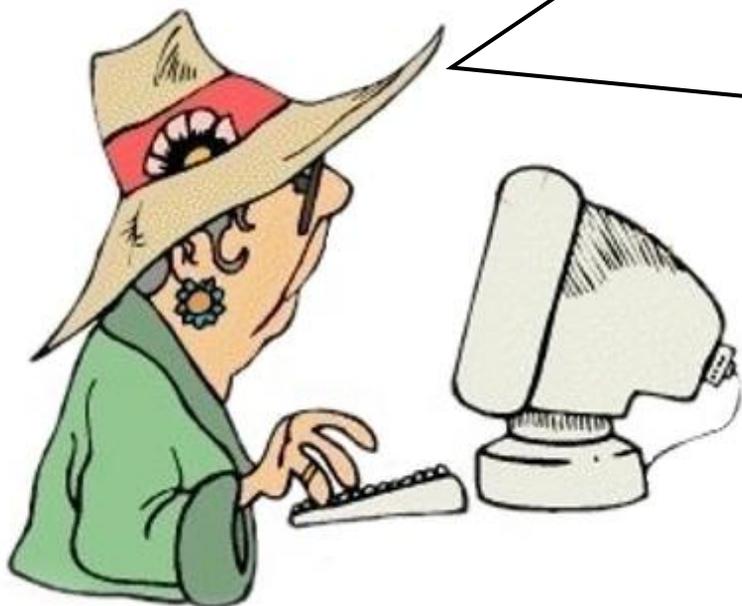
O conteúdo do curso contempla os interesses e preocupações mais frequentes das pessoas idosas, com ênfase para a qualidade de vida, a interação social, a cidadania, a defesa dos seus direitos e o acesso a bens e serviços públicos verificados na primeira etapa da pesquisa.

Após a análise dessa primeira etapa, houve a preparação técnica dos conteúdos do “Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos” na Plataforma MOODLE e a apresentação da Sala de Aula virtual. O curso teve início em 11 de julho de 2009 e término em 15 de setembro de 2009.

Para acesso ao conteúdo o aluno deveria entrar no site; apropriar-se do conteúdo da semana; navegar pelos sites indicados; responder às questões do fórum; opinar sobre as respostas dos colegas e participar dos Chat's.

Houve a apresentação de aproximadamente 35 alunos, mas após este primeiro Fórum alguns alunos desistiram do curso por inúmeras razões. Frequentaram o curso efetivamente 33 alunos, sendo 21 mulheres e 13 homens.

## O COMEÇO? PARTE I



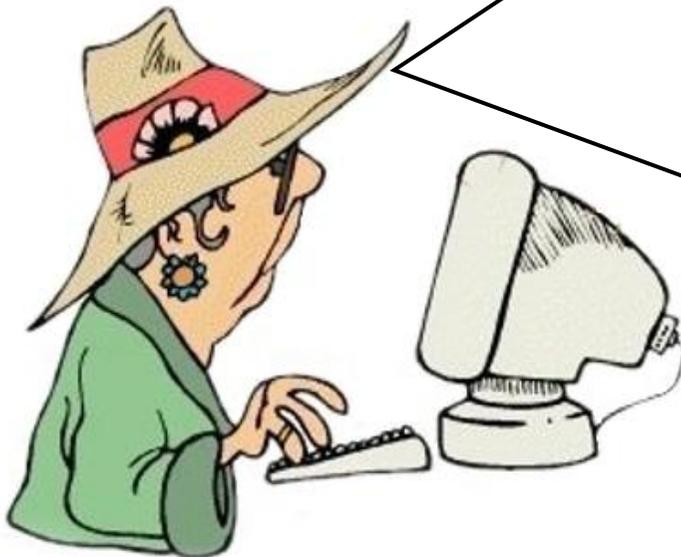
### Então...vamos começar:

1. Preciso ligar o computador, (bicho-de-sete-cabeças), será que consigo, dominar!?
2. Agora preciso entrar na Internet...mundo virtual... navegar...navegar! Consegui! Domínio do Ambiente virtual!
3. Agora preciso digitar aquele endereço do site da Católica Virtual, como faço mesmo? Ah! lembrei: clicar na barra de endereços e digitar: [www.catolicavirtual.br](http://www.catolicavirtual.br) já entendo bem a diferença de www e @.
4. Agora deixa ver...hummmm! Ah! claro, devo clicar em Ambiente Virtual de Aprendizagem



5. Ok...até aqui tudo está certo....estou conseguindo! Nem precisei chamar alguém!

## O COMEÇO? PARTE II



6. Bem, agora é aquela tela que devo colocar meu nome e minha senha, vamos ver:

A screenshot of the UCB Virtual login page. The header shows the logo of Universidade Católica de Brasília - UCB Virtual and the website address www.catolicavirtual.br. Below the header, there is a navigation menu with 'UCB Virtual' and 'Acesso ao site'. A language dropdown menu is set to 'Português - Brasil (pt\_br)'. The main content area contains a welcome message for students, a note about the new academic system, and a login form with fields for 'Matrícula:' and 'Senha:', and an 'Acesso' button. There is also a message indicating a session timeout.

7. Me lembro bem...ID, é identificador, a identidade, o login, o usuário. Nossa! como já conheço várias expressões! Mas confesso estou um pouco ansiosa!
8. Entrei!! Consegui!!! Sozinha!! Ai!!! e gora o que devo fazer? Calma, deixa me concentrar na tela...eu sei o que devo fazer, só um minuto, já encontro...ah! sim aqui está!
9. Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos! Consegui!!!!
10. Agora é só clicar no Conteúdo Cidadania e me APROPRIAR dele...depois responder o Fórum e participar do Chat! Será que consigo? Vou pensar nisto depois.!!



#### Menu Principal - Main Menu

[Página Inicial - Home](#)

[Perfil - Profile](#)

[Tutoriais - Tutorials Moodle](#)

#### Mensagens

Não há mensagens pendentes

[Mensagens...](#)

**Em posse do ID e  
senha os alunos  
entraram e se  
apresentaram no  
Forum de  
Apresentação,  
orientados pelo  
roteiro do primeiro  
acesso.**

## Tela inicial do curso

### Minhas disciplinas

Curso avançado de aquisição de novas  
linguagens e navegação para idosos

Professor: Maria Aparecida Santana  
Professor: Gisnelli Bataglia Mincache  
Professor: VICENTE PAULO ALVES

Olá, alunos e alunas,

é com muita alegria que lhes comunico que amanhã iniciaremos nosso curso!!!! Depois de um **mês nos conhecendo** no Fórum de Boas Vindas e Apresentação, agora já que estamos mais entrosados, podemos trocar experiências e vivências, a partir da leitura do conteúdo "**Cidadania**". Observem o que está em nosso "Plano de Ensino e Cronograma": **a leitura (e o estudo) do conteúdo "Cidadania" começa no dia 1º de agosto e vai até o dia 15 de agosto**, porque logo depois começa o segundo conteúdo. E durante esse período, enquanto lemos, estamos debatendo o tema estudado. Veja no Quadro "Fórum" o que está sendo pedindo em nosso debate para esse 1º Fórum de Discussão.

Ao mesmo tempo, para ajudar e fortalecer nosso ânimo, estou marcando novamente 2 horários diferentes de **chats** para a próxima semana:

#### Calendário

agosto 2009

Dom	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

#### Minhas disciplinas

Curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação para idosos



## Tela inicial de acesso aos conteúdos e ambientes do curso

Ativar edição

### Menu Principal - Main Menu

[Página Inicial - Home](#)

[Perfil - Profile](#)

[Tutoriais - Tutorials Moodle](#)

Olá, alunos e alunas,

é com muita alegria que lhes comunico que amanhã iniciaremos nosso curso!!!! Depois de um **mês nos conhecendo** no Fórum de Boas Vindas e Apresentação, agora já que estamos mais entrosados, podemos trocar experiências e vivências, a partir da leitura do conteúdo "**Cidadania**". Observem o que está em nosso "Plano de Ensino e Cronograma": **a leitura (e o estudo) do conteúdo**

### Programação

#### Conteúdo da UEA

- Curso "Cidadania"
- Curso "Qualidade de Vida"

1

#### Materiais Complementares

- Plano de Ensino e Cronograma do Curso
- Você sabe enviar mensagem eletrônica corretamente?

2

#### Fóruns de Discussão

- Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso
- 1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania"
- 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"

3

#### Chats

- Sala Livre para utilização dos(as) alunos(as)

4

#### Envio de Atividades

### Calendário

agosto 2009

Dom	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

### Seleção de Eventos

- Global
- Curso
- Grupo
- Usuário

### E-mail

- Criar E-mail
- Histórico

### Interesses

cinema esporte ESPORTES filmes  
Futebol gastronomia leitura música  
teatro Viagens



Menu Principal - Main Menu

### Fórum de Apresentação Pessoal

A partir da entrada o aluno deveria clicar em Curso avançado de aquisição de novas

linguagens e navegação para idosos, onde o professor-tutor faz uma chamada para que todos se apresentem e escrevam o que mais acharem interessante sobre sua vida.

Início Fórum: 11 de julho de 2009

Fórum de  
Apresentação  
Pessoal antes do  
início do curso  
por VICENTE PAULO  
ALVES - quinta, 25  
junho 2009, 10:34

Boas Vindas a todos(as)ao nosso Fórum de Apresentação Curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação para idosos! Esse Fórum serve de exercício para o uso do "fórum" até iniciarmos o 1º Fórum de Discussão, que abriremos nas próximas semanas e que discutirá os dois primeiros assuntos do curso. Por favor, se apresentem, colocando seu nome, sua formação, sua experiência de vida (pessoal e/ou profissional), seus hobbies ou comida preferida, ou qualquer outra informação que nos ajude a conhecer você.

Editar | Apagar | Responder

A primeira apresentação foi do Coordenador do curso professor Vicente Paulo Alves, que falou de sua formação, atuação profissional e atividades e lazer. Após isso os candidatos começaram a participar do Fórum, apresentando-se com seus nomes reais, autorizando os mesmos, bem como suas imagens, na divulgação da pesquisa. A pesquisadora se apresentou ocorreu mais tarde, após a apresentação de alguns membros do curso.

Alguns alunos de São Bernardo do Campo solicitaram auxílio da pesquisadora para o primeiro Fórum. Os encontros foram acompanhados presencialmente sem intervenção da pesquisadora. A mesma acompanhou o roteiro apresentado no 1º encontro. A seguir, houve o preenchimento das informações.



## Fórum de Apresentação – 30 alunos



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por VICENTE PAULO ALVES - sábado, 11 julho 2009, 16:43

Eu vou ser o primeiro a me apresentar: Eu sou o Prof. Vicente Paulo Alves, professor no Mestrado de Gerontologia da Universidade Católica de Brasília (UCB) e responsável por esta pesquisa, que quer abrir o mundo da Educação a Distância (EAD) para as pessoas que buscam melhorar e conhecer ainda mais a vida! Sou também professor no curso de Filosofia da mesma UCB e coordeno o curso de pós-graduação em Ensino Religioso em EAD. Cursei Filosofia e Teologia na graduação e fiz o Mestrado em Teologia Dogmática na Gregoriana de Roma. Há três anos terminei o Doutorado em Ciências da Religião pela Universidade Metodista de São Paulo.

Meus hobbies e preferências são por viagens, conhecer novas pessoas, ver um bom filme (com a família ao lado e um saco de pipocas). Gosto de músicas clássicas e músicas românticas que tenham letra. Além disso, gosto de fazer caminhada e exercícios físicos. Creio que por enquanto é só. Ao longo do curso, vamos nos conhecendo melhor!

Prof. Vicente

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por Josefina Roldan - sexta, 26 junho 2009, 15:30

grande prazer de mim lhe conhecer gostaria trocar ideas sob a problematica dos idoso acho o mesmo em todos os paises do mundo tenho meu point of view personal quevou explica-lo de ser possivel no congresso de novembro em sao paulo mira euc ontestei uma larga explicacao com meu perfil argentina 83 anos meu nome josefina roldan tenho mail e se deseja chatear chocharoldan@hotmail.com meu mssngr chocharoldan@yahoo.com.ar meu mail , estudo gosto de fazer novas amizades e falar filosofia psicologia. problematica da vida moderna desculpa meu portugues escrito nao e muito bom mais espero que vc possa entende-lo espero suas noticiass

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por Marlene Grisoldi de Carvalho - terça, 30 junho 2009, 22:53

Sou Marlene Gisoldi de Carvalho, sou formada em Letras Pela Fundação ABC--Sto André desde 1977. Trabalhei como bancária no extinto Banespa e, hoje estou aposentada. Aproveito e tempo livre que tenho agora para viajar, fazer todos os cursos pelos quais me interesso e navegar na internet.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por Romeu Costa e Silva - quarta, 8 julho 2009, 01:05

Caros colegas de curso, Eu os saúdo, desejando a todos os participantes o máximo proveito. Digo-lhes que somente agora estou tendo a oportunidade de começar a me familiarizar com o computador e interagir com outras pessoas. Digo-lhes ainda que sou muito lento na digitação, pois em consequência de um A.V.C que sofri em 2001 fiquei com sequelas motoras no lado esquerdo. Assim, digito usando somente a mão direita. Portanto, peço-lhes um pouco de paciência comigo. Eu estou aposentado, vivo com minha esposa que é maravilhosa e paciente comigo. Tenho 3 filhas lindas e maravilhosas, que sempre estão ao meu lado. Infelizmente, não posso mais trabalhar. Fui vendedor viajante por 30 anos. Gosto muito de ler. Tenho sempre muitos livros comigo. Gosto de viajar quando tenho oportunidade, principalmente para hotéis fazenda, praias, Caldas Novas (águas quentes), para Belo Horizonte e para minha terra, Pará de Minas, para rever os parentes.

Bem, até breve pessoal, boa sorte e bom proveito a todos! São os meus sinceros desejos!

Abraços, Romeu

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por Tato Fischer - quarta, 8 julho 2009, 11:07

Olá a Todos! EU SOU Tato Fischer, músico, compositor e cantor, pianista. Fiquei interessado neste fórum estou engatinhando nele. Demorei alguns dias pra conseguir entrar, apesar de todo o esforço da Gisnelli, nossa mestra, mas aqui estou. Li as mensagens todas postadas e fiquei muito feliz ao saber da diversidade de gente que temos por aqui. E tanta coisa em comum! Apesar de estar chegando, já faço um convite: trabalho com dois grupos vocais no ABC paulista que adorarão receber os interessados em brincar de cantar um pouquinho: As AMÍDALAS CANTANTES, em Santo André, e o Grupo Vocal da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil), em São Bernardo do Campo. Às ordens. Aos poucos vou contando mais e conhecendo-os mais! Beijo e Luz, Tato  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Boas Vindas e Apresentação Pessoal  
por Maria Vilani de Carvalho - quinta, 9 julho 2009, 21:19

Sou Maria Vilani de Carvalho, estudei mas não me formei em nem uma área sou apenas do lar. Mas gosto de conviver c/ pessoas bem informadas p/melhorar meus conhecimentos. Faço hidroginástica, caminhada. Participo de um grupo de terceira idade, adoro passear. Curto muito minha família, tv só programas contrutivos e informativos que são raros. Procuro aproveitar bem meu tempo, por isso gostaria de fazer este curso p/ aprender um pouco mais.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Gisnelli Bataglia Mincache - segunda, 20 julho 2009, 19:02

Olá pessoas, estou muito feliz em participar deste projeto e também conhecer novos amigos. Sou professora de informática para idosos há 9 anos, formada em Tecnologia da Informação, especialista em TICs em Educação, e mestranda em Gerontologia. Neta de italiano com cara de índia, adoro espagete a bolonhesa regado de um bom vinho....kkkk. Gosto de ler, tenho algumas coleções e SOU APAIXONADA pelos meus alunos...  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maria Isabel Mendes Silva - quinta, 25 junho 2009, 10:40

Sou Maria Izabel Colamarino, educadora aposentada na área da Educação Pública Municipal. Após minha aposentadoria iniciei estudos na área das terapias alternativas, hoje trabalho como Terapeuta Holístico. Gosto de estudar, ler, música, cristais, plantas e gente. Tenho sete netas, com quem aprendo muito. Envio um grande abraço aos mestres e aos colegas. Obs. já havia enviado uma apresentação, porém creio que não soube enviá-la corretamente, então não apareceu.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Arlette Xavier Fenner - terça, 30 junho 2009, 16:29

Assim como você estou feliz em participar do AVA. Sou brasileira, tenho 74 anos, aposentei-me em 1993, porém, continuei trabalhando até 2005. Sou Técnica em Contabilidade, falo inglês e trabalhei como Secretária executiva bilingue durante cerca de 28 anos. Amava muito o que fazia. Procuo ocupar bem o meu tempo entre os afazeres da casa, incluindo o jardim que amo, jogar baralho com amigas uma vez por semana, navegar na internet (nisto não sou muito ágil), trocar e-mails sobre assuntos diversos, etc. Tenho uma família linda, quatro filhos, quatro netos. Sou viúva há 16 anos e meu filho mais velho que é meu dependente mora comigo. Adoro cinema, passear no shopping, comer canjica e beber quentão em festas juninas ... reuniões em família, enfim, passear pela aí. Sinto-me feliz e ..... quase realizada .....

Espero ser bem sucedida nesse empreendimento. Boa Sorte!

All the best!

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maria de Fatima Torres de Queiroz - terça, 30 junho 2009, 22:19

Também estou na expectativa para participar desse Curso. É sempre muito bom conhecermos pessoas e trocarmos idéias sobre nossas vivências e experiências. Creio que trará riqueza de aprendizagem para todos nós. Como sempre trabalhei na área de comunicação, gosto muito de ver e contribuir para o desenvolvimento e divulgação da informação.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Marlene Montich de Castro - quarta, 1 julho 2009, 09:09

Estou muito feliz de participar desse curso, espero aprender muito com todos vocês. Gosto de ler, de passear, de cuidar de orquideas, ir ao teatro, caminhar, nadar e tudo o que é bom.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Aureo de Jesus Aranha - quinta, 2 julho 2009, 13:22

Sou aposentado faço caminhada duas ou tres x por semana, freqüento Cento de Referência do Idoso onde participo de varias atividades como jogos dança de Salão etc. Pela TV vejo jornalismo, documentarios, e tudo que se refere sobre avanço da ciencia. Gosto de todos generos de musicais desde o pop a clássica desde que seja de ótima qualidade. Na net gosto de receber e enviar e-mails e pesquisar o universo do conhecimento.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Carlos Cintra - quinta, 2 julho 2009, 13:26

Estou com boas expectativas nessa participação e conhecer novas pessoas. Sou professor de física aposentado, no momento cuido da família as vezes de netos, faço algumas atividades como ginástica duas vezes por semana e caminhadas nos outros dias, estou com vontade de fazer cursos que não me tomam muito tempo.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maxima Aparecida Mendes Conceicao - quinta, 2 julho 2009, 14:51

Sou um pessoa simples, gosto de ler, passear p/ qualquer lugar, conversar e conhecer novas pessoas e fazer amizades.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Antonio Salvador da Rosa - quinta, 2 julho 2009, 14:53

Estou apresentando minha alegria de participar deste curso e poder conhecer novos amigos. Tenho 68 anos viuvo há 6, gosto de viajar e de dançar com minha namorada. Sou romantico, gosto de assistir um bom filme a dois e ouvir musicas.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Jurandir Alves Trindade - quinta, 2 julho 2009, 16:51

Sou Jurandir A. Trindade, me aposentei como metalúrgico e hoje dedico minha vida com a família, ajudando minha esposa e meus filhos no que posso, gosto de me comunicar com meus parentes do interior via internet e gosto muito de ler e assistir filmes na tv e passar mensagens e-mail.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Vicentina da Silva Siqueira - sexta, 3 julho 2009, 19:42

Olá pessoal . Sou a Tina. Atualmente preencho meu tempo com vários cursos de dança. Viajo bastante, curto sítio, amigos e um bom livro.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso -  
por Luzia Maria de Oliveira - domingo, 5 julho 2009, 23:42

Eu ja trabalhei muito nesta vida, meu último trabalho foi no comércio, por motivos de saúde tive que interromper minhas atividades profissionais. Sou viúva há 11 anos, gosto de viajar, ir a praia, ouvir músicas, pintar telas e fazer alguns tipos de artesanatos, gosto de enviar e receber mensagens. Gosto de estudar e por este motivo vou fazer este curso que vai ser mais um desafio que terei pela frente.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maria do Carmo Vilela - segunda, 6 julho 2009, 21:06

Sou Maria do Carmo vilela. Estou ansiosa para participar desse curso. apesar de ter pouco estudo, tenho muita gana em aprender tudo que possa. conhecimento, é a palavra chave para entender o mundo e viver melhor.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Armando Martins - segunda, 6 julho 2009, 22:58

Boa noite a todos. Meu nome é Armando Martins, estou aposentado, atuava anteriormente como auditor em uma grande instituição bancaria. Tenho 63 anos, gosto de ler, praia, musica e esportes. Como devem ter observado, sou iniciante na área da informática, mas desejo aproveitar esta oportunidade para aprender a me comunicar através da computação com as pessoas. Um grande abraço a todos, Armando  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Rosalina França Proença - quarta, 8 julho 2009, 00:03

Meu nome: Rosalina França Proença. Fiz o Curso Normal no Instituto de Educação Peixoto Gomide em Itapetininga (SP) e formei-me professora em 1963. Exerci o magistério por 10 anos em escolas da zona rural do interior e litoral paulista. Trabalhei no IBGE como supervisora PNAD e ingressei no antigo IAPAS através de Concurso em 1978. Em 1979 ingressei no Banco do Brasil onde trabalhei por 15 anos, até me aposentar em 1995. Gosto muito de artesanato e estou sempre fazendo "arte". Meu passatempo preferido é dançar. Também gosto de estar sempre fazendo ginástica para me manter mais ou menos em forma.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Helio de Oliveira - quarta, 8 julho 2009, 17:37

Sou Hêlio de Oliveira,nascido em Montes Claros MG,moro em Pirapora a 45 anos. Tenho 62 anos,casado a 42 anos com uma linda morena,tenho cinco maravilhosos filhos que me deram três genros e uma nora também maravilhosos e oito netos lindíssimos e muitos inteligentes.Sou motorista aposentado a 15 anos e hoje dedico a minha vida a trabalhar em eletrônica de tv e audio e nas horas de folga ajudo nas tarefas de casa.  
Gosto de viajar,passear com a família,assistir um bom filme, ouvir musicas,ir as missas todos os domingos e também faço partes do Apostolado da oração,estudei ate a setima serie ginásial e estou ansioso para começar este curso.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maria Cecilia Sevilio D Oliveira - quarta, 8 julho 2009, 22:12

Boa Noite a todos. Sou a Cecília, estou chegando agora. Li algumas apresentações e constatei que nossas expectativas com relação ao curso são mto parecidas. Estou ansiosa com o início dessa experiência, envio e respondo emails aos amigos, irmãos, filhos, mas achei que nunca iria me comunicar via MSN, "mas agora é pra valer" se não me engano esta frase é do Roberto Carlos, enfim mais um desafio...Além do conhecimento desta forma de comunicação, ter a chance de conhecer pessoas com as quais eu espero poder trocar informações, idéias, sugestões. Bom agora eu vou ver se o jogo do TIMÃO já começou, aqui tb tem uma torcedora louca, louca pelo Corinthians, claro que eu me controlo, afinal sou uma senhora, mas louca pelo Corinthians.

Novos tempos, bons dias!!!

Cecília

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Aluisio Eustaquio da Silva - quinta, 9 julho 2009, 16:59

Sou Aluísio Eustáquio da Silva. É com alegria que resolvi participar desse curso, indicado por minha filha, que é colega de curso da nossa mestra Gisnelli. Tenho 60 anos, sou professor de Matemática aposentado, mas continuo na ativa. Resido em Juatuba, cidade de 20000 habitantes, a 50 km de Belo Horizonte. Minha esposa, Betty Lopez, também é aluno do curso. Espero ser útil nessa empreitada que agora iniciamos. Um abraço a todos. Aluisio  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Betty Lopez da Silva - sexta, 10 julho 2009, 08:21

Olá! Sou Betty Lopez da Silva, mineira de BH e resido em Juatuba, pequena cidade a 50 km de BH. Estou também muito feliz em participar deste projeto e poder conhecer novas pessoas. Sou professora de Português aposentada, sou jornalista e acabo de formar-me em Espanhol pela PUC. No dia 19/06 fiz 60 anos e terminei o curso. Minha colação será dia 08/07. Minhas paixões: família, viajar, ler e cuidar do jardim de minha casa, que, por sinal, é lindo. Espero aprender e crescer com o curso. Abraços a todos. Betty  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Marcia Ida Bresssanin Ferretti - quinta, 16 julho 2009, 11:13

Olá, pessoal eu sou a Márcia estou entrando hoje na nossa sala, até que enfim! Atualmente estou bem caseira, porém atuo como voluntária na igreja do meu bairro como coordenadora da catequese e catequista. Gosto de teatro, música e animais como gatos e cachorros. Tenho uma gatinha, a Tica, ela é uma gracinha! Quanto ao curso, estou ansiosa, que bom Conhecer várias pessoas e aprender coisas novas!  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Celia Raddi Brentzel - segunda, 20 julho 2009, 18:33

Ola pessoal estou muito feliz em conhecer todos e poder fazer um curso tão diferente. Participo há 3 anos do movimento de Viúvas Nossa Senhora da Esperança, nos reunimos duas vezes por mês para várias atividades e também faço hidroginastica, adoro paparicar os meus netos. Gosto de ler e fazer bolo para as crianças e para a Gi também.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Jose Romildo Nachbar - terça, 21 julho 2009, 14:30

Sou Jose Romildo Nachbar, 64, aposentado. Nunca estudei em colegio, alfabetizei-me como auto didata, passei minha infancia e adolescencia, na zona rural longe de cidades e escolas. Meu nivel de escolaridade é referente ao segundo grau, concluido através de cursos supletivo. Desculpe a modestia, me cosidero esforçado, gosto de estar sempre aprendendo. Gosto de ler qualquer genero, porem sou amarrado em ficção científica. gosto de qualquer genero musical, desde que a musica tenha boa letra e boa melodia, tem que agradar meus ouvidos. Gosto de varios esportes, futebol, volei, basquete, handebol e outros. Pratico ciclismo, gosto de aeromodelo. Meu prato preferido é virado a paulista, sou bem caipira.  
Abraços.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Evanilda Carmona Santarelli - terça, 21 julho 2009, 21:48

Sou Evanilda, gosto de viajar, preferencia de carro. Fui proficional no volante 30 anos ativos, hoje comerciante. Meu robi é o artesanato e minha comida preferida é a mineira.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Menu Principal - Main Menu



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Maria Jose de Oliveira - quinta, 30 julho 2009, 12:06

Hoje pela primeira vez entro no forum. Sei lá, imaginei que só iríamos nos comunicar aqui após início do curso. Bobeira minha. Foi por acaso que abri e vi um monte de mensagens. Quanta coisa bela escrita por tantos colegas. Sinto que há pessoas sensíveis, bem humoradas, de bem com a vida, como eu. Sou mineira, de São Gotardo, morando em Brasília desde 1969. Professora aposentada, gosto de música (menos jazz, ópera e esses tum-tum-tuns barulhentos de hoje), de bons filmes, teatro, participar da vida de igreja. Amo estar com meus familiares e amigos. Gosto de caminhar, nadar, viajar... Sou quase iniciante em computação, mas aceitei com alegria o desafio deste curso via internet. Quero aprender! Obrigada por conhecer vocês. Obrigada Professor Vicente, por esta oportunidade.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: Fórum de Apresentação Pessoal antes do início do curso  
por Jose Simao da Silva - sexta, 31 julho 2009, 09:59

Sou José Simão da Silva, que tanto demorei a entrar com as ferramentas básicas para o Curso. Agora, como não há mais tempo a perder estou me apresentando, como mineiro, morando parte do tempo em São Paulo.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: apresentação  
por Olga Suiter - sexta, 31 julho 2009, 11:59

Sou a Olga Suiter, assistente social aposentação ; trabalhei na prefeitura de São Paulo, na área social. Agora faço um trabalho voluntário no Centro Social Sal da Terra, ligado à Igreja Luterana. Mas a atividade que me dá mais prazer é viajar e fazer caminhadas com o Simão.  
[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



A apresentação de cada participante é considerada como uma primeira barreira vencida e empoderamento da sala virtual. Observamos nesta etapa do curso a diversidade cultural, a riqueza de valores, as qualidades, deficiências e dificuldades de cada indivíduo, bem como a receptividade e o esforço para a entrada num mundo completamente novo.

Nas narrativas escritas por eles mesmos, notamos a preocupação comum a todos com a ocupação do tempo em atividades físicas e culturais, com o desafio da participação em um curso a distância, totalmente em ambiente virtual. Cada encontro gerava expectativas diferentes, independente do nível escolar, especialmente em relação às atividades dos Fóruns e dos Chats.

Observamos alguns pontos também comuns nas apresentações: o retorno a sala de aula, a sala de aula em ambiente completamente virtual, a afinidade nas possíveis amizades, o uso do recurso tecnológico e principalmente o novo. A seguir transcrevemos o primeiro Chat.

### **Chat de Apresentação (3ª feira, dia 21-07-2009 – 08h00) – 10 alunos participaram**

O primeiro Chat foi muito rico nos relatos, além da participação de quase todos os alunos. Todos escreveram um pouco sobre suas experiências de vida, relacionadas com a qualidade de vida. Outro assunto abordado foi a questão da memória.

Houve também uma discussão sobre ambientes de bate-papo e a possibilidade das conversas acontecerem no ambiente MSN caso algum aluno não conseguisse entrar no Chat do curso, mas, felizmente, todos conseguiram. No entanto, a partir da dificuldade apresentada por uma aluna em não saber copiar e colar os endereços que disponibilizamos na sala, fizemos uma lista com todos os endereços de MSN e disponibilizamos na sala de aula virtual como arquivo anexo a ser baixado.



Parecia uma sala real, onde todos tinham a necessidade de falar e falar, algumas perguntas ficaram sem respostas, pois todos perguntavam e respondiam uns aos outros, nem sempre ao professor. Muitas conversas paralelas, de troca de saberes.

Parecia uma sala concreta, onde todos tinham a necessidade de teclar e teclar. A necessidade de falar e ser escutado foi mais uma vez percebida, assim como a apropriação do ambiente, tímido a princípio, mas aos poucos mais descontraído até chegar a utilização do *Internetês*, linguagem de ambiente virtual utilizada normalmente pelos jovens. Observa-se aqui um real empoderamento de ferramentas e simbologias utilizadas em ambiente virtual para expressar sentimentos.

### **CHAT de Apresentação (5ª feira, dia 23-07-2009 - 18h00) - 11 alunos participaram**

O segundo Chat foi frequentado por 11 alunos, pois alguns optaram por utilizar o MSN. Observamos que alguns deles já se apropriaram do Plano de Ensino, do Cronograma de Atividades e do Conteúdo do Primeiro Módulo. Discutiram sobre as novas linguagens que aprenderam no curso visando sempre à qualidade de vida. Este encontro deixou claro o contentamento de cada aluno em conseguir entrar na sala. O tema central deste encontro foi a expectativa de cada um para o início dos conteúdos.

Os alunos manifestaram suas dificuldades, pois alguns tiveram dificuldade para entrar no Chat por ser a primeira participação, por se tratar de uma experiência nova e também devido a velocidade de seus provedores. Por este motivo a conversa aconteceu simultaneamente no MSN por se tratar de ambiente já conhecido pelos alunos.



A partir da divulgação da lista de MSN os alunos iniciaram conversas fora dos encontros do Chat, troca de mensagens por e-mail e laços de amizade começaram a ser atados.

Houve muita solidariedade em relação aos erros de digitação.

Destacamos algumas “falas” destes encontros virtuais:

L: a vida é um eterno saber e eu espero aprender muito.

MC: Eu já vi, professor. Imprimí tudo, estou lendo sempre que posso.

18:05 Maria do Carmo: A materia de cidadania é muito inteessante.

MI: vi o cronograma de atividades, e estou interessada na aquisição de novas linguagens e navegação

M. MC concordo com vc, mas Qualidade de vida tbem vai nos ajudar muito

MC: Acho MI, que todos nós vamos vislumbrar um novo momento com novas linguagens,eassim, poderemos navegar melhor, e com segurança.

M: prof. Vicente os temas foram muito bem escolhidos

J: è a primeira vez que me comunico pelo chat, é muito divertido

VICENTE: Sim, J, é muito legal e eu já estou sabendo que os alunos estão gostando e se comunicando também pelo MSN em outros horários, sem minha presença!

VICENTE: Não tem problema, o meu papel é de criar vínculos entre vocês, amizades que sejam sinceras e duradouras!

MC: Eu não estou conseguindo ADD pelo MSn, talvez, não estou fazendo certo.

Nestes dois encontros utilizando o recurso virtual Chat,observou-se a oportunidade que os alunos tiveram para se conhecerem e trocarem experiências e impressões sobre a vida, o que foi fundamental para o início dos conteúdos do curso.

Finalizado o 2º CHAT do Fórum de Apresentação em 31 de julho de 2009.



### 3.2.1 - Módulo Cidadania - início: 01 de agosto de 2009

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### Cidadania



Como o crescimento da população idosa, no Brasil as preocupações com os idosos se voltam para a questão da cidadania, na busca de uma inclusão digital das pessoas idosas, uma vez que eles ainda sofrem com a exclusão social, presente através do preconceito e do desrespeito aos seus direitos. O tema "inclusão digital" é um entre tantos outros que ainda estão distantes de fazer parte da vida da maioria dos idosos no Brasil, tendo em vista que muitas outras necessidades precisam ser garantidas e até o momento não o são de forma efetiva, como é o caso da educação permanente, mercado de trabalho, como denunciar os casos de violência, expressão pessoal, necessidades digitais e Previdência Social. No entanto, o assunto começa a ser debatido e questionado uma vez que os idosos, mesmo tendo dificuldades, estão integrados ao conjunto das famílias e precisam interagir socialmente com a sua comunidade e com o mundo que os cerca.

