

# Infoincluir Cidadãos 50+

O contributo formativo da USALBI – Universidade Sénior de Castelo Branco

## *Infoinclude Citizens 50+*

*The formative contribution of USALBI – Senior University of Castelo Branco*

Henrique Gil

ESE - Instituto Politécnico de Castelo Branco  
CAPP – Universidade de Lisboa  
UIDEF – Universidade de Lisboa  
Castelo Branco, Portugal  
hteixeiragil@ipcb.pt

Lino Galvão

Cybercentro – Câmara Municipal de Castelo Branco  
Castelo Branco, Portugal  
lino.c.galvao@gmail.com

**Resumo** — Pretende-se fazer uma abordagem sumária ao processo de envelhecimento global, com particular destaque para a EU-27 e Portugal. Neste âmbito, é abordada a problemática da infoexclusão dos cidadãos 50+ e as suas consequências para este grupo de cidadãos que os impedem de exercer uma adequada cidadania e uma consequente inclusão social. Para o efeito, é apresentado o contributo da USALBI (Universidade Sénior de Castelo Branco) na formação de cidadãos 50+ para a utilização das TIC de forma a que possam adquirir competências digitais. Neste sentido, são apresentados dados estatísticos relativos à formação efetuada relativamente ao número de participantes, aos conteúdos oferecidos, bem como a investigação já realizada. Aerece afirmar que a USALBI tem constituído desde a sua fundação (há 10 anos) uma oportunidade para que os cidadãos 50+ tenham vindo a ter a possibilidade de adquirirem competências digitais associadas às disciplinas de TIC e de Cidadania Digital de forma a reduzir o «gap digital» tão característico dos cidadãos mais idosos.

**Palavras Chave** – TIC; envelhecimento; infoinclusão; infoexclusão; USALBI.

**Abstract** — The goal is to present a summary approach to global aging process with particular emphasis on the EU-27 and Portugal. In this context, it addressed the issue of digital divide citizens 50+ and their consequences for this group of citizens that prevent them from exercising proper citizenship and a consequent social inclusion. To this end, the contribution of USALBI is displayed (Senior University of Castelo Branco) in the formation of citizens 50+ for the use of ICT so that they can acquire digital skills. In this sense are presented data on the training performed on the number of participants, the content offered and the research already done. In addition to state that the USALBI has made since its foundation (10 years) an opportunity for citizens 50+ have come to have the opportunity to acquire digital skills associated with ICT and Digital Citizenship disciplines to reduce the "digital gap" so characteristic of older people.

**Keywords** - ICT; ageing; infoinclusion; infoexclusion; USALBI.

### I. O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO NA UNIÃO EUROPEIA (EU-27) E EM PORTUGAL

O processo de envelhecimento tem vindo a tornar-se global. O grupo de países onde este processo tem vindo a aumentar, de forma paulatina, abrange os países mais desenvolvidos, tendo o Japão atingido o seu expoente máximo, assim como a generalidade dos países que constituem a União Europeia (EU-27). As principais razões para este facto residem, essencialmente, no aumento da longevidade associado aos recentes avanços da medicina e, em particular, ao decréscimo da natalidade. Um outro dado associado, a esperança média de vida, tem vindo também a aumentar onde os homens atingem um valor médio de 76,3 anos e as mulheres um valor médio de 83,2 anos de idade. Em termos médios, a EU-27 apresenta um valor de taxa de fertilidade de 1,5, muito aquém do valor mínimo de 2,1 que permite que se opere uma renovação sustentada de gerações.

A Figura 1, de acordo com [1] apresenta a pirâmide de idades no seio da EU-27, tendo em consideração os dados de 2010 e as projeções para 2060:

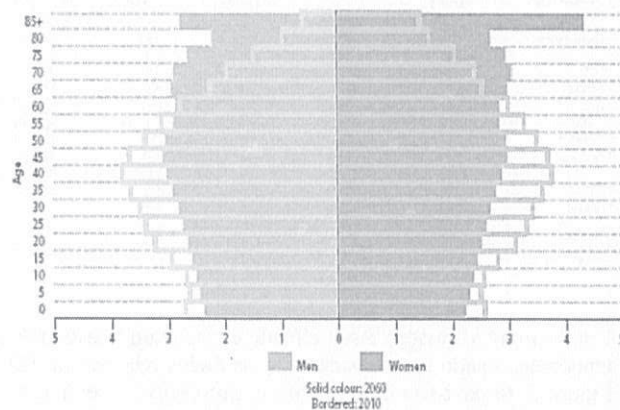


Figura 1: Pirâmide de idades na EU-27 corresponde ao ano de 2010 e projecções para o ano de 2060 (Fonte: Eurostat Yearbook 2012)

