

## **Utilização das Tecnologias Digitais pelas pessoas com 65+ anos da Freguesia da Ajuda**

Use of Digital Technologies by people aged 65+ in the Parish of Ajuda

Nome da autora: Gabriela Alves Cirino

Orientadora: Professora Doutora Stella Bettencourt da Câmara

Coorientador: Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil

*Dissertação para obtenção de grau de Mestre em Gerontologia Social*

### **RESUMO**

A utilização das tecnologias digitais tem um impacto significativo na vida das pessoas mais velhas, uma vez que permite a realização de várias atividades no dia a dia.

O presente estudo teve como objetivo geral analisar os fatores que influenciam a utilização das tecnologias digitais pelas pessoas com 65+ anos residentes na Freguesia da Ajuda, nomeadamente os fatores facilitadores, benefícios e barreiras. Para responder ao objetivo, recorreu-se a uma abordagem quantitativa, através da aplicação de um inquérito por questionário a 100 pessoas, com idades entre os 65 e 92 anos, utilizadores de pelo menos uma tecnologia digital (*smartphone*, computador ou *tablet*).

O estudo mostra que os fatores facilitadores do uso das tecnologias digitais pelos inquiridos são a facilidade na utilização, a utilidade no dia a dia e o apoio da família e amigos. Quanto aos benefícios, estes estão relacionados com o aumento ao acesso à informação, melhoria na



INSTITUTO SUPERIOR  
DE CIÊNCIAS SOCIAIS  
E POLÍTICAS  
UNIVERSIDADE DE LISBOA

U LISBOA

UNIVERSIDADE  
DE LISBOA

qualidade de vida, promoção da autonomia e redução do isolamento. Foram identificadas como barreiras a privacidade, falta de confiança nas próprias habilidades, custos associados à utilização e dificuldade em memorizar as indicações para utilizar as tecnologias e a acessibilidade. De ressaltar, que o dispositivo mais utilizado pelos inquiridos é o *smartphone*.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Tecnologias Digitais; Gerontologia Social.

## **ABSTRACT**

The use of digital technologies has a significant impact on the lives of older people, as it allows them to carry out various activities in their daily basis.

The general objective of this study was to analyze the factors that influence the use of digital technologies by people aged 65+ living in the Parish of Ajuda, as the facilitating factors, benefits and barriers. To meet the objective, a quantitative approach was used, through the application of a questionnaire survey to 100 people, aged between 65 and 92 years, users of at least one digital technology (smartphone, computer or tablet).

The results shows that the factors that facilitate the use of digital technologies by respondents are ease of use, usefulness in everyday life and the support of family and friends. As for the benefits, these are related to increased access to information, improved quality of life, promotion of autonomy and reduction of isolation. Barriers were identified as privacy, lack of confidence in one's abilities, costs associated with use and difficulty in memorizing the indications to use technologies and accessibility. It should be noted that the device most used by respondents is the smartphone.

**Keywords:** Aging; Digital Technologies; Social Gerontology.