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### *Cidadania, inclusão digital e educação permanente*

A formação cidadã começa em casa, na família e se completa com a educação formal na escola. Pequenos gestos simples, como não jogar lixo pela janela do carro ou na rua, são exemplos de cidadania que vão até aos atos mais complexos como respeitar as desigualdades sociais ou de gênero.

O idoso sofre muita discriminação e violência. E essa violência não é só agressão física, é também a indiferença e o desrespeito. Com o aumento da expectativa de vida, o número de idosos tem crescido em todo o país. Mas isso não significa que eles estão vivendo melhor. Conhecer o Estatuto do Idoso (Lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003) e as demais leis que protegem o idoso é poder influenciar positivamente sobre a sociedade, é realizar a "cidadania". "Cidadania" é uma palavra de origem latina, que se referia ao indivíduo habitante da cidade (civitas), na Roma antiga e indicava a situação política e os direitos de uma pessoa em relação ao Estado Romano. Pode-se aprofundar a história dessa palavra [Clicando Aqui](#):

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Cidadania, inclusão digital e educação Permanente

Os idosos sofrem muito com a discriminação e os maus-tratos, especialmente da geração mais jovem. Tudo o que os idosos esperam é ter um lugar específico para fazer suas denúncias sobre violência, para reverter o quadro de discriminação e violência e conscientizar mais a sociedade em relação aos direitos dos idosos.



Veja o testemunho de alguns especialistas nesse assunto:

*O desenvolvimento de um cidadão ético não cai do céu.  
É um esforço diário e não deve ficar a cargo dos outros.  
Ângela Branco, psicóloga da Universidade de Brasília (UnB)*

*O currículo é claro na hora de exigir física, matemática e português,  
mas os desafios filosóficos não fazem parte desse universo porque caem no vestibular.*

*Adélia Silva, professora aposentada*

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Mercado de trabalho



A idade não pode e não deve ser limite para o trabalho, uma vez que os idosos deveriam manter seu posto no mercado de trabalho, mesmo depois de aposentar-se. Veja os testemunhos de D.Dora Santini Tavares, de 76 anos que trabalha na Pizza Hut e do senhor Stanley Wu, de 74 anos, que é empacotador há sete anos do Pão de Açúcar [Clicando Aqui](#).

### Mais informações você encontra em:

["Atualidades sobre o idoso no mercado de trabalho" dos professores Roberta Fernandes Lopes do Nascimento, Irani I. de Lima Argimon e Regina Maria Fernandes Lopes.](#)

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Violência contra os idosos: onde denunciar?



Uma significativa parcela da população com 60 anos ou mais é vítima de maus-tratos praticados na maioria das vezes pelos seus próprios familiares. Se não houver uma delegacia especializada nesse tipo de violência em sua cidade, pode-se procurar a delegacia local e denunciar os agressores, solicitando proteção policial.

Pode-se também procurar o Conselho Estadual do Idoso ou o Centro de Atendimento às Vítimas de Violência. Por fim, também o Ministério Público Estadual, ONGs (Organizações não-governamentais) que lidam com idosos ou pastorais católicas e evangélicas de sua cidade.

### Quais os principais tipos de abusos?

- 1) Físico – causado com intenção de provocar dor, ferimento e coerção física;
- 2) Psicológico – o ato ou ação de infringir pena, dor ou angústia mental, através de expressões verbais e não verbais;
- 3) Financeiro – quando há exploração imprópria, ilegal e/ou uso sem autorização do idoso de recursos materiais;
- 4) Sexual – quando ocorre assédio e/ou ato sexual sem o consentimento do idoso;
- 5) Negligência – quando há esquecimento ou falha em providenciar a assistência das necessidades básicas do idoso: cuidados com a saúde em geral, alimentação, medicamentos, higiene, ignorar ou não escutar o idoso.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Qual o principal perfil de agressores de idosos?

- 1) Em primeiro lugar, estão os filhos homens, com maior incidência que as mulheres;
- 2) Segundo lugar, as noras e genros;
- 3) Terceiro lugar, o cônjuge;
- 4) Por último, os vizinhos ou pessoas estranhas.

### Expressão pessoal e necessidades digitais

O envelhecimento é um processo natural da vida e como tal deve ser encarado. O envelhecimento não é somente um processo físico, mas um estado de ânimo. E apesar da velhice ser um período vulnerável, onde os idosos correm mais riscos do que qualquer pessoa de outra faixa etária é preciso trabalhar com a expressão pessoal, que pode muito bem ser conduzida por meio da inclusão digital, onde as necessidades de interação com outras pessoas por meio de e-mail, bate-papo(chat), páginas pessoais etc. conseguem dar excelentes resultados.

Sabemos que há vários fatores que distancia os idosos da vida social, mas um dos mais importantes são as perdas, como viuvez, casamento dos filhos e as dificuldades de serem aceitos pela sociedade. Por isso é que uma grande oportunidade que lhes surgem são as necessidades digitais que podem ajudar na expressão pessoal, no contato com outros idosos e grupos que partilham das mesmas dificuldades.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Expressão pessoal e necessidades digitais

Nessa fase acontecem várias modificações no corpo, no psicológico e nas relações sociais que alteram a relação do idoso com a família e com os amigos. Uma dessas alterações de âmbito social é o aumento do tempo livre que os idosos adquirem com a chegada da aposentadoria, o qual poderá ser preenchido de diferentes formas, que variam conforme a personalidade, os hábitos de vida da pessoa, a sua condição socioeconômica, entre outros. Portanto, se o idoso foi um adulto com a maior parte do tempo ocupada pelo trabalho, desconhecendo os valores do tempo livre bem empregado, poderá cair num imenso vazio e até na depressão. Assim, o incentivo à inclusão digital pode ser muito bem vinda e prazerosa a medida que faz amigos e se relaciona com um novo mundo, expressando-se como ser único e pessoal.



### Como se aposentar?

Outro assunto que os idosos se interessam muito é sobre a aposentadoria. Aqui podemos ajudá-lo com algumas informações. O propósito aqui é de apresentar os principais tipos de aposentadoria, explicar como dar entrada no pedido de aposentadoria e mostrar como simular o cálculo da aposentadoria.

#### Mais informações você encontra sobre:

[Benefícios da Previdência Social no site do Ministério da Previdência Social: aposentadorias, auxílios, pensão por morte, salário-família e salário-maternidade.](#)

A falta de informação sobre os requisitos necessários e as constantes greves da instituição são os principais motivos dessa demora, mas não os únicos, os conflitos de informações sobre o [Tempo de Contribuição](#) entre o banco de dados do instituto e as informações do contribuinte também podem prorrogar a aposentadoria de milhares de brasileiros.

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como se aposentar?



A lei determina o tempo de 45 dias entre o início do atendimento do INSS e a resolução sobre o pedido de benefício ou outro serviço solicitado ao órgão. Os tipos de aposentadoria são:

**Especial:** Benefício concedido ao segurado que tenha trabalhado em condições prejudiciais à saúde ou à integridade física. Para ter direito à aposentadoria especial, o trabalhador deverá comprovar, além do tempo de trabalho, efetiva exposição aos agentes físicos, biológicos ou associação de agentes prejudiciais pelo período exigido para a concessão do benefício (15, 20 ou 25 anos);

**Por Idade:** Têm direito ao benefício os trabalhadores urbanos do sexo masculino aos 65 anos e do sexo feminino aos 60 anos de idade. Para solicitar o benefício, os trabalhadores urbanos inscritos a partir de 25 de julho de 1991 precisam comprovar 180 contribuições mensais;

**Por Invalidez:** Benefício concedido aos trabalhadores que, por doença ou acidente, forem considerados pela perícia médica da Previdência Social incapacitados para exercer suas atividades ou outro tipo de serviço que lhes garanta o sustento;

**Por Tempo de Contribuição:** Pode ser integral ou proporcional. Para ter direito à aposentadoria integral, o trabalhador homem deve comprovar pelo menos 35 anos de contribuição e a trabalhadora mulher, 30 anos. Para requerer a aposentadoria proporcional, o trabalhador tem que combinar dois requisitos: tempo de contribuição e a idade mínima. Os professores, têm um tempo de contribuição diferenciado (30 anos para os homens e 25 para as mulheres).

*-Para maiores detalhes sobre os tipos de aposentadoria, cliquem nos títulos dos tipos apresentados acima.*

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como se aposentar?

#### Os documentos necessários para pedir uma aposentadoria são:

- Os originais e cópias da carteira de identidade;
- Número de inscrição de contribuinte individual ou PIS/PASEP;
- CPF;
- Carteira de trabalho;
- Todos os comprovantes de recolhimentos à Previdência Social, inclusive a documentação complementar (certificado do sindicato de trabalhadores avulsos - estivador, carregador, vigia etc.);
- Registro de firma individual, para os contribuintes individuais;
- Documentos de comprovação do exercício de atividade rural, para o trabalhador rural.

É importante que o trabalhador leve, além do original dos documentos, uma cópia de cada para que o técnico do INSS ateste a conformidade dele com o original e a anexe ao processo.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como se aposentar?

Logo após providenciar toda a papelada, o segurado deve ligar ou acessar a internet para agendar uma visita no posto do INSS mais próximo de sua residência. Não adianta ir até a instituição se não tiver feito o agendamento de atendimento antes.

#### Veja mais informações sobre:

[Agendamento Eletrônico de atendimento](#)



Por fim, o cálculo da aposentadoria é resultado da média dos 80% maiores salários de contribuição desde julho de 1994. Sobre este resultado aplica-se o [fator previdenciário](#), que na prática aumenta a renda de quem se aposenta com mais idade e diminui a renda daquele que se aposenta mais cedo, seguindo a lógica de que o mais jovem irá receber a aposentadoria por um tempo maior.

Tanto a contagem do tempo de contribuição quanto o valor do benefício podem ser simulados através do site do Ministério da Previdência, clicando [AQUI](#).

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos



A inclusão digital-social não alcança a maioria da população idosa no Brasil, excluindo-a do atual avanço tecnológico que está ocorrendo. Por isso, é fundamental o exercício da cidadania, de forma que os diversos direitos e deveres das pessoas idosas possam ser reivindicadas e procuradas na tentativa de melhorar a qualidade de vida.

Exercícios de Fixação da Aprendizagem do que foi estudado até aqui:

Agora que você finalizou a leitura desse primeiro conteúdo, vá até o 1º Fórum de Discussão e comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) Pode ser como realizou sua aposentadoria ou qualquer outro benefício da Previdência Social;
- 2) Pode ser uma experiência em que você procurou a Justiça, o Procon ou qualquer órgão de defesa, quando se sentiu lesado em seus direitos;
- 3) Pode ser sua experiência de vida sobre fatos presenciados (ou vividos) em que houve discriminação, preconceito ou violência por ser idoso(a).
- 4) Pode ser uma experiência de trabalho remunerado que você realiza em uma empresa que contrata pessoas idosas.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Início](#)



1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania" por VICENTE PAULO ALVES - sexta, 31 julho 2009, 10:23

Agora que você finalizou a leitura do conteúdo sobre "Cidadania", comente com seus colegas sobre suas experiências nesse nosso 1º Fórum de Discussão as seguintes questões:

- 1) Quais foram as dificuldades e os caminhos pelos quais você realizou sua aposentadoria ou recebeu qualquer outro benefício da Previdência Social?
  - 2) Você já procurou a Justiça, o Procon ou qualquer órgão de defesa, quando se sentiu lesado em seus direitos? Se sim, relate como fez isso.
  - 3) Você já presenciou (ou viveu) fatos em que houve discriminação, preconceito ou violência por ser idoso(a)? Se sim, relate como foi.
  - 4) Você realiza atualmente algum trabalho remunerado ou conhece alguma empresa que contrata pessoas idosas? Conte para seus colegas.
- Início do 1º Fórum: 1º de agosto 2009  
Fim do 1º Fórum: 15 de agosto 2009  
Marcar como não lida | Editar | Apagar | Responder



### Apresentamos algumas respostas sobre o conteúdo Cidadania:



Re: 1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania"  
por Abner Ferraz de Campos - sábado, 1 agosto 2009, 20:41

Caros amigos,

Quero ser sucinto neste primeiro contato, pois caso contrario ninguém iria me ler totalmente. Aposentei-me em setembro de 2003 por invalidez, após dois descolamentos de retina provenientes de uma miopia de 20 graus, que ocasionou as manchas, que desfocam a visão, elas tem um nome especial, que depois poderei dizer. Não tive maiores dificuldades, fui muito bem atendido no INPS, isso não quer dizer que fui atendido quando cheguei. Segui a fila como todos mortais até chegar a sua vez e se os documentos estiverem todos corretos, não há problema nenhum, o que foi o meu caso. NA VERDADE O MAIOR PROBLEMA É NÃO TER OS DOCUMENTOS SOLICITADOS O EM ORDEM e tentar convencer o atendente com documentos irregulares. Após oito meses me aposentaram mais ou menos como cego, mas na verdade sou um ótimo datilógrafo e me viro muito bem nos teclados da vida. e atualmente tenho uma visão "sub normal" aquela que precisa de lupas para ler às vezes.

Sinto me muito bem, voltei a uma faculdade novamente e estou no segundo ano de filosofia, e meu desejo atualmente é me formar e ajudar as pessoas que necessitem de meus conhecimentos.

Nunca estive no Procon, não que não precisasse, mas que achei que era muito trabalhoso.

Estive no Pequenas causas, por um esgoto de meu vizinho que vazava em minha casa, O assunto não foi resolvido, pois o réu simplesmente ignorou e resolvi o problema sozinho.

Apesar da pouca visão ainda prestava algum serviço a uma empresa, mas teve gente que não gostou e me cortou, não apenas empresas que contratem alguém da terceira idade.

abner

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania"  
por Helio de Oliveira - sexta, 7 agosto 2009, 09:20

Prof.Vicente e demais colegas ,bom dia. Na questão aposentadoria,eu não tive problemas,pois o tempo de serviço e de contribuições era superior e naquele tempo não agendava. Ajuntei a papelada, carteira profissional mais carnês e pedi a um agente do INSS para fazer a contagem em menos de um mês receber o protocolo. Na segunda questão, nunca precisei de recorrer a qualquer órgão de defesa. Na terceira questão,não conheço em minha cidade de Pirapora MG,idosos que estejam trabalhando,ainda mais quando é dispensado serviço depois dos 40 anos, ai é que fica mais difícil de arrumar serviço.As industrias e o transporte coletivo da cidade dispensam os idosos do serviço. Quanto a experiência de trabalho remunerado em empresas que contratam idosos, como colocado na quarta questão,não conheço,pois trabalho para mim em minha oficina de eletrônica e não tenho condições de colocar alguém para trabalhar comigo,penso que o pessoal por aqui tem preconceito quanto ao idoso. Abraços a todos .Hélio de Oliveira.



Re: 1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania"  
por Aureo de Jesus Aranha - sexta, 7 agosto 2009, 11:10

Me aposentei com 46 anos de idade e 30 de trabalho, pois comecei a pagar o "IAPÍ" como era chamado antigamente com 15 anos de idade. Na época o benefício demorava de 4 a 6 meses ou mais, quando entrei com o pedido pelo indicato após 4 dias fui buscar os documentos e o funcionario disse que era para desligar da firma que já estava aposentado, na firma o contador perguntou se eu tinha algum parente no INSS visto que o benefício demorou 48h00 para sair .Assim sendo não tive nenhum problema.Tambem nunca tive problemas para receber FGTS e o pecúlio. Nunca procurei o Procon a Justiça ou outro órgão de defesa do consumidor, alguns problemas pequenos que tive foram resolvido verbamente. Decriminação com Idosos já presenciei mais nos transportes coletivos com alguns motorias, as vezes quando chovia eles paravam fora do abrigo e ainda riam quando os idosos se molhavam. Uma vez um casal de idosos andando de bengala com muita dificuldade e faltando + - tres metros para chegar ao ponto deram o sinal para embarque o motorista olhou deu uma risadinha sarcástica e foi embora. Obs. O onibus estava parado para desembarque. Trabalhei até 2002 em montagem de fotolito, mas como a informática acabou com minha profissão infelizmente não exerço nenhuma atividade remunerada. O carrefour emprega pessoas idosas e com dficiencias fisicas, mas acredito que tenham varias empresas que adotam esse mesmo sistema



Re: 1º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Cidadania"  
por Maxima Aparecida Mendes Conceicao - segunda, 3 agosto 2009, 14:30

Olá professores e colegas!

Quanto a minha aposentadoria não tive problemas, não me aposentei pelo INSS, pois fui funcionária pública da PMSBC, e como foi meu único emprego cadastrado foi resolvido em poucos dias.

Mas me senti lesada qto ao FGTS, pois comecei a trabalhar dois anos e meio antes deste famosos FGTS q veio a vigorar em 1970. Os funcionários foram chamados e com anotações na CP, esse FGTS seria incluído a partir da data de admissão. E qdo me aposentei veio a partir de 1/10/1970.

Recorri a advogados do Sindicato dos Funcionários sem êxito, a Caixa Econômica solicitando extrato anterior a 1970, e nada constatou. Depois tentei advogado da Associação dos Funcionários Inativos da PMSBC, mas com esse nem cheguei a falar, fui bloqueada pois me adiantaram q o assunto não levaria a nada, que era melhor ficar quieta. Mas continuo achando q tenho direito ao q chamavam de "indenização" por esses 2 anos e meio trabalhado.

Quanto a discriminação vejo muito em ônibus, os jovens sentados nos lugares reservados p/ idosos e figem estar dormindo ou distraídos e não dão devido lugar p/ os estes sentarem.

As empresas q contratam idosos conheço só as que aparecem às vezes na mídia e não conheço ninguém contratado.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)

Observamos neste Fórum a importância destacada pelos alunos da apropriação do Estatuto do Idoso e seu direito, inclusive sobre o direito de todo e qualquer cidadão idoso ou não. Além da importância do acesso a Internet para denunciar preconceito da família e da própria sociedade; escuta e necessidade de debates na escola sobre a questão da longevidade e do envelhecimento; importância da criação de espaços onde o idoso possa ter atividades sócio-culturais, de lazer e esportes; e observação de cada qual sobre os cuidados que se deve ter para se evitar quedas na terceira idade.



### **Chat Módulo Cidadania (3ª feira, dia 04/08/2009 - 08h00) - 13 alunos participaram**

Após a apropriação do tema cidadania os alunos apresentaram interesse em seu conteúdo e o 1º Chat a partir deste material foi iniciado com a sugestão do professor tutor em discutir três assuntos relacionados ao tema, a partir das falas dos alunos: Estatuto; sua prática; e seu ensino, comparando as ações do Brasil e Argentina em relação aos direitos das pessoas idosas, uma vez que havia no curso uma aluna da Argentina.

A discussão girou em torno do Estatuto do Idoso e de sua aplicação na escola e na família e também pelos idosos. A fala dos alunos sugere uma não adaptação da sociedade para a realidade do idoso e do estatuto. Em contrapartida, relataram que os idosos estão "mais experientes" em defender seus direitos. Observamos idosos que estão cada vez mais se sentindo úteis e capazes, mas também o reconhecimento que ainda existe um grupo que não conseguiu essa dignidade.

Os alunos acreditam na necessidade de se ter uma disciplina sobre o envelhecimento na escola, a qual deve ter um papel fundamental na aplicação do estatuto, até para que as gerações futuras tenham mais chances do que as atuais.

A aluna Josefina conta que na Argentina as crianças tratam os idosos em casa. Outros alunos relataram que alguns filhos colocam seus pais nos abrigos para ficarem "livres deles". Confessam que sofrem deboche e piadas que acabam por atrapalhar cada vez mais a sua situação, e assinalaram a importância de lembrar os jovens que eles serão os idosos de amanhã. Há muito que fazer pela educação, na família e na escola, para que valorizem o idoso e não o deixem marginalizado. O professor tutor assinalou algumas experiências em Brasília.



Os alunos comentaram também sobre as atividades do Serviço Social do Comércio (SESC ), que há um caminho a ser percorrido e que estamos apenas começando e temos ainda muito que fazer. É necessário conscientização sobre o tema velhice. Para isso é preciso praticar a cidadania. Cidadania é movimento, conscientização, envolvimento com o mundo.

Apesar de terem apresentado problemas de conexão, alguns alunos conseguiram resolver a questão e continuaram participando do Chat, mostrando claramente o domínio da ferramenta. Paralela à discussão que acontecia no Chat, a pesquisadora também auxiliou alguns alunos no MSN e também ao telefone.

#### **Chat módulo Cidadania (5ª feira, dia 06/08/2009 - 20h00) - 14 alunos participaram**

Os alunos começaram a entrar no CHAT e iniciaram um bate-papo informal. O professor tutor entrou e conduziu a conversa para os temas relacionados ao trabalho de idosos; serviços de saúde aos idosos; e diferenças de linguagem.

Os alunos iniciaram a discussão sobre o trabalho de idosos. O professor tutor abordou o tema, assinalando que nem todos os idosos trabalham por prazer, muitas vezes por necessidade, frisando que o importante é a pessoa se sentir bem no que faz, ou no que deixa de fazer.

A sociedade vai evoluindo, algumas empresas (como as citadas no texto de estudo) estão contratando idosos para o trabalho. Foi mencionado o ócio criativo, também importante, porém foi reforçado por eles que a maioria dos idosos que está voltando ao trabalho é para complementação de renda: os remédios encarecem, os planos de saúde aumentam...



Para De Masi,

A plenitude da atividade humana é alcançada somente quando nela coincidem, se acumulam, se exaltam e se mesclam o trabalho, o estudo e o jogo,; isto é, quando nós trabalhamos, aprendemos e nos divertimos, tudo ao mesmo tempo. (De Masi, 2000: pg 148)

Podemos viver o ócio em várias formas favorecendo a plenitude do conhecimento, a felicidade e a qualidade de vida. O ócio que o autor defende é o ócio criativo, uma forma inteligente e construtiva de utilizar o tempo.

Para Canivez (1991: 29), “O gozo das liberdades fundamentais permite ao indivíduo trabalhar e levar sua vida como bem entende”.



### 3.2.2 - Módulo Qualidade de Vida - início: 16 de agosto de 2009

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Qualidade de Vida



Daqui a 40 anos, de cada quatro brasileiros, um terá idade acima de 60 anos. Isso significa que 25% da população será formada por idosos. Atualmente, esse percentual é de 12%, cerca de 25 milhões de brasileiros. Observando esses dados, e detectando um aumento cada vez mais rápido dessa população, devemos ter a consciência de que a terceira idade é uma faixa etária onde levar a vida com qualidade é de

extrema importância. Estar bem consigo mesmo, ter uma boa saúde e saber como cuidar dela faz toda a diferença nos dias em que vivemos. A seguir listaremos alguns itens importantes para a manutenção de uma boa qualidade de vida:

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Uso adequado de medicamentos

O avanço da ciência tem contribuído cada vez mais com a qualidade de vida das pessoas, principalmente da população idosa, uma vez que para quase todos os males há um medicamento que cesse ou diminua os sintomas desagradáveis, aumentando dessa forma a longevidade do indivíduo e sua vida útil. No entanto, a atenção não deve ser deixada de lado quando o assunto é medicamento, pois alguns cuidados devem ser tomados a esse respeito para evitar efeitos indesejáveis, tais como:

- \* Detalhar cuidadosamente ao seu médico todos os medicamentos em uso, incluindo aqueles que se toma apenas às vezes (dores de cabeça, dores musculares, má digestão, etc) ,
- \* Informar qualquer desconforto causado por um medicamento,
- \* Citar as alergias,



[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Uso adequado de medicamentos

- \* Relatar se faz uso de álcool, cigarros ou drogas.
- \* Peça que o médico informe detalhadamente o período em que o remédio deverá ser usado, e como deverá ser usado.
- \* Pergunte sobre possíveis efeitos no sono e na alimentação, além de informações sobre o que fazer caso esqueça-se de tomar alguma dose. Informe-se também se esse medicamento pode ser partido, misturado com líquidos ou com alimentos.
- \* Exija uma receita legível e bem explicada quanto às doses e o modo de usar.

**Mais informações sobre esse assunto você encontra em:**

[Cuidado Sobre os Medicamentos](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Higiene Pessoal



fonte: elainehendges.blogspot.com

Outro fator preponderante quando se trata de qualidade de vida é a higiene pessoal. Ela contribui para o bem estar físico além de evitar diversos problemas. Quando o assunto é higiene pessoal, os idosos devem atentar aos seguintes aspectos:

- \*Tenha cuidado ao limpar os ouvidos; seque corretamente para evitar que fique água e sabão;
- \*Cuide dos seus dentes, pois toda a digestão depende de uma boa mastigação;
- \*Escove a língua, pois melhora a percepção do sabor dos alimentos.
- \*O cabelo também é fundamental. Não há necessidade de lavar todos os dias, o ideal é que a cada dois dias o cabelo seja lavado com xampu neutro para que se evite a formação de feridas por ressecamento da pele.
- \*Outra orientação ainda com respeito ao banho é que ele deve ser morno e usar sabonete neutro.
- \*Após o banho, use hidratante e protetor solar, pois são indispensáveis para evitar feridas e ressecamento da pele assim como prevenir queimaduras solares e câncer de pele.
- \*Unhas não devem ser esquecidas; devem ser higienizadas e cortadas sempre que necessário, de preferência por uma manicure ou por um pedólogo.

**Mais informações você encontra em:**

[Medicina Geriátrica, no ponto de vista sobre a Higiene dos Idosos, do Dr. Armando Miguel Jr.](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como evitar quedas?

Diretamente relacionada à qualidade de vida está a integridade física da pessoa idosa, e o ato de evitar as quedas é um fator que contribui fortemente para que o indivíduo tenha sua saúde física preservada, alguns cuidados pode e devem ser tomados para que as quedas sejam evitadas:

- \* Ter a casa sempre bem iluminada,
- \* Retirar tapetes soltos,
- \* Móveis baixos e obstáculos do chão,
- \* Colocar piso antiderrapante no banheiro e tapete antiderrapante dentro do box,
- \* Colocar banquinhos dentro do box par facilitar a lavagem dos pés, suportes de paredes no box e no vaso sanitário,
- \* Ter o interruptor o mais próximo da porta possível e com boa altura,
- \* Ter boa iluminação no trajeto do quarto até o banheiro,
- \* Remover as soleiras altas das portas, evitar encerar o piso, manter a altura da cama em que se possa ter os pés no chão quando sentado,
- \* manter o corrimão nas escadas, evitar armários altos e a subida em banquinhos, colocar os utensílios em locais de fácil acesso.



**Veja mais informações sobre:**  
"Como prevenir quedas em Idosos",  
no site [Máxima Saúde](#)  
**Ou ainda** no artigo "Queda no  
Idoso", no site da [Sociedade  
Brasileira de Geriatria e  
Gerontologia\(SBGG\)](#).

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como controlar algumas doenças comuns no envelhecimento?

A medicina tem se aprimorado cada vez mais em garantir qualidade de vida quando se é portador de uma doença crônica. A ciência nos informa a cada dia que há possibilidade de controlar algumas doenças com medidas simples e hábitos saudáveis.



O diabetes é uma doença muito freqüente entre pessoas mais idosas o tratamento do diabetes na 3ª Idade em geral é feito com dieta, atividade física e às vezes, com o uso de medicamentos que diminuem os níveis de glicose no sangue. Evitar alimentos ricos em carboidratos simples como pão e massas refinadas, doces em geral, refrigerantes ajudarão a manter os níveis de glicose dentro dos limites, além de seguir á risca a dieta prescrita pelo nutricionista.

**Veja mais informações sobre:**  
[O diabetes, em Medicina Geriátrica, na  
revisão de Angela Terezinha Faveri  
Fornari.](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Como controlar algumas doenças comuns no envelhecimento?

A hipertensão ou Pressão alta é uma patologia que interfere diretamente no bem estar da pessoa idosa e deve ser controlada pelo o resto da vida. O hipertenso deve cuidar dos seguintes aspectos: procurar reduzir o peso, evitar o uso de sal em excesso, ingerir em maior quantidade alimentos ricos em potássio (feijões, ervilha, vegetais de cor verde-escuros, banana, melão, cenoura, beterraba, frutas secas, tomate, batata inglesa e laranja), reduzir o consumo de bebidas alcoólicas, fazer exercícios com frequência. Além de



parar de fumar, controlar o colesterol e o diabetes, ter uma dieta rica em fibras e evitar o estresse. Saiba mais sobre hipertensão [Clicando Aqui](#).

A incontinência urinária é a perda involuntária da urina pela uretra. Afeta indivíduos de ambos os sexos em diferentes faixas etárias. A incidência aumenta progressivamente com a idade, sendo que um em cada três indivíduos idosos apresenta algum problema com o controle da bexiga. A perda involuntária de urina é uma condição constrangedora e tem conseqüências na qualidade de vida. Em virtude do medo de algum "acidente" muitas pessoas evitam a prática de esportes e até mesmo as atividades sociais.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Dicas para que você saiba como lidar com a incontinência urinária:



fonte: jornalsuldeminas.com.br\*

- \* Perca peso - ter grande quantidade de gordura na região abdominal coloca pressão maior na bexiga aumentando o esforço dos músculos da pelve.
- \* Não fume - essa é mais uma razão para largar o cigarro: a nicotina pode irritar a bexiga e, para fumantes excessivos, a tosse pode contribuir para a incontinência devido ao esforço feito para tossir.

\* Alivie-se antes de sair - tente esvaziar sua bexiga antes de viagens de uma hora ou mais, mesmo que não esteja sentindo vontade de ir ao banheiro.

\* Esvazie bem a bexiga - depois de urinar, levante-se e sente-se novamente. Em seguida, incline-se para frente, isso vai comprimir seu abdômen e colocar pressão sobre a bexiga para ajudar a esvaziá-la completamente.

\* Use roupas fáceis de tirar - roupas podem ser um problema, principalmente para as que sofrem com incontinência de urgência. Macacões, jardineiras e maiôs podem atrapalhar quando você estiver com vontade de urinar porque essas roupas devem ser tiradas de cima para baixo. É bom ter sempre uma roupa extra com você, para que você possa se trocar caso ocorra um acidente. Se as suas roupas ficarem manchadas de urina, deixe-as de molho por três horas em uma mistura de quatro litros de água e um copo de detergente de cozinha.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)



### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

#### Dicas para que você saiba como lidar com a incontinência urinária:

\* Bebidas e alimentos que irritam a bexiga - algumas bebidas irritam o tecido da bexiga e causam vazamentos. A cafeína e alguns componentes do café podem irritar a bexiga. O chá é um diurético que promove a perda de líquidos através da urina e também causa irritação na bexiga (para substituir seu café ou chá, experimente outras bebidas quentes feitas com grãos que podem ser encontradas em casas especializadas). Frutas cítricas e sucos como de pomelo e tomate também podem ser um problema. Refrigerantes e bebidas gasificadas são irritantes também (exceto a água com gás, que tem quantidades menores de gás). Evite as bebidas alcoólicas. Prefira bebidas como suco de uva, amora, cereja e maçã que não irritam a bexiga e podem ajudar a reduzir o odor da urina.



fonte: www.serasa.com.br

\* Tente reduzir a ingestão dos seguintes alimentos para ver se a sua incontinência melhora: temperos fortes e comidas temperadas (como curry e pimenta chili), comidas com tomate, açúcares (como mel, xarope e chocolates).



fonte: www.gandemid.pt

\* Mantenha-se hidratado - parece lógico: quanto menos você bebe, menos quer urinar, certo? Infelizmente essa estratégia, além de ser prejudicial à saúde, não é muito eficaz. Privar-se de líquidos pode causar desidratação, que pode deixá-lo com prisão de ventre. Esse desagradável problema pode irritar os nervos que impedem a bexiga de vazar. Resultado: incontinência. Ao invés de beber menos, beba regularmente durante o dia. Ingerir líquidos em horários determinados durante o dia vai impedir que sua bexiga fique cheia demais ou vazia, e a irritação acontece justamente quando os níveis de fluido estão altos ou baixos demais. Uma bexiga normal suporta até dois copos de líquido, enquanto bexigas com problemas suportam no máximo meio copo ou até menos. Se você perceber que está levantando com frequência durante a noite para ir ao banheiro, é bom tentar reduzir a ingestão de líquidos após o jantar. Alguns especialistas sugerem uma ingestão de fluidos de seis a oito copos médios por dia.

\* Procure ajuda profissional - ao sentir os sintomas de incontinência procure um médico especializado para tratar corretamente o seu problema. Exercícios e fisioterapia recomendados por profissionais costumam dar bons resultados.

#### Informações básicas você pode encontrar em:

["Como controlar a incontinência urinária"](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)

### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

#### Mente sã, Corpo sã

Estar bem consigo mesmo é uma virtude e está intimamente ligada à qualidade de vida, a nossa saúde mental é um fator preponderante para nosso em estar. Entre as principais doenças mentais que atingem o idoso está a depressão, sendo também muitas vezes secundária a outras doenças como câncer, Parkinson, Alzheimer, diabetes ou ao uso de medicamentos anti-hipertensivos, corticosteróides, dentre outros.



fonte: espacoanima.com

Trata-se de uma doença freqüente em todas as fases da vida, mas que vem se acentuando entre indivíduos senis. Estima-se que cerca de 15% de idosos apresentem alguns sintomas depressivos e cerca de 2% deles tenham depressão grave. Esses números são ainda maiores entre idosos internados em asilos ou hospitais.

O tratamento para a depressão é similar, tanto na depressão maior (aquela que afeta jovens e adultos) quanto para a depressão no idoso. Ele pode ser feito através de psicoterapia, medicamentos antidepressivos, ou pela combinação de ambos, o que aumenta sua efetividade. Lembrando que ambos os tratamentos só podem ser realizados por pessoas capacitadas como psicólogos e psiquiatras.

#### Você pode encontrar mais informações sobre:

[O Tratamento da Depressão em Idosos \(A saúde física e mental na Terceira Idade\).](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Atividades Físicas & Qualidade de Vida

Intimamente relacionadas à longevidade e à qualidade de vida estão as atividades físicas. Estas são capazes de promover o bem estar e a melhoria da saúde.

