

Saúde de idosos e exposição a telas na pandemia da covid-19: análise integrativa

Health of older adults and screen exposure during the COVID-19 pandemic: Integrative review

Salud de las personas mayores y exposición a pantallas durante la pandemia de COVID-19: un análisis integral

Israel Bispo dos Santos¹, Everton Adriano de Moraes¹, Dejacy Lourenço¹, Valdete Pereira de Lima¹, Wander Wilson Campanha¹, José Elton Duque Ribeiro¹, Gabriel Kienen Tulio¹

DOI: 10.1590/2358-2898202615010967P

RESUMO Esta revisão integrativa analisou o impacto das Tecnologias da Informação e Comunicação, especialmente a exposição às telas, sobre a saúde de pessoas idosas com 60 anos ou mais durante o isolamento social provocado pela pandemia da covid-19. A amostra final incluiu 16 artigos publicados entre 2020 e 2023, extraídos de bases de dados como SciELO, PubMed e Redalyc. Os resultados evidenciaram que, embora persistam desafios relacionados ao acesso, à usabilidade e ao uso excessivo das tecnologias digitais, a inclusão digital favoreceu benefícios relevantes, como o fortalecimento de vínculos sociais, a ampliação do acesso à informação, o estímulo cognitivo e a redução da solidão percebida. Por outro lado, o tempo prolongado diante das telas esteve associado a riscos como sedentarismo, distúrbios do sono e sobrecarga emocional. A infodemia e o uso inadequado das redes sociais mostraram-se fatores agravantes para a saúde mental. Conclui-se que as Tecnologias da Informação e Comunicação exerceram papel ambivalente, promovendo inclusão, mas também representando potenciais fontes de risco. Recomenda-se que políticas públicas incentivem a alfabetização digital, o suporte familiar e estratégias que conciliem o uso consciente da tecnologia com práticas que fortaleçam a saúde física e emocional da pessoa idosa.

PALAVRAS-CHAVE Idoso. Tecnologia da informação. Inclusão digital. Saúde mental. Covid-19.

ABSTRACT This integrative review analyzed the impact of Information and Communication Technologies, especially screen exposure, on the health of adults aged 60 years and over during the social isolation caused by the COVID-19 pandemic. The final sample included 16 articles published between 2020 and 2023, retrieved from databases such as SciELO, PubMed and Redalyc. The results showed that, although challenges related to access, usability, and excessive use of digital technologies remain, digital inclusion provided relevant benefits, such as strengthening social bonds, improving access to information, cognitive stimulation, and reducing perceived loneliness. On the other hand, prolonged screen time was associated with risks such as physical inactivity, sleep disorders, and emotional overload. The infodemic and the inadequate use of social media were aggravating factors for mental health. It is concluded that Information and Communication Technologies played an ambivalent role, promoting inclusion while also representing potential sources of risk. Public policies should encourage digital literacy, family support, and strategies that combine conscious use of technology with practices that promote the physical and emotional health of older adults.

KEYWORDS Aged. Information technology. Digital inclusion. Mental health. COVID-19.

RESUMEN Esta revisión integradora analizó el impacto de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), especialmente la exposición a pantallas, en la salud de los adultos mayores de 60 años durante el aislamiento social provocado por la pandemia de COVID-19. La muestra final incluyó 16 artículos publicados entre 2020 y 2023, extraídos de bases de datos como SciELO, PubMed y Redalyc. Los resultados mostraron que, si bien persisten los desafíos relacionados con el acceso, la usabilidad y el uso excesivo de las tecnologías digitales, la inclusión digital favoreció beneficios relevantes, como el fortalecimiento de los vínculos sociales, la ampliación del acceso a la información, la estimulación cognitiva y la reducción de la soledad percibida. Por otro lado, el tiempo prolongado frente a las pantallas se asoció con riesgos como el sedentarismo, los trastornos del sueño y la sobrecarga emocional. La infodemia y el uso inapropiado de las redes sociales demostraron ser factores agravantes para la salud mental. Se concluye que las TIC desempeñaron un papel ambivalente, promoviendo la inclusión pero también representando fuentes potenciales de riesgo. Se recomienda que las políticas públicas fomenten la alfabetización digital, el apoyo familiar y las estrategias que concilien el uso consciente de la tecnología con prácticas que fortalezcan la salud física y emocional de los adultos mayores.

PALABRAS CLAVE Anciano. Tecnología de la información. Inclusión digital. Salud mental. COVID-19.

¹Instituto Federal do Paraná (IFPR) - Curitiba (PR), Brasil. israelbbispo@gmail.com

Introdução

A trajetória da comunicação humana revela um contínuo esforço de inovação tecnológica. A passagem da oralidade à escrita, desta à radio-difusão e, posteriormente, às Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) demonstra uma busca constante por ampliar a capacidade de expressão e o alcance humano no tempo e no espaço¹. Essas inovações impactaram profundamente as estruturas sociais, influenciando hábitos culturais, práticas de consumo e relações sociais².

As TIC reconfiguraram os modos de vida, atuando como mediadoras das interações humanas em quase todas as suas dimensões. Essa transformação, entretanto, não ocorreu de forma homogênea entre os diferentes grupos etários. As pessoas idosas, em particular, enfrentam desafios específicos no processo de adaptação ao universo digital. O acesso às mídias e aos dispositivos tecnológicos pode favorecer a cidadania, a autonomia e a participação social, mas ainda é marcado por barreiras físicas, cognitivas e estruturais³⁻⁵.

Com a pandemia da covid-19, esse cenário se intensificou. O uso das TIC entre pessoas idosas cresceu significativamente durante o período de isolamento social, revelando não apenas a importância da conectividade, mas, também, as limitações dessa população diante das exigências tecnológicas da vida contemporânea^{6,7}. De forma abrupta, muitos idosos foram obrigados a adaptar suas rotinas a novas ferramentas, aplicativos e serviços *online*, frequentemente sem suporte adequado ou com limitações funcionais, como redução da acuidade visual, dificuldades de memória ou pouca familiaridade com smartphones e computadores^{5,8}.

A Organização Pan-Americana da Saúde alerta para o rápido envelhecimento populacional, especialmente na América Latina, onde, até 2050, a proporção de pessoas com 65 anos ou mais deverá dobrar⁹. Essa transição demográfica impõe desafios urgentes quanto ao acesso equitativo às TIC como ferramentas

de inclusão, autonomia e promoção da saúde. A iniciativa ‘Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030’ reforça a necessidade de construir sociedades acessíveis e conectadas para todas as idades⁹.

Durante o período de isolamento social, pessoas idosas foram privadas de atividades essenciais para sua saúde física e emocional. Nesse contexto, o uso da internet mostrou-se uma alternativa viável para mitigar os efeitos do distanciamento^{10,11}. Estudos apontaram crescimento no uso de redes sociais, videochamadas e outros recursos digitais entre pessoas idosas, embora o acesso e a frequência de uso variassem conforme o contexto, o suporte disponível e o grau de familiaridade com a tecnologia^{12,13}.

Considerando esse contexto, a presente pesquisa busca compreender os impactos do uso intensificado das TIC na rotina de pessoas idosas durante o período de isolamento social imposto pela pandemia da covid-19. Pretende-se analisar como a exposição às telas e a inclusão digital afetaram aspectos emocionais, sociais e comportamentais dessa população, bem como suas possíveis contribuições para o enfrentamento da solidão, da depressão e da exclusão digital.

Material e métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita a síntese do conhecimento científico disponível sobre determinado tema de forma sistemática e organizada, a partir da análise de múltiplos estudos publicados¹⁴. A condução da revisão seguiu as seis etapas propostas por Souza, Silva e Carvalho¹⁴: definição da pergunta norteadora; identificação dos estudos relevantes; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; extração e categorização dos dados; análise e interpretação dos resultados; e apresentação da síntese dos achados.

A pergunta norteadora deste estudo foi: como a literatura científica discute o impacto

das tecnologias digitais na vida cotidiana da população idosa durante o contexto pandêmico?

Foram adotados como critérios de inclusão artigos disponíveis em texto completo, publicados entre 2020 e 2024, nos idiomas português e inglês, que abordassem o impacto das tecnologias digitais na população idosa durante o isolamento social decorrente da pandemia da covid-19. Os estudos deveriam estar disponíveis gratuitamente nas seguintes bases de dados: PubMed, Redalyc, ScienceDirect, SciELO e Sumarios.org.

Foram excluídas publicações duplicadas, editoriais, relatos de experiência, cartilhas, artigos publicados anteriormente ao ano de 2020 e estudos que não abordassem especificamente a população idosa no contexto da pandemia da covid-19.

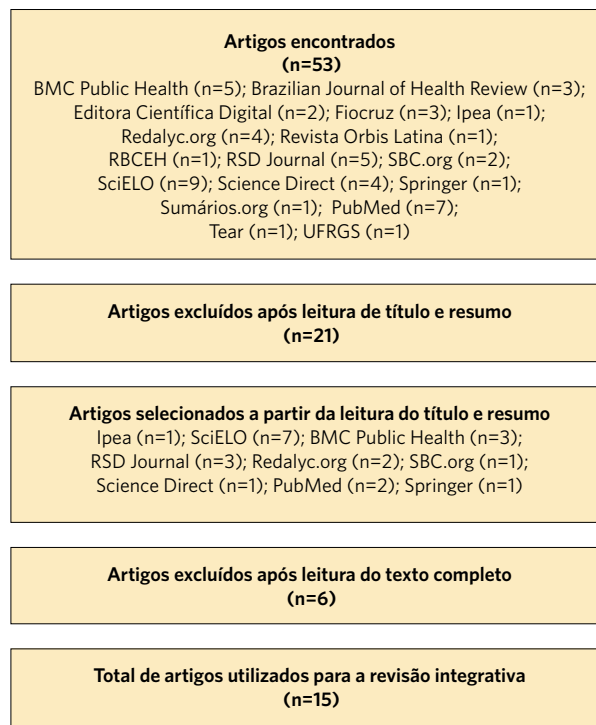
A busca bibliográfica foi realizada por meio da combinação de descritores em português e inglês, utilizando o operador booleano AND:

Tecnologias Digitais (*Digital Technologies*), Saúde Mental (*Mental Health*), Pandemia (*Pandemic*), Isolamento Social (*Social Isolation*) e Idoso (*Aged*).

Inicialmente, foram identificados 53 estudos. Após a leitura dos títulos e resumos, 21 artigos foram selecionados para leitura na íntegra. Desses, 15 atenderam plenamente aos critérios metodológicos e temáticos estabelecidos e foram incluídos na análise final. Os dados extraídos foram organizados em categorias temáticas, a partir de leitura crítica e minuciosa dos estudos selecionados.

O processo de seleção dos artigos está ilustrado no fluxograma apresentado a seguir (figura 1), elaborado de acordo com as recomendações do guia Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (Prisma), o qual demonstra as etapas percorridas até a constituição do corpus desta revisão integrativa.

Figura 1. Seleção dos artigos



Fonte: elaborado pelo autor.

Resultados

A amostra final desta revisão integrativa foi composta por 15 artigos científicos, selecionados conforme os critérios de inclusão previamente definidos. Esses estudos foram obtidos em bases e fontes como SciELO, PubMed, BMC, RSD Journal, Springer, Redalyc, Ipea e ScienceDirect.

Quanto ao idioma, houve predomínio de estudos publicados em língua portuguesa, seguidos por publicações em língua inglesa. Com relação ao delineamento metodológico, identificaram-se estudos quantitativos, qualitativos e revisões integrativas ou de escopo. Essa diversidade metodológica possibilitou uma análise abrangente dos impactos das TIC sobre a vida de pessoas idosas durante o isolamento social decorrente da pandemia da covid-19.

De modo geral, os estudos analisados apontaram benefícios e riscos associados ao uso das TIC e à exposição prolongada às telas. Entre os aspectos positivos, destacam-se o fortalecimento dos vínculos sociais, o maior acesso à informação, o estímulo cognitivo e a redução da percepção de solidão. Em contrapartida, emergiram efeitos negativos relacionados ao tempo excessivo diante de dispositivos digitais, incluindo sedentarismo, distúrbios do sono, sobrecarga emocional e maior vulnerabilidade à infodemia.

As principais informações dos artigos incluídos – como autores, ano de publicação, título, base de dados, objetivo, tipo de estudo, local, idioma e aspectos relevantes – foram sistematizadas no *quadro 1*.