Como se pode constatar, o formato piramidal vai-se alterando de forma significativa passado a assumir cada vez

mais o «formato de urna», que evidencia o galopante envelhecimento destes países. Tendo em consideração as observações já mencionadas, de acordo com dados fornecidos por [1] há um evidente decréscimo do número de nascimentos e um aumento significativo de mulheres, em especial, na faixa compreendida para os 85+ anos. Aliás, verifica-se que a partir dos 65+ anos há um visível crescimento no sentido da população da EU-27 se tornar ainda mais envelhecida.

A Tabela 1, vem tornar mais visível esta tendência ao destacar as taxas de dependência de envelhecimento com um notório agravamento na generalidade dos países. Como é fácil constatar a taxa de dependência de envelhecimento atinge valores que maioritariamente se situam entre os 45% e os 50%. O valor máximo desta taxa corresponde à França com o valor de 54,2%. Um outro aspeto a destacar e com o qual se vai ter que contar já para a próxima década, prende-se com os idosos 80+ anos que também têm vindo a aumentar de forma consistente durante os últimos anos.

TABELA I: ESTRUTURA DA POPULAÇÃO DA EU-27 E RESPECTIVAS TAXAS DE DEPENDÊNCIA (FONTE: EUROSTAT YEARBOOK 2012)

	Median age	Young age dependency ratio	Old age dependency ratio	Total age dependency ratio	Share of population aged 80 or over
	(years)			(%)	
EU-27	40,9	23,3	25,9	49,3	4,7
Belgium	40,9	25,6	26,0	51,7	4,9
Bulgaria	41,4	19,7	25,4	45,1	3,8
Czech Republic	39,4	20,2	21,6	41,7	3,6
Denmark	40,5	27,6	24,9	52,4	4,1
Germany	44,2	20,5	31,4	51,9	5,1
Estonia	39,5	22,3	25,2	47,5	4,1
Ireland	34,3	31,7	16,8	48,5	2,8
Greece	41,7	21,5	28,4	49,9	4,6
Spain	39,9	21,9	24,7	46,6	4,9
France	38,8	28,6	25,6	54,2	5,2
Italy	43,1	21,4	30,8	52,2	5,8
Cyprus	36,2	24,1	18,6	42,7	2,9
Latvia	40,0	20,0	25,2	45,1	3,9
Lithuania	39,2	21,8	23,1	45,0	3,6
Luxembourg	38,9	26,0	20,4	46,4	3,6
Hungary	39,8	21,5	24,2	45,7	3,9
Malta	39,2	22,4	21,2	43,6	3,3
Netherlands	40,6	26,2	22,8	49,0	3,9
Austria	41,7	22,0	26,1	48,1	4,8
Poland	37,7	21,2	19,0	40,2	3,3
Portugal	40,7	22,7	26,7	49,4	4,5
Romania	38,3	21,7	21,4	43,0	3,1
Slovenia	41,4	20,2	23,8	44,0	3,9
Slovakia	36,9	21,2	16,9	38,1	2,7
Finland	42,0	25,0	25,6	50,6	4,6
Sweden	40,7	25,4	27,7	53,1	5,3
United Kingdom	38,6	26,4	24,9	51,3	4,6

Em Portugal a situação é semelhante e tem seguido esta mesma tendência. Tendo em consideração os dados recentes de [2], a Figura 2 torna bastante evidente o decréscimo acentuado do índice sintético de fecundidade em Portugal entre os anos de 1975 e 2012. Neste sentido, como se pode observar, o valor mínimo atingido no ano de 2012 corresponde a 1,28, muito aquém dos necessários 2,1:

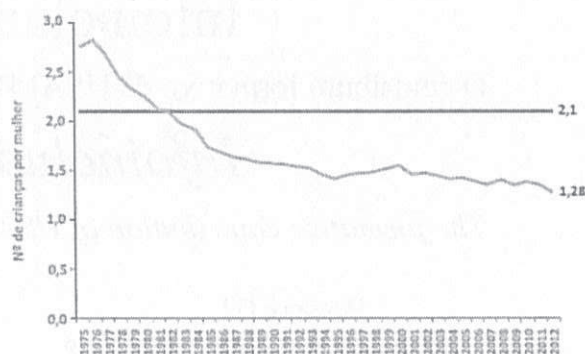


Figura 2: Índice sintético de fecundidade em Portugal entre os anos de 1975 e 2012 (Fonte: INE, 2013)

Esta maior taxa de dependência dos idosos vem colocar novos desafios para as sociedades mais envelhecidas ao promoverem alterações ao nível do mercado de trabalho, nos diferentes setores económicos, nos apoios sociais e de saúde e até no próprio seio das famílias [3]. Pelas razões aduzidas, [4] alerta para o facto de se encarar este processo de envelhecimento não apenas como uma vertente de cariz demográfico mas antes como uma vertente individual, mais complexa e mais abrangente onde se incluem, entre outros, aspetos do foro psicológico, cultural, económico e social. Neste novo contexto, [5] refere a pertinência e a importância para que se realizem investigações no sentido de melhor se compreender a forma como se processa o envelhecimento, em especial, no seio de uma sociedade digital onde se requerem competências que permitam a completa integração destes cidadãos mais idosos.

## II. OS CIDADÃOS IDOSOS E AS TIC: A PROBLEMÁTICA DA INFOINCLUSÃO E INFOEXCLUSÃO

As estatísticas relativas à utilização das tecnologias digitais e, em particular, a utilização da internet pela população residente tem vindo a demonstrar que à medida que se avança nas faixas etárias há uma diminuição na utilização destes recursos digitais. Para o efeito, apresenta-se a Figura 3 que evidencia, de forma muito clara o decréscimo na utilização da Internet à medida que aumenta a idade dos seus utilizadores.

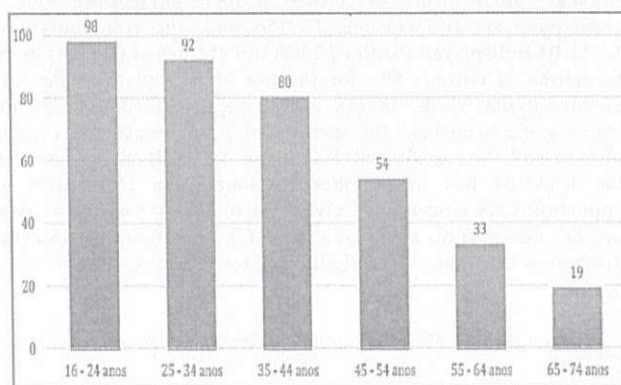


Figura 3: Utilizadores da Internet em Portugal em 2013 por escalão etário (Fonte: Eurostat 2014)

Algumas razões para os cidadãos mais idosos serem, na sua grande maioria, infoexcluídos pode ter uma relação direta com o facto de no decorrer da sua vida (atividades laborais e pessoais) não terem tido uma exposição às TIC. Como referem [6] e [7], outros fatores associados ao processo de envelhecimento, tais como, as perdas de algumas faculdades cognitivas, motoras e até físicas, fazem com que se instalem alguns obstáculos. Num outro sentido, [8] afirmam mesmo que pode haver por parte destes cidadãos uma falta de interesse na utilização das TIC. Algumas investigações, das quais se podem citar [9] e [10] vêm corroborar esta postura. Contudo, na opinião de [11], há muitos benefícios de ordem social que não devem ser menosprezados pelos cidadãos mais idosos porque as TIC podem criar condições que levem à diminuição do seu isolamento social e à melhoria generalizada das suas condições de vida que pode ser concretizada através do acesso facilitado a diferentes serviços que podem incluir, entre outros, os bancos, a saúde e a administração pública. No caso particular das questões relacionadas com a saúde [12] confere particular importância a esta dimensão. Num outro sentido, [13] refere ainda a importância de incluir os cidadãos mais idosos destacando a possibilidade e o fomento das relações intergeracionais que potenciam a inclusão social através dessas relações interpessoais e, ao mesmo tempo, permitem a partilha de rotinas digitais que são mais frequentes nos mais jovens. Para o efeito, [14] e [15] realçam a importância das experiências vivenciadas e das competências adquiridas pelos cidadãos mais idosos junto dos mais jovens numa forma complementar em relação às TIC e respetivas valências.