A prática de exercícios físicos regulares pode contribuir muito para evitar as incapacidades associadas ao envelhecimento. Seu motivo principal deve ser a promoção de saúde, mas em pessoas que já possuem certas patologias a prática de exercícios orientados pode ser muito importante para controlar a doença, evitar sua progressão, e/ou reabilitar o paciente.



fonte: www.tripoli.com.br



É importante ressaltar que um programa de atividades físicas para o idoso deve ser precedido de uma avaliação médica.

Ao praticar qualquer atividade física o idoso deve atentar a alguns detalhes importantes como:

- \* Fazer a atividade somente quando houver bem estar físico;
- \* Usar roupas e calçados adequados;
- \* Evitar o uso de fumo e sedativos;

\* Não se exercitar em jejum, consumir uma fonte de carboidratos antes de iniciar a atividade;

\* Interromper a atividade caso haja algum desconforto. Obedeça seus limites pessoais;

\* Evite extremos de temperatura e umidade;

\* Inicie a atividade lenta e gradativamente até adaptar-se ao exercício;

\* Hidrate-se adequadamente antes, durante e após o exercício.

Mais informações sobre os benefícios e os riscos das atividades físicas para os idosos [Veja Aqui](#).

#### Exercícios de Fixação da Aprendizagem do que foi estudado até aqui:

Agora que você finalizou a leitura desse segundo conteúdo, vá até o 2º Fórum de Discussão e comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) O que você anda fazendo para melhorar sua qualidade de vida;
- 2) Que cuidados você tem quando toma medicamentos de uso contínuo: alguma técnica para lembrar-se do horário, a forma de tomá-los, etc;
- 3) Como sua casa está preparada para evitar que você caia com frequência. Relate também casos em que você já teve alguma queda;
- 4) O que você faz para evitar que a depressão venha sobre você.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Início](#)

2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"

por VICENTE PAULO ALVES - sábado, 15 agosto 2009, 21:34

Agora que você finalizou a leitura sobre a "Qualidade de Vida", comente aqui nesse 2º Fórum de Discussão com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) O que você anda fazendo para melhorar sua qualidade de vida?
- 2) Que cuidados você tem quando toma medicamentos de uso contínuo: alguma técnica para lembrar-se do horário, a forma de tomá-los, etc.?
- 3) Como sua casa está preparada para evitar que você caia com frequência? Relate também casos em que você já teve alguma queda.
- 4) O que você faz para evitar que a depressão venha sobre você?

Editar | Apagar | Responder



## Apresentamos algumas respostas sobre o conteúdo Qualidade de Vida



Re: 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"  
por Jurandir Alves Trindade - quarta, 19 agosto 2009, 09:56

olá amigos, Para se ter uma boa qualidade de vida eu procuro sempre viver de bem comigo mesmo, cuidando da minha saúde, sem cigarros, sem álcool, sem muita gorduras nos alimentos. Além disso procuro andar bastante a pé, leio livros, navego muito na internet mandando e recebendo mensagens, é muito divertido. E de vez em quando arranho violão( estou fazendo um curso no CRI de São Bernardo do Campo). Eu sou pouco de tomar remédios, procuro mais os meus chazinhos caseiros: alho, limão, raízes, acho mis eficientes e sem contra indicações. Quanto a depressão eu não tenho tempo para isso, pois meu tempo é todo ocupado com serviços e diversões.

Um abraço a todos e boa saúde. 😊

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"  
por Rosalina França Proença - domingo, 16 agosto 2009, 18:52

1. Tento melhorar minha qualidade de vida, fazendo caminhadas e exercícios físicos. Danço bastante também. Meu médico preferido costuma dizer que dançar faz bem... para o corpo e para a alma. Quanto à alimentação, procuro não comer frituras nem alimentos gordurosos. Adoro doces, mas evito tanto quanto possível.

2. Graças a Deus não necessito de muitos medicamentos Tomo semanalmente um comprimido por causa da osteoporose e coloco no meu calendário google para que não esqueça.

3. Moro em apartamento, portanto não tenho problemas de locomoção.

4. Evito a depressão mantendo a mente sempre ocupada. Estou sempre procurando aprender coisas novas. Faço bastante "palavras cruzadas", navego na internet, costuro para ganhar um dinherinho extra, faço artesanato e leio quando encontro tempo para tal. É isso. Acho que tenho uma vida saudável e feliz ao lado de meus dois filhos e três netos.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"  
por Aluisio Eustaquio da Silva - domingo, 30 agosto 2009, 19:24

1) Apesar de aposentado, ainda trabalho e dedico meu tempo na preparação de aulas, correção de provas e outras atividades. Estou sempre estudando, escrevendo, pesquisando. Tenho muito cuidado com minha alimentação, evito doces, frituras. Quando posso e me animo, faço caminhadas. Cuidar de passarinhos e das plantas também faz parte do meu dia a dia. Passear com Betty, sair com as filhas, visitar a família também são momentos de alegria e prazer.

2) Tomo remédios para pressão e circulação, três vezes ao dia: manhã, almoço e noite. Os remédios da manhã nunca me esqueço. Na hora do almoço, Betty já coloca na mesa os comprimidos – os meus e os dela e os da noite, quando vou me deitar, estou sempre atento. Algumas vezes, esqueço, mas é muito raro. Gostei de muitas das sugestões dos participantes e quem sabe até adote algum lembrete.

3) Minha casa ainda tem tapetes nos banheiros, na entrada e na cozinha; mas, eles ainda não nos atrapalham no trânsito pela casa. Quando reformamos nossa casa em Juatuba, tivemos o cuidado de colocar portas mais largas, usar piso frio e outros cuidados necessários. Quedas, por causa da idade, ainda não sofri. Os tombos que levei – cair de escada durante a construção, cair em buraco aberto por pedreiros, entre outros foram frutos de distração.

4) Hoje, depressão não bate à minha porta, porque não tenho tempo para ela. Em 1995, com excesso de trabalho, muito stress, a perda de um irmão com 33 anos, tive uma depressão muito forte. Repouso, relax, viagens e medicamentos me ajudaram a sair da depressão. Dois anos depois, em 1997, fiz uma cirurgia de coração e quase caio em nova depressão. O amor e a presença constante da família, as visitas, telefonemas e manifestações muito me ajudaram. Estou sempre atento à minha saúde, sou bem humorado, adoro ouvir e contar piadas, sou muito alegre e observando tantas pessoas à nossa volta que enfrentam adversidades, só posso agradecer a Deus os benefícios que Ele nos proporciona. Também viajar, conhecer novos lugares, deixar para trás compromissos e preocupações são os remédios ideais para não ter depressão.

Abraços a todos, Aluisio

Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"  
por Olga Suiter - segunda, 17 agosto 2009, 11:10

No item qualidade de vida, estou fazendo exercicios fisicos constantemente;faço hidrogenastica, natação e yoga; também gosto de caminhar e encontrei um grande prazer nas longas caminhadas.Simão eu já fizemos o "caminho da Luz e Estrada Real",além de outros trechos menores. Passamos dias na estrada andando, vendo as paisagens lindas, conversando com pessoas que encontramos no caminho e também refletindo sobre a vida. Com isso já estou cuidando para que não caia na monotonia e consequente depressão. Creio que um cuidado que temos que ter é quanto à casa para evitar acidentes e também adequar para limitações fisicas. Fiz cirurgia de joanete tive a maior dificuldade por morar num sobrado, o que dificultou a minha lomoção. Agora já vejo que o melhor é ter casa terrea e deve ser uma preocupação para o futuro próximo.Com relação aos medicamentos, já tenho necessidade de uso continuo para reposição da tieroide e acho dificil, mas tenho o maior cuidado para não esquecer.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 2º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Qualidade de Vida"  
por Armando Martins - terça, 18 agosto 2009, 09:46

Tudo bem pessoal? Espero e desejo muito que sim. Para uma boa qualidade de vida, procuro viver feliz e dar felicidade aos que ne cercam. A leitura, música, passeios e amor contribuem para que eu obtenha essa tal felicidade.Como tenho 63 anos, os problemas usuais da idade me afligem, mas não chegam a atrapalhar (diabetes/pressão alta). Os remédios são sempre os mesmos, os tomo todos juntos ao acordar e antes de dormir, sem maiores problemas.Até o momento não vi necessidade de alterar a estrutura da minha casa. Como fui paraquedista na juventude quedas não me imprecionam nem geraram quaisquer transtornos. Para depressão tenho um remédio infalivel, FAZER AMOR. Há pouco mais de 2 anos conheci uma Psicóloga, ótima como profissional e mulher. Trabalhamos juntos em um grupo de apoio e em pouco tempo passamos a namorar e a mais ou menos 1 ano e meio estamos morando juntos. Amigos está sendo maravilhoso..Alguem no Forum comentou sobre quase não se falar em AMOR, eu também percebí. Relembro que temos idade avançada, mas todos estamos vivos, vamos vivenciar também o amor, que é um santo remédio para quase todos os males, lógico, sem esquecer o que comentei inicialmente. Um abraço a todos. Armando

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Observamos neste Fórum que houve uma grande assimilação do conteúdo "Qualidade de Vida". Muitos alunos (as) já praticam as propostas dos textos, outros iniciaram reflexão seguida de atitudes. Com a longevidade, mudamos o comportamento de hábitos, a visão da velhice. Não basta apenas ter qualidade de vida física, todos apresentaram a preocupação com as atividades intelectuais, com a vida social, sexual e espiritual para "combater a depressão".

Nas palavras da aluna Maria do Carmo Vilela,

*"Depressão... Coisa terrível que se apodera de nós, quando mais precisamos de vitalidade para vencermos os percalços e ansiedades. Comigo acontece assim. vencê-la? só com muito esforço. Mas conseguimos, procurando sempre estar atenta á vida, as amizades, á musica, e a leitura, é uma boa prática para me livrar da depressão".*

A frase de ordem: "viver intensamente" pôde ser observada nos depoimentos, mas infelizmente que nem todos os alunos conseguiram atingir 100% do que foi solicitado nos textos. Isso foi de certa maneira explicado pelos participantes: porque todos nós seres humanos somos falhos, ora por falta de atenção, ora por preguiças, ou por maus momentos ou até mesmo por maus encontros. Conforme relaram os alunos: "(...) passamos por momentos tristes, depressivos, inesperados e por momentos incompatíveis com nossa grandeza.

Mas o mais importante, segundo uma das alunas, é poder viver a nossa aventura, nossa vida com algumas renúncias, que há de se transformar em grandes ganhos. Outra aluna lembra Clarice Lispector: "Só o que está morto não muda! Repito por pura alegria de viver: A salvação é pelo risco, sem o qual a vida não vale a pena!"



### **Chat Módulo Qualidade de Vida (3ª feira, 18/08/2009 - 08h00) - 16 alunos participaram**

Neste Chat ligado ao tema Qualidade de Vida, a primeira questão abordou o tema saúde nos aspectos físicos, mental e espiritual. Os alunos relataram sobre suas impressões, destacaram a alegria de viver saudável e sem rancores. Diziam que os rancores envolviam questões como saber perdoar, e não guardar mágoas, etc. Para se viver sem rancores é preciso trabalhar o perdão, as questões ligadas à espiritualidade, uma vida alegre e sem ressentimentos, que depende de uma vontade interior, pois o perdão diminui os rancores.

Os alunos relataram suas experiências. O perdão realiza o ser humano, uma vez que o tratamento ao outro deve ser um espelho. A necessidade de conservar a simplicidade para poder amar ao próximo. Há um comentário sobre a necessidade de ser honesto para poder saber lidar com transparência e generosidade e que isso se aprende com o tempo e com o sofrimento.

Perdoar primeiro a nós mesmos para que possamos perdoar o outro e que a experiência da vida nos faz perceber melhor a necessidade do perdão para uma melhora na qualidade de vida espiritual. Há um convite para reflexão sobre as ações diárias e efetivamente a busca da saúde espiritual pelo perdão.

Comentaram sobre a dificuldade dos jovens em perdoar por falta de vivência, de experiência de vida. Os alunos destacaram em consenso a doença ligada aos rancores.

Para Maria de Fátima “(...) a vivência é que nos amadurece e nos faz ver que para vivermos e ser felizes, precisamos estar harmonizados com o mundo que nos cerca. Isso envolve tudo e todas as pessoas”.



A 2ª questão envolveu as atividades que levem à qualidade de vida. O professor tutor perguntou quais as atividades como caminhada, hidroginástica, baralho, internet, dança se relacionavam com a qualidade de vida? Os alunos participaram ativamente expondo suas ideias que todas estas atividades melhoram os estados físicos, mentais, e psíquicos.

Para o aluno Jurandir a qualidade de vida tem a ver também com o trabalho: “devemos trabalhar sempre, mesmo que seja em casa ajudando a esposa em tudo que é possível e nunca ficar sempre parado, criando barriga, isso é muito mal (...)”.

Alguns alunos também comentaram a importância do computador e da Internet, além dos exercícios físicos. O computador aparece como um aliado das atividades da memória.

Vejamos o comentário da aluna Maria de Fátima sobre o assunto: “(...) acredito, que envelhecer com qualidade é continuar vivendo. Não devemos estar preocupados se já está na "hora" de fazer isso ou aquilo. Qualidade de vida se tem ou não. Tudo é uma consequência daquilo que somos e fazemos”.

Todos concordaram em apontar a aluna Josefina de 83 anos como um exemplo, estudante dos direitos da pessoa idosa, das políticas públicas e da língua portuguesa, o que vem fortalecer o que todos acreditam, que os exercícios colaboram efetivamente na qualidade de vida.

Outro assunto que surgiu neste Chat foi o namoro, timidamente os alunos começaram a se posicionar, e até houve o comentário de um deles sobre o assunto ser pouco discutido.

Vejamos:

Jose: Namorar, também ajuda na Qualidade de Vida, Máxima?



VICENTE: Namorar, com certeza, é outra coisa que nos renova, fortalece, nos enche de vida! É claro, que não se pode exigir isso de todos(as), pois sempre depende das circunstâncias e das pessoas!!!

Maria de Fátima: Namorar, é uma das expressões do amor, acho que a praticamos sempre, mesmo sem ter consciência. É ainda melhor quando fazemos para melhor vivermos.

VICENTE: Então, o namoro, é uma fonte de relacionamento que também trabalha o nosso lado emocional, psicológico e espiritual!

Olga: o namoro engloba a convivência a paciência a alegria

Antonio: namorar faz bem a mente e a alma rrsrrsrs.

Máxima: Jose... Falo por experiência própria, é muito bom ter alguém com quem falar certos assuntos q não falaríamos com familiares

Josefina: namorar e uma sana vida sexual e tem importante aumenta as endorfinas que são as hormonas da felicidade

VICENTE: O sentimento humano é algo tão importante e que mexe muito com nosso lado espiritual. No entanto, precisamos estar atentos, pois encontrar alguém com que nos damos certo nem sempre é fácil!!!

Antonio: voltamos ao passado e rejuvenescemos

Maria do Carmo: E por outro lado, o espiritual, faz milagres no sentimento humano.

Maria de Fátima: Acho que rotulamos demais as coisas, por isso as dificultamos. Eu continuo pensando que namorar é mais um dos "atos de amar".

Jose: Vicente, esta é a questão mais melindrosa 'alguém que realmente dê certo'.

Rosalina: Máxima e Antonio são privilegiados. Na nossa idade é difícil encontrar alguém que queira namorar. Os homens geralmente querem só "ficar"

VICENTE: Pois é: no namoro, entra as questões de sorte de encontrar a pessoa certa no lugar certo, os interesses serem comuns, as mentalidades serem próximas, e tantas outras variáveis que nem sempre todos acertam.

Maria Jose: quase ninguém fala Antônio, porque se acha que namorar é só para gente jovem; ainda há muita discriminação

Jurandir: é Antonio, antigamente as pessoas depois dos 60 anos acham que já estão no fim da picada, hoje em dia é a segunda etapa da vida

VICENTE: Concordo, Maria José, as pessoas imaginam que o idoso não tem direitos, que ele já perdeu sua humanidade, sua capacidade de amar e ser amado.



Maxima: eu e Antonio quando começamos a namorar foi meio chocante para nossos filhos.....

Maria do Carmo: Tabu para o idoso realmente é o SEXO.

VICENTE: Com esse testemunho tão bacana da Máxima e do Antônio, vamos finalizar o 2º assunto e vamos passar para o 3º?

A terceira questão proposta foi sobre o cigarro que interfere diretamente na qualidade de vida.

Olga: o assunto do fumo é bem polemico

Maria de Fatima: Não se trata de ser ou não ser fumante. Trata-se de "saber respeitar" os direitos individuais do cidadão.

VICENTE: Alguém aqui fuma diretamente? Por que indiretamente (passivo), creio que todos nós, infelizmente!!!

Rosalina: Fumei muito, mas graças a Deus deixei o vício há 4 anos e meio.

Jose Romildo: Já fumei, mas apaguei essa idéia há 25 anos.

Maria: fumei mais de 50 anos consegui parar OTIMO!!!!

Maria de Fatima: Como trabalhei por 31 anos, fumei muito. Pois naquele tempo não havia proibições, os fumantes conviviam com não fumantes.

VICENTE: A lei paulista aprovada recentemente é dura e esperamos que desincentive as pessoas a fumarem!

Maria do Carmo: Eu sou fumante desde a adolescência. Mas nunca precisei de lei para respeitar o direito do não fumante.

Já tentei várias vezes deixar o vicio, mas não fui forte o suficiente e voltei. Ainda tento....

Tato: também fumei muito, quase trinta anos. Parei há 20 e poucos

Olga: havia uma época em que fumar era moda e muitas pessoas entraram nessa moda

VICENTE: Quem conseguiu parar de fumar, parabéns, quem ainda não conseguiu, vamos incentivar para que procure ajuda e pare o mais rápido possível!!!

Antonio: vai demorar um pouco até as pessoas aceitarem que faz mal a saúde

Maria: quando comecei a fumar era chik

VICENTE: Minha avó nunca fumou, mas suas filhas fumavam dentro do apartamento. Toda consulta médica que minha vó ia, o médico dizia: a senhora precisa parar de fumar! Vejam como o fumante passivo acaba fumando. Infelizmente, algumas pessoas (não você Maria do Carmo) não respeita os direitos de quem não fuma.

Maria Jose: Quando o vício prejudica só a si mesmo, paciência. Mas no caso do cigarro, o próximo também fica prejudicado. Gosto da nova lei por isso



Com certeza este foi o Chat mais disputado pelos alunos. Tivemos a participação direta de todos que entraram na sala. Destacamos aqui o tema Qualidade de Vida

### **Chat Módulo Qualidade de Vida (5ª feira, 20/08/2009 - 20h00) - 15 alunos participaram**

O Chat foi agendado para as 21h00, porém a partir das 20h30 os alunos começaram a entrar na sala. A conversa inicial tinha como tema central a localização geográfica dos que estavam na sala. O ambiente já mais familiar, todos teclavam com maior desenvoltura. O clima de boas vindas era intenso. A partir das 21h00 o professor tutor inicia a conversa com a primeira questão: Trabalho do idoso.

VICENTE: Então vamos lá, primeiro assunto: trabalho do idoso. Alguém aqui ainda está trabalhando?

HELIO: Eu trabalho com eletrônica em minha casa. Para ajudar nas despesas de casa, pois aposentadoria só vem diminuindo.

MAXIMA: eu faço só trabalho voluntário

VICENTE: Só o Hélio, ainda trabalha? No sentido de receber remuneração, é claro.

MARIA JOSE: acho que idoso não deveria trabalhar, pelo menos não como obrigação.

VICENTE: Alguém conhece, de fato, alguma empresa que aceita idoso trabalhar?

MARIA DO CARMO: depois de aposentada, trabalhei mais 18 anos. Agora, não me querem mais.

CELIA: Eu já vi senhoras como eu no Pão de Açúcar.

Desde a continuidade do trabalho até o prazer de não mais trabalhar ficaram claros neste primeiro momento. Porém infelizmente a necessidade de trabalhar não vem acompanhado do prazer, neste caso vem da necessidade de complementar a renda, o que é lamentável.



VICENTE: O problema, é que muitos idosos, continuam ainda ajudando na manutenção familiar, e o dinheiro da aposentadoria não dá para quase nada.

MARIA JOSE: Existem tantas formas do idoso se sentir útil, por exemplo fazendo e recebendo visitas

JOSEFINA: agora estou fazendo umas tarefas comunitárias gravando fitas pra cegos, hospitais, abrigos de idosos e creches

HELIO: aqui na minha cidade, Prapora- MG, é muito difícil ver um idoso trabalhando

MARIA DO CARMO: Eu curtiria melhor se meu provento de aposentada fosse suficiente. E não quero uma vida nas alturas,

VICENTE: O problema do idoso trabalhar (remunerado) passa por muitas questões culturais.

CELIA: É verdade tenho algumas vizinhas que recebe uma miséria que não dá nem para os remédios é uma pena.

JOSEFINA: aqui na argentina a situação de pobreza e alarmante e muitas famílias vivem das aposentadorias dos avós que são também muito magras

VICENTE: Esse é mesmo o problema, Célia, a aposentadoria do idoso não cobre seus gastos mensais (e da família) que vive com ele.

JOSEFINA: além disso os aposentados que conseguiram trabalho são explorados trabalhando 10 12 horas e baixos salários

MARIA DO CARMO: Aqui é igual, Josefina. E o respeito que o Governo tem por nós, é nos dar empréstimo consignado.

JOSEFINA: e trabalhando preto nos dissemos preto quando não recebe nenhum benefício nem obra social

VICENTE: Outro problema para o idoso: o empréstimo consignado, que os idosos pensaram que era presente ("de grego")!!! É verdade, Maria José, esse jeito é apenas um uso comum, mas não é preciso se sentir da terceira idade.

ABNER: Me lasquei todo com esse empréstimo, e os banco não largam da gente

RENATE: e até em novelas são incentivados a fazer empréstimos

ANTONIO: tem filhos que colocam os pais no asilo para poder usar o dinheiro da aposentadoria

VICENTE: Muita ilusão!!! Porque se a aposentadoria mensal não era suficiente, imagine com desconto mensal!!!!

MARLENE: E tem filhos que exigem que os pais façam tais empréstimos

MARIA DO CARMO: O Governo presenteou os Bancos, facilitando empréstimos para aposentados. Os Bancos estão rindo a toa, até agora.....



VICENTE: Isso também é verdade, Antônio. E muitos "asilos" (o nome mudou para Instituição de Longa Permanência) também ficam com o dinheiro do aposentado que mora lá.

JOSEFINA: como são esses empréstimos? Podem me dizer o que é a PROVIDENCIA? uma instituição do governo?

VICENTE: Previdência, Josefina, é um Ministério do Governo que trata da aposentadoria aqui no Brasil

JOSEFINA: aqui tbm mudou o nome de geriaticos agora e lar para ancianos

MARIA DO CARMO: Mira, Josefina, os Bancos te emprestam uns trocados, e descontam direto no pagamento do aposentado. Bom, né?

Neste chat foram abordados assuntos relacionados a necessidade de continuar trabalhando para complementação de renda, sobre os empréstimos consignados e sobre o trabalho para idosos.

Os alunos relataram o que ocorre em suas vidas e sobre suas observações na mídia e em seu entorno. Observamos a necessidade da continuidade do trabalho, da falta de preparo da sociedade para recolocação de pessoas idosas e sobre os empréstimos que na maioria das vezes são utilizados pelos filhos.



### 3.2.3 - Módulo Interação Social - início: 01 de setembro de 2009

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### Interação Social

Os contatos sociais e a interação constituem condições indispensáveis à associação humana. Os indivíduos se sociabilizam por meio das relações sociais. A interação social pode ocorrer entre uma pessoa e outra, entre uma pessoa e um grupo e outro e, cada vez mais isto ocorre pela mediação das tecnologias, condição da nossa era tecnológica.



Se com a telefonia já era possível se falar com alguém à distância e com ela manter vínculos sociais, o que dizer da Internet?

A Internet ampliou as alternativas de sociabilização e os espaços sociais. Blogs, chats, Orkut, correio eletrônico, tornaram-se espaços correntes de comunicação e de encontros das pessoas, inclusive das pessoas idosas, a partir do acesso ao mundo digital e familiarização com as tecnologias informacionais. O que pressupõe

a apropriação do instrumento e o desenvolvimento de habilidades para lidar e articular outros saberes.

Veja mais informações sobre o crescimento do uso da internet pelos idosos na notícia:

[Idosos rendidos à internet](#)

Estudos divulgados referem que nos EUA, por exemplo, quase metade dos idosos com uma idade entre os 70 e os 75 anos afirmou ter usado a Internet no último ano, alguns mantendo até uma presença regular, em blogues ou redes sociais.

Assim como os jovens, os mais velhos usam a Internet para se manter em contato com familiares ou amigos. E começam a realizar algumas compras e a entrar em redes sociais.

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### A comunicação mediada pelo computador

O ciberespaço existe com base na combinação de uma série de tecnologias: equipamento ou hardware; programas ou softwares; redes de telecomunicação e o uso que dele fazem os internautas.



fonte: www.tvi24.iol.pt

O computador - aliado ao processo comunicacional via Internet - é instrumento importante que intermedia ações - comunicação, lazer, trabalho, acesso à informação - na sociedade contemporânea. Enfim, trata-se da comunicação entre pessoas que estão separadas no espaço e - possivelmente também - no tempo, mediada por computadores interconectados em uma rede.

No Brasil, por exemplo, deu-se a partir de meados da década de 90, do século XX. Década em que surgiu o nome de comunidades virtuais, cujo autor Howard Rheingold, especialista em comunidades virtuais, é um dos intelectuais mais destacados no campo da cibercultura. Autor de obras pioneiras como Virtual Reality, The Virtual Community e Smart Mobs.

##### Mais informações você encontra em:

[Entrevista: Howard Rheingold, um dos "Papas" das Comunidades Virtuais](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### A comunicação mediada pelo computador

A existência do computador nos domicílios assim como o acesso à Internet, segundo pesquisa do PNAD 2006, praticamente dobrou entre 2001 e 2006 e seu crescimento é vertiginoso. [Veja Aqui](#)

No entanto, a pesquisa Idosos no Brasil: vivência, desafios e expectativas na 3ª Idade - realizada em 2006 - parceria entre a Fundação Perseu Abramo, SESC Nacional e SESC São Paulo, mostra a urgência de projetos e políticas públicas que ampliem o acesso ao mundo digital para a população idosa.



**Mais informações sobre a pesquisa  
você encontra em:**  
[Idosos no Brasil. Vivências, desafios e  
expectativas na 3ª idade](#)

Entre as razões do interesse pelo computador apresentadas pelos idosos pesquisados, estão a aquisição de conhecimento (11%) e a possibilidade de estabelecer comunicação com amigos e familiares distantes (7%).

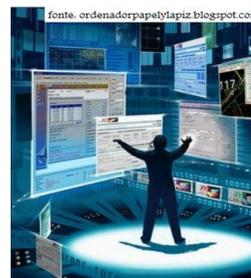
[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### O ciberespaço

As possibilidades oferecidas pela Comunicação Mediada por Computador (CMC) contribuem para transformações nas relações sociais.

Pierre Levy, foi um dos primeiros autores a falar sobre esse espaço. [Veja sua biografia](#) e sua [entrevista à Roda Viva](#). Junto com [Manuel Castells](#) eles foram dois grandes autores que veem o ciberespaço na sociedade do século XXI como terreno importante de comunicação, de interação social e também como recurso de criação. Para Pierre Lévy, o ciberespaço se tornará o principal canal de comunicação e suporte da memória da humanidade a partir do século XXI.



### Para compreender melhor a complexidade da sociedade em rede leia os artigos:

- "Sociedade em rede e modo de desenvolvimento informacional: descrições sociológicas da sociedade contemporânea sob o capitalismo avançado", de Marcos Moura Baptista dos Santos, no site [Sociedade em rede e modo de desenvolvimento informacional](#).
- Sociabilidade no Ciberespaço: Distinção entre Plataformas e Ambientes, de Mário J.L. Guimarães Jr, no site [Distinção entre Plataformas e Ambientes](#). O ciberespaço é um espaço de comunicação que descarta a necessidade do homem físico para constituir a comunicação como fonte de relacionamento, dando ênfase ao ato da imaginação, necessária para a criação de uma imagem anônima, que terá comunhão com os demais.

[Ciberespaço](#) e [Desdobramento virtual do livro Internet](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Comunidades Virtuais: Orkut, Linked-in, Blogs...

Comunidades virtuais são grupos de pessoas com interesses comuns que se comunicam estruturadamente através de meios eletrônicos, principalmente a Internet.



O advento da Internet como meio de comunicação ágil, flexível e de baixo custo, e sua adoção em larga escala pelas organizações foram os propulsores das comunidades virtuais. Grupos de pessoas com interesses comuns - em uma organização ou em várias - se formaram paulatinamente, se comunicando através de e-mail, chats e websites.

Comunidades virtuais, portanto, são grupos de pessoas que se unem espontaneamente em torno de assuntos, interesses, vontades, comportamento e atitudes comuns em relação a algum tema. Isto quer dizer que pessoas "parecidas" podem pertencer a comunidades diferentes e pessoas aparentemente "tão diferentes" podem pertencer às mesmas comunidades. Uma pessoa idosa e um adolescente podem pertencer a uma mesma comunidade de interesses musicais, por exemplo.

Profissionais de uma área específica passaram a poder trocar informações relevantes para o seu dia-a-dia, sobre suas "melhores práticas", a forma como estruturaram seus processos e a compartilhar soluções para os seus problemas mais comuns. Verdadeiras "comunidades" começaram a se formar nas empresas em torno do compartilhamento de suas "práticas".



**Veja uma notícia que saiu sobre os idosos utilizando as redes sociais:**

[Idosos usam redes sociais na internet para escapar da solidão.](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

A popularização da Internet e das comunidades virtuais vem ao encontro da abordagem da Gestão do Conhecimento, favorecendo o estabelecimento de uma cultura favorável ao compartilhamento de experiências, conhecimentos e melhores práticas nas organizações.

**Para entender um pouco mais sobre as comunidades virtuais, leia os seguinte textos**

**localizados em:**

[Comunidade virtual](#)

[COMUNIDADES VIRTUAIS GERANDO IDENTIDADES NA SOCIEDADE EM REDE](#)

[As comunidades virtuais: Orkut, Linked-in, Blogs.](#)

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Ambiente virtual: espaço livre para relações familiares, amorosas e sociais

O ambiente virtual é desejado pelas pessoas acima de 60 anos. Ali eles podem mostrar-se aos outros, no sentido não aquele necessariamente de expor sua imagem, sua face, mas o de veicular sua voz, fazer valer sua opinião escrita, sem restrições de qualquer ordem, sem sofrerem estigmatizações sociais, como a de serem feios ou bonitos; gordos ou magros; jovens ou velhos; pobres ou ricos; aposentados ou não-aposentados; escolarizados ou pouco-escolarizados; com grande ou apenas suficiente manejo tecnológico.



fonte: www.sescsp.org.br

Sentem-se, no espaço virtual, como pessoas protegidas das pressões psicológicas do mundo, da própria juventude, da concorrência de promoção no trabalho ou negócios, da precariedade da própria saúde, e sem mesmo precisar estar entre pessoas de sua idade. Escapam, inclusive, de serem condenadas a mostrar uma vida muitas vezes precária material ou mesmo socialmente.

Ao rompimento da espacialidade e temporalidade trazido pela comunicação on line articula-se agora o rompimento do fosso entre velhos e jovens; de ser mãe ou sogra; filha ou nora. Na internet, pouco importa ter 8 ou 80 anos: ali todos partilham um interesse que se mostra bastante comum das pessoas idosas especialmente: ativar as relações familiares, ampliar a sociabilidade da família.

No ambiente virtual, todos se encontram, ou melhor, se confraternizam, não importa onde estejam, não importa a hora do dia ou da noite, não importa a condição física ou de aparência do convidado "àquela ceia".

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Ambiente virtual: espaço livre para relações familiares, amorosas e sociais

Mais do que ampliar a rede de amizades do idoso, a novidade da ampliação da comunicação familiar, especialmente aquela com parentes distantes, foi comprovada em pesquisa desenvolvida pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil, sobre o uso das tecnologias da Informação e da Comunicação no Brasil, em 2006, concluída em 2007 (<http://www.cetic.br/>). Idosos com objetivo comunicativo na internet superam percentualmente os jovens ou adolescentes com tal interesse.

Isso nos indica que os maiores de 60 anos exercem a comunicação inter-familiares, através da rede, com mais vitalidade que os demais segmentos da sociedade, que têm muitos outros interesses na internet.



fonte: hankarralynda.blogspot.com

Os idosos, certamente objetivando afastar e vencer a situação de solidão a que muitos ficavam relegados há algum tempo, após sua aposentadoria ou após o casamento ou mudança de lar dos filhos.

As pessoas idosas continuam buscando o encontro com a família, por meio do meio de comunicação que lhe está ao alcance. Ele reivindica, por meio da internet, a integração da família em uma rede de encontros virtuais, dada a impossibilidade dos encontros pessoais, especialmente nas grandes cidades. Afinal, a internet pode promover a aproximação, ainda que virtual, dos membros familiares, e sem quase custo financeiro, como seria o caso de contato por telefone ou fax, ou mesmo correio. Isso quer nos dizer que a família continua sendo a preocupação maior do idoso-internauta.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Sociabilização

"Só ao homem é dado associar e dissociar"  
(Simmel, 1993)

Apoiados na definição de sociabilização proposta por Georg Simmel como forma autônoma e lúdica de socição, propõe-se e caracteriza-se o espaço de sociabilidade, criado na vinculação das tecnologias, como local privilegiado de encontros, trocas afetivas e aprendizado. A socição é entendida na forma como os indivíduos se aproximam em núcleos de satisfação de seus interesses. Em síntese, pode-se pensar a sociabilidade como associação pura e simples, sem interesses outros que não o da própria associação.

