

A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA COMO PROMOTORA DE TROCAS INTERGERACIONAIS: EXPERIÊNCIAS ENTRE ESTUDANTES E PESSOAS IDOSAS EM UMA OFICINA DE INCLUSÃO DIGITAL

**UNIVERSITY OUTREACH AS A PROMOTER OF INTERGENERATIONAL
EXCHANGES: EXPERIENCES BETWEEN STUDENTS AND ELDERLY PEOPLE
IN A DIGITAL INCLUSION WORKSHOP**

Ciências da Saúde • 18/07/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/784347359](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/784347359)

Camilly Victória da Silva¹

Ana Elisabeth dos Santos Lins²

RESUMO

A inclusão digital de pessoas idosas constitui uma estratégia relevante para promover autonomia, participação social, acesso a serviços e envelhecimento ativo em uma sociedade cada vez mais mediada pelas tecnologias digitais. Este estudo teve como objetivo relatar a experiência da oficina de Redes Sociais do projeto Universidade Aberta à Terceira Idade (UNCISATI), destacando suas contribuições para a inclusão digital de pessoas idosas e para a formação de estudantes extensionistas em Terapia Ocupacional. Trata-se de um relato de experiência, de abordagem descritiva, elaborado a partir das vivências de estudantes do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL). Os encontros presenciais foram desenvolvidos por meio de aulas dialogadas e acompanhamento individualizado, priorizando as demandas cotidianas dos participantes relacionadas ao uso de smartphones e aplicativos digitais. A experiência evidenciou que estratégias de ensino personalizadas, fundamentadas na prática contextualizada e na troca intergeracional, favoreceram o desenvolvimento de competências digitais, fortalecendo a autonomia, a participação ocupacional e a inclusão social das pessoas idosas. Além disso, a oficina contribuiu para a formação acadêmica dos estudantes ao possibilitar o desenvolvimento de competências relacionadas à comunicação, ao planejamento de intervenções e à atuação centrada nas necessidades dos participantes. Conclui-se que ações extensionistas voltadas à inclusão digital constituem estratégias relevantes para promover o envelhecimento ativo, ampliar a participação ocupacional e qualificar a formação em Terapia Ocupacional.

Palavras-chave: Inclusão digital; Pessoa idosa; Terapia Ocupacional; Extensão universitária; Envelhecimento ativo.

ABSTRACT

Digital inclusion of older adults is an important strategy for promoting autonomy, social participation, access to services, and active aging in a society increasingly mediated by digital technologies. This study aimed to report the experience of the Social Media Workshop developed within the Open University for Older Adults Project (UNCISATI), highlighting its contributions to the digital inclusion of older adults and to the education of undergraduate extension students in Occupational Therapy. This descriptive experience report was based on the experiences of Occupational Therapy students from the State University of Health Sciences of Alagoas (UNCISAL). Face-to-face meetings were conducted through interactive lectures and individualized guidance, focusing on the participants' everyday needs related to the use of smartphones and digital applications. The experience demonstrated that personalized teaching strategies, grounded in contextualized practice and intergenerational exchange, promoted the development of digital skills, strengthening autonomy, occupational participation, and the social inclusion of older adults. In addition, the workshop contributed to students' academic education by fostering competencies related to communication, intervention planning, and person-centered practice. It is concluded that university extension initiatives focused on digital inclusion are relevant strategies for promoting active aging, expanding occupational participation, and enhancing Occupational Therapy education.

Keywords: Digital inclusion; Older adults; Occupational Therapy; University extension; Active aging.

1. INTRODUÇÃO

A crescente digitalização da sociedade tem transformado significativamente as formas de comunicação, interação social e acesso a serviços, tornando as tecnologias digitais elementos indispensáveis para a vida cotidiana. O uso de smartphones, aplicativos de mensagens, redes sociais, plataformas de serviços públicos e sistemas bancários digitais passou a integrar diversas atividades diárias, ampliando oportunidades de acesso à informação, comunicação e participação social. Entretanto, esse processo também evidencia desigualdades relacionadas ao acesso, ao domínio e ao uso dessas tecnologias, especialmente entre as pessoas idosas, grupo que frequentemente enfrenta limitações decorrentes de fatores socioeconômicos, educacionais e geracionais. Nesse contexto, a inclusão digital configura-se como uma importante estratégia para promover autonomia, ampliar a participação social e favorecer a qualidade de vida, contribuindo para o envelhecimento ativo (Almeida; Silva; Silva, 2017; Organização Mundial da Saúde, 2005).

