**UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ**

****

# Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos

**Nome do(s) discente(s) integrantes do grupo Cauê Edi De Souza e Braga – 202202154768 Professor orientador: Paulo Peres**

**Ano: 2025**

**Cidade/estado Brasília - Distrito Federal**

## Sumário

1. [DIAGNÓSTICO E TEORIZAÇÃO 4](#_bookmark0)
   1. [Identificação das partes interessadas e parceiros 4](#_bookmark1)
   2. [Problemática e/ou problemas identificados 5](#_bookmark2)
   3. [Justificativa 5](#_bookmark3)
   4. [Objetivos/resultados/efeitos a serem alcançados (em relação ao problema identificado e](#_bookmark4) [sob a perspectiva dos públicos envolvidos) 7](#_bookmark4)
   5. [Referencial teórico (subsídio teórico para propositura de ações da extensão) 7](#_bookmark5)
2. PLANEJAMENTO E DESENVOLVIMENTO DO PROJETO 4
   1. Plano de trabalho (usando ferramenta acordada com o docente) 4
   2. Descrição da forma de envolvimento do público participante na formulação do projeto, seu desenvolvimento e avaliação, bem como as estratégias pelo grupo para mobilizá-los 4
   3. Grupo de trabalho (descrição da responsabilidade de cada membro) 4
   4. Metas, critérios ou indicadores de avaliação do projeto 4
   5. Recursos previstos 5
   6. Detalhamento técnico do projeto 5
3. ENCERRAMENTO DO PROJETO 5
   1. Relatório Coletivo (podendo ser oral e escrita ou apenas escrita) 5
   2. Avaliação de reação da parte interessada 5
   3. Relato de Experiência Individual 5
   4. CONTEXTUALIZAÇÃO 5
   5. METODOLOGIA 6
   6. RESULTADOS E DISCUSSÃO: 6
   7. REFLEXÃO APROFUNDADA 6
   8. CONSIDERAÇÕES FINAIS 6

## DIAGNÓSTICO E TEORIZAÇÃO

#### Identificação das partes interessadas e parceiros

O público-alvo do projeto *Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos* é composto, majoritariamente, por pessoas idosas que possuem interesse em atividades criativas e desejam aprender novas habilidades manuais, como artesanato, costura e culinária. Esse grupo muitas vezes enfrenta desafios relacionados ao uso da tecnologia e ao acesso a conteúdos digitais interativos.

**Perfil das partes interessadas:**

* + - **Faixa etária:** Pessoas com 60 anos ou mais.
    - **Gênero:** Predominantemente feminino, mas o aplicativo é inclusivo para todos os gêneros.
    - **Escolaridade:** Variada, desde pessoas com ensino fundamental até aquelas com ensino superior. Muitos dos idosos têm experiência prática em trabalhos manuais, mas pouco conhecimento digital.
    - **Perfil socioeconômico:** Média e baixa renda, podendo incluir aposentados e pensionistas que buscam ocupações produtivas e prazerosas.
    - **Estimativa de participantes:** Inicialmente, o projeto será testado com um pequeno grupo de idosos, com possibilidade de expansão à medida que o aplicativo for ganhando mais visibilidade.

**Parceiros do projeto:**

Atualmente, o projeto conta com a colaboração de uma parte interessada essencial: Nilza Araujo de Souza, que possui um canal voltado para atividades artesanais e que contribuirá para a criação de conteúdos dentro do aplicativo. Esse tipo de parceria é fundamental para a viabilização do projeto, pois permite que os tutoriais e materiais disponíveis no app sejam produzidos por alguém com experiência na área.

Futuramente, o projeto pode estabelecer parcerias com ONGs, centros comunitários e instituições voltadas para a terceira idade, possibilitando a ampliação do alcance e a oferta de mais conteúdos voltados à inclusão digital e ao aprendizado prático.

**Evidências de parceria:**

Para formalizar a parceria com criadores de conteúdo e instituições interessadas, podem ser utilizados termos de cooperação, registros de conversas e declarações de apoio ao projeto. Esses documentos ajudam a demonstrar o compromisso das partes envolvidas e a viabilidade da iniciativa no longo prazo.