#### Interessantes artigos sobre esta temática podem ser vistos em:

[Georg Simmel - Compreensão inicial](#)  
[COMUNIDADES VIRTUAIS - Uma abordagem teórica](#)  
[COMUNIDADES VIRTUAIS - Uma abordagem teórica](#)

A possibilidade de um contato ubíquo, sem deslocamentos, sem grandes custos, nem riscos, passou a ser oferecida à população, inclusive à menos favorecida economicamente, pelo meio digital-eletrônico. Uma via rápida e bem sucedida de manutenção das relações entre idoso e familiares ou entre idosos e amigos, muitas vezes constituindo um novo "Programa de Vida", quando idosos passam a investir em novas possibilidades até de trabalho, pessoal ou comunitário (como em associação de bairros, igreja...), pelo computador.



Inclusive uma possibilidade aberta de relacionamentos que, no jargão internáutico, se pode dizer de forma sintética: in live, ou em tempo real, quando os idosos podem, no momento em que o desejarem, contatar a um só tempo várias pessoas, bastando apenas estarem conectadas. On line, ou seja, sem que o idoso precise se deslocar fisicamente da frente de seu computador, sem custos de passagens, sem perigo de acidentes ou incidentes nas ruas. In praesentia, mas aparentando contraditoriamente in absentia, ou seja, o idoso estando presente, inclusive visualmente pelo webcam, o tempo todo para os familiares e amigos, em acesso contínuo, embora distante espacialmente.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Ampliando a sociabilidade

De acordo com um estudo realizado pela Nielsen Online, os sites de relacionamento social e os blogues, são responsáveis por quase 10 por cento do tempo passado na internet. Os utilizadores mais frequentes deste tipo de sites, de acordo com o mesmo estudo, são brasileiros, num total de 80 por cento.

Apesar do Facebook (<http://pt-br.facebook.com/>) ser a mais famosa rede de relacionamentos, com 108,3 milhões de frequentadores exclusivos, as preferências variam em cada país. Ele é o site mais visitado na Austrália, Espanha, Suíça, França, Reino Unido e Itália.

Já o Orkut (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Orkut>), por exemplo, foi praticamente dominado pelos brasileiros, que hoje correspondem a mais de 75% dos usuários da comunidade. Fato que obrigou o Google, dono do serviço, a lançar uma versão totalmente em português.

Dados divulgados pela empresa de análise de mercado Nielsen, a respeito do uso do Twitter (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Twitter>), mostram que ao contrário do que poderia se imaginar, os adultos "twittam" mais que os adolescentes.

Muitos destes sites foram originalmente criados para um público mais jovem, mas os mais recentes frequentadores do Facebook, apresentam idades entre os 50 e os 64 anos, chegando a ultrapassar em dobro o número de utilizadores com menos de 18 anos.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Ampliando a sociabilidade

Já há resultados de pesquisas que mostram que a tecnologia permite às pessoas idosas melhorar sua qualidade de vida e prolongar sua independência. Saiba mais sobre os resultados de uma dessas pesquisas: [clique aqui.](#)



A internet propicia que o idoso recupere os relacionamentos com amigos antigos, que crie novos amigos nos chats ou salas de conversação virtual. Inclusive relacionamentos novos podem até resultar em relações amorosas virtuais ou seladas concretamente.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Os blogs como espaços de experimentação de interação social



Os blogs são formas de expressão primeiro do blogueiro – criador dos posts – e dos internautas que o acessam que deixam registrados seus comentários e estabelecem uma comunicação multidirecional. Como ambiente de interação – na formação de comunidades virtuais – manifestação e expressão, qualifico o blog como ferramenta significativa para analisar a sociabilidade desenhada e o protagonismo do velho, protagonismo compreendido como opção, atitude e ação.

Celina Dias Azevedo, 2009

O "blog" é um registro cronológico de comentários, fatos, imagens – fotos ou vídeos – ou de opiniões. O termo designa não apenas um texto, mas também um programa e um espaço. Blog indica um espaço onde blogueiros e leitores/comentaristas se encontram. Para se ter um blog, enquanto texto e espaço, utiliza-se normalmente um programa de blog". Enquanto o blog tem como forte característica a interação e carrega a intenção de uma atualização constante – através dos posts – o registro do que foi publicado pelo blogueiro é guardado, normalmente em ordem cronológica. Já a página da Internet divulga um conteúdo – que não tem a intenção de atualização constante – e pouca interação.

#### Mais informações você encontra em:

##### [Comunidades de blogs e espaços conversacionais](#) [O que é um blog ou weblog ?](#)

A pesquisa "O velho no ciberespaço: sociabilização nos blogs de cidadãos acima de 60 anos", realizada na PUC-SP por Celina Dias Azevedo, em 2009, analisou os blogs a seguir:

<http://amis95.blogspot.com/> - (blog em espanhol) – depoimento pessoal de uma idosa de 95 anos – expressão pessoal.

<http://fernandojorge88.blog.terra.com.br> – informativo.

<http://poemasepoesiasdeamor.blogspot.com/> - expressão pessoal.

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Próxima](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Exercícios de Fixação da Aprendizagem do que foi estudado até aqui:

Agora que você finalizou a leitura desse segundo conteúdo, vá até o 3º Fórum de Discussão e comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) De que forma você pode usar a internet para melhorar a sua vida?
- 2) Você já usa ou gostaria de usar um desses sites de relacionamento (Orkut, Facebook, Twitter, etc.) para fazer mais amigos?
- 3) Você usaria um blog para contar suas experiências de vida para as demais pessoas?
- 4) Você acredita que pode haver uma interação social verdadeira através desses recursos disponibilizados na internet?

[Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [Início](#)



3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"

por VICENTE PAULO ALVES - sábado, 12 setembro 2009, 15:01

Agora que você finalizou a leitura desse terceiro conteúdo, comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) De que forma você pode usar a internet para melhorar a sua vida?
- 2) Você já usa ou gostaria de usar um desses sites de relacionamento (Orkut, Facebook, Twitter, etc.) para fazer mais amigos?
- 3) Você usaria um blog para contar suas experiências de vida para as demais pessoas?
- 4) Você acredita que pode haver uma interação social verdadeira através desses recursos disponibilizados na internet?

Abertura do Fórum: 1º-09-09

Fechamento do Fórum: 15-09-09

[Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Marlene Montich de Castro - quarta, 2 setembro 2009, 10

Olá minha Profª querida, estou feliz em estar participando de nosso curso, foi através do seu ensinamento que aprendi a mecher no computador, e agora consigo me comunicar com meus familiares, e amigos distantes. Também consigo fazer várias pesquisas, compras, ouço músicas , recebo lindas mensagens, enfim me tornei uma pessoa mais comunicativa. Eu não gostaria de usar estas comunidades virtuais, pois infelizmente não tenho tempo disponível, e já uso o MSN, e o Yahoo e estou muito satisfeita com eles.

Quanto ao Blog acho muito interessante ter esse intercâmbio com outras pessoas, se pudesse gostaria de participar , mas o meu problema é o tempo indisponível.

Acredito que essa interação existe, pois a prova está sendo esse curso virtual que estamos fazendo através da internet. Ele está nos dando a oportunidade de conhecer pessoas de outras cidades e até de outro país. E vai além, pois nos dá a oportunidade de nos expressarmos sobre os temas apresentados e discutirmos com os nossos companheiros sobre suas opiniões. O Fórum foi uma experiência nova para mim.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Luzia Maria de Oliveira - quinta, 10 setembro 2009, 23:22

eu uso a internet pr falar com os amigos familiares e conhecer o mundo sem sair de casa,faço pesquisas,envio mensagens ouço musicas coloco fotos enfim faço uma porção de coisas que mi beneficiam.

qto outros contatos tenho orkut mais praticamente nao uso FACEBOX e Twytter eu não a conheço. Mais acredito q pode haver uma interação social verdadeira através desses recursos na internet sim porq ja tenho amizades adquiridas através desses meios de comunicação e nos se damos muito bem.

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Antonio Salvador da Rosa - quinta, 10 setembro 2009, 16:45

Amigos do chat e professores,. Quanto ganhei um computador de meu filho, a 4anos nunca imaginava, pudesse ser o salvador de minha existencia. Porque graças a internete viria a conhecer muitos amigos virtuais e reais . Vivia em um mundo fechado com o falecimento de minha esposa . Ganhei curso de computação para aprender melhor a usar o mesmo .Hoje participo de festas , niversarios de amigos virtuais que muitos são reais .Graças a net consegui encontrar pessoas maravilhosas . Converso no msn , Orkut sempre procurando amigos , mandando e-mails de alegria fé carinho e amor.Namoro a tres anos uma amiga virtual que passou a ser real , minha companheira , que trouxe a esperança a paz ao meu coração e passei a ter um amor e carinho especial a ela . Graças ao pate papo do msn e uol quando a conheci.Por isso amigos e outras coisas mais a internet mudou muito minha vida. Converso com os familiares , leio jornais e revistas , estou sempre atualizado.Obrigado novos amigos em poder ter a suas amizades neste curso , esperando criar laços de amizade cada vez mais. Com carinho paz luz e amor.

Antonio

[Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Marcia Ida Bresssanin Ferretti - domingo, 13 setembro 2009, 22:53

Professores e colegas

1- A internet me interou na vida, pois me sentia ultrapassada, isolada, fora da realidade atual. Quando alguém me perguntava: - Você tem e-mail? Com a internet ficamos mais participativos, não ficamos parados no tempo, evoluímos, modernizamos, inclusive é muito bom para trabalharmos e exercitarmos nossa memória. Eu uso o computador para trabalhos pessoais, e isto está sendo de grande utilidade, para receber e enviar e-mails, fazer pesquisa em algum site... Só não gosto de passar muito tempo na frente do computador, pois é muito cansativo e fisicamente prejudicial.

2- Eu não uso estes sites, não gosto e não tenho muita paciência para estas coisas.

3- Se eu tivesse alguma experiência de vida interessante, que servisse como exemplo para ajudar alguém eu usaria.

4- Tomando os devidos cuidados, acredito que sim. Tchau, a todos! Até a próxima.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Arlette Xavier Fenner - domingo, 13 setembro 2009, 17:06

Caros amigos virtuais,

Considero a Internet o evento mais auspicioso. Nestes tempos modernos é imprescindível fazer parte desse mundo maravilhoso que tantos benefícios trouxe à humanidade. Acesso a Internet para ler as manchetes dos principais noticiários, pesquisar assuntos variados no Google, falar com amigos e familiares, no meu caso, através do correio eletrônico. Muito importante também efetuar pagamento de obrigações rotineiras, tais como, contas de luz e telefone, etc. sem recorrer às agências bancárias.

Não tenho sites de relacionamento e, para ser sincera, não disponho de tempo para tanto. Na minha opinião o blog é invasão de privacidade e nunca confiaria minhas experiências de vida a estranhos.

Acredito que pode haver interação social verdadeira através de recursos existentes na Internet desde que observados critérios de seriedade, transparência e seleção.

Que Deus abençoe a todos os meus amigos virtuais nesta belíssima tarde de domingo.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Maria do Carmo Vilela - domingo, 13 setembro 2009, 12:29

A Internet nos traz o mundo através de notícias, conhecimentos, interação e lazer. É muito bom pesquisar sobre um assunto que nos interessa, informações, ouvir rádio de outros países, baixar músicas e filmes, ver fotos e vídeos de lugares maravilhosos, atizando o nosso desejo de conhecê-los. Melhora sim, a nossa qualidade de vida. A Internet é uma interação com o mundo. Tenho um grupo de familiares e amigos distantes. É muito bom comunicar-se com eles, comentando sobre todos os assuntos. Orkut e MSN, são boas ferramentas para uso. Blog. Falar do meu dia a dia num blog, não vejo onde isso possa me ajudar ou levar interesse à alguém. A interação verdadeira pode existir nesse contatos, desde que haja qualidade e honestidade de interesses.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 3º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Interação Social"  
por Abner Ferraz de Campos - sexta, 11 setembro 2009, 21:38

Caros amigos e professores,

1) A Internet para mim há pouco tempo atrás era apenas um sonho, a além disso não era muito entusiasmado com o computador. Usava no trabalho para escrever umas cartas, fazer folhas de pagamento, mas minha preferência era pela velha maquina de escrever, me sentia mais à vontade, Um dia uma amiga minha me disse: "Abner, o computador é apenas uma máquina de escrever melhorada, e quando você se acostumar nao larga mais". Esse foi o meu maior incentivo, mas só o computador sem a Internet eu não queria, e comecei a usar no trabalho. Hoje em dia, não fico sem. Escuto musica, principalmente rádios fm. mas o mais importante mesmo é a faculdade que estou fazendo pela Internet, o que não conseguiria sem ela. O estudo me preenche os vazios que todos nós temos, além das consultas que faço desde receitas até textos filosóficos.

2) Usei o orkut um tempo, mas acabei sendo clonado e apareceram muitos orkut com meu nome e de meus amigos, então cancelei e não desejo ter mais. Actualmente uso o msn, nas não tenho muita paciência e tempo para ficar conversando, e um papo engrena bem bem quando ambas as pessoas têm algum interesse em comum, e o papo se desenrola bem, caso contrario ele se perde rapidamente, tornando-se um papo inconsequente e sem futuro  
Gostaria de experimentar o twitter, mas nem tenho ideia como fazer..

3) Usaria sim, mas não sei se haveria algum maluco para ver minhas experiências, que são iguais as de todo mundo, sem nada de especial e se tivesse um blog iria usar para fazer as pessoas rirem, e não chorarem com minhas experiências, que são simples e talvez até simplórios.

4) Acredito que sim, mas acho bem difícil, é como disse acima, desde que haja interesses comuns entres os envolvidos, caso contrário, não haverá, interação, como pessoalmente também, tem que haver o interesse comum, caso contrario se esvazia com muita rapidez.

Abraços, abner

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Os relatos apresentaram um pouco da trajetória de cada um em relação ao computador e a Internet, de como foram se apropriando de cada ferramenta ofertada e das escolhas que fizeram por esta ou aquela.

A escolha na utilização de e-mail, Orkut, Twitter, ou outro recurso tem a ver com a própria experiência de vida, com a necessidade de cada um. O ambiente virtual assim como o ambiente real está para o bem, assim como para o mal. Alguns alunos relataram acontecimentos bons e ruins propiciados pela Internet.

É fato que o virtual não substitui o real, mas aproxima ao ponto de promover novos relacionamentos, sejam eles amizades, reencontros ou novos amores.

Relatam ainda que não devemos permitir a persuasão de palavras, imagens e sons que nos levará a atos solidários, sendo necessário um cuidado ao abrir anexos, que buscam ajuda de qualquer espécie. Convites para novas amizades e novos amores devem ser cautelosos.

Interessante observar que os alunos apresentaram em seus relatos as diferentes opiniões acerca dos serviços ofertados na Internet, o quanto é importante conhecer as opções para saber se é necessário utilizá-las ou não. Não é necessário o domínio total, mas é fundamental saber utilizar algum recurso.

Observamos neste Fórum uma real Interação Social proporcionada pelo Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos, pois através dos recursos tanto tecnológicos quanto virtuais (Internet), os alunos (as) participantes puderam se apropriar de novas ferramentas como o Fórum e também estabelecer novas amizades.



### Chat Módulo Interação Social (5ª feira, 03/09/2009 - 22h00) - 15 alunos participaram

GISNELLI: Enviei uma lista de todos para todos com os endereços do MSN

JOSE: Parece-me que há um consenso que o Orkut é um instrumento bom para troca de fofocas.

GISNELLI: por´me percebi que há mais troca de mensagens por e-mail do que bate-papos instantaneos

MARIA DO CARMO: Eu uso o ORKUT mandando recados possíveis para meus irmãos de outros Estados. Economiso, não usando o TEL.

JOSEFINA: ah obrigada isso e importante archivar para o ter sempre a nossa disposicao

OLGA: talvez seja necessario marcar uma hra para conversar

MAXIMA: Faz fofocas no Orkut, quem faz em qualquer outro meio de comunicação

GISNELLI: Observem: Enviei uma lista de todos para todos com os endereços do MSN, porém percebi que há mais troca de mensagens por e-mail do que bate-papos instantaneos, e que a maioria ainda não trocou MSN, ou seja a troca de mensagens por e-mail é maior, e não vejo uma real INTERAÇÃO netas trocas!!

JOSE: No MSN ou no Skipe, podemos a qualquer momento nos comunicarmos com mais calma e até com mais qualidade.

JOSEFINA: mira estou pensando internet e como a tv vc tem bom e maus programas vc elige o que mis conveniente o gosta

MARIA DO CARMO: MSN eu o uso diariamente, com a mesma finalidade. ECONOMISAR.

GISNELLI: tem muitas ofertas de comunidade e maneiras de INTERAÇÃO SOCIAL, mas somos nós que escolhemos

GISNELLI: Mas a grande questão é: de que forma INTERAGIMOS SOCIALMENTE na Internet? há qualidade nesta interação?

VICENTE: Boa noite a todos. Estou acompanhando a conversa de voces, sob a coordenação da Gis. Com certeza, estou com saudades de todos.

GISNELLI: Então pessoas: Mas a grande questão é: de que forma INTERAGIMOS SOCIALMENTE na Internet? há qualidade nesta interação?

OLGA: Gis, acho que podemso dividir entre a interação ativa, pate papo e troca de idéias e a pacivaenvio de emails

JOSE: De modo geral, não há qualidade na interação pela Internet, Gisnelli, mas pode ser melhorada essa comúnicção e depende somente dos seus usuários.



JOSE: De modo geral, não há qualidade na interação pela Internet, Gisnelli, mas pode ser melhorada essa comunicação e depende somente dos seus usuários.

MAXIMA: O antonio e eu temos uma interação social intensa com amigos da net

OLGA: nos podemos e devemos dizer para as pessoas como queremos nos comunicar

A internet é um ótimo meio de comunicação, mas, seus usuários ainda não Gisnelli. Sem querer abrir polêmico lembro apenas a pornografia como um exemplo mau. Ou não?

GISNELLI: Mas não há só isso Simao, como tudo na vida, temos ofertas boas e ruins, com certeza a Internet não ficaria fora disso.

HELIO: eu acho pelo que estou vendo é que a interação social é justamente isto que esta acontecendo neste momento, estamos interagindo, OK.

ANTONIO: depende de nós que mandamos as mensagens

LUZIA: Simao nos é qtemos de escolher o programa q nos convem

GISNELLI: Isso mesmo Helio, graças ao curso pudemos nos conhecer e quem sabe até estreitarmos laços

JOSEFINA: e acho que as opinioes sao muito diversas isso e interesantissimo

MARIA DO CARMO: Já ouvi muito, que a internet é como uma rua, tudo acontece alí. Eu acho que vc passa nessa rua e, desvia do que não gostou, não viu, não quer...

JOSE: O uso do espaço público, precisa mesmo de regras. A rua é de todos, mas, precisa ser bem usada. A internet também. Assim a informação da Maria do Carmo é significativa.

GISNELLI: É também uma comunidade virtual, é claro que não é tão popular, mas tem seu espaço

JOSEFINA: um lugar de encontro parecido a facebook, badoo, hi5 etc

LUZIA: tenho amigo da espanha portugal colombia etc..etc..

GISNELLI: Bem pessoas, creio que podemos finalizar, mas ainda há uma dúvida, há interação social na troca de mensagens por -emai? podemos discutir no domingo, quando estiverem enviando ou replicando mensagens por e-mail, pensem nisto, ok?

HELIO: para falar a verdade ,eu quais não conheço esta ferramentas , pois tenho pouco conhecimento desta outra ferramenta que é o computador.

GISNELLI: Boa noite à todos, foi muito bom estar com vocês...é claro, interagindo rrsrs até domingo

VICENTE: Boa noite a todos. Nos falamos no próximo chat.



Os relatos apresentam as possíveis relações que podem ocorrer nos espaços virtuais, ou seja, nas redes sociais. Para Tajra,

(...) pode-se verificar que uma comunidade virtual pode se estabelecer como um sistema vivo autopoético a partir das relações de colaboração e cooperação, desde que seus membros interajam, principalmente, de forma dinâmica e autônoma no seu limite operacional...(Tajra, 2002:96)

Observamos neste chat a discussão sobre a realidade virtual da interação social, para alguns não há, mas outros concordam que ela é real e que a prova é o curso que aconteceu neste espaço virtual.

#### **Chat Módulo Interação Social (domingo, 06/09/2009 - 09h00) - 10 alunos participaram**

MARIA JOSE: Quase não uso o MSN, mas acho mais integrativo que o e-mail. A gente "fala" diretamente com a outra pessoa. Há maior calor humano, dá para mostrar melhor as emoções.

LUZIA: eu utilizo e muito.

ANTONIO: O msn é uma forma de comunicação dos idosos

GISNELLI: Todos utilizam O msn?

MARIA DO CARMO: Eu utilizo diariamente. nessa semana eutou vivendo um problema de saúde em f amilia. e o msn foi ótimo para comunicarmos o fato e criar uma corrente de or~ções entre todos. MAXIMA: com excessão de parentes e amigos fora da net, chegamos ao MSN por outros meios como as salas de bate papo

M. DO CARMO, o q vc disse acontece tbem em outros meios como sites de relacionamentos e bate papo

MARIA DO CARMO: sim, Maxima, estou citando o msn, mas pode ser por qualquer outo meio interativo.

GISNELLI: Bem e qto ao ORKUT?

ANTONIO: muitos jovens gostam de entrar na sala de pate papo , para aprender alguma coisa conosco

JURANDIR: eu me comunico com o MSN com meus irmãos do interior é muito legal e não custa nada. o ORKUT U eu participo dos meus filhos mas gostaria muito de ter o meu, é mutio legal

LUZIA: sabe professora eu e maxima nos tornamos grande s amigas

MAXIMA: no MSN temos a vantagem de falar e ver as pessoas pelo web cam

MARIA DO CARMO: A Maxima tá comigo, não é Maxima?kkk



MAXIMA: tenho um grupo de amigos q nos reunimos na sala de bate papo p/ conversar e colar musicas  
MARIA DO CARMO: Tem aquele do gmail, que descobri por acaso..  
GISNELLI: Então alé do MSN, o mais popular, podemos obter novas amizades por qualquer meio de comunicação virtual?  
MAXIMA: o orkut é muito bom tbem, reencontrei amigos q estavam afastados  
GISNELLI: Alguém utiliza outro meio de comunicação virtual?  
MAXIMA: sim....Gi. as salas de bate papo  
GISNELLI: Maxima, mas esses ambiente não são PERIGOSOS?  
MAXIMA: perigo tem sim.....mas precisamos selcionar com quem falamos  
GISNELLI: Muito bem, MAXIMA, mas houve alguma regra para participar?  
JURANDIR: eu uso msn, e-mail e agora os bate-papos espero aprender mais coisas para angariar mais amigos  
GISNELLI: é verdade MCarmo, o GMAIL e o YAHOO oferecem serviço de comunicação por tecla, voaz e imagem  
MARIA JOSE: Tenho poucos contatos, mas quando dá, falo com eles. Gosto muito, pois como já disse, a gente "sente" melhor quem está do outro lado.  
MAXIMA: não.....apenas entramos nas salas com pessoal com + de 50 anos  
CELIA: Eu gostei muito do MSN do Orkut Equero aprender tudo de bom que tiver na internet.  
MAXIMA: a amizade vai acontecendo naturalmente  
JOSEFINA: como vai todos carmo, gis e toda a turma de colegas  
MAXIMA: e a maioria desses amigos já conheço pessoalmente  
GISNELLI: Maxima, vocês tiveram alguma participação indesejada?  
MAXIMA: organizamos vários encontros com a turma  
JOSEFINA: aembora internet pode trair problemas sigo fan de internet percibo e a porta dum novo mundo  
MARIA JOSE: Gisnelli, apesar de ter lido todo o conteúdo, não aprendi como utilizar as outras ferramentas de comunicação. Também não sei se me sentiria segura ao usá-las  
GISNELLI: Precisamos ter bastante cuidado com os ambientes, acho que a Maxiam e o Antonio ppodem comentar  
MAXIMA: ontem mesmo foi ótimo.....relembamos musicas da nossa juventude  
GISNELLI: então pessoas, gostaria de retomar uma pergunta sobre o encontro passado..  
ANTONIO: conversar mais pelo msn com os novos amigos desse chat  
MARIA: dia 1 ENTREI NO skype com filha que mora nos EEUU



GISNELLI: Fazemos uso do e-mail de maneira errada?

MAXIMA: quem quiser aparecer por lá posso apresenta-los aos meus amigos entro lá como Syssi

MARIA JOSE: Quanto a e-mails, tem muitos que são interessantes, outros nem tanto, apenas ficam enchendo nossa "caixinha".

MARIA: e neta tos no RJ e AUSTRALIA e participamos do nascimento da minha bisneta foi mto emocionante e todos ficaram

GISNELLI: muitas veze mandamos correntes sem saber a origem e o pior mandamos para todos os nosso contatos e assim favorecemos os SPAMERS

MAXIMA: acho q sim.....muitas vezes recebemos um montão de e-mails de uma só pessoa.....

MARIA DO CARMO: acridito que sim, Gi. alem de que, o e-mail é uma ação solitária. eu mando, e não sei quando vou receber a resposta, ou se foi recebido. enquanto o contato por outros meios...

MARIA JOSE: Costumo conferir na internet alguns assuntos que recebo e dos quais duvido. A maioria é criação de alguém que deseja tumultuar.

MAXIMA: acho q um ou dois.....já está bom.....pq recebemos de várias pessoas então não dá p/ ler com atenção todos.....

GISNELLI: Maria Socorro, parabéns pela bisneta e que bom que puderam participar. É verdade ZEZÉ, é muito importante sabermos a procedência das mensagens por e-mail. Quem de vocês abriram o arquivo que colocamos no curso sobre o envio de mensagens por e-mail?

MAXIMA: outra coisa.....é gostoso receber uma palavra carinhosa com o e-mail, fica menos formal. ah! tem o problema tbem do CCO, muitos não usam e nossos endereços ficam expostos a todos,.

MARIA JOSE: a gente precisa peneirar mesmo o que recebe

JOSEFINA: sim eu nao o uso mais entendo que e muito importante para a privacidade das pessoas que recebem os mnsgrs

CELIA: Nunca tive problema com email os que é corrente eu deleto todos.

MARIA JOSE: e só reenviar o que for de melhor e seguro

JOSEFINA: eu recebo de pessoas que nao conhece e suponho que e porque pegan endercos doutros mails

MARIA DO CARMO: Muito bom. esclarece a utilidade do e-mail e como proceder com as benditas corrente s.etc.etc.

GISNELLI: Pessoal, além de receber váriás mensagens indesejadas por e-mail, é necessário deletá-las e NÃO REPLICAR, peço a todos que verifiquem o arquivo que colocamos no curso

Vocês acham que há INTERAÇÃO SOCIAL no uso de troca de mensagens por e-mail, como?



JURANDIR: eu sempre deleteo as mensagens estranhas e também não aceito entrar em orkut com quem não conheço, isso seve ser muito perigoso

MARIA JOSE: depende, se junto com o arquivo a gente coloca mensagem individualizada, aí sim. Não acho que funciona interativamente se a mensagem é enviado a muitos ao mesmo tempo

GISNELLI: Então para que utilizamos o E-MAIL?

MARIA DO CARMO: eu acho o e-mail mais uma ferramenta de informação. fica devendo em interação.

GISNELLI: Gostaria de saber qual sua opnião sobre a REAL UTILIZAÇÃO DO E-MAIL

JOSEFINA: para informar e ser informados seletivamente e para escribir a nossa famili o operacoes comerciais o estudo como fazemos aqui tbn mais informacao desejada e solicitada nao qualquier lixo

LUZIA: sabe professora poq muitas vezes recebe uma mensagem mais nao vem nem um bom dia se quer

MARIA JOSE: Acho que utilizamos o E-MAIL mais para enviar boas mensagens a quem queremos bem. Mas, repito, para haver interação, devo enviar individualmente.

JURANDIR: Gi, eu acho que utyilizamos e-mail para manter os amigos unidos na lembrança

GISNELLI: Concordo com vc Zezé, é isso mesmo para haver interação no e-mail, é necessário que o mesmo seja

DIRECIONADO à alguém e não para todos

JOSEFINA: os mnsgrs coletivoas sao nao para conectarse senao para participar dalguma coisa interessante con os outros nao necessariamente como contato direito

GISNELLI: Professor, estou questionando o uso do em-mail

VICENTE: Sim, Gis, estou acompanhando. Esse é um assunto muito bom!

GISNELLI: Vamos lá pessoas, há INTERAÇÃO SOCIAL qdo enviamos uma mensagem de e-mail para todos os contatos? Então pq replicamos mensagens INDESEJADAS para nosso contatos?

JURANDIR: eu também acho que os e-mail deve ser enviado para uma pessoa e com comentários, para uma melhor interação

GISNELLI: Pessoas, este assunto é muito sério, pois somos contribuidores dos SPAMERS, pessoas que ficam recolhendo endereços de e-mail e enviando MALA DIRETA,(SPAM) e programas indesejados que são os VIRUS

MARIA JOSE: quando recebo mensagem de quem não conheço ou duvido quem seja, não abro, deleteo

GISNELLI: Precisamos reciclar o que chega na nossa caixa, escolher as pessoas que realmente tem a "ver" com a mensagem que será direcionada.



JURANDIR: eu não mando mensagens indesejadas a ninguém, só quando é educativas e interessantes

GISNELLI: Como visto por todos, é certo que há interação no MSN e no ORKUT, mas e no E-MAIL?

Qual a diferença entre estes ambientes no que diz respeito a INTERAÇÃO SOCIAL?

ANTONIO: cria um vínculo maior de amizade virtual

LUZIA: converso muito e já fiz muita amizade pelo o msn.

Neste último chat deste módulo Interação Social, a discussão trazia a questão sobre a forma correta de utilizar e-mail, por experiência a pesquisadora acredita que uma grande parcela de pessoas idosas é responsável por replicar correntes de mensagens por e-mail, o que ocasiona uma grande contaminação em e-mail alheio por vírus e spam.

Podemos notar as várias tentativas da pesquisadora em discutir o envio destas mensagens, da troca real de mensagem, real no sentido de valorizar quem está recebendo, no sentido de deixar o achismo de lado, e ter a certeza que tal mensagem irá beneficiar o outro.

Para tanto foi disponibilizado no banco de dados do Curso uma apresentação em slides que ensina a utilização correta destas mensagens por e-mail.

O que notamos foi o pouco aproveitamento deste material pelos alunos do curso. É necessário em um curso posterior, rever a utilização de correio eletrônico.



### 3.2.4 - Módulo Produtos e Serviços - início: 16 de setembro de 2009

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### Produtos e Serviços



fonte: magui-netcom.blogspot.com

A preocupação com o bem-estar leva as pessoas a buscarem mais qualidade de vida, o que deve aumentar a demanda por produtos e serviços que facilitem suas vidas e tragam comodidade. Esse é o campo aberto pela Era da Longevidade que se institui neste século XXI, caracterizando-se como um dos mais desafiadores para os campos da produção e oferta de mercado, ainda um tanto concentrados em metrópoles como São Paulo e Brasília, mas que deve estender-se necessariamente a outras cidades brasileiras. A Web, que já se apresenta como o meio de compra, deve disparar a oferta de serviços na internet.

A pessoa idosa já integrou o uso da internet ao seu cotidiano. O IBOPE Nielsen Online (<http://www.ibope.com.br>) vem mostrando diversos dados sobre a internet, como por exemplo, aqueles que mostram o crescimento do número de usuários com 50 anos ou mais: em fevereiro de 2009, mais de 3 milhões de pessoas nesse perfil navegaram na internet residencial brasileira. No período de um ano, o crescimento foi de 19,2%, o maior entre as faixas etárias. Segundo a pesquisa, esse público permanece em média 32 horas e 40 minutos por mês navegando em sites voltados para serviços financeiros, previdência social e comunicação, entre outras atividades, abrindo cerca de 1.245 páginas.

Pode-se compreender melhor esse uso, assistindo o vídeo no site: [DiaDia - Band](#)

Também a Internet já anuncia novas perspectivas científicas no tratamento das doenças na velhice; novas tecnologias inclusivas aos idosos e que tornam diferente seu cotidiano; novos produtos adequados ao ser longo; novos serviços para profissionais especializados no atendimento dessa clientela cronologicamente mais avançada; novas drogas para expectativas muito específicas ou novos hábitos e valores desses idosos também cada vez mais numerosos que se apresentam com muita visibilidade na sociedade contemporânea.



fonte: feedbacknews.com.br

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) Próxima Página

#### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

##### Foresight tecnológico

A globalização, fenômeno mundial de grandes efeitos econômicos, políticos e sociais, provocou uma competição acirrada entre as empresas dos mais variados países que, para continuarem competitivas, inclusive em termos sociais, vêm procurando imprimir um aprimoramento contínuo de sua capacidade produtiva especialmente aquela que atende à demanda de Produtos e Serviços. Isso tudo até que favorece a vida das pessoas mais idosas que podem desta vez ganhar vez e voz para o atendimento de suas necessidades vitais e superação de algumas de suas fragilidades.

Um dos ferramentais que contribuem para definir prioridades e formular políticas sociais é o **foresight tecnológico**, ou seja, a aplicação de um conjunto de habilidades metodológicas para prever o que provavelmente ocorrerá em um futuro muito próximo e usar esse acumulado de conhecimentos como subsídios fundamentais para oferecer Produtos e Serviços, suprimindo assim a precária oferta mercadológica para as pessoas idosas.

Tanto o idoso de idade muito avançada, acamado, e com todas as decorrências orgânicas e psíquicas de alguma patologia, quanto o idoso centenário ou quase centenário, apresentam necessidades e exigências que diferem em muito daquelas de idosos autônomos, com condição de por si decidirem por isto ou aquilo que lhes seja favorável.