### III. AS UNIVERSIDADES SENIORES E A FORMAÇÃO EM TIC

Em Portugal, na atualidade, as Universidades Seniores têm vindo a ser criadas em praticamente todos os concelhos do país, podendo afirmar-se que já possuem uma cobertura de abrangência nacional. Neste âmbito, é importante referir-se a RUTIS (Associação Rede das Universidades da Terceira Idade) que foi criada no ano de 2005 e que no presente congrega 270 Universidades da Terceira Idade, 40.100 alunos seniores e 5.050 professores voluntários. A RUTIS [16], de acordo com os seus Estatutos, tem como ‘Visão’ a criação de novos projetos de vida para os seniores; tem como ‘Missão’ a promoção do envelhecimento ativo, a defesa, a representação e a dinamização das Universidades Seniores e ainda incentivar a participação social dos mais velhos; e, tem como ‘Valores’ o respeito pela pessoa humana, pela sua dignidade e ainda o respeito pelo direito à não discriminação (ascendência, sexo, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica ou condição social).

O objetivo central da RUTIS [16] constitui numa resposta social que prioriza a criação e a dinamização de atividades sociais, culturais e de convívio onde também se destacam as atividades de índole educacional. Neste particular, a RUTIS assume que estas atividades educacionais são ministradas em regime não formal, num contexto de formação ao longo da vida onde não existe a necessidade ou a finalidade em se obter uma dada certificação. Em termos globais, as Universidades Seniores (ou de Terceira Idade, como são designadas pela RUTIS) têm uma oferta educacional que, para além das áreas mais tradicionais ou clássicas (Literatura, Línguas, Poesia...) existe uma oferta de áreas mais transversais que possuem uma

ligação muito estreita com as áreas das expressões plásticas, musicais e motoras. Dentro desta oferta tão generalizada, importa referir que as disciplinas de TIC estão presentes em todas estas instituições.

Atendendo ao facto de todas as atividades funcionarem num regime de voluntariado e onde a não formalidade é uma constante, são criados espaços que privilegiam a partilha e a troca de experiências e de conhecimentos, mas onde se sente uma grande vontade em aprender. Neste âmbito, [17] afirma mesmo que tem que se eliminar um dado mito de que podem existir limites que condicionam a aprendizagem dos mais idosos. Tal como defende [17] os mais idosos não ficam impedidos de aprender porque envelhecem, o que acontece é que o seu ritmo de aprendizagem possa ser mais lento quando comparados com os mais jovens.

Quando se fala numa formação que envolve um dado público-alvo que é constituído por cidadãos mais idosos há autores, como [18], que referem como abordagem a «Gerontologia» e que é também apoiada por [19] pela razão de incluir cinco dimensões:

- Educação cognitiva: no sentido de prevenir e amenizar as potencialidades mnésicas dado o seu declínio mais generalizado ter lugar, na grande maioria dos casos, a partir dos 75 anos, pretende-se que os idosos permaneçam intelectualmente ativos de uma forma contínua e sistemática através da realização de leituras, da resolução de problemas e de espaços onde treinem a argumentação.
- Educação personológico-axiológica: no sentido de se privilegiar uma educação com valores e para os valores onde se enfatizam os aspetos relativos à felicidade e à sabedoria, numa perspetiva vital.
- Educação social: no sentido de se poderem criar e proporcionar pistas para encontrarem novas formas de viver, de conviver, de ocupar os seus tempos de lazer no sentido de se promover uma reflexão relativa à adaptação para uma nova fase da sua vida (aposentação).
- Educação para a saúde: no sentido de se promoverem condições para uma vida mais saudável para que se possam evitar doenças mas que também seja capaz de criar condições para um melhor bem estar físico, mental e social.
- Educação Tanatológica: no sentido dos mais idosos se poderem confrontar com a sua própria morte e com outras perdas mais significativas.

