



XI Congresso Português de Sociologia  
*Identities ao rubro: diferenças, pertencças e populismos num mundo efervescente*  
Lisboa, 29 a 31 de março de 2021

**Secção/Área temática / Thematic Section/Area:**

**Arte, Cultura e Comunicação**

**"O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online"**

**"Facebook among elderly people: the relationship between the use of social networks sites"**

**BARROSO, Célia;** ISCTE-IUL; cmrsr@iscte-iul.pt

**LAPA, Tiago;** ISCTE-IUL; Tiago.Jose.Silva@iscte-iul.pt

#### **Resumo**

Os sites de redes sociais (SRS) são hoje ferramentas usadas para conectar pessoas. Apesar de taxas mais baixas de pessoas com mais de 50 anos que utilizam as redes sociais online (Vosner *et al.*, 2016), em particular, em Portugal (Cardoso *et al.*, 2015), despontam estudos em vários contextos que assinalam a crescente relevância dessas redes nos seniores (Perrin, 2015; Vosner *et al.*, 2016). Recentemente, surgiu o interesse em perceber os potenciais impactos dos SRS no capital social, no combate ao isolamento social e à solidão dos indivíduos com mais de 65 anos (Neves *et al.*, 2017). Assim, através de um questionário online, que recolheu 332 respostas válidas, propomos caracterizar a inclusão dos seniores no mundo das redes sociais online e entender a sua contribuição no capital social e na qualidade dos laços sociais entre esta população. Um contributo no desenvolvimento e implementação de futuras políticas digitais dirigidas aos seniores portugueses.

#### **Abstract**

Social network sites (SNS) represent today the most popular tools used to connect people. Despite lower rates of people over 50 using SNS (Vosner *et al.*, 2016), in particular, in Portugal (Cardoso *et al.*, 2015), studies in several contexts start to emerge pointing out a growing relevance of these networks in senior individuals (Perrin, 2015; Vosner *et al.*, 2016). Recently, there has been an interest in realizing the potential impacts of these networks on social capital, in combating social isolation and the loneliness of individuals over 65 years (Neves *et al.*, 2017). Thus, through an online survey, which collected 332 valid responses, we propose to characterize the inclusion of elderly people in the world of the SNS and to understand their contribution to social capital and to the quality of social ties among this population. A contribution to the development and implementation of future digital policies aimed to Portuguese elderly people.

Palavras-chave: "Redes Sociais Online; Seniores; Capital Social; Facebook"

Keywords: "Social Networks Sites; Elderly People; Social Capital; Facebook"



## Introdução

Em Portugal é notória e relevante a grande exclusão dos indivíduos com mais de 65 anos do mundo *online* em que 71,7% não tem acesso à Internet (Pordata, 2017). Ao longo dos anos a integração destes indivíduos no mundo *online* tem tido um crescimento lento, face aos dados dos estudos anteriores (ERC, 2015; Obercom, 2013) a taxa de utilizadores de Internet rondava os 21% neste segmento etário.

Para além da inclusão no mundo da Internet, o uso das redes sociais *online* promove, segundo Campos *et al.* (2016), a integração social das pessoas mais velhas proporcionando-lhes uma vida independente, e é um forte contributo ao nível da saúde, nomeadamente, reduzindo as hipóteses de decadência cognitiva. Pelo que se defende que o uso das redes sociais *online* pelos seniores pode ser um contributo na melhoria da sua qualidade de vida e do capital social.

Este estudo foi desenvolvido tendo como foco a perceção dos seniores portugueses sobre a utilidade e os benefícios que as redes sociais *online* possam ter nas suas vidas. No fundo, como defende Helsper (2012), aferir de que forma a inclusão digital dos seniores proporciona a sua inclusão social. Sendo que os dados do nosso estudo revelam que, para os indivíduos que têm um perfil criado no *Facebook* e o utilizam (n=235), parte do valor percebido sobre o uso desta rede está em poder manter o contacto com quem está longe, conhecer indivíduos que estão nessas redes ou procurar e encontrar pessoas que já não veem há muito tempo. Resultados que vão de encontro a outros estudos (Coelho, 2019; Gibson *et al.*, 2010; Jacob, 2007; OberCom, 2013; Páscoa, 2017; Rebelo, 2013) e que fundamentam que o uso dos Sites de Redes Sociais (SRS) pelos seniores demonstra a sua valorização e necessidade na procura e manutenção de relacionamentos.

O desenvolvimento de programas nacionais de literacia digital junto das pessoas com mais de 65 anos revela, também, a importância e a pertinência deste estudo. Muitas são as instituições/organizações no nosso país que proporcionam programas de inclusão digital para os seniores, servindo como exemplos, entre outros, os programas “Somos Todos Digitais” do Portugal INcoDe.2030 (2020); “MUDA na Escola” (MUDA, 2020); a Agenda Portugal Digital (Governo de Portugal, 2020), tal como as sessões de ensino de informática nas Universidades Seniores ou os programas desenvolvidos pelas Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia. Por isso, considera-se relevante

compreender quais as motivações que levam os seniores em Portugal a usarem as redes sociais *online*, e como elas podem, através das suas funcionalidades, ser um contributo para o aumento do capital social, contribuindo, assim, para o conhecimento sobre estas questões no nosso contexto.

A fase empírica desta investigação contou com a recolha de dados por um inquérito por questionário *online*, onde se validaram 332 respostas de indivíduos com idades compreendidas entre os 65 e os 85 anos, utilizadores de Internet em Portugal, embora sem amostra representativa. Os dados quantitativos aqui apresentados foram tratados em SPSS com base em análises descritivas e de tabulação cruzada.

Para além de sustentar a análise dos usos, motivações e comportamentos dos seniores nas redes sociais *online* em Portugal, o estudo permitiu perceber que o Facebook tem impactos relacionais de monta entre os seniores ao permitir a manutenção ou o reatamento dos laços com velhos amigos que não viam há muito tempo, tal como Ellison *et al.* (2007) apuram no seu estudo junto dos jovens. Assim, o uso dos SRS ao converterem os laços latentes em laços fracos estão a contribuir para o aumento do capital social *bridging*. Também, e ao nível do capital social *bonding*, o Facebook é importante para manter estreitas as relações pré-existentes *offline* e na atualização do seu conhecimento sobre familiares e amigos que se encontram distantes. Desta forma, e com base na abordagem empírica realizada, estruturámos este artigo tendo como foco a rede social *online* mais utilizada pelos seniores portugueses – o Facebook –, quais as funcionalidades e motivações para o seu uso e como contribui para o capital social, acreditando ser uma forte ajuda para nutrir a vida social dos seniores.

## **Enquadramento Teórico**

### ***A inclusão dos seniores nas redes sociais online***

Sabe-se como são importantes para os seniores as redes interpessoais (essencialmente não mediadas) que estabelecem na sua vida com familiares (cônjuge e filhos) e não-familiares (amigos e vizinhos), e que Cabral *et al.* (2013) abordam e identificam como constituinte basilar da sua integração social.

É de considerar que na sociedade atual, a Internet faz parte das nossas vidas e envolve-se nas dimensões pessoais, profissionais, políticas, sociais e culturais. Neste

## O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

sentido, e como defende Helsper (2012), isso não ocorre só pelo acesso às Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) ou pelo aumento das competências digitais, mas sim por se entender que uma política que promova uma maior inclusão digital pode fomentar ou atuar como reforço de uma política de inclusão social.

Em Portugal, os estudos têm-se debruçado, essencialmente, na relevância do uso das TIC e da Internet pelos seniores tendo em consideração a sua inclusão e bem-estar social. Considerando o paradigma do envelhecimento ativo, os estudos abordam a inclusão digital dos seniores ao longo da vida e o impacto das TIC na sua socialização. Para Páscoa e Gil (2015) as TIC são elementares para que as pessoas com mais de 65 anos permaneçam ativas e elementos participativos na sociedade.

Num estudo recente sobre o uso da Internet pelos seniores, Coelho (2019, p. 315) sustenta que as motivações “têm um carácter multiforme, relacionadas com trajetórias de vida, contextos socioculturais, interesses e necessidades”. Contudo, sabe-se, ainda, que para a inclusão social dos seniores associada à sua inclusão tecnológica são necessárias interações e experiências positivas com as tecnologias por forma a que estas sejam adotadas e tenham a sua aceitação (Cunha, 2017).

