



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
PROGRAMA DE RESIDÊNCIA MÉDICA  
EM GERIATRIA

GABRIELLE CORDEIRO BELTRÃO DE OLIVEIRA

**USO, ABUSO E DEPENDÊNCIA DE INTERNET E MÍDIAS DIGITAIS POR  
IDOSOS**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO  
COMO REQUISITO PARCIAL PARA  
OBTENÇÃO DO TÍTULO DE  
ESPECIALISTA EM GERIATRIA,  
PROGRAMA DE RESIDÊNCIA MÉDICA  
DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA.

ORIENTADOR: PROF. DR. EINSTEIN  
FRANCISCO DE CAMARGOS

BRASÍLIA

2024

## RESUMO

**Introdução:** O uso da internet e das mídias digitais é um hábito relativamente recente, de modo que ainda não se conhecem os efeitos desta nova forma de interação social em diferentes populações. Compreender os fatores determinantes do uso/abuso da internet e das mídias digitais por idosos e seus impactos, sejam negativos ou positivos, pode facilitar abordagens clínicas visando o uso adequado dessas tecnologias por essa população. **Objetivos:** Identificar fatores determinantes para o uso de mídias digitais e internet por idosos e criar uma ferramenta de avaliação e diagnóstico do uso e abuso de mídias digitais e internet por idosos da comunidade. **Método:** Foi realizada uma revisão bibliográfica no período de agosto a dezembro de 2023. **Conclusão:** Os idosos ocupam cada vez mais espaços na sociedade, e aspectos psicossociais comuns na velhice podem ser minimizados com o uso apropriado da internet e das mídias digitais, por meio de diferentes possibilidades de interação social e aquisição de informações. Em relação ao abuso e dependência da internet e das mídias sociais entre idosos, não existe uma classificação nosográfica que conceitue 'dependência da internet' nos manuais diagnósticos. Contudo, o desenvolvimento de ferramentas de avaliação sobre o uso, abuso e dependência de internet e mídias digitais em idosos torna-se necessário e indispensável, não só para o levantamento de hipóteses diagnósticas, mas, sobretudo, para a implementação de uma atenção eficaz em saúde mental para idosos que sofrem pelo uso excessivo da internet.

**Palavras-chave:** Idoso, Internet, Mídia social, Mídia digital, Dependência.

## SUMÁRIO

1. Introdução.....	3
2. Justificativas .....	5
3. Objetivos.....	6
4. Métodos .....	6
5. Discussão .....	7
5.1. Benefícios da tecnologia da informação para os idosos.....	7
5.2. Danos e malefícios da tecnologia da informação para os idosos .....	11
5.3. Como avaliar o abuso e dependência de internet e tecnologias da informação em idosos.....	13
5.4. Proposta de questionário .....	15
6. Conclusão .....	17
7. Referências Bibliográficas.....	18

## 1. Introdução

As novas tecnologias são responsáveis por mudanças significativas que a sociedade vem enfrentando nos últimos anos. Estamos na era digital e as tecnologias avançam a um ritmo exponencial e novos recursos tecnológicos digitais surgem continuamente, transformando o comportamento humano de forma decisiva (Acerbi A, 2020; Jovem KS, 1996).

Os avanços tecnológicos têm contribuído significativamente para a evolução e desenvolvimento dos indivíduos nas áreas do conhecimento, da comunicação e das relações humanas. As tecnologias trazem uma infinidade de vantagens, mas ainda desconhecemos os possíveis danos decorrentes do seu uso, sobretudo aos idosos (Acerbi A, 2020; Jovem KS, 1996).

O uso cotidiano das tecnologias de informação tornou-se essencial, aumentando o número de usuários online e o tempo gasto em dispositivos. Esse uso intensivo, seja por lazer ou trabalho, e a imersão em relacionamentos virtuais e redes sociais, estão associados ao surgimento de problemas físicos e emocionais entre os usuários que fazem uso excessivo dessas tecnologias (Guedes E, 2016).

A dependência digital é definida como falta de autonomia ou independência para realizar tarefas sem o uso de dispositivos digitais de comunicação, como internet, celulares, tablets, redes sociais e similares. Fazendo com que a falta desses recursos, mesmo temporariamente, contribua para ocorrência de ansiedade, medo e insegurança, impedindo o indivíduo de realizar suas atividades normais (Gonçalves L.L,2017).

O Transtorno de Dependência de Internet (TDI) caracteriza-se pelo uso descontrolado e prolongado da internet, afetando significativamente a vida cotidiana das pessoas (Sayed, 2022). Similarmente, o vício em smartphones, identificado pelo uso compulsivo e excessivo desses dispositivos, resultando em dependência psicológica, seja pelo aparelho em si ou pelo seu conteúdo (M. Kwon, 2013).

O vício em smartphones tem sido associado a vários problemas, incluindo aumento do sofrimento psicológico, lesões musculoesqueléticas, condução perigosa, comportamentos de trabalho, além do desgaste das relações com familiares e amigos próximos (James, 2023;

Ratan, 2021). Não obstante, o vício destes dispositivos está associado com síndrome do toque fantasma, nomofobia e insônia (King et al, 2008; Larry Rosen, 2012; Silva et al, 2017).

