



**Autor(res)**

Alessandra Mesquita Alfredo  
Daiane Aparecida Coelho Das Dolres  
Darene Galdino Pereira  
Kailani Campachi Da Silva Brito Souza  
Cintia Gasparino  
Ivnete Marques Dos Santos Gouveia  
Kauany Gonçalves Tiago De Melo  
Elisabete Souza Bomfim

**Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

**Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

**Resumo**

O estudo aborda a importância da inclusão digital na terceira idade, destacando como o acesso a tecnologias educacionais contribui para a promoção de saúde e qualidade de vida dos idosos. As ferramentas digitais, como vídeos, aplicativos e plataformas, favorecem a autonomia e interação social, fatores cruciais para um envelhecimento ativo. A pesquisa usou uma revisão integrativa da literatura e um estudo experimental com idosos para avaliar o impacto de treinamentos em tecnologias digitais, revelando que estas melhoram o bem-estar psicológico e a autonomia, embora não apresentem impacto significativo na redução de sintomas depressivos. A construção de “gerontecnologias” adaptadas às necessidades dos idosos e a alfabetização digital são recomendadas para combater o isolamento social e promover o empoderamento. O estudo conclui que políticas públicas devem incentivar o uso de tecnologias educacionais para apoiar um envelhecimento saudável e digno, considerando as limitações e o ritmo de aprendizado dos idosos.