Alguns Produtos e Serviços vêm sendo disponibilizados à sociedade, mas dos quais apenas estão a par e fazem uso deles as pessoas que têm sob seus cuidados mais diretos algum idoso. As demais pessoas certamente não os têm em conta ainda.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



fonte: supersocial.blogspot.pt



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Os serviços existentes hoje

O mercado vem oferecendo para aqueles que podem manifestar problemas de incontinência urinária, por exemplo, uma grande variedade em tamanho e formato de fraldas geriátricas. Para cuidar da pele longeva, estão disponibilizados o óleo Gersani, similar àquele destinado às crianças, o tradicional óleo Johnson, assim como o creme Dermacil, especialmente preparado para tornar mais resistente a pele hipersensível desses idosos. Para compreender melhor esta questão, leia o livro Comportamento do consumidor. Conceitos e Casos, de Beatriz Santos Samara et al. São Paulo: Campus, 2007.



fonte: [images.quebarato.com.br](http://images.quebarato.com.br)

Similarmente ao que é oferecido para pessoas com problemas de locomoção pelas casas de produtos ortopédicos, aos idosos também se abre esta possibilidade de aquisição ou aluguel de cadeiras de roda e banho; andadores, bengalas, muletas, enfim, equipamentos extremamente necessários para que o homem idoso de nossa época possa movimentar-se para além de sua moradia.

Bastante vocacionada para a adaptação interna das moradias aos novos tempos está o avanço trazido pela chamada "automação da residência do idoso" e das tecnologias assistivas, especialmente no caso daquela pessoa aposentada ou não mas que seja autônoma e que reside sozinha ou passa parte do dia solitária aguardando a família de volta do trabalho.

Para ver como são os projetos que adaptam residências para idosos [clique aqui](#).

Destacam-se, por exemplo, o tapete eletrônico que informa, a partir de seus sensores, dos passos do idoso sobre esse tapete; justamente para que a família possa monitorar se o idoso levantou-se, se deitou novamente, se perdeu o equilíbrio sobre o tapete etc. Outro mecanismo interessante é aquele que controla a um só tempo, os batimentos cardíacos, a pressão arterial, o nível glicêmico, de colesterol, enfim, aquele que por meio de uma prótese externa (uma pulseira, por exemplo), ou interna (um chip implantado em algum lugar do corpo), fornece à distância e ininterruptamente informações sobre o estado de saúde do idoso, acamado ou sozinho em casa. Um sensor também pode alertar o idoso sobre o horário de seus remédios ou da data da visita aos médicos.

**Saiba mais lendo a matéria Novas tecnologias acompanham idosos em casa no site: [Novas tecnologias acompanham os idosos em casa](#).**

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Produtos tecnológico-digitais

Nos tempos atuais a pessoa idosa passa a ser considerada o referencial mais exemplar no sentido de ter seu desejo despertado pelos novos objetos, especialmente os tecnológico-digitais, como o computador, a internet, o GPS, o celular, o Iphone... A área tecnológica é a mais desafiadora ao idoso e, ao incluir-se nela, ele se sente inserido no presente, sente-se plenamente realizado ao poder operar com esses mecanismos de forma similar a qualquer jovem e a fazer o melhor uso deles para si mesmo.



fonte: [www.versaozero.com](http://www.versaozero.com)

É fato de que o celular tornou-se mesmo um fenômeno diferenciado diante dos demais objetos de consumo. Nos últimos oito anos, o número de celulares no mundo saltou de 700 milhões para 3,3 bilhões de terminais, o que equivale à metade da população global. No Brasil, a taxa de sua adoção é ainda mais alta: 66 celulares para cada 100 habitantes. Sem sombra de dúvidas, o celular tornou-se artigo de primeira necessidade, especialmente para aqueles idosos que já se acostumaram a viver conectados, on line, ao mundo das informações em tempo real, ao mundo globalizado da internet. O celular é mais um passo para fazê-lo sentir-se incluído nos tempos contemporâneos.

A justificativa para o interesse pelo celular em todos os segmentos e níveis econômicos e culturais da sociedade mundial deve-se ao fato de que ele é um "recipiente de potência"; tanto que, não foi encontrada nenhuma definição desse dispositivo que possa se dizer satisfatória. Em geral, todas as definições de celular remetem a suas funcionalidades, o que se mostra um equívoco, porque continuamente outras novas funcionalidades são incorporadas ao dispositivo, o que torna uma definição em tais termos de funcionalidade, no mínimo, incompleta.

**A esse respeito há um interessante artigo de Diego Vicentin, chamado: ["Potência para o consumo"](#)**

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)



### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

#### Produtos tecnológico-digitais

Alguns livros também podem ajudar a ter uma compreensão maior sobre esta temática. Um deles é de Zigmunt Bauman, "Vida de consumo". Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2007. Outro é de Gilles Lipovetsky, "A felicidade paradoxal". São Paulo: Cia das Letras, 2007. E há ainda o livro de Richard Sennett, "A cultura do novo capitalismo". Rio de Janeiro: Record, 2006.



fonte: usxp.com.br

O celular é, na verdade, nos dizeres de Vicentin (2008), um objeto indefinido; é o núcleo de um processo de convergência tecnológica que tende a reunir num só gadget (dispositivo) diversas funcionalidades oriundas de diferentes tecnologias. É algo que está em constante mutação, já que se reformula a cada nova onda tecnológica, como por exemplo, a recente tecnologia de tela sensível multi-toques, que reduz o número de botões a apenas um, e aumenta as dimensões da tela de cristal líquido (LCD), permitindo, por exemplo, o tamanho das letras e imagens.

Mas também há celulares para os que não querem um aparelho cheio de ferramentas. Em vez de câmeras ou dispositivos para tocar música, há botões para chamadas de emergência, tela e teclas maiores do que as convencionais. Aparelhos elaborados para pessoas mais velhas que acham os celulares atuais muito complicados de usar. Um deles é o Life, que só tem as funções básicas, permitindo que o usuário apenas faça e receba ligações, envie mensagens de texto e elabore uma lista de contatos. O aparelho - criado pela empresa austríaca Emporia Telecom - possui acessibilidade: teclas grandes, tela confortável para um celular e pode ser programado para ter até cinco números de emergência. Atrás do aparelho há um grande botão vermelho, que pode ser pressionado em casos de emergência. O celular fará a ligação para um dos números registrados. Mensagens que deveriam ser enviadas no caso de uma emergência também podem ser criadas e guardadas no aparelho. O volume do telefone pode ser ajustado em um nível bem alto, caso o usuário tenha problemas de audição, e o celular também tem uma vibração mais forte do que a encontrada em aparelhos comuns. em conta ainda.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

### Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

#### Produtos tecnológico-digitais

Mas toda a atenção se deve ter para as mensagens de celular. Através dessa tecnologia muitos golpistas vêm oferecendo vantagens e promessas às pessoas idosas. Uma mulher do Estado de São Paulo perdeu mais de R\$ 13 mil em um golpe deste tipo. Pelo celular, ela recebeu a mensagem de que teria sido premiada com um carro zero km, para recebê-lo bastava ligar para um número indicado na mensagem.



fonte: www.gymbatagla.com.br

Quando ligou, pediram que ela comprasse cartões de recarga de celular e, a cada contato, as exigências - e os supostos prêmios - aumentavam. Em contrapartida ela deveria depositar o dinheiro das despesas, como imposto e documentação. O realismo das histórias pode ter consequências mais graves que prejuízos financeiros, como a de uma aposentada que teve um infarto quando recebeu uma ligação afirmando que sua filha tinha sido sequestrada.

O celular, seguindo a definição a partir de suas funcionalidades, torna-se objeto de consumo, especialmente para a pessoa idosa, porque age como uma espécie de prótese do corpo humano, potencializando faculdades imprescindíveis a esse homem contemporâneo - sua memória, sua capacidade de organização de tarefas, sua velocidade de decisão ou de simplesmente o estabelecimento de contatos com familiares, amigos ou empresas.

Outras tecnologias surgiram para atenuar o impacto da perda da memória. São os diversos porta-medicamentos automáticos que alertam verbalmente às pessoas quando chega a hora de tomar um remédio, como o Med-Time, da American Medical Alert, pode ser programado a administrar 28 dosagens diferentes de medicamento, também por até quatro vezes ao dia. Quando soa o apito, o usuário vira o aparelho para liberar as pílulas; caso a dosagem não seja tomada, as pílulas são trancadas para impedir uma superdosagem. Os momentos de simples esquecimento podem não ser passíveis de eliminação, mas seus efeitos podem ser atenuados.

**Alguns modelos podem ser vistos no site:**

<http://www.age-in-place.com/> (site de produtos em inglês)

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Serviços e produtos

Além das demandas de produtos, demandas outras, porém, das mais variadas ordens, como as de serviços especializados, chegam ao mercado, e muitas vezes as pessoas não sabem. Existem buscadores que ajudam a encontrar o que se necessita.

**Apresentamos alguns sites de pesquisa que ensinam a filtragem da informação que se busca:**

[Como fazer buscas com o Google](#)  
[Como fazer pesquisa na Internet](#)  
[Como fazer uma boa busca na internet](#)



Além de obter a informação desejada, as pesquisas na Internet acionam centros vitais no cérebro que controlam os processos de tomada de decisão e de raciocínios complexos, especialmente nas pessoas idosas. É o que cientistas da Universidade da Califórnia. Segundo

eles as descobertas demonstram que a atividade de pesquisar na Internet pode ajudar a estimular e possivelmente melhorar as funções cerebrais.

"Os resultados do estudo são encorajadores, as tecnologias computadorizadas emergentes podem ter efeitos psicológicos e potenciais benefícios para adultos de meia-idade e mais velhos," comenta o coordenador da pesquisa, Dr. Gary Small. "Pesquisar na Internet aciona uma complicada atividade cerebral, que pode ajudar a exercitar e melhorar a função cerebral."

**Maiores informações sobre esta pesquisa pode ser obtida no site:**

[Fazer pesquisas na Internet ativa o cérebro](#)

Os serviços especializados, muitas vezes são obtidos por meio da Universidade, como o da PUC-SP ([www.pucsp.br](http://www.pucsp.br)) em parceria com o Observatório da Longevidade Humana e Envelhecimento (OLHE) ([www.olhe.org.br](http://www.olhe.org.br)), por meio de diversas e repetidas mensagens recebidas eletronicamente no website Portal do Envelhecimento ([www.portaldoenvelhecimento.net](http://www.portaldoenvelhecimento.net)) contendo pedidos de auxílio quanto a serviços especializados que envolvem direta ou indiretamente o trabalho com o segmento idoso.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Serviços e Produtos

Veja uma das mensagens:

"Por favor, tenho avô com idade de 86 anos e é deficiente visual desde os 73 anos, atualmente ele se encontra inválido, pois faz mais ou menos uns 45 dias que ele não consegue se locomover, está com inchaço nas pernas e também nas mãos, ele não consegue ficar em pé, não tem firmeza nas pernas e ficou internado no Hospital de Vila Alpina - Zona Leste - São Paulo, fez vários exames e no último foi constatado que ele tem diverticulite. Precisamos de ajuda para cuidar do meu avô, ele vivia com minha avó na casa deles e ela também já tem idade e é doente também minha mãe não tem condições de cuidar deles ainda mais deste modo tendo inclusive de colocar fraldas no meu avô. Portanto, solicitamos uma indicação de clínica geriátrica para cuidar dele, somos pobres e gostaríamos de uma ajuda neste sentido. Aguardo um retorno, M. "

**O Portal Prolongevidade é uma ação do OLHE e surgiu para atender justamente essas demandas:**

Entre elas estão a assistência domiciliar (cuidadores e empresas de homecare), assistência jurídica, atividade e lazer, beleza e bem-estar, educação e cultura, farmácias, guias e manuais, habitação/moradia, informática, nutrição, profissionais de saúde, voluntariado, trabalho/aposentadoria, transporte.

Em artigos especiais o usuário encontra acessórios para banheiro, andadores, aparelhos auditivos, bengalas, cadeiras de rodas, calçados ortopédicos, camas especiais, fraldas geriátricas, protetor de quadril, etc.

Como observado, o Prolongevidade dá condições para que tanto o gestor na área do envelhecimento como os cidadãos comuns consigam cuidar de seus idosos, disponibilizando informações e dados de profissionais e fornecedores de produtos e serviços especializados, necessários para esse cuidado. O Prolongevidade, fundado em 2006, faz áreas culturais e educacionais.



fonte: veja.abril.com.br

A formação do banco de dados é feita de forma gratuita e todas as empresas que oferecem produtos e/ou serviços voltados para a população idosa estão convidadas a participar.

Testemunhos iguais ao descrito anteriormente e demandas por produtos e serviços certamente tendem a crescer devido ao aumento do número de idosos, existente hoje em São Paulo e no Distrito Federal. Ambas as cidades são aqui incluídas por elas serem lugares de expressão da discursividade referente à longevidade e por concentrarem grande quantidade de idosos.

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Cidades de serviços

Acreditamos que as cidades escolhidas sejam como um imenso laboratório, representando o que chamamos de "o símbolo do possível", em que se cultiva a sobrevivência com muitas utopias. Moramos numa determinada cidade porque acreditamos que nela teremos uma vida melhor e, conseqüentemente, um melhor envelhecer. Quantas pessoas não vêm para a cidade diariamente em busca de melhores tratamentos?; para fazerem exames?; para se consultarem?; a fim de fazerem cirurgias?; de comprarem dispositivos assistidos?; para irem ao teatro?; para adquirirem roupas?



A obrigação de adaptar a cidade às necessidades dos seus cidadãos de hoje, e em função de seus sonhos e utopias, compete a todos nós. Desde os anos 60 até hoje, os idosos entraram para o cenário de muitas instituições/órgãos, como objetos de estudo, seja como sujeitos que demandam serviços/cuidados, como cidadãos exigindo direitos ou habitantes exigindo produtos voltados a eles.

Muitas entidades surgiram para "atender", de alguma maneira, essa população. E muitas delas (entre elas o SESC: [www.sesc.com.br](http://www.sesc.com.br)) alertaram os formuladores de saúde pública, a fim de ser adequada a oferta de serviços/cuidados/produtos específicos à demanda representada pelos idosos de hoje e os que virão, especialmente as gerações mais velhas, cujas dificuldades de comunicação e de acesso aos facilitadores do cotidiano constituem uma barreira para o exercício de sua cidadania plena.

**Há um interessante texto de Beltrina Côrte e Suzana Medeiros, professoras da PUC-SP, sobre: [Cidade como serviço](#).**

**O SESC e a Fundação Perseu Abramo elaboraram uma excelente pesquisa sobre qualidade de vida na terceira idade. A partir dela foi publicado o livro: ["Idosos no Brasil. Vivências, desafios e expectativas na terceira idade"](#).**

Em suma, o envelhecimento da população é um desafio para o mercado de oferta de produtos, de trabalho e para os sistemas sociais e de saúde. Ressalte-se, pois, a necessidade de se pensarem especificamente os Serviços, Cuidados e Produtos sobre e para a velhice, a fim de se disponibilizarem meios mais acessíveis para suprirem as necessidades ou exigências dos "velhos cada vez mais velhos".

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)

## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### A aquisição de novas linguagens on line pelo idoso

A Internet, apesar de sua complexidade de uso, é considerada um instrumental interessante aos idosos pelas várias possibilidades oferecidas. Entre elas permitir que tenha acesso facilitado a pagamento de contas via digital e acesso a extratos bancários.

Para isso é importante conhecer um pouco sobre o que vem a ser a linguagem bancária veja em: <http://www.bcb.gov.br/>, como também a segurança na Internet, uma vez que ali serão depositados os dados pessoais.

**Alguns sites são bem didáticos quanto a estas questões:**

[Segurança na Internet](#)  
[Como proteger os dados pessoais dos utilizadores?](#)

Informações importantes para que se faça compras sem sair de casa; possa seguir os cursos que desejar a distância; possa adquirir entradas para cinema, teatro, passagens para viagens; fazer reservas de hotéis...; dentre inúmeras outras possibilidades que podem ser ainda aventadas.



fonte: [centraifbm.blogspot.com](http://centraifbm.blogspot.com)

Compras de produtos do próprio país do internauta idoso ou de países estrangeiros também podem ser realizadas sem qualquer perda de tempo e sem movimentação física, dada a disponibilidade de informações que se podem obter via internet, o uso do cartão de crédito ou outras possibilidades também oferecidas de pagamento dessas novas aquisições.

Outras possibilidades mais sofisticadas de utilização da internet como o agendamento prévio de contas a serem debitadas em conta-corrente, o acesso a artigos de bibliotecas nacionais ou internacionais ou entrada para pesquisa em sites de museus de todo o mundo, por exemplo, vão depender de instruções mais precisas e competentes a serem ministradas por técnicos da área informática.

[Página Anterior](#) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 [Próxima Página](#)



## Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos

### Verbetes. Língua estrangeira: espanhol e inglês, português e internetês



fonte: www.andafter.org

Para os internautas o significado de verbete tem a ver com o seu dia-a-dia na Internet, ou seja, com as formas de se comunicar. Por vivermos atualmente em um mundo digitalmente globalizado, se faz necessária a compreensão e aquisição dos verbetes utilizados neste mundo virtual. Para o internauta idoso, além de ter que se apossar dos conhecimentos informáticos, o mesmo se depara com a novidade na escrita, ou seja,

**Apresentamos alguns endereços de Sítios que apresentam verbetes utilizados na Internet.**

[Verbetes de informática:](#) / [Dicionários de informática:](#)

[Dicas sobre informática:](#) / [Dicionário e sitios interessantes:](#)

[Dicionario de internetes:](#) / [Internetes:](#)

#### Exercícios de Fixação da Aprendizagem do que foi estudado até aqui:

Agora que você finalizou a leitura desse segundo conteúdo, vá até o 4º Fórum de Discussão e comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) De que forma você encontra "Produtos e Serviços" na internet?
- 2) Você já usou alguns desses "Produtos e Serviços" e achou que é confiável? Por que não seria confiável? Ou por que seria confiável?
- 3) Você usaria a internet para pagar suas contas e fazer transações bancárias? Por que não utilizaria? Ou por que utilizaria?
- 4) Qual o aproveitamento de um curso como esse feito a distância para as pessoas idosas?

[Página Anterior](#) [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [Início](#)



4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por VICENTE PAULO ALVES - quinta, 17 setembro 2009, 15:22

Agora que você finalizou a leitura desse quarto conteúdo, comente com seus colegas sobre suas experiências:

- 1) De que forma você encontra "Produtos e Serviços" na internet?
  - 2) Você já usou alguns desses "Produtos e Serviços" e achou que é confiável? Por que não seria confiável? Ou por que seria confiável?
  - 3) Você usaria a internet para pagar suas contas e fazer transações bancárias? Por que não utilizaria? Ou por que utilizaria?
  - 4) Qual o aproveitamento de um curso como esse feito a distância para as pessoas idosas?
- Abertura do Fórum: 16-09-09    Fechamento do Fórum: 30-09-09  
(Editado por Gisnelli Bataglia Mincache - quarta, 26 agosto 2009, 11:53)

Editar | Apagar | Responder



### Apresentamos as respostas sobre o conteúdo Produtos e Serviços.

Por se tratar do último módulo iremos inserir todas as respostas, pois o mesmo possui em seu Fórum a avaliação da importância do curso para os alunos participantes.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Maria de Fatima Torres de Queiroz - quinta, 17 setembro 2009, 15:21

- 1) Ainda não me vejo em situação que requeira produtos e serviços direcionados ao idoso.
- 2) Como ainda não fiz uso deles não posso avaliá-los.
- 3) Sim, utilizo muito a internet em transações bancárias e de compras de uma maneira geral. Eu a utilizo de forma bem prudente e a considero confiável.
- 4) Acho sempre muito bom manter-se atualizado. Um curso como este têm e teve essa função. E acredito foi de muito proveito para todos aqueles que dele participaram.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Luzia Maria de Oliveira - quinta, 17 setembro 2009, 09:01

- 1º) pergunta? eu uso através de endereços e sites q já o conheço.
  - 2º) pergunta? como eu disse uso alguns, ha os confiaveis e outros não,porq existe muitas propagandas enganosas
  - 3º) pergunta?Ñ usaria,por medo e falta de um conhecimento maior.
  - 4º) Para mim está sendo de suma importancia e já deixo o meu apelo q ñ pare por ai.Atravez deste curso é q descobri a minha capacidade e vejo q posso ir mais alem.Aprendi muito e as amizades q eu fiz atraves deste curso ñ tem preço.e já parabeniso os professores por esta iniciativa é destes, destes incentivos q o idoso precisa.Tomara DEUS q estes cursos de enternet seja implantados nas casas de repouso e axilos e até mesmo nos hospitais assim com certesa haverá uma recuperação mais rápida.
- DEixo aqui o meu apelo a todos os colegas q nos continuamos a nos falar,assim unidos podemos levar uma palavra amiga a outros idosos q estejam precisando. A todos um grande abraço.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"

por Maria Jose de Oliveira - quinta, 17 setembro 2009, 09:50

1- Às vezes pesquiso sobre algum “Produto ou Serviço” na internet, pelo Google. Mas apenas para me situar em relação ao que procuro. Comprar mesmo, via Internet, ainda é tabu para mim.

2- Acho que há ofertas confiáveis, sim. Entretanto, sou medrosa e prefiro negociar “vendo” pessoalmente o que estou comprando e negociando. Além disto, me faz bem sair de casa, ver o produto, pechinchar, ver pessoas... Para mim, sair da máquina humaniza o produto e o serviço contratado.

3- Por enquanto não usaria a Internet para pagar minhas contas. Repito: sou desconfiada por demais. Talvez por pouco conhecimento. Talvez por gostar de caminhar e ver gente. Talvez por notícias constantes de fraudes...

4- Um curso como este, feito a distância, para pessoas idosas, é positivo, sim. Vejo com carinho e gratidão a preocupação e o avanço no que se refere a atualização dos idosos no que se refere aos recursos informáticos. Apesar disto, reconheço minhas limitações e desconfianças quanto ao uso dos mesmos. Se o aproveitamento do curso não foi tão satisfatório como a expectativa, não é por falta de zelo por parte de quem o oferece, mas por dificuldades particulares desta aprendiz que, ao longo de seus 60 anos se limitou ao tradicional e tem o calçado a lhe fazer calos quando quer caminhar por estradas cibernéticas.

5- Obrigada, Faculdade Católica, Professor Vicente e Professora Gisnelli, pela atenção e dedicação de vocês. Não é a qualquer hora que se encontra algo assim, interessante, gratuito e, ainda, no conforto do lar. Querer mais é pedir muito! Obrigada, colegas. Com vocês também aprendi, cresci. Que Deus lhes pague!!!!!!!!!!!!

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Maxima Aparecida Mendes Conceicao - sexta, 18 setembro 2009, 11:46

- 1) Procuo nos sites que me interessam, hoje em dia toda propaganda comercial tem um site, mas como todo cuidado é pouco, verifico sempre a indicação de alguém que já o tenha usado.
- 2) Já usei sim, fiz compras algumas vezes pela internet com indicação.
- 3) Ainda não usei p/ pagamento de contas ou transações bancárias, usei apenas cartão de crédito p/ as compras que fiz. Mas se necessário confiaria em usar.
- 4) Achei o curso muito bom, foi uma troca de experiencias e avaliando que nessa nossa faixa de idade as situações e problemas são muito parecidos como filhos, netos, amigos, "doenças", acesso a internet (de grande valia e muitas novidades p/ muitos), e principalmente as novas amizades q ficam depois do curso. Quero parabenizar o esforço dos professores pela iniciativa, pelo desenvolvimento nos chats, pelo conteúdo dos temas, achei muito interessante e ainda agradecer o convite p/ participar. Aos participantes do curso espero continuar mantendo contato p/ que a nossa amizade continue, pois podemos continuar trocando experiencias de nossas vidas, embora alguns não gostem muito de se expor, mas muitas vezes uma palavra de carinho, uma orientação, um cumprimento por uma data especial, etc....isso faz manter sempre uma bonita amizade como essa q se concretizou no nosso curso.

PARABENS!!! Professores e Colegas!!!

Que Deus nos proteja e abençoe sempre!!!

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"

por Pedro Lodovici Neto - sexta, 18 setembro 2009, 13:49

1) Procurando pelo produto no local de pesquisa de internet.

Em seguida escolho o site que me parece mais confiável. Se tem telefone faço contato e procuro me inteirar da firma. Se tenho todos os dados necessários então vou a compra através de confirmação de pedido e pagamento através de boleto bancário.

2) Como disse as informações que se obtém da firma (site) tem que nos dar segurança. Se é uma firma conhecida já é meio caminho andado. porém todo cuidado é pouco pois existem sites falsos imitando o site sério. Como saber? Só pesquisando e fazendo contato através de telefone, etc.

3) Há um grande perigo hoje, até mesmo no site de bancos, como aconteceu comigo há um mês atrás. No próprio site do Bradesco apareceu um tarja dizendo : Novo sistema de segurança. Clique para o programa ser instalado. Achei estranho e liguei para o banco, que me informou não haver tal tipo de serviço no seu site. Conclusão, tive que fazer nova instalação do windows pois tudo ficou sem funcionar. Portanto, todo cuidado é pouco!

4) Acho que se a gente tem interesse, isto já é um grande porcentual. pois a motivação é que nos leva adiante e claro que a matéria abordada tem que ser séria e de interesse. O idoso não gosta de agradinhos infantis nem de assuntos bobinhos. Como gerontologista e idoso que sou, procuro sempre entender o ponto de vista do idoso. Já temos uma bagagem dada por todos anos de vida e que deve sempre ser levada em conta. Às vezes o aplicador da prova ou do curso por imaturidade ou infantilidade se perde totalmente deixando com que aquele que estava até aquele momento imbuído de interesse pelo curso ou seja o que for, perca esse interesse e aí a coisa fica intragável, fazendo com que nos tornemos críticos ácidos e sem o menor interesse em colaborarmos, haja vista a infantilidade ou a má colocação da matéria ou do questionário que sempre é feito.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Jose Romildo Nachbar - sábado, 19 setembro 2009, 13:37

Primeiro quero deixar um forte abraço a todos participantes do curso e também para os professores Vicente e Gislenni.  
Encontro produtos na internet utilizando sites de busca.

Já usei, quanto confiabilidade é de se ter cuidado, utilizar site conhecido, cuidado com promessas muito vantajosa e obter o máximo possível de informação com quem se negocia.

Eu utilizo a internet para transações bancária pago contas faço doc e transfer eletrônico até o momento nunca tive problemas.  
Bom curso! Foi abordado muitas coisas interessantes, principalmente na área de produtos e serviços.

Mais uma vez deixo meus agradecimentos.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Maria do Carmo Vilela - domingo, 20 setembro 2009, 17:22

1) Tenho pesquisado produtos pela internet apenas por curiosidade. Não tenho o hábito de compras pela internet, ainda tenho receio, não me parece um meio confiável. Talvez seja a pouca prática no mundo virtual. Já consegui colocar o pagamento de minha assinatura do jornal via cartão, através da internet. Já é uma experiência.

2) Não uso ou usaria a internet pra serviços Bancários. Por enquanto, não me parecem confiáveis. Miro-me nos exemplos de problemas que conheço e fico ainda sem confiança.

3) Quanto aos produtos oferecidos hoje para os idosos, realmente é um avanço enorme. Levando-se em conta a longevidade que hoje podemos ter, a tecnologia aliada ao comércio, descobriram um grande filão de vendas. E isso se faz presente em todos os campos comerciais. Sem contar, a grande ajuda da mídia. Temos os produtos necessários para o idoso, e os que a mídia diz que precisa

4) É uma satisfação imensa ter feito este curso. Quero agradecer ao Prof. Vicente e a Profª Gislenni a oportunidade de melhorar meu aprendizado para um melhor conhecimento desse novo mundo em que vivemos. A troca de experiências e ideias com os colegas, é algo que só um evento como este curso, poderia nos dar.

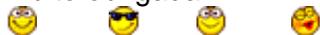
Agradeço a oportunidade que a Universidade Católica me proporciona.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Rosalina França Proença - segunda, 21 setembro 2009, 10:45

- 1- Sou muito curiosa e adoro apertar botões. Dessa forma, na maioria das vezes consigo encontrar o que procuro. Geralmente uso o Google e coloco palavras chave a respeito da pesquisa que quero fazer.
  - 2- Já usei a internet e tive sorte na maioria das vezes. Mas sou cuidadosa, procuro acessar sites conhecidos.
  - 3- Uso a Internet para pagar contas e fazer transações bancárias. Até agora correu tudo muito bem. É mais prático e ágil. Poupo o tempo de ir ao Banco ou às lojas, para exercer outras atividades como passeios, caminhadas, ginástica, etc.
  - 4- Para mim, este curso foi muito importante. Primeiro, por que estou podendo conhecer pessoas maravilhosas. Depois, porque aprendo muita coisa.
- O conteúdo deste item "Produtos e Serviços" é simplesmente maravilhoso. Imprimir e vou usá-lo sempre. Estão de parabéns. Muito obrigada.



Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Tato Fischer - terça, 22 setembro 2009, 08:40

- 1) Não sou bom navegador. Geralmente vou a endereços que me passaram. Estou começando a ser mais investigador por aqui...
- 2) Uso, sempre. Pago tudo pela internet, se pudesse nunca mais estar numa agência bancária, adoraria!
- 3) Certamente a internet é o nosso caminho do futuro: pago tudo o que posso por ela. Já tive até cartão de banco clonado, mas isso - importantíssimo que se saiba - é problema do bando... perdão, do banco kkkkk  
BERTOLT BRECHT, por volta de 1930, disse assim: o que é roubar um banco, comparado com fundar um?!  
kkkkkk
- 4) De enorme eficácia, uma vez que não tínhamos esse tipo de contato, de aproveitamento, num curso comum, de aprendizado de informática!

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Jurandir Alves Trindade - terça, 22 setembro 2009, 12:37

1= Eu utilizo os sites de produtos e serviços só para pesquisas, porque gosto de fazer minhas compras diretamente nas lojas.  
2= Eu nunca utilizei a internet para fazer compras ou contratar serviços. Não sei se muito confiável. Já ouvi muitas reclamações através dos rádios de pessoas que utilizaram e não receberam os produtos de acordo com a propaganda. Mas, acho que isso é relativo. Tem que ter muito cuidado na hora de comprar.  
3= Quanto as minha contas eu também gosto de pagar diretamente nos bancos ou lojas. Quero ver o carimbo de "PAGO" nos documentos. É muito mais seguros e confiáveis.  
4= Eu dou nota "DEZ" para o curso. Pelo menos para mim o aproveitamento foi total. Angariei muitos amigos que espero conservá-los por muito tempo. Aprendi muito, além de me sentir mais jovem, me mantendo sempre ocupado mandando e respondendo mensagens. É muito gratificante. Já relacionei-me muito através do MSN trocando idéias e experiências com as pessoas de minha idade, é muito bom. Agradeço aos professores(VICENTE E GISNELLI) e também aos colegas alunos, espero conservarmos as amizades. Que Deus esteja com todos.  
[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"

por Betty Lopez da Silva - terça, 22 setembro 2009, 22:25

1) Tenho muita dificuldade em encontrar o que busco na internet. Utilizo o site da Google para pesquisas e leituras, visitar museus, pesquisar sobre assuntos de meu interesse. Já em "Produtos e Serviços" sou crua. Faço minhas buscas, tento, por ensaio e erro, muita insistência e suor, e, às vezes, encontro o que procuro. Mas, na maioria das vezes, recorro às filhas e a Aluísio, que me 'salvam'. Confesso: além da dificuldade, há também um pouquinho de comodismo. Receber pronto, neste caso, é bem melhor.

2) Raramente, faço uso. Não é à toa, que dizem que "mineiro é desconfiado, não perde trem". Através das filhas, compro passagens aéreas – elas sempre descobrem ofertas e vantagens.

Ainda temo utilizar a internet para compras e pagamentos. Minha filha mais velha comprou um computador pela internet – nas Lojas Americanas, e ele veio com defeito. Foi uma luta fazer a troca. Também, fez compras com o cartão de crédito e recebeu uma fatura ALTÍSSIMA – em dólares, e provar que não foi ela quem fez estas compras, foi outra novela.

Tendo em vista a experiência em minha casa, não confio muito nessas transações, pois "gato escaldado com água quente, tem medo de água fria".

3) Pelo relatado acima, ficou bem claro que ainda não aderi a essas facilidades. Ainda enfrento filas de banco, uso o caixa eletrônico. Só uma vez, paguei uma conta de luz, via internet, porque a recebi 'em cima da hora' e não tive como correr ao banco. Deu tudo certo, mas ficou aquela sensação de ter me enganado, de não ter feito o pagamento de maneira correta.

4) O curso foi muito proveitoso. A troca de experiências foi fundamental, as leituras recomendadas muito esclarecedoras e ler os relatos permitiram-me perceber que temos as mesmas ansiedades e expectativas. Excelente! Atribuo meu aprendizado, sobretudo ao empenho dos professores Vicente e Gisnelli, pela paciência que sempre tiveram, todas as vezes em que 'fiquei perdida'. Também o contato com os colegas foi enriquecedor. Espero reencontrá-los, se não pessoalmente, através da internet.

Também o fato de ter feito o curso com Aluísio, meu marido, permitiu-nos momentos de comentários sobre as leituras, ajuda mútua e companheirismo. Sem dúvida, o curso nos deixou bem claro que precisamos evoluir, acompanhar os avanços tecnológicos, a modernidade. Esperar sentados a morte chegar, acomodar-se de pijama e meia na cadeira de balanço não é o que planejamos para nossas vidas.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Marlene Montich de Castro - quarta, 23 setembro 2009, 09:24

Através de pesquisas e indicações de Site.

Sim, já compramos livros, eletro domésticos, câmera fotográfica etc.

Todos os produtos comprados são confiáveis. Não tivemos problema algum.

A melhor maneira de se comprar é por indicação de alguém que já tenha utilizado o Site, e também observar as avaliações dos clientes, assim como no comércio real encontramos produtos ruins.

Eu já tentei utilizar a Internet para transação bancária e não consegui, porque o site do banco não oferecia informações claras sobre o acesso, acabei desistindo por esgotamento. Porém numa nova oportunidade tentarei novamente.

