

**FACULDADE DE TECNOLOGIA DE SÃO BERNARDO DO CAMPO
“ADIB MOISÉS DIB”**

Gustavo Moreira Neubauer
Henrique de Souza Rodrigues Alexandre
Paola Costa

INCLUSÃO DIGITAL: DESENVOLVIMENTO DE GUIA PARA TERCEIRA IDADE

São Bernardo do Campo – SP

Junho/2021

Gustavo Moreira Neubauer
Henrique de Souza Rodrigues Alexandre
Paola Costa

INCLUSÃO DIGITAL: DESENVOLVIMENTO DE GUIA PARA TERCEIRA IDADE

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Faculdade de Tecnologia de São Bernardo do Campo “Adib Moisés Dib”, como requisito parcial para a obtenção do título de tecnólogo em Informática para Negócios.

Orientadora : Profa. Dra. Jacy
Marcondes Duarte

São Bernardo do Campo – SP

Junho/2021

Gustavo Moreira Neubauer
Henrique de Souza Rodrigues Alexandre
Paola Costa

INCLUSÃO DIGITAL: DESENVOLVIMENTO DE GUIA PARA TERCEIRA IDADE

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Faculdade de Tecnologia de São Bernardo do Campo “Adib Moisés Dib” como requisito parcial para a obtenção do título de tecnólogo em Informática para Negócios.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado e aprovado em: dia/mês/ano.

Banca examinadora:

Orientadora : Profa. Dra. Jacy Marcondes Duarte, FATEC SBC

Prof. (Título) Nome do Professor, FATEC SBC – Avaliador

Prof. (Título) Nome do Professor, FATEC SBC – Avaliador

RESUMO

A presença dos meios digitais nas diversas áreas é atualmente cada vez maior, tanto na vida profissional quanto no pessoal. As pessoas da terceira idade muitas vezes não são incluídas nesse universo, devido a dificuldades com o uso da tecnologia, e isso pode interferir negativamente em sua qualidade de vida. Levando em consideração esse cenário, este projeto tem o objetivo de criar um manual voltado ao uso dos aplicativos Facebook e Instagram, para facilitar os primeiros passos da pessoa no mundo digital, dando-lhes suporte em toda a experiência, além de apresentar questões de segurança. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, com a discussão das contribuições de autores da área, e experimental, com vista ao desenvolvimento de um produto tecnológico. No referencial teórico foram abordados os temas relativos à Inclusão digital no Brasil, além das ferramentas e tecnologias utilizadas no projeto. Como resultado, obteve-se um manual de fácil consulta, em linguagem descomplicada, que apresenta como navegar com segurança nos aplicativos Facebook e Instagram. Dada a especificidade do público-alvo, o manual é apresentado em versão impressa, mas também poderá ser disponibilizado aos interessados digitalmente.

Palavras-chaves: Inclusão Digital. Terceira idade. Facebook e Instagram. Manual de utilização.

ABSTRACT

The presence of digital media in different areas is currently increasing, both in professional and personal life. Elderly people are often not included in this universe, due to difficulties with the use of technology and this can negatively interfere with their quality of life. Taking this scenario into account, this project aims to create a manual aimed at using the Facebook and Instagram applications, to facilitate people's first steps in the digital world, giving them support throughout the experience, in addition to presenting security issues. It is a bibliographic research, with the discussion of the contributions of authors in the area, and an experimental one, with a view to the development of a technological product. In the theoretical framework, topics related to digital inclusion in Brazil were addressed, in addition to the tools and technologies used in the project. As a result, we obtained an easy-to-consult manual, in uncomplicated language, which shows how to safely navigate Facebook and Instagram applications. Given the specificity of the target audience, the manual is presented in print, but it can also be made available to interested parties digitally.

Keywords: Digital Inclusion. Third Age. Facebook and Instagram. User manual.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	9
1.1 A comunicação humana	9
1.2 Impacto das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs)....	10
1.3 Os idosos e a inclusão digital	13
1.4 A importância da comunicação na socialização dos idosos.....	15
1.5 Facebook.....	18
1.6 Instagram	21
1.7 Ferramentas para desenvolvimento técnico do projeto	22
1.7.1 Adobe Photoshop.....	22
1.7.2 Microsoft Word.....	23
1.7.3 Microsoft Powerpoint.....	24
2 METODOLOGIA	25
2.1 Classificação da pesquisa	25
2.3 Etapas para o desenvolvimento do projeto	26
2.3.1 Etapas teóricas.....	27
2.3.2 Etapas práticas.....	27
3 DESENVOLVIMENTO DO PROJETO	29
3.1 Discussão Teórica	29
3.2 Discussão Técnica	30
3.3 Histórico do Desenvolvimento	30
3.4 Resultados.....	35
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
REFERÊNCIAS	38
APÊNDICE A - O GUIA.....	44

INTRODUÇÃO

A inclusão digital se refere à tentativa de garantir a todas as pessoas o acesso as tecnologias da informação e comunicação, estando relacionado à acessibilidade das pessoas e isso se torna de extrema importância, uma vez que a utilização dessas tecnologias é capaz de trazer muitos benefícios à população. No Brasil, pessoas que estão na terceira idade, isto é, aquelas que têm 60 anos ou mais, estão cada vez mais conectados à internet, por notarem que é um ambiente repleto de possibilidades.

Sabendo da busca pela maior independência para os idosos, junto à noção de que treinar as pessoas mais velhas para usarem as mídias sociais melhora a capacidade cognitiva, aumenta a sensação de auto competência e pode ter um grande impacto positivo sobre a saúde mental e o bem-estar da terceira idade, este projeto visa contribuir para que o idoso possa se juntar ao mundo globalizado, através das redes sociais, tendo acesso a compras on-line, assistência médica e hospitalar, além das infinitas possibilidades de entretenimento e lazer. Abrir esse mundo para os idosos é garantir que eles tenham uma vida mais independente, realizando suas tarefas sem limitações e que tenham, acima de tudo, qualidade de vida.

O motivo pelo qual decidiu-se idealizar este projeto foi orientar o público da terceira idade sobre como utilizar as redes sociais de uma forma prática, detalhada e segura. A criação de um manual é essencial para que o assunto seja abordado de forma detalhada (passo a passo). Portanto, este projeto tem um grande valor social e é viável financeiramente, pois usa apenas as redes sociais como base de conhecimento e as ferramentas do pacote office para a produção do guia.

O objetivo do projeto consiste em criar um manual para atender idosos interessados em obter conhecimento detalhado de como usar o Facebook e Instagram, abrangendo também a área da segurança de informação necessária para esse uso. Ou seja, é voltado para que a navegação se torne simples e segura. O manual é desenvolvido em PDF a partir do uso de algumas ferramentas – Microsoft Word, Adobe Photoshop e Power Point - para colher informações e modelar o guia de ponta a ponta.

Este trabalho de conclusão de curso se compõe de várias partes: o Capítulo 1 - Fundamentação teórica, é composta com as discussões dos autores em que ele se baseia; o Capítulo 2 - Metodologia, com as considerações sobre o planejamento do trabalho, escolhas de instrumentos e etapas; o Capítulo 3 - Desenvolvimento, com o passo a passo seguido para a feitura do projeto; e Considerações finais, apresentando as conclusões oriundas de todo o processo.

1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Neste capítulo apresentam-se os autores e as discussões teóricas em que se baseia o estudo proposto.

1.1 A comunicação humana

A arte da comunicação é considerada por Sutterley (1973) e Mortensen (2017) um dos processos básicos do ser humano ao longo de sua trajetória vital, a mais complexa e elevada conquista da humanidade. Para Maser (2014), etimologicamente, a palavra "comunicar" deriva do latim, significando "por em comum, partilhar, trocar opiniões, conferenciar". É um vocábulo que se tornou popular através dos tempos sendo atualmente empregado para denominar a relação entre as pessoas, falando em sentido geral.

O processo global da comunicação é dotado de sentido amplo, envolvendo meios verbais e não verbais pelos quais uma pessoa pode influenciar a outra. Weaver (1980) destaca alguns meios que o homem utiliza para transmitir ideias: a palavra falada, diretamente ou por telefone ou rádio; a palavra escrita ou impressa, emitida pela mão ou equipamento, acenos de cabeça, e de mãos.

Para Berlo (1979) os ingredientes básicos de processo de comunicação são: Fonte, Mensagem, Canal e Receptor. Esses elementos apresentam relação com a Teoria da Informação ou teoria matemática da comunicação, como é denominada por Weaver (1980).

De acordo com Briggs (2016) o cenário foi caracterizado fortemente pelas ocorrências de arranjos técnicos que produziram ininterruptas convergências. Trata-se do equacionamento de conteúdos no formato de arquivos digitais, infraestrutura de transmissão e plataforma de visualização, o termo convergência é aplicado ao desenvolvimento tecnológico digital, "à integração de texto, números, imagens, sons e a diversos elementos na mídia".

1.2 Impacto das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs)

Castells (2013) alega que, segundo os historiadores, houve pelo menos duas revoluções industriais: a primeira iniciou-se pouco antes dos últimos trinta anos do século XVIII e a segunda, cerca de cem anos depois, cujo destaque é para o desenvolvimento da eletricidade e do motor de combustão interna. Nesses dois momentos, fica claro um período de rápidas transformações tecnológicas e sem precedentes. “Um conjunto de microinvenções preparou o terreno para o surgimento de microinvenções nos campos da agropecuária, indústria e tecnologia” (CASTELLS, 2013, p. 71). Em ambas as revoluções há características comuns, bem como diferenças marcantes. A relevância do conhecimento científico, como base do desenvolvimento tecnológico após 1850, pode ser citada.

Segundo Castells, uma análise histórica comprova que, a longo prazo, os efeitos positivos das novas tecnologias industriais no crescimento e desenvolvimento da sociedade são irrefutáveis, ressaltando que uma das principais lições do processo de industrialização e desenvolvimento tecnológico é que “a inovação tecnológica não é uma ocorrência isolada”, reflete um determinado estágio de conhecimento. Outra lição destacada por Castells (2013) e que gerou controvérsias – embora ambas tenham causado o surgimento de novas tecnologias – é que no cerne dessas revoluções havia uma inovação fundamental na geração e distribuição de energia: “Portanto, atuando no processo central de todos os processos – ou seja, a energia necessária para produzir, distribuir e comunicar – as duas revoluções industriais difundiram-se por todo o sistema econômico e permearam todo o tecido social”.

Após a década de 60, durante a revolução tecnológica que se inicia no fim da Segunda Guerra Mundial, configura-se a Sociedade da Informação, que modifica, em um curto período, diversos aspectos da vida cotidiana. Wertheim (2000, p. 71) salienta que “a expressão ‘sociedade da informação’ passou a ser utilizada, nos últimos anos desse século, como substituta para o conceito complexo de ‘sociedade pós-industrial’ e como forma de transmitir o conteúdo específico do ‘novo paradigma técnico-econômico’”. O conceito visa expressar as transformações técnicas, organizacionais e administrativas, cujo ponto principal não são mais os insumos baratos de energia, como na sociedade industrial, mas sim a informação – em consequência dos avanços tecnológicos na microeletrônica e

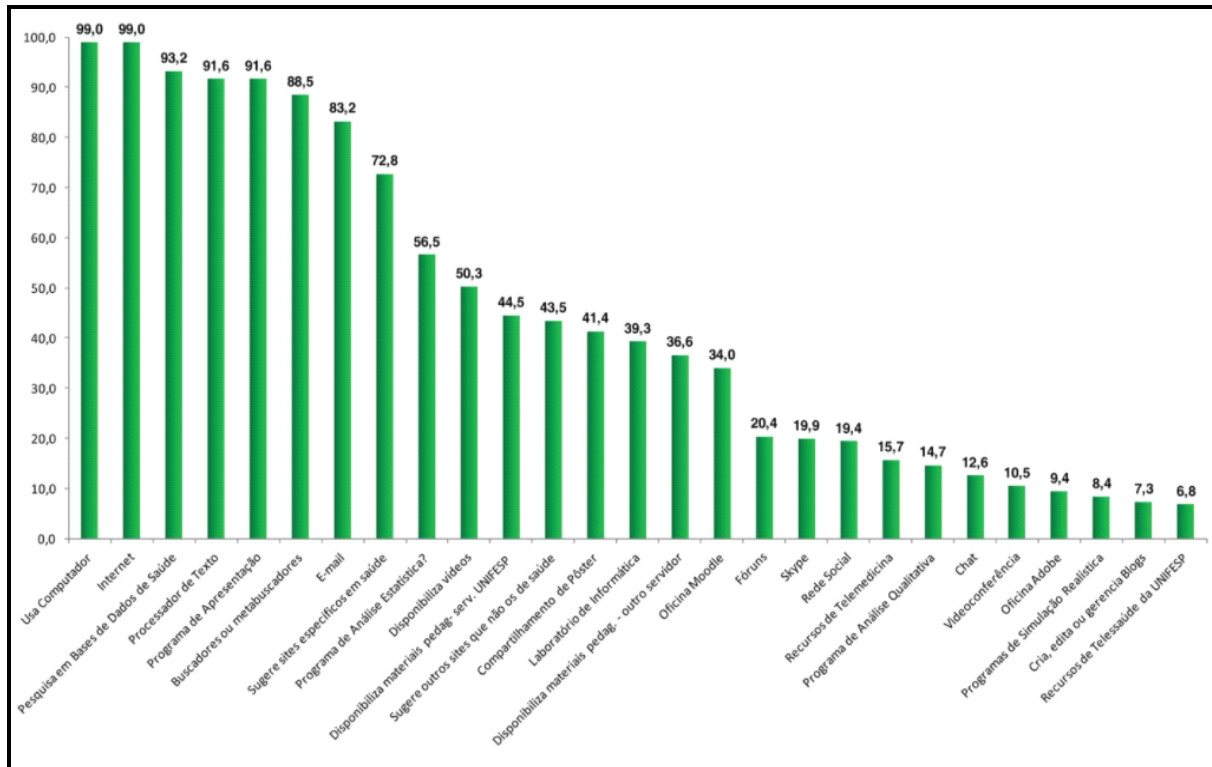
telecomunicações. Essas tecnologias mudaram a quantidade, a qualidade e a velocidade das informações atualmente. As TICs compõem um fator preponderante para o desenvolvimento. São modelos desse crescimento a Europa Ocidental, os EUA e o Japão.

Castells (2013) alega que as TICs apresentam também influência na vida social. A sociedade estabelece contato, direta ou indiretamente, com novas tecnologias quando, por exemplo, assistimos à televisão ou utilizamos serviços bancários on-line etc. Outro ponto de destaque das TICs está relacionado ao processo de ensino. As Tecnologias têm possibilitado a utilização das ferramentas de comunicação no segmento educacional permitindo o início e a ascensão da Educação a Distância (EAD).

