

AS MÍDIAS SOCIAIS NA VIDA DAS PESSOAS IDOSAS: ESTUDO REFLEXIVO

Anicheriene Gomes de Oliveira¹, Angélica de Cássia Bitencourt², Silvana Maria Coelho Leite Fava³, Rogério Silva Lima⁴, José Vitor da Silva⁵, Eliza Maria Rezende Dázio⁶

¹Discente do Curso de Doutorado em Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. E-mail: annyoli12@hotmail.com; ²Discente do Curso de Mestrado em Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. E-mail: angelica.bitencourt@sou.unifal-mg.edu.br; ³Docente da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. E-mail: silvana.fava@unifal-mg.edu.br; ⁴Docente da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. E-mail: rogerio.lima@unifal-mg.edu.br; ⁵Docente da Faculdade Wenceslau Braz. E-mail: enfjvitor@gmail.com; ⁶Docente da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas. E-mail: eliza.dazio@unifal-mg.edu.br

Introdução: As mídias sociais referem-se aos espaços virtuais que permitem o relacionamento e conversas entre as pessoas, como sites da internet e aplicativos de redes sociais. Sua finalidade é proporcionar oportunidades para a produção, disseminação e compartilhamento de informações. O uso das mídias sociais pelas pessoas idosas apresentou expressivo crescimento nos últimos anos, ganhando maior visibilidade durante a pandemia da Covid-19. **Objetivo:** Refletir sobre os impactos das mídias sociais nas interações sociais e qualidade de vida das pessoas idosas. **Material e Método:** Trata-se de um estudo reflexivo desenvolvido a partir de fontes de informação e das discussões realizadas durante as reuniões do grupo de estudo sobre o envelhecimento, constituído por docentes e discentes do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem de uma universidade pública de Minas Gerais. O levantamento dos artigos foi feito de maneira não sistemática por meio das seguintes fontes de informação: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados de Enfermagem (BDENF) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). Para busca dos artigos foram utilizados os descritores controlados: Mídias sociais e Idoso. **Resultados e Discussão:** Entende-se que o uso das mídias sociais gera benefícios positivos nas interações sociais da população idosa, como a redução do sentimento de solidão e isolamento social. O uso das tecnologias sociais pode contribuir para que os idosos tenham acesso às informações educacionais. Além disso, pode ser um recurso importante para as pessoas idosas manterem-se conectadas com os familiares e amigos que moram distantes, amenizando o sentimento de saudade e gerando melhora na saúde emocional. Apesar de vários estudos evidenciando o impacto positivo das mídias sociais na saúde, ainda há uma minoria de idosos com acesso às tecnologias sociais. A falta de compreensão acerca do uso do dispositivo, o alto custo e ansiedade em manusear dispositivos com telas não adequadas para idosos, devido ao reduzido tamanho, contribuem para dificultar esse acesso. **Conclusão:** Evidenciou-se a existência de experiências positivas do uso das mídias sociais pelas pessoas idosas. Sabe-se que pode acarretar benefícios para a participação social, qualidade de vida e envelhecimento ativo. Para o envelhecimento ativo é necessário promover a remoção das barreiras tecnológicas e gerar a inclusão das pessoas idosas no mundo digital. **Contribuições para a Saúde:** As mídias sociais devem ser acessíveis à população idosa. Este estudo poderá gerar reflexões para os profissionais da saúde sobre o uso das mídias sociais como importante ferramenta para promoção das interações sociais, qualidade de vida e educação em saúde da pessoa idosa.

Descritores: Mídias Sociais; Idoso, Qualidade de Vida.