O envelhecimento populacional representa uma das principais transformações demográficas do século XXI, exigindo o desenvolvimento de políticas e estratégias capazes de favorecer a participação plena das pessoas idosas na sociedade. Nessa perspectiva, a Organização Mundial da Saúde (2005) propõe o envelhecimento ativo como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, visando melhorar a qualidade de vida durante o envelhecimento. Além da manutenção das capacidades físicas e cognitivas, esse conceito compreende a garantia de oportunidades para que as pessoas idosas permaneçam socialmente ativas, participem das decisões sobre sua própria vida e exerçam seus direitos de cidadania.

Entre os fatores que favorecem o envelhecimento ativo, destaca-se o acesso às tecnologias digitais, que possibilita a comunicação com familiares e amigos, o acesso à informação, à educação, ao lazer, aos serviços públicos e privados, aos recursos de saúde, bem como amplia as possibilidades de participação social e fortalecimento das redes de apoio. O domínio dessas tecnologias também contribui para maior independência na realização de atividades do cotidiano e para o exercício da cidadania em uma sociedade cada vez mais digitalizada. Contudo, muitas pessoas idosas ainda enfrentam dificuldades relacionadas ao acesso aos dispositivos, à conectividade, à alfabetização digital e à confiança no uso dessas ferramentas, fatores que podem intensificar processos de exclusão social e restringir sua participação em diferentes contextos da vida cotidiana.

Nesse cenário, ações de inclusão digital voltadas às pessoas idosas tornam-se relevantes por favorecerem não apenas o aprendizado técnico sobre o uso das tecnologias, mas também o fortalecimento da autonomia, da autoestima, da autoconfiança e das relações interpessoais. Quando desenvolvidas em espaços coletivos, essas iniciativas possibilitam a troca de experiências, a construção colaborativa do conhecimento e o fortalecimento dos vínculos sociais, aspectos fundamentais para a promoção da saúde e da participação social durante o envelhecimento.

As universidades, por meio da extensão universitária, desempenham papel estratégico nesse processo ao aproximar o conhecimento científico das necessidades da comunidade e promover intervenções socialmente comprometidas. Projetos extensionistas de inclusão digital destinados às pessoas idosas constituem espaços de aprendizagem mútua, nos quais os participantes desenvolvem

competências digitais em um ambiente acolhedor, enquanto os estudantes ampliam sua formação por meio da vivência prática, do trabalho interprofissional e intergeracional, da comunicação, da escuta qualificada e da atuação centrada nas necessidades dos usuários (Arruda et al., 2026).

Sob a perspectiva da Terapia Ocupacional, o uso das tecnologias digitais pode ser compreendido como uma ocupação significativa, uma vez que integra atividades relacionadas à comunicação, ao lazer, à educação, ao acesso a serviços, à gestão da rotina e à participação comunitária. Dessa forma, promover a inclusão digital significa favorecer o desempenho ocupacional, ampliar oportunidades de participação social e fortalecer a autonomia das pessoas idosas, contribuindo para sua inserção em uma sociedade cada vez mais mediada pelas tecnologias (American Occupational Therapy Association, 2020).

Embora a literatura aponte benefícios das ações de inclusão digital voltadas às pessoas idosas, ainda são escassos relatos que descrevem, simultaneamente, as contribuições dessas experiências para os participantes e para a formação de estudantes extensionistas sob a perspectiva da Terapia Ocupacional. Essa lacuna evidencia a necessidade de socializar experiências capazes de subsidiar novas práticas extensionistas, fortalecer estratégias de promoção do envelhecimento ativo e contribuir para a produção de conhecimento sobre a atuação da Terapia Ocupacional na promoção da inclusão digital.

Diante desse contexto, este trabalho teve como objetivo relatar a experiência da oficina de Redes Sociais do projeto Universidade Aberta à Terceira Idade (UNCISATI), destacando suas contribuições

para a inclusão digital de pessoas idosas e para a formação de estudantes extensionistas em Terapia Ocupacional.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA OU REVISÃO DA LITERATURA

2.1. Inclusão Digital e Envelhecimento Ativo

O crescimento da população idosa e a expansão das tecnologias digitais têm ampliado as discussões sobre inclusão digital como componente fundamental do envelhecimento ativo e da participação social. Em uma sociedade cada vez mais conectada, o uso de smartphones, aplicativos de comunicação, redes sociais e plataformas digitais tornou-se parte das atividades cotidianas, permitindo o acesso à informação, aos serviços de saúde, às transações bancárias, aos serviços públicos e privados, além de favorecer a comunicação com familiares e amigos. Para as pessoas idosas, a apropriação dessas tecnologias representa uma oportunidade de ampliar a autonomia, fortalecer redes de apoio, reduzir o isolamento social e exercer de forma mais ativa sua cidadania (Organização Mundial da Saúde, 2005).

Sob essa perspectiva, a inclusão digital ultrapassa o simples domínio de ferramentas tecnológicas, configurando-se como um importante determinante da participação social e da qualidade de vida. Ao possibilitar maior independência na realização de atividades cotidianas e ampliar as oportunidades de interação social, o uso das tecnologias digitais contribui para a manutenção da autonomia e para o fortalecimento do envelhecimento ativo, entendido como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança ao longo da vida (Organização Mundial da Saúde, 2005).

Entretanto, o acesso às tecnologias não garante, por si só, sua utilização efetiva. Barreiras relacionadas à escolaridade, às condições socioeconômicas, às limitações funcionais, ao receio de utilizar os dispositivos, à baixa alfabetização digital e à ausência de oportunidades de aprendizagem contribuem para a exclusão digital desse grupo populacional (Almeida; Silva; Silva, 2017). Além disso, o acelerado desenvolvimento das tecnologias e a constante atualização de aplicativos e plataformas podem ampliar as dificuldades enfrentadas por muitas pessoas idosas, restringindo seu acesso a recursos essenciais para a vida cotidiana.

Dessa forma, a inclusão digital envolve não apenas o acesso aos dispositivos tecnológicos e à internet, mas também o desenvolvimento de competências que possibilitem seu uso crítico, seguro, autônomo e significativo. Esse processo requer estratégias educativas que respeitem as necessidades, os ritmos de aprendizagem e as experiências prévias das pessoas idosas, favorecendo a construção gradual de conhecimentos e o fortalecimento da confiança para utilizar as tecnologias em diferentes contextos.

Nesse cenário, iniciativas educativas voltadas à inclusão digital assumem papel relevante ao promover o desenvolvimento de habilidades digitais em ambientes de aprendizagem acolhedores, colaborativos e intergeracionais. Além de favorecerem a aquisição de conhecimentos técnicos, essas ações estimulam a autonomia, ampliam as possibilidades de participação social, fortalecem vínculos interpessoais e contribuem para a promoção da saúde e da qualidade de vida, consolidando-se como importantes estratégias de promoção do envelhecimento ativo e da inclusão social.

2.2. Inclusão Digital na Perspectiva da Terapia Ocupacional

A Terapia Ocupacional compreende a participação em ocupações significativas como elemento central para a promoção da saúde, do bem-estar, da autonomia e da inclusão social (American Occupational Therapy Association, 2020). As ocupações correspondem às atividades e papéis que as pessoas realizam em seu cotidiano e que atribuem significado à sua vida, sendo influenciadas pelas características individuais, pelo ambiente e pelo contexto sociocultural. Nesse cenário, as tecnologias digitais passaram a integrar diferentes ocupações do cotidiano, tornando-se recursos essenciais para a comunicação, a participação social, o gerenciamento da saúde, a educação, o lazer, o trabalho e o acesso a serviços públicos e privados.

A crescente digitalização da sociedade modificou a forma como as pessoas desempenham diversas atividades cotidianas, fazendo com que o domínio das tecnologias digitais se tornasse um importante fator para a participação ocupacional. A realização de consultas por teleatendimento, o agendamento de serviços de saúde, o acesso a aplicativos bancários, a utilização de plataformas governamentais e a comunicação por meio de redes sociais e aplicativos de mensagens exemplificam ocupações que passaram a depender, em diferentes graus, do uso de recursos digitais. Nesse contexto, dificuldades no acesso e na utilização dessas tecnologias podem restringir o desempenho ocupacional das pessoas idosas, limitar sua autonomia e ampliar situações de exclusão social.

Sob essa perspectiva, o terapeuta ocupacional atua na identificação das barreiras individuais, ambientais e sociais que interferem na participação em ocupações mediadas pelas tecnologias digitais,

desenvolvendo estratégias que favoreçam o acesso, à aprendizagem e o uso significativo desses recursos. Sua atuação envolve não apenas o ensino do uso de dispositivos eletrônicos e aplicativos, mas também a adaptação das atividades às capacidades, necessidades e interesses de cada pessoa, respeitando seu ritmo de aprendizagem e promovendo experiências de uso bem-sucedidas. Dessa forma, busca-se fortalecer a autonomia, ampliar a independência nas atividades cotidianas, favorecer a manutenção dos papéis ocupacionais e incentivar a participação ativa na vida comunitária.

Além disso, a atuação da Terapia Ocupacional na inclusão digital fundamenta-se em uma perspectiva centrada na pessoa e na promoção da participação social, reconhecendo que o acesso às tecnologias constitui um importante recurso para o exercício da cidadania e para a redução das desigualdades sociais. Ao favorecer o desenvolvimento de competências digitais, o terapeuta ocupacional contribui para que as pessoas idosas ampliem suas possibilidades de comunicação, fortaleçam redes de apoio, acessem direitos e serviços e participem de forma mais ativa da sociedade contemporânea.

