

AS REDES SOCIAIS NO COMBATE À SOLIDÃO DOS IDOSOS

Maria de Lurdes dos Santos Pereira

1100552@my.ipleiria.pt

Resumo

Este trabalho resultou da inquietação que fez nascer a vontade de indagar se as redes sociais na Internet podem contribuir para a resolução da questão na problemática da solidão na velhice. Tempos houve, em que ser-se velho era sinónimo de recolhimento e de descanso compelido. Por muito forte que fosse a vontade de uma pessoa idosa para comunicar, nem sempre tinha a felicidade de ter quem lhe prestasse uma verdadeira e genuína atenção. Uma situação deveras frustrante que tinha como principal consequência o facto de levar o idoso a “fechar-se” para o mundo. Contudo, vivem-se agora outros tempos. Com os recursos da tecnologia, não existe mais razão, nem pretextos que justifiquem que seres humanos vivam mergulhados num mundo de silêncio ensurdecedor. As redes sociais na Internet, devido às suas funcionalidades, vieram preencher uma lacuna. Num futuro que já se pressente, só estará só quem assim se desejar.

Palavras-chave

Inclusão, digital, idosos, solidão, sociais, redes

Introdução

Este trabalho constitui um estudo sobre como as redes sociais na Internet podem contribuir para minorar a solidão dos idosos. Segundo as pesquisas efectuadas, as redes sociais na Internet devido às suas funcionalidades são um fenómeno recente na comunicação entre as pessoas mais velhas, nomeadamente a partir dos 45 anos, pois permitem a interacção social independentemente de determinadas circunstâncias.

Ainda não há muito tempo, o simples facto de se estar retido em casa, ou hospitalizado devido a uma doença, era razão para as maiores angústias, na medida em que estes eram períodos de isolamento forçado, cujos nefastos efeitos acabavam por se reflectir no estado de espírito do doente. Para os idosos o cenário era ainda mais grave, visto que muitos deles, nem sequer precisam de estar doentes para darem consigo sozinhos. Não é de admirar, portanto, que nos últimos anos, as redes sociais sejam cada vez mais utilizadas pelos mais velhos.

Para a elaboração deste estudo foi efectuada uma revisão da literatura através da qual foi possível averiguar da franca evolução da adesão às redes sociais na Internet por parte dos mais velhos. Foi também efectuada uma leve abordagem a algumas redes sociais que se distinguem das demais, precisamente devido ao facto, de terem sido criadas para contemplar as especiais necessidades dos indivíduos mais velhos. Para ajudar à confirmação das ilações retiradas da revisão da literatura procedeu-se a um questionário, cujos resultados vieram confirmar uma tendência actual: Os mais velhos estão definitivamente a vogar na onda das redes sociais na Internet.

Revisão de Literatura

É um facto que ao envelhecimento físico sobrevém o envelhecimento social como consequência da gradual diminuição dos contactos sociais, (Vieira & Santarosa, 2009). Com o estudo de Madden (2010), constatou-se que a utilização das redes sociais pelos mais velhos tem tido um crescimento considerável. O surto de maior crescimento no uso das redes sociais pelos indivíduos com idades a partir de 50 anos teve lugar entre o mês de Abril de 2009 e o mês de Maio de 2010, período durante o qual a percentagem destes utilizadores praticamente dobrou. Se em Abril de 2009, a percentagem de utilizadores das redes sociais com idades compreendidas entre 50-64 anos correspondia a 22%, em Maio de 2010 já correspondia a 42%. Na mesma altura, a percentagem de utilizadores com 65 anos ou mais sofreu um aumento para o dobro, pois transitou de 13% para 26%. Verifica-se que o contingente de utilizadores de redes sociais como por exemplo, a Myspace, Facebook ou LinkedIn, pertencentes à faixa etária de 50-64, teve um crescimento de 88 %, enquanto que, o aumento do contingente de utilizadores com 65 anos ou mais foi de 100%. Por outras palavras, 47% do total dos indivíduos que utilizam a Internet com idades entre 50-64 anos usam habitualmente as redes sociais, por sua vez, 26% do total dos indivíduos com a idade de 65 anos ou superior e que utilizam a Internet, usam as redes sociais. Se por um lado o crescimento na adesão às redes sociais tem sido constante em todas as faixas etárias, por outro lado, são os indivíduos mais velhos que mais partido tiram das redes sociais, através das quais visam promover uma lista crescente de novos contactos para com eles estabelecerem relações e principalmente compartilharem links de comunicação, fotos, notícias, vídeos etc. E para melhor aferir da frequência com que os indivíduos de idades superiores aos 50 anos acedem às redes sociais, basta atentar na circunstância de que 44% afirmou ter-lhes acedido exactamente no dia anterior àquele em que foram entrevistados. Uma das razões apontadas para justificar o especial interesse das pessoas mais velhas pelas redes sociais reside num factor que está inequivocamente ligado à idade, e que consiste no desejo de encontrar familiares, amigos e colegas, dos quais se foi perdendo o rastro ao longo da vida, mas que uma vez conectados às redes sociais, estas tornam possível o seu reencontro através das ferramentas criadas para esse efeito, (Madden, 2010).