A produtividade, a inovação contínua e os avanços tecnológicos passaram a ser vistos, desde os anos 80, como as forças motrizes do desenvolvimento econômico regional (NIJKAMP, 1987 apud LOPES,2018). Em consonância com a afirmação de que os territórios mais desenvolvidos são mais favoráveis ao desenvolvimento tecnológico, pode-se induzir que o surgimento de mudança tecnológica (inovação) origina o desenvolvimento regional. Seguindo essa linha de raciocínio, é plausível afirmar que a utilização de novas tecnologias propicia melhor desempenho econômico por intermédio da maior produtividade. Lopes (2018, p. 999) ressalta que “a produtividade, a inovação contínua e a mudança tecnológica são consideradas como os principais catalisadores locais do desenvolvimento econômico regional.” As Tecnologias de Informação e Comunicação contribuem de diversas maneiras para o desenvolvimento local, pois viabilizam o crescimento econômico, mediante investimentos em tecnologias, crescimento do setor de TICs e impacto em outros setores, proporcionam bem-estar social, por meio do aumento da competitividade, melhores oportunidades de negócio e maiores possibilidades de emprego.

A Figura 1.1 a seguir apresenta um gráfico sobre o uso das TICs

Figura 1.1- Uso das 27 ferramentas de TIC no Brasil



Fonte: LÉVY, 2017

Além disso, as TICs podem contribuir para a ampliação do exercício da cidadania aumentando a interação entre cidadão e governo mediante canais mais rápidos e menos burocráticos de diálogo. Os meios digitais de divulgação de informações também facilitam o controle social do governo, dando maior transparência à administração pública nos três níveis. Outra vertente de discussão sobre a dicotomia tecnologia e desenvolvimento está centrada na importância determinante da tecnologia no desempenho local. Assim, a aplicação das tecnologias mais avançadas deve ser impulsionada mesmo em regiões pobres, onde a produção de inovações é improvável (NIJKAMP, 1987 apud LOPES, 2018). Neste contexto, Kenski (2017, p. 31) reforça que,

As tecnologias transformam o modo como compreendemos e representamos o tempo e o espaço à nossa volta. Sem nos darmos conta, o mundo tecnológico invade nossa vida e nos ajuda a viver com as necessidades e exigências da atualidade. Internet e serviços eletrônicos redimensionam nossa disponibilidade temporal e nosso deslocamento espacial.

De acordo com Borba (2019, p. 4), o acesso à Informática deve ser visto como um direito e, portanto, nas escolas públicas e particulares o estudante deve poder usufruir de

uma educação que no momento atual inclua, no mínimo, uma 'alfabetização tecnológica'. Essa alfabetização deve ser aplicada para que aluno aprenda a ler as novas mídias. Assim, o computador deve estar inserido em atividades essenciais, tais como aprender a ler, escrever, compreender textos, entender gráficos, contar, desenvolver noções espaciais.

1.3 Os idosos e a inclusão digital

A inclusão digital é uma maneira de adicionar todos os indivíduos no direito de participar da atualização tecnológica, a evolução tecnológica é também uma maneira de evoluir o campo de conhecimento ou meios de ações sociais educacionais envolvendo o maior número de pessoas possíveis. De acordo com Knijik et al.(2015) a inclusão digital deve ser pensada como uma questão de direito à ação política e ser objeto de ações governamentais, nas quais a inserção de novos instrumentos nesse campo amplia os quatro capitais básicos para o indivíduo: social, cultural, intelectual e técnico.

Segundo Santos e Almêda (2017) no atual contexto social, as pessoas estão presenciando a constante evolução das Tecnologias de Informação e Comunicação e a alteração dos modos de buscar, compartilhar, acessar e usar as informações. Além disso, esses recursos tecnológicos possibilitam maior integração social em cenários eletrônicos e digitais.

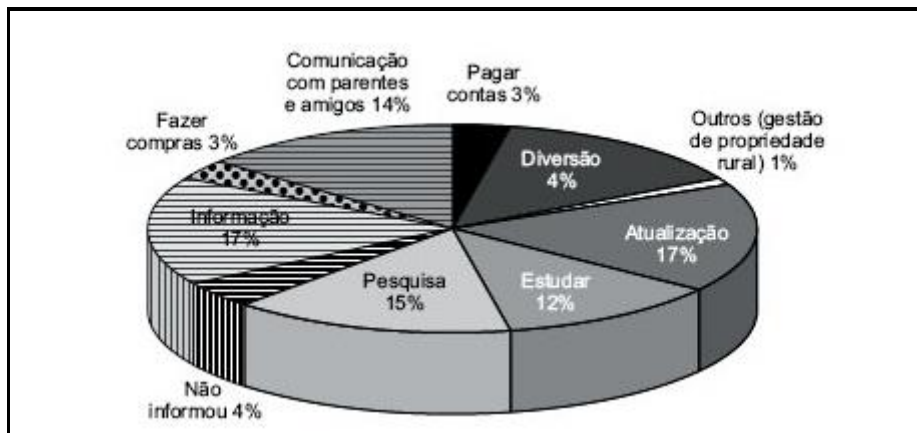
Cerquinho et al. (2015) diz que o termo inclusão digital tem sido comumente utilizado pelo setor público para compor abordagens políticas de caráter populista, que se traduzem em uma espécie de nova solução para quase todas as dificuldades da sociedade atual, como pobreza, desigualdade social, problemas educacionais, injustiça social, desemprego, violência e criminalidade.

Segundo Sales et al. (2014) ao interagirem com os computadores e a Internet, os idosos podem realizar várias tarefas diárias como operações bancárias e compras, consultar o correio eletrônico ou acessar redes sociais para comunicar-se com amigos, parentes, fazer novas amizades e procurar informações sobre saúde ou entretenimento, entre outras. Eles podem aumentar sua interação social e independência, além de dar uma

sensação de segurança e quebrar um pouco a solidão dos que vivem sozinhos. De acordo com Santos e Almêda (2017) os indivíduos da terceira idade são considerados imigrantes digitais, os quais podem se deparar com algumas limitações no uso das ferramentas tecnológicas, em virtude das suas sofisticações/atualizações e complexidade de domínio na utilização. Nos dias atuais, observa-se que a interação dos idosos com as ferramentas tecnológicas viabiliza a qualidade de vida, a manutenção dos seus deveres sociais, a busca de novos conhecimentos e o exercício da sua cidadania na sociedade informacional.

A Figura 1.2 a seguir apresenta um gráfico sobre as situações em que idosos utilizam computador

Figura 1.2 – Situações em que Idosos utilizam Computador

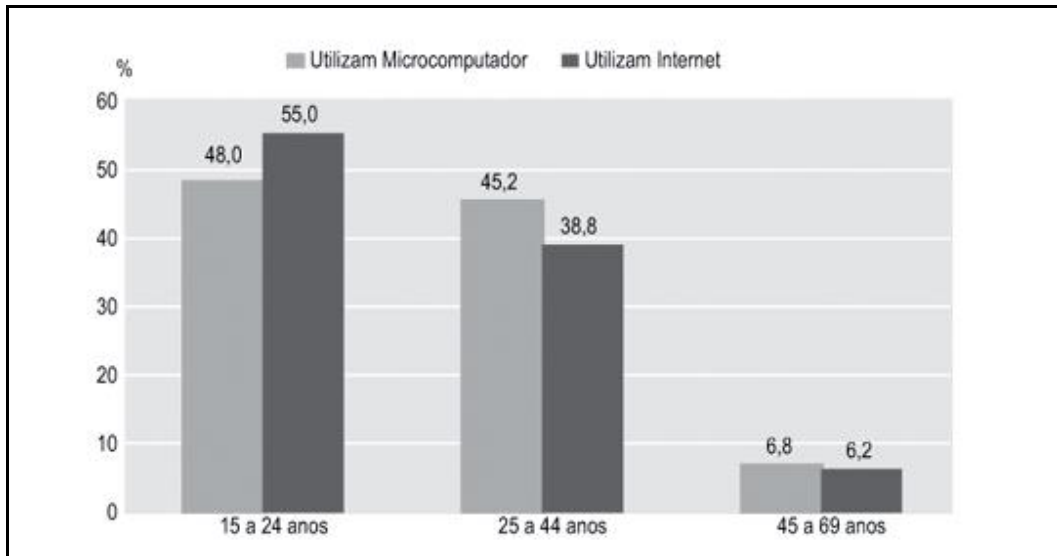


Fonte: MIRANDA, 2018

De acordo com Wasserman et al. (2012) no Brasil, como em todo o mundo, os idosos estão cada vez mais ocupando o seu espaço dentro da sociedade. Este público passou a participar de forma mais ativa no meio social. Com isso, os idosos vêm se tornando mais participativos nas comunidades: estudando, trabalhando, comprando, viajando e se incluindo com mais frequência no mundo virtual. Portanto, o número de pessoas mais velhas aprendendo a usar o computador vem aumentando constantemente.

A Figura 1.3 a seguir apresenta o percentual de utilização de Internet e computador segundo a idade.

Figura 1.3 – Percentual de utilização de Internet e computador segundo a idade



Fonte: MIRANDA, 2018

Segundo Wasserman (2003, p. 568), “as tecnologias de comunicação mais acessíveis às pessoas idosas são aquelas que transmitem conteúdo em ‘massa’, tais como telefone fixo, TV aberta e rádio”. Segundo Czaja e Lee (2016, p. 6), “num futuro próximo, quem não interagir por meio das tecnologias da informação estará em desvantagem”. De acordo com Bronswijk, Kearns e Normie (2007, p. 130), “o aumento na capacidade de processamento computacional combina-se cada vez mais com a diminuição significativa do tamanho de componentes do teclado e o mouse, fatores que podem excluir os usuários cuja destreza e visão estejam comprometidos”.

1.4 A importância da comunicação na socialização dos idosos

Os idosos são hoje 8,6% da população total de nosso país, ou seja, aproximadamente 14,5 milhões de pessoas, segundo o Censo demográfico do Instituto

Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2015). Este destaca que no Brasil, a transição demográfica é incontestável, e que até o ano 2025, possivelmente o país ocupará o sexto lugar da população de idosos do planeta, com 31,8 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais.

Lorda e Sanchez (2001) afirmam que a velhice é inevitável e que o envelhecimento, portanto, é um processo natural inerente à condição humana, caracterizada como um processo dinâmico, irreversível, lento e gradual, que envolve diversos fatores, entre eles os aspectos biopsicossociais. Neste mesmo sentido, Menezes e Vicente (2007), evidenciam que o termo envelhecer remete à condição de tornar-se velho, com muito tempo de existência. Entretanto, o envelhecer não é apenas um processo biológico individual pelo qual os seres vivos passam naturalmente, ele também traz consigo mudanças de caráter social e demográfico.

De acordo com Born (2002), o Brasil não estaria preparado para os problemas decorrentes do envelhecimento. Em virtude da inexistência de programas focalizados para os idosos que habitam em instituições asilares, este fato prejudica a promoção em saúde para tal contingente populacional. Tendo em vista a falta desses programas e a precariedade de rede de assistência social, verifica-se o encaminhamento frequente de idosos para asilos, que se transformam em “depósitos de velhos”.

Santana (2015) estudou a comunicação entre cuidadores e idosos com demência, com implicações para o cuidado de enfermagem. A autora teve como objetivo analisar as estratégias de comunicação utilizadas pelo cuidador e os resultados obtidos na utilização de tais estratégias, e analisar que fatores influenciam o estabelecimento e os resultados desta comunicação.

Domingues, Derntl e Ourique (2005) abordam a importância em se conhecer a rede de suporte social do indivíduo idoso, por representar a base da assistência informal a ele prestada. Participaram da pesquisa 30 idosos divididos em dois grupos etários: com idades variando de 60 a 75 anos e de 75 anos ou mais. Os resultados evidenciam que o instrumento utilizado, Mapa Mínimo de Relações, mostrou-se útil na identificação do universo de relacionamentos interpessoais na chamada terceira idade, oportunizando o

conhecimento da composição e função de cada um dos envolvidos, facilitando a comunicação e o exercício profissional no cuidado com a saúde do idoso.

A tecnologia ao longo dos anos vem causando uma evolução fundamental no mundo inteiro. Para Souza, Filenga e Sanchez (2011), a maneira como os indivíduos se relacionam tem se modificado ao longo do tempo e a prática de relacionamento se intensificou mais recentemente na sociedade do conhecimento. De forma que possibilita a comunicação entre as pessoas que antes utilizavam telefone com fios e cartas para se comunicar com seus parentes e amigos. Assim, como a chegada da “internet”, que buscou facilitar a vida das pessoas.

Logo após, surgiram as redes sociais, que no início eram utilizadas somente para que as pessoas trocassem mensagens em questão de segundos com pessoas do outro lado do mundo, postasse foto e até notícias com usuários desta mesma rede. Para Santos e Santos (2017, p. 59), as redes sociais digitais alteram as escalas, “desfazem” fronteiras e são extremamente usadas, nesse meio técnico-científico-informacional, como mecanismo de poder e lutas por melhorias.

Atualmente, segundo Bergamo et al. (2016), as mídias sociais se tornaram um interessante espaço de relacionamento, não só entre pessoas, mas também de relações coletivas, onde atinge atividades sociais e organizacionais.

Observa-se que a evolução que ocorreu nessa área está relacionada aos interesses e necessidades que a sociedade foi obtendo. Para Arnaud (2016), as mídias sociais permitem às empresas pesquisarem sobre seus consumidores procurando absorver seus interesses.

Diante disso, o Instagram e o Facebook são as duas redes sociais mais utilizadas para a divulgação de produtos e trabalhos, além, de possibilitar mandar as mensagens, publicar fotos e notícias. O marketing digital envolve também a realização de atividades por meio de mídias sociais como Twitter, Facebook, LinkedIn e blogs, e aplicativos online utilizados pelos usuários para manter contatos pessoais e profissionais (CINTRA, 2020).

Segundo Recuero (2014), além de criar postagens próprias e interagir com as de amigos, o Facebook permite que as pessoas enviem mensagens e façam ligações de voz ou de vídeo através de um aplicativo vinculado chamado Messenger, permitindo a conexão entre pessoas mesmo longe.

As redes sociais tornaram-se a nova mídia, em cima da qual a informação circula, é filtrada e repassada; conectada à conversação, onde é debatida, discutida e, assim, gera a possibilidade de novas formas de organização social baseadas em interesses das coletividades (RECUERO, 2014, p. 15).

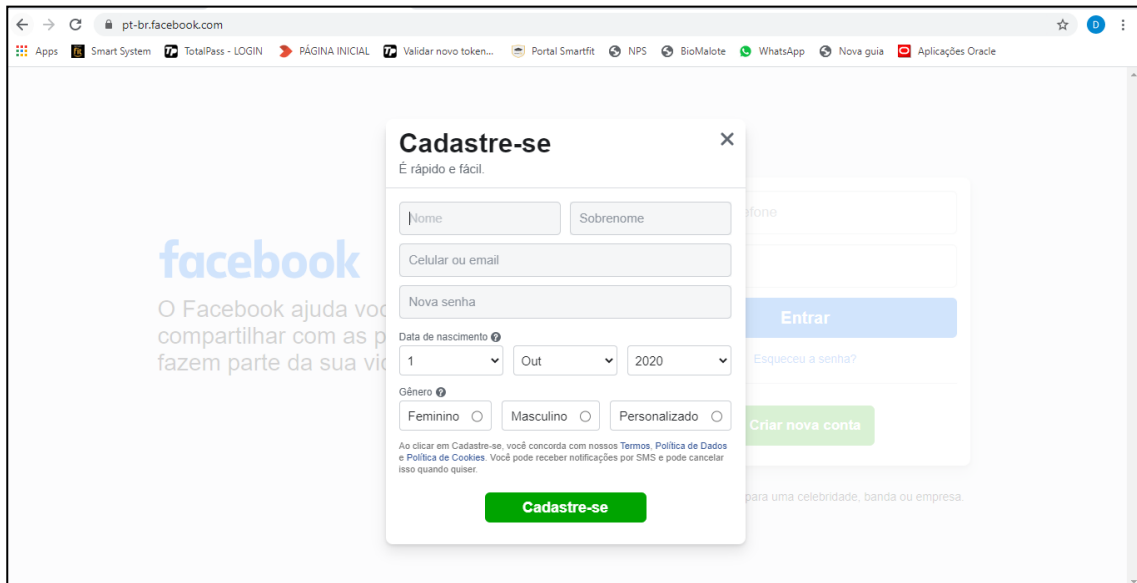
1.5 Facebook

De acordo com o Facebook (2014), para ter acesso à rede social, primeiramente é necessário que se crie uma conta onde estará a base de dados dos usuários pessoais (exemplo: nome e endereço) e será uma porta de acesso para que outras pessoas como família e amigos o encontrem.