Contudo, ainda não está claro quais são os efeitos positivos ou negativos associados ao uso destes dispositivos por idosos. Desta forma, é importante investigar e compreender os fatores associados ao uso de smartphones com problemas físicos e psicoemocional, além de avaliar o risco de dependência destes dispositivos.

## 2. Justificativas

O uso da internet e mídias digitais é um hábito relativamente recente, de modo que ainda não se conhece os efeitos desta nova forma de interação social em diferentes populações. Considerando que o aumento no tempo dispensado no uso da internet/mídias digitais relaciona-se ao sentimento de isolamento do mundo real, especula-se que isso possa contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais, incluindo sintomas depressivos e ansiosos (Lira AG, 2017; Primack BA, 2017).

Por outro lado, durante a pandemia de COVID 19, o uso da internet e mídias digitais ajudou a reduzir os impactos psicológicos negativos do isolamento social, conectando pessoas mesmo que à distância, permitindo assim uma maior interação social entre membros do mesmo núcleo familiar, colegas de trabalho e amigos (FAROOQ, 2020).

Por isso, é essencial compreender os fatores determinantes do uso/abuso da internet e mídias digitais por idosos e seus impactos, sejam negativos ou positivos, facilitando assim abordagens clínicas que visem o adequado uso dessas tecnologias nessa população.

### **3. Objetivos**

- Identificar fatores determinantes para o uso de mídias digitais e internet por idosos;
- Criar uma ferramenta de avaliação e diagnóstico do uso e abuso de mídias digitais e internet por idosos da comunidade.

### **4. Métodos**

Foi realizada uma revisão bibliográfica no período correspondente aos meses de agosto a dezembro de 2023. As fontes utilizadas foram obtidas por meio eletrônico, através da base de dados (Medline, PubMed, Lilacs, Scielo e Google Scholar), empregando-se as palavras-chave que se adequavam à pesquisa: idosos e uso de internet; idosos e uso de mídias digitais, dependência de internet e dependência de internet em idosos. Foram incluídos estudos publicados nos últimos dez anos, em português, inglês ou espanhol.

## 5. Discussão

Há pouco menos de 10 anos, os idosos não eram tão assíduos na utilização da internet e, quando o faziam, era para se informar com as notícias, por exemplo. Todavia, atualmente, as redes sociais estão cada vez mais presentes no cotidiano dos idosos (Wasserman et al., 2012). O processo de inclusão digital, no entanto, acontece de maneira diferente entre crianças, adolescentes e adultos comparado aos idosos. Hoje em dia, as crianças já nascem imersas na era digital, enquanto que os adolescentes e os jovens adultos vivem, diariamente, conectados por diversas razões; já para os idosos, o processo de inclusão digital é lento, o que pode influenciar de maneira diferente seus usuários (Brunelli et al., 2016).

### 5.1. Benefícios da tecnologia da informação para os idosos

Definitivamente a informática assumiu um papel no uso cotidiano dos idosos, proporcionando superar os medos e desafios com relação à utilização de equipamentos eletrônicos (computadores, notebooks, tablets e smartphones, etc.). O uso das mídias digitais passou a ser um aliado ao ócio e tornou-se uma distração para a população idosa (Dellarmelin & Froemming, 2015).

Dentre as principais motivações para que o idoso utilize mais frequentemente a internet estão: conhecer pessoas novas e estabelecer novos vínculos pessoais, realizar compras, buscar orientações sobre saúde, realizar serviços em que não necessitem sair de casa, como pagamentos bancários (Verona et al., 2006). Assim, a internet não é apenas uma ferramenta voltada para o lazer para este público, mas também um instrumento viável para a aquisição de aprendizados e inserção social (Silva, Pereira & Ferreira, 2015).

Cabe salientar que a comunicação e a informação mediadas por tecnologia são uma realidade central em todas as esferas sociais do mundo em que vivemos. A Internet tem provocado alterações profundas nas dinâmicas econômicas, sociais e culturais e é hoje muito mais do que uma tecnologia, é um meio de comunicação, de interação e de organização social (Castells, 2004). Sendo essa a base tecnológica da era da informação (Castells, 2001). Segundo Himanen (2001), o “Informacionalismo” é um novo paradigma tecnológico, que substitui o industrialismo. Contudo, o que é novo no informacionalismo não é o papel central

que o conhecimento e a informação desempenham na sociedade, mas sim o impacto que a tecnologia tem nas formas de gerar e aplicar conhecimento.

É sábio que as novas formas de gerar e aplicar conhecimento têm grande impacto a nível individual e coletivo. Essa nova sociedade em rede caracteriza-se por um aumento substancial da autonomia dos indivíduos como da sociedade civil (Cardoso, Costa, Conceição, & Gomes, 2005). As tecnologias de informação e comunicação (TIC) podem simplificar o estilo de vida das pessoas, através de dispositivos como computadores, celulares, tablets, facilitando o acesso a recursos virtuais: redes sociais, sites e motores de busca de informação (Cardoso, Costa, Conceição, & Gomes, 2005).