Todavia, a realidade portuguesa é a de que apenas 33,1% dos seniores no segmento 65- 74 anos utiliza a Internet (Pordata, 2019a), não havendo dados disponíveis para os indivíduos com 75 ou mais anos. Os dados apontam, ainda, para uma eventual discrepância apreciável entre acesso e uso da Internet entre os seniores (e o eventual desconhecimento de uma parte de que têm acesso efetivo à Internet). Segundo o Barómetro de Telecomunicações da *Marktest* (Marktest, 2019) a taxa de penetração de pacotes de telecomunicações (voz fixa, voz móvel, Internet e televisão), no último trimestre desse ano, para clientes com mais de 64 anos, foi de 78,8%. Importa refletir, igualmente, sobre o crescimento da rede móvel de 35% entre 2015 e 2019 (Pordata, 2019b) que, embora não existindo dados concretos sobre o segmento em estudo, se deverá ponderar se estes indicadores têm impacto, também, na inclusão tecnológica dos seniores portugueses, uma vez que pode ter relevância na sua inclusão digital, sendo que o uso dos *smartphones* facilita o acesso à Internet e à utilização, de forma facilitada, das aplicações das redes sociais *online*.

Para alguns autores não existe, por si só, uma relação entre o acesso às tecnologias e a apetência para o uso da Internet e, conseqüentemente, das redes sociais *online*, meramente porque os produtos *online*/conteúdos não são do seu interesse e dirigidos a

si (Dias, 2012; Neves & Amaro, 2015). Igualmente, considera-se a não importância que os seniores atribuem ao uso das TIC para a sua vida, sendo esta uma das principais barreiras ao não uso (Helsper, 2009; Neves, 2013).

A nossa reflexão parte, por isso, das seguintes premissas: poderá existir uma iliteracia destas pessoas face à tecnologia e ao progresso tecnológico?; e a falta de interfaces acessíveis pode ser um dos principais problemas dos produtos tecnológicos para os indivíduos que não conviveram com a tecnologia ao longo da vida. Para Almutka e Punie (2007) muitas das soluções tecnológicas disponíveis não atendem aos interesses e necessidades específicas deste segmento etário.

Por um lado, como demonstra o estudo de Dias (2012) as tecnologias são um meio de inclusão - “*sociodigital*”-, o seu uso está diretamente relacionado com a necessidade de atualização pessoal e profissional, de comunicarem, de se informarem e obterem conhecimentos em torno das pesquisas de serviços, do lazer, do entretenimento e do convívio com familiares e amigos, entre outras esferas. Por outro lado, como defende Helsper (2017), um maior volume de recursos digitais disponíveis não leva a uma maior inclusão digital como se esperaria, e sendo as TIC um mediador entre o *offline* e a exclusão digital, há a considerar os fatores mediadores deste impacto social: o acesso, o uso, as habilidades e as atitudes (Helsper, 2008, 2009, 2012). Tendo em consideração estes fatores, a nossa investigação teve como um dos seus objetivos a identificação das motivações e necessidades associadas às funcionalidades que influenciam os seniores a adotar as tecnologias, a usar a Internet e as redes sociais *online* e a incorporá-las na sua vida.

### ***As redes sociais online como contributo no capital social dos seniores***

Ao partir do princípio de que a “Internet é um meio para tudo, que interage com toda a sociedade” (Castells, 2014), assume-se que a Internet não só é um meio de comunicação, de interação e organização social, mas, tal-qualmente, um meio essencial na inclusão social. Como meio de comunicação, a Internet integra a vida diária e pode ser considerada como um prolongamento da vida *offline* (Neves, 2015; Wellman *et al.*, 2001), utilizada nas relações entre indivíduos e facilitadora da conexão entre as pessoas e na partilha de interesses (Quan-Haase *et al.*, 2004; Wellman *et al.*, 2001). Defendemos que o uso da Internet e das novas TIC contribuem para a melhoria da qualidade de vida (Kraut *et al.*, 2002; Leung *et al.*, 2005) ao facilitarem as relações sociais entre os

## O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

indivíduos e a sua participação social, ajudando no bem-estar e no capital social (Ferlander, 2003; Kraut *et al.*, 2002; Wellman & Frank, 2000).

Similarmente, o capital social tem sido uma preocupação da OCDE (2001) definindo-o como redes que associadas a normas, valores e entendimentos facilita a cooperação dentro e entre os grupos. Nas ciências sociais o conceito de capital social tem influenciado várias investigações. E, sendo o nosso foco de estudo entender como as redes sociais *online* podem ter um papel ativo e ser um contributo positivo para o capital social dos seniores em Portugal, centrámo-nos nas principais correntes: Bourdieu (1979; 1980, 1986), Coleman (1988), Putman (1993, 2000, 2002), Nan Lin (1999, 2001, 2005) e Nahapiet e Ghoshal (1998).

Para Bourdieu (1980) o capital social está diretamente relacionado com o tamanho da rede, as conexões e a forma como os indivíduos mobilizam os seus recursos de capital (económico, cultural e simbólico) nas redes relacionais, enquanto Coleman (1988) associada o conceito a recursos que emergem das relações sociais (redes, apoio e confiança) e defende que a formação de capital humano está associado ao efeito do capital social na família e na comunidade. Putman (1993) aborda o capital social como um conjunto de atributos de organização social como a confiança, as normas e os sistemas que tornam possíveis ações coordenadas e que beneficiam o investimento em capital físico e humano. O autor defende que o capital social associado às conexões entre os indivíduos reforça os laços entre as pessoas ou grupos e faz a distinção entre: capital social *bonding* que une populações homogéneas, os laços fortes caracterizados por ligações mais estreitas como a família e os amigos próximos, promovendo a confiança e a solidariedade e que se torna importante para viver e sobreviver; e o capital social *bridging*, no qual se estabelecem laços fracos com conexões mais transversais e distantes entre pessoas como colegas de trabalho, amigos de amigos e conhecidos ou outros na sociedade em geral e que são fundamentais para “*seguir em frente*” (Putman, 2000).

Com a crescente utilização da Internet em todo o mundo, Lin (1999) relaciona os conceitos de *bonding* com a capacidade de a comunidade poder usufruir de recursos dentro de si e, de *bridging*, fora de si. O autor defende, ainda, que as relações entre os laços na rede variam em intensidade e reciprocidade e define três tipos de relações sociais que apresenta em camadas hierarquizadas: a primeira é constituída pelas relações íntimas e de confiança, laços que partilham sentimentos e fornecem apoio

mútuo gerando interações recíprocas e intensas formando uma rede densa; a intermédia está relacionada com o círculo social, por laços que partilham informação, sem que os membros possam ter ou manter interações diretas, fortes e recíprocas; e a última que se caracteriza pela associação e identidade partilhada, onde os membros da rede podem não interagir entre si, mas são relações mediadas por associações que fornecem sentimentos de pertença (Lin, 1999).

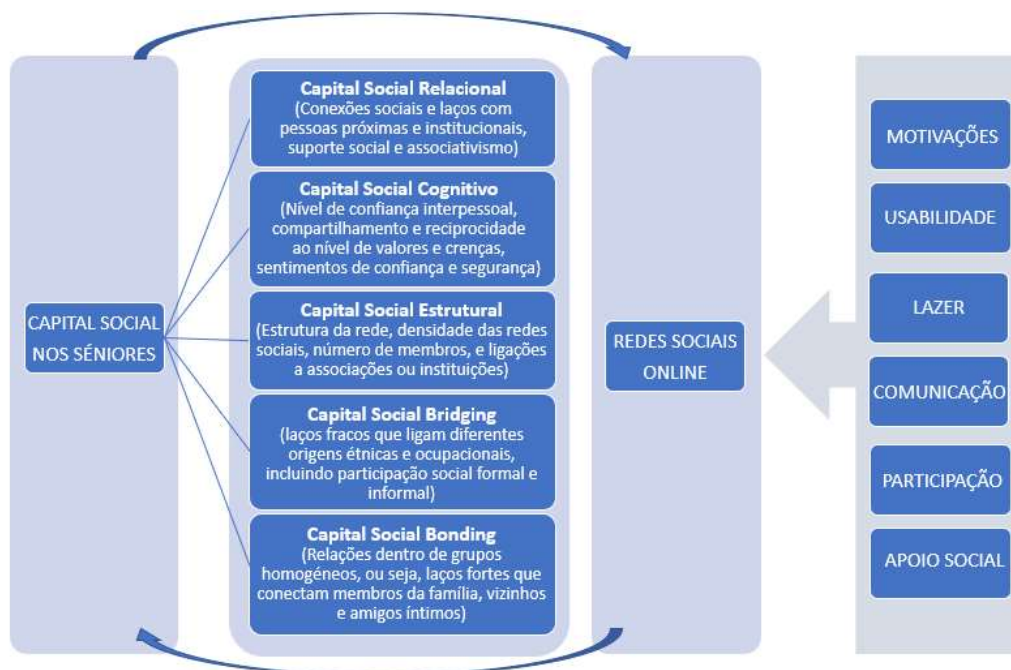
O capital social para Nahapiet e Ghoshal (1998) envolve complexas inter-relações entre três dimensões: relacional, com as conexões estabelecidas entre indivíduos; estrutural na forma como as ligações se encontram organizadas num determinado ambiente e; cognitiva, considerando os interesses em comum entre os indivíduos. Para os autores estas dimensões estão, apesar de distintas, interrelacionadas e, por vezes, são difíceis de dividir e analisar em separado por se encontrarem ligadas reforçando-se mutuamente. As dimensões cognitiva e relacional são relevantes na permuta social e no desenvolvimento de estratégias sociais de interação e criação de novos relacionamentos. Os laços de rede e a forma como estes se organizam facilitam a ligação social e promovem as dimensões cognitiva e relacional do capital social (Claridge, 2018). Neste sentido, o capital social está relacionado com a rede (Bourdieu, 1980; Coleman, 1988; Lin, 1999; Putman, 1993, 2000, 2002), abrange dimensões de confiança, participação social, redes informais e formais, envolvimento cívico e atividades de voluntariado (Bryant & Norris, 2002) e constitui-se por laços fortes e fracos (Granovetter, 1973).