O Facebook é considerado como uma mídia social ou “website” gratuito para os usuários, pois “as mídias sociais são sites na Internet construídos para permitir a criação colaborativa de conteúdo, a interação social e o compartilhamento de informações em diversos formatos” (PEREIRA, 2014, p. 7).

O primeiro passo para criar a conta, é acessar o site ou baixar o aplicativo gratuitamente através do Google Play se o celular for Android ou no App Store caso possua o IOS. Após isso, basta preencher os dados abaixo, conforme a figura a seguir.

Figura 1.4– Facebook – Cadastre-se



The image shows a mobile browser window displaying the Facebook registration page. The browser's address bar shows 'pt-br.facebook.com'. The page title is 'Cadastre-se' with a close button (X). Below the title, it says 'É rápido e fácil.' The form contains the following fields and options:

- Nome (text input)
- Sobrenome (text input)
- Celular ou email (text input)
- Nova senha (text input)
- Data de nascimento (dropdown menu with '1', 'Out', and '2020' visible)
- Gênero (radio buttons for 'Feminino', 'Masculino', and 'Personalizado')

At the bottom of the form is a green button labeled 'Cadastre-se'. To the right of the form, there is a blue 'Entrar' button and a green 'Criar nova conta' button. The background of the page shows the Facebook logo and some text: 'O Facebook ajuda você a compartilhar com as pessoas que fazem parte da sua vida'.

Fonte: FACEBOOK, 2020

Após isso, o usuário será direcionado ao seu perfil onde poderá adicionar uma foto de perfil de sua escolha, convidar amigos e familiares a manter contato compartilhando atividades no feed (alimentação) de notícias, histórias e fotos (FACEBOOK, 2020).

Segundo Lloyd (2019) para interagir com seus amigos, a rede social permite que os usuários criem postagens em texto, foto, vídeo, localização ou até mesmo sentimento/atividade. Nessas interações, é possível marcar amigos relacionados com a postagem e alterar a privacidade para que apenas pessoas próximas consigam ver.

Além de criar postagens próprias e interagir com as de amigos, o Facebook permite que as pessoas enviem mensagens e façam ligações de voz ou de vídeo através de um aplicativo vinculado chamado Messenger, permitindo a conexão entre pessoas mesmo longe (FACEBOOK, 2017).

Assim, essa mesma mídia social permite a publicidade, banners, destaques patrocinados no *feed* de notícias, sendo uma rede social que está em processo de evolução constante. Assim, o Facebook (2017), contém os seguintes recursos:

- **Mural** - Um espaço na página de perfil do usuário que permite aos amigos postar mensagens para os outros verem. Ele é visível para qualquer pessoa com permissão para ver o perfil completo, e posts diferentes no mural aparecem separados no “Feed de Notícias”.
- **Presentes** - O recurso de “Presentes” oferece aos amigos a chance de dar presentes, ou seja, pequenas imagens desenhadas por Susan, a outras pessoas, escolhendo uma das lojas de presentes virtuais do Facebook e adicionando uma mensagem.
- **Botão "Curtir/Gostar"** - É um recurso onde os usuários podem gostar de certos conteúdos, tais como atualizações de status, comentários, fotos, links compartilhados por amigos, e propagandas.
- **Marketplace** - Permitindo aos usuários publicar classificados gratuitamente dentro das categorias.
- **Cutucar/Toque** - Aos usuários enviarem “cutucadas” uns aos outros é uma forma de interagir com seus amigos no Facebook.
- **Status** - O “*status*” permite aos usuários postar para amigos ou comunidades coisas que acham interessantes, como vídeos, fotos e links.
- **Eventos** - Uma forma de informar os amigos sobre os próximos eventos em sua comunidade.
- **Aplicativos** - Serve para desenvolvedores criarem aplicações que interajam com os recursos internos do Facebook.
- **Facebook Vídeo** - Os usuários podem adicionar vídeos por um arquivo do computador, adicionando diretamente do celular através do Facebook Móvel ou utilizando um recurso de gravação direta.
- **Facebook Messenger** - Permitindo conversar mensagens a serem enviadas e recebidas com notificações.
- **Em memória de** - Implementando nos perfis de pessoas falecidas a seguinte descrição “Em memória de”, acompanhado do nome do usuário.

1.6 Instagram

Segundo Piza (2012), o surgimento do Instagram aconteceu em 6 de outubro de 2010. Os responsáveis por seu desenvolvimento foram os engenheiros de programação Kelvin Systrom e Mike Keneger. Essa rede ganhou sua popularidade rapidamente, marcando em Abril de 2012 mais de 100 milhões de pessoas utilizando esse serviço, distribuído através da Apple [App Store](#), [Google Play](#) e [Windows Phone Store](#).

Segundo o site do aplicativo, o Instagram (2017), mostra-se um aplicativo de fácil uso, a forma de usar este aplicativo e cada função será destacada abaixo passo a passo:

1º Abrir o Play Store, procurar por “Instagram” e baixar.

2º Abrir o aplicativo e se cadastrar-se.

3º Completar o perfil de usuário com fotos e informações pessoais.

Ao entrar, no Instagram observa-se suas diversas funções.

1º No início, o Instagram seleciona usuários que estejam ao seu alcance ou na sua agenda telefônica.

2º Ao entrar no perfil de alguns usuários selecionado, observa-se as opções “seguir” e “mensagem”, assim, ao seguir tem que notificações de tal pessoa e a disponibilidade de mandar mensagem seguindo ou não.

3º após essas opções acima, nota-se a câmera localizada do lado do nome do aplicativo, utilizada para tirar fotos com efeitos ou editá-las.

4º Do esquerdo acima fica o direct, ideal para mandar mensagens ou postagens para as pessoas.

5º ainda na parte de cima, abaixo das duas opções acima, localiza-se o “seu story” e de outras pessoas que o usuário segue.

6º abaixo tem 4 opções a “casinha” que leva para o início da página do usuário. A “lupa” que permite pesquisar pessoas para seguir, ver o IGVT (vídeo de pessoas aleatórias), entre outras opções. Assim, o “+” para postagens de fotos da galeria no seu perfil. E o “coração” utilizado para ver as atividades das pessoas seguidas ou de quem deu “amei” em publicações do próprio usuário. E por último uma foto do usuário que ao clicar nela abre o perfil dele, possibilitando-lhe ver as próprias postagens.

Também, com a opção dos “≡” para corrigir as informações, podendo encontrar as opções: Arquivar; sua atividade; código QR; Salvos; Amigos Próximos; encontrar pessoas. Logo abaixo na mesma aba, ao clicar em configurações abre uma seleção de opções como: pesquisar; seguir e Convidar amigos; Notificações; Privacidade; Segurança; Anúncios; Conta; Ajuda; Sobre; Tema; Logins; adicionar conta; Sair (INSTAGRAM, 2017).

Dessa forma, ao analisar o manual do Instagram e Facebook, tem-se a noção de uma rede social completa e segundo pesquisa da INFO Exame (2013), citada por Aragão et al. (2015, p. 3), “o Brasil está entre os cinco maiores países que usam o aplicativo Instagram”. Ressaltando também (Aragão, p. 135) que “segundo notícia veiculada no site G1 (2014), o Instagram atingiu o número de 200 milhões de usuários ativos por mês e 60 milhões de novas imagens postadas a cada dia”.

1.7 Ferramentas para desenvolvimento técnico do projeto

As ferramentas são os meios de facilitar a criação do manual, que têm como principal tarefa a padronização dos recursos e a maneira de manipular as atividades conseguindo chegar ao objetivo específico. Segundo Informal (2014) ferramenta significa: utensílios, dispositivos, ou mecanismos físicos ou intelectuais utilizados por trabalhadores das mais diversas áreas para realizar alguma tarefa.

A seguir, são apresentadas as discussões relativas à parte técnica deste projeto.

1.7.1 Adobe Photoshop

Uma das ferramentas mais utilizadas em edição de imagens, o Adobe Photoshop tem recursos muitos úteis, tornando-o muito poderoso e bastante versátil. De acordo com

Caruso (2017), como qualquer programa de edição de imagem, o Photoshop permite modificar fotografias e realizar outros trabalhos artísticos digitalizados. Pode-se retocar uma imagem, aplicar estilos especiais, trocar informações entre fotos e textos, ajustar cores e melhorar foco de uma fotografia. O Photoshop também oferece várias ferramentas para criar uma arte do zero.

Segundo Oficina (2008) Adobe Photoshop é um software caracterizado como editor de imagens bidimensionais do tipo raster (possuindo ainda algumas capacidades de edição típicas dos editores vectoriais) desenvolvido pela Adobe Systems. É considerado o líder no mercado dos editores de imagem profissionais, assim como o programa de facto para edição profissional de imagens digitais e trabalhos de pré-impressão.

1.7.2 Microsoft Word

Segundo Fernanda (2013) o Microsoft Word é um software que permite a criação de documentos em um computador. Pode-se utilizar o Word para criar lindos textos, usando fotografias ou ilustrações coloridas, como imagens ou planos de fundo, e adicionar figuras, como mapas e tabelas. Além disso, o Word fornece diversos recursos úteis para a criação de texto de modo que pode concluir documentos comerciais, como artigos ou relatórios, com facilidade. Também é possível a impressão de endereços para cartão-postal ou envelopes. O Word faz parte do "Office", uma suíte de produtos que combina diversos tipos de softwares para a criação de documentos, planilhas e apresentações, e para o gerenciamento de e-mails. A Infopédia (2020) reforça que o Microsoft Word é um poderoso programa de criação de documentos apresenta inúmeras funcionalidades que permitem ao utilizador criar documentos ou trabalhar em documentos já existentes com uma grande eficácia e rapidez. De acordo com Souza (2018), pode-se salvar os arquivos do WordPad como um arquivo de texto, arquivo Rich Text Format (formato de texto rico), arquivo de texto para MS-DOS ou Unicode. Esses formatos proporcionam maior flexibilidade para trabalhar com outros programas. Os documentos que usam vários idiomas devem ser salvos como arquivos Rich Text.

1.7.3 Microsoft Powerpoint

Barros (2015) explica que o PowerPoint é um programa muito completo, com recursos de armazenamento e compartilhamento de arquivos na nuvem, além de um visual agradável e clean. O app tem o que se precisa para criar e editar apresentações de slides da melhor maneira possível. O programa traz uma gama de recursos, como o fato de permitir comentários e até trabalho em conjunto, como acontece no Google Drive, por exemplo. O software é ideal para apresentar trabalhos, gráficos, palestras e outras funções.

Segundo Souza (2018) O Microsoft PowerPoint é um software criado para compor e exibir apresentações. Está atualmente em Mac e plataformas de computação do Windows. Apresentações podem ser exibidas para um grande público, conectando um projetor digital. Com forte apoio de áudio e visual, este pacote padrão da indústria pode ser usado para qualquer coisa, desde uma pequena tela de mesa redonda ou para uma grande apresentação.

2 METODOLOGIA

Neste capítulo são apresentadas as considerações relativas à metodologia adotada para o desenvolvimento deste Trabalho de Conclusão de Curso, projeto intitulado **INCLUSÃO DIGITAL: DESENVOLVIMENTO DE GUIA PARA TERCEIRA IDADE**. Tais considerações englobam métodos, procedimentos, técnicas e etapas necessárias para o planejamento e consecução do trabalho.

Para o embasamento teórico deste capítulo, foram utilizadas as contribuições de Manual Prático para Elaboração de Monografias do autor Severino (2007). Toda a redação desta monografia baseia-se nas normas da ABNT, obtidas a partir do Manual de Normalização de Projeto de Trabalho de Graduação da Fatec SBC (RICCI, CARVALHO e PEREIRA, 2017).

2.1 Classificação da pesquisa

Trata-se de uma pesquisa aplicada, com vistas ao desenvolvimento de um produto que de forma impressa e online, contenha o passo a passo voltado ao uso dos aplicativos Facebook e Instagram, desde a criação da conta, discussões técnicas, medidas de segurança, e cuidados necessários para manter as informações sigilosas, visando à inclusão digital para pessoas da terceira idade, com caráter explicativo, concebida a partir do método hipotético-dedutivo.

Quanto aos procedimentos técnicos (design da pesquisa), este trabalho pode ser classificado como:

- Pesquisa bibliográfica, com a discussão das contribuições de autores da área;
- Pesquisa experimental, com vistas ao desenvolvimento de um produto tecnológico.

2.2 Descrição do projeto

Pensando em fortalecer a construção das relações interpessoais, e buscando alinhar as experiências da terceira idade com a era tecnológica, surgiu a ideia de se criar um guia que atenda os idosos que têm interesse no mundo tecnológico, visando que estes desenvolvam suas habilidades pessoais, e conseqüentemente propaguem inclusão digital para seus semelhantes.

A linguagem utilizada é simples, para que o guia seja realmente de fácil compreensão e possa cumprir seu objetivo, e foi desenvolvido através das ferramentas Microsoft Word, Adobe Photoshop, PowerPoint.

2.3 Etapas para o desenvolvimento do projeto

As seguintes etapas estão previstas para o trabalho, englobando aspectos teóricos e práticos:

- a) Revisão da bibliografia;
- b) Fichamento dos dados bibliográficos;
- c) Comparação dos autores;
- d) Planejamento técnico do projeto (documentação preliminar, materiais, recursos e ferramentas necessários, fases previstas do trabalho);
- e) Desenvolvimento - construção do projeto, destacando as fases que o compõem, o passo a passo de sua realização;
- f) Análise e discussão dos resultados;
- g) Redação final do trabalho e revisão.

2.3.1 Etapas teóricas

A parte da pesquisa bibliográfica (etapas a), b) e c) anteriormente colocadas) foi a primeira atividade desenvolvida depois da delimitação do tema/problema, englobando consultas a sites especializados, manuais, livros, artigos científicos, teses e dissertações universitárias etc., além de livros relativos a metodologia científica.

Todo o material consultado foi fichado e configurou-se como a base para o Capítulo 1 desta monografia (Fundamentação Teórica).

2.3.2 Etapas práticas

As etapas práticas - itens e), f), g) acima - fazem parte do desenvolvimento do projeto (Capítulo 3) e serão concretizadas no sexto semestre do curso.