Achei muito interessante pois não tinha participado de nenhum curso virtual, o seu conteúdo foi muito bom, mas o que mais me chamou a atenção foi Chat, Fórum e a própria sala de aula virtual, onde tivemos a oportunidade de conhecer várias pessoas de outros Estados e até outro País.

Quero deixar aqui meus agradecimentos aos professores Vicente, Gisnelli, por sua dedicação e atenção para com todos.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Aureo de Jesus Aranha - quarta, 23 setembro 2009, 10:53

Os serviços na internet uso muito pouco, principalmente alguns tipos de serviços nunca usei, para mim é muito útil quando preciso marcar uma consulta, ou retirar um exame médico pesquisar produtos e preços, pois isso poupa tempo, quanto a alguns serviços eu acho que não é muito confiável tais como transações bancárias cartões de créditos etc. Para pagar minhas contas eu uso sempre que puder o débito automático que é muito mais seguro. Quanto a esse curso feito a distancia para mim foi muito importante porque aprendemos a dar mais valor a vida fazer bom uso da internet e o mais importante, comunicar com pessoas conhecer novos amigos virtuais e ter uma melhor qualidade de vida. Meus agradecimentos aos profs. Vicente e Gisnelli pela paciência carinho e dedicação que tiveram conosco durante o decorrer do curso.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Celia Raddi Brentzel - quarta, 23 setembro 2009, 16:08

1ª) R: No site Google, lá acho tudo que preciso ou sabendo um site confiável, lá faço minhas pesquisas, mas ainda não comprei nada.

2ª) R: Eu ainda não usei, só uso para ver meus extratos bancários.

3ª) R: Independente da facilidade de pagar contas pela internet, ainda prefiro ir ao banco para efetuar o pagamento. E assim vou dar uma volta pelo bairro, ainda não pago contas pela internet, mais espero um dia pagar, pois minha contas são débitos automáticos.

4ª) R: Gostei demais do curso, como gostei muito de ter conhecido tantos amigos e aprendido muito com a Gi e o Prof. Vicente que são muito atenciosos com todos. E espero que continuamos tendo contatos.

Quero agradecer ao Prof. Vicente e a Gi por ter feito este curso, que foi muito bom para mim e para todos.

Muito Obrigado! Célia.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Antonio Salvador da Rosa - quarta, 23 setembro 2009, 18:01

Professores e colegas .

No site Google procuro , por ser confiavel o conhecimento de produtos e serviços. Não costumo usar, apesar de ser confiavel. Prefiro ainda ir aos bancos pagar as contas mensais, assim passeio e vou as lojas .

Ainda não fiz uso da internet nesse sentido , mas minha filha usa muito por falta de tempo e nunca deu proplema .

Quero agradecer muito aos professores Gi e Vicente a oportunidade de poder participar deste curso . Gostei muito e espero poder participar de outros.

Aos colegas deixo uma nova amizade e agradecendo a Deus poder ter novos Amigos virtuais .

Amigos sempre Amigos, Paz luz e amor.

Antonio

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Arlette Xavier Fenner - quarta, 23 setembro 2009, 18:10

Caros amigos virtuais,

Conforme mencionei no 3º Fórum a Internet é um recurso maravilhoso, indispensável na vida moderna. Cautela e bom senso devem prevalecer na aquisição de produtos e serviços. Ainda agora acabo de adquirir, com muito sucesso, um Norton AntiVirus. Havia duas opções de pagamento: cartão de crédito ou boleto bancário. Optei por este último que considero mais seguro. Na verdade nunca forneço números de cartão de crédito on line.

Há muito tempo utilizo a Internet para pagamento de contas, transferências bancárias, etc. Não vejo nenhum inconveniente. É prático e seguro. Nunca tive dificuldades. Apenas estou sempre de olhos bem abertos.

"Pesquisar na Internet pode ajudar a estimular e possivelmente melhorar as funções cerebrais". Reconheço e assino embaixo. É um exercício fantástico.

O AVA representa um aprendizado valioso, muito útil no nosso dia a dia. O conteúdo dos quatro fóruns são esclarecedores e bastante enriquecedores. Pena que alguns produtos como o tapete mágico não estejam ao alcance de todos ..... Contudo, creio que todos são vencedores através de aquisição de conhecimentos importantes no sentido de melhorar a qualidade de vida de cada um dos idosos.

Tenho o prazer e a honra de cumprimentar o Profº Dr. Vicente Paulo Alves e a Profª Gislenni B. Mincache, pelo sucesso alcançado. Espero abraçá-los pessoalmente em futuro próximo.

Que Deus esteja sempre presente em nossas vidas e nos abençoe.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Vicentina da Silva Siqueira - quarta, 23 setembro 2009, 19:58

Paralelo ao avanço da longevidade, surgiu o avanço tecnológico que proporciona uma gama de Produtos e Serviços direcionados a população idosa. A ciência tem feito grandes progressos ampliando nosso tempo no mundo, pondo ao nosso alcance novos recursos p/ uma existência mais saudável. A conquista da ciência na prevenção de males que costumam surgir c/ o avanço dos anos, a descoberta de vacinas, a invenção dos antibióticos, etc..., são recursos que contribuem p/ a adição de anos na expectativa de vida. O futuro da ciência da longevidade acena c/ recursos vai além de um receituário c/ bons hábitos de vida. Os produtos tecnológicos digitais oferecem grandes possibilidades de capacidade no campo funcional, social e emocional. O desafio de dominar um computador por exemplo, representa uma grande conquista p/ o idoso. A Internet contribui muito pois mantém a mente ocupada, uqe é sem dúvida a melhor prevenção ccontra doenças degenerativas do cérebro e também importante p/ preservar as funções cognitivas. Muito elucidativo todos os textos que li durante o curso. Aprendi muito. Prém até agora es focada no idosos que ainda mantém sua autonomia c/ capacidade p/ passear, dançar, namorar. Mas quando li a matéria sobre "Produtos e Serviços," me deparei c/ uma realidade mais cruel, que é a dos mais longevos com necessidades especiais, com impossibilidade de locomoção, alguns alijados da sociedade. A Era da Longevidade está presente no século xx1. Daí a necessidade desafiadora de oferta de PRODUTOS E SERVIÇOS para que possamos viver mais, porém vivendo bem.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Vicentina da Silva Siqueira - quarta, 23 setembro 2009, 21:02

Procurro sempre no SITE GOOGLO tudo o que desejo pesquisar. Mais como fonte de conhecimento e lazer. Algumas vezes procuro livros. Nunca uso p/ Produtos e Serviços. a gama de oferta é imensa. algumas são confiáveis outras não. Muitas pessoas de meu conhecimento fazem compras via Internet. Eu pessoalmente, prefiro comprar vendo o produto. Porém, p/ pessoas c/ dificuldade de locomoção acho uma boa opção. Não uso a Internet p/ transações bancarias ou p/ pagar contas. Não sinto segurança. O aproveitamento do curso p/ mim foi ótimo. Me incentivou a pesquisar mais sobre os temas apresentados, descobri novos caminhos p/ usar a Internet. A leitura dos textos foi muito esclarecedora. Ficar focada no curso me abriu mais a mente e me incentivou a procurar mais os recursos disponíveis na Internet. Sem contar a satisfação de conhecer pessoas legais trocar mensagens e experiências. Pena que está no final. Quero agradecer e parabenizar os professores. Quero também parabenizar os colegas participantes. Gostaria de sugerir aos organizadores, novos cursos a distância p/ idosos como por exemplo; Filosofia, Meio Ambiente etc...



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"

por Olga Suiter - quinta, 24 setembro 2009, 16:13

olá amigos do curso, depois de uns dias "de molho" devido ao acidente em que fracturei a perna estou de volta para dar conta desse ultimo bloco do curso. Esse meu acidente tem muito a ver com a questão da segurança da casa em que estamos, mas também da nossa segurança pessoal, ou seja, dos cuidados que temos que ter ao usar os espaços.

Mas agora quero falar do tema, ou seja, o uso da internet para adquirir produtos e serviços. Tenho usado bastante a internet, através do google para localizar produtos, lugares, empresas e até pessoas e acho isso muito bom; tem muitas informações que de outra forma levaria horas ou dias procurando. Já comprei passagem de avião pela internet e até agora sempre tem dado certo. Por outro lado não compro produtos anunciados como grandes ofertas, pois acho que aí existe um risco de comprar sem ver ou até comprar o que não se precisa. Esse risco também temos no uso do cartão de crédito, ou nas ofertas de liquidação, onde compramos o que não precisamos. Portanto acho que temos que tomar cuidado com as compras. Ainda não tenho segurança o uso da internet para acompanhar as contas bancárias, mas vejo pelo Simão que funciona bem; outra vez temos que ter cuidado nesse aspecto.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"

por Jose Simao da Silva - quinta, 24 setembro 2009, 18:22

Resposta 1 – Pela busca da Qualidade de Vida e a grande facilidade que temos no acesso à Internet, a oferta e a demanda de Produtos e Serviços de todos os tipos está em crescimento acelerado. A globalização permite a livre concorrência entre empresas do mundo inteiro. Também as novas tecnologias apresentam Produtos e Serviços inovadores. Os aparelhos de telefones celulares é um bom exemplo, pois 66% dos brasileiros já aderiram e é, portanto, um produto de primeira necessidade aqui e no mundo inteiro com mais da metade. Apesar de sua complexidade, atendem também, de forma práticas, a segmentos onde os usuários tenham alguma limitação. Com todas suas vantagens deve se observar o perigo do mau uso por estelionatários através de chamadas ou mensagens. Nas minhas procuras por Produtos e Serviços na Internet os Sites específicos. Não podemos negar que o Google é uma ferramenta significativa nestas buscas. Hoje, este é um mundo de informações e devem ser explorados pelas facilidades, qualidades e confiabilidades. Com um pouco de habilidade no manejo deste instrumento de informação, podemos chegar a pontos até bem pouco inimagináveis.

Resposta 2 – Na prática, acontecem algumas compras de 'gatos por lebres'. Não se deve impressionar por estes casos isolados porque através de uma boa pesquisa de informações fica difícil se enganar. O avanço da informática trouxe uma grande agilidade nessas compras pela internet e já é uma modalidade que tende a crescer muito.

Resposta 3 - Uso a Internet para transações bancárias, sem o menor receio. Há necessidade de algumas observações de segurança passadas pelos próprios bancos. Parece-me o melhor sistema aquele em que você registra o seu computador através do Banco e nesse caso suas transações são todas feitas somente em seu computador. Na realidade, esse processo é mais elástico, pois pode se registrar diversos computadores, nos quais se pode movimentar recursos com muito maior segurança. Há ainda aquelas senhas de segurança, com as quais podemos acessar a conta em qualquer computador. Há perigo de o correntista fornecer as tais senhas em artimanhas montadas pelos rackeres, mas, se observadas as recomendações dos bancos isso fica difícil de acontecer. Outra observação importante é quanto à responsabilidade dos bancos. Em casos de invasão com desvio de recursos, se comprovada sua inocência o prejuízo é literalmente ressarcido pelo Banco, sem maiores burocracias.

Resposta 4 – O aproveitamento de um curso à distância, qualquer que for ele, é uma questão de oportunidade. Pode se passar em 'brancas nuvens' sobre um curso, mas, pode também se aprofundar em seus detalhes, principalmente com a integração entre os participantes e professores. O crescimento em cada curso acontece pela capacidade e o interesse do aluno em pesquisar mais, com aprofundamento na matéria.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Marlene Grisolli de Carvalho - quinta, 24 setembro 2009, 20:58

Caros amigos e professores

Encontro produtos e serviços na internet, quase sempre por indicação de amigos, porém costumo usá-los com parcimônia.

Uso com frequência o Google. Através dele faço pesquisas, consigo informações. Utilizo-o também quando necessito de traduções.

Nunca utilizei a Net para fazer compras ou pagamento de contas. Ainda prefiro o velho hábito de bater pernas nas lojas e shoppings para fazer minhas compras e até mesmo para ir ao Banco para efetuar o pagamento das minhas contas. Além de me sentir mais segura, isso me distrae.

Como já havia dito anteriormente, esse curso pra mim, foi uma experiência e tanto. Consegui respostas para muitas dúvidas que tinha. Foi muito interessante tomar conhecimento, através das experiências dos colegas de como proceder na hora da aposentadoria. Descobrir que temos órgãos que trabalham em nosso benefício e que devemos tirar proveito disso.

Esse curso me proporcionou também a felicidade de conhecer pessoas maravilhosas. Todas de uma maneira geral e, em especial algumas que se tornaram grandes amigos. Pessoas com as quais tive a oportunidade de interagir, através da troca de e-mails e de bate papos pelo MSN. Gostaria de agradecer a Rosalina, Josefina, Maxima, Marcia, Zezé, Tato, Celia, Olga, José Simão e Abner por permitirem essa aproximação e tornarem possível um laço maior de amizade entre nós.

Queridos professores Gísnelli e Vicente, à vocês meu muito obrigada pelo carinho e dedicação que tiveram conosco.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Evanilda Carmona Santarelli - quinta, 24 setembro 2009, 21:24

BOA NOITE AMIGOS! NUNCA UTILIZEI A INTERNET PARA FAZER COMPRAS OU FAZER TRANSAÇÕES COM BANCO , NÃO ME SINTO SEGURA POIS NÃO SEI COMO USAR. FAZER COMPRAS PREFIRO FAZER PESSOALMENTE PORQUE GOSTO DE VER O PRODUTO E NEGOCIAR O MESMO.O BANCO NÃO USO POIS AGORA NÃO TENHO MAIS NEGOCIOS,E SENDO ASSIM PREFIRO IR NO MESMO ASSIM É UM MODO DE SAIR DE CASA.USO A INTERNET PARA PESQUIZAR QUANDO NECESSÁRIO, E ACHO ÓTIMO POIS ASSIM FICO MAIS INTERADA SOBRE ASSUNTOS DE QUE NÃO TENHO CONHECIMENTO É MAIS UM MODO DE APRENDER . QUANTO AO CURÇO EU ACHEI ÓTIMO APRENDI MUITO COM OS DEPOIMENTOS DE MEUS AMIGOS.APRENDI COISAS SOBRE O IDOSO NO QUAL NÃO TINHA CONHECIMENTO, SÓ OBTIVE INFORMAÇÃO NESTA UNIVERCIDADE EMBORA EU NÃO ENTRE MUITO NA INTERNET ACHO FUNDAMENTAL TE- LA PARA NOVOS CONHECIMENTOS. ADOREI FAZER AMIGOS !QUERO AGRADECER AO VICENTE PELA OPORTUNIDADE QUE DEU A TODAS AS PESSOAS ESTÃO NESSA UNIVERSIDADE APRENDENDO NOVOS CAMINHOS PARA UM FUTURO MELHOR.AGRADEÇO A GISNELI PELA PACIENCIA PELA DEDICAÇÃO A TODOS ,E ESPECIAL COMIGO.GOSTARIA DE PARTICIPAR NOVAMENTE DO MESMO CASO HAJA NOVAMENTE POIS É UM MODO DE ESTAR EM CONTATO COM OUTRAS PESSOAS E APRENDER MAIS .UM GRANDE ABRAÇO A TODOS OS AMIGOS QUE PARTICIPARAM DESSA UNIVERCIDADE . GOSTARIA DE SABER AO ACABAR ESSE CURÇO COMO POSSO TER CONTATO COM AS PESSOAS QUE PARTICIPARAM DO MESMO.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Helio de Oliveira - sexta, 25 setembro 2009, 09:59

1ª questão : Como eu trabalho na area de eletrônica, eu psquiso no Google e em sites de lojas eletrônicas. 2ª questão : Não eu nunca usei a internet para fazer compras, ainda não tenho confiança de colocar meus dados pessoais na internet,com tanto golpe que existem e alem do mais eu não tenho conhecimento com saber se é golpes ou não. 3ª questão : Não ,não usaria. Não sinto segurança. 4ª questão : Para mim esta sendo de grande aproveitamento, pois alem de estar aprendendo muitas coisas novas , podemos passar para outras pessoas que precisam de orientações.Tambem me serve para ocupar o tempo ocioso pensando em bobagem , como doenças e outras coisas,tambem estar me servindo para conhecer outras pessoas mesmo virtual mais de grande importancia para nós.Tomara que não fiquem só com este curso, que tenha mais pela frente. A voçês coordenadores, professores e professoras os meus agradecimentos, esperando que me convidem para novos cursos. obs: sobre os conteudos da profª Mária Aparecida Santana,quando será ?  
Abraços a todos colegas e professores. Hélio de Oliveira - Pirapora - MG.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Aluisio Eustaquio da Silva - segunda, 28 setembro 2009, 09:44

1) No site da Google faço pesquisas e no Google Earths busco mapas e localização.

2) Sim, utilizo para pesquisa de preço, para verificar como é o produto. Sempre obtive respostas favoráveis. Faço poucas compras - Há algum tempo atrás, deposei em uma conta do Banco do Brasil um valor para adquirir um programa de Engenharia. Como o produto não chegou, liguei para o telefone da empresa e fui informado de que o dono da conta já havia falecido tinha dois anos. Apesar de ter perdido tempo e dinheiro, valeu como aprendizado. Compro, atualmente, só livros (site estantevirtual) e passagens aéreas. Minha filha Rafaela já teve problemas com compras e clonagem de cartão, que lhe trouxeram muita dor de cabeça. Portanto, não confio, tenho minhas dúvidas.

3) Só utilizo a internet para verificar extratos bancários. Apesar da comodidade, tenho um pouco de resistência, devido a tantos casos acontecidos na família e com amigos.

4) O curso foi muito proveitoso. As leituras indicadas me serviram de material didático para as aulas. Conhecer, através da internet, pessoas de todo o Brasil e da Argentina também, me mostrou a força da comunicação hoje. Vivenciar tais experiências me fez ver que a tecnologia é uma ferramenta de progresso e crescimento. Aos professores Vicente e Gislenni, o meu muito obrigado pela oportunidade. Ter contato com pessoas da minha faixa etária me fez ver que é preciso estar sempre aprendendo, pois aprender não ocupa espaço e não tem tempo determinado.

Marcar como não lida | Mostrar principal | Editar | Apagar | Responder



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Renate Grabner - segunda, 28 setembro 2009, 20:05

Olá amigos,estive viajando,por isso somente hoje consegui me atualizar no curso. Respondendo as questões : tenho o hábito de pesquisar alguns serviços pelos sites específicos ou mesmo pelo Google,mas não costumo comprar nada pela internet talvez por falta de hábito.Conheço várias pessoas que fazem compras e todas as transações bancárias via internet.Sei que a hora que precisar tverei ter alguns cuidados,pois já assiste várias entrevistas que falavam sobre o perigo de ser enganado por falsos sites. Tenho feito todas as transações bancárias nos caixas eletrônicos e nas lotéricas porque ainda não me habituei com a internet para esse fim. Tive um grande aprendizado fazendo esse curso.Aprendi a usar algumas ferramentas do computador,tomei conhecimento de serviços que estão a nossa disposição,a colocação de cada colega sobre os assuntos tratados fez com que eu pudesse refletir melhor sobre o meu parecer inicial.Sempre ouvia falar de chat,mas tinha medo de participar,hoje já me sinto segura para participar.Quero fazer outros cursos,mas para isso sendo que preciso interagir mais.Agradeço a Gisnelli e ao prof.Vicente por essa oportunidade de aprender assuntos tão interessantes voltados a melhor idade e de interagir com pessoas de vários estados e até de outro país como a nossa amiga Josefina.



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Marcia Ida Bresssanin Ferretti - terça, 29 setembro 2009, 01:21

Professores e colegas

1- Costumo pesquisar sites na internet sobre assuntos diversos, curiosidades, receitas, mensagens, paisagens, produtos...

2- Eu utilizei estes serviços por duas vezes, uma foi com a ajuda da Gi e outra com o meu genro, por isso me senti mais segura, mas sem uma " bengala", tenho receio.

3- Ainda não usei a internet para pagar minhas contas, mas usaria para economizar tempo ou para não precisar sair de casa, é prático!

4- Este curso foi muito proveitoso pois aprendemos coisas novas, palavras que eu desconhecia o significado (blogs, twitter, chat...) o manuseio no computador e o melhor de tudo as opiniões dos colegas sobre os textos lidos, esta troca de informações e conhecimentos e também os e-mails e as mensagens enviadas. Foi tudo muito legal! Espero que continuemos a nos comunicar!

Agradecimentos aos dedicados professores, Márcia



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Romeu Costa e Silva - terça, 29 setembro 2009, 10:15

Prezado Prof. Vicente, Prezados colegas,

Sinto por não ter participado do fórum antes para compartilhar experiências. Neste mês mudei para outro apartamento, recebi algumas visitas e viajei por alguns dias. Foi cheio de atividades...

Em relação às perguntas apresentadas, seguem as minhas considerações:

1. Nunca procurei produtos na Internet, mas acho interessante esta facilidade para o idoso.
2. Nunca os usei, mas tenho familiares e amigos que sempre compram pela Internet e estão bem satisfeitos com o atendimento e as entregas dos produtos.
3. Eu próprio não, pois nem tenho computador em casa ainda, mas minhas filhas sim. Minha esposa usa o telefone para verificar saldos.
4. Achei ótimo, pois além de interagir com os participantes ganhei no aprendizado do cotidiano e estou sendo impelido a usar a informática no meu dia-a-dia. Agradeço muito ao prof. Vicente e graças à equipe da Universidade Católica e a minha filha Ana Paula que devido a minhas dificuldades físicas de locomoção e digitação me deram todo o apoio e incentivo para participar deste curso.

Deixo aqui o meu abraço a todos, até uma próxima oportunidade!

Romeu Costa e Silva

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Maria Vilani de Carvalho - terça, 29 setembro 2009, 16:36

Certamente fazer compras pela internet facilita, mas eu prefiro pessoalmente porque escolho, negocio e aproveito para sair. Eu nunca fiz compras pela internet, mas minhas filhas fizeram e deu certo. Pagar contas pela internet só no caso de não poder ir pessoalmente. O curso é muito bom aprendi muito, ha uma aproximação entre pessoas mesmo sendo virtual.

[Marcar como não lida](#) | [Mostrar principal](#) | [Editar](#) | [Apagar](#) | [Responder](#)



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Armando Martins - terça, 29 setembro 2009, 19:22

Boa Noite Pessoal, 1- Só utilizo aqueles que de alguma forma, excepcionalmente, chegam em minhas mãos (indicações).  
2- Analiso a confiabilidade caso a caso. 3- Por ter trabalhado nessa área, lidando diariamente com problemas decorrentes de fraudes, tenho receio de fazer transações bancárias pela internet, que uso só em caráter excepcional (premência de tempo).  
4 - Entendo que aproveitei bem o curso, se bem que, se não fosse pelas minhas dificuldades (tempo, preguiça, etc...), eu poderia ter aproveitado mais. Louvo e agradeço a todos pelas lindas mensagens, conselhos, dicas e exemplos pessoais, que invariavelmente alegraram e/ou coloriram meus dias. Obrigado a todos. Gostaria, se não for pedir muito, continuar a receber mensagens de vocês. Que a paz, o amor e a felicidade sejam um lugar comum em suas vidas. Armando



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Maria Cecilia Sevilio D Oliveira - quarta, 30 setembro 2009, 09:30

Bom Dia. Uso a Internet, praticamente para escrever e responder emails, de vez em qdo, mto dez vez em qdo entro no MSN, e qdo preciso fazer alguma pesquisa sobre algum assunto que estou precisando me informar. Também algumas poucas vezes, pra me informar sobre custos de algum produto, entro no site de lojas virtuais, mas até agora só um tel celular, um antigo mp3, e um jogo de panelas que presenteiei um filho que mora em Belém, no Pará foram adquiridos pela internet. O site estante virtual é interessante, lá é possível encontrar boas ofertas de livros que não são mais editados. Todas as minhas contas estão em débito automático, portanto só me dirijo à ag. na qual mantenho a minha conta qdo preciso falar com a gerente responsável pela minha conta, isso é raro. Não uso a internet pra efetuar pagamentos. Se preciso sacar dinheiro entro em qq ag. e tenho meu problema resolvido. Se preciso adquirir algum produto ainda prefiro ir até a loja, olhar, abrir, tocar o produto e então se for o caso fechar negócio. Sou mto conservadora neste sentido. O curso ajudou qto ao manejo e mostrou a importância da internet no nosso tempo. Mas para a maioria dos idosos a informática ainda é um gde mistério, observa-se idosos nos caixas eletrônicos com tanta dificuldade no manejo do cartão, com senha, códigos, toques, e de novo a senha. Eu imagino o sofrimento dessas pessoas, com a impaciências dos usuários, que aguardam na fila para fazer uso do terminal. Essas pessoas não têm nenhuma intimidade com teclado, com o modo de operar aquela máquina, e com certeza só vão até ag. bancária pra retirar o benefício ao qual fazem jus. Qq cidadão contemporâneo tem um cartão eletrônico para efetuar pagamentos, receber proventos, sacar dinheiro e claro que exceções existem, e essa pessoa está fora, excluída, sem direitos. A sociedade ainda precisa se adequar



Re: 4º Fórum de Discussão sobre o conteúdo "Produtos e Serviços"  
por Carlos Cintra - quarta, 30 setembro 2009, 23:10

- 1] Não tenho hábito de efetuar compras, somente algumas pesquisas sobre serviços pela internet.
  - 2] Talvez por falta de domínio sobre como utilizar recursos da internet, não sinto a necessária segurança em me valer de alguns serviços.
  - 3] Não utilizo a internet para pagamentos ou transações bancárias porque não sinto segurança em dar informações pessoais e documentais. Apenas efetuo consultas sobre saldos e serviços.
  - 4] Estabelecer comunicação com os demais participantes do curso concorre para um maior desenvolvimento das habilidades necessárias e, conseqüentemente, para que me sinta mais seguro no uso do computador.
- Obrigado por tudo e abraço a todos. Carlos.

Observamos neste módulo como a Internet já integra a vida das pessoas idosas, ora para consultas e pesquisas, ora para transações bancárias e até mesmo para relacionamentos, no caso do nosso curso.

Cada aluno expôs neste módulo sua opinião sobre a pesquisa e aquisição de produtos e consumos e da utilização da Internet para transações bancárias. As opiniões se dividem, porém o motivo de utilizar ou não, é para o mesmo fim, no primeiro caso é para ter um tempo maior para prática de outras atividades, e no segundo, é para poder caminhar, encontrar pessoas e utilizar os recursos eletrônicos.

O importante é que todos, cada qual a sua forma, saiba o momento exato para adquirir algum produto ou serviço, estar a vontade, se sentir confiante, e principalmente confiar no produto ou serviço que irá adquirir ou utilizar. Como dito anteriormente a Internet tem seus dois lados. Assim como na vida real, existem várias empresas que não nos dão todas as informações ou informações incompletas que podem nos levar a cometer erros, assim também no mundo virtual não é diferente. Atualmente os serviços prestados pelos bancos oferecem programas que reconhecem nosso computador e nos oferecem mais segurança. Existem empresas que administram nossas contas para não ficarmos utilizando o cartão de crédito, basta se cadastrar e utilizar.



Quanto ao curso, foi possível observar a importância e a relevância dada pelos alunos no conteúdo do mesmo. Cada qual ao seu tempo, descreveram suas opiniões sinceras sobre cada módulo e suas questões. Destacamos neste módulo algumas falas do final do curso.

### **A despedida no Ambiente Virtual de Aprendizagem**

Aluna Olga,

“Agora que estamos no final do curso, vejo que eu acabei tendo aula teórica e prática; falamos dos cuidados com acidentes e eu achava que o assunto não era comigo. Agora estou me recuperando de um acidente doméstico e já me sinto bem para fazer uma avaliação. O curso foi muito bom e me surpreendeu pela qualidade do material disponibilizado para os alunos; a atuação dos professores também foi muito boa, orientando e coordenando bem. Outra questão muito boa foi o contato com pessoas da nossa faixa de idade e que tem questões semelhantes às nossas. Saber que tem alunos aqui de São Bernardo ou de Minas e até lá da Argentina foi muito bom, pois vemos que através da internet podemos ter uma aproximação saudável. Quero agradecer por poder participar do curso e também pelos bons papos que acabaram acontecendo”.

Aluna Betty,

Boa noite, professores e amigos do curso. É com pesar que vejo aproximar-se o fim do curso do qual estamos participando. Todo tempinho de folga corria para a internet, para ler os comentários dos professores e colegas. Para mim, este curso foi muito válido. Aprendi muito, esclareci dúvidas diversas, verifiquei que, em muitos casos, nossas ansiedades, expectativas e angústias são muito semelhantes. E tal verificação é um alento, porque ao nos identificarmos com o outro, sabemos que estamos no caminho certo. Quero agradecer a cada um os testemunhos enriquecedores, a troca de experiências, a presença amiga. E, em especial, ao prof. Vicente e a Gisnelli pela paciência, pelas orientações, pela presença em todos os momentos. Que tenhamos oportunidade de novos encontros. Votos de saúde e paz e o meu muito obrigada. Abraços.



### VERSOS À BOCA DA NOITE

Carlos Drummond de Andrade  
Sinto que o tempo sobre mim abate  
sua mão pesada. Rugas, dentes, calva...  
Uma aceitação maior de tudo,  
e o medo de novas descobertas.  
Escreverei sonetos de madureza?  
Darei aos outros a ilusão de calma?  
Serei sempre louco? sempre mentiroso?  
Acreditarei em mitos? Zombarei do mundo?  
Há muito tempo suspeitei o velho em mim.  
Ainda criança já me atormentava.  
Hoje estou só. Nenhum menino salta  
de minha vida, para restaurá-la.  
Mas se pudesse recomeçar o dia!  
Usar de novo minha adoração.  
Meu grito, minha fome... Vejo tudo  
impossível e nítido, no espaço.

.....  
Que confusão de coisas no crepúsculo!  
Que riqueza! sem préstimos, é verdade.  
Bom seria captá-las e compô-las  
num todo sábio, posto que sensível:  
uma ordem, uma luz, uma alegria  
baixando sobre o peito despojado.  
E já não era o furor dos vinte anos  
nem a renúncia às coisas que elegeram,  
mas a penetração no lenho dócil,  
um mergulho na piscina, sem esforço,  
um achado sem dor, uma fusão  
tal, uma inteligência do universo.  
Comprada em sal, em rugas, em cabelo.

### RETRATO

Cecília Meirelles  
Eu não tinha este rosto de hoje,  
assim calmo, assim triste, assim magro,  
nem estes olhos tão vazios,  
nem o lábio amargo.  
Eu não tinha estas mãos sem força,  
Tão paradas, e frias e mortas;  
eu não tinha este coração  
que nem se mostra.  
Eu não dei por conta desta mudança  
tão simples, tão certa, tão fácil  
\_\_\_ Em que espelho ficou perdida  
a minha face?

Um presente para todos; dois belos poemas de dois grandes brasileiros.  
Cecília



### A despedida presencial em São Paulo – 21 de novembro de 2009





### A despedida presencial em Brasília –12 de dezembro de 2009



### **3.3 – Educação virtual e continuada *versus* Qualidade de vida**

A expressão “qualidade de vida” tem sido empregada com múltiplos significados; na área da saúde, a tendência é considerá-la como um reflexo das condições de saúde e seu impacto sobre a capacidade do indivíduo de viver plenamente. No âmbito pedagógico, constata-se a existência de espaços que permitem avanços conceituais que transcendem os referenciais de qualidade da educação permanente, incorporando à prática pedagógica a possibilidade de qualificar dimensões relativas à saúde física, emocional, espiritual, ambiental e à experiência de um convívio social fundamentado em crenças pessoais e valores condizentes com uma aprendizagem emancipatória, promotora da cidadania e da ética.

O interesse pela educação continuada acompanha o processo de envelhecimento da população brasileira, em borá a educação formal brasileira, segundo Neri (2005), não tem um ponto de vista sobre a velhice, pois não reconhece o segmento idoso como uma clientela merecedora de atenção. A atualidade e a relevância da pesquisa se mostram quando se tem notícias de que poucas instituições como é o caso da PUC-SP e a Católica-DF, pela área de Gerontologia se dedicam a este tipo de pesquisa, que envolva os idosos e a utilização do ambiente virtual de aprendizagem.

Os idosos vêm neste ambiente virtual a oportunidade para atualizarem-se por meio de uma educação continuada, “objetivando ampliar a autonomia e, a comunicação para manter contatos e estabelecer novas relações, amenizando a solidão e as perdas afetivas” (Kachar, 2003).

Com o aumento da expectativa de vida, tornou-se premente oferecer uma nova perspectiva de envelhecimento. Diante dessa realidade, tornaram-se urgentes mudanças na área de conhecimento que contribuíssem para o desenvolvimento global e harmonioso do ser humano que busca viver e envelhecer com qualidade (Goldman, 2006).