A pertinência da investigação passa por compreender a relação das redes sociais *online* com o capital social e em que medida estas o influenciam, que tipo de interações desenvolvem e qual o seu contributo para o prolongamento da vida social. Isto porque as redes sociais *online* são um meio que possibilita que os indivíduos com os mesmos interesses se encontrem e interajam, sem as limitações do espaço físico (Pervushin, 2015; Vroman *et al.*, 2015). Ademais, segundo Campos *et al.* (2016) permitem às pessoas mais velhas uma vida mais autónoma, contribuem para a sua saúde ao nível das condições cognitivas e promovem a sua integração social. Ainda, no estudo de Sum *et al.* (2008), os autores mencionam que o uso de redes sociais *online* promove a interação entre as pessoas e leva à produção de capital social, e ainda que a utilização da Internet para comunicação e pesquisa de informação também proporciona efeitos positivos no capital social, na solidão e no bem-estar dos seniores.

## Metodologia da investigação

Neste estudo empírico recorreu-se a uma estratégia quantitativa realizada através de um inquérito por questionário *online*, que permitiu, considerando apenas os indivíduos seniores utilizadores de Internet, a diversificação da amostra a uma escala nacional, embora sem representatividade nacional. A revisão da literatura e a análise exploratória de dois estudos com representatividade nacional: Públicos e Consumos de Média 2015 (ERC, 2015) e Sociedade em Rede em Portugal 2013 (OberCom, 2013) permitiu desenvolver o modelo conceptual de investigação (Figura 1) que serviu de base à estruturação do questionário, repartida em cinco áreas de análise centradas nas redes sociais *online*: a utilização; o perfil; a usabilidade; as relações pessoais e de sociabilidade; e a caracterização sociodemográfica. O modelo conceptual da investigação relaciona o conceito de capital social com modalidades de domesticação das redes sociais *online* através do estudo dos fatores que influenciam o segmento sénior a usar, a comunicar e a participar no seu dia a dia *online* contribuindo para o prolongamento da sua vida *offline*.

Figura 1 - Modelo conceptual da investigação



Fonte: Modelo conceptual desenvolvido pelos autores no âmbito da estruturação do plano de estudo e pesquisa.

Os dados foram recolhidos entre 29 de setembro e 15 de novembro de 2020 e obtiveram-se 337 respostas válidas que constituíram a amostra composta por indivíduos entre os 65 e os 85 anos, segmentados da seguinte forma: 80-85 anos (6%), 70-79 anos (46%) e 65-69 anos (48%). Do total dos inquiridos, 235 (70% da amostra) têm perfil criado nas redes sociais *online*, enquanto 102 (30% da amostra) não utilizam as redes sociais *online* (75% nunca utilizaram e 25% deixaram de utilizar). Na maioria, os indivíduos são reformados (91%) e casados (64%), seguindo-se o estado de viuvez (15%) e divorciados (9%). Ao nível dos utilizadores de redes sociais *online*, a amostra é composta por 117 mulheres e 118 homens. Tal como em outros estudos (ERC, 2015; Jiménez *et al.*, 2013; Obercom 2103), mais de 50% dos inquiridos do nosso estudo tem um índice de escolaridade médio e superior: 33% são licenciados; 10% com mestrado e doutoramento; 9% com bacharelato/curso médio; 20% são pessoas que completaram o ensino secundário (12º ano de escolaridade); 14% têm o 3º ciclo do ensino básico (9º ano de escolaridade); 3% têm o 2º ciclo do ensino básico (6º ano); e 10% o 1º ciclo do ensino básico (4º ano).

Não sendo um estudo representativo, tendo sido utilizado o método amostral por conveniência, objetivou-se obter uma amostra com diversidade ao nível do território nacional por forma os dados não ficarem condicionados aos grandes centros urbanos. Pelo que a amostra dos indivíduos com perfil criado nas redes sociais *online* é composta maioritariamente por: 45% na Área Metropolitana de Lisboa, 14% na Região de Coimbra e 9% na Área Metropolitana do Porto. As restantes regiões do território nacional (32% da amostra) estão representadas com taxas que variam entre 0% (um inquirido) e 5% (11 inquiridos), existindo 6 regiões NUTS III (Alto Minho, Alto Tâmega, Cávado, Douro, Região Autónoma da Madeira e Terras de Trás-os-Montes), no qual não se obtiveram dados. Para o tratamento e análise dos dados utilizou-se o programa SPSS para cálculos de estatística descritiva (percentagens das variáveis sociodemográficas), tabulação cruzada (entre variáveis sociodemográficas e uso e relacionamentos pessoais e sociais) e análises de correlação (entre variáveis sociodemográficas e perfil nas redes sociais *online*).

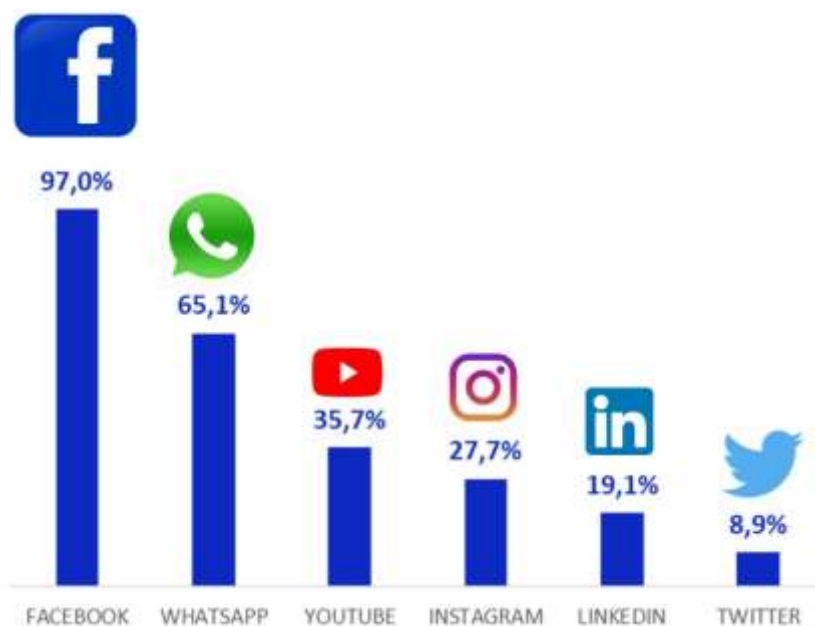
## **Resultados**

### ***Facebook: a rede social online mais utilizada pelos seniores portugueses***

Segundo os dados recolhidos, 97% dos seniores utilizadores de redes sociais *online* utilizam o *Facebook* conforme expressa a figura 2, sendo esta a sua principal rede,

resultados que vão de encontro a outros estudos nacionais (Coelho, 2019; ERC, 2015; Markttest, 2018; OberCom, 2013, Páscoa & Gil, 2012; Rebelo, 2013) e internacionais (Ciboh, 2017; Ellison *et al.*, 2007, 2009, 2011; Jung & Sundar, 2016; Vosner *et al.*, 2016; Vroman *et al.*, 2015; Wasserman *et al.*, 2012). Seguem-se o *WhatsApp* (65,1%); o *YouTube* (35,7%), o *Instagram* (27,7%) e, por fim, o *Linkedin* (19,1%) e o *Twitter* (8,9%).

**Figura 2 – A utilização das redes sociais *online* pelos inquiridos (n=235)**



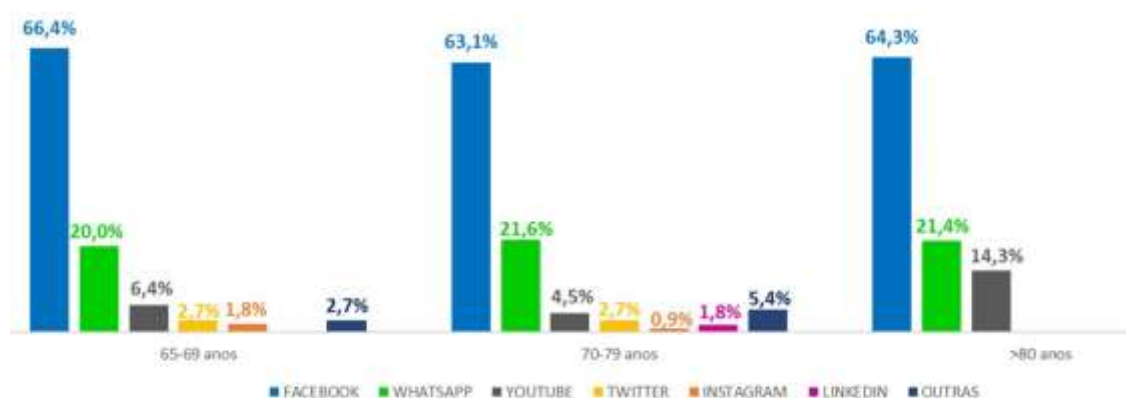
Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

Na análise exploratória, as redes sociais *online* mais utilizadas pelos seniores eram o *Facebook*, o *Instagram* e o *Google+* (ERC, 2015) e o *Facebook* e *YouTube* (OberCom, 2013). Dado curioso do nosso estudo, o *WhatsApp* e o *YouTube* vão ganhando expressão de utilização por parte dos seniores indo de encontro aos dados da Statista (2020), em que as três redes sociais *online* mais utilizadas no mundo são o *Facebook*, na posição cimeira, seguido do *YouTube* e do *WhatsApp*.

Em termos de segmentação por idade (Figura 3), a hierarquia das prioridades das redes mantém-se, sendo que os mais velhos (>80 anos) não utilizam outras redes como o *Twitter*, o *Instagram* e o *LinkedIn*, sendo que no estudo representativo da ERC (2015) este segmento não utilizava os SRS. Pondera-se se este facto se deve à iliteracia sobre estas redes, às dificuldades de usabilidade ou às suas características que não vão de

encontro às suas necessidades e interesses. Todavia, e tornando como referência os resultados dos estudos da ERC (2015) e da OberCom (2013) observa-se que a inclusão dos seniores nos SRS tem vindo a crescer, ainda que de forma lenta, e exemplo disso é nos nossos resultados os mais velhos darem maior relevância ao *YouTube* comparativamente com os seniores mais novos, ponderando-se uma eventual relação entre uma vida social ativa menor e o acompanhar de eventos, espetáculos ou simplesmente uma maior ocupação do tempo livre.

**Figura 3 - Redes sociais *online* mais utilizadas pelos inquiridos por segmento etário (n=235)**



Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

Numa análise comparativa das variáveis género e redes sociais *online* mais utilizadas, os dados indicam que as mulheres utilizam menos o *LinkedIn* e o *Twitter*, pelo que, face às características destas redes, se questiona se as mulheres seniores terão mais interesse no uso dos sites de redes sociais ao nível da manutenção dos seus relacionamentos e/ou na publicação e partilha de informação. Por isso, era também importante prosseguir a investigação com o objetivo de compreender os fatores que influenciam as diferenças de género quanto às funcionalidades e aos principais motivos que levam os seniores a utilizar determinadas redes sociais *online*.

#### ***Funcionalidades das redes sociais online geram motivações de uso pelos seniores***

As funcionalidades mais utilizadas nas redes sociais *online* pelos seniores possibilitam motivações de uso, como referem Jung e Sundar (2016), no seu estudo sobre o *Facebook*, os seniores usam-no para manterem o vínculo social, o *bridging* social, a curiosidade e

O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

como uma forma de responder aos membros do seu círculo relacional mais próximo, em particular, a família (capital social *bonding*). O nosso estudo mostra que também o vínculo social e o *bridging* são relevantes. Centrando a análise no motivo que levou os inquiridos a criarem o seu perfil nas redes sociais *online* (Quadro 1), destacam-se as seguintes prioridades: poder manter o contacto com pessoas que estão longe (69,8%); encontrar e manter o contacto com pessoas que já não veem há muito tempo (61,3%); fortalecer os laços sociais que já existem *offline* (58,3%); e partilhar pensamentos, comentários, vídeos, fotos (57,4%). No fundo, os dados vão de encontro ao estabelecimento de laços sociais que os indivíduos mantêm no decurso da socialização proposto por Durkheim (2001,2008) e, as redes sociais *online* são ferramentas que facilitam as relações pré-estabelecidas, especialmente, nas interações com pessoas em quem se confia (Lapa, 2019).

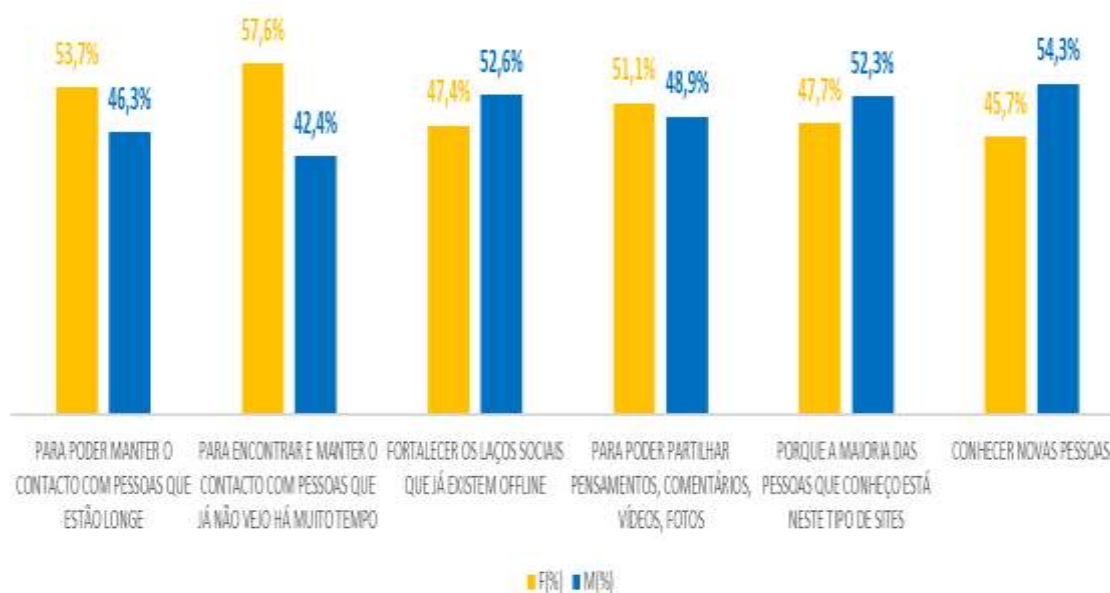
**Quadro 1 – Motivos que levaram à adesão dos inquiridos à rede social *online* mais utilizada (n=235)**

	Válidos		Casos Omissos		Total	
	N	Percentage	N	Percentagem	N	Percentagem
Fortalecer os laços sociais que já existem <i>offline</i>	137	58,3%	98	41,7%	235	100,0%
Conhecer novas pessoas	81	34,5%	154	65,5%	235	100,0%
Motivos profissionais	38	16,2%	197	83,8%	235	100,0%
Porque a maioria das pessoas que conheço está neste tipo de sites	111	47,2%	124	52,8%	235	100,0%
Para poder manter o contacto com pessoas que estão longe	164	69,8%	71	30,2%	235	100,0%
Para encontrar e manter o contacto com pessoas que já não vejo há muito tempo	144	61,3%	91	38,7%	235	100,0%
Para não me sentir excluído	44	18,7%	191	81,3%	235	100,0%
Para poder partilhar pensamentos, comentários, vídeos, fotos	135	57,4%	100	42,6%	235	100,0%
Porque me convidaram	46	19,6%	189	80,4%	235	100,0%
Iniciar/potenciar uma relação amorosa	5	2,1%	230	97,9%	235	100,0%
Para promover o meu trabalho	14	6,0%	221	94,0%	235	100,0%
Para promover eventos	27	11,5%	208	88,5%	235	100,0%
Para promover causas ou posições	44	18,7%	191	81,3%	235	100,0%
Outras. Quais?	10	4,3%	225	95,7%	235	100,0%

Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

Os relacionamentos encontram-se como uma prioridade motivacional para que os seniores usem as redes sociais *online*. De forma global, e segundo a Figura 4, os dados assemelham-se ao modelo de Vroman *et al.* (2015) em que num primeiro nível os fatores motivacionais que levam os seniores a usar as redes sociais *online* estão ligados às relações pessoais. Estas prioridades não possuem valores muito dispares aquando da análise com a variável género (Figura 4).

**Figura 4 - Motivos que levam os inquiridos à adesão da rede social *online* mais utilizada com a variável género (n=235)**



Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

Embora, os dados observados evidenciam que as mulheres dão maior relevância a encontrar e manter o contacto com pessoas que já não veem há muito tempo (57,6%) e em manter contacto com as pessoas que estão longe (53,7%), enquanto os homens atribuem maior importância a conhecerem novas pessoas (54,3%), ao facto de a maioria dos indivíduos que conhecem estar nestes sites (52,3%) e em fortalecer os laços que já existem *offline* (52,6%).