Neste sentido, tem-se observado uma crescente participação das tecnologias de informação na vida quotidiana dos idosos, sendo essa essencial nas sociedades em envelhecimento, sendo assim necessário compreender o papel da internet na qualidade de vida deste público, além de explorar as consequências do impacto nas diferentes esferas da vida quotidiana destes. A qualidade de vida (QV) é “um conceito multidimensional que abrange a apreciação subjetiva e objetiva da situação de vida de uma pessoa no contexto do seu ambiente sociocultural e econômico” (Phillips, Ajrouch & Hillcoat-Nalletamby, 2010). A Organização Mundial de Saúde define QV como “a percepção dos indivíduos da sua posição na vida no contexto da cultura e dos sistemas de valores em que vivem e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (WHOQoL, 1998).

Os fatores determinantes da qualidade de vida na velhice variam entre os grupos de idosos. De acordo com os resultados de estudos anteriores, os determinantes mais comuns da qualidade de vida dos idosos são boa saúde, capacidade funcional, sentido de controle pessoal, participação social, relações intergeracionais, disponibilidade de amigos e apoio social e status socioeconómico (Walker & Mollenkopf, 2007). Um dos impactos mais importantes do uso da Internet para os idosos é que lhes permite estabelecer e manter relações sociais. As relações sociais, incluindo rede social e apoio social, são uma forma de capital social que influencia a qualidade de vida.

Anuncie e Ajrouch (2007) salientam que pessoas com poucas relações sociais tendem a ser marginalizadas e têm menor qualidade de vida, enquanto as pessoas que estão interconectadas, ligadas a outras e geralmente envolvidas em atividades interativas tendem a ser mais ajustadas positivamente e têm melhor saúde mental e física”. A Internet facilita a

interação social e a comunicação e os adultos mais velhos podem utilizar a Internet para se comunicar com familiares e amigos (Sum et al., 2008a; White et al., 2002).

O uso da internet permite que os indivíduos complementem suas interações presenciais com familiares e amigos (Penard e Mayol,2015). Além disso, “também podem interagir de forma remota e instantaneamente com pessoas que nunca conheceram fisicamente e fazer novos amigos virtuais”. Assim, a Internet proporciona meios de comunicação aos idosos que os protegem do isolamento social.

Sum e colaboradores (2008) exploraram o impacto do uso da Internet no sentimento de pertencimento dos idosos a uma comunidade americana e descobriram que o uso da Internet facilita a interação social dos idosos com familiares e amigos, e amplia a sua rede social. Eles sugerem que existe uma relação complexa entre o uso da Internet, o capital social e o bem-estar, e que o uso da Internet afeta o capital social e o bem-estar dos idosos de diferentes maneiras. Neste estudo, a utilização da Internet para procurar informação e comunicação causou um impacto mais positivo no capital social, na solidão e no bem-estar dos participantes mais velhos. Assim, os autores sugerem que os utilizadores de internet mais idosos devam ser sensibilizados para os efeitos do uso e encorajados a utilizá-la, a fim de melhorar o seu capital social e bem-estar e reduzir a sua solidão.

Mellor e colaboradores (2008) estudaram o impacto do uso da Internet no isolamento social e no bem-estar dos idosos americanos. Para tal, 20 idosos residentes na aldeia de reformados receberam formação em informática e Internet durante 12 meses. Os dados qualitativos obtidos nas entrevistas com participantes mais idosos sobre as suas experiências de utilização do computador indicaram que a maioria dos participantes mais idosos tinha uma atitude positiva em relação ao uso da Internet. Relataram que aprender a usar o computador e ter acesso à Internet os integrou ao mundo moderno.

Lelkes (2012) analisou o impacto do uso da Internet no isolamento social e no bem-estar dos idosos utilizando o conjunto de dados do Inquérito Social Europeu (ESS1), que inclui amostras representativas a nível nacional de 50 mil indivíduos de 26 países. O estudo incluiu 11 mil usuários de internet com 65 anos ou mais. Os resultados do estudo mostraram que os idosos que utilizam regularmente a Internet têm menos probabilidade de sentir isolamento social. Além disso, houve uma associação positiva significativa entre o uso regular da Internet e a satisfação com a vida. Como indicam as conclusões deste estudo, os

encontros presenciais não substituem a comunicação online; pelo contrário, complementam-na.

Phillips e colaboradores (2010), salientam que o apoio social é um conteúdo funcional das relações e um fator importante para a qualidade de vida dos idosos. Os tipos de apoio social incluem apoios emocionais, instrumentais, informativos e de avaliação. A utilização do computador e da Internet permite aos usuários mais idosos da Internet terem acesso a informações úteis sobre saúde, passatempos e bens de consumo, bem como comunicarem-se por meio das suas redes sociais. Desta forma, a Internet oferece apoio instrumental, informativo e emocional aos usuários mais idosos e torna-se um meio significativo de apoio social (Nimrod, 2009).