Uma outra designação associada à formação de idosos é também proposta por [18] e que também é partilhada por [20]: Gerontagogia. Para [18] e [20], Gerontagogia surge como uma ‘abordagem híbrida’ onde se combina a educação e o envelhecimento. Ou seja, a Gerontagogia deve incrementar a qualidade de vida dos idosos ao incluir três vertentes: atividades educativas para os cidadãos mais idosos; incluir propostas de educação para todo o tipo de público; e, a formação de profissionais de educação acerca do processo de envelhecimento. Resumindo, na opinião de [18], “(...) the

interest is placed on the study and of the educational practice not as a part of the aging processes, but firstly, as a part of teaching and learning of people, distinct between each other, in relation with a context and with a personal and social life that they try to develop with the most quality and the most happiness.” Assim sendo, na opinião de [20] o «gerontagogo» deve ter como prioridade na sua ação o de ser um «transformador» para que seja fomentada e promovida a autodeterminação dos seus alunos.

#### IV. USALBI: RESENHA HISTÓRICA E O SEU CONTRIBUTO PARA A INFOINCLUSÃO DE CIDADÃOS 50+

Face ao aumento da população idosa com que se debate a atual sociedade, tornou-se necessário refletir acerca das políticas sociais existentes, para que os idosos deixem de ser um grupo de cidadãos infoexcluídos. A inclusão dos idosos na Sociedade da Informação e do Conhecimento revela-se importante para um envelhecimento ativo, a falta de acesso ou de compreensão tecnológica interfere de forma significativa na integração e na participação nos processos individuais e grupais no atual contexto social onde o digital vem ganhando uma grande presença e dimensão.

A USALBI (Universidade Sénior Albicastrense) iniciou as suas funções no ano de 2005, tendo nesse mesmo ano aderido à RUTIS (Associação Rede de Universidades da Terceira Idade). Este início de atividade vem ao encontro dos objetivos que inicialmente foram traçados e apontados como sendo prioritários para o fomento e promoção da aprendizagem dos idosos ao longo da vida. A disciplina de Informática nasce assim, com o objetivo principal de aproximar e diminuir o *gap* que existe entre os cidadãos idosos e as tecnologias de informação e comunicação. Por outro lado, e face ao aumento dos cidadãos info-excluídos que cada vez mais se verifica na sociedade portuguesa, as Universidades Seniores através das disciplinas de informática que ministram, poderão ajudar a colmatar as exigências que atualmente se verificam na relação que existe e se estabelece com os diferentes organismos públicos existentes, uma vez que estes, aquando da sua utilização, exigem que os seus utilizadores possuam cada vez mais conhecimentos de informática na ótica do utilizador, tornando-se a literacia digital um fator importante para o exercício da cidadania.

Como se pode constatar na Tabela II, a disciplina de «Informática» começa a ser ministrada na USALBI no ano de 2005/06. Nesta primeira fase, as turmas eram formadas e constituídas de acordo com a ordem de inscrição dos seus alunos, sendo a distribuição de alunos feita de forma completamente aleatória. Nos primeiros três anos de atividade, a disciplina de «Informática» funcionou nestes moldes, sendo ministradas as matérias da disciplina de forma igual a todos os alunos, indiferentemente do seu nível de formação ou conhecimentos anteriores nesta área. No entanto, e face à enorme heterogeneidade e disparidade de conhecimentos que se verificava nos alunos que constituíam as diferentes turmas de «Informática» passou-se, a partir do ano letivo de 2008/09, a dividir e a estratificar os alunos em 3 diferentes níveis de conhecimentos.

TABELA II: EVOLUÇÃO DO NÚMERO DE ALUNOS DAS DISCIPLINAS DE INFORMÁTICA NA USALBI, NO PERÍODO COMPREENDIDO ENTRE 2005/06 E 2015/16.