Nesse sentido, oficinas de inclusão digital configuram-se como espaços privilegiados de aprendizagem e participação ocupacional, nos quais o desenvolvimento das competências digitais ocorre de maneira contextualizada às necessidades, aos interesses e às experiências de vida dos participantes. Além de promoverem a aquisição de conhecimentos técnicos, essas oficinas favorecem a interação social, o compartilhamento de experiências, a construção da autoconfiança e o fortalecimento da autonomia, contribuindo para um envelhecimento mais ativo, participativo e socialmente incluído.

2.3. Extensão Universitária e Aprendizagem Intergeracional

A extensão universitária constitui um dos pilares da educação superior brasileira ao promover a articulação entre ensino, pesquisa e comunidade, favorecendo a produção e a socialização de conhecimentos comprometidos com as demandas sociais. Mais do que a transferência de saberes acadêmicos, a extensão caracteriza-se como um processo de construção coletiva do conhecimento, no qual universidade e comunidade estabelecem relações dialógicas que possibilitam a troca de experiências, a valorização dos diferentes saberes e a transformação da realidade social. Nesse sentido, as ações extensionistas contribuem tanto para a formação cidadã dos estudantes quanto para o fortalecimento de práticas voltadas à promoção da saúde, da inclusão social e da qualidade de vida.

No contexto da inclusão digital de pessoas idosas, projetos extensionistas assumem papel estratégico ao oferecer espaços de aprendizagem acessíveis e contextualizados, nos quais os participantes podem desenvolver competências para o uso das tecnologias digitais de forma segura, autônoma e significativa. Essas iniciativas contribuem para reduzir barreiras relacionadas ao uso das tecnologias, ampliar a participação social, favorecer o acesso a serviços digitais e fortalecer a autonomia no desempenho das atividades cotidianas. Ao mesmo tempo, constituem importantes cenários de formação profissional, permitindo que os estudantes articulem conhecimentos teóricos e práticos em situações reais de cuidado e educação em saúde (Arruda et al., 2026).

As oficinas de inclusão digital configuram-se como espaços privilegiados de aprendizagem intergeracional, nos quais estudantes e pessoas idosas compartilham conhecimentos,

experiências e diferentes formas de compreender o mundo. Essa interação rompe com a concepção tradicional de ensino centrada na transmissão unilateral do conhecimento, valorizando o diálogo, a escuta e a construção coletiva da aprendizagem. Conforme Freire (2021), educar consiste em um processo dialógico no qual educadores e educandos aprendem mutuamente, reconhecendo os conhecimentos construídos ao longo da vida e atribuindo significado às experiências compartilhadas. Sob essa perspectiva, o processo educativo deixa de ser apenas uma ação de ensino para constituir-se como uma experiência de troca, respeito e transformação recíproca.

A convivência intergeracional proporcionada pelas oficinas também favorece a desconstrução de estereótipos relacionados ao envelhecimento e às capacidades das pessoas idosas, contribuindo para o fortalecimento do respeito às diferenças e para a valorização das potencialidades de cada participante. Paralelamente, possibilita aos estudantes o desenvolvimento de competências essenciais para a prática profissional, como comunicação acessível, escuta qualificada, empatia, trabalho em equipe, planejamento centrado nas necessidades dos usuários, adaptação de estratégias de ensino e construção de intervenções baseadas na singularidade dos sujeitos.

No âmbito da Terapia Ocupacional, essas experiências extensionistas ampliam a compreensão acerca da relação entre ocupação, participação social e inclusão digital, permitindo aos estudantes reconhecerem as tecnologias como recursos que favorecem o desempenho ocupacional e a autonomia das pessoas idosas. Assim, as oficinas constituem não apenas espaços de aprendizagem tecnológica, mas também ambientes de promoção da saúde,

fortalecimento da cidadania, inclusão social e formação profissional crítica, ética e socialmente comprometida.

2.4. Oficinas de Inclusão Digital Como Estratégia de Promoção da Participação Ocupacional

As oficinas de inclusão digital constituem estratégias educativas que possibilitam às pessoas idosas desenvolver conhecimentos e habilidades relacionados ao uso de dispositivos móveis, aplicativos de comunicação, redes sociais e serviços digitais, favorecendo sua participação em ocupações cada vez mais mediadas pelas tecnologias. Mais do que promover a aprendizagem de ferramentas tecnológicas, essas ações buscam ampliar a autonomia, fortalecer a participação social e possibilitar que os participantes utilizem os recursos digitais de maneira crítica, segura e significativa em seu cotidiano.

A aprendizagem baseada em situações reais da vida diária confere maior significado às atividades desenvolvidas, uma vez que parte das necessidades, interesses e experiências concretas dos participantes. A resolução de demandas cotidianas, como realizar chamadas de vídeo, enviar mensagens, acessar aplicativos bancários, utilizar serviços públicos digitais ou compartilhar informações em redes sociais, favorece a construção de conhecimentos aplicáveis ao cotidiano e estimula o uso contínuo das tecnologias após as oficinas. Essa abordagem centrada na realidade dos participantes contribui para maior engajamento no processo de aprendizagem e para o fortalecimento da autonomia no desempenho das atividades diárias.