Wright (2000) estudou os impactos da participação em grupos e comunidades de apoio online no bem estar psicológico dos idosos. O estudo foi realizado com 136 idosos usuários de computador que acessaram a página *SeniorNet Online*. Destes, 86% afirmaram usar a Internet diariamente e passar cerca de 17 horas por semana no modo *online*. As conclusões do estudo mostraram que o nível de estresse dos idosos que participaram em grupos de apoio online diminuiu e isso teve um impacto positivo no seu bem-estar psicológico.

Entre os estudos que investigam a relação entre fatores psicológicos que melhoram a qualidade de vida dos idosos e o uso do computador, Karavidas e colegas (2005) verificaram o efeito do conhecimento do computador, da ansiedade e da auto-eficácia na satisfação com a vida de usuários mais velhos da Internet. A amostra do estudo incluiu 222 usuários da Internet, com idades entre 53 e 88 anos. Os entrevistados foram todos membros de clubes de informática na Flórida. Como os resultados indicaram, houve uma relação positiva entre o conhecimento dos usuários mais idosos da Internet sobre computadores e a Internet, a sua auto-eficácia geral e a satisfação com a vida. Além disso, o uso do computador teve um impacto positivo na satisfação com a vida através do aumento da independência, da manutenção de redes sociais e do acesso a informações relacionadas com a saúde.

E Werner e colaboradores (2011) utilizou os dados do estudo de intervenção randomizado e controlado "*The Well Elderly II*", para examinar a relação entre variáveis demográficas, psicossociais, relacionadas à saúde e bem-estar. Os participantes do estudo foram recrutados em centros de idosos, complexos habitacionais para idosos e comunidades

de aposentados e incluíram 460 idosos com 60 anos ou mais. De acordo com os resultados do estudo, o uso do computador e do e-mail teve um efeito positivo no funcionamento psicológico e no bem-estar dos idosos.

Em outro estudo randomizado de intervenção controlada, Slegers e colegas (2008) examinaram a relação causal entre o uso do computador, o bem-estar psíquico, emocional e social, o desenvolvimento e a atividade, e a autonomia. Os resultados não mostraram relação entre o uso da Internet e o funcionamento psicológico e o bem-estar dos idosos.

Diante dos estudos citados, é possível identificar que a literatura aponta vários benefícios do uso da internet entre a população idosa, sobretudo na melhoria da qualidade de vida, autonomia e independência, redução do sentimento de isolamento social por meio da manutenção e criação de vínculos sociais.

## **5.2. Danos e malefícios da tecnologia da informação para os idosos**

Apesar dos benefícios associados ao uso da Internet e o acesso às tecnologias de informação e mídias sociais supracitados, tem sido observado que o tempo dedicado e o tipo de acesso podem contribuir para o desenvolvimento de hábitos comportamentais extremos (Echeburúa, Requesens, 2012). Os indivíduos podem desenvolver preocupações e sentir dificuldade em controlar o uso da internet, obtendo prejuízos no âmbito profissional, familiar ou social devido ao acesso excessivo (Young, 2009).

O uso excessivo de internet tem sido estudado e discutido na literatura desde meados dos anos 90, ressaltando consequências negativas ligadas a esse uso excessivo (Pontes & Patrão, 2014). Todavia, cabe salientar que essa excessividade no uso da internet só é considerada prejudicial quando acompanhada de sintomas que interferem diretamente no comportamento do indivíduo (Terroso & Argimon, 2016).

Todavia, o conceito de “dependência de internet” tem sido amplamente discutido na literatura, sobretudo entre idosos. Não há um consenso entre os autores acerca de um termo específico para fazer referência ao uso demasiado da internet. No entanto, o termo “dependência de internet” é o mais utilizado para indicar a dificuldade em controlar o uso que acarreta prejuízos funcionais e desconforto emocional em alguns indivíduos (Abreu e colaboradores, 2011).

Esse termo foi inicialmente proposto em 1995, pelo psiquiatra norte-americano Ivan Goldberg, que criou grupos de ajuda para indivíduos que apresentavam a sintomatologia característica dessa problemática. Ivan caracterizou o transtorno de dependência tecnológica como “ausência de realização das funções profissionais e sociais para manter o acesso à internet” (Wallis, 1997).

A dependência da internet é um transtorno ainda sem a devida nosografia reconhecida pelos manuais diagnósticos, mas que se caracteriza, principalmente, pela incapacidade do indivíduo controlar o uso da internet, apesar de ter a consciência que o excesso de uso causa impactos negativos em seus relacionamentos, saúde, desempenho acadêmico e no trabalho (Picon et al, 2015).

Esse transtorno, tão presente na contemporaneidade, leva o indivíduo a ter preferência pela vida virtual em detrimento da presencial, desencadeando muitas consequências negativas a si (Wasserman et al., 2012). Na dependência psicológica, estão inclusos o desejo irresistível de usar a rede; a incapacidade de controle do uso; irritação quando não conectados e euforia assim que conseguem acesso. O indivíduo tem uma obsessão pela vida virtual, a tal ponto de ignorar quase que totalmente aspectos relevantes da vida real: o sono, a alimentação e os relacionamentos que não sejam por meio da internet (Fortim & Araújo, 2013).