**Quadro 2 – Funcionalidades utilizadas pelos inquiridos nas redes sociais *online***

(*n*=235)

	Válidos		Casos Omissos		Total	
	N	Percentagem	N	Percentage m	N	Percentage m
Serviço de <i>chat</i>	59	25,1%	176	74,9%	235	100,0%
Enviar mensagens	212	90,2%	23	9,8%	235	100,0%
Jogar (ex: Farmville, solitário, etc.)	75	31,9%	160	68,1%	235	100,0%
Apoiar / aderir a causas	99	42,1%	136	57,9%	235	100,0%
Criar álbuns fotográficos	94	40,0%	141	60,0%	235	100,0%
Enviar presentes virtuais	18	7,7%	217	92,3%	235	100,0%
Comentar publicações ( <i>posts</i> )	164	69,8%	71	30,2%	235	100,0%
Gostar / fazer <i>like</i> nas publicações de outros	162	68,9%	73	31,1%	235	100,0%
Criar/aderir a grupos	104	44,3%	131	55,7%	235	100,0%
Divulgar eventos	99	42,1%	136	57,9%	235	100,0%
Procurar e fazer amigos / sugerir amigos	95	40,4%	140	59,6%	235	100,0%
Quiz/testes	28	11,9%	207	88,1%	235	100,0%
Fazer <i>post</i> de músicas/vídeos	43	18,3%	192	81,7%	235	100,0%
Criar aplicações	12	5,1%	223	94,9%	235	100,0%
Escrever comentários no seu mural	120	51,1%	115	48,9%	235	100,0%
Alertas de aniversários de amigos	136	57,9%	99	42,1%	235	100,0%
Outro. Qual?	13	5,5%	222	94,5%	235	100,0%
NS/NR	10	4,3%	225	95,7%	235	100,0%

Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

Como podemos observar no quadro 2, de uma forma global o estudo revela que as funcionalidades mais usadas pelos seniores são: o envio de mensagens (90,2%); comentar publicações (*post's*) (69,8%); gostar/fazer *like* nas publicações de outros (68,9%); e receber/responder aos alertas de aniversários de amigos (57,9%). Dados que se assemelham ao estudo da OberCom (2013) onde os principais interesses dos seniores no uso dos SRS eram o envio de mensagens, gostar/fazer *likes* e comentar *posts*. Pelo que podemos referir que estas principais funcionalidades se encontram associadas à gestão e manutenção dos seus relacionamentos *online* e à comunicação. Sobre o envio de mensagens, aquela que se apresenta como a funcionalidade mais evidente, relacionamo-la com as relações positivas que se estabelecem com as suas conexões e as suas interações sociais, tal como refere, também, o estudo de Neves (2015).

Porém, apesar de ambos os géneros gostarem de comentar publicações (*post*) (F:70,1%; M:69,5%) e apoiar/aderir a causas (F:41,9%; M:42,4%), num segundo nível existem diferenças nas funcionalidades utilizadas. Segundo o Quadro 2, os homens dão mais valor a criar/aderir a grupos (47,5%) e em procurar e fazer amigos/sugerir amigos (43,2%), enquanto as mulheres revelam maior interesse em criar álbuns fotográficos (48,7%) e divulgar eventos (43,6%). Os dados sugerem que as funcionalidades mais utilizadas pelos seniores estão associadas à gestão e manutenção dos laços fortes, embora os homens desenvolvam mais o uso de funcionalidades relacionadas igualmente com o fomento de laços fracos, dando mais enfoque ao capital social *bridging*. Enquanto as mulheres se enquadram num perfil de comunicação mais relacionado com o capital social *bonding*, como a partilha e divulgação de fotos e de eventos. Em ressalva, admitimos que os dados não refletem os fatores que lhes estão associados, nem como as atividades quotidianas impactam na relevância dos resultados. Mas, as redes sociais *online* são ainda uma forma de acederem à informação, essencialmente, os inquiridos revelam que as utilizam para ler notícias de sites informativos (89,4%), pesquisar informação sobre produtos (66,8%), ler comentários sobre produtos/serviços antes de comprar (59,1%), pesquisar sobre saúde (57,9%) e eventos (cinema, museus, etc.) (55,7%) (Quadro 3). Sendo que a procura de informação e lazer também surgem evidenciadas em estudos de outros autores (Cardozo *et al.*, 2017; Kim *et al.*, 2016; Páscoa, 2012).

### Quadro 3 – Tipos de informação que os seniores acedem nas redes sociais *online*

	Total (n=235)	
Ler notícias de <i>sites</i> de informação	210	89,4%
Pesquisar informação sobre produtos	157	66,8%
Ler comentários sobre produtos/serviços antes de comprar	139	59,1%
Pesquisa sobre saúde	136	57,9%
Pesquisar eventos (cinema, museus, etc.)	131	55,7%
Partilhar <i>links</i> de artigos de jornais, revistas, estudos	117	49,8%
Consultar e responder a calendário de eventos	112	47,7%
Utilizar o serviço de geolocalização/"visitar" locais	110	46,8%
Clicar em <i>links</i> de <i>sites</i> de associações ou instituições	106	45,1%
Dar opinião ou classificar produtos/serviços	67	28,5%
Criar histórias	14	6,0%

Fonte: Inquérito por questionário *online* realizado a indivíduos com mais de 65 anos utilizadores de Internet no período de 29 de setembro e 15 de novembro de 2019.

## O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

Na procura de informação as mulheres são mais ativas que os homens. Os dados indicam que não há diferenças de género apreciáveis quanto ao interesse em ler notícias nos sites de informação (H:89,8%; M:88,9%) e a pesquisar informação sobre produtos (H:65,3%; M:68,4%). Todavia, os homens dão mais valor à partilha de hiperligações de artigos de jornais, revistas e estudos (H:53,4%, M:46,2%), e as mulheres dão maior relevância à procura de informações sobre eventos (cinema, museus, etc.) (H:48,3%, M:63,2%), à pesquisa sobre saúde (H:52,5%, M:63,2%) e aos comentários sobre produtos/serviços antes de comprar (H:56,8%, M:61,5%). Com a análise interpretativa destes dados, acredita-se que o desejo de participar e ser ativo socialmente contribui para gerir e manter os laços fortes, mas também para aumentar o número de laços fracos na sua rede social *online*. Os resultados indicam que estes seniores são ativos socialmente através das redes sociais *online*, aderem a grupos, procuram e sugerem novos amigos, bem como têm interesse na procura de informação e de lazer (eventos), indo de encontro aos resultados de estudos de outros autores (Cardozo *et al.*, 2017; Kim *et al.*, 2016; Páscoa, 2012). E, toda esta atividade social nas redes sociais *online* vem beneficiar a relação entre as diferentes ligações, contribuindo positivamente para o capital social nas dimensões de *bonding* e *bridging*.

A principal motivação de uso das redes sociais *online* pelos seniores está associada à dimensão relacional, evidenciada pelos dados que revelam que 69,8% utilizam os SRS para manter o contacto com pessoas que estão longe e 61,3% para encontrar e manter contactos com pessoas que já não veem há muito tempo. Os encontros e reencontros de laços fracos que se associam às suas conexões *online* e lhes permitem um prolongamento da vida *offline* são proporcionados pelas redes como o *Facebook*, como observou, também, Rebelo (2013), assim como, este tipo de redes ao ser um acessório na sua vida diária permite a partilha de pensamentos, comentários, vídeos, fotos nos seus murais (57,4%), como Baugess (2015) validou no seu estudo.

O fortalecer dos laços sociais que já existem *offline* (58,3%) é outra motivação de uso mencionada pelos seniores inquiridos, indo de encontro ao estudo de Ellison *et al.* (2007) junto de jovens estudantes. Deste modo, as redes sociais *online* são uma forma de potenciar a manutenção das relações *offline* dos seniores, na medida em que estes se encontram e interagem *online* com pessoas com que partilham os mesmos interesses (Pervushin, 2015; Vroman *et al.*, 2015). Estes resultados permitem-nos fundamentar que os seniores portugueses usam as redes sociais *online* num primeiro nível de

motivação para manterem as suas relações pessoais e os seus laços fracos e, num segundo nível para a procura de informação, tal como defendem Vroman *et al.* (2015).

***Portugal: redes sociais online promovem positivamente o capital social dos seniores***

Esta investigação aferiu que as redes sociais *online* podem ser um grande contributo para a socialização dos seniores em Portugal, quer na manutenção dos seus relacionamentos pessoais, como na extensão da sua vida quotidiana *offline*. Atualmente, os seniores são pessoas mais ativas e que vivem em rede (Quan-Haase *et al.*, 2017) e ao fazerem parte e partilharem nas redes sociais *online*, estas tornam-se num suplemento da sua vida diária *offline* (Baugess, 2015), o que contradiz uma perspetiva que opõe o mundo “real” ao “virtual” como mundos sociais separados e que advoga um dualismo digital.