Segundo La Sociedad de la Información en España (2010), do segmento da população espanhola com idades compreendidas entre 45-64 anos, que habitualmente utilizam a Internet, aumenta continuamente o número daqueles que acedem às redes sociais para comunicar, além de que costumam ser mais fiéis às redes do que os jovens. Este facto está relacionado com a diminuição dos canais de comunicação que normalmente acontece com o avanço da idade, consequentemente, os mais velhos dispersam-se menos, optando por redes com as quais melhor se identificam e nelas vão permanecendo e investindo em relações sociais com laços mais fortes, que por isso mesmo lhes são gratificantes.

A preocupação com a inclusão digital do idoso no que respeita ao combate à solidão não surgiu, contrariamente ao que se possa pensar, nestes tempos mais recentes, nobres testemunhos de uma intensa proliferação de redes sociais. A “SeniorNet”, uma organização vocacionada para a educação no acesso às tecnologias dos adultos com mais de 50 anos, deve o seu surgimento no já longínquo ano de 1986, a um processo de investigação financiado pela Fundação Markle, que teve a finalidade de determinar se os computadores e as telecomunicações poderiam melhorar a vida dos idosos. A “SeniorNet”, além de colaborar na investigação sobre idosos e tecnologia, sustenta uma próspera comunidade on-line, onde é possível aos indivíduos mais velhos aprenderem diversas actividades no âmbito das tecnologias de comunicação, além de lhes ser proporcionado o acesso a diversas informações actualizadas, oportunidades interactivas e outros recursos (Adler, 2002).

Duas décadas depois e ainda nos EUA foi criada a “Eons”, uma outra rede social apropriada para as pessoas explorarem as suas paixões, manterem o contacto com os amigos e estabelecerem novos conhecimentos, no sentido de partilharem experiências de vida que só é possível ter depois de se viver muitos anos. Segundo Jeffrey C. Taylor, o também criador da rede social Monster, surgiu-lhe a ideia de criar a “Eons” quando um dia constatou que tinha envelhecido e com isso os seus interesses haviam sofrido alterações. Ocorreu-lhe que, pelos mesmos motivos, muitas outras pessoas estariam a ser acometidas por sentimentos idênticos. Quanto mais não fosse a geração dos “baby boomers”, os indivíduos nascidos entre 1946 e 1964, ou até mais velhos, que o vinham acompanhando ao longo dos anos através da utilização das suas outras redes na Internet. Historicamente, a rede social “Eons” surge, por conseguinte, devido à necessidade de ir ao encontro dos interesses desta peculiar geração americana, (Lori, nd).

No Brasil, no ano de 1999, foi criado o site “Maisde50” com o propósito de facultar a discussão sobre a maturidade, o tempo e as suas implicações biológicas, psíquicas, sociais e culturais. É uma rede social vocacionada para fortalecer as trocas afectivas e que promove a interacção entre os seus utilizadores fomentando “Encontros Maisde50” que têm como primordial finalidade motivar os utilizadores para que se expressem acerca de temas como por exemplo, a reforma, saúde, doença e outros assuntos comprometidos com a maturidade, “Maisde50”, (nd).

Existem ainda outras redes sociais como por exemplo a Elder Care Network, que apesar de estar direccionada para os mais velhos, tem uma orientação que não é propriamente a de contribuir para debelar a solidão do idoso, já que a finalidade principal é a assistência aos idosos, informando ou fornecendo recursos aos cuidadores ou prestadores de serviços profissionais. A rede é, por conseguinte, composta pelos familiares dos idosos e por

profissionais da comunidade que promovem acções de apoio tanto ao idoso como ao seu cuidador.