Quadro 1. Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa

Nº	Autor (Ano)	Título	Base de Dados	Objetivo	Tipo de Estudo	Local/ Idioma	DOI/Link
1	Jucá et al. ¹	<i>A evolução das TIC na perspectiva de Touraine, Bell e Castells</i>	RSD Journal	Resgatar a trajetória histórica das TICs e seus efeitos sociais	Bibliográfico	Brasil / Português	https://doi.org/10.33448/rsd-v8i5.928
2	Ghezzi et al. ²	<i>As tecnologias digitais e seus usos</i>	IPEA	Descrever práticas e consumo de conteúdo digital	Bibliográfico	Brasil / Português	https://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/9293
3	Diniz et al. ³	<i>Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão...</i>	SciELO	Analisar o impacto das mídias sociais no isolamento de idosos	Bibliográfico	Brasil / Português	https://doi.org/10.1590/1518-8345.5641.3573
4	Huang et al. ⁴	<i>Internet use and need for digital health technology among the elderly</i>	BMC	Examinar o uso da internet e as demandas de saúde digital entre idosos	Qualitativo	China / Inglês	https://doi.org/10.1186/s12889-020-09448-0
5	Alves et al. ⁵	<i>A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: Uma revisão integrativa</i>	RSD Journal	Revisar como as tecnologias influenciam na saúde mental dos idosos	Revisão Integrativa	Brasil / Português	https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12198
6	Li et al. ⁶	<i>Barriers to learning a new technology to go online...</i>	PubMed	Investigar as barreiras ao aprendizado tecnológico entre idosos	Qualitativo	EUA / Inglês	https://doi.org/10.1111/jgs.17433
7	Abdon et al. ⁸	<i>Tempo de uso do smartphone e condições de saúde relacionadas em idosos durante a pandemia da Covid-19</i>	SciELO	Avaliar o tempo de uso do smartphone e as condições de saúde relacionadas em idosos durante a pandemia da Covid-19	Quantitativo	Brasil / Português	https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.210194

Quadro 1. Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa

Nº	Autor (Ano)	Título	Base de Dados	Objetivo	Tipo de Estudo	Local/ Idioma	DOI/Link
8	Carceres et al. ⁹	<i>Technology use characteristics among older adults during the COVID-19 pandemic: A cross-cultural survey</i>	Science Direct	Comparar o uso da tecnologia entre idosos em diferentes países	Quantitativo	Espanha, França, Israel / Inglês	https://doi.org/10.1016/j.tech-soc.2022.101983
9	Castro et al. ¹⁰	<i>Infodemia de Covid-19 em idosos com acesso a mídias digitais: fatores associados a alterações psicopatológicas</i>	SciELO	Analisar repercussões psicopatológicas da infodemia em idosos	Quantitativo	Brasil / Português	https://www.scielo.br/j/rbagg/a/jWz4BxhVw5jKpXzSd6pwkVs/
10	Castro et al. ¹¹	<i>Infodemia de COVID-19 e saúde mental de adultos e idosos: uma revisão de escopo</i>	SciELO	Mapear os efeitos da infodemia na saúde mental	Revisão de Escopo	Brasil / Português	https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0170
11	Cosco et al. ¹²	<i>Older adults' experiences with using technology for socialization during the COVID-19 pandemic</i>	PubMed	Compreender o uso da tecnologia para socialização em idosos	Transversal Quantitativo	Canadá / Inglês	https://doi.org/10.2196/28010
12	Chang et al. ¹³	<i>Effects of a smartphone-based videoconferencing program...</i>	BMC	Avaliar os efeitos das videoconferências sobre qualidade de vida e solidão	Quase-experimental	Taiwan / Inglês	https://doi.org/10.1186/s12877-020-1426-2
13	Lewetz et al. ¹⁴	<i>Emotional well-being under conditions of lockdown...</i>	Springer	Analisar fatores que impactam o bem-estar emocional em confinamento	Quantitativo	Áustria / Inglês	https://doi.org/10.1007/s12144-021-01925-8
14	Freire et al. ¹⁵	<i>Impacto da pandemia da Covid-19 no estilo de vida dos idosos</i>	SciELO	Avaliar os impactos da pandemia no estilo de vida da população idosa	Bibliográfico	Brasil / Português	https://revista.facpp.edu.br/index.php/rfpp/article/view/59
15	Herédia; Velho ¹⁶	<i>O idoso em quarentena e o impacto da tecnologia em sua vida</i>	Redalyc.org	Analisar a percepção dos idosos sobre o uso da tecnologia na quarentena	Qualitativo	Brasil / Português	https://www.redalyc.org/journal/4735/473564229010/473564229010.pdf

Fonte: elaborado pelo autor.