Além disso, o acompanhamento individualizado, o respeito ao ritmo de aprendizagem, a utilização de estratégias de ensino acessíveis e a valorização dos conhecimentos prévios das pessoas idosas favorecem a construção da autoconfiança e reduzem sentimentos de insegurança frequentemente associados ao uso das tecnologias digitais. O ambiente colaborativo das oficinas também estimula a interação entre os participantes, fortalece vínculos sociais e promove a troca de experiências, aspectos que contribuem para a ampliação da participação social e para a promoção do envelhecimento ativo.

Sob a perspectiva da Terapia Ocupacional, essas oficinas configuram-se como espaços de promoção da participação ocupacional, nos quais a aprendizagem das tecnologias digitais ocorre de forma integrada às ocupações significativas dos participantes. Ao desenvolver competências para utilizar recursos tecnológicos em atividades relacionadas à comunicação, ao acesso à informação, ao gerenciamento da saúde, ao lazer e ao exercício da cidadania, amplia-se o desempenho ocupacional e favorece-se a participação das pessoas idosas em diferentes contextos sociais. Dessa forma, a inclusão digital deixa de representar apenas uma aquisição de habilidades técnicas e passa a constituir uma estratégia de promoção da autonomia, da inclusão social e da qualidade de vida.

Apesar dos avanços observados na literatura acerca da inclusão digital de pessoas idosas, ainda são limitados os estudos que descrevem essas experiências sob a perspectiva da Terapia Ocupacional e que discutem, de forma integrada, seus impactos tanto para os participantes quanto para a formação de estudantes extensionistas. A maior parte das publicações concentra-se nos resultados relacionados ao desenvolvimento de habilidades digitais,

havendo menor exploração das contribuições dessas ações para o desempenho ocupacional, para a participação social e para a formação acadêmica em contextos extensionistas. Essa lacuna reforça a importância de relatos de experiência que sistematizam práticas exitosas, ampliem a produção científica na área e subsidiem o desenvolvimento de novas estratégias de extensão universitária voltadas à promoção do envelhecimento ativo, da inclusão digital e da inclusão social.

3. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, de abordagem descritiva, elaborado a partir das vivências de estudantes extensionistas do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), vinculados ao projeto de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UNCISATI). O projeto caracteriza-se como uma ação permanente de extensão universitária voltada à promoção do envelhecimento ativo, da participação social, da autonomia e da qualidade de vida de pessoas idosas, por meio de atividades educativas, culturais, corporais, artísticas e de inclusão digital. As oficinas são desenvolvidas em uma perspectiva interdisciplinar e fundamentam-se na valorização das potencialidades das pessoas idosas, na promoção da aprendizagem ao longo da vida e no fortalecimento da convivência comunitária.

O presente relato refere-se especificamente à oficina de Redes Sociais, cuja finalidade é promover a inclusão digital das pessoas idosas por meio do ensino do uso de smartphones e de aplicativos amplamente utilizados no cotidiano, como WhatsApp, Instagram, Facebook, câmera, galeria de fotos, navegador de internet e outros recursos digitais de interesse dos participantes. A oficina busca

desenvolver competências relacionadas ao uso autônomo e seguro dessas ferramentas, favorecendo o acesso à informação, à comunicação, aos serviços digitais e à participação social.

Diferentemente das demais oficinas do projeto, que são conduzidas por docentes com apoio dos estudantes, a oficina de Redes Sociais é planejada, organizada e executada pelos próprios estudantes extensionistas, sob supervisão da coordenação do projeto. Essa dinâmica amplia o protagonismo discente, proporcionando aos extensionistas experiências relacionadas ao planejamento de intervenções, elaboração de materiais didáticos, condução de atividades educativas, mediação de grupos, resolução de problemas e adaptação das estratégias de ensino às necessidades individuais dos participantes.

Os encontros são realizados presencialmente e organizados a partir das demandas identificadas junto às pessoas idosas, considerando suas experiências prévias, interesses e dificuldades no uso das tecnologias digitais. O planejamento das atividades é flexível, permitindo que os conteúdos sejam continuamente ajustados às necessidades apresentadas durante o processo de aprendizagem. Essa característica torna a oficina um espaço centrado no participante, no qual as estratégias educativas são construídas de forma colaborativa e contextualizadas às situações vivenciadas no cotidiano.

Cada encontro inicia-se com uma exposição dialogada, apoiada por apresentações em slides elaboradas pelos estudantes, contendo orientações passo a passo sobre os aplicativos e funcionalidades que serão abordados. Durante esse momento, são utilizados exemplos práticos, linguagem acessível e demonstrações realizadas em tempo

real, buscando facilitar a compreensão dos conteúdos e estimular a participação dos idosos por meio do diálogo e do compartilhamento de experiências.