Método

Considerou-se de todo o interesse, realizar um trabalho de campo escorado num questionário no sentido de proceder à recolha e posterior tratamento de dados. Pretendia-se, com base nas ilações possíveis, formar uma opinião sobre se os indivíduos com idades superiores a 55 anos estão ou não consciencializados para as potencialidades das redes sociais na Internet. Nomeadamente saber, se estão a ter em conta, que as redes sociais lhes podem proporcionar vastas oportunidades de sociabilização capazes de gerar uma nova realidade nas suas vidas, traduzindo-se na vivência do dia-a-dia com mais entusiasmo e expectativa. A população sobre a qual incidiu o trabalho de campo faz parte do Programa 60+, um projecto inovador e pró-activo, alicerçado no compromisso da partilha, creditação de saberes e de experiências, ambicionando contribuir para uma mudança de atitude e ideais face ao processo de envelhecimento. O Programa 60+ está sediado na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais de Leiria do qual fazem parte cerca de 60 elementos com idades a rondar os 60 anos. A amostra incluiu 10 indivíduos pertencentes ao sexo feminino e 7 pertencentes ao sexo masculino, perfazendo um total de 17 indivíduos, que responderam a perguntas sobre se eram utilizadores de alguma rede social na Internet. Em caso afirmativo inquiria-se de qual ou quais as redes utilizadas, as funcionalidades e a frequência com que, habitualmente, lhes acedem. Por fim, pedia-se que classificassem três opiniões sobre as redes sociais no âmbito da sua utilidade como atenuante da solidão:

1ª - *“A utilização dos recursos sociais pela Internet é uma excelente forma de permanecer em contacto com os outros e com o mundo”*, Araujo, (2011).

2ª - *“(…) os contactos do Facebook permitem evitar o isolamento social e a manutenção adequada do “calor humano” através de “diálogos”*, Araujo, (2011).

3ª - *“Essas novas redes sociais são muito importantes, pois aliviam os efeitos da solidão e do stress”*, Araujo, (2011).

Resultados

Verificou-se que do total dos 17 indivíduos inquiridos, apenas 3 não são utilizadores das redes sociais e 1 não respondeu. As redes sociais mais difundidas neste grupo de pessoas são o Facebook e o MSN Messenger visto que foram 8 vezes mencionadas, enquanto que, o Google Buzz e o Skype obtiveram duas referências cada. Dos inquiridos 9 são utilizadores de duas redes sociais e 4 utilizam apenas uma. Verificou-se que há alguma paridade entre as mulheres e os homens no que consta a utilizar as redes sociais. Conversar e procurar antigos colegas e amigos são as funcionalidades mais utilizadas pelos inquiridos. Quanto às opiniões constantes

no questionário, estas tinham como finalidade definir os sentimentos em relação ao contributo das redes sociais como atenuante da solidão. Os resultados figuram nos gráficos da figura 1.