Discussão

Os resultados desta revisão indicam que o uso das TIC durante a pandemia da covid-19 exerceu um papel ambivalente na vida da população idosa. Por um lado, possibilitou a manutenção de vínculos afetivos, o acesso à informação e a redução da percepção de isolamento social; por outro, esteve associado a efeitos adversos, como aumento do comportamento sedentário, distúrbios do sono, sobrecarga emocional e riscos decorrentes da infodemia.

Estudos realizados no Brasil e em outros países convergem ao demonstrar que o rompimento abrupto das rotinas sociais presenciais impactou negativamente o bem-estar emocional, ampliando sentimento de insegurança, estresse, tristeza e sofrimento psíquico entre pessoas idosas^{10,15}. Pesquisas de base internacional reforçam que o aumento do tempo de exposição às telas pode estar associado à redução do bem-estar emocional, embora parte desses efeitos possa ser atenuada quando o contato digital se associa ao apoio familiar, à sensação de conexão social e a rotinas mais equilibradas^{6,16}.

A literatura também evidencia contradições quanto aos impactos físicos e comportamentais do uso das TIC. Enquanto alguns estudos sugerem que a interação digital pode estar relacionada a efeitos protetores sobre a saúde cardiovascular, cognitiva e social^{3,4}, outros apontam riscos associados ao uso excessivo e problemático de smartphones, incluindo desconfortos físicos, piora do sono e sobrecarga no cotidiano^{2,8,17}. Essas divergências parecem decorrer da intensidade, da frequência e do contexto de uso das tecnologias, reforçando a necessidade de abordagens equilibradas e personalizadas.

Outro aspecto central identificado foi a dificuldade de acessibilidade digital. Pessoas idosas residentes em regiões rurais ou com menor familiaridade com tecnologias relataram barreiras adicionais para o uso de plataformas digitais, demandando maior apoio familiar e institucional^{8,11}. Esse cenário evidencia que a inclusão digital, embora em expansão, permanece desigual e fortemente condicionada por fatores socioeconômicos, culturais e educacionais.

No âmbito social e emocional, o uso de chamadas de vídeo e redes sociais mostrou-se particularmente relevante, ao contribuir para a manutenção do contato com filhos, netos e amigos^{3,12}. Esses recursos digitais atuaram como mediadores importantes no enfrentamento da solidão e da exclusão social durante o período de isolamento. Entretanto, a literatura também alerta para os riscos da exposição prolongada a conteúdos sensacionalistas e informações falsas, que impactaram negativamente a saúde mental, especialmente quando associados ao uso excessivo das redes sociais^{10,11}.

A análise crítica dos estudos sugere, portanto, que as TIC não devem ser compreendidas de forma simplista como exclusivamente benéficas ou prejudiciais. Elas constituem ferramentas capazes de promover inclusão e bem-estar, mas também de acentuar vulnerabilidades quando utilizadas sem mediação adequada. Essa ambiguidade reforça a necessidade de políticas públicas que ultrapassem a mera ampliação do

acesso, incorporando ações voltadas à alfabetização digital, ao suporte familiar e à construção de ambientes virtuais mais acessíveis e seguros para a população idosa.

A pandemia da covid-19 também evidenciou a alfabetização digital como fator determinante para o uso efetivo e seguro das tecnologias. Estudos indicam que pessoas idosas com algum grau de familiaridade prévia com dispositivos digitais apresentaram maior autonomia para utilizar aplicativos de comunicação, serviços e informações relacionadas à saúde^{6,7}. Em contrapartida, aquelas sem experiência prévia enfrentaram dificuldades significativas, reforçando a urgência de estratégias contínuas de capacitação voltadas ao uso crítico e consciente das TIC^{6,8}.

Outro aspecto observado refere-se às diferenças culturais e contextuais na apropriação das tecnologias digitais. Pesquisas internacionais demonstram que idosos residentes em contextos com maior infraestrutura tecnológica tendem a apresentar níveis mais elevados de engajamento *online*^{4,6}. No contexto brasileiro, persistem desigualdades de acesso, letramento digital e disponibilidade de equipamentos adequados, tornando a inclusão digital um desafio ainda mais complexo^{7,8}.