O item d) - *Planejamento técnico do trabalho* - refere-se à organização do projeto, fazendo parte deste capítulo 2 (Metodologia). Esse planejamento é feito no quinto semestre e descreve o passo a passo previsto para o desenvolvimento que será realizado no sexto semestre do curso.

A seguir é apresentada a previsão das fases metodológicas para o desenvolvimento deste TCC.

Primeira fase – Seleção das ferramentas para o desenvolvimento técnico, sendo elas Microsoft Word, Adobe Photoshop, PowerPoint, de modo a colher informações e modelar o guia de ponta a ponta.

Segunda fase – Identificação das principais necessidades dos idosos através de pesquisa, de forma a identificar os maiores problemas e dificuldades, para definir o conteúdo do guia.

Terceira fase – Decisão sobre as cores e quais itens irão compor o design do guia.

Quarta fase - Construção do Layout do guia, cores, imagens, efeitos visuais.

Quinta fase – Correção da parte escrita.

Sexta fase - Definição do logotipo do guia.

Sétima fase - Integração das partes e revisão.

Oitava fase - Testes e ajustes do projeto.

Nona fase - Publicação e impressão.

3 DESENVOLVIMENTO DO PROJETO

Esse capítulo tem como intuito demonstrar o desenvolvimento de um guia para a utilização do Facebook e Instagram em smartphones. O desenvolvimento do guia foi feito através do estudo das redes sociais para melhor entendimento, escolha das ferramentas, elaboração de conteúdo e testes para melhoria.

3.1 Discussão Teórica

A ideia deste trabalho de pesquisa veio da observação de dois pontos principais: primeiro, a importância das mídias digitais para a comunicação.

De acordo com Borba (2019), o acesso à Informática deve ser visto como um direito e, portanto, nas escolas públicas e particulares o estudante deve poder usufruir de uma educação que agora inclua, no mínimo, uma 'alfabetização tecnológica'. Essa alfabetização deve ser aplicada para que o aluno aprenda a ler as novas mídias. Assim, o computador deve estar inserido em atividades essenciais, tais como aprender a ler, escrever, compreender textos, entender gráficos, contar, desenvolver noções espaciais.

Outro ponto refere-se à situação dos idosos no tocante a essa nova realidade. Em alguns casos, há uma certa resistência dos idosos para desvendar este mundo social, por medo de fazer algo errado, ou por não saber utilizá-lo, se abstendo de tentar. Com isso, é possível destacar que há uma dificuldade na utilização das redes sociais por parte deles. De acordo com Santos e Almêda (2017) os indivíduos da terceira idade são considerados imigrantes digitais, os quais podem se deparar com algumas limitações no uso das ferramentas tecnológicas, em virtude das suas sofisticações/atualizações e complexidade de domínio na utilização.

A inclusão digital é uma maneira de adicionar todos os indivíduos quanto ao direito de participar da atualização tecnológica, e a evolução tecnológica é também uma maneira de evoluir o campo de conhecimento ou meios de ações sociais educacionais envolvendo

o maior número de pessoas possíveis. De acordo com Knijik et al. (2015) a inclusão digital deve ser pensada como uma questão de direito à ação política e ser objeto de ações governamentais, nas quais a inserção de novos instrumentos nesse campo amplia os quatro capitais básicos para o indivíduo: social, cultural, intelectual e técnico.

O principal foco deste manual é criar uma maneira de conectar as pessoas através de informações simples, de fácil entendimento e visualmente rico e que seja bastante direto, auxiliando até o idoso com mais dificuldade no assunto, quando se trata de tecnologia e suas ferramentas. O Facebook e o Instagram são duas mídias digitais muito utilizadas, conforme dados (CINTRA, 2020) e por essa razão foram as escolhidas como objeto desta pesquisa.

3.2 Discussão Técnica

O guia trata de informações que serão descritas em textos e em fotos, facilitando o entendimento de todos os processos informados. O Facebook e o Instagram são redes sociais e este guia abrange a configuração e funções de cada um, e foi pensado para ser de fácil entendimento, com linguagem simples. Portanto não exige grandes habilidades do usuário nem conhecimento técnico, as únicas ferramentas necessárias para a utilização de ambos é: um smartphone e o acesso à internet.

3.3 Histórico do Desenvolvimento

Inicialmente foram escolhidos os conteúdos das páginas com base nas pesquisas realizadas sobre as plataformas Facebook e Instagram. Partiu-se então para a escolha das cores e o layout, além da linguagem a ser utilizada no manual, por fim foi feito o índice.

A página inicial do Guia está mostrada na figura 3.1 a seguir.

Figura 3.1 – Capa do guia



Fonte: Autoria própria, 2021

O guia traz uma breve descrição do que é uma Rede Social e para que serve o Facebook e o Instagram, conforme a figura a seguir.

A figura 3.2 apresenta o Facebook.

Figura 3.2 – Facebook



Fonte: Autoria própria, 2021

A figura 3.3 apresenta o Instagram.

Figura 3.3 – Instagram



Fonte: Autoria própria, 2021

A seguir, aparecem as informações pertinentes ao acesso, ou seja, criação da conta em ambos os aplicativos.

A figura 3.4 apresenta a criação de conta no Instagram.

Figura 3.4 – Criação de conta no Instagram



Fonte: Autoria própria, 2021

Após isso, o guia conta com um passo a passo sobre as principais ferramentas utilizadas em cada rede social. Alguns exemplos são: feed, fotos, mensagens, adicionar novos amigos, compartilhar e a configuração e explicação de alguns pontos de segurança como a verificação de dois fatores.

A figura 3.5 apresenta atalhos no feed do Instagram.

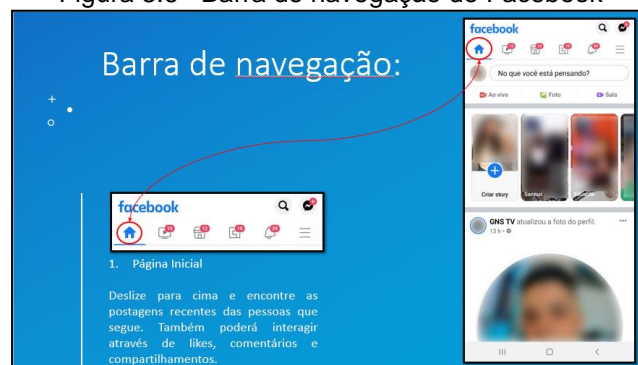
Figura 3.5 –Atalhos no feed do Instagram



Fonte: Autoria própria, 2021

A figura 3.6 apresenta barra de navegação do Facebook.

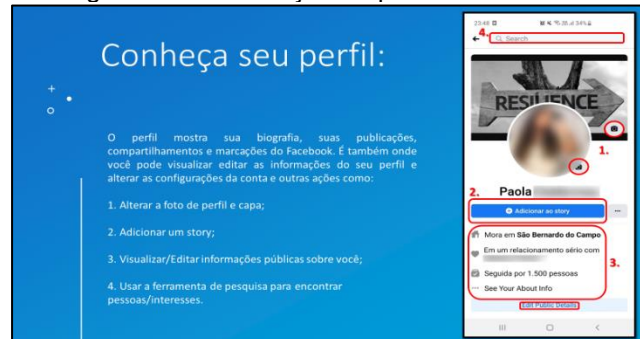
Figura 3.6 –Barra de navegação do Facebook



Fonte: Autoria própria, 2021

A figura 3.7 exemplifica o perfil do usuário.

Figura 3.7 – Conheça seu perfil do Facebook



Fonte: Autoria própria, 2021

Todos os passos são compostos por textos e por imagens, que ambientam e informam a referência do que está sendo descrito ao leitor.

Como finalização dessa parte, o histórico do desenvolvimento do guia está mostrado no quadro a seguir.

Figura 3.8 - Histórico do desenvolvimento do guia – etapas práticas

Fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> • Pesquisa sobre Facebook e Instagram; • Listagem das funcionalidades de cada aplicativo; • Listagem das configurações de segurança do Facebook e Instagram.
Março	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento da linguagem utilizada no manual; • Criação do layout do guia; • Criação da capa do manual.
Abril	<ul style="list-style-type: none"> • Criação da estrutura do manual; • Vídeos de apresentação do produto; • Correção de algumas informações; • Disponibilização do guia para um pequeno grupo de idosos.
Maio	<ul style="list-style-type: none"> • Revisões necessárias; • Feedback de usuários.
Junho	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega final e apresentação.

Fonte: Autoria Própria, 2021

3.4 Resultados

O produto objeto deste projeto atendeu bem os objetivos que nortearam esta pesquisa, ou seja, obteve-se como resultado um guia voltado à terceira idade, em linguagem descomplicada e visualmente amigável.

Com o objetivo de facilitar a inclusão digital, o guia desenvolvido possui funcionalidades básicas e necessárias para garantir uma boa experiência para iniciantes no assunto, permitindo a fácil integração para usuários da terceira idade.

O projeto teve início com uma pesquisa realizada para destacar as principais dificuldades dos idosos ao se interessar pelo mundo tecnológico. Assim, confirmou-se que atualmente não existe outro manual que apresente de forma simples o passo a passo necessário para garantir uma jornada saudável segura.

A partir de um desenvolvimento de conteúdo, é necessário editar tudo que está contido (imagens, textos) através de ferramentas de edição de texto como Word, e somado a esse conteúdo, é de suma importância que o guia tenha uma capa atrativa para seus usuários, e com todo o conjunto, obtenha cada vez mais adesão por parte de seu público.

Desde o princípio, todos os membros do grupo tinham como principal foco criar algo que pudesse contribuir auxiliando os interessados no conhecimento de tecnologia. O guia será disponibilizado em PDF.

Com a obtenção dos resultados, e a sua aprovação comprovada, ele está pronto para ser disponibilizado publicamente, podendo ser replicado para diversas outras pessoas que tenham a necessidade de serem incluídas digitalmente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho abordou muitos conceitos relacionados à comunicação e inclusão digital, bem como informações referentes aos aplicativos Facebook e Instagram, e para isso foi necessário fazer uma breve pesquisa sobre algumas das principais redes sociais mais utilizadas no mundo atualmente.

Sabendo-se que o aparelho smartphone possui uma popularização cada vez mais frequente no Brasil, percebeu-se a relevância de um meio que ajude os idosos e demais pessoas que sentem dificuldade ao manuseá-lo, principalmente com os aplicativos, que possuem a maior demanda desse público atualmente.

Desse modo, sabe-se que o objetivo inicial foi a produção de um guia para que essas pessoas não incluídas digitalmente, conseguissem utilizar melhor seus smartphones para iniciar suas jornadas nas redes sociais.

O guia possui informações simples e objetivas, pois as pessoas devem ter um fácil entendimento acerca do conteúdo disponibilizado nele, para que assim, possam se comunicar e adquirir a competência no uso das plataformas. Ele foi disponibilizado em formato pdf, justamente para tornar o compartilhamento mais viável para qualquer usuário que sinta a necessidade de incluir-se, e o guia pode ser impresso ou compartilhado eletronicamente pelos usuários.

A era digital é marcada pela inovação e pela agilidade de seus processos e descobertas, e a partir da interação entre o homem e a tecnologia, muitos acontecimentos foram possíveis. E a internet é um fator primordial que alavancou tudo isso, pois através dela é possível acessar conteúdo para diversas finalidades.

O smartphone é um aparelho que pode ser manuseado facilmente pelas pessoas, pois ele possui uma extensa faixa de preços (desde os mais acessíveis economicamente até modelos sofisticados). E ele pode conter uma série de aplicativos instalados, o que traz maior praticidade ao usuário.

Ademais, entende-se que a inclusão digital é de extrema importância, já que grande parte das informações são propagadas através das redes e aplicativos de comunicação, por isso a união dela com o Facebook e Instagram possuem resultados promissores através do guia.

O guia possui informações detalhadas sobre o uso dos aplicativos, e segue as etapas e subcapítulos de modo cronológico. Primeiramente, deu-se uma breve explicação do que seriam os aplicativos, em seguida o modo de instalação em diferentes sistemas operacionais, como adicionar amigos, as configurações de privacidade dos aplicativos, etapas para adicionar e compartilhar fotos e vídeos, e ao final do guia procedimentos de segurança dos aplicativos.

Contudo, após a finalização do guia, ele foi disponibilizado para uma pequena parcela de pessoas para que pudesse ver a aceitação e realizar possíveis ajustes, e com a devida aprovação, ele foi disponibilizado em pdf.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, FERNANDA *et al.* Curtiu, Comentou, Comprou: A Mídia Social Digital Instagram e o Consumo. **Seminários em Administração**, nov. 2015. Disponível em: <http://sistema.semead.com.br/18semead/resultado/trabalhosPDF/613.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2020.

ARNAUD, L *et al.* **A Rede Supermarket na Era do Marketing: Um Caso de Mídias Sociais**. Caderno Profissional de Administração da UNIMEP, v. 6, n. 2, p. 118-135, 2017. Disponível em: Acesso em: 20 mar. 2020.

BARROS, Thiago. **Microsoft PowerPoint**: PowerPoint: faça ótimas apresentações com o famoso programa da Microsoft. 29 jan. 2015. Disponível em: <https://www.techtudo.com.br/tudo-sobre/microsoft-powerpoint-2013.html>. Acesso em: 03 nov. 2020.

BERGAMO, Fabio Vinicius de Macedo *et al.* **Relacionamento dos Usuários com Marcas nas Mídias Sociais: uma análise netnográfica das interações nos perfis da marca Guaraná Antarctica**. In: ENANPAD, 2016, Costa do Sauipe (BA). Anais... Costa do Sauipe/BA: ANPAD, 2016. Disponível em: Acesso em: 10 mar. 2017.

BERLO, D.K. **O processo da comunicação: introdução à teoria e à prática**. São Paulo, Martins Fontes, 1979. p. 11-75 EDWARDS, E. **Introdução à teoria da informação**. São Paulo, Cultrix/EDUSP, 1971.

BORBA, Marcelo C. e PENTEADO, Miriam Godoy. **Informática e Educação Matemática** - coleção tendências em Educação Matemática - Autêntica, Belo Horizonte – 2019.

BORN, Boechat. **A qualidade dos cuidados ao idoso institucionalizado**. Tratado de geriatria e gerantologia. Rio de Janeiro - 2002, p. 768.

BRIGGS, Asa; BURKE, Peter. **Uma história social da mídia: de Gutenberg à Internet**. 1. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2016. p. 375.

CARUSO, Luís. **o que é photoshop**. Fotografia DG, 4 mai. 2017. Disponível em: <https://www.fotografia-dg.com/o-que-e-photoshop/>. Acesso em: 29 set. 2020.

CASTELLS, M. **A sociedade em rede**. Trad. Roneide Venâncio Majer. 7ª ed. Vol. 1. São Paulo: Paz e Terra, 2013.

CERQUINHO, Kleomara *et al.* **Inclusão Digital para quem e para quem?** Observação do Portal Inclusão Digital do Governo Federal Brasileiro. Cadernos Gestão Pública e Cidadania, São Paulo, Creative Commons, v. 20, 2015, 172 – 193, jul./dez.

CINTRA, F. C. **Marketing digital: a era da tecnologia online**. Investigaçã, v. 10, n. 1, p. 6, 2020.

