



ATALAIA-SILVA¹, K.C.; NETO², E.F.S.; SILVA², G.P.T.

¹ Professora da Faculdade de Psicologia da FMS e coordenadora do NUPEC
² Acadêmicos da Faculdade de Psicologia da FMS e membros do NUPEC

INTRODUÇÃO

A velhice pode ser analisada como um processo de ganhos e perdas e é influenciada tanto por fatores genético-biológicos quanto pelo contexto histórico-cultural no qual o indivíduo está inserido (Squire e Kandel, 2003). Neste sentido, tem-se buscado formas de promoção de saúde e qualidade de vida dos idosos através da implementação de diversas políticas públicas para esta população, assim como através de iniciativas privadas de incentivo à manutenção da longevidade com qualidade. Nesta direção, a aprendizagem da informática passa a ser uma ferramenta importante, uma vez que propicia a aquisição de novos conhecimentos, favorece a otimização cognitiva e atua como promotora de encontros virtuais e reais entre pessoas da mesma geração ou de gerações diferentes (Gazzaniga *et al.*, 2006; Rangé *et al.*, 2011). Ressaltamos que a população idosa da atualidade não teve contato com a informática durante sua juventude. Sendo assim, a aprendizagem desta tecnologia passa a ser um desafio importante para esta parcela da população que vem crescendo de forma acelerada no Brasil e no mundo.

METODOLOGIA

O objetivo do estudo foi avaliar se a aprendizagem de novas tecnologias entre idosos ativos é capaz de favorecer uma melhora cognitiva e aumento do suporte social. Para tal estudo, utilizamos a amostra do projeto de informática para a terceira idade da Faculdade Machado Sobrinho, que é coordenado pelo professor de informática Raphael Marinho. Utilizamos uma abordagem de estudo quali-quantitativa para avaliação dos objetivos propostos. A amostra foi constituída por 9 sujeitos, com idade variando entre 65 e 80 anos ($73,6 \pm 5,4$). A média de escolaridade foi de 7,3 (DP=3,8). Realizamos um estudo comparativo (pré e pós-oficina de informática, que teve duração de 4 meses) no qual foram realizadas entrevistas semi-estruturadas contendo avaliação de rastreio cognitivo (MEEM, TR, RAVLT e FAS), metamemória, depressão, suporte social e perguntas abertas sobre expectativas em relação à oficina de informática. As avaliações foram realizadas por acadêmicos do curso de Psicologia pertencentes ao NUPEC. Os dados quantitativos foram analisados através do pacote estatístico SPSS e os dados qualitativos foram avaliados por meio do método de análise de conteúdo.

RESULTADOS ALCANÇADOS

O teste *T* não paramétrico para amostras pareadas evidenciou diferenças estatisticamente significativas entre o pré e o pós-oficina de informática no tocante ao teste RAVLT ($t=1,05$; $p \leq 0,05$), que avalia memória incidental, memória de aprendizagem e evocação tardia; e ao teste FAS, que avalia a fluência verbal ($t=2,07$; $p \leq 0,05$). A análise de conteúdo das questões abertas respondidas pelos idosos identificou que as relações sociais, assim como a atenção e a memória apresentaram uma melhora após a realização da oficina de informática.

CONCLUSÃO

Concluimos que a oficina de informática para a terceira idade atua como promotora de suporte social e de otimização cognitiva para idosos ativos que vivem na comunidade, o que culmina em uma melhora global da qualidade de vida. Sugerimos que futuros estudos avaliem a eficácia dos benefícios proporcionados pela oficina de informática para os idosos a longo prazo. Também acreditamos que outros trabalhos devem utilizar uma amostra maior de participantes e que idosos devem ser avaliados após um período maior de oficina, a fim de verificar se os efeitos benéficos aumentam com maior exposição ao estímulo computacional.

REFERÊNCIAS

- Squire, Larry R.; Kandel, Eric R.: *Memória- Da Mente Às Moléculas*. Porto Alegre: Artmed, 2003
Gazzaniga, Michael S.; Ivry, Richard B.; Mangun, George R. *Neurociência Cognitiva: a biologia da mente*. 2.ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2006.
Rangé, Bernard. *Psicoterapias Cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria*. 2.ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2011