Além disso, a revisão evidencia lacunas importantes na produção científica. A maioria dos estudos analisados apresenta delineamento transversal ou de curta duração, o que limita a compreensão dos efeitos de longo prazo do uso das TIC sobre a saúde física e mental da população idosa. Estudos longitudinais e interdisciplinares são necessários para compreender de que forma a exposição prolongada às telas influencia o envelhecimento saudável e os padrões de uso problemático da tecnologia, considerando aspectos fisiológicos, emocionais e sociais de maneira integrada^{13,17,18}.

Por fim, os achados reforçam que a pandemia da covid-19 atuou como um catalisador do processo de digitalização na velhice, antecipando transformações que, em condições normais, ocorreriam de forma mais gradual. Se, por um lado, esse contexto acelerou a

integração das pessoas idosas às tecnologias digitais, por outro, evidenciou de maneira mais nítida suas vulnerabilidades frente à exclusão digital, à sobrecarga informacional e ao uso não mediado de recursos tecnológicos. Assim, mais

do que avaliar apenas os impactos imediatos das TIC, torna-se fundamental compreender seus desdobramentos futuros sobre a saúde, a autonomia e a cidadania da pessoa idosa.

Quadro 2. Aspectos positivos do impacto das telas em idosos durante a pandemia

Aspectos Positivos	Descrição
Manutenção de vínculos sociais	Uso de videochamadas e redes sociais possibilitou contato com familiares e amigos
Redução da solidão	Interações digitais reduziram sentimentos de isolamento social
Estímulo cognitivo	Uso de aplicativos e conteúdos digitais favoreceu atividade mental
Acesso à informação	Facilitou acesso a notícias, serviços e orientações em saúde

Fonte: elaborado pelo autor.

Quadro 3. Aspectos negativos do impacto das telas em idosos durante a pandemia

Aspectos Negativos	Descrição
Sedentarismo	Aumento do tempo sentado e redução da atividade física
Distúrbios do sono	Uso excessivo de telas associado à piora da qualidade do sono
Sobrecarga emocional	Excesso de informações e uso prolongado causaram estresse
Infodemia	Exposição a notícias falsas e alarmistas afetou a saúde mental

Fonte: elaborado pelo autor.

Considerações finais

A análise realizada evidencia que o uso das TIC durante a pandemia da covid-19 produziu impactos ambivalentes na vida da população idosa. Por um lado, essas tecnologias possibilitaram a manutenção de vínculos familiares e sociais, ampliaram o acesso à informação e favoreceram o engajamento cognitivo, contribuindo para a redução da solidão percebida e da exclusão social. Por outro, o uso excessivo das telas esteve associado a comportamentos sedentários, distúrbios do sono, sobrecarga emocional e maior exposição à

desinformação, configurando riscos adicionais à saúde física e mental.

Os achados reforçam que a tecnologia, por si só, não garante inclusão plena. A mediação humana, a alfabetização digital crítica e o suporte institucional são elementos fundamentais para que os benefícios das TIC superem seus riscos. Nesse sentido, torna-se imprescindível o desenvolvimento de políticas públicas voltadas à alfabetização digital, à acessibilidade das plataformas e à promoção de práticas que integrem o uso consciente da tecnologia ao cuidado integral da saúde da pessoa idosa.

O avanço desse campo depende da articulação entre pesquisadores, profissionais da saúde, educadores, gestores públicos e a própria comunidade idosa, com vistas à construção de soluções tecnológicas inclusivas, seguras e alinhadas às demandas do envelhecimento populacional. Recomenda-se o desenvolvimento de estudos longitudinais e interdisciplinares que considerem, além da evolução tecnológica, as diferenças culturais e sociais que permeiam o processo de envelhecimento e seus impactos de longo prazo sobre a saúde, a autonomia e a qualidade de vida.

Contribuições de autoria

Santos IB (0000-0001-9346-5664)* contribuiu para a concepção do estudo, delineamento teórico, redação do manuscrito e revisão final. Morais EA (0000-0001-8188-3121)* contribuiu para a análise do conteúdo, redação e revisão crítica do manuscrito. Lourenço D (0009-0001-9685-7708)*, Lima VP (0009-0001-1014-5022)*, Campanha WW (0009-0008-0072-0661)*, Ribeiro JED (0009-0009-3119-7743)* e Tulio GK (0009-0006-2853-1948)* contribuíram para a discussão dos resultados, apoio no desenvolvimento do manuscrito e leitura/aprovação da versão final. ■