Segundo os seniores do estudo, o uso das redes sociais *online* permite-lhes ter maior conhecimento das atividades desenvolvidas pelos seus amigos (71%), saber as suas opiniões (68%) e gostos (62%), tal como, ainda, lhes proporciona um sentimento de proximidade quer dos amigos (58%), como de pessoas com quem partilham interesses, opiniões, situações (políticos, culturais, religiosos, profissionais ...) (53%). No contexto da socialização, os inquiridos admitem que estas redes são uma forma de estarem presentes, mais frequentemente, em eventos sociais e culturais (54%). Por tudo isto, evidencia-se no estudo que as redes sociais *online* potenciam positivamente o capital social *bonding* e *bridging*, e, ainda, as dimensões de capital social estrutural, cognitivo e relacional propostos por Nahapiet e Ghoshal (1998).

Abordando o capital social estrutural, os dados demonstram que a dimensão das redes, independentemente do nível de escolaridade, idade ou género, varia até aos 150 contactos (65%), embora exista um número relevante de pessoas (35%) cuja rede possui mais de 151 conexões, o que demonstra uma dimensão média e, como vimos anteriormente, estas redes comportam laços fortes e fracos. O capital social cognitivo encontra-se ligado aos sentimentos de confiança e de segurança que os indivíduos depositam na sua rede de contactos demonstrado nos resultados obtidos pela valorização que demonstram ao fazer parte de grupos nas redes sociais *online* onde têm perfil criado (72%).

Por fim, ao nível do capital social relacional os inquiridos mantêm conexões e laços com pessoas que lhes são próximas e, também, institucionais proporcionando-lhes suporte social e de associativismo como defende Claridge (2018), e para isso,

## O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

suportamo-nos nos dados sobre a importância que dão a aderir e apoiar causas (42,1%), a criar e a aderir a grupos (44,3%), e a procurar e fazer amigos ou mesmo sugerir amigos (40,4%) (Quadro 2). Considerando a inter-relação das diferentes dimensões de capital social reforçamos que, pelas suas características e funcionalidades, as redes sociais *online* potenciam positivamente o capital social dos seniores em Portugal que adotam e integram estas redes na sua vida e, neste sentido, as redes sociais *online* contribuem para o seu envelhecimento ativo através de uma maior integração social (Cabral *et al.*, 2013; Fonseca, 2004; Afonso, 2015; Páscoa & Gil, 2017).

### Conclusão

O uso das redes sociais *online* tem tido um forte crescimento em Portugal, dado que, segundo dados da Marktest (2018), a sua taxa de penetração passou de 17,1% em 2008, para 61,9% em 2017. Todavia, os utilizadores com mais de 65 anos surgem em taxas reduzidas. As estatísticas em Portugal da rede mais utilizada pelos seniores, o Facebook (2019), indicam, que esta população representa, apenas, 8% do universo dos utilizadores.

O presente estudo reflete o comportamento, usos e motivações dos seniores inseridos na sociedade em rede, tendo em consideração os contributos dos SRS nas diferentes dimensões de capital social defendidas pelos principais autores e correntes (Bourdieu, 1979, 1980, 1986; Coleman, 1988; Lin, 1999, 2001, 2005; Putman, 1993, 2000).

Conquanto, o capital social foi o tema transversal desta investigação, houve a preocupação da contextualização com estudos e conceitos de: literacia digital, inclusão social, inclusão digital, participação e domesticação.

Quer na revisão da literatura, como no estudo empírico ficou evidente que os SRS podem beneficiar a qualidade de vida dos seniores portugueses.

Ao observarmos o uso das redes sociais *online* pelos seniores no estudo empírico realizado, compreendendo as suas principais funcionalidades e motivações, as relações pessoais e de sociabilidade, foi percecionada a importância destas redes na sua vida a par do contributo para o aumento do seu capital social. E, isto enfatiza alguns estudos que evidenciam o reconhecimento dos benefícios dos SRS e da Internet numa maior interação social dos seniores e no fortalecimento das suas conexões (Coelho, 2019; Ellison *et al.*, 2007; Gibson *et al.*, 2010; Jung & Sundar 2016; Páscoa, 2017; Quan-

Haase *et al*, 2017; Páscoa & Gil, 2017; Rebelo, 2013). Contudo, os resultados não podem ser generalizados por o estudo não possuir uma amostra representativa e, outra limitação da investigação é o seu foco se centrar apenas nos utilizadores de Internet.

Para os utilizadores da Internet com mais de 65 anos que não têm perfil criado nas redes sociais *online* os resultados apontam para a falta de perceção relativa aos benefícios que podem usufruir face ao uso destas redes e o que lhes podem proporcionar ao nível da melhoria dos seus relacionamentos e da sua sociabilização, nomeadamente, na gestão das relações intergeracionais e da sua integração social.

O desenvolvimento do estudo deve atender à compreensão da heterogeneidade do segmento face ao uso das redes sociais *online* e de como as histórias de vida condicionam ou influenciam a sua adesão e integração. Igualmente, pela forma de como estas redes lhes permitirem estar mais perto dos familiares e amigos que estão longe, onde as distâncias são minimizadas e os contactos se tornam mais frequentes e disponíveis, será importante compreender, em estudos futuros, se os seniores se sentem mais integrados proporcionando-lhes um sentimento de inclusão e contribuindo para o seu bem estar, aumentando a autoestima e diminuindo a solidão.

Com um maior conhecimento sobre as motivações e funcionalidades dos seniores no uso das redes sociais *online*, este estudo pretende ser um contributo para o conhecimento e para o desenvolvimento de políticas nacionais direcionadas para o aumento da literacia digital dos seniores. Atendemos, assim, que a investigação seja valor, para instituições governamentais, universidades seniores, associações e câmaras municipais, entre outras entidades, com políticas e programas para seniores, no delinear da formação e da sensibilização para o despertar das necessidades e interesse deste público, dando-lhes a oportunidade de perceberem as funcionalidades e os benefícios que proporcionam e contribuindo para as suas motivações de uso, levando a um crescimento sustentado das taxas de utilização das redes sociais *online* pelos seniores. Conclui-se, ainda, que os seniores integrados no mundo *online* são indivíduos infoincluídos e participativos na sociedade.

Ressalva-se que o estudo não abrangeu as questões de segurança e de privacidade indicadas por alguns inquiridos como um entrave à adesão às redes sociais *online* e que abre novas linhas de abordagem para investigações futuras.

Com este estudo apreendeu-se que os utilizadores seniores de redes sociais *online* o fazem, principalmente, para se relacionarem com familiares e amigos, reforçando os contactos existentes nas suas relações. Pese, ainda, a importância que dão, aquando do

## O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

uso destas redes, na criação de novas conexões, em fazer parte de grupos em partilham interesses comuns e para pesquisa de informação, aumentando o seu nível de aprendizagem e de autoestima. Também, as atividades desenvolvidas nos SRS que se associam à ocupação do seu tempo livre contribuem para que os indivíduos se tornem mais integrados socialmente, e como defendem Neves *et al* (2017) nos estudos da Internet o sentimento de inclusão aumenta a autoestima e reduz a solidão.

Sustentados nos resultados e na revisão da literatura, é pertinente fazer evoluir o campo de investigação para a forma como as redes sociais *online* são utilizadas ao nível do conhecimento, do lazer, do apoio social e do seu impacto na solidão e na autoestima. Assim, surgem novas linhas de investigação, quer no aprofundamento de alguns dados observados para uma melhor interpretação, como entender, em futuras atividades do estudo, em que fase do ciclo de vida dos seniores surgem as redes sociais *online* e desde quando começam a fazer parte da sua vida e até que ponto as relações de intergeracionalidade são fator determinante para aderirem às redes sociais *online*.

Os resultados aqui descritos ajudam-nos não só a entender o comportamento *online* das pessoas com mais de 65 anos, mas sobretudo saber quais as barreiras que bloqueiam o acesso e o uso a estas redes.

Por isso, defendemos, tal como Yuan (2013), que uma abordagem estrutural das relações sociais na análise de rede não é suficiente para explicar a formação e o processo da comunidade *online*, é igualmente importante acompanhar, numa perspetiva culturalista, o evoluir das culturais digitais dos seniores que englobam formas de interação e de sociabilidade, mediadas pelas plataformas digitais, na produção e reprodução de ordem social em contextos particulares.

### **Nota:**

Por decisão pessoal, os autores do texto escrevem segundo o novo acordo ortográfico.