CZAJA, S. J. SCHULZ, R. **Innovations in technology and aging**. Generations, v.30, n. 2, p. 6, 2016.

DOMINGUES Mac, Derntl AM, Ourique SAM. **Odontogeriatria: conhecendo o universo social do idoso**. Mapa mínimo de relações: adaptação de instrumento gráfico para identificar a rede de suporte social do idoso, 2005.

FERNANDA, Evelyn. **Word**, 23 fev. 2013. Disponível em: <https://sites.google.com/site/evelynfernandasenac/word>. Acesso em: 3 nov. 2020.

INFOPÉDIA. Porto: Porto Editora, 2003-2020. Disponível em: [https://www.infopedia.pt/\\$word](https://www.infopedia.pt/$word). Acesso em: 03 nov. 2020.

INFORMAL, Dicionário. Ferramentas. **Dicionário**, 18 jul. 2014. Disponível em: <https://www.dicionarioinformal.com.br/ferramentas/>. Acesso em: 01 out. 2020.

INSTAGRAM ultrapassa os 500 milhões de usuários. **Tecnologia e Games**, G1, 16 mar. 2017. Disponível em: <http://g1.globo.com/tecnologia/noticia/2016/06/instagram-ultrapassa-os-500-milhoes-de-usuarios.html>. Acesso em: 02 nov. 2020.

KENSKI, Vani Moreira. **Tecnologias e ensino presencial e a distância**. Campinas, SP: Papyrus, 2017.

KNIJIK, L. *et al.* **Psicoterapia psicanalítica de grupo com idosos**. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, v. 17, n.2, p. 146, mai. 2015.

LÉVY, P. **As Tecnologias da inteligência: o futuro do pensamento na era da informática**. 13.ed. São Paulo: Editora 34; 2018.

LLOYD, Jack. **Como Usar o Facebook**. 14 jun. 2019. Disponível em: <https://pt.wikihow.com/Usar-o-Facebook>. Acesso em: 01 out. 2020.

LOPES, Maria do Céu Baptista. **Redes, tecnologia e desenvolvimento territorial**. In: Congresso de desenvolvimento regional de Cabo verde: Redes de desenvolvimento regional, 1., 2018, Cabo Verde. Anais... Cabo Verde: APDR,2018. p. 995-1015. Disponível em: Acesso em: 13 ago. 2020.

LORDA, C *et al.* **Recreação na 3ª idade**. 3.ed. Rio de Janeiro: Sprint,2001.

MASER, S. **Fundamentos de teoria geral da comunicação: uma introdução a seus métodos e conceitos fundamentais, acompanhada do exercício**. São Paulo, EPU/EDUSP, 2014, p. 1-9.

MASER, Siegfried. **Fundamentos de teoria geral da comunicação**. Ed. Epu, 1975.

MENDES, M.R.S.S.B *et al.* **A situação social do idoso no Brasil:** uma breve consideração. *Acta Paulista de Enfermagem*, v.18, n.4, 2005.

MENEZES, Letícia *et al.* **Envelhecimento vocal em idosos institucionalizados.** *Revista CEFAC*, v. 9, n.1, 2007.

MORTENSEN, CD. **Teoria da comunicação: textos básicos.** São Paulo, Mosaico, 2017.
MUCC1 HEI .LI, R. *Communication et roscaux de communications.* Libraires Techniques, enterprise moderne d'edition, 2017, p. 69.

MIRANDA, LM. **As contribuições da internet para o idoso: uma revisão de literatura.** *Interface Comum Saúde*, 2018.

NIJKAMP, P. ***Spatial complexity and spatial equilibrium: an interpretative perspective.*** *Regional Science and Urban Economics*, v. 37, n. 4, p. 509-516, 2009.

OFICINA, Redação. Tudo sobre Photoshop. **Photoshop**, 14 fev. 2018. Disponível em: https://www.oficinadanet.com.br/artigo/753/tudo_sobre_photoshop. Acesso em: 28 set. 2020.

PEREIRA, Denise. **O uso do Instagram patrocinado de marcas como veículo de publicidade.** Brasília: UNICEUB, 2014.

PIZA, M. V. **O fenômeno Instagram: considerações sob perspectiva tecnológica.** 2012. 48f. Monografia (Graduação) – Departamento de Sociologia, Instituto de Ciências Sociais, Universidade de Brasília, Brasília/DF, 2017. Disponível em: Acesso em 11 mar. 2017.

RECUERO, R. **Redes sociais na Internet.** Porto Alegre: Sulina, 2014.

RICCI, Delcínio; CARVALHO, Edmilson; PEREIRA, Samáris. **Manual de normalização de projeto de trabalho de graduação da Fatec SBC**, 2017. Disponível em: <http://fatecsbc.edu.br>. Acesso em: 29 nov. 2020.

SALES, Márcia *et al.* **Inclusão digital de pessoas idosas**: relato de experiências de utilização de software educativo. Revista Kairós Gerontologia, v. 1, p. 63-81, dez. 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/23457/16848>. Acesso em: 22 set. 2020.

SANTANA, Rosimeire Ferreira. **A comunicação entre cuidadores principais e idosos com demência**: implicações para o cuidado de enfermagem. 2017. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

SANTOS, Raimunda *et al.* **O envelhecimento humano e a inclusão digital: Análise do Uso das Ferramentas Tecnológicas pelos Idosos**. Ciência da informação em Revista, Maceió, v. 4, n. 2, p. 59-68, maio/agosto 2017. Disponível em: <https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=https://www.seer.ufal.br/index.php/cir/article/viewFile/3146/2667>. Acesso em: 22 set. 2020.

SEVERINO, Antônio. **Metodologia do trabalho científico**. 13. ed. São Paulo: Cortez, 2007.

SOUZA, Rafaela. **Ferramentas de escritório**: O Microsoft Office 365. 10 jul. 2018. Disponível em: https://medium.com/@rafaelasouza_26759/ferramentas-de-escrit%C3%B3rio-9945cba61809. Acesso em: 03 Nov. 2020.

SUTTERLEY, D.C *et al.* **Perspectives in human development: nursing throughout the life cycle**. Philadelphia, LB. Lippincott, 1973. WEAVER, W. A matemática da comunicação. In: MORTENSEN, CD. Teoria da comunicação: textos básicos. São Paulo, mosaico, 1980. p. 39-51.

WASSERMAN, Camila *et al.* **Redes sociais: um novo mundo para os idosos.** *Novas tecnologias na educação*, v. 10, p. 1-10, jul. 2019. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/renote/article/download/30863/19222>. Acesso em: 22 set. 2020.

WEAVER, W. **A matemática da comunicação.** In: recuero, CD. *Teoria da comunicação: textos básicos.* São Paulo, Mosaico, 1980. p. 39-51.

WERTHEIN, Jorge. **A Sociedade da informação e seus desafios.** *Ciência da Informação*, Brasília, v. 29, n. 2, maio/ago, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ci/v29n2/a09v29n2.pdf>. Acesso em: 08 de jul. de 2020.

APÊNDICE A - O GUIA

Guia de Inclusão Digital: Como usar o Facebook e Instagram.

Autores:



TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO
TECNOLOGIA EM INFORMÁTICA PARA NEGÓCIOS
1º SEMESTRE 2021

—
01

ÍNDICE

Parte 1 - Instagram:	
• O que é o Instagram?	02
• Baixe o aplicativo no seu celular	03
• Crie uma conta	04
• Crie uma senha	05
• Sincronizar contatos	06
• Finalize seu cadastro	07
• Adicione uma foto de perfil	07
• Personalize seu perfil	08
• Alguns atalhos do Instagram	08
• Alguns ícones comuns do Instagram	10
• Barra de navegação	12
• Recursos de privacidade e segurança	15

Parte 2 - Facebook:	
• O que é o Facebook?	18
• Baixe o aplicativo no seu celular	19
• Crie uma conta	21
• Crie uma senha	22
• Finalize seu cadastro	23
• Adicione uma foto de perfil	24
• Adicione seus amigos	25
• Barra de navegação	25
• Conheça seu perfil	28
• Como postar vídeos ou fotos	29
• Messenger	30
• Gerenciamento da privacidade	30



O que é o INSTAGRAM?


- O Instagram é um aplicativo de rede social usado para compartilhar fotos, vídeos e mensagens. Seja por Stories, Feed, Live, IGTV ou Direct, a missão da rede social é te aproximar das pessoas e coisas que ama.



Você vai aprender:

- Como baixar o aplicativo no seu celular;
- Como criar sua conta no Instagram;
- Configurações iniciais para utilizar o aplicativo;
- Medidas de segurança.

+
o



Baixe o aplicativo no seu celular:

Vá até o menu do seu celular e acesse a loja de aplicativos de acordo com seu Sistema operacional:

→ Android: Google Play

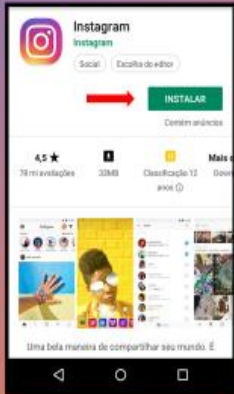
→ iOs: App Store

+
o


Baixe o aplicativo no seu celular:

Na barra de pesquisa digite "Instagram" e depois clique em "Instalar/Baixar":

Android: Google Play



iOs: App Store



Baixe o aplicativo no seu celular:



Após a instalação, clique em "abrir":

A partir daqui, o passo a passo será igual tanto para Android quanto para iOS.

Android: Google Play



iOs: App Store



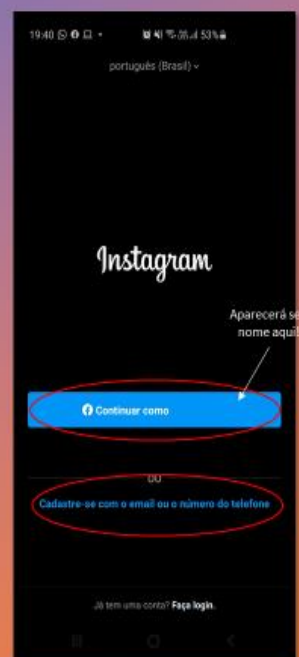
Crie uma conta:



Na pagina inicial do aplicativo, podemos observar duas formas de criar uma conta:

“Continuar como... (Seu nome)”: Se você já tiver o Facebook instalado e logado no celular, essa opção aparecerá para um cadastro mais rápido, vinculando as informações do Facebook no Instagram.

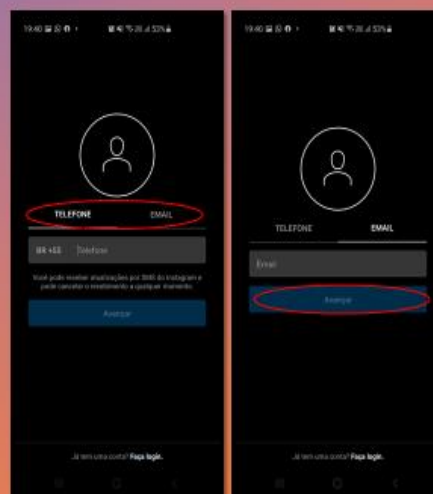
A segunda forma é realizar o cadastro usando seu email ou número de telefone. Iremos utilizar essa opção para proseguir...



Crie uma conta:



O próximo passo é decidir entre cadastrar pelo número de celular ou email. Os dois serão necessários para a finalização do registro. Por hora, escolha o mais conveniente pra você e depois de preencher clique em "Avançar".



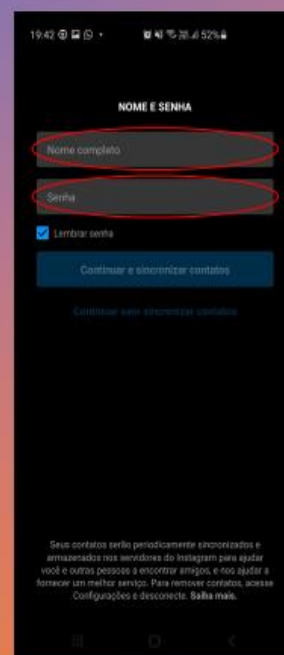
Crie uma senha:



Após inserir seu nome completo, é necessário a criação de uma senha que será a chave de acesso a sua conta. Veja abaixo dicas de como criar uma senha segura:

1. Mínimo de 10 caracteres;
2. Alterne entre maiúscula e minúscula;
3. Use caracteres especiais como "@, #, *";
4. Alterne entre números e letras;
5. Fuja do óbvio.

Lembrando que cada senha é única e pessoal portanto, nada de compartilhar sua senha com pessoas desconhecidas. O Instagram não pede informações sigilosas, a não ser na própria aba de login da rede.

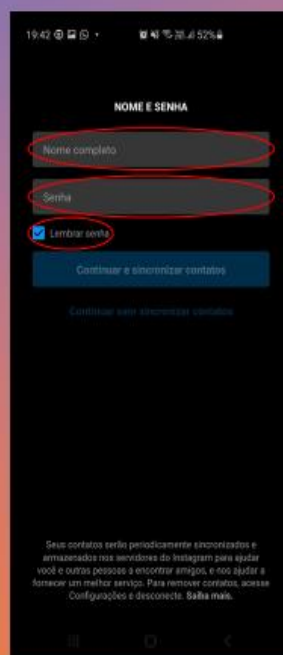


Crie uma senha:



Agora que já criou uma senha forte, é hora de decidir se quer que o aplicativo lembre a sua senha por você. Por padrão, quando você insere uma nova senha em um site, o mesmo pergunta se deseja salvá-la para que futuramente em um novo acesso, sua senha e login estejam prontos para acessar o site, sem precisar que você a digite.

Mas pense sempre na segurança dos seus dados. Caso mais pessoas tenha acesso ao seu celular essa opção não é recomendada.



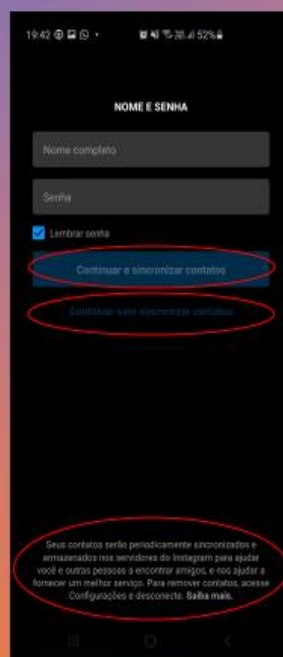
Sincronizar contatos:



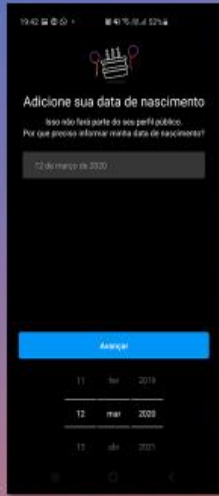
Ao continuar, temos duas opções conforme imagem:

Ao selecionar "Continuar e sincronizar contatos" você autoriza o Instagram a ter acesso a sua agenda telefônica. Isso permite que seus amigos e familiares sejam encontrados e que virem sugestão de amizade na própria plataforma.

Você também pode preferir clicar em "Continuar sem sincronizar contatos"



Finalize o cadastro:



Adicione sua data de nascimento e clique em "Avançar".



Se estiver satisfeito com o nome de usuário clique em "Avançar".