ALUNOS DE INFORMÁTICA DA USALBI				
Ano Letivo	Alunos Inscritos			
2005/06	70			
2006/07	74			
2007/08	91			
	Nível I	Nível II	Nível III	TOTAL
2008/09	81	51	12	144
2009/10	90	53	12	155
2010/11	101	62	12	175
2011/12	99	62	12	173
2012/13	81	52	12	145
2013/14	90	54	12	176
2014/15	110	89	12	211
2015/16	125	97	12	234

No **Nível I**, pretende-se apresentar e desmistificar a ferramenta computador/informática e demonstrar como o seu uso e a sua adequada utilização poderá influenciar e melhorar a vida do idoso no seu dia-a-dia. Neste Nível I, os alunos além de conhecerem o computador e as suas componentes, são ensinados e levados, numa primeira fase, a explorar e a trabalhar com o programa de processamento de texto *Word*. Neste programa, os alunos são estimulados a escrever e a desenvolver a motricidade fina através da utilização do rato, bem como a conhecer todas as potencialidades que esta ferramenta lhes proporciona. Posteriormente, e caso a turma consiga alcançar os objetivos traçados inicialmente, e caso demonstre capacidade e vontade em aprender e adquirir novos conhecimentos em novos programas, é-lhes também proporcionada a exploração, embora que de forma mais sucinta, dos programas de folha de cálculo (*Excel*) e de apresentação eletrónica (*Power Point*).

Numa segunda fase deste nível, é introduzida a Internet, no qual são apresentadas e demonstradas todas as mais valias e todas as potencialidades que podem resultar do uso deste recurso. Quando essa utilização é feita da forma mais conveniente, as melhorias no dia-a-dia do idoso são importantes e notórias. Uma vez que os alunos que frequentam as Universidades Seniores não são nativos digitais, e dado que a nossa vida atual se desenrola cada vez mais em torno do mundo digital, a utilização da Internet pode constituir-se numa importante ferramenta de combate à iliteracia digital e à infoexclusão, esbatendo-se desta forma o acentuado *gap* que

ainda se verifica nestas faixas etárias. Em Portugal e, especialmente nas zonas do interior, ainda se verificam taxas de utilização da Internet substancialmente baixas, pelo que o ensino do seu uso assume aqui um carácter extremamente importante e decisivo, uma vez que desta forma se permite aproximar o cidadão aos diferentes organismos Públicos que, cada vez mais requerem o uso deste tipo de ferramenta e o nível de conhecimentos nestes domínios necessários para uma eficiente inter-relação com os mesmos. Paralelamente, também são introduzidas e apresentadas as diferentes Redes Sociais e de comunicação que fazem parte do quotidiano (nomeadamente Skype e Facebook), e que podem de alguma forma contribuir para a ocupação dos seus tempos livres, podendo igualmente funcionar como uma ótima ferramenta de combate ao isolamento.

No **II Nível**, são aprofundados todos os conhecimentos ministrados no Nível I. Embora os alunos não estejam sujeitos a uma componente de avaliação por parte do professor, a progressão pelos diferentes níveis faz-se pelo acordo entre o professor e o aluno. Quando o aluno demonstra possuir os conhecimentos necessários e vontade em progredir de nível, é-lhe proposta essa transição podendo, no entanto, e caso o aluno assim o entenda, permanecer no mesmo nível enquanto não sentir conhecimentos suficientes ou vontade em progredir.

No **III Nível**, além de serem ministrados e aprofundados ainda mais os conteúdos e as matérias ministradas nos níveis anteriores, há a introdução da vertente da Programação, da construção e elaboração de um site e de um Blog. Este nível exige que os alunos já possuam elevados conhecimentos de informática na ótica do utilizador.

A partir do ano letivo de 2014/15 foi criada uma nova disciplina de «Cidadania Digital». Esta disciplina tem como principais objetivos complementar e até servir de motivação para a frequência da disciplina de «Informática». A disciplina de «Cidadania Digital» não envolve a utilização de qualquer tipo de recurso digital e tem como fim a criação de um espaço de discussão e de reflexão relativamente ao enquadramento das TIC nas rotinas diárias dos cidadãos mais idosos. É uma disciplina onde, a título de exemplo, se esclarecem conceitos como 'Bluetooth', e 'Wi-Fi' e onde também se promove uma discussão relativamente à sua concretização prática. Uma outra preocupação desta disciplina é a de permitir a aquisição de diferentes equipamentos digitais, tais como *smartphones* e *tablets*, através da descodificação de informações técnicas/tecnológicas/digitais, o que leva a que o idoso possa proceder à sua compra de forma mais esclarecida. Trata-se de uma disciplina que se centra nas necessidades e nos objetivos dos cidadãos idosos, onde o ensino se centra em torno dos alunos, numa abordagem a que comumente se designa por Gerontagogia. Como se pode antever, a disciplina de «Cidadania Digital» possui um pendor mais pedagógico que tecnológico, onde está subjacente um sentido prático e pragmático que crie condições para a aquisição de competências digitais.