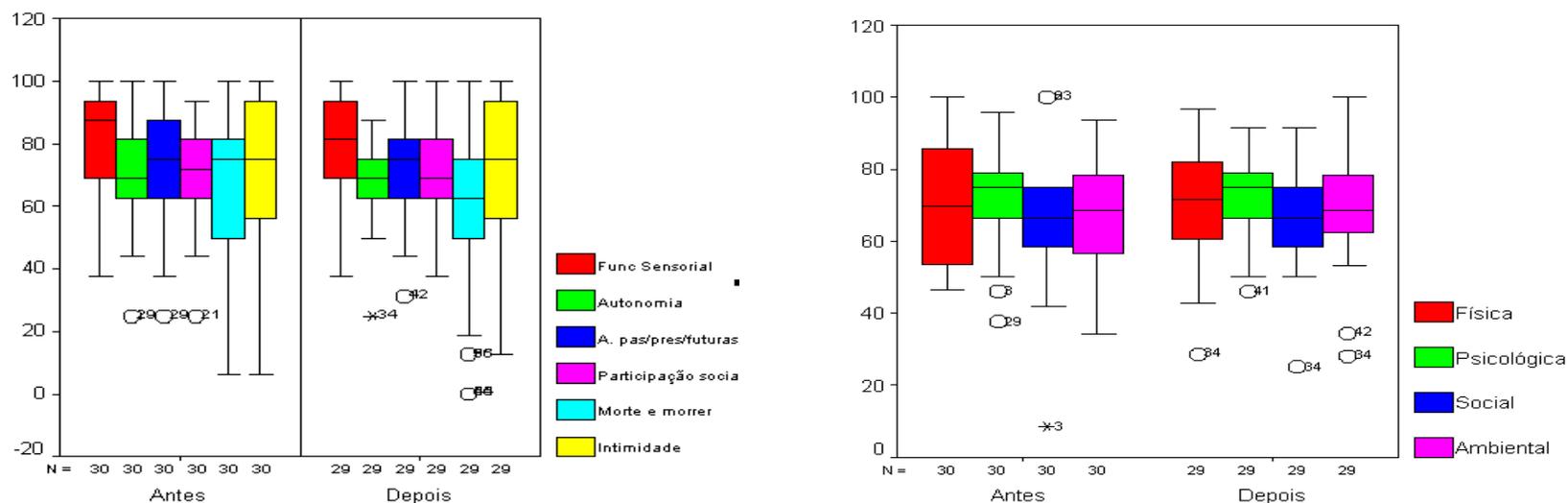
O curso de EAD para pessoas idosas formulou o instrumento sobre qualidade de vida, antes e depois do curso, tendo como objetivo verificar como um Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) para idosos que já utilizam a Internet, dentro das dimensões de relacionamento pessoal, de saúde, cidadania e lazer, interfere na percepção deles quanto sua qualidade de

vida, o qual é intensamente marcada pela subjetividade e envolve todos os componentes essenciais da condição humana: físico, psicológico, social, cultural e espiritual, conferindo-lhe uma característica de multidimensionalidade e polissemia.

Como a qualidade de vida é um fenômeno complexo, com diversos significados e diferentes possibilidades de enfoque em sua abordagem, o instrumento aplicado em ambos os momentos trabalha com aspectos relacionados à capacidade funcional, às funções fisiológicas, afetivas e emocionais, às interações sociais, ao trabalho e à situação econômica, sempre centrado na avaliação subjetiva dos indivíduos.

Foram utilizados os escores em percentis dos sujeitos pelas diferentes dimensões que identificam a qualidade de vida na escala Q.V./WOQOL-OLD e BREF, Antes e Depois; A Figura 15 indica que neste grupo específico as pessoas melhoraram quanto à sua autonomia, mas nas atitudes passadas, presentes e futuras seus escores não sofreram alterações.

Figura 15 - Distribuição dos sujeitos pelas diferentes dimensões e facetas que identificam a qualidade de vida na escala Q.V./WOQOL-OLD e BREF, antes e depois da intervenção do Curso.



Os dados da Figura 15 indicam que não há muitas diferenças nas facetas antes e depois das escalas do WHOQOL-OLD, variando apenas para o funcionamento sensorial que antes era tido como melhor, mas que as falas dos Fóruns vão mostrar que a qualidade de vida percebida se difere daquela extraída dos instrumentos aplicados. O mesmo ocorreu em relação ao desempenho do instrumento WHOQOL-BREF, em que suas quatro dimensões (Física, Psicológica, Social e Ambiental) não identificaram diferenças capazes de discriminar diferentes percepções de estado de saúde.

É importante destacar que o módulo WHOQOL-OLD representa uma ferramenta adicional aos questionários genéricos de qualidade de vida WHOQOL-BREF como uma alternativa útil na investigação de qualidade de vida de idosos, abrangendo aspectos relevantes e não abordados nos instrumentos desenhados originalmente para populações não-idosas. Segundo a literatura existente (Fleck, 2000), a testagem do desempenho psicométrico do instrumento WHOQOL-BREF demonstrou que este apresenta consistência interna, validade concorrente, validade discriminante e validade de critério satisfatórias em uma amostra de idosos brasileiros. Seus itens foram analisados previamente em grupos focais, em relação ao conteúdo e fraseamento, tendo sido considerado pelas pessoas idosas como relevantes para a aferição de qualidade de vida e de fácil entendimento. Portanto, o WHOQOL-BREF apresenta características que o colocam como um instrumento genérico de aferição de qualidade de vida com adequado desempenho psicométrico testado em idosos.

As análises estatísticas aparecem conforme a matriz de correlação entre as dimensões das Escalas WHOQOL-OLD e WHOQOL-BREF, Antes e Depois, quando observadas as facetas e dimensões, agora correlacionadas. Vale lembrar que as questões do Instrumento WHOQOL-OLD dizem respeito às duas últimas semanas vividas pelos alunos do curso estão subdivididas nas facetas:

- ◆ Funcionamento Sensorial - FS: perdas nos sentidos (audição, visão, paladar, olfato e tato).
- ◆ Autonomia - AUT: perdas nos sentidos (audição, visão, paladar, olfato e tato) e aptidão.
- ◆ Atividades Passadas, Presentes e Futuras - PPF: aptidão e satisfação.
- ◆ Participação Social - PSO: aptidão, satisfação e felicidade.
- ◆ Morte e Morrer - MEM: perdas nos sentidos (audição, visão, paladar, olfato e tato).
- ◆ Intimidade - INT: relacionamento íntimo.

Na matriz de correlação entre as dimensões de ambas as escalas, observamos que as questões que envolvem Funcionamento Sensorial estão relacionadas às perdas nos sentidos (audição, visão, paladar, olfato e tato).

Como nos mostra a Figura 16, quanto maior o FS maior a QV Física, maior QV Ambiental.

Matriz de correlação entre as dimensões das escalas WOQOL-OLD - Antes		Funcionamento Sensorial	Autonomia	Atividades passadas, presentes e futuras	Participação social	Morte e morrer	Intimidade	FÍSICA	PSICOLÓGICA	SOCIAL	AMBIENTAL
Funcionamento Sensorial	r	1,00	0,17	0,23	0,23	0,17	-0,05	<b>0,56</b>	0,19	0,28	<b>0,52</b>
	Significância	<i>***</i>	0,18	0,11	0,11	0,19	0,39	0,00	0,16	0,06	0,00
	N	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Autonomia	r		1,00	<b>0,76</b>	<b>0,54</b>	0,15	0,19	<b>0,53</b>	<b>0,47</b>	<b>0,35</b>	<b>0,65</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	0,00	0,00	0,21	0,15	0,00	0,00	0,03	0,00
	N		30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Atividades passadas, presentes e futuras	r			1,00	<b>0,80</b>	0,27	<b>0,50</b>	<b>0,52</b>	<b>0,73</b>	<b>0,68</b>	<b>0,80</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	N			30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Participação social	r				1,00	<b>0,32</b>	<b>0,36</b>	<b>0,55</b>	<b>0,65</b>	<b>0,65</b>	<b>0,67</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
	N				30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Morte e morrer	r					1,00	<b>0,39</b>	0,26	<b>0,48</b>	0,25	0,27
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,02	0,08	0,00	0,09	0,07
	N					30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Intimidade	r						1,00	0,14	<b>0,58</b>	<b>0,61</b>	<b>0,42</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,22	0,00	0,00	0,01
	N						30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
QV: FÍSICA	r							1,00	<b>0,53</b>	<b>0,57</b>	<b>0,66</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,00	0,00	0,00
	N							30,00	30,00	30,00	30,00
PSICOLÓGICA	r								1,00	<b>0,75</b>	<b>0,71</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,00	0,00
	N								30,00	30,00	30,00
SOCIAL	r									1,00	<b>0,67</b>
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	0,00
	N									30,00	30,00
AMBIENTAL	r										1,00
	Significância	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>	<i>***</i>
	N										30,00

Figura 16 Matriz de correlação entre as dimensões das escalas WOQOL-OLD antes

2. Matriz de correlação entre as dimensões das escalas		Funcionamento Sensorial	Autonomia	Atividades passadas, presentes e futuras	Participação social	Morte e morrer	Intimidade	FÍSICA	PSICOLÓGICA	SOCIAL	AMBIENTAL
Funcionamento Sensorial	r	1,00	0,49	0,25	0,49	0,10	-0,31	0,50	0,06	0,28	0,35
	Significância		0,00	0,10	0,00	0,30	0,05	0,00	0,39	0,07	0,03
	N	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Autonomia	r		1,00	0,62	0,67	-0,26	0,05	0,61	0,40	0,52	0,75
	Significância			0,00	0,00	0,09	0,40	0,00	0,02	0,00	0,00
	N			29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Atividades passadas, presentes e futuras	r			1,00	0,75	-0,46	0,11	0,63	0,57	0,48	0,79
	Significância				0,00	0,01	0,29	0,00	0,00	0,00	0,00
	N				29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Participação social	r				1,00	-0,28	-0,07	0,66	0,34	0,45	0,79
	Significância					0,07	0,36	0,00	0,04	0,01	0,00
	N					29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Morte e morrer	r					1,00	0,09	-0,26	-0,03	0,24	-0,33
	Significância						0,32	0,09	0,43	0,10	0,04
	N						29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Intimidade	r						1,00	-0,11	0,46	0,46	0,15
	Significância							0,29	0,01	0,01	0,21
	N							29,00	29,00	29,00	29,00
QV: FÍSICA	r							1,00	0,42	0,38	0,63
	Significância								0,01	0,02	0,00
	N								29,00	29,00	29,00
QV: PSICOLÓGICA	r								1,00	0,62	0,63
	Significância									0,00	0,00
	N									29,00	29,00
QV: SOCIAL	r									1,00	0,57
	Significância										0,00
	N										29,00
QV: AMBIENTAL	r										1,00
	Significância										
	N										

Figura 17 Matriz de correlação entre as dimensões das escalas WOQOL-OLD depois

A aplicação dos instrumentos fornece dados quantitativos sobre a qualidade de vida, mas principalmente avalia o resultado da aprendizagem virtual por pessoas idosas. Há múltiplas escalas de avaliação de qualidade de vida. Todavia, existem diferenças em relação aos aspectos conceituais subjacentes, à importância dada à subjetividade em detrimento da objetividade na escolha dos itens, bem como à natureza e ao peso de cada domínio para avaliação de qualidade de vida como recurso gerador de conceitos pertinentes à população idosa. Em função destas particularidades, tem sido ressaltada a importância da utilização da metodologia qualitativa para se compreender como a qualidade de vida é percebida pelas pessoas que vivenciam a velhice.

A velhice, se apreendida só como uma questão biológica, não revela o seu lado social, assinala Mercadante (1977). Além de sua especificidade biológica, a velhice localiza-se em uma história e insere-se num sistema de relações sociais. Assim, as variáveis históricas e sócio-culturais, particulares de cada sociedade, são as que fundamentam e explicam a variável velhice biológica, que é comum a todos os seres humanos em todas as sociedades (Mercadante, 1997). Torna-se imprescindível a realização de mais instrumentos que focalizem a qualidade de vida do idoso, dando ênfase na percepção do mesmo. São os aspectos subjetivos os que mais precisamente podem se aproximar da definição de qualidade de vida de uma pessoa, ao estarem permeados de significados das próprias experiências vividas.

E são esses significados que trazemos aqui: as falas dos sujeitos extraídas dos Fóruns, que dialogam com as dimensões e correlações feitas a partir dos instrumentos aplicados e respondidos por eles mesmos. Nada melhor que os próprios idosos para interpretar a sua qualidade de vida. Nos fundamentamos em Clifford Geertz (1989), especialmente na obra “A Interpretação das Culturas”, onde ele apresenta a Fenomenologia da Cultura, indicando que o essencial é anotar e interpretar o discurso social. Um método criado por ele e utilizado para analisar e descrever a estrutura significativa da cultura a partir do estudo da percepção dos indivíduos nela presentes. O autor indica que o essencial é anotar e interpretar o discurso social. A partir deste momento descrevemos como os idosos perceberam a sua qualidade de vida, descrita a partir das dimensões estabelecidas no WOQOL-OLD e percebidas ao longo do curso.

## Em relação ao Funcionamento Sensorial

Antes do curso: Quanto maior a Funcionamento Sensorial maior a Qualidade de Vida Física Ambiental.

Após o curso: A Funcionamento Sensorial aparece em relação a Autonomia e também em relação ao Participação Social e a Intimidade e diminui em relação ao antes sobre a Qualidade de Vida Física Ambiental.

Constatamos na Figura 16 que antes da intervenção, os sentidos (audição, visão, paladar, olfato e tato) estavam relacionados somente ao aspecto físico, ou seja, a Qualidade de Vida Física; e que após a intervenção do curso, verificou-se uma inversão considerável em relação a correlação entre Funcionamento Sensorial, Participação Social e Intimidade. Constatamos também que houve uma maior observação em relação ao Funcionamento em relação à Participação Social e à Intimidade, o que nos possibilita dizer que os participantes passaram a perceber a faceta Funcionamento Sensorial além do corpo físico, biológico, como observamos na seguinte fala:

Quanto à aposentadoria: sou aposentado. Isto se deu em 1998. Foi uma precipitação minha, pois me aposentei por tempo parcial de serviço e, além disso, não consideraram 5 anos alegando que faltavam os comprovantes. Recentemente, graças a Deus, consegui os comprovantes com investigação através de minha conta e entrarei em breve com o pedido de revisão. Eu me aposentei, mas continuei trabalhando, o que foi um equívoco. Resultado: tive um AVC isquêmico em 2001, durante uma cirurgia cardíaca (a 5ª cirurgia em 32 anos - as três primeiras foram em 1977 para o implante de uma válvula aórtica e as duas últimas foram para a correção de aneurisma da aorta)... Como eu nunca me poupei e sempre me dediquei de forma intensa ao trabalho, em 1996, me submetia a outra cirurgia para corrigir um aneurisma da aorta ascendente e continuei a trabalhar. Em outubro de 2001, na última cirurgia, para corrigir uma dissecação da mesma aorta, um trombo (coágulo) causou-me o AVC, deixando-me sequelas graves. Perdi as funções motoras do lado esquerdo (braço, antebraço, mão, dedos, punho, perna e pé), além de parte do campo de visão (esquerdo). Perdi também uma corda vocal, na entubação.

## Em relação à Autonomia

Antes do curso: Quanto maior Autonomia maior atividades Passadas, Presentes e Futuras maior Participação Social maior Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Após o curso: Quanto maior Autonomia maior atividades Passadas, Presentes e Futuras maior Participação Social maior Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Observamos que apesar da semelhança em ambas as aplicações, após o curso, a Autonomia em correlação ao atividades Passadas, Presentes e Futuras diminui, o que indica que os idosos começaram a observar melhor o possível controle que têm sob seu próprio futuro. Tal constatação nos faz acreditar que a intervenção do curso é significativa para os idosos perceberem alguns aspectos da sua vida que sofreu alteração, como saberem que não estão com tanta autonomia quanto pensavam. Notamos nessa questão o quanto as pessoas acreditam controlar seu futuro sem antes ter realmente pensado “nesse futuro”.

Observamos ainda em suas falas que a Participação Social aumentou após o curso, o que demonstra a importância desse tipo de intervenção para a sua saúde integral. A Qualidade de Vida Física, a Social e a Ambiental também aumentaram após a intervenção do curso, observando-se que os participantes se percebem mais autônomos depois do curso.

Li o texto sobre cidadania, devemos conhecer nossos direitos como cidadãos. O assunto é preocupante realmente, levando em conta principalmente no que diz respeito ao preconceito. Já senti ao entrar em lojas, ou qualquer ambiente. Já fui ao cabelereiro, e a jovem fez um espanto ao encontrar fios de cabelos brancos. Falei com a dona do salão. É bom mesmo termos acesso a internet onde podemos falar sobre isto.

O idoso é discriminado a partir da própria família. Ele não é levado a sério, não é escutado, não tem direito a vontade própria. O preconceito, a discriminação e o desrespeito fazem parte do dia-a-dia do idoso. Até mesmo nas lojas a recepção pelo idoso não é muito cordial. O aumento da longevidade não quer dizer que vamos viver melhor. Temos que batalhar muito ainda para isso acontecer. O ESTATUTO DO IDOSO já é um avanço pois pelo menos estamos amparados em LEI. No entanto muitos não conhecem os caminhos para recorrer. É necessário com

urgência debater sobre a educação permanente p/ q pelo menos no futuro as coisas melhorem. A existência dos CRIs CENTRO DE REFERENCIA DO IDOSO, contribui muito p/ a inclusão social do idoso. Lá o idoso tem a oportunidade de interagir c/ pessoas diferentes, praticar exercícios físicos, cursos que possibilita o desenvolvimento da memória, dança, música etc... Pena que poucos municípios desfrutam desse privilegio.

Eu até agora ainda não me senti lesada, mas vejo pessoas mais velhas do que eu que as vezes me revolta, que precisa pegar ônibus e o motorista não para e fica reclamando que o idoso só passeia.

As discriminações com idoso acontece em todos os lugares públicos, por exemplo em muitas lojas que entro para comprar algum produto percebo que sou ignorado pelos vendedores ou atendentes, para ser atendido na maioria das vezes preciso procurar alguém e dizer que estou procurando algo para comprar, mesmo assim vejo uma insatisfação da pessoa que me atende, parece que esse comportamento de evitar idoso o isenta de um dia chegar a ser velho também, parece até que velhice e contagiosa, não! Velhice não é uma doença contagiosa, ela simplesmente esta inclusa no processo de vida, quando menos esperamos essa fase da vida acontece... Muita coisa tem que ser feito para conscientizar as crianças, os jovens e adultos, para essa questão da terceira idade, quero dizer que quem respeita um idoso respeita a si mesmo. Já estamos no caminho certo, o que não pode é deixar essa idéia acabar.

Minha casa não está preparada p/ evitar quedas... rrsrsrs, preciso pensar nisso mais adiante, mas ainda não sofri nenhum tipo de quedas devido a isso.

### **Em relação Às Atividades Passadas, Presentes e Futuras**

Antes do curso: Quanto maior a atividade Passadas, Presentes e Futuras, maior a Participação Social, maior a Intimidade, maior a Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Após o curso: Quanto maior a Atividades Passadas, Presentes E Futuras, maior a Participação Social, menor a Morte e Morrer, maior a Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Vimos que após o curso a Atividades Passadas, Presentes e Futuras aumenta em relação ao Participação Social. O Morte e Morrer aparece após o curso, porém negativo. Há uma considerável preocupação dos participantes relacionada com as Atividades Passadas, Presentes E Futuras e a morte. Esse fato somente aparece após o curso, ou seja, os participantes percebem que a correlação entre as atividades passadas, presentes e futuras é negativa. Observamos que após o curso há uma preocupação em relação à morte e ao morrer o que indica que a partir das experiências vivenciadas e discutidas no ambiente virtual, os idosos apresentaram um maior temor em relação ao que virá pela frente por terem adquirido maiores conhecimentos sobre o processo de envelhecimento e a finitude.

Acho que fui muito privilegiada, pois comigo não ocorreu qualquer tipo de dificuldade para aposentar-me. Desde o momento que decidi parar de trabalhar, a Fundação de Previdência da qual sou beneficiária tomou todas as providências necessárias para a minha aposentadoria. Estabeleci o último dia de trabalho e fui para casa. Minha vida seguiu o mesmo ritmo. Recebo meu contracheque e meus proventos estão na conta nas mesmas datas de antes.

Estamos falando de aposentadoria, sim mais o que fazer a onde procurar para atualizar nossa aposentadoria que esta totalmente defasada o governo não providencia nada em nosso favor, a cada ano que passa estamos mais defasados os remédios aumentando a cesta básica aumenta a luz aumenta os impostos aumenta e nosso aumento não acompanha precisamos de lugares em nossos municípios que nos recebam para poder pedir a atualização do mesmo. só tem em SP no qual nem ao menos sei a onde é pois não é divulgado. nós as pessoas idosas não temos condições de ir para SP só para procurar esse tipo de coisa, e nem todas as pessoas tem acesso aos computadores e nem sabem mexer no mesmo. sendo assim mais uma vez tem que se pagar, tirando assim do pouco de que se recebe, e não tendo a certeza que estará chegando no lugar certo.

Trabalhei 25 anos como professora de Português numa escola estadual. Ao completar o tempo necessário para aposentar-me, entrei com os papéis pedindo meu afastamento e o único problema que encontrei foi a morosidade, pois a burocracia, 'a enrolação', greves, pedido de novos documentos foram cansativos. Recebi a autorização de afastamento de classe em um mês, mas a aposentadoria demorou mais de 03 anos para ser publicada. O procedimento para o pedido de aposentadoria em órgão público, como é meu caso, segue os mesmos trâmites da Previdência Social, mas quando me aposentei em 1994, a única exigência era ter 25 anos de efetivo exercício no magistério. Aposentei-me com 44 anos de idade... Depois de minha aposentadoria, não me acostumei com a rotina de vida de dona de casa. Em julho de 1997, ingressei na PUC-MG e cursei Jornalismo, por prazer, para aprender mais técnicas de redação. Não trabalhei como jornalista com remuneração. Todos os artigos que fiz, foram trabalhos voluntários para jornais de OGNs, igrejas e artigos que me pediram. Terminado o curso de Jornalismo, comecei a sentir, de novo, falta de alguma atividade. O que realmente gosto é de ler e estudar. Novamente, voltei para a PUC e

fiz o curso de Espanhol - minha última prova foi no dia 19/06, quando completei 60 anos e minha colação de grau foi em julho desse ano. Ao completar meu 3º curso superior, pedi à família que, se pensasse em estudar novamente, me encaminhassem para um hospital psiquiátrico. Brincadeira! Mas sinto que chegou minha hora de parar de freqüentar banco de escola, por vários motivos: moro a 50 km de BH, não dirijo, me cobro muito e quero sempre fazer o melhor e a memória, às vezes, falha. Viajar todos os dias é cansativo, perigoso e também muito oneroso.

Me aposentei e estou feliz da vida desfrutando as minhas conquistas.

“Como me aposentei cedo, com 48 anos senti certa dificuldade para me adaptar a nova rotina de vida, mas procurei preencher meu tempo com cursos (gosto de história e fiz o curso de história da África na USP) e atividades voluntárias ligadas a minha profissão, assistente social”

Apesar de ter me aposentado, continuo trabalhando na rede particular como professor de Matemática. Gosto muito de ensinar, de conviver com pessoas e, como tenho muita disposição, ainda pretendo trabalhar mais um pouco, pois mais um rendimento é sempre bem vindo.

### **Em relação à Participação Social**

Antes do curso: Quanto maior a Participação Social, maior a Morte e Morrer, maior a Intimidade, maior a Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Após o curso: Quanto maior a Participação Social, maior a Qualidade de Vida Física, Psicológica, Social e Ambiental.

Antes do curso notamos a correlação entre a Participação Social e Morte e Morrer (Figura 16 ), porém, após o curso (Figura 17), essa correlação não aparece, o que nos leva a dizer que após a intervenção os participantes perceberam que o fato de ter uma Participação Social não os distancia da Morte e Morrer. E também que sua Participação Social não aumenta suas possibilidades de Intimidade.

Mas após a intervenção do curso a Participação Social aumenta, observando-se que a intervenção do curso foi fundamental para que os idosos pudessem verificar como estão usando bem o seu tempo, visto que a participação deste curso virtual demandou tempo e dedicação.

Comparando o antes e depois (Figuras 16 e 17), constatamos que a Participação Social em relação à Qualidade de Vida Física aumenta depois do curso. Ou seja, identificamos aqui a valorização da capacidade física à Participação Social, pois quanto mais Participação Social, mais culto ao corpo há. Após o curso questionou-se o nível de atividade.

Minha experiência de aposentadoria está relacionada ao convívio com minha família (especialmente minha mãe) e meus amigos. Quando chegou meu tempo para aposentar fiquei ansiosa para agilizar esse acontecimento. Meus colegas me diziam que era muito cedo, que eu estava muito nova para parar de trabalhar, etc. Fui aconselhada a trabalhar mais um ano, numa função que me traria um salário melhor na aposentadoria. Mesmo assim, decidi: vou aposentar. Foi fácil, pois estava com tudo dentro do exigido e de direito. Como professora bastava ter 25 anos de trabalho. Dei entrada e em dois meses saiu no Diário Oficial. Na época minha mãe estava acamada, já com 82 anos e eu queria muito poder curtir um pouco mais sua presença. E isso foi possível por um ano (exatamente o “um ano” que me aconselharam trabalhar e eu não trabalhei). Aos 83 ela faleceu.

“Não encontrei dificuldades na realização de minha aposentadoria, que foi proporcional, aos 28 anos de trabalho. Aposentei-me porque estava cansada, pois minha jornada era sempre dupla, trabalhando fora e dentro de casa. Porém agora estou sentindo as consequências, pois o salário foi defasando e agora mais de metade do meu salário vai só para pagar condomínio e plano de saúde. Aliás, com o passar do tempo, o salário diminui e os planos de saúde ficam mais caros. Acho que é essa a grande dificuldade do idoso em nosso país, porque se não tivermos um bom plano de saúde e precisarmos de uma cirurgia, por exemplo, teremos que vender o que nos custou tanto para conseguir, para poder pagar as despesas médicas. Ainda trabalho, mas faço o que gosto que é costurar e não tenho horário específico. Alterno o trabalho com outras coisas que gosto de fazer, como dançar, caminhar, fazer ginástica.

Para melhorar minha qualidade de vida, procuro sempre estar em contato com meus amigos e familiares>participo de festas, viajo constantemente com o pessoal do CRI. Faço vários cursos e algum trabalho voluntário. Tento preencher meu tempo da melhor maneira possível. Já dizia o Hélio Ribeiro: “viver é a arte de preencher os espaços vazios”. Atualmente estou muito envolvida com o aprendizado do jogo de xadrez.

Estar sempre em atividade, procurar algo que seja interessante e me dê motivação para viver. Seja um trabalho voluntário, um trabalho remunerado ou a ajuda a alguém que necessite de nosso auxílio.

Apesar de aposentado, ainda trabalho e dedico meu tempo na preparação de aulas, correção de provas e outras atividades. Estou sempre estudando, escrevendo, pesquisando. Tenho muito cuidado com minha alimentação, evito

doces, frituras. Quando posso e me animo, faço caminhadas. Cuidar de passarinhos e das plantas também faz parte do meu dia a dia. Passear com Betty, sair com as filhas, visitar a família também são momentos de alegria e prazer.

Atividades que me trazem alegrias e realizações. São os primeiros cuidados que tenho tomado para ter uma melhor qualidade de vida. Usando a mente. Com o corpo, procuro atividades corporais, cuidados com a alimentação, e cuidados médicos quando necessário.

Durante quase um ano, eu e Aluísio (meu marido) fizemos hidroginástica três vezes por semana, mas como tivemos (os dois) algumas irritações na pele, achamos melhor interromper a hidroginástica.

Cultivo os amigos. Pois é: Participo há sete anos de um site de relacionamento na internet que me trouxe não só amigos "de infância" como parceiros musicais, que eu não tinha antes da internet. Durante anos compus sozinho, fazendo música para peças teatrais, quando muito com o autor do texto das peças. Mas agora fui criando mais confiança no inter-relacionamento, a partir dessa experiência de fazer música com um monte de pessoas que eu... nem conhecia!!!

Já uso o ORKUT, acho muito bom o relacionamento por lá, tenho vários amigos e familiares, e me proporcionou o reencontro com pessoas q a muito tempo não tinha contato e hoje nos comunicamos. Uso tbem o AMIGOZ.

### **Em relação à Morte e Morrer**

Antes do curso: Quanto maior a Morte e Morrer, maior a Intimidade, maior a Qualidade de Vida Psicológica.

Após o curso: Quanto maior a Morte e Morrer, maior a Qualidade de Vida Ambiental.

A Figura 17 mostra que após o curso diminui a correlação de Morte e Morrer com Intimidade e, Qualidade de Vida Psicológica não aparece. O que aparece após o curso é a correlação de Morte e Morrer com Qualidade de Vida Ambiental.

Observa-se uma preocupação implícita com a morte. Há uma notória interferência do curso na opinião dos participantes no antes e depois da intervenção. A partir do curso percebemos que a troca de experiências vivenciadas e

discutidas durante o mesmo faz com que os idosos apresentem um maior temor em relação ao sofrimento antes da morte. Portanto, o mais temido não é em si a morte, mas o sofrimento.

### **Em relação à Intimidade**

Antes do curso: Quanto maior a Intimidade, maior a Qualidade de Vida Psicológica, Social, e Ambiental.

Após o curso: Quanto maior a Intimidade, maior a Qualidade de Vida Psicológica, maior a Qualidade de Vida Social.

Na Figura 17 vimos que após o curso diminui a correlação da Intimidade com a Qualidade de Vida Psicológica e Qualidade de Vida Social. E a Qualidade de Vida Ambiental não aparece depois do curso. Notamos que após o curso os idosos percebem que a Intimidade está relacionada com sua qualidade de vida psicológica e, esta, por sua vez, à qualidade de vida social.

Acredito sim, pois como já disse, tenho muitos amigos virtuais q se tornaram reais, são boas e sinceras amizades, e nos encontramos com frequência para comemorar aniversários, festas juninas, confraternização de natal, bailes, churrasco, pizzas, jantares e também saraus para apresentar nossas criações em poesias, músicas, artes plásticas, artesanatos, etc., e temos amigos que são de várias cidades do interior de SP e Baixada Santista e nesses encontros são sempre regados a muita alegria, carinho, confraternização e respeito. E tudo isso para completar a minha felicidade e paz, encontrei um grande amor, companheiro e cúmplice, que começou no virtual há quatro anos atrás e hoje é muito real. Estamos sempre juntos nesses eventos sociais.

Mais acredito q pode haver uma interação social verdadeira através desses recursos na internet sim por já tenho amizades adquiridas através desses meios de comunicação e nos se damos muito bem. Como eu estava dizendo pode haver algo mais até chegar ao casamento, eu mesma já assisti casamento e durante a cerimônia o padre disse que aquele era o terceiro casamento que ele realizava de casais que haviam se conhecido através da internet. Acho mesmo, pode haver uma maior porque o computador se tornou uma máquina q nos leva as longas distâncias e vários conhecimentos, é pela a net q nos conhecemos o mundo todo sem sair de casa, podemos encontrar amigos do outro lado do mundo. Para mim a net é de suma importância nela encontramos grandes

descobertas de remédios e tratamentos para a nossa saúde e curas para varias doenças, e vários outros benefícios q a net nos traz e dou como ex: o nosso curso vê quantos conhecimentos e pessoas estamos conhecendo e nos tornado amigos isto para mim é muito gratificante.

Acredito que sim, mas acho bem difícil, é como disse acima, desde que haja interesses comuns entres os envolvidos, caso contrario, não haverá, interação, como pessoalmente também, tem que haver o interesse comum, caso contrario se esvazia com muita rapidez.

A interação social é muito importante em nossas vidas, sem ela seriamos apenas um aglomerados de pessoas permanecendo lado a lado como estranhos. Para mim a internet foi muito cativante e educativa, pois aos poucos fui descobrindo um novo mundo virtual de relacionamento, conhecimento e aprimorando o uso computador. Hoje é descartada a necessidade de uma pessoa física para fazer uma comunicação como fonte de relacionamento, dando ênfase ao ato da imaginação, necessária para a criação de uma imagem anônima, que terá comunhão com os demais. O mal do século é a solidão principalmente para os idosos, mas a internet contribuiu muito nesse sentido, porque o relacionamento virtual alem de ser uma ótima terapia ajuda-nos a obter informações e conhecimentos em diversos temas.

Por isso amigos, além da interação social e outras coisas mais, a internet mudou muito minha vida. converso com os familiares, leio jornais e revistas, estou sempre atualizado. obrigado novos amigos em poder ter a suas amizades neste curso, esperando criar laços de amizade cada vez mais.

### **Qualidade de Vida Física, Qualidade de Vida Psicológica, Qualidade de Vida Social e Qualidade de Vida Ambiental**

Em relação às dimensões não foram encontradas falas correspondentes que pudessem interpretar a qualidade de vida. A análise foi feita apenas a partir da matriz de correlações.

Constatamos na Figura 17 que após o curso diminui a correlação da Qualidade de Vida Física em relação à Qualidade de Vida Psicológica, Qualidade de Vida Social e Qualidade de Vida Ambiental. Também diminui a correlação da Qualidade de Vida Psicológica em relação a Qualidade de Vida Social e a Qualidade de Vida Ambiental e que após o curso há maior percepção no aumento da Qualidade de Vida Social em relação à Qualidade de Vida Ambiental.

## Considerações finais

Ser imprescindível nos dias atuais é um dos quesitos mais atraentes para a aquisição de qualquer coisa. A recomendação mais comum de se ouvir é a de que “você não pode deixar de ter isso, senão estará ultrapassado”. O idoso acaba acreditando que para ser um “idoso jovem, atual, antenado com o que há de *up to date*” tem que aderir à novidade, mesmo que pouco acrescenta de valioso à sua pessoa, mas apenas um obscuro objeto de desejo. Cortella (2005) assinala: a “informatolatria”, daqueles que tomam a tecnologia em si mesma como o requisito exclusivo para avaliar e fomentar a qualidade da produção e da vida humana. Um exemplo seria o do idoso que passaria a se isolar dos parentes ou os mais próximos, mantendo contatos apenas por via digital. Ou daquele que deseja - e se sente infeliz se não o conseguir adquirir quase tudo que lhe seja fornecido pelo computador. Nossa posição diante das possibilidades de intercâmbio e aquisições pela internet deverá, portanto, ser aquela de equilíbrio, sempre pensando em melhorias do ambiente virtual para a pessoa idosa que o acessa.

É equívoco supor que a informática seja a “solução final” para todos os problemas da longevidade ou do envelhecimento humano. Mesmo sem esse acesso informático, as pessoas idosas continuam tendo uma existência digna. Segundo Cortella (2005), vivemos uma espécie de “síndrome de modernidade”, o que quer dizer que tudo o que estiver envolvido em uma aura de tecnologia em sua produção, divulgação ou disseminação é considerado de qualidade valiosa, o que não é verdade. Sendo a informatização entendida como a marca mais significativa da atualidade, o que a ela estiver ligado ganha um pendão de moderno e, portanto, de imprescindibilidade.