O Instagram criará automaticamente um nome de usuário que você poderá trocar caso não goste.

Através do nome de usuário seus amigos conseguirão achar você no Instagram.



Sincronize (ou não) seus amigos do Facebook.

Adicione uma foto ao perfil:



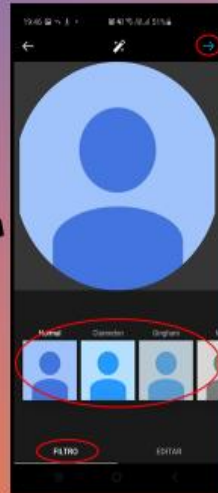
Clique em "Adicionar uma foto".



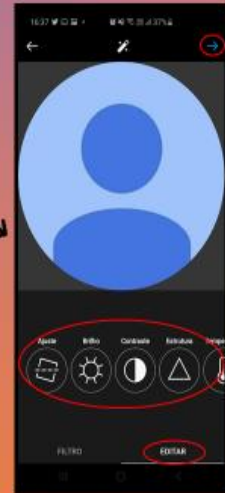
Sua galeria (após sua permissão) aparecerá aqui.

Escolha a foto que deseja adicionar em seu perfil.

Clique aqui para avançar



Selecione um filtro se desejar.

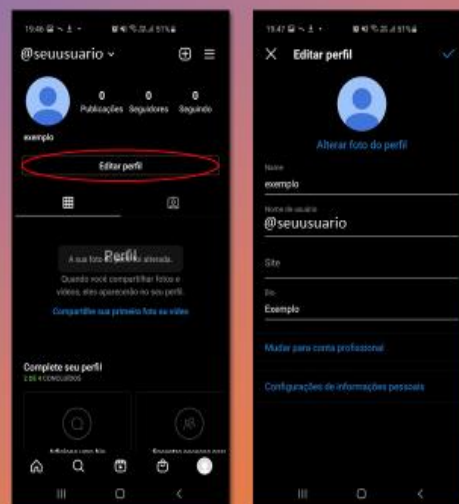


Algumas ferramentas para melhorar a qualidade da foto também ficam disponíveis e a seu critério para uso.

+ • Personalize seu perfil:

Basicamente, a configuração de sua conta foi finalizada e você poderá adicionar ou editar dados clicando em "Editar Perfil".

Todas as informações adicionadas nessa aba aparecerão a usuários que tiver acesso ao seu perfil.



+ • Alguns atalhos do Instagram:



1. Adicionar

Uma atalho feito especialmente pro momento de criar ou adicionar uma publicação no feed, story, reels ou criar uma sala ao vivo.



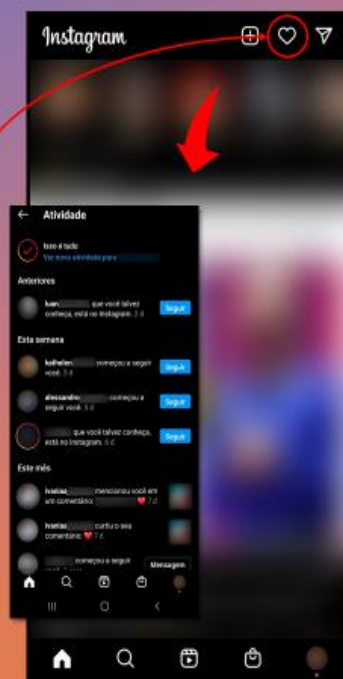
Alguns atalhos do Instagram:

+
o



2. Atividade

Nesta parte é possível conferir as últimas interações do seu perfil como notificações de novos seguidores, comentários e publicações.



Alguns atalhos do Instagram:

+
o



3. Direct

Basicamente, é um recurso que permite trocar mensagens e fotos de forma privada com os seguidores. O Instagram Direct também registra as interações que são feitas pelos usuários com seus stories, abrindo mais uma oportunidade de diálogo.



+ • Alguns atalhos do Instagram:

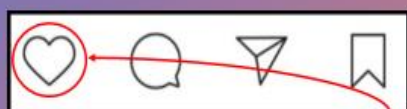


4. Story

Consiste na possibilidade de publicar fotos ou vídeos que ficam acessíveis por até 24 horas, depois disso, eles desaparecem imediatamente.



+ • Alguns ícones comuns do Instagram:

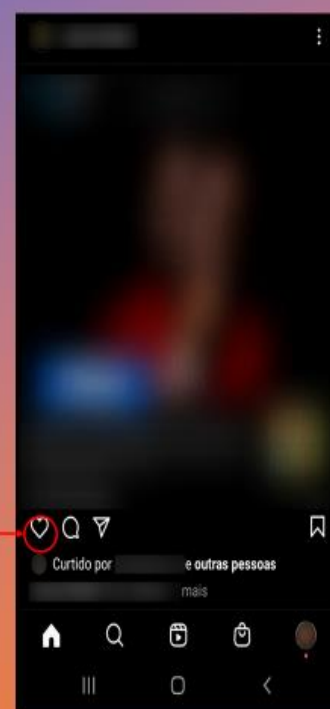


1. Curtir

Esse coraçãozinho que você encontra abaixo de cada publicação é muito utilizado por usuários como forma de interação.

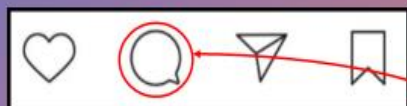
Ao se deparar com um post do qual gosta, você pode simplesmente tocar na foto com o dedo duas vezes seguidas para curtir-lo.

Uma alternativa é o clique direto no coração logo abaixo das postagens.



+ . Alguns ícones comuns do Instagram:

1. Toque no ícone;
2. Escreva seu comentário;
3. Clique em "Publicar";
4. Comentário publicado.

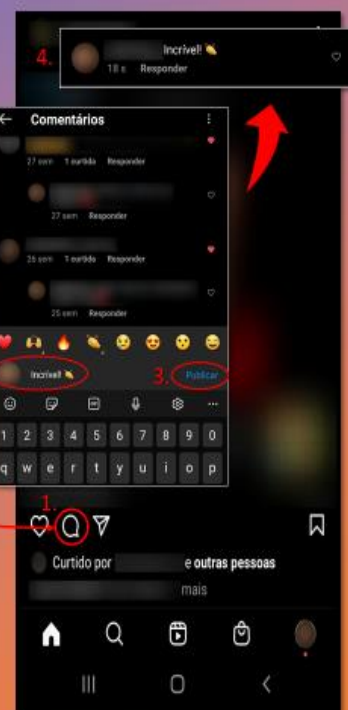


2. Comentar

Os comentários são permitidos em fotos e vídeos postados pelos usuários.

Também podem ser respondidos ou curtidos.

Por meio desse ítem, podem ser inseridas marcações e hashtags, mas os links não são permitidos.



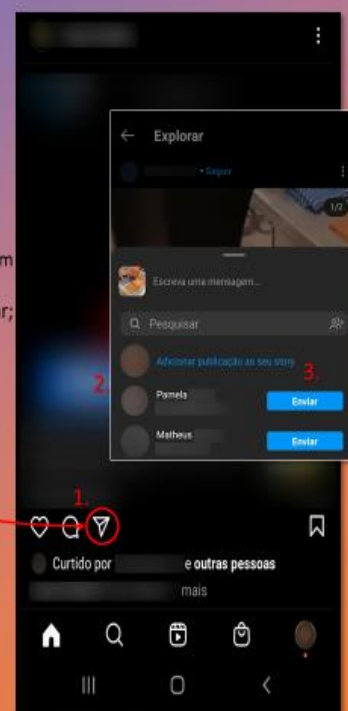
+ . Alguns ícones comuns do Instagram:

1. Toque no ícone;
2. Escolha entre compartilhar com um amigo ou no seu story;
3. Clique em "Enviar"/Adicionar;
4. Conteúdo compartilhado.



3. Compartilhar

Quando quiser dividir algo com alguém, basta seguir os passos acima que o conteúdo será enviado no chat da pessoa escolhida, ou se preferir, aparecerá em seu Story.



Alguns ícones comuns do Instagram:

+
o



4. Salvar

Quando você salva uma publicação, ela fica visível para você em uma seção privada do seu perfil.

Basta acessar a opção "Salvos" no seu perfil.



Barra de Navegação:

+
o

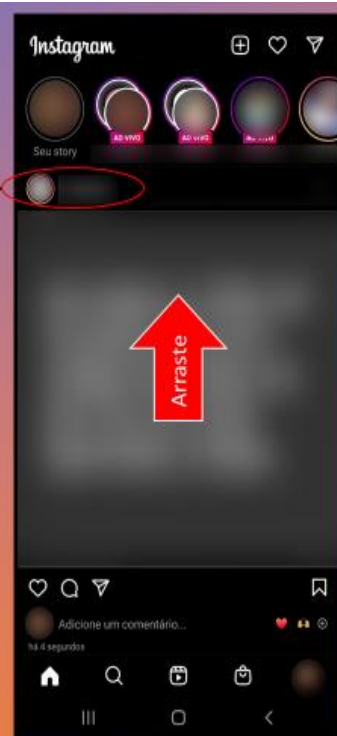
Agora, mostraremos algumas ferramentas que poderá utilizar para navegar em sua nova rede social.



1. Página Inicial.

Deslize para cima e encontre as postagens recentes das pessoas que segue. Também poderá interagir através de likes, comentários e compartilhamentos.

Identifique de quem é a postagem através da foto de perfil e nome de usuário que aparecerá em cima de cada publicação:



Barra de Navegação:

+
o



2. Ferramenta de Pesquisa.

Caso queira encontrar uma pessoa ou conteúdo, a ferramenta de pesquisa irá lhe ajudar.

Com o nome de usuário você facilmente encontrará a pessoa desejada. Mas caso não tenha, apenas com o nome da pessoa também é possível. Basta digitar no campo "Pesquisar" que irá aparecer as opções mais parecidas com o que escreveu.



Use a lupa assim que terminar de escrever para realizar sua busca.

Se ainda quiser tentar pelo nome da pessoa, lembre-se sempre de trocar a busca para "Contas" em vez de "Locais" ou "Tags", por exemplo. No caso de artistas ou pessoas famosas em geral, você pode acabar encontrando pessoas com contas falsas, então sempre tente notar se há uma marquinha azul ao lado do nome, o que comprova a autenticidade da conta.

Barra de Navegação:

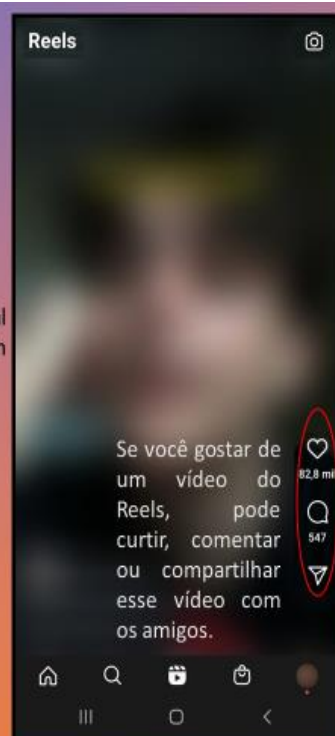
+
o



3. Reels.

O Reels é um tipo de canal de navegação que exhibe os conteúdos em alta do Instagram. Diversos vídeos e assuntos sugeridos de acordo com seu perfil e ações na plataforma.

Role o feed na vertical para explorar entre um conteúdo e outro.



Se você gostar de um vídeo do Reels, pode curtir, comentar ou compartilhar esse vídeo com os amigos.

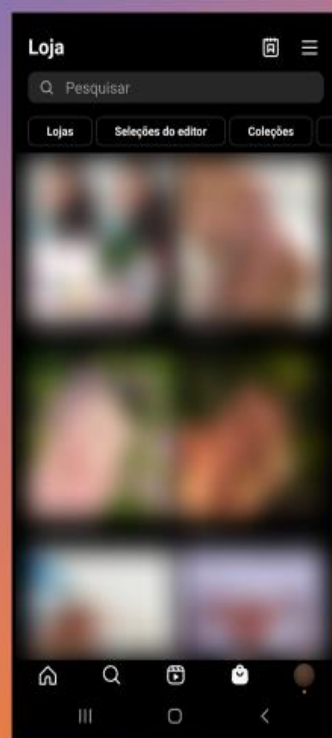
Barra de Navegação:

+
o



4. Loja.

SIM! Existem milhares de lojas dentro do Instagram. E a plataforma criou uma forma de reuni-las em um espaço só. Ao clicar no ícone destacado acima, uma seleção de lojas sugeridas para seu tipo de perfil irá aparecer. Legal, né? ;)



Barra de Navegação:

+
o



5. Meu Perfil.

O perfil mostra sua biografia e suas publicações do Instagram. É também onde você pode editar as informações do seu perfil e alterar as configurações da conta.





RECURSOS DE PRIVACIDADE E SEGURANÇA



Autenticação dois Fatores é um recurso de segurança que ajuda na proteção da conta. Ao configurar a autenticação dois fatores, será necessário colocar um código de login especial ou confirmar a tentativa de login, sempre que houver a tentativa no primeiro acesso ao Instagram e Facebook por navegador ou dispositivo móvel.



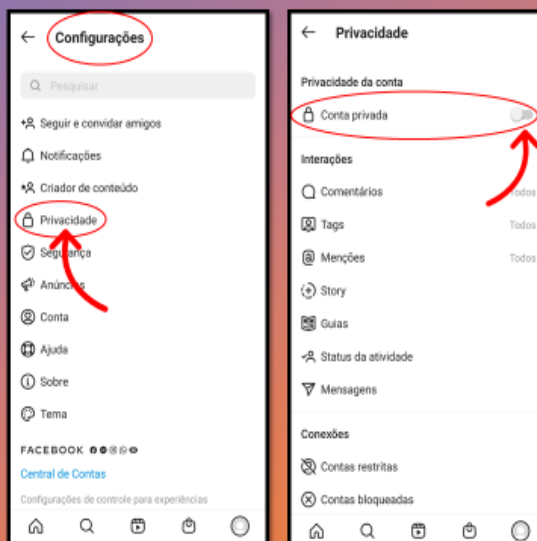
GERENCIAMENTO DA PRIVACIDADE



- Há várias ferramentas que você pode utilizar para obter mais controle sobre sua identidade e experiência digital. Uma das primeiras coisas é decidir se sua conta será pública ou privada. Isso garantirá controle sobre quem vê e interage com o conteúdo que publica e fará com que você sinta que pode se expressar de maneira autêntica no Instagram.