## Referências:

- Afonso, C. V. C. (2015). *A integração do idoso na sociedade - o papel das redes sociais* [Dissertação de mestrado]. Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Bragança]. Disponível em:  
<https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/12722/1/CI%C3%A1udia%20Vanessa%20Carreiro%20Afonso.pdf>
- Ala-Mutka & Punie (2007). *Ageing societies, learning and ICT*. EuroPACE.  
Disponível em:  
[http://www.elearningpapers.eu/index.php?page=doc&doc\\_id=10636 &doclng=6](http://www.elearningpapers.eu/index.php?page=doc&doc_id=10636 &doclng=6)
- Baugess, B. (2015). *Examining Social Network Site Usage by Older Adults: A Phenomenological Approach* [Doctoral dissertation]. Nova Southeastern University. Retrieved from NSUWorks, Graduate School of Computer and Information Sciences (37). Disponível em: [https://nsuworks.nova.edu/gscis\\_etd/37](https://nsuworks.nova.edu/gscis_etd/37)
- Bourdieu, P. (1979). Les trois états du capital culturel. *Actes de la Recherche en Sciences Sociales*, 30, 3-6. Persee. Disponível em:  
[https://www.persee.fr/doc/arss\\_0335-5322\\_1979\\_num\\_30\\_1\\_2654](https://www.persee.fr/doc/arss_0335-5322_1979_num_30_1_2654)
- Bourdieu, P. (1980). Le capital social. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 31, 2-3. Disponível em: [https://www.persee.fr/doc/arss\\_0335-322\\_1980\\_num\\_31\\_1\\_2069](https://www.persee.fr/doc/arss_0335-322_1980_num_31_1_2069)
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. Em J. Richardson (ed.) *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241–58). New York: Greenwood Press. Disponível em: <http://www.socialcapitalgateway.org/sites/socialcapitalgateway.org/files/data/paper/2016/10/18/rbasicsbourdieu1986-theforms ofcapital.pdf>
- Bryant, C., & Norris, D. (2002, setembro, 25-27). *Measurement of social capital: The Canadian experience*. Prepared as a country report for the OECD–UK ONS International Conference on Social Capital Measurement in London. Statistics Canada. Disponível em: <http://www.oecd.org/innovation/research/2381103.pdf>
- Cabral, M. V. (coord.), Ferreira, P. M. (inv. principal), Silva, P. A., Jerónimo, P. & Marques, T. (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal. Usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. Lisboa. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/24456>

O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

- Campos, W., Martinez, A., Sanchez, W., Estrada, H., Castro-Sánchez, N.A. & Mujica, D. (2016). A Systematic Review of Proposals for the Social Integration of Elderly People Using Ambient Intelligence and Social Networking Sites. *Cognitive Computation*, 8, 529–542. <https://doi.org/10.1007/s12559-016-9382-z>
- Cardoso, G., Costa, A. F., Conceição, C. P. & Gomes, M. C. (2015). *A sociedade em rede em Portugal*. Lisboa: Campo das Letras.
- Cardozo, C., Martin, A. & Saldaño, V. (2017). Los adultos mayores y las redes sociales: Analizando experiencias para mejorar la interacción. *Informe Científico Técnico UNPA*, 9 (2), 1-29. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6089345>
- Castells, M. (2014). *A Internet e a sociedade em rede*. Discurso proferido como lição inaugural do doutoramento sobre a sociedade da informação na Universidade Aberta da Catalunha. Espanha. Disponível em: <https://blogacritica.blogspot.com/2014/12/manuel-castells-internet-e-sociedad-rede.html>
- Ciboh, R. (2017). An exploratory study of Older Adults' social media use and social capital in Nigéria. *Athens Journal of Mass Media and Communications*, 3(2), 149-166. DOI: 10.30958/ajmmc.3.2.4
- Claridge, T. (2018). Dimensions of social capital - structural, cognitive, and relational. *Social Capital Research*. Disponível em: <https://d1fs2th61pidml.cloudfront.net/wpcontent/uploads/2018/01/Dimensions-of-Social-Capital.pdf?x49412>
- Coelho, A. R. (2019). *Seniores 2.0: inclusão digital na sociedade em rede* [Tese de doutoramento. ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório ISCTE-IUL. <http://hdl.handle.net/10071/19753>
- Coleman J. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94 (supplement): S95-S120. Disponível em: <https://www.econ.msu.ru/cmt2/lib/c/477/File/Social%20Capital%20in%20the%20Creation%20of%20Human%20Capital.pdf>
- Cunha, C. S. L. (2017). *Promoção do uso de tecnologias computadorizadas na população idosa* [Dissertação de Mestrado]. Escola de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia Social e das Organizações, ISCTE-IUL]. Repositório ISCTE-IUL. <http://hdl.handle.net/10071/15304>

- Dias, I. (2012). O uso das tecnologias digitais entre seniores: motivações e interesses. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 68, 51-77. <http://dx.doi.org/10.7458/SPP201268693>
- Durkheim, É. (2001). *O suicídio*. Editorial Presença
- Durkheim, É. (2008). *A educação moral*. Editora Vozes
- Ellison, N. B., Steinfield, C. & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12, 1143–1168. Disponível em: <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1111%2Fj.1083-6101.2007.00367.x>
- Ellison, N. B., Lampe, C. & Steinfield, C. (2009). Social Network Sites and society: Current Trends and Future Possibilities. *The Potential for Technology-Enabled Connections*, 16 (1), 6-9. <https://doi.org/10.1145/1456202.1456204>
- Ellison, N. B., Steinfield, C. & Lampe, C. (2011). Connection strategies: Social capital implications of Facebook-enabled communication practices. *New Media & Society*, 13 (6), 873-892. Disponível em: <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1177%2F1461444810385389>
- ERC (2015). *Públicos e Consumos de Média 2015*.
- Eurostat (2017) . Population structure and ageing. Projected old-age dependency ratio, EU-28, 2017-80
- Facebook (Portugal) (Consultado em 2019). [www.facebook.com](http://www.facebook.com)
- Ferlander, S. (2003). *The Internet, social capital and local community* [Tese de Doutoramento, University of Stirling]. <http://hdl.handle.net/1893/3187>
- Fonseca, A. M. G. (2004). *Uma abordagem psicológica da "passagem à reforma" - Desenvolvimento, envelhecimento, transição e adaptação* [Tese de Doutoramento, Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar, Universidade do Porto]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <https://hdl.handle.net/10216/9776>
- Gibson, L., Moncur, W., Forbes, P., Arnott, J., Martin, C. & Bhachu, A. S. (2010, setembro). Designing social networking sites for older adults [Conferência]. *BCS '10: Proceedings of the 24<sup>th</sup> BCS Interaction Specialist Group Conference*, 186–194. <https://dl.acm.org/doi/10.5555/2146303.2146331>
- Granovetter, M. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology* 76, 1360-1380. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/2776392>

O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

- Governo de Portugal (2020, março 5). Azevedo, A. A. (2020, março 5). *Apresentação do Portugal Digital [Discurso do Secretário de Estado para a Transição Digital] e Plano de Ação para a Transição Digital de Portugal*. Portugal Digital. Fundação Champalimaud: Lisboa.
- Helsper, E. (2009). The ageing Internet: digital choice and exclusion among the elderly. *Working with Older People*, 13 (4). pp. 28-33. Media and Communications, London School of Economics and Political Science. Disponível em: <http://eprints.lse.ac.uk/id/eprint/26686>
- Helsper, E. (2012). A corresponding fields model for the links between social and digital exclusion. *Communication Theory*, 22 (4). 403-426. Disponível em: <http://eprints.lse.ac.uk/id/eprint/45013>
- Helsper, E. J. (2017). The social relativity of digital exclusion: Applying relative deprivation theory to digital inequalities: The social relativity of digital exclusion. *Communication Theory*, 27 (3). 223-242. <https://doi.org/10.1111/comt.12110>
- Jacob, L. (2007). *Qualidade de vida dos seniores em Portugal. A importância das Universidades da Terceira Idade*. Disponível em: <https://www.medicosdeportugal.pt/info/utentes/qualidade-de-vida-dos-seniores-em-portugal-a-importancia-das-universidades-da-terceira-idade/2/>
- Jiménez, J. L. C., Gallego, M. M. V., Villa, E. H. & Echeverri, Á. Q. (2013). El sentimiento de soledad en adultos. *Medicina U.P.B.*, 32(1), 9-19. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159029099002>
- Jung, E. H. & Sundar, S. S. (2016). Senior citizens on Facebook: How do they interact and why? *Computers in Human Behavior*, 61, 27-35. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.080>
- Kim, M. J., Lee, C. & Preis, M. W. (2016). Seniors' loyalty to social network sites: Effects of social capital and attachment. *International Journal of Information Management*, 36(6), (Part A), 1020–1032. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2016.04.019>
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V. & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58(1), 49–74. <https://doi.org/10.1111/1540-4560.00248>
- Lapa, T. (2019, julho 26-31). *Durkheim's legacy in the Digital Age: The "Elementary Forms" of digital communication of Portuguese senior users of social network*