Referências

1. Rocha PCS, Jucá SCS, Silva AS. A evolução das Tecnologias de Informação e Comunicação na perspectiva de Touraine, Belle e Castells. *Res Soc Dev*. 2019;8(5):e1885928. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v8i5.928>
2. Ghezzi DR, Ziviani P, Silva FAB. As tecnologias digitais e seus usos: uma análise exploratória [Internet]. Brasília, DF: Ipea; 2019 [acesso em 2025 jun 26]. Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/9293>
3. Kusumota L, Diniz MAA, Ribeiro RM, et al. Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2022;30:e3573. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5641.3573>
4. Sun X, Yan W, Zhou H, et al. Internet use and need for digital health technology among the elderly: a cross-sectional survey in China. *BMC Public Health*. 2020;20(1):1386. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09448-0>
5. Costa DES, Rodrigues SA, Alves RCL, et al. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: revisão integrativa. *Res Soc Dev*. 2021;10(2):e8210212198. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12198>
6. Li W, Ornstein KA, Li Y, et al. Barriers to learning a new technology to go online among older adults during the COVID-19 pandemic. *J Am Geriatr Soc*. 2021;69(11):3051-7. DOI: <https://doi.org/10.1111/jgs.17433>
7. Bernardo LD. As pessoas idosas e as novas tecnologias: desafios para a construção de soluções que promovam a inclusão digital. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2022;25(4):e230142. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.230142.pt>
8. Abdon APV, Barros MCDV, Abreu CCT, et al. Tempo de uso do smartphone e condições de saúde relacionadas em idosos durante a pandemia da covid-19. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2022;25(2):e210194. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.210194.pt>

*Orcid (Open Researcher and Contributor ID).

9. Organização Pan-Americana da Saúde. A Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030 na Região das Américas [Internet]. Washington, DC: OPAS; 2022 [acesso em 2026 abr 15]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/documentos/decada-do-envelhecimento-saudavel-2021-2030-na-regiao-das-americas>
10. Kitamura ES, Cavalcante RB, Castro EAB, et al. Infodemia de covid-19 em idosos com acesso a mídias digitais: fatores associados a alterações psicopatológicas. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2022;25(6):e220016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.220016pt>
11. Delgado CE, Silva EA, Castro EAB, et al. Infodemia de COVID-19 e saúde mental de adultos e idosos: revisão de escopo. *Rev Esc Enferm USP*. 2021;55:e20210170. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0170>
12. Haase KR, Cosco TD, Kervin L, et al. Older adults' experiences with using technology for socialization during the COVID-19 pandemic: cross-sectional survey study. *JMIR Aging*. 2021;4(2):e28010. DOI: <https://doi.org/10.2196/28010>
13. Tsai HH, Cheng CY, Shieh WY, et al. Effects of a smartphone-based videoconferencing program for older nursing home residents on depression, loneliness, and quality of life: a quasi-experimental study. *BMC Geriatr*. 2020;20(1):426. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12877-020-1426-2>
14. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*. 2010;8(1 Pt1):102-6. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>
15. Stieger S, Lewetz D, Swami V. Emotional well-being under conditions of lockdown: an experience sampling study in Austria during the COVID-19 pandemic. *J Happiness Stud*. 2021;22(6):2703-20. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00337-2>
16. Velho FD, Herédia VBM. O idoso em quarentena e o impacto da tecnologia em sua vida. *Rosa dos Ventos - Turismo e Hospitalidade*. 2020;12(3 especial):1-14. DOI: <https://doi.org/10.18226/21789061.v12i3a10>
17. Kaviani F, Robards B, Young KL, et al. Nomophobia: is the fear of being without a smartphone associated with problematic use? *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(17):6024. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17176024>
18. Guimarães CLC, Oliveira LBS, Pereira RS, et al. Nomophobia and smartphone addiction: do the variables age and sex explain this relationship? *Psico-USF*. 2022;27(2):319-29. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712022270209>

Recebido em 26/08/2025

Aprovado em 19/01/2026

Conflito de interesses: inexistente

Disponibilidade de dados: os dados de pesquisa estão contidos no próprio manuscrito

Suporte financeiro: não houve

Editora responsável: Maria Lucia Frizon Rizzotto, Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste), Cascavel (Paraná/PR), Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7877904356698023> - Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3152-1362> - e-mail: marialuciarizzotto@gmail.com