Na internet, além de muitas informações, são encontrados muitos meios de entretenimento, razão para sua utilização para fins que não sejam apenas para estudos ou trabalho, fator esse que predispõe ao desenvolvimento de transtornos relacionados ao uso. Uma metanálise que incluiu 164 estudos, realizados em 31 países, demonstrou que a dependência de internet é um fenômeno global, com prevalência em torno de 6% e pode estar associada à comorbidades, tais como: transtorno de déficit de atenção/hiperatividade, transtorno depressivo e ansiedade social (Picon et al., 2015). Porém, faz-se ainda necessário estudos para avaliar melhor a prevalência de dependência de internet em idosos.

As principais dependências por tecnologia, desencadeadas em pacientes que recorreram ao tratamento psicoterápico, foram: jogos eletrônicos, redes sociais, pornografia online e smartphones (Picon et al, 2015). O uso das redes sociais é o desdobramento da dependência de internet mais citado pelos pacientes (Frizon & Balestrin, 2016), que, direta ou indiretamente, pode estar associado ou relacionado às outras formas de dependências.

As redes sociais são mais acessadas por vários fatores, sendo que o principal deles se deve ao modo de seu funcionamento, ou seja, diversos mecanismos são utilizados para a estimulação do constante retorno a elas por meio de notificações de atualizações nas contas dos contatos, diversas opções de interação como: curtir, comentar, compartilhar, trocar mensagens instantâneas etc. Trata-se de uma estratégia de marketing implícito, com o intuito de agregar mais usuários às redes, considerados potenciais consumidores de produtos e serviços (Frizon & Balestrin, 2016).

Neste sentido, destacam-se o Instagram, Facebook e Twitter. Esses tipos de redes sociais fazem com que o usuário queira saber quantas curtidas e/ou comentários suas postagens receberam, fazendo com que os indivíduos queiram conferir constantemente o que está ocorrendo em seus perfis virtuais, predispondo assim a distúrbios de uso uma vez que os usuários são estimulados a permanecerem conectados (Picon et al., 2015).

A interação social promovida pelas mídias digitais age diretamente no cérebro via circuito de recompensa, gerando picos de bem-estar e satisfação, comparáveis a outros conhecidos desencadeadores de prazer, como por exemplo: alimentos, sexo e até mesmo uso de substâncias psicoativas e também por isso o uso da internet e mídias digitais torna-se uma distração.

O desenvolvimento da dependência de internet em idosos também pode sofrer influência de fatores situacionais tais como problemas pessoais e mudanças de vida (divórcio, morte de familiar, realocação profissional, aposentadoria), que favorecem o uso da internet como fuga psicológica e distraem o usuário de um problema ou situação difícil da vida real (Young, et al. 2011).

### **5.3. Como avaliar o abuso e dependência de internet e tecnologias da informação em idosos**

Diagnosticar a dependência de internet, a despeito de qual seja a fase do desenvolvimento em que a pessoa se encontra, em si não é fácil, visto que o indivíduo apresenta justificativas aparentemente legítimas para estar sempre conectado, como necessidades relacionadas ao trabalho, estudos, notícias, relacionamentos amorosos, cuidado com familiares, etc., o que, por vezes, camufla o comportamento do dependente.

Os adolescentes são os mais propensos a desenvolver comportamento aditivo baseado na interação de fatores como facilidade de acesso, disponibilidade de tempo, anonimato, liberdade de ação, contato online, popularidade e evasão à pressão social, enquanto os adultos tendem a desenvolver comportamentos de autocontrole (Labrador e Villadangos, 2009).

Diante deste fato, o modo mais plausível para o diagnóstico da dependência é comparar o uso compulsivo de internet aos critérios diagnósticos estabelecidos pelos manuais acerca dos transtornos disruptivos, do controle do impulso e da conduta (Pirocca, 2012).

Neste sentido, para o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014), o transtorno do controle do impulso inclui condições que envolvem problemas de autocontrole de emoções e comportamentos que ocorrem, em alguma medida, em indivíduos em desenvolvimento típico. Para a classificação de Transtornos Mentais e de Comportamentos da CID-10 (1993), os transtornos de hábitos e impulsos são caracterizados por atos repetidos que não têm nenhuma motivação racional e clara, sendo geralmente prejudiciais aos interesses do próprio indivíduo ou os de outras pessoas.

É importante frisar que para efeito de diagnóstico devem ser levados em consideração aspectos relacionados à idade, o gênero e a cultura da pessoa antes de se determinar se são sintomáticos de um transtorno.

Segundo o modelo cognitivo e comportamental de Judice Beck, há dois tipos de dependência de internet: específica e generalizada (Davis, 2001). A específica envolve o uso excessivo de conteúdos específicos (por exemplo: jogos, negociações de ações, pornografia). A generalizada é caracterizada pelo uso multidimensional e excessivo da internet, resultando em consequências negativas na vida pessoal e profissional.