Ainda no âmbito da USALBI, é importante referir que tendo em conta o seu modelo de gestão, é uma instituição que tem protocolos de colaboração com o Instituto Politécnico de Castelo Branco e, nesse âmbito, já tem sido alvo de estudo e

de investigação. No caso concreto do curso de Mestrado em Gerontologia Social da Escola Superior de Educação, já foram realizadas investigações onde se estudou e analisou o impacto das TIC relativamente ao bem-estar, aos domínios cognitivos e sociais, as questões relacionadas com a solidão e o isolamento, o contributo para um melhor envelhecimento ativo e a utilização de redes sociais (Facebook).

Em termos de projetos a curto prazo, a USALBI está a implementar medidas que vão no sentido da descentralização das disciplinas de «Informática» para que essa formação possa vir a ser realizada em cada uma das freguesias do concelho de Castelo Branco porque existe por parte dos seus responsáveis uma aposta clara que visa diminuir os índices de infoexclusão dos cidadãos mais idosos. Um outro projeto já aprovado tem a ver com a iniciação à «Robótica» que, para além de proporcionar uma formação na programação associada à robótica pretende que os alunos da USALBI, na qualidade de avós, venham a desenvolver projetos que envolvam os seus netos. Pois, tal como tem vindo a demonstrar a investigação, as TIC constituem ótimas oportunidades para a implementação de projetos intergeracionais, com resultados muito positivos quer para os jovens quer para os mais idosos.

Acresce ainda referir que no ano letivo de 2014/15 a USALBI realizou o seu «I Seminário Rede TIC e Sociedade», que contou a participação de diversos especialistas nacionais e no qual foram apresentadas as atividades que são desenvolvidas nas disciplinas referentes às TIC, bem como foram apresentados projetos académicos pioneiros conducentes à infoinclusão dos idosos.

#### V. CONCLUSÕES E IMPLICAÇÕES PARA A INCLUSÃO DIGITAL E SOCIAL

Em termos de conclusões e potenciais implicações para uma mais adequada inclusão digital e social dos cidadãos 50+ é importante referir [21] que a utilização das TIC vem conferir aos cidadãos mais idosos uma certa 'modernidade' dada a associação que unanimemente se faz entre computadores e juventude. Mas as consequências mais importantes são realçadas por [22] pelo facto de afirmarem que quanto maior a exposição e consequente utilização das TIC, maior tendem a ser os níveis de habilidades cognitivas. Neste contexto, [23] refere a importância de se fazer sentir aos cidadãos, com exemplos concretos, que as TIC podem ser úteis e até imprescindíveis sempre que se contextualizem em torno das suas rotinas diárias. Como ainda é sublinhado por [23] as TIC devem ser encaradas como um instrumento que seja capaz de virem a assumir metas positivas de modo a que "(...) se gere uma consciência cívica para que a sua inclusão digital consiga colmatar as lacunas que sentem (e que existem) para uma mais adequada, mais ampla e merecida inclusão social 'mediada' pela sua inclusão digital."

Neste particular, a USALBI tem sabido e conseguido promover as condições necessárias para que os seus alunos possam adquirir competências digitais no sentido de poderem vir a exercer uma cidadania plena que os torne socialmente incluídos. No presente contexto, uma inclusão social só se pode concretizar se existir uma inclusão digital!

