

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO (UFMT)

**CIÊNCIA DA COMPUTAÇÃO
INTERAÇÃO HUMANO-COMPUTADOR**

DANIEL NÍCOLAS DE LIMA AMADEU

DIOGO FERREIRA SAUCEDO

MATHEUS ARIZAWA BARROS

**RELATÓRIO SOBRE TECNOLOGIAS ASSISTIVAS E SOLUÇÕES DIGITAIS PARA
IDOSOS (60-80 ANOS)**

CUIABÁ – MT

2025

1. Introdução

O envelhecimento populacional é uma realidade global, e o uso de tecnologias digitais por idosos tem crescido significativamente. Dados do IBGE (2019-2021) mostram um aumento de 44,8% para 57,5% no acesso à internet por pessoas acima de 60 anos. Este relatório sintetiza pesquisas sobre tecnologias assistivas e soluções digitais para idosos, destacando necessidades, barreiras e oportunidades para promover inclusão digital, saúde, segurança e engajamento social.

2. Comportamento e Necessidades Tecnológicas

- **Adoção Tecnológica:** Interfaces amigáveis e suporte familiar são críticos para a aceitação de tecnologias por idosos. O uso inicia-se com funções básicas (chamadas, mensagens) e evolui para aplicativos mais complexos (IBGE, 2021).
- **Barreiras:** Econômicas (custo) e psicossociais (medo, ansiedade) limitam o acesso. Facilitadores incluem personalização da experiência do usuário e adaptação para limitações físicas (ex.: tamanho de fontes, contraste).

3. Soluções Tecnológicas Existentes

- **Monitoramento e Segurança:** Dispositivos como alarmes de queda, "botões do pânico" e sensores de movimento (UFERJ, 2023).
- **Saúde e Bem-estar:** Relógios inteligentes para monitorar sinais vitais, telemedicina e IA para saúde mental (Semantic Scholar, 2022).
- **Comunicação:** Programas como "Idoso Conectado" (Celepar) e aplicativos adaptados (ex.: WhatsApp simplificado) (Portal Londrina, 2023).

4. Atividades Físicas e Sociais

- **Benefícios:** Atividades como treinamento de força, ginástica comunitária e programas de exercícios melhoram equilíbrio, coordenação e qualidade de vida (Semantic Scholar, 2022).

- Engajamento Social: Redes sociais e grupos virtuais combatem isolamento e promovem conexões (Portal Londrina, 2023).

5. Conclusões e Recomendações

Para plataformas web voltadas a idosos, recomenda-se:

- Design Acessível: Interface intuitiva, com opções de personalização (fonte, contraste).
- Tutoriais Interativos: Ensino progressivo para navegação.
- Recursos de Segurança: Monitoramento opcional para usuários e familiares.
- Integração de Atividades: Combinação de benefícios físicos e sociais.
- Foco em Comunidade: Grupos temáticos virtuais para engajamento.

Fontes (ABNT)

IBGE. Inclusão Digital na Terceira Idade. 2021. Disponível em: <https://www.alaresinternet.com.br>. Acesso em: 25 mar. 2025.

UFERJ. Tecnologia Assistiva para Idosos. 2023. Disponível em: <https://uferj.com.br>. Acesso em: 25 mar. 2025.

PORTAL LONDRINA. Programa Idoso Conectado. 2023. Disponível em: <https://portal.londrina.pr.gov.br>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SEMANTIC SCHOLAR. Tecnologias para Saúde Mental em Idosos. 2022. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SEMANTIC SCHOLAR. Benefícios de Atividades Físicas para Idosos. 2022. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org>. Acesso em: 25 mar. 2025.