- sites*. Em *Human Aspects of IT for the Aged Population. Design for the Elderly and Technology Acceptance*, 5th International Conference on Human Aspects of IT for the Aged Population, ITAP 2019, held as part of the 21st International Conference on Human-Computer Interaction, HCI International 2019. Orlando, United States, Proceedings, Part I. [https://dx.doi.org/10.1007/978-3-030-22012-9\\_29](https://dx.doi.org/10.1007/978-3-030-22012-9_29)
- Leung, L. & Lee, P. (2005). Multiple determinants of life quality: The roles of Internet activities, use of new media, social support, and leisure activities. *Telematics and Informatics*, 22(3), 161-180. DOI: 10.1016/j.tele.2004.04.003
- Lin, N. (1999). Building a network theory of social capital. *Connections*, 22(1), 28-51. Disponível em:  
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.96.3792&rep=rep1&type=pdf>
- Lin, N. (2001). *Social Capital - A Theory of social structure and action*. Cambridge University Press. Disponível em:  
[https://www.researchgate.net/profile/Reza\\_Azarian3/publication/281088424\\_review\\_of\\_'Social\\_Capital\\_A\\_Theory\\_of\\_Social\\_Structure\\_and\\_Action'\\_by\\_Nan\\_Lin\\_2001/links/59ce8bf2a6fdcc181abb5e39/review-of-Social-Capital-A-Theory-of-Social-Structure-and-Action-by-Nan-Lin-2001](https://www.researchgate.net/profile/Reza_Azarian3/publication/281088424_review_of_'Social_Capital_A_Theory_of_Social_Structure_and_Action'_by_Nan_Lin_2001/links/59ce8bf2a6fdcc181abb5e39/review-of-Social-Capital-A-Theory-of-Social-Structure-and-Action-by-Nan-Lin-2001)
- Lin, N. (2005). A Network Theory of capital social. Em D. Castiglione, J. V. Deth & G. Wolleb (Ed.), *Handbook on Social Capital*. Oxford: Oxford University Press. Disponível em: <http://pro-classic.com/ethnicgv/SN/SC/paper-final-041605.pdf>
- Markttest (2018). *Os portugueses e as redes sociais 2018*.
- Markttest (2019). *Barómetro de Telecomunicações*.
- MUDA (2020). MUDA na Escola. <https://mudanaescola.pt/>
- Nahapiet, J. & Ghoshal, S. (1998). Social capital, intellectual capital, and the organizational advantage. *The Academy of Management Review*, 23(2), 242-266. <https://doi.org/10.2307/259373>
- Neves, B. B. (2013). Social capital and Internet use: The irrelevant, the bad, and the good. *Sociology Compass* 7/8. Disponível em:  
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/soc4.12059/abstract>
- Neves, B. B. (2015). Does the Internet matter for strong ties? Bonding social capital, Internet use, and age-based inequality. *International Review of Sociology*, 25:3, 415-433. <https://doi.org/10.1080/03906701.2015.1050307>

O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

- Neves, B. B. & Amaro, F. (2015). A utilização da Internet pelas pessoas idosas - uma perspectiva crítica. Em *Tecnologias da informação no processo de envelhecimento Humano*, Passo Fundo: Ed. Universidade de Passo Fundo, UPF Editora. Disponível em: <https://bbneves.com/wp-content/uploads/2010/02/A-utilizac%CC%A7a%CC%83o-da-Internet-pelas-pessoas-idosas-uma-perspectiva-cri%CC%81tica.pdf>
- Neves, B. B., Franz, R., Judges, R., Beermann, C. & Baecker, R. (2017). Can digital technology enhance social connectedness among older adults? A feasibility study. *Journal of Applied Gerontology*, 38(1), 49-72. <https://doi.org/10.1177/2F0733464817741369>
- OberCom (2013). *A Internet em Portugal – Sociedade em Rede 2013*.
- OCDE (2001). *The Well-being of Nations - The role of human and social capital*.
- Páscoa, G. (2012). *O contributo da web social – rede social Facebook – para a promoção do envelhecimento ativo: estudo de caso realizado na USALBI* [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade Técnica de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/4427>
- Páscoa, G. (2017). *Fatores socioculturais na formação ao longo da vida: Um estudo sobre a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação em populações 50+* [Tese de Doutoramento, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/13214>
- Páscoa, G. & Gil, H. (2015). As TIC como antídoto para a solidão e Isolamento do Cidadão sénior. Uma Plataforma essencial para alcançar o Bem-estar mental e social. *SENSOS 10*, 5 (2). Disponível em: <http://sensos.esse.ipp.pt/revista/index.php/sensos/article/view/214/110>
- Páscoa, G. M. G. & Gil, H. M. P. T. (2017). Envelhecimento e competências digitais: um estudo em populações 50+. *Revista Kairós - Gerontologia*, 20(3), 31-56. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Doi: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i3p31-56>
- Perrin, A. (2015). *Social Networking Usage: 2005-2015*. Pew Research Center. <http://www.pewinternet.org/2015/10/08/2015/Social-Networking-Usage-2005-2015/>

- Pervushin, N. (2015). Internet as a new space for life: phenomenological view. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 190, 227-233. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.940>
- Pordata. (2017). *Estatísticas “Indivíduos com 16 e mais anos que utilizam computador e Internet em % do total de indivíduos: por grupo etário*. Lisboa, INE.
- Pordata. (2019a). *Retrato de Portugal na Europa 2019*.
- Pordata. (2019b). *Assinantes/equipamentos de utilizadores do serviço móvel*.
- Portugal INCoDe.2030 (2020). *Linha Somos Tod@s Digitais*. <https://somostodo.digitais.pt/>
- Putman, R. D. (1993). The prosperous community - Social capital and public life. *The American Prospect (Internet)*, (13), 35-42.
- Putman, R. (2000). *Bowling Alone: the collapse and revival of American community*. Simon & Schuster, Inc. EUA
- Putman, R. (2002). *Democracies in flux: The evolution of social capital in contemporary society*. Oxford University Press
- Quan-Haase, A. & Wellman, B. (2004). How does the Internet Affect Social Capital. Em M. Huysman & V. Wulf (Eds.), *Social capital and information technology* (pp. 113-135), Cambridge, MA: MIT Press
- Quan-Haase, A., Mo, G. Y. & Wellman, B. (2017). Connected seniors: how older adults in East York exchange social support online and offline. *Information, Communication & Society*, 20(7), 967–983. <http://dx.doi.org/10.1080/1369118X.2017.1305428>
- Rebelo, A. C. B. C. (2013). *Seniores em rede: motivações para o uso da Internet e do Facebook pelos mais velhos* [Dissertação de Mestrado, ISCTE-IUL]. Repositório do ISCTE. <http://hdl.handle.net/10071/6600>
- Statista. (2020). *Most popular social networks worldwide as of January 2020, ranked by number of active users (in millions)*. <https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>
- Sum, S., Mathews, M. R., Pourghasem, M. & Hughes, I. (2008). Internet Technology and Social Capital: How the Internet Affects Seniors’ Social Capital and Wellbeing. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(1), 202–220. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2008.01437.x>

O Facebook entre os seniores: as relações entre o uso de redes sociais online e capital social em Portugal

- Steinfeld, C., Ellison, N.B. & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of online social network sites: A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 434–445. doi:10.1016/j.appdev.2008.07.002
- Vosner, H. B., Kokol, B., Samo, P. & Kreci, M. J. (2016). Attitudes of active older Internet users towards online social Networking. *Computers in Human Behavior*, 55, 230-241. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.014>
- Vroman, K. G., Arthanat, S. & Lysack, C. (2015). Who over 65 is online?' Older adults' dispositions toward information communication technology. *Computers in Human Behavior*, 43, 156–166. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.018>
- Wasserman, C., Grande, T. P. F., Machado, L. & Behar, R. P. A (2012). Redes Sociais: Um Novo Mundo para os Idosos. *Revista Renote - Novas Tecnologias na Educação*, 10(1). <https://doi.org/10.22456/1679-1916.30863>
- Wellman, B. & Frank, K. (2000). Network capital in a multi-level world: Getting support from personal communities. Em N. Lin, K. Cook, & R. Burt (Eds.), *Social capital: Theory and research* (pp. 233-273). Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter. Disponível em: <http://www.chass.utoronto.ca/~wellman>
- Wellman, B., Quan-Haase, A., Witte, J. & Hampton, K. (2001). Does the Internet increase, decrease, or supplement social capital? Social networks, participation, and community commitment. *American Behavioral Scientist*, 45(3), 436-455. <https://doi.org/10.1177/00027640121957286>
- Yuan, E. J. (2013). A culturalist critique of 'online community' in new media studies. *New Media & Society*, 15(5), 665-679. <https://doi.org/10.1177/1461444812462847>