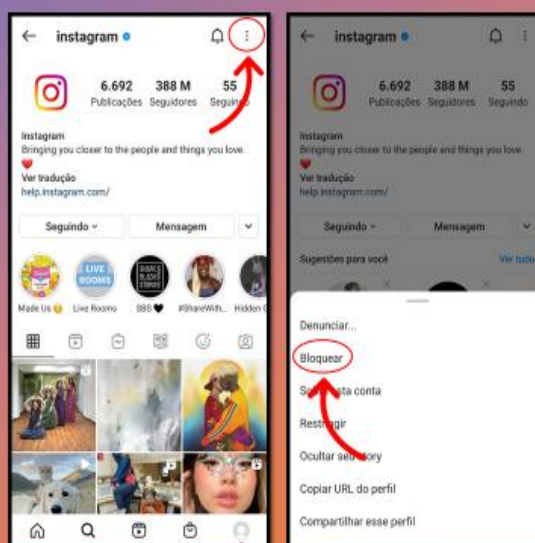
COMO ALTERAR A PRIVACIDADE DA SUA CONTA:

Se a conta for privada, é você quem aceita as pessoas que podem segui-lo. Ou seja, apenas quem for aprovado previamente poderá ver o conteúdo publicado em sua conta. Também é possível retirar essa permissão e remover seguidores a qualquer momento. Se a conta for pública, qualquer pessoa poderá segui-lo sem necessidade de aprovação, sendo visível o conteúdo publicado por ele. A alternância entre conta pública e privada pode ser feita a qualquer momento. Em todo caso, é possível escolher quem pode comentar nas suas publicações e desativar a opção "Mostrar status da atividade" (para que seus seguidores não vejam quando estiver online).



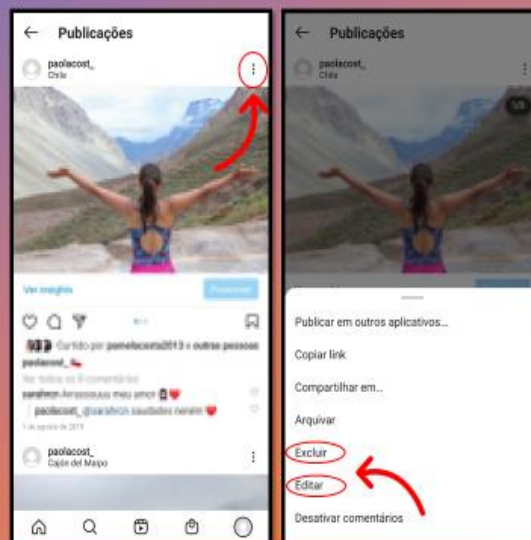
BLOQUEAR CONTAS INDESEJADAS:

Você pode bloquear contas com as quais não deseja interagir. Isso impedirá que as pessoas vejam e comentem em suas publicações. Quando você bloqueia uma conta, a pessoa não é notificada. E você poderá desbloqueá-la a qualquer momento.



EXCLUIR OU EDITAR CONTEÚDO:

Se você mudar de ideia, é muito simples apagar ou editar um conteúdo já publicado. Caso queira apagar, o conteúdo ficará inacessível na sua conta – ainda que possa ter sido registrado em outros formatos por algum seguidor (p.ex., via foto ou captura de tela). Na opção Editar, disponível para conteúdo postado no Feed, é possível mudar itens como texto, geolocalização e marcação de amigos.



O que é o FACEBOOK?

- O Facebook é a maior rede social do mundo, com mais de 2 bilhões de usuários ativos. De acordo com Mark Zuckerberg, o objetivo da rede social é conectar pessoas, criando um mundo mais transparente.

+
o



Baixe o aplicativo no seu celular:

Vá até o menu do seu celular e acesse a loja de aplicativos de acordo com seu Sistema operacional:

→ Android: Google Play

→ iOs: App Store

+
o

Passo a passo de como criar uma conta no Facebook pelo aplicativo

•

Você vai aprender:

- Como baixar o aplicativo no seu celular;
- Como criar sua conta no Facebook;
- Configurações iniciais para utilizar o aplicativo;
- Medidas de segurança.

Baixe o aplicativo no seu celular:

- + .
- o .

Na barra de pesquisa digite "Facebook" e depois clique em "Instalar/Obter":

Android: Google Play



iOs: App Store



Baixe o aplicativo no seu celular:

- + .
- o .

Após a instalação, clique em "Abrir":

A partir daqui, o passo a passo será igual tanto para Android quanto para iOS.

Android: Google Play



iOs: App Store



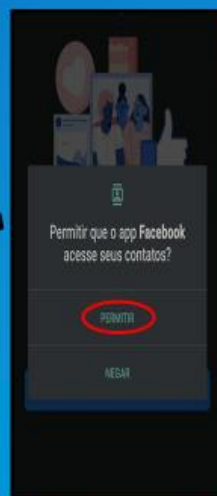
Crie uma conta:



1. Comece clicando em "Criar uma nova conta do Facebook"



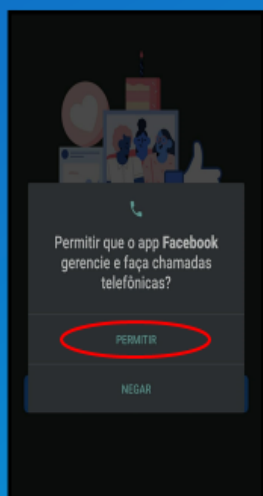
2. Clique em "Avançar"



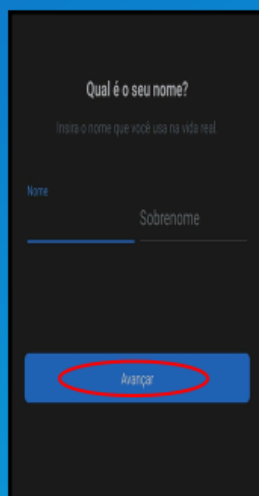
3. Para prosseguir, clique em "Permitir".

Com essa permissão, você pode importar sua agenda telefônica do celular para o Facebook, assim, seus contatos aparecerão como sugestão de amizade na plataforma.

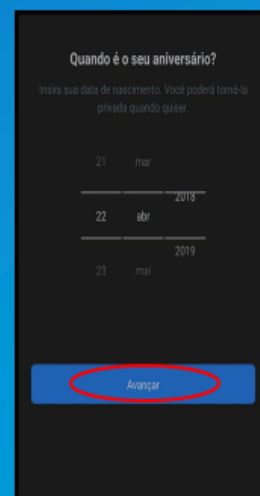
Crie uma conta:



Essa permissão é concedida para que o aplicativo possa realizar chamadas de voz via internet.



4. A seguir, digite seu nome e sobrenome e clique em "Avançar"



5. Adicione sua data de nascimento e clique em "Avançar".

Crie uma conta:



Qual é o seu gênero?

Você poderá alterar quem vê o gênero no seu perfil posteriormente.

Feminino

Masculino

Personalizado
Selecione Personalizado se deseja escolher outro gênero ou preferir não informar.

Avançar

6. Selecione seu gênero e depois em "Avançar"



Informe o número do seu celular

Insira o número do celular para contato. Você poderá ocultá-lo do seu perfil posteriormente.

Confirme que o código de área está incluído no seu número de celular:

Número do celular

Avançar

7. Informe seu número de celular e avance novamente

Crie uma senha:



É necessário a criação de uma senha que será a chave de acesso a sua conta. Veja abaixo dicas de como criar uma senha segura:

1. Mínimo de 10 caracteres;
2. Alterne entre maiúscula e minúscula;
3. Use caracteres especiais como "@, #, *";
4. Alterne entre números e letras;
5. Fuja do óbvio.

Lembrando que cada senha é única e pessoal portanto, nada de compartilhar sua senha com pessoas desconhecidas. O Facebook não pede informações sigilosas, a não ser na própria aba de login da rede.

Escolha uma senha

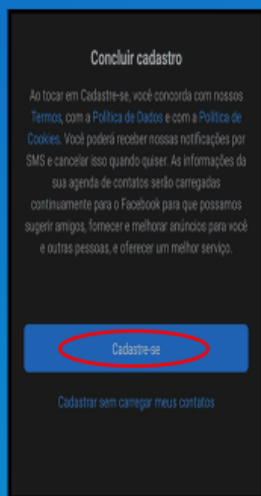
Crie uma senha com pelo menos 6 caracteres. Ela deve ser algo que outras pessoas não consigam adivinhar.

Senha

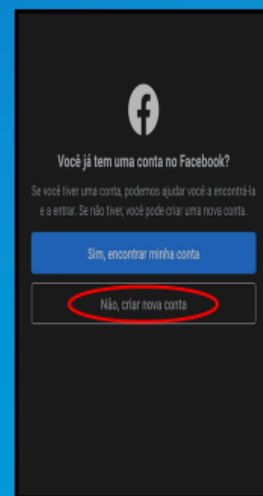
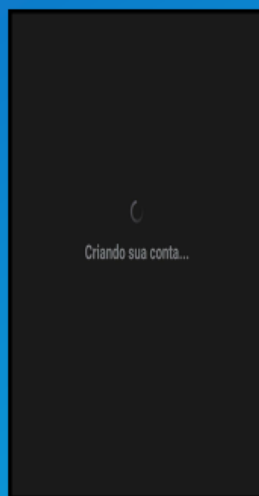
Avançar

8. Após a senha ter sido criada, clique em "Avançar"

Finalize seu cadastro:

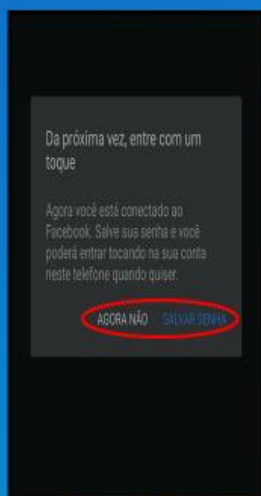


Clique em "Cadastre-se" para concluir



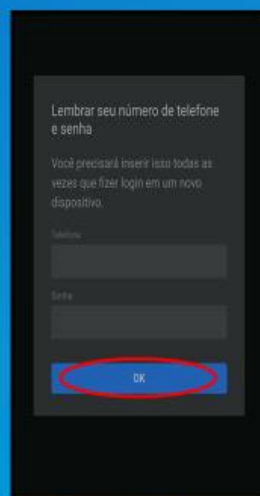
Toque em "Não, criar nova conta" para continuar

Finalize seu cadastro:



Opte por "SALVAR SENHA" ou "AGORA NÃO"

SALVAR SENHA:
Caso seja necessário realizar o login novamente, com os dados salvos, basta clicar em sua foto, sem precisar digitar login e senha.



Clique em "OK" para prosseguir

Faça uma captura de tela ou anote os dados de login em algum lugar de confiança.

Adicione uma foto ao perfil:

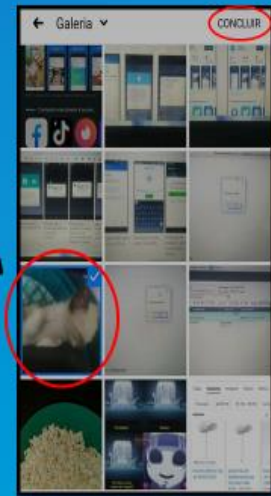


Clique em "Escolher na Galeria" para selecionar uma foto da sua Galeria

Ou escolha "Tirar foto" para abrir a câmera do celular e capturar a foto no momento.

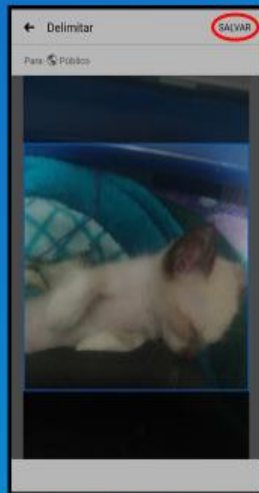


Clique em "PERMITIR"

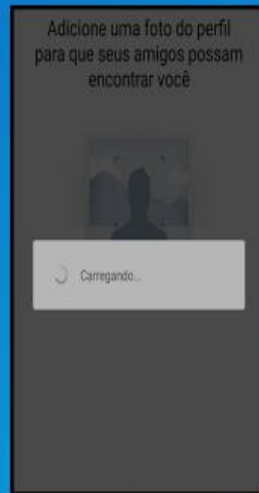


É aberto a galeria de imagens do celular. Clique em cima da foto desejada e depois em "Concluir"

Adicione uma foto ao perfil:

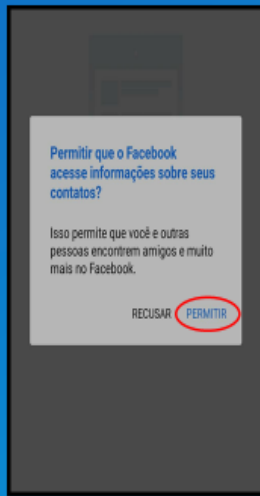


Ajuste a foto dentro do delimitador azul e clique em "Salvar"

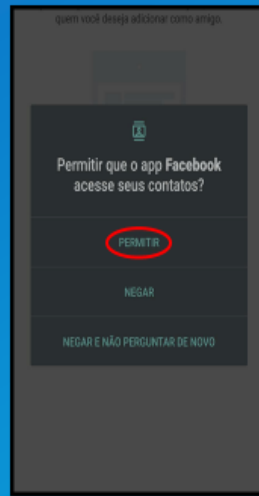


Para encontrar os amigos que estão na sua lista de contatos clique em "começar"

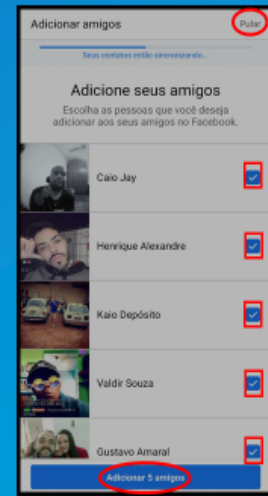
Adicione seus amigos:



Clique em "PERMITIR".



Clique em "PERMITIR" para liberar o acesso a agenda de contatos.



Escolha as pessoas sugeridas que deseja adicionar

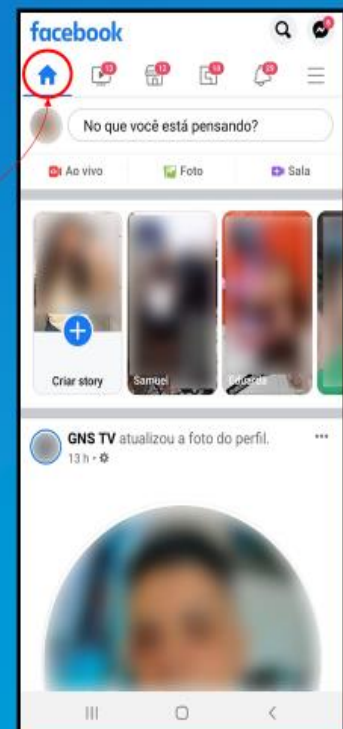
Clique em "Pular" caso não queira adicionar ninguém por agora.

Barra de navegação:

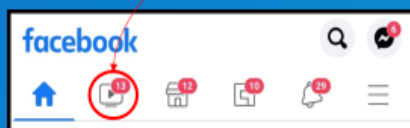


1. Página Inicial

Deslize para cima e encontre as postagens recentes das pessoas que segue. Também poderá interagir através de likes, comentários e compartilhamentos.



Barra de navegação:

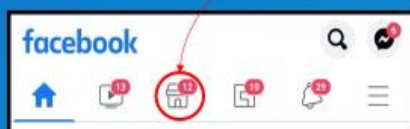


2. Watch

É uma plataforma de vídeos disponível dentro da rede social Facebook. Se antes os vídeos ficavam espalhados pelo feed, variando entre fotos e textos, agora é possível se concentrar em um espaço apenas deles.



Barra de navegação:

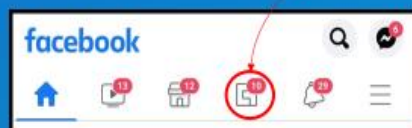


3. Marketplace

Uma espécie de shopping center virtual onde você pode comprar e vender itens localmente ou receber algo novo enviado das lojas.