Os sintomas da dependência da internet generalizada incluem cognições disfuncionais. Na dependência generalizada os usuários são atraídos por uma sensação de bem-estar online, demonstrando uma preferência pelo contato virtual, do que pela relação "face a face" (Davis, 2001, citado por Young, Dong Yue Li Ying, 2010).

Com base nessas conceituações formais, foram desenvolvidos por (Young, 1996) alguns critérios a serem observados como pertencente aos padrões comportamentais dos indivíduos para o indicativo de diagnóstico de dependência de internet, os quais incluem:

- Preocupação excessiva com a internet;
- Necessidade de aumentar o tempo conectado (*online*) para ter a mesma satisfação;
- Exibir esforços repetidos para diminuir o tempo de uso da internet;
- Presença de irritabilidade e/ou depressão;
- Labilidade emocional quando o uso de internet é restringido (internet como forma de regulação emocional);
- Necessidade de permanecer mais tempo conectado (*online*) do que o programado;
- Trabalho e relações sociais em risco pelo uso excessivo;
- Mentir aos outros a respeito da quantidade de horas em que esteve *online*.

Outro fator a ser observado é a presença ou não da “nomofobia”, que se trata do termo mais utilizado para designar o desconforto ou angústia causados pelo medo de ficar incomunicável ou, até mesmo, pela impossibilidade de comunicação por intermédio do telefone celular, computador ou internet (fobia diante da possibilidade de ficar offline) (King, Nardi & Cardoso, 2015).

#### **5.4. Proposta de questionário**

Os estudos sobre a utilização de Internet e mídias digitais pela população idosa tendem a uniformizar os idosos e a negligenciar as diferenças baseadas na idade, gênero, etnia, estado socioeconômico e de saúde, fatores esses que são de extrema importância para compreensão dos reais motivos que estimulam os idosos a permanecerem conectados à internet.

Fundamentado na versão brasileira do Internet Addiction Test (IAT) desenvolvemos um questionário para avaliação do uso de internet e mídias digitais por idosos com o objetivo de melhor compreender fatores correlatos à utilização e as possíveis consequências, à vida cotidiana dos idosos, decorrentes de tal utilização.

O questionário será aplicado em idosos com 65 anos ou mais; que concordem em participar da pesquisa e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; que não possuam limitações cognitivas ou outras doenças que os impeçam de usar o smartphone e/ou acessar a internet.

Além da coleta de informações sobre sexo, idade, estado civil, escolaridade, renda, número de pessoas componentes do núcleo familiar, os participantes responderão a 16 perguntas sendo a cada resposta atribuída uma pontuação que varia de 1 a 5 pontos

equivalente as seguintes respostas respectivamente: nunca, raramente, ocasionalmente, frequentemente e sempre. Quanto maior a pontuação, maior o grau de dependência relacionado ao uso.

A frequência do uso de internet dos participantes da pesquisa será classificada após análise em: ausência de dependência, dependência leve, dependência moderada e dependência grave.

As perguntas referentes ao questionário encontram-se no quadro abaixo.

	Nunca	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Sempre
1- Acha que passa mais tempo na internet (computador, celular, tablet, etc.) do que pretendia?	( )	( )	( )	( )	( )
2- Utiliza a internet para se comunicar com familiares?	( )	( )	( )	( )	( )
3- Utiliza a internet para se comunicar com amigos?	( )	( )	( )	( )	( )
4- Prefere utilizar a internet a participar de atividades presenciais de lazer com a família?	( )	( )	( )	( )	( )
5- Utiliza (computador, celular, tablet, etc.) para procurar informações relacionadas à saúde?	( )	( )	( )	( )	( )
6- Utiliza (computador, celular, tablet, etc.) para buscar novos relacionamentos?	( )	( )	( )	( )	( )
7- Utiliza a internet para realizar transações bancárias?	( )	( )	( )	( )	( )
8- Tem insônia por ficar conectado(a) até tarde da noite?	( )	( )	( )	( )	( )
9- Teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça?	( )	( )	( )	( )	( )
10-Utiliza a internet para buscar conteúdos de natureza sexual?	( )	( )	( )	( )	( )
11-Utiliza a internet para procurar notícias?	( )	( )	( )	( )	( )
12-Utiliza a internet para procurar informações sobre bens e serviços?	( )	( )	( )	( )	( )
13-Utiliza a internet para realizar compras?	( )	( )	( )	( )	( )
14-Tenta diminuir o tempo que fica na internet e não consegue?	( )	( )	( )	( )	( )
15-Se sente preocupado(a) com a internet quando está desconectado(a) imaginando que poderia estar conectado(a)?	( )	( )	( )	( )	( )
16- Se sente ansioso quando desconectado(a) e esse sentimento vai embora assim que volta a se conectar à internet?	( )	( )	( )	( )	( )

## 6. Conclusão

Pesquisas demográficas demonstram o crescente envelhecimento populacional nas últimas décadas e esse fenômeno revela o despertar de uma mudança na representação social acerca do envelhecimento. O baixo índice de natalidade, associado ao avanço da tecnologia e da medicina resultam, inegavelmente, na melhoria da qualidade de vida da população, conseqüentemente, em seu envelhecimento.

