

Metodologia

O presente estudo adotou uma abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, com o objetivo de compreender as tendências, percepções e experiências relacionadas ao envelhecimento ativo, à qualidade de vida e ao uso de tecnologias digitais por pessoas idosas no período de 2004 a 2024. A escolha da abordagem qualitativa se justifica pela necessidade de interpretar significados, contextos e perspectivas subjetivas associadas ao envelhecimento, permitindo compreender não apenas os dados objetivos, mas também as dimensões sociais, culturais e simbólicas que permeiam o tema valorizando as experiências e narrativas dos sujeitos envolvidos.

Inicialmente, realizou-se um levantamento na base de dados Web of Science (WoS), reconhecida por sua ampla cobertura de periódicos científicos internacionais revisados por pares. A busca foi realizada no período de 2004 a 2024, essa etapa permitiu mapear e interpretar a evolução conceitual, metodológica e temática das produções científicas sobre envelhecimento ativo e qualidade de vida. Em um segundo momento, buscou-se compreender como as tecnologias digitais influenciam a qualidade de vida e o envelhecimento ativo. Para isso, foram coletados relatos e entrevistas semiestruturadas com pessoas idosas, a fim de identificar suas percepções, experiências, desafios e benefícios relacionados ao uso das tecnologias da informação e comunicação (TICs).

As entrevistas abordaram aspectos como acesso, acessibilidade, apropriação e impacto das tecnologias na vida cotidiana, especialmente em situações de isolamento social, como durante a pandemia de COVID-19. Essa etapa permitiu compreender de que forma a inclusão digital contribui para o empoderamento, a participação social e a promoção da saúde e bem-estar das pessoas idosas. As categorias temáticas emergentes foram organizadas em eixos de discussão, como: Saúde Física e mental, Inclusão e participação social, Acessibilidade digital, Políticas públicas e envelhecimento ativo, Qualidade de vida e bem-estar.

A triangulação entre os resultados da análise e os dados qualitativos oriundos dos relatos dos participantes possibilitou uma compreensão integrada das transformações ocorridas nas últimas duas décadas sobre o envelhecimento ativo e o papel das tecnologias digitais na vida das pessoas idosas, promovendo uma visão contextualizada sobre o envelhecimento na atualidade.

A abordagem qualitativa possibilita compreender não apenas o acesso às tecnologias, mas também como as pessoas idosas se apropriam delas para melhorar sua qualidade de vida e participação na sociedade digital, contribuindo para o alcance de ODS como saúde, a coleta de relatos qualitativos se baseia em entrevistas de pessoas idosas, identificando experiências, desafios e benefícios percebidos no uso de tecnologias digitais para promover um envelhecimento ativo e saudável.