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA

- [1] Eurostat, Europe in Figures - Eurostat Yearbook 2012. Luxembourg: European Commission, 2012
- [2] INE, Inquérito à Fecundidade 2013. Lisboa: INE – Instituto Nacional de Estatística, 2013.
- [3] Powel, J. and Cook, I. “Global ageing in comparative perspective: a critical discussion” *International Journal of Sociology and Social Policy*, vol. 29, no 7/8, pp. 388-400, 2009.
- [4] Sequeira, C., *Cuidar dos idosos dependentes*. Coimbra: Quarteto, 2007.
- [5] Alves, F., A importância das TIC na promoção do envelhecimento ativo., Tese de Mestrado em Marketing e Gestão Estratégica. Braga: Universidade do Minho, 2011.
- [6] Morris, A., Internet use and non-use: views of older users, *Univ Access nInf Soc*, 6, pp. 43-57, 2007.
- [7] Dickinson, A. and Hill, R., Keeping in touch: talking to older people about computers and communication, *Educational Gerontology*, 33, pp. 613-630, 2007.
- [8] Páscoa, G. and Gil, H. Uma nova forma de comunicação para o cidadão sénior: Facebook, *Revista Kairós*, vol 18, 1, pp. 9-29, 2015.
- [9] Selwyn, S., Stephen, G. and Furlong, J., *The information aged: Older adult's use of information and communication technology in everyday life*, School of Social Sciences, Wales: cardif University, 2003.
- [10] Dias, I., O uso das tecnologias entre os eniores: motivações e interesses. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 68, pp. 51-77, 2012.
- [11] Neves, B. and Amaro, F., Demasiado velho para a tecnologia. Como os idosos de Lisboa usam e percebem as TIC?, *Jornal de Informática Comunitária*, 8, pp. 1-19, 2012.
- [12] Espanha, R., saúde e comunicação numa sociedade em rede – o caso português, Lisboa: Monitor, 2009.
- [13] Gil, H. *Cidadania Digital 65+: os cidadãos 65+ do concelho de Castelo Branco, as TIC, a e-Saúde e o e-Governo Local*, Coimbra: MivervaCoimbra, 2014.
- [14] Boulton-Lewis, G., Buys, L. and Lovie-Kitchin, J., Learning and active ageing, *Educational Gerontology*, 32, pp. 271-282, 2006.
- [15] Gil, H. and Amaro, F., “Currículo «Geronto-Digital»: os idosos e a sociedade da informação e do conhecimento”, in *Atas da VII Conferência Internacional de TIC na Educação*, Braga, Universidade do Minho, 2011, pp. 1021-1032.
- [16] RUTIS, Estatutos da RUTIS, Acedido em 24 de janeiro de 2016 em: [www.rutises.wix.com](http://www.rutises.wix.com)
- [17] Paola, J., “Los desafíos de la intervención profesional del Trabajo Social en el actual contexto”, in Paola, J., Danel, P. and Manes, R., *Reflexiones en Torno al Trabajo Social en el Campo Gerontológico – Tránsitos, miradas e interrogantes*, Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires, 2012, pp. 12-25.
- [18] Lemieux, A. and Martinez, M., *Gerontagogia beyond words: A reality*, *Educational Gerontology*, 26, pp. 79-134, 2000.
- [19] Barros-Oliveira, J., Educação das pessoas idosas, *Psicologia, Educação e Cultura*, X, 2, pp. 267-309, 2006.
- [20] Zolotow, D. “La educación debe dejar de ser un momenti en la vida para transforma-se en una dimensión de la vida”, in Paola, J., Danel, P. and Manes, R., *Reflexiones en Torno al Trabajo Social en el Campo Gerontológico – Tránsitos, miradas e interrogantes*, Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires, 2012, pp. 72-94.
- [21] White, J. and Weatherall, A., A grounded theory analysis of older adults and information technology, *Educational Gerontology*, vol 26, n. 4, pp. 371-386, 2000.
- [22] Wagner, N., Hassanein, K. and Head, M., Computer use by older adults: a multi-disciplinary review, *Computers in Human Behavior*, vol. 26, n. 5, pp. 870-882, 2010.
- [23] Gil, H., “A inclusão digital como ‘passaporte’ para uma mais adequada inclusão social dos cidadãos mais idosos”, in Pasqualotti, A., Gil, H. and Amaro, F. (Orgs), *Tecnologias de informação no processo de envelhecimento humano*, Universidade de Passo Fundo, 2015, pp. 14-34.