Com maior acesso à informação e à participação ativa em diferentes vivências, o idoso vem tendo oportunidades, nos mais diversos âmbitos, inclusive no contexto do lazer, de ressignificar sua existência, sua aprendizagem, sua importância como cidadão detentor de direitos e garantias legais, seu envelhecimento, sua própria velhice e os níveis de sua efetiva participação dentro da sociedade (Gaspari, Schwartz, 2005).

Os idosos ocupam cada vez mais espaços dentro da sociedade e aspectos psicossociais, comuns na velhice, como solidão, isolamento social, alienação, podem ser minimizados com o apropriado uso da internet e das mídias digitais por meio de diferentes possibilidades de interação social e aquisição de informações.

Entretanto, no tocante ao abuso e dependência da internet e mídias sociais entre idosos não há uma classificação nosográfica que conceitue “dependência da internet” nos manuais diagnósticos. Pesquisas que evidenciam os fatores causais correlatos ao desenvolvimento de tais transtornos e suas conseqüências à população idosa são escassas sobretudo no Brasil.

Os idosos apresentam fatores de suscetibilidade para tal adoecimento, haja vista a presença de alguns fatores relevantes enfrentados por essa faixa etária como: ociosidade, sedentarismo pós-aposentadoria, solidão e desconhecimento dos riscos do mundo cibernético.

Assim, o desenvolvimento de ferramentas de avaliação acerca do uso, abuso e dependência de internet e mídias digitais em idosos torna-se necessária e indispensável não só pelo levantamento de hipóteses diagnósticas, mas, sobretudo, para a implementação de uma atenção eficaz em saúde mental de idosos que sofrem pelo uso excessivo da internet.

## 7. Referências Bibliográficas

ACERBI, Alberto. Cultural evolution in the digital age. Oxford: Oxford University Press, 2019.

ALHUMAID, Jean; ALI, Saqib; FAROOQ, Imran. Os efeitos psicológicos da pandemia COVID-19 e como lidar com eles na Arábia Saudita. *Trauma Psicológico: Teoria, Pesquisa, Prática e Política*, v. 5, p. 505, 2020.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 4. ed. Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 2002. p. 880.

BOZ, Hayat; KARATAS, Sibel Esra. A Review on Internet Use and Quality of Life of the Elderly. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, v. 10, n. 3, p. 182-191, 2015.

BRUNELLI, Angela Vieira et al. Uma parceria na inclusão digital. *CATAVENTOS-Revista de Extensão da Universidade de Cruz Alta*, v. 8, n. 1, 2016.

CARLI, Vladimir et al. The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: a systematic review. *Psychopathology*, v. 46, n. 1, p. 1-13, 2012.

CASTELLS, Manuel et al. A sociedade em rede: do conhecimento à política. In: *A sociedade em rede: do conhecimento à ação política*. Lisboa: Edições Gulbenkian, 2005. p. 17-30.

CASTELLS, Manuel; HIMANEN, Pekka. The information society and the welfare state: The Finnish model. Oxford: Oxford University Press, USA, 2002.

CONCEIÇÃO, Cristina Palma et al. A sociedade em rede em Portugal. Porto: Campo Das Letras, 2005.

DAVIS, R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, v. 17, n. 2, p. 187-195, 2001.

DELLARMELIN, Mateus Luan; BALBINOT, Valmiria Antonia; FROEMMING, Lurdes Marlene Seide. Análise do comportamento e utilização das redes sociais pelos idosos. *Revista Sociais e Humanas*, v. 30, n. 1, p. 174-184, 2017.

ECHEBURÚA, Enrique; REQUESENS, A. Las redes sociales y las nuevas tecnologías: el mundo del internet. In: Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Madrid: Ediciones Pirámide, 2012.

FERREIRA, N. et al. Apoio ao letramento digital de idosos: adesão e avaliação da população idosa a um aplicativo móvel de incentivo ao uso de smartphones e tablets em ambiente natural. *Psychiatry*, v. 30, n. 4, p. 422-430, 2015.

FLECK, Marcelo P. A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100). *Revista de Saúde Pública*, v. 33, n. 2, p. 198-205, 1999.

FORTIM, Ivelise; ARAUJO, Ceres Alves de. Psicologia analítica e as dependências: uma revisão. *Revista Junguiana*, v. 31, n. 2, p. 12-22, 2013.

GÁSPARI, Jossett Campagna de; SCHWARTZ, Gisele Maria. O idoso e a ressignificação emocional do lazer. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 21, p. 69-76, 2005.

GRAEML, K. S.; VOLPI, J. H.; GRAEML, A. R. O impacto do uso (excessivo) da Internet no comportamento social das pessoas. *Revista Psicologia Corporal*, v. 5, 2004.