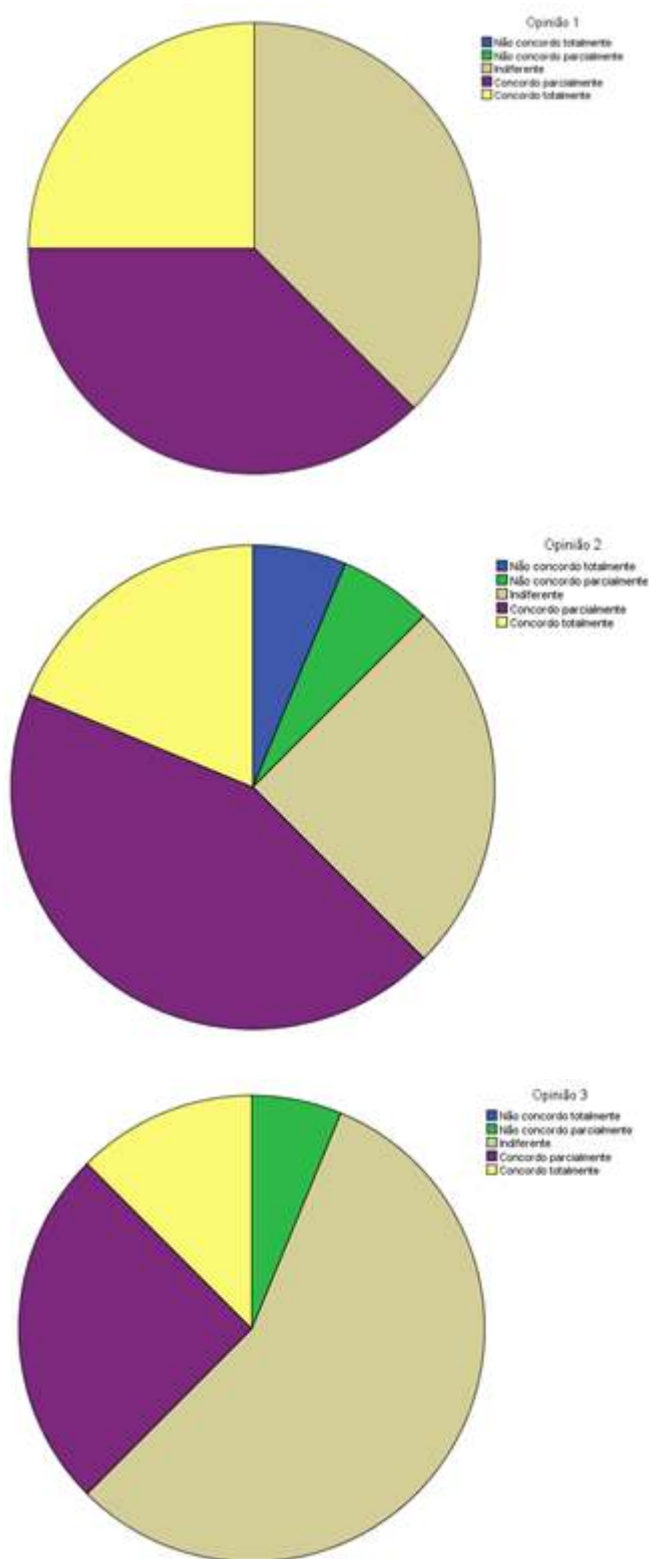


Figura 1 – Gráficos referentes aos resultados em relação às opiniões sobre as redes sociais

Conclusões

Foi possível concluir que os idosos estão na verdade interessados em fazer uso das novas tecnologias, nomeadamente as redes sociais, segundo o seu próprio testemunho. O facto das redes sociais mais utilizadas pelos inquiridos serem precisamente o Facebook e o MSN Messenger faz presumir que os intervenientes tenham sido contagiados pelas influências e preferências dominantes. As respostas, quanto à apreciação das opiniões, referentes às influências das redes sociais sobre o sentimento da solidão revestem-se de primordial importância, na medida em que são fruto de uma atitude de reflexão. Constatou-se que os inquiridos valorizam as redes sociais, porquanto concordaram que estas ajudam a debelar a solidão. Presume-se que num futuro próximo, com a vulgarização das actividades nas redes sociais e o consequente desmoranar do que resta do trôpego preconceito, é muito provável que o sentimento de solidão na velhice venha a decrescer consideravelmente. Provavelmente haverá aqueles que, usando redes sociais, ainda se sentem “sós”.

Bibliografia

Adler, R. (2002). *The Age Wave Meets The Technology Wave: Broadband and Older Americans*. SeniorNet. Acedido a 7 de Maio de 2011 em <http://www.seniornet.org/downloads/broadband.pdf>

Araujo, E. N. P. (2011). Idosos Dependentes – Velhice com Dignidade. *Revista Portal de Divulgação*. N°9. Acedido a 14 de Maio de 2011 em <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/revista/index.php/revistaportal/article/viewFile/122/146>

Bitter, L. (nd). *What is Eons?. About us. Eons, Inc.* Acedido em 22 de Abril de 2011 no Web site <http://www.eons.com/about/eons>

Hartman, K., Shetler, B. (2009). *History of Elder Care Network*. Elder Care Network. Acedido em 28 de Maio de 2011 em <http://www.eldercarenet.org/about/mission/>

La Sociedad de La Información En España, (2011). Editorial Ariel, S. A. *Coléccion Fundación Telefónica*. Acedido em 14 de Maio de 2011 em http://e-libros.fundacion.telefonica.com/sie10/aplicacion_sie/ParteA/datos.html

Maisde50, (nd). *Quem somos*. Acedido em 7 de Maio de 2011 em <http://www.maisde50.com.br/quemsomos.asp>

Mary, Madden. (2010). Older Adults and Social Media - Social networking use among those ages 50 and older nearly doubled over the past year. *Pew Research Center*. Acedido em 7 de Maio de 2011 em <http://www.pewinternet.org/~media/Files/Reports/2010/Pew%20Internet%20-%20Older%20Adults%20and%20Social%20Media.pdf>

Vieira, M.C, Santarosa, L. M. C. (2009). *O Uso do Computador e da Internet e a Participação em Cursos de Informática para Idosos: Meios Digitais, Finalidades Sociais*. XX Simpósio Brasileiro de Informática na Educação. Acedido a 7 de Maio de 2011 em <http://www.br-ie.org/pub/index.php/sbie/article/viewFile/1145/1048>