Na etapa seguinte, os participantes são organizados em duplas ou pequenos grupos, sendo acompanhados individualmente pelos estudantes extensionistas. Essa organização possibilita o desenvolvimento de atividades práticas diretamente nos dispositivos móveis dos próprios participantes, permitindo demonstrações individualizadas, repetição dos procedimentos, esclarecimento de dúvidas e adaptação das orientações às necessidades de cada idoso. O acompanhamento próximo favorece um processo de aprendizagem mais significativo, respeitando o ritmo individual e fortalecendo a autoconfiança para utilizar as tecnologias digitais de forma autônoma.

A metodologia adotada fundamenta-se em uma perspectiva dialógica e participativa, valorizando os conhecimentos prévios dos participantes e compreendendo o processo educativo como uma construção coletiva. A interação constante entre estudantes e pessoas idosas favorece não apenas o desenvolvimento de competências digitais, mas também o fortalecimento das relações intergeracionais, da troca de experiências e da construção de vínculos pautados no respeito, na escuta e na cooperação.

As reflexões apresentadas neste relato foram construídas a partir das experiências vivenciadas pelos estudantes extensionistas ao longo do planejamento, da execução e da avaliação das atividades desenvolvidas na oficina, considerando registros produzidos durante o acompanhamento das ações, observações realizadas nos encontros e discussões promovidas pela equipe extensionista sob

supervisão docente. A análise dessas vivências buscou compreender as contribuições da oficina para a inclusão digital, a autonomia e a participação social das pessoas idosas, bem como os impactos da experiência extensionista na formação acadêmica dos estudantes.

Além disso, o relato evidencia o potencial da extensão universitária como espaço de aprendizagem significativa, ao possibilitar a articulação entre teoria e prática, a aproximação com as demandas reais da comunidade e o desenvolvimento de competências essenciais à atuação em Terapia Ocupacional. Entre essas competências destacam-se a comunicação acessível, a escuta qualificada, o planejamento centrado no usuário, a adaptação de estratégias educativas, o trabalho em equipe, a atuação intergeracional e a promoção da autonomia, da participação ocupacional e da cidadania das pessoas idosas.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Durante o desenvolvimento da oficina, observou-se que as principais dificuldades apresentadas pelas pessoas idosas estavam relacionadas ao uso das funcionalidades básicas dos aplicativos, como publicação de fotografias, gerenciamento de perfis, atualização de informações pessoais, configuração de privacidade e navegação entre diferentes recursos das plataformas digitais. Embora a maioria dos participantes possuísse smartphone e utilizasse aplicativos de mensagens instantâneas, verificou-se que o uso era frequentemente limitado às funções mais básicas, evidenciando insegurança diante de recursos menos familiares. Esses achados reforçam que a exclusão digital entre pessoas idosas não se restringe à ausência de dispositivos tecnológicos ou de acesso à internet, mas envolve, sobretudo, limitações relacionadas

ao letramento digital, à autoconfiança e às oportunidades de aprendizagem necessárias para o uso autônomo, crítico e significativo das tecnologias no cotidiano.

Nesse sentido, a oficina possibilitou que os participantes desenvolvessem habilidades diretamente relacionadas às demandas de sua rotina, favorecendo a apropriação gradual dos recursos digitais e estimulando maior independência na realização de atividades cotidianas. À medida que compreendiam o funcionamento dos aplicativos e experimentavam suas funcionalidades em situações práticas, os idosos demonstravam maior iniciativa para explorar novos recursos, esclarecer dúvidas e compartilhar conhecimentos adquiridos com os demais participantes. Esse processo evidencia que a aprendizagem ocorre de maneira mais efetiva quando o conteúdo é contextualizado às necessidades reais dos indivíduos, respeitando seus interesses, experiências prévias e objetivos de participação social.

A metodologia adotada, baseada em aulas expositivas dialogadas e no acompanhamento individualizado por meio da formação de duplas entre monitor e participante, mostrou-se uma estratégia efetiva para atender às demandas específicas de cada pessoa idosa. O suporte contínuo proporcionado pelos estudantes extensionistas permitiu que as dificuldades fossem identificadas e solucionadas de maneira personalizada, respeitando o ritmo de aprendizagem de cada participante. Essa abordagem favoreceu maior segurança durante a utilização dos dispositivos móveis, reduziu o receio de cometer erros e fortaleceu a confiança necessária para utilizar as tecnologias de forma mais independente. Tais resultados corroboram estudos que apontam que metodologias centradas no participante, associadas ao acompanhamento individualizado e à

resolução de problemas do cotidiano, potencializam a aprendizagem e favorecem o desenvolvimento de competências digitais entre pessoas idosas.