GUEDES, Telma Margarida Vicente. As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) e o funcionamento familiar em famílias com filhos adultos: comparação de diferentes grupos de utilizadores das TIC. 2016. Dissertação (Mestrado) – [Instituição], 2016.

GLORY, S.E.; EDIM, E.J.; INYANG, B.I.; EKO, H.A. Word-of-Mouth Communication and Customer Patronage Behaviour Towards Smartphones. *International Journal of Entrepreneurship and Business Innovation*, 6(2), 69-85, 2023. DOI: 10.52589/IJEBIIBJMWRB6.

KWON, M.; LEE, J. Y.; WON, W. Y.; PARK, J. W.; MIN, J. A.; HAHN, C. et al. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLOS ONE*, 8(2), e56936, 2013. DOI: 10.1371/journal.pone.0056936.

KING, A.L.S.; VALENÇA, A.M.; SILVA, A.C.O.; BACZYNSKI, T.; CARVALHO, M.R.; NARDI, A.E. Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, v. 29, n. 1, p. 140-144, 2013.

KING, Ana Lucia Spear; NARDI, Antonio Egidio; CARDOSO, Adriana. Nomofobia: Dependência do computador, internet, redes sociais? Dependência do telefone celular. 1. ed. São Paulo: Atheneu, 2015.

LIRA, Ariana Galhardi et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, p. 164-171, 2017.

LELKES, Orsolya. Happier and less isolated: Internet use in old age. *Journal of Poverty and Social Justice*, v. 21, n. 1, p. 33-46, 2013.

GONÇALVES, Lúcio Lage. Dependência digital: tecnologias transformando pessoas, relacionamentos e organizações. 1ª ed. [S.l.]: [s.n.], 2017.

MELLOR, David; FIRTH, Lucy; MOORE, Kathleen. Can the internet improve the well-being of the elderly? *Ageing International*, v. 32, p. 25-42, 2008.

MURAKAMI, Luisa; SCATTOLIN, Fatima. Avaliação da independência funcional e da qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Revista Médica Herediana*, v. 21, n. 1, p. 18-26, 2010.

NIMROD, Galit. The internet as a resource in older adult leisure. *International Journal on Disability and Human Development*, v. 8, n. 3, p. 207-214, 2009.

NÓBREGA, Maria de Fátima Ferreira. Terceira idade e novas tecnologias: por uma educação sem fronteiras. *Revista Científica FESA*, v. 1, n. 18, p. 37-53, 2022.

DE OLIVEIRA FELIZMINO, Thiago; BARBOSA, Rochele Bezerra. Idosos e dependência de internet: uma revisão bibliográfica. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, v. 7, n. 1, p. 120-127, 2018.

DE PAULA SILVA, Adelson et al. Inovação em práticas e tecnologias para aprendizagem. São Paulo: Pimenta Cultural, 2015.

PHILLIPS, Judith E.; AJROUCH, Kristine J.; HILLCOAT-NALLÉTAMBY, Sarah. Conceitos-chave em gerontologia social. [S.l.]: Sage, 2010.

PICON, Felipe et al. Precisamos falar sobre tecnologia: caracterizando clinicamente os subtipos de dependência de tecnologia. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, v. 17, n. 2, p. 44-60, 2015.

PIROCCA, Caroline. Dependência da internet, definição e tratamentos: revisão sistemática da literatura. 2012. [Detalhes da publicação não fornecidos].

PONTES, Halley; PATRÃO, Ivone. Estudo exploratório sobre as motivações percebidas no uso excessivo da internet em adolescentes e jovens adultos. *Psychology, Community & Health*, v. 3, n. 2, 2014.

ROSEN, L. D. iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us. [S.l.]: [Editora não fornecida], 2012.

SORIANO SÁNCHEZ, José Gabriel et al. Factores psicológicos y consecuencias del Síndrome Fear of Missing Out. *Revista de Psicología y Educación*, 2022. [Detalhes da publicação não fornecidos].

TERROSO, Lauren Bulcão; DE LIMA ARGIMON, Irani Iracema. Dependência de internet e habilidades sociais em adolescentes. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 16, n. 1, p. 200-219, 2016.

VERONA, Silvana Marinaro et al. Percepção do idoso em relação à Internet. *Temas em Psicologia*, v. 14, n. 2, p. 189-197, 2006.

VILLADANGOS, Silvia María; LABRADOR, Francisco J. Menores y nuevas tecnologías (NT): ¿uso o abuso?. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud/Annuary of Clinical and Health Psychology*, 5, p. 75-83, 2009.

WRIGHT, Kevin. The communication of social support within an online community for older adults: A qualitative analysis of the SeniorNet community. *Communication Quarterly*, v. 47, n. 4, p. S33, 1999.

YOUNG, Kimberly. Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, v. 39, p. 241-246, 2009.

YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. (Colaboradores). Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.

YOUNG, K. S. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. In: 104th annual meeting of the American Psychological Association, 1996, Toronto, Canadá. Anais... Toronto, Canadá: CyberPsychology & Behavior, 1996. p. 237-244.