A partir de seus valores e conhecimentos, a pessoa idosa pode operar on line com atitudes mais afirmativas e exemplares às demais gerações. Isto é, de atender a verdadeira função da teia universal: o trabalho colaborativo à distância; e de exercer sua criatividade e seu senso crítico, não restringindo a participação no mundo virtual a apenas distribuir conteúdos de páginas sobre temas variados e desconexos entre si, como costuma ocorrer com a maior parte dos internautas.

Mostra-nos que a tecnologia assume o papel de mediadora das relações que cada pessoa tem com o mundo, com os outros, consigo mesma, sendo ela própria fruto de mediações. Na ausência de um mundo da “verdade”, antes pensado pelos filósofos, entram em jogo as simulações, ou produção de mundos imagináveis ao real; os simulacros, na multiplicidade de imagens sem referente, avatares do real, inclusive híbridos quase matéria-quase máquina, quase homem-animal, quase ser-vivo; as seduções, a circulação da linguagem na ordem do desejo e do prazer configurante deste século XXI (D’Amaral, 1996). Essa configuração indica uma nova cultura - a que se vem chamando de comunicacional - em que os meios de comunicação são as tecnologias mais ostensivas, embora não exclusivas, mas atuantes e realistas.

Os participantes do Curso de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos, a partir das atividades de navegação na web, de acesso aos conteúdos e às várias áreas da sala de aula virtual, passaram a se dar conta de sua condição atual de vida. Ou seja, tarefas mais complexas exibem mais nitidamente nossas perdas físicas ou intelectuais e nos fazem posicionarmos de forma mais lúcida diante do processo de envelhecimento. Essa sensibilização pode nos indicar que o exercício de navegação na internet ativa, vivifica os sentidos dos idosos em geral (visão, audição, olfato, paladar e tato), favorecendo uma melhor interação com as outras pessoas.

Observa-se que a intervenção do curso foi fundamental para que os idosos pudessem verificar o quanto possuem “certa liberdade assistida”, mas, ao mesmo tempo, a maioria dos alunos se deram conta que tem autonomia para fazer as coisas que gostaria de fazer, e fazem. Após a intervenção do curso, os idosos observaram melhor as questões que envolvem o tema morte. O curso desenvolveu nos alunos uma maior percepção quanto a sua Qualidade de Vida em seus diversos domínios e facetas, começando pela sua sensibilização em relação ao processo de envelhecimento, tomando consciência das alterações ocorridas em seu corpo ao longo da vida. Apresentamos reportagem No Jornal do CNPQ (Anexo III).

As mudanças ocorridas foram representativas e visivelmente percebidas nas respostas e participações dos Fóruns (Chats). Alguns idosos demonstraram muito claramente suas condutas tomadas antes e depois do curso em relação ao cuidado, inclusive da própria saúde. Melhorias consideráveis também foram percebidas nas dimensões sociais, psicológicas, ambientais e de relações pessoais, temas constituintes do instrumento aplicado WHOQOL-OLD. No entanto, observamos que questões relacionadas ao exercício da cidadania, como inclusão e exclusão digital-social; educação continuada; mercado de trabalho; expressão pessoal; necessidades digitais, destacadas como muito importantes para a qualidade de vida de pessoas

que vivenciam a velhice nesta era tecnológica não fazem parte diretamente das facetas do WHOQOL-OLD quanto acreditamos que deveria ser.

O acesso aos vários conteúdos, a ação do Curso Avançado de Aquisição de Novas Linguagens e Navegação para Idosos em sua essência - a aprendizagem -, concretizou o seu objetivo geral: Capacitar pessoas idosas para a utilização dos recursos oferecidos pela Internet, desenvolvendo sua competência no uso tecnológico e habilitando-os para o exercício de sua cidadania tendo em vista suas práticas cotidianas e sua qualidade de vida.

Para Delors (1998 p. 101), (...) os tempos e as áreas de educação devem ser repensados, completar-se e e interpenetrar-se de maneira a que cada pessoa, ao longo de toda a sua vida, possa tirar o melhor partido de um ambiente educativo em constante ampliação.

O curso, com conteúdos de interesse dos idosos, multidisciplinar, mostrou a prática do conceito de Educação à Distância e seu resultado sugere que esse tipo de intervenção favorece, além da inclusão digital, o exercício da cidadania e a Educação em Saúde.

A partir do que observamos neste trabalho, urge a implementação on line de cursos de educação que promovam a habilidade tecnológica na utilização do computador e da navegação on line, visando a favorecer, a um só tempo de aprendizagem e empoderamento, populações distanciadas geograficamente, a começar pela sensibilização do processo de envelhecimento. Como ao longo da vida o corpo vai se alterando e os cuidados a serem tomados a fim de se garantir um bom envelhecer devem finalmente merecer a atenção da educação brasileira.

## Bibliografia

BEAUVOIR, Simone. *A velhice*. Trad. de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BURGER, R.E. "Quem cuida das pessoas idosas?". In: BEAUVOIR, Simone. *A velhice*. Trad. de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

CARVALHO, Alex Moreira. (2005, jul.-set.). *Educação a distância: esboço de uma análise ético-política*. In: Revista PUC-Educação a distância, 24. Ano 6: 35-46.

CARVALHO, J. *Aspectos metodológicos no trabalho com idosos* In: *ATAS DO SEMINÁRIO QUALIDADE DE VIDA NO IDOSO: O papel da atividade física*; Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, 1999.

CORTELLA, Mario Sergio. "Inteligência artificial". *Não espere pelo epitáfio: provocações filosóficas*. São Paulo: Vozes, 2005: 105-9.

CÔRTE, B.; MERCADANTE, E.; ARCURI, I. (orgs.) *Envelhecimento e Velhice: um guia para a vida*. São Paulo, Vetor; 2006.

D'AMARAL, Marcio Tavares (org.) *Contemporaneidade e Novas Tecnologias*. Rio de Janeiro: Sette Letras, 1996: 129-43.

DELORS, J. *Educação: Um tesouro a descobrir*. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI. Ed. Cortez. Brasília-DF. MEC, 1998: 101.

DIAS, Celina. *O velho no ciberespaço: sociabilização nos blogs de cidadãos acima de 60 anos*. 2009. 104 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica -SP, São Paulo, 2009.

DELEUZE, Gilles. *Diferença e repetição*. Rio de Janeiro: Graal, 1988: 39-49.

FOUCAULT, Michel. "Nietzsche, a genealogia e a história". *Microfísica do poder*. 9ª ed. Rio de Janeiro: Graal, 1990: 15-37.

DE MASI, Domenico. "O ócio criativo". Entrevista a Maria Serena Pallieri. Tradução de: Ozio Creativo. Traduzido por: Léa Manzi: Rio de Janeiro. Sextante, 2000: 148.

GOLDMAN, S. N. Envelhecimento e inclusão digital. In: FREITAS, E. V. de. *Tratado de geriatria e gerontologia*. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2006.

LÉVY, Pierre. "Os perigos da máquina-universal". In: PESSIS-PASTERNAK, Guitta. *Do caos à inteligência artificial: quando os cientistas se interrogam*. Trad. de Luiz Paulo Rouanet. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista, 1993: 255-9.

\_\_\_\_\_ *As tecnologias da inteligência-o futuro do pensamento na era da informática*. Rio de Janeiro: Ed.34, 1993.

\_\_\_\_\_ *O que é o virtual?* São Paulo: Ed. 34, 1996: 160

LYOTARD, Jean-François. "O campo: o saber nas sociedades informatizadas". *A condição Pós-Moderna*. 7ª ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2002: vii.

LOPES, C. et al. *A Internet como instrumento as atividades físicas e a melhoria da qualidade de vida dos idosos*. Revista Digital Efdeportes, n.122, p. 1, 2008.

GEERTZ, C. *A Interpretação das Culturas*. Editora LTC. 1989

MANZANO, A.L.N.G. e MANZANO J.A.N.G., *Internet: Um guia de orientação*. Ed. Érica. São Paulo, 2010.

\_\_\_\_\_ *Informática Básica*. Érica. 7ª Ed. São Paulo, 2010.

MARCUSHI, L.A e XAVIER, A.C. *Hipertexto e Generos digitais*. Ed. Lucerna. Rio de Janeiro, 2001: 26-30

MEDEIROS, S.A.R., *Longevidade: Um novo desafio para a educação*. Ed. Cortez, 2001:7

MERCADANTE, Elizabeth F. *A Construção da Identidade e da Subjetividade do idoso*. São Paulo, 1997 – Tese (Doutorado em Ciências Sociais) PUC, São Paulo.

MORIN, Edgar. *Ética, Cultura e Educação*. Alfredo Pena-Veja, Cleide R.S. de Almeida e Izabel Petraglia (orgs.) São Paulo: Cortez Editora, 2001.

MORAN, J.MI. (2009). *Propostas para melhorar nossa educação a distância*. Encontrado em 20, outubro, 2010, em: <http://www.eca.usp.br/prof/moran/propostasead.htm>. [Texto baseado em: Moran, José Manuel. (2009). Modelos e avaliação do ensino superior a distância no Brasil. *Revista ETD-Educação Temática Digital da Unicamp*, 10(2).Campinas (SP).

\_\_\_\_\_ *A distância e o presencial cada vez mais próximos*. [Entrevista publicada em Folha Dirigida: <http://ead.folhadirigida.com.br/?p=2343>, em 25 de maio de 2010]. Encontrado em 19 de outubro de 2010, em: <http://www.eca.usp.br/prof/moran/proximos.htm>.

MORO, Gláucio Henrique Matsushita. *Uma nova interface para a inclusão digital na terceira idade*. (Dissertação de mestrado) Programa em Tecnologias da Inteligência e Design Digital, PUC-SP, 2010.

NASCIMENTO, G.; *Informática na Terceira Idade: Um guia bem humorado para quem quer aprender informática depois dos 60*. Rio de Janeiro: Brasport, 2000: 54.

PEDRO, R.M.L.; *Cognição do híbrido*. Contemporaneidade e novas tecnologias. Marcio Tavares d' Amaral (org). Rio de Janeiro: Sette Letras, 1996: 53.

KACHAR, V. (Org.). *Longevidade: um novo desafio para a educação*. São Paulo: Cortez, 2001.

\_\_\_\_\_ *Terceira Idade e Informática: aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez, 2003.

\_\_\_\_\_ *Internet, um território sem fronteiras para a terceira idade*. Disponível em <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/acervo/pforum/evve3.htm>

\_\_\_\_\_ *Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital*. In: *Revista Kairós Gerontologia*, 13(2). São Paulo: PUC-SP/ NEPE e FACS-Faculdade de Ciências Humanas e Saúde, novembro, 2010: 131-147.

\_\_\_\_\_. *Inclusão Digital e Terceira Idade*. In: BARROSO, Áurea E.S. (Coord.). *Novas necessidades de Aprendizagem*. São Paulo: Secretaria Estadual de Assistência e Desenvolvimento Social/ Fundação Padre Anchieta, 2009.

\_\_\_\_\_. *A terceira idade e a exploração do espaço virtual da internet*. In: CÔRTE, Beltrina; MERCADANTE, Elisabeth Frohlich; ARCURI, Irene Gaeta (Orgs.). *Envelhecimento e Velhice: um guia para a vida*. São Paulo: Vetor, 2006.

SANTOS, Edméa Oliveira. *O currículo e o digital - educação presencial e a distância*. Dissertação de mestrado. Salvador: FAGED-UFBA, 2002. Orientador. Dr. Nelson De Luca Pretto

TAJRA, S.F. *Comunidades Virtuais: Um fenômeno na sociedade do conhecimento*. Ed. Érica. São Paulo, 2002:96

THIOLLENT, M. *Metodologia da Pesquisa-Ação nas Organizações*. 6ª edição Ed. Cortez. São Paulo, 1994.

THIOLLENT, M. *Pesquisa-Ação nas Organizações*. Ed. Atlas. São Paulo, 1997.

KAO, F.F. *O assunto da moda. A Saúde do Mundo*. Organização Mundial de Saúde, V.13, dez 1979.

VAZ, Paulo. "A história: da experiência de determinação à abertura tecnológica". In: D'AMARAL, Marcio Tavares (org.) *Contemporaneidade e Novas Tecnologias*. Rio de Janeiro: Sette Letras, 1996: 129-43.

#### **Acessos:**

CETIC. Análise dos Resultados da TIC Domicílios 2009- Série história – Total Brasil e área urbana. Disponível em <http://www.cetic.br/usuarios/tic/2009/analise-tic-domicilios2009.pdf>. Acesso em 10/09/2010.

IBGE. "Idoso no mundo" Disponível em: [http://www.ibge.gov.br/ibgeteen/datas/idoso/idoso\\_no\\_mundo.html](http://www.ibge.gov.br/ibgeteen/datas/idoso/idoso_no_mundo.html) Acessado em 20/09/2010

IBGE. "Projeção da População do Brasil população brasileira envelhece em ritmo acelerado." Disponível em [http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_impresao.php?id\\_noticia=1272](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_impresao.php?id_noticia=1272). Acessado em 20/10/2008.

<http://copyfight.noblogs.org/gallery/5220/Domenico%20de%20Masi%20-%20O%20C3%93cio%20Criativo.pdf>. Aceso em 10/03/2011.

## Apêndice I – Cartaz rampa PUC-SP



**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**

### **Pesquisa busca voluntários acima de 60 anos que usam internet**

O Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento – NEPE, da PUC de São Paulo, precisa de 60 voluntários acima de 60 anos para um estudo que vai analisar se há associação entre a qualidade de vida e a aprendizagem em um ambiente virtual. Os interessados devem cumprir um único requisito: saber usar a Internet. Quem se dispôr, terá acesso a duas etapas da pesquisa que consiste em discutir com maior profundidade o uso do computador e Internet no melhoramento da qualidade de vida. A atividade com cada voluntário vai durar apenas uma manhã no dia 24 de setembro e outra no final do segundo semestre (ainda a ser marcada), período no qual serão aplicados questionários sobre qualidade de vida e internet. Outras informações podem ser obtidas no e-mail [pro.gisnelli@gmail.com](mailto:pro.gisnelli@gmail.com) . A atividade é aberta a pessoas da comunidade.

## Apêndice II – Casa Bailes Carinhoso



### Apêndice III – Convite virtual PUC-SP

#### Pesquisa busca voluntários acima de 60 anos que usam internet

O Núcleo de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento – NEPE, da PUC de São Paulo, precisa de 30 voluntários acima de 60 anos para uma pesquisa sobre ambiente virtual de aprendizagem que envolve um curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação, totalmente gratuito. Os interessados devem cumprir um único requisito: **saber usar a Internet e o MSN**. A atividade com cada voluntário vai durar 6 horas semanais e cada um faz seu horário.

Maiores informações no e-mail [gisnelli@gmail.com](mailto:gisnelli@gmail.com). Ou pelos telefones: (11) 8587-6858 ou (11) 2806-0922.



### Apêndice IV – Convite e-mail



#### *AVA - Ambiente Virtual de Aprendizagem*

*Curso avançado de  
aquisição de novas  
linguagens e navegação*

*Instituições Promotoras*

*Pontifical Universidade Católica  
de São Paulo - PUC-SP*

*Universidade Católica de Brasília  
- UCB*

*Universidade Católica de Brasília  
Virtual - UCB Virtual*

## Apêndice V – Questionário NEPE

 <p>PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia</p> <p><b>Questionário</b> Pessoas idosas e qualidade de vida: Ambiente virtual de aprendizagem</p> <p>São Paulo 2008</p>	<p><b>TERMO DE CONSENTIMENTO</b></p> <p>Q(A) senhor(a) está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa intitulada "Ambiente virtual de aprendizagem". A sua participação contribuirá para o melhor conhecimento desses assuntos e, por consequência, na melhor preparação dos profissionais que atendem as pessoas idosas.</p> <p>Estamos solicitando sua contribuição para responder a pergunta: "O que é tecnologia no seu cotidiano?".</p> <p>Sua participação é voluntária e se q(a) senhor(a) concordar em participar, garantiremos o sigilo de todas as informações prestadas. Essas informações serão utilizadas apenas para fins de pesquisa e serão analisadas em conjunto. Os resultados da pesquisa podem ser apresentados por meio de veículos impressos, em eventos acadêmicos ou outros meios de divulgação científica, porém sem identificação dos participantes.</p> <p>Declaro que li e entendi este termo de consentimento e aceito participar da pesquisa.</p> <p>São Paulo, ____ de _____ de 2008.</p> <p>Assinatura q(a) participante _____</p> <p>Caso queira maiores informações sobre a pesquisa, por favor, entre em contato conosco pelo endereço eletrônico da coordenadora da pesquisa: <a href="mailto:ppg.gerontologia@pucsp.br">ppg.gerontologia@pucsp.br</a></p> <p>Muito obrigada pela sua colaboração!</p>	<p><b>CONVITE</b></p> <p>Caso q(a) senhor(a) tenha interesse por esses assuntos e queira conversar mais sobre eles, participe da continuidade desta pesquisa que consiste em diagnosticar o uso do computador e Internet no melhoramento da qualidade de vida da pessoa idosa. Por favor, informe abaixo seu nome e telefones para que possamos entrar em contato.</p> <p>Muito obrigado.</p> <p>Nome: _____</p> <p>E-mail: _____</p> <p>Telefone: _____</p> <p>Celular: _____</p>	<p><b>Dados pessoais</b></p> <p>Agradecemos se q(a) senhor(a) nos informar alguns dados pessoais para que possamos caracterizar o grupo que contribuiu para esta pesquisa:</p> <p>Qual sua idade? _____ anos.</p> <p>Qual seu sexo? <input type="checkbox"/> Feminino <input type="checkbox"/> Masculino</p> <p>Qual sua escolaridade?</p> <table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Pré-primário</td> <td><input type="checkbox"/> 1º grau completo</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Primário</td> <td><input type="checkbox"/> 1º grau incompleto</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Ginasio</td> <td><input type="checkbox"/> 2º grau completo</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Magistério</td> <td><input type="checkbox"/> 2º grau incompleto</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Científico</td> <td><input type="checkbox"/> Superior completo</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Colegial</td> <td><input type="checkbox"/> Superior incompleto</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Profissionalizante</td> <td><input type="checkbox"/> Pós graduação</td> </tr> </table> <p>Qual seu estado civil?</p> <p><input type="checkbox"/> Solteiro(a)</p> <p><input type="checkbox"/> Casado(a)</p> <p><input type="checkbox"/> Separado(a)</p> <p><input type="checkbox"/> Viúvo(a)</p> <p><input type="checkbox"/> União livre</p> <p><input type="checkbox"/> Outros: _____</p> <p>Você mora com quem?</p> <p><input type="checkbox"/> Esposo(a)</p> <p><input type="checkbox"/> Família (esposo(a) e filhos)</p> <p><input type="checkbox"/> Filhos(as)</p> <p><input type="checkbox"/> Outros parentes</p> <p><input type="checkbox"/> Sozinho</p> <p><input type="checkbox"/> Em abrigo</p> <p><input type="checkbox"/> Outras pessoas. Quem são? _____</p>	<input type="checkbox"/> Pré-primário	<input type="checkbox"/> 1º grau completo	<input type="checkbox"/> Primário	<input type="checkbox"/> 1º grau incompleto	<input type="checkbox"/> Ginasio	<input type="checkbox"/> 2º grau completo	<input type="checkbox"/> Magistério	<input type="checkbox"/> 2º grau incompleto	<input type="checkbox"/> Científico	<input type="checkbox"/> Superior completo	<input type="checkbox"/> Colegial	<input type="checkbox"/> Superior incompleto	<input type="checkbox"/> Profissionalizante	<input type="checkbox"/> Pós graduação	<p>Qual é a renda mensal familiar?</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de R\$500,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$500,00 a R\$1.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$1.001,00 a R\$2.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$2.001,00 a R\$4.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> Mais de R\$4.000,00</p> <p>Você é provedor de sua família?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não, Se não, depende de quem? _____</p> <p>Atualmente recebe aposentadoria?</p> <p><input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim, Se sim, de quanto?</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de R\$500,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$500,00 a R\$1.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$1.001,00 a R\$2.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> De R\$2.001,00 a R\$4.000,00</p> <p><input type="checkbox"/> Mais de R\$4.000,00</p> <p>Você utiliza computador conectado a Internet?</p> <p><input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim, Se sim, aonde? (pode marcar mais de uma opção)</p> <p><input type="checkbox"/> Em casa</p> <p><input type="checkbox"/> Em casa de amigos</p> <p><input type="checkbox"/> Em casa de parentes</p> <p><input type="checkbox"/> Cursos de informática</p> <p><input type="checkbox"/> Trabalho</p> <p><input type="checkbox"/> Trabalho</p> <p><input type="checkbox"/> Trabalho</p> <p><input type="checkbox"/> Trabalho</p> <p><input type="checkbox"/> Outros: _____</p>
<input type="checkbox"/> Pré-primário	<input type="checkbox"/> 1º grau completo																	
<input type="checkbox"/> Primário	<input type="checkbox"/> 1º grau incompleto																	
<input type="checkbox"/> Ginasio	<input type="checkbox"/> 2º grau completo																	
<input type="checkbox"/> Magistério	<input type="checkbox"/> 2º grau incompleto																	
<input type="checkbox"/> Científico	<input type="checkbox"/> Superior completo																	
<input type="checkbox"/> Colegial	<input type="checkbox"/> Superior incompleto																	
<input type="checkbox"/> Profissionalizante	<input type="checkbox"/> Pós graduação																	

## Apêndice VI – Convite NEPE



**NÚCLEO DE ESTUDO E PESQUISA DO ENVELHECIMENTO - PUCSP**

**CONVIDA**

Para o encontro sobre o tema em discussão

**PESSOAS IDOSAS E QUALIDADE DE VIDA:**

Ambiente virtual de aprendizagem

Da evolução tecnológica ao ambiente virtual

**Local:** Pontifícia Universidade Católica PUC-SP  
**Dia:** 24/09/2008 **Hora:** 9hs às 12 hs **Sala:** 333 Prédio Novo  
**Endereço:** R. Ministro de Godoy, 969 Perdizes

## Apêndice VII – Convite e-mail

Olá querido amigo/aluno, estou envolvida em um projeto na PUC de São Paulo e PUC de Brasília que objetiva um curso totalmente GRATUITO e pela Internet. Quero convidá-lo a participar, para isto basta responder esta mensagem afirmativamente. Abaixo explico como será o curso. Se você tiver dúvida, me ligue: 8587-6858 ou 2806-0922.

### **CURSO EM AMBIENTE VIRTUAL**

**Nome:** Curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação.

**Publico:** 30 pessoas idade a partir de 60 anos.

**Módulos:** Qualidade de Vida, Cidadania, Produtos e Serviços e Interação Social. **Duração:** 2 meses.

**Encontros:** 6 hs/semanais – (o aluno faz seu horário).

**Conteúdo:** leituras e fóruns.

**Período:** Cada módulo com duração de 15 dias e um encontro em chat no final do módulo.

**Requisitos:** utilizar a internet e o MSN

## Apêndice VIII – Ficha Inscrição Curso



Universidade Católica  
de Brasília - UCB Virtual  
www.catolicavirtual.br

**Curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação para pessoas idosas**

**Ficha de Inscrição**

**Pólo de educação a Distância: Brasília-DF e São Paulo - SP**

**Dados pessoais**

Nome completo

Identidade

CPF

Data de nascimento

**Endereço**

Endereço completo

Cidade

Estado

CEP

Email

Se houver, colar endereço eletrônico de WhatsApp

Telefone Residencial

Telefone Comercial

Telefone Celular

**Formação**

Nível

Curso e Instituição educacional

Ano de conclusão

Atividade profissional

Profissão

Atividade exercida

Tempo

www.catolicavirtual.br

QS 07 Lote 01 SPT Bloco H, Sala 116, Água Clara,  
Taguatinga, CEP: 71965-700 - Brasília/DF - Brasil.  
Telefones: 55 (61) 3356 9213 / Fax: 55 (61) 3356 9234

## Apêndice IX – Plano de Ensino



Universidade Católica  
de Brasília - UCB Virtual



**Plano de Ensino**

**1. Identificação**

Curso: Curso avançado de aquisição de novas linguagens e navegação para idosos  
Unidade de Estudos Autônoma (UEA): "Cidadania"; "Qualidade de Vida"; "Interação Social"; e "Produtos e Serviços".  
Professores: Dr. Vicente Paulo Alves (e-mail: [tutorvicente@ucb.br](mailto:tutorvicente@ucb.br); tel.: (61)3356-9751),  
Mestranda Gisnell Bataglia Minache (e-mail: [gisnell@hotmail.com](mailto:gisnell@hotmail.com); tel.: (11)8587-6858);  
Mestranda Maria Aparecida Santana (e-mail: [maricocida@yahoo.com.br](mailto:maricocida@yahoo.com.br); tel.: (61)3349-9937)

**2. Cronograma das Atividades no Bimestre**

Início e término do curso: 24 / 06 a 30 / 09 / 2009

O objetivo do cronograma é auxiliá-lo na organização do seu processo de aprendizado. Observe com atenção o quadro a seguir.

Descrição das Atividades	Datas/Períodos
Encontro Presencial: Brasília e São Paulo	24/06 a 08/07
Fórum de Apresentação	24/06 a 31/07
Início da 1ª disciplina: "Cidadania"	01/08 a 15/08
1º Fórum de Discussão	01/08 a 15/08
Início da 2ª disciplina: "Qualidade de Vida"	16/08 a 31/08
2º Fórum de Discussão	16/08 a 31/08
Início da 3ª disciplina: "Interação Social"	01/09 a 15/09
3º Fórum de Discussão	01/09 a 15/09
Início da 4ª disciplina: "Produtos e Serviços"	16/09 a 30/09
4º Fórum de Discussão	16/09 a 30/09
Avaliação Final do Curso	28/09 a 30/09
Entrega dos certificados de conclusão do curso	01/11 a 30/11

**3. Avaliação Final do Curso**

Os alunos é que avaliarão o curso, respondendo pequenas questões sobre a sua validade, funcionalidade e interação realizada entre os próprios alunos e também com os professores. Depois de finalizado o curso, deverá ser respondido novamente a mesma escala de Qualidade de Vida que foi respondida antes de começar o curso.

**4. Orientações complementares**

- Lembre-se de construir o seu cronograma pessoal de estudos, tendo como referências as datas apresentadas no cronograma de atividades;
- As datas estabelecidas para início e término dos fóruns de discussão poderão sofrer variações, de acordo com a participação da turma e evolução do debate;
- Procure se organizar para participar atividade dos fóruns, de forma a demonstrar seu interesse e envolvimento com os colegas e com os assuntos abordados em sala de aula;
- Em caso de realização de chats, as datas serão informadas oportunamente, por e-mail;
- Caso tenha dúvidas ou dificuldades ao longo do estudo da disciplina, entre em contato, o quanto antes, com os professores-tutores, por e-mail.

## Anexo I – 1º Questionário

Código:



**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA**  
PRPG: Mestrado em Gerontologia



**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA**  
PRPG: Mestrado em Gerontologia

**CONSELHO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO CIENTÍFICO E TECNOLÓGICO**

# Questionário

**Projeto de Pesquisa Atenção à Saúde e à Qualidade de Vida dos Idosos Componente 3: “Ambiente virtual de aprendizagem”**

2008

## Anexo II – Instrumento WHOQOL e WHOQOL- Bref



### WHOQOL - ABREVIADO

Versão em Português

**WHOQOL-OLD**  
*Instruções*

**ESTE INSTRUMENTO NÃO DEVE SER APLICADO INDIVIDUALMENTE, MAS SIM EM CONJUNTO COM O INSTRUMENTO WHOQOL-BREF**

Este questionário pergunta a respeito dos seus pensamentos, sentimentos e sobre certos aspectos de sua qualidade de vida, e aborda questões que podem ser importantes para você como membro mais velho da sociedade.

Por favor, responda todas as perguntas. Se você não está seguro a respeito de que resposta dar a uma pergunta, por favor escolha a que lhe parece mais apropriada. Esta pode ser muitas vezes a sua primeira resposta.

Por favor tenha em mente os seus valores, esperanças, prazeres e preocupações. Pedimos que pense na sua vida **nas duas últimas semanas**.

Por exemplo, pensando nas duas últimas semanas, uma pergunta poderia ser :  
**O quanto você se preocupa com o que o futuro poderá trazer?**

Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamen 5
-----------	------------------	--------------------	---------------	-----------------

Você deve circular o número que melhor reflete o quanto você se preocupou com o seu futuro durante as duas últimas semanas. Então você circularia o número 4 se você se preocupou com o futuro "Bastante", ou circularia o número 1 se não tivesse se preocupado "Nada" com o futuro. Por favor leia cada questão, pense no que sente e circule o número na escala que seja a melhor resposta para você para cada questão.

Muito obrigado(a) pela sua colaboração!

**Instruções**

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Por favor, responda a todas as questões. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as duas últimas semanas. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você sente dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nas duas últimas semanas. Portanto, você deve circular o número 4 se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você sente dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio.

## Anexo III – Reportagem CNPQ

### Interação com novas tecnologias aumenta a qualidade de vida na terceira idade

Grandes mudanças transparecem nas diversas dimensões da sociedade que se torna cada vez mais informatizada. As novas gerações entram em contato com tecnologias inovadoras desde o nascimento. Dessa forma, desenvolvem ampla desenvoltura e intimidade com a operacionalização dos meios eletrônicos. Contudo, alguns setores sociais ficam à margem desse processo. Grande parte da população idosa convive, ainda, de forma conflituosa com as rápidas e complexas alterações tecnológicas.

Nem sempre manipular novos eletrodomésticos, celulares, caixas eletrôni-

gem, para medir a qualidade de vida dos idosos que interagem com a internet.

Coordenado pelo professor Vicente Paulo Alves, a pesquisa avaliou 128 questionários dirigidos a moradores das capitais Brasília e São Paulo, com experiência no uso da internet. Na primeira etapa, para conhecer os interesses e os hábitos desse segmento, foram entrevistadas pessoas com idade entre 60 e 89 anos. "Este estudo identificará as demandas e interesses dos idosos na utilização das tecnologias de aprendizagem em ambientes virtuais, de modo a mapear as tecnologias mais adequadas à terceira idade e aferir seu papel promotor de reinserção do idoso no mundo moderno", afirma Vicente.

Com base nas informações obtidas pelo diagnóstico, são percebidos efeitos potencialmente benéficos da tecnologia na subjetividade dos idosos, o que acaba proporcionando maior qualidade de vida em temas relacionados à saúde, interação social, cidadania, e acesso a produtos e serviços. A dona de casa Luzia Maria de Oliveira, de São Paulo, conta que aos 69 anos a internet facilita e traz muita companhia a sua vida. "Eu digo sempre que a tela do meu monitor se tornou a minha sala de visitas, onde eu recebo com carinho meus familiares e amigos. Gosto muito da net e tenho muitos amigos até fora do Brasil. Acho que todo idoso deveria aprender a procurar as músicas que gosta de ouvir, falar com os parentes e amigos que moram distantes, aprender a colocar as fotos dos netinhos que a gente ama. Tudo isto é muito prazeroso para nossa idade", revela.

Dados preliminares da pesquisa apontam que a interação do idoso com a internet proporciona maior inclusão, já que ajuda no rompimento do isolamento social ainda imposto na velhi-

ce; favorece a inserção no mercado de trabalho; amplia seus conhecimentos; resgata os vínculos familiares; retoma o sentido de pertencimento; ajuda a superar os medos e resistências às novas tecnologias; promove maior qualidade de vida, evidenciando a capacidade do idoso de ser livre, autônomo, criativo e determinado; ajuda na manutenção e ativação da memória; ameniza a solidão e favorece a parte financeira, já que a comunicação com familiares ou amigos se torna mais barata.

De acordo com a pesquisa, fica claro que o uso da internet pode trazer mudanças significativas para as pessoas com mais idade. Assim, tanto o Programa de Gerontologia de UCB, quanto a PUC-SP, dispõem de iniciativas para a utilização de tecnologias de aprendizagem a distância que contemplam o público acima dos 60 anos. "Elaboramos conteúdos e ambientes virtuais amigáveis aos idosos. A união da tecnologia com a qualidade de vida mostra que é possível realizar educação à distância para atualizar os idosos diante de uma nova sociedade que precisa vencer o preconceito contra a idade e apontar novos caminhos para a inclusão digital, tendo em vista a sua longevidade", finaliza Vicente.



Alunos recebem aula em centro de informática especializado

cos e principalmente o computador são consideradas tarefas fáceis por quem tem mais de 60 anos. Mas esse perfil do idoso excluído da interação com a tecnologia está mudando. Dados atuais mostram que a maioria dos novos usuários da internet são idosos, o que faz muitos pesquisadores questionarem se essa nova aquisição tecnológica e aprendizagem da nova linguagem são capazes de trazer melhoria ao estilo de vida dessa população. O projeto "Atenção à Saúde e a Qualidade de Vida dos Idosos" é uma dessas iniciativas, realizado por pesquisadores da Universidade Católica de Brasília (UCB) e da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), e conta com o financiamento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). O grupo, composto por membros do Programa de Pós-Graduação em Gerontologia das instituições criou o componente "Ambiente Virtual de Aprendizagem",

#### EXPEDIENTE

Ministro da Ciência e Tecnologia  
Sergio Rezende

Presidente do CNPq  
Gleice Alberto Araújo de Carvalho Filho

Vice-Presidente  
Wania Panzini

Diretor Administrativo  
Erenice Costa de Paula

Diretor de Prog. Horizontais e Instrumentais  
Oswaldo Silva

Diretor de Prog. Temáticos e Setoriais  
José Onofredo Siqueira

CNPq  Brasil

Publicação do CNPq - Distribuição gratuita

Journalista responsável:  
Dácio Rezende (48) 3099.0672 - 491

Reportagem: Mariana Gonçalves (48) 3955.0971 e  
Bianca Guimarães

Edição:  
Alice Sales

Projeto gráfico: Raphael Rizzo

Diagramação: Gustavo Lacombe

Revisão:  
Impressão: Vera & Franckia Gráfica e Editora LTDA

Tiragem: 2 mil