Outro aspecto relevante observado foi a importância da repetição das atividades e da prática supervisionada para a consolidação da aprendizagem. Muitos participantes necessitavam realizar um mesmo procedimento diversas vezes até se sentirem seguros para executá-lo sem auxílio, evidenciando que o processo de aprendizagem das tecnologias digitais exige tempo, paciência e estratégias pedagógicas compatíveis com as especificidades do envelhecimento. Dessa forma, o ambiente acolhedor da oficina, aliado à disponibilidade dos estudantes para acompanhar continuamente os participantes, favoreceu a construção da autoconfiança e reduziu sentimentos de insegurança frequentemente associados ao uso das tecnologias.

Para além do desenvolvimento de competências técnicas, a oficina constituiu um importante espaço de convivência, acolhimento e construção coletiva do conhecimento. A interação entre estudantes extensionistas e pessoas idosas favoreceu a troca de experiências, o compartilhamento de saberes e o fortalecimento de vínculos interpessoais, evidenciando o potencial das relações intergeracionais como estratégia de aprendizagem. Ao longo dos encontros, observou-se que o diálogo estabelecido entre as diferentes gerações contribuiu para a desconstrução de estereótipos relacionados ao envelhecimento e às tecnologias digitais, promovendo relações pautadas no respeito, na cooperação e no reconhecimento das potencialidades de cada participante. Enquanto os estudantes compartilhavam conhecimentos técnicos, os idosos contribuíam com suas experiências de vida, construindo um processo educativo

fundamentado na reciprocidade e na valorização dos diferentes saberes.

Sob a perspectiva da Terapia Ocupacional, a apropriação das tecnologias digitais representa uma importante estratégia para ampliar a participação ocupacional, favorecer a inclusão social e fortalecer o exercício da cidadania. Em uma sociedade cada vez mais digitalizada, atividades como comunicar-se com familiares, acessar serviços públicos, realizar operações bancárias, agendar consultas, buscar informações e participar de redes sociais passaram a integrar o repertório ocupacional de grande parte da população. Assim, desenvolver competências para utilizar essas ferramentas significa ampliar as possibilidades de participação em ocupações significativas e reduzir barreiras que limitam a autonomia das pessoas idosas.

Os resultados observados ao longo da oficina evidenciam que intervenções educativas fundamentadas na aprendizagem significativa, no acompanhamento individualizado e na interação intergeracional favorecem não apenas a aquisição de habilidades técnicas, mas também o fortalecimento da autonomia, da autoconfiança e da independência no uso das tecnologias digitais. Tais aspectos repercutem diretamente na ampliação da participação social e na promoção do envelhecimento ativo, ao possibilitar que as pessoas idosas desempenhem com maior autonomia atividades relacionadas à comunicação, ao acesso à informação, ao lazer, ao gerenciamento da saúde e ao exercício de seus direitos de cidadania.

Além dos benefícios observados para os participantes, a experiência mostrou-se igualmente relevante para a formação dos estudantes

extensionistas. O planejamento das atividades, a adaptação das estratégias de ensino às necessidades individuais, a mediação do processo de aprendizagem e o acompanhamento contínuo das pessoas idosas possibilitaram o desenvolvimento de competências fundamentais para a prática da Terapia Ocupacional, como comunicação acessível, escuta qualificada, raciocínio clínico, resolução de problemas, trabalho em equipe e atuação centrada na pessoa. Dessa forma, a oficina reafirma o potencial da extensão universitária como espaço de integração entre ensino, serviço e comunidade, contribuindo simultaneamente para a formação profissional e para a promoção da inclusão digital e da participação social das pessoas idosas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência desenvolvida na oficina de Redes Sociais evidencia que a inclusão digital constitui uma estratégia relevante para ampliar a autonomia, a participação ocupacional, a participação social e o exercício da cidadania entre pessoas idosas em um contexto de crescente digitalização da sociedade. Ao promover o desenvolvimento de competências relacionadas ao uso de smartphones, aplicativos de comunicação e serviços digitais, a oficina possibilitou que os participantes ampliem sua independência na realização de atividades cotidianas, fortaleçam seus vínculos sociais e se apropriem de recursos tecnológicos que favorecem o acesso à informação, aos serviços e às oportunidades de interação social. Dessa forma, o objetivo deste estudo, que consistiu em relatar a experiência da oficina de Redes Sociais e discutir suas contribuições para a inclusão digital de pessoas idosas e para a formação de estudantes extensionistas em Terapia Ocupacional, foi alcançado.