#### Problemática e/ou problemas identificados

O avanço da tecnologia trouxe inúmeras facilidades para o cotidiano, mas uma parcela significativa da população idosa ainda enfrenta barreiras para acessar e utilizar essas ferramentas digitais. A exclusão digital desse grupo pode resultar em sentimentos de isolamento, dificuldade em adquirir novos conhecimentos e até mesmo impacto negativo na saúde mental.

A problemática central que motivou a elaboração do projeto *Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos* é a **falta de acessibilidade e inclusão digital para pessoas mais velhas**, especialmente no que se refere ao acesso a conteúdos educacionais e interativos que promovam aprendizado contínuo e socialização.

**Principais desafios identificados:**

* + - **Dificuldade no uso da tecnologia:** Muitos idosos não estão familiarizados com aplicativos e plataformas digitais, o que limita o acesso a conteúdos enriquecedores.
    - **Falta de estímulo cognitivo:** Atividades que exercitam a mente são fundamentais para a qualidade de vida na terceira idade. Sem estímulos adequados, há um maior risco de declínio cognitivo.
    - **Isolamento social:** A falta de interação e atividades produtivas pode levar a sentimentos de solidão e até depressão.
    - **Ausência de recursos acessíveis:** A maioria dos aplicativos existentes não é pensada para o público idoso, apresentando interfaces complexas ou conteúdos pouco direcionados às suas necessidades e interesses.

**Origem da demanda e motivação para o projeto:**

O projeto surgiu a partir da percepção dessas dificuldades em conversas com membros da comunidade, incluindo uma vizinha que grava vídeos ensinando técnicas de artesanato. Durante essas interações, ficou evidente o potencial da tecnologia como ferramenta para aprendizado e socialização, desde que adaptada às necessidades desse público.

A partir dessa demanda, identificou-se a necessidade de criar uma solução acessível e intuitiva que permitisse que os idosos aprendessem e compartilhassem tutoriais passo a passo de atividades manuais, incentivando a criatividade e a interação social.

#### Justificativa

A problemática da exclusão digital e da falta de estímulo cognitivo para idosos é uma questão relevante tanto no campo social quanto acadêmico. O projeto *Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos* surge como uma proposta inovadora que alia tecnologia e aprendizado prático para enfrentar esse desafio.

##### Relevância acadêmica e aprendizagem baseada em projetos

O desenvolvimento desse aplicativo está alinhado com a metodologia de aprendizagem baseada em projetos, pois permite a aplicação de conhecimentos teóricos e técnicos na construção de uma solução real e impactante. O projeto envolve diversas áreas do conhecimento, como:

* + - **Desenvolvimento de software**: uso de tecnologias como *React Native* e *MySQL* para a construção do aplicativo.
    - **Experiência do usuário (UX/UI)**: adaptação da interface para facilitar o uso por idosos, garantindo acessibilidade e usabilidade intuitiva.
    - **Inclusão digital e social**: desenvolvimento de estratégias para tornar a tecnologia mais acessível e útil para um público que, muitas vezes, tem dificuldades com o digital.

##### Relação com o curso e objetivos de formação

O curso de desenvolvimento Mobile tem como objetivo formar profissionais capazes de criar soluções tecnológicas eficientes para problemas do mundo real. O *Vivacidade* representa uma oportunidade para aplicar os conhecimentos adquiridos na prática, passando por todas as etapas do desenvolvimento de um sistema: desde a concepção da ideia até a implementação e testes.

O projeto também permite explorar a acessibilidade digital, um tema fundamental no desenvolvimento de produtos inclusivos. Criar uma interface simplificada e amigável para idosos exige um olhar diferenciado sobre experiência do usuário (UX), algo que complementa a formação acadêmica e prepara para desafios reais no mercado de trabalho.

##### Motivação do grupo de trabalho

A motivação para desenvolver o *Vivacidade* surgiu a partir da observação das dificuldades enfrentadas por idosos no uso da tecnologia e na busca por atividades que estimulem a mente e promovam a interação social. Além disso, o contato com Nilza que grava vídeos de artesanato reforçou a ideia de que há um grande potencial na criação de um ambiente digital onde idosos possam aprender, criar e compartilhar conhecimentos.