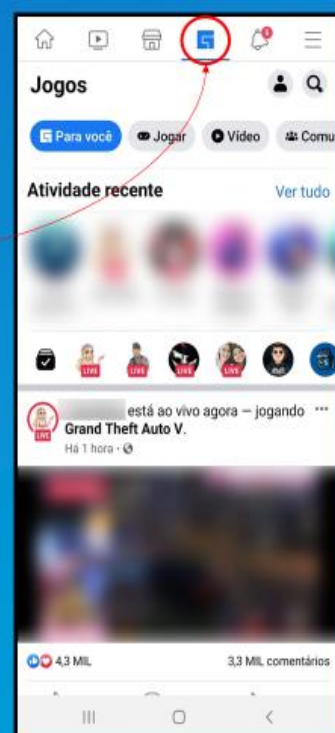


Barra de navegação:



4. Jogos

O recurso oferece um local próprio para que os usuários possam assistir seus gamers favoritos e possibilita a conexão com grupos de jogadores no aplicativo.



Barra de navegação:



5. Notificações

Todas as notificações relacionadas com você estará disponível nesse atalho, lembretes, solicitações de amizade ou outras informações oportunas do seu aplicativo.



Barra de navegação:



6. Menu

Uma área onde reúne diferentes recursos de uma conta. Pelo menu você acessa também seu perfil e as configurações.

Clique aqui para acessar seu perfil



Conheça seu perfil:



O perfil mostra sua biografia, suas publicações, compartilhamentos e marcações do Facebook. É também onde você pode visualizar, editar as informações do seu perfil e alterar as configurações da conta e outras ações como:

1. Alterar a foto de perfil e capa;
2. Adicionar um story;
3. Visualizar/Editar informações públicas sobre você;
4. Usar a ferramenta de pesquisa para encontrar pessoas/interesses.



Conheça seu perfil:

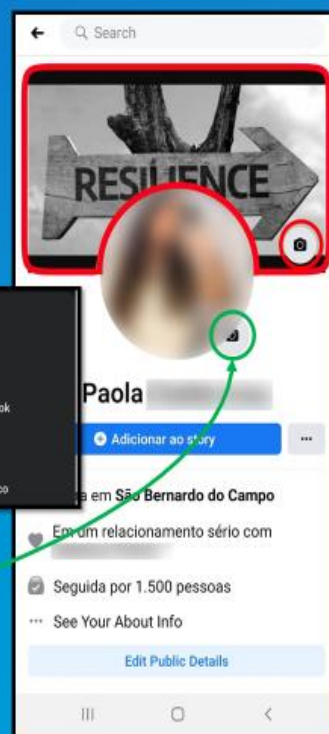


A “Capa” é uma imagem que fica no topo do seu perfil.

Como adicionar ou editar sua capa:

Basta clicar no ícone destacado em vermelho e depois “Carregar foto”.

O mesmo processo serve caso você queira alterar sua foto de perfil. Basta clicar no ícone destacado em amarelo.



Como postar vídeos ou fotos:



Ainda em seu perfil na parte “Posts” clique em **Foto/vídeo** depois, basta selecionar as fotos que deseja compartilhar.

Se quiser, você poderá:

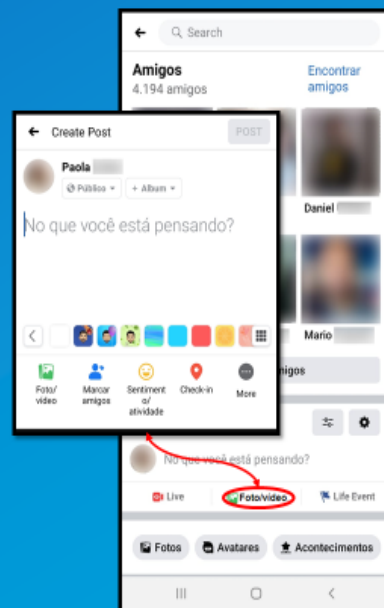
Clicar em **Foto/vídeo** para adicionar mais fotos.

Clicar em **Marcar amigos** para marcar amigos.

Clicar em **Localização** para adicionar uma localização.

Clicar em **Sentimento/atividade** para compartilhar o que você está sentindo ou fazendo.

Após concluir, clique em “Publicar”.



Messenger :

- + • Facebook Messenger é o serviço de mensagens gratuito do Facebook, que possui seu próprio aplicativo e plataforma. Hoje, a ferramenta é uma solução completa em comunicação, das simples mensagens de texto até chamadas de vídeo em grupo.



GERENCIAMENTO DA
PRIVACIDADE

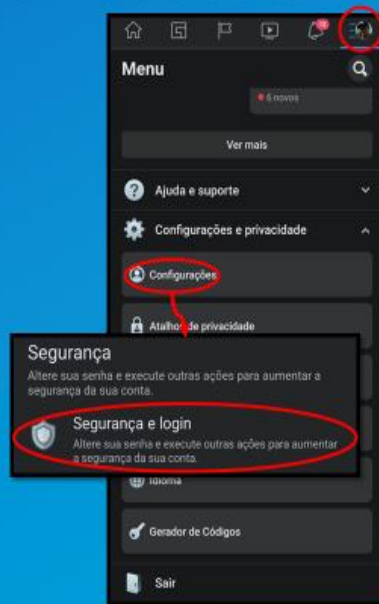
Mudança de senha no Facebook :



Alterar a senha do Facebook é uma ação muito importante que pode garantir a segurança da conta de forma eficaz.

Para não ter problemas com roubo de dados pessoais, visualização de conversas e fotos privadas, usuários podem escolher atualizar sua senha para evitar ou derrubar acessos de terceiros.

1. Acesse o Menu ☰ e, em seguida, "Configurações";
2. Prossiga clicando na opção "Segurança e login";



Mudança de senha no Facebook :



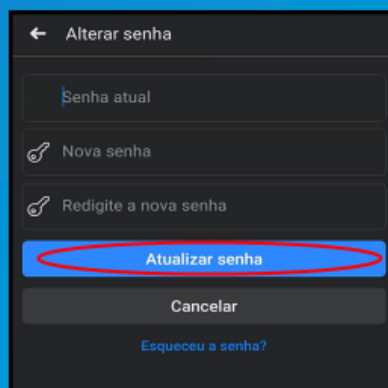
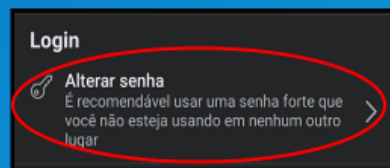
3. Em "Login", clique em "Alterar senha";

4. Por segurança, primeiramente é necessário digitar sua senha atual. Em seguida, repita por duas vezes sua nova senha;

5. Para prosseguir, clique em "Atualizar senha";

6. Após isso, decida se deseja desconectar sua conta de todos os dispositivos logados. Caso desconfie que há alguém não autorizado usando sua conta, escolha a opção "Desconectar de outros dispositivos". Se não tem essa preocupação, use "Permanecer conectado".

7. Feito a escolha, clique em "Continuar" para finalizar o procedimento.



Configure sua privacidade:

Clique em "Atalhos de privacidade" na aba "Configurações e privacidade"

Clique em "Ver mais configurações de privacidade"

Clique na configuração desejada para alterar a privacidade

Como descobrir e encerrar sessões ativas do seu Facebook :


1. Acesse o Menu e, em seguida, "Configurações";

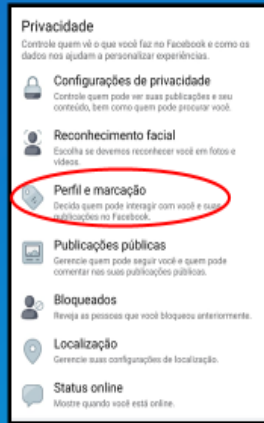
2. Selecione a opção "Segurança e login" e, em seguida, clique em "Onde você está conectado";

3. Para cancelar o acesso clique em "Sair de todas as sessões";

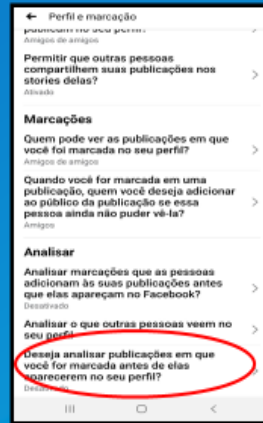
4. Clique em "Sair" e refaça o login.

Como gerenciar posts na linha do tempo do Facebook :

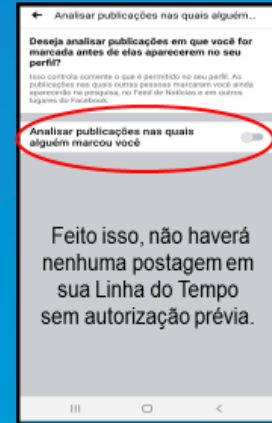
1. Acesse o Menu  e, em seguida, "Configurações";



Em "Privacidade" escolha a opção "Perfil e Marcação";




Clique em "Deseja analisar publicações...";

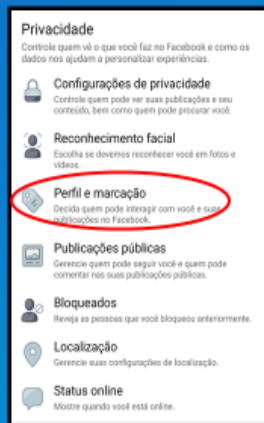


Feito isso, não haverá nenhuma postagem em sua Linha do Tempo sem autorização prévia.

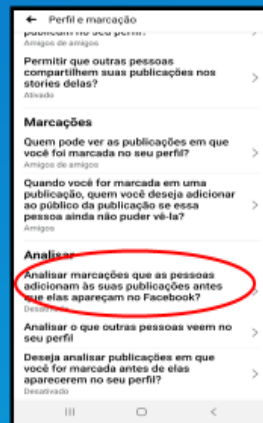
Finalize ativando a configuração.

Como analisar marcações na linha do tempo do Facebook:

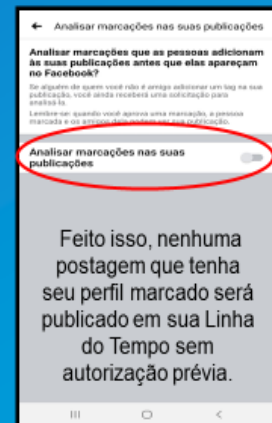
1. Acesse o Menu  e, em seguida, "Configurações";



Em "Privacidade" escolha a opção "Perfil e Marcação";



Clique em "Analisar marcações que...";



Feito isso, nenhuma postagem que tenha seu perfil marcado será publicado em sua Linha do Tempo sem autorização prévia.

Finalize ativando a configuração.

Limitando o público de publicações em que foi marcado :

+

o

- Como nos demais passos, no painel de configurações, acesse "Perfil e Marcação".

- Agora, basta responder a pergunta : "Quem pode ver publicações nas quais você foi marcado em sua linha do tempo?" escolhendo qual grupo pode vê-las: todos (público), amigos, amigos de amigos, amigos exceto conhecidos, seus grupos ou personalizado.



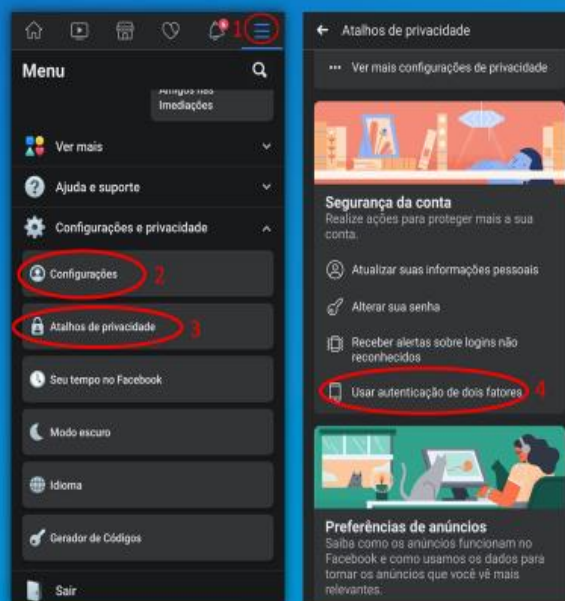
Configurar Segurança Dois Fatores:

+

o

1. Acesse MENU
2. Configurações e Privacidade.
3. Atalhos de privacidade
4. Usar Autenticação de dois fatores

Serão apresentados as opções dos métodos de segurança a seguir.

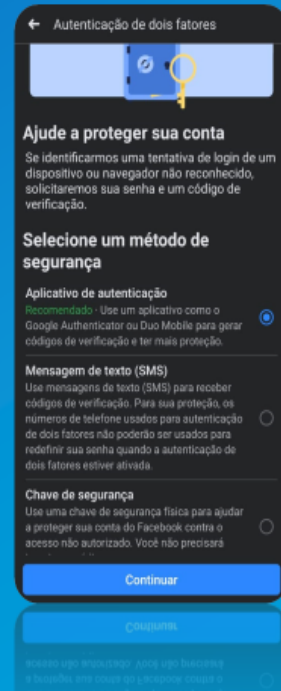


Métodos Dois Fatores:

- + • Aplicativo de Autenticação – Pode utilizar um aplicativo como Google Authenticator ou Duo Mobile para gerar códigos de verificação.

Mensagem de Texto – Recebe por mensagem SMS o código de segurança de acesso.

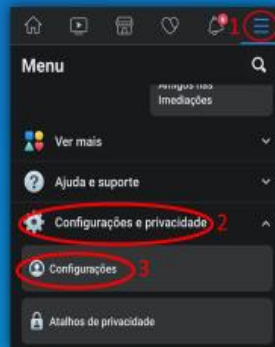
Chave de Segurança – Utilize uma chave de segurança Física contra o acesso não autorizado, não necessitando inserir um código.



Como Bloquear um contato

- + •
- Clique em
1. Menu
 2. Configurações e Privacidade.
 3. Configurações
 4. Bloqueados

A Seguir, serão apresentados a lista de bloqueados



Bloquear um contato

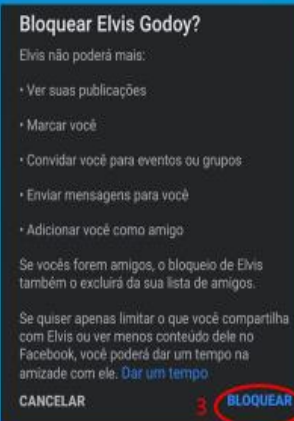
- +
 - Será apresentado A lista de pessoas, amigos ou não

É Possível pesquisar as pessoas na barra de busca (passo 1).



Clique em bloquear na pessoa que é a escolhida para estar sendo bloqueada (passo 2).

Apresentará as informações que a pessoa selecionada não poderá mais ver e a opção de bloquear (passo 3).



Desbloquear um contato

- +
 - Para estar desbloqueando um contato, clique em 1. DESBLOQUEAR.

será apresentado uma nova janela informando se deseja mesmo DESBLOQUEAR a pessoa, **IMPORTANTE** que nas próximas 48 horas não é possível BLOQUEAR a pessoa novamente.

Clique em 2. desbloquear para estar Desbloqueando.