Os resultados da experiência demonstram que metodologias educativas fundamentadas no acompanhamento individualizado, na aprendizagem baseada em situações reais do cotidiano, na valorização das experiências dos participantes e na troca intergeracional favorecem o desenvolvimento de competências digitais de maneira significativa. O respeito ao ritmo de aprendizagem de cada pessoa idosa, associado ao suporte contínuo oferecido pelos estudantes extensionistas, contribuiu para o fortalecimento da autoconfiança, da segurança no uso das tecnologias e da autonomia para resolver demandas relacionadas ao ambiente digital. Esses aspectos reforçam a importância de estratégias pedagógicas centradas na pessoa, capazes de transformar o processo de aprendizagem em uma experiência participativa, acolhedora e significativa.

Sob a perspectiva da Terapia Ocupacional, os achados evidenciam que a inclusão digital extrapola o ensino de habilidades técnicas, configurando-se como uma intervenção voltada à promoção da participação ocupacional e da inclusão social. Em uma sociedade em que diversas ocupações cotidianas são mediadas por tecnologias digitais, favorecer o acesso e o domínio dessas ferramentas significa ampliar as possibilidades de participação em atividades relacionadas à comunicação, ao gerenciamento da saúde, ao acesso a serviços públicos e privados, ao lazer, à educação e ao exercício da cidadania. Assim, a atuação do terapeuta ocupacional na promoção da inclusão digital contribui para minimizar barreiras ocupacionais, fortalecer a autonomia e favorecer um envelhecimento ativo, participativo e socialmente incluído.

A experiência também evidencia o potencial da extensão universitária como espaço privilegiado de formação acadêmica e

profissional. O protagonismo dos estudantes no planejamento, na condução e na avaliação das atividades possibilitou o desenvolvimento de competências essenciais à prática da Terapia Ocupacional, como comunicação acessível, escuta qualificada, planejamento centrado na pessoa, resolução de problemas, adaptação de estratégias educativas, trabalho em equipe e atuação em contextos comunitários. Além disso, a convivência intergeracional proporcionou a construção de relações pautadas no diálogo, na valorização dos diferentes saberes e no compromisso social da universidade, fortalecendo uma formação crítica, humanizada e comprometida com as necessidades da população.

Nesse sentido, iniciativas extensionistas voltadas à inclusão digital apresentam expressiva relevância social, acadêmica e profissional, ao contribuírem simultaneamente para a redução das desigualdades no acesso às tecnologias, para a promoção do envelhecimento ativo e para a formação de profissionais mais preparados para atuar diante das demandas contemporâneas da sociedade. A experiência relatada reforça a necessidade de ampliar e fortalecer ações dessa natureza, especialmente no âmbito das instituições de ensino superior, considerando o crescente papel das tecnologias digitais na vida cotidiana e na participação social das pessoas idosas.

Como limitação, destaca-se o caráter descritivo deste relato de experiência, fundamentado nas vivências e observações dos estudantes extensionistas durante o desenvolvimento da oficina, o que restringe a generalização dos resultados para outros contextos. Além disso, não foram utilizados instrumentos padronizados para avaliação da evolução das competências digitais ou dos impactos da intervenção sobre a participação ocupacional e a qualidade de vida dos participantes. Dessa forma, recomenda-se que estudos futuros

adotem delineamentos metodológicos mais robustos, com abordagens quantitativas, qualitativas ou mistas, incluindo avaliações antes e após as intervenções e acompanhamento longitudinal dos participantes. Tais investigações poderão ampliar as evidências acerca dos impactos das oficinas de inclusão digital, subsidiando o aprimoramento de práticas extensionistas e fortalecendo a atuação da Terapia Ocupacional na promoção da inclusão digital, da participação ocupacional e do envelhecimento ativo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, A. J. L.; SILVA, T. C. da; SILVA, K. da. Inclusão social e digital da Terceira Idade. *Educação & Tecnologia*, Belo Horizonte, v. 22, n. 2, p. 70–79, maio/ago. 2017.

AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION. Occupational therapy practice framework: Domain and process. 4th ed. *American Journal of Occupational Therapy*, Bethesda, v. 74, supl. 2, p. 7412410010, 2020. DOI: <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>.

ARRUDA, L. F. de et al. Programa de letramento digital para pessoas idosas: um relato de experiência. *Revista FisiSenectus*, Chapecó, v. 13, n. 1, p. 71–86, 2026. DOI: <https://doi.org/10.22298/rfs.2025.v13.n1.8600>. Disponível em: <https://revistafisisenectus.ufsc.br>. Acesso em: 26 jun. 2026.

FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. 84. ed. Rio de Janeiro: Paz & Terra, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília, DF: Organização Pan-Americana da

Saúde, 2005. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
f. Acesso em: 26 jun. 2026

¹ Discente do Curso Superior de Terapia Ocupacional da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas Campus Sede-Governador Lamenha Filho. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Professora titular do Curso de Graduação em Terapia Ocupacional da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL). Coordenadora do Projeto de Extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UNCISATI), Campus Sede Governador Lamenha Filho. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).