Por fim, esse projeto representa não apenas um desafio técnico, mas também uma oportunidade de impacto social. Ele permite unir a tecnologia ao propósito de inclusão e aprendizado, proporcionando um ambiente digital acessível e enriquecedor para um público que muitas vezes é negligenciado no desenvolvimento de soluções tecnológicas.

#### Objetivos/resultados/efeitos a serem alcançados (em relação ao problema identificado e sob a perspectiva dos públicos envolvidos)

o desenvolver o projeto *Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos*, Eu pretendo alcançar os seguintes objetivos:

1. **Promover a inclusão digital de idosos** por meio de um aplicativo acessível e intuitivo, facilitando o uso da tecnologia e incentivando a familiarização com dispositivos móveis.
2. **Estimular a criatividade e o aprendizado contínuo** ao permitir que os usuários cadastrem, visualizem e compartilhem tutoriais passo a passo sobre atividades artesanais, culinária e técnicas manuais.
3. **Criar uma comunidade interativa de aprendizado e troca de experiências** entre os usuários do aplicativo, incentivando a participação ativa e a socialização para reduzir o isolamento social.

#### Referencial teórico (subsídio teórico para propositura de ações da extensão)

# Referencial Teórico

O projeto *Vivacidade: Estímulo e Criatividade para Idosos* fundamenta-se em teorias e estudos sobre inclusão digital, envelhecimento ativo e aprendizagem criativa, buscando proporcionar um impacto positivo na qualidade de vida dos idosos através do uso da tecnologia.

### Inclusão Digital e Envelhecimento Ativo

A inclusão digital tem sido apontada como uma ferramenta essencial para a promoção da participação social e do bem-estar dos idosos. Segundo Castells (2003), a sociedade contemporânea está estruturada em redes informacionais, e aqueles que não possuem acesso às tecnologias digitais correm o risco de exclusão social. Para idosos, essa exclusão pode significar um distanciamento ainda maior do convívio social e das oportunidades de aprendizado.

Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002) enfatiza a importância do conceito de **envelhecimento ativo**, que envolve a manutenção das capacidades físicas, cognitivas e sociais ao longo da terceira idade. O uso da tecnologia pode desempenhar um papel

fundamental nesse processo, permitindo que os idosos se mantenham engajados e mentalmente ativos.

### Aprendizagem Criativa e Tecnologias Digitais

O projeto também se apoia nos princípios da **aprendizagem criativa**, como proposto por Papert (1993), que destaca a importância do "aprender fazendo". O ambiente digital pode ser um espaço de experimentação e construção do conhecimento, onde os idosos podem desenvolver habilidades tecnológicas ao mesmo tempo em que exploram sua criatividade por meio da produção e compartilhamento de conteúdos.

Além disso, Vygotsky (1978) destaca a relevância da interação social para a construção do conhecimento. O aplicativo, ao permitir que os usuários compartilhem tutoriais e interajam entre si, cria um ambiente de **aprendizagem colaborativa**, incentivando não apenas o aprendizado individual, mas também o fortalecimento da comunidade.

### Impactos Psicológicos e Bem-Estar na Terceira Idade

Estudos na área da psicologia do envelhecimento sugerem que atividades que envolvem criatividade e aprendizado contínuo são eficazes na prevenção de declínios cognitivos e emocionais. Csikszentmihalyi (1996), em sua teoria do *fluxo*, argumenta que quando uma pessoa se engaja em uma atividade desafiadora e envolvente, há um impacto positivo no bem-estar emocional. Aplicativos que oferecem desafios e oportunidades de aprendizado podem gerar essa experiência de imersão e satisfação.

Além disso, a socialização promovida pelo compartilhamento de conhecimentos no aplicativo pode atuar como um fator protetor contra a depressão e o isolamento social, problemas comuns entre idosos, conforme indicado por Rowe & Kahn (1997) em seus estudos sobre envelhecimento bem-sucedido.