

Uso de la tecnología como estrategia de relacionamiento con la sociedad en los adultos mayores

Mónica-Patricia COSTA-RUIZ

Departamento de Ciencias Empresariales, Universidad Técnica Particular de Loja
Loja, 11-01-608, Ecuador

Verónica-Alexandra ARMIJOS-BUITRÓN

Departamento de Ciencias Empresariales, Universidad Técnica Particular de Loja
Loja, 11-01-608, Ecuador

Jhoana-Elizabeth PALADINES-BENÍTEZ

Departamento de Ciencias Empresariales, Universidad Técnica Particular de Loja
Loja, 11-01-608, Ecuador

RESUMEN

La era digital, entendida como revolución tecnológica, se ha instalado definitivamente en la sociedad moderna, generando expectativa e incertidumbre en todos los segmentos de la pirámide poblacional. Es importante analizar que la esperanza de vida de la población mundial es cada vez más alta, por ello se debe establecer estrategias que aporten a mejorar el bienestar de los adultos mayores, considerando que, en muchos casos, el uso de redes sociales se ha convertido en su forma de entretenimiento, relacionamiento social con amigos y familiares y por qué no, en un canal de indagación y educación. En este sentido el propósito de esta investigación es determinar la percepción que tienen los adultos mayores sobre las redes sociales y el aporte que estas tienen en su bienestar, así como su uso, y principales actividades que se desarrollan a través de ellas. Para los cuál se ha levantado información primaria a través de la aplicación de un cuestionario probado y validado a través del método Delphi, el mismo se destinó a 251 personas mayores de 65 años residentes en el Sur del Ecuador; desarrollándose un estudio descriptivo, no experimental a través del análisis de diferentes variables que permitieron alcanzar los objetivos de investigación.

Palabras Claves: Redes sociales, adultos mayores, sociedad

1. INTRODUCCIÓN

La “revolución tecnológica” ha llegado para quedarse, introduciendo de manera continua y acelerada muchos más cambios de los que a menudo somos capaces de asimilar. Nos encontramos inmersos en esta etapa de la historia que se caracteriza por un entorno altamente tecnológico, globalizado y multimedia [1].

Frente a esta realidad y considerando la creciente esperanza de vida que plantea grandes desafíos y dificultades a una sociedad que debe dar respuesta a un envejecimiento mundial cada vez más uniforme y global, y conscientes de que nuestros adultos mayores disfrutan hoy por hoy de un envejecimiento “lleno de vida” y tienen muchas de sus capacidades al máximo rendimiento [2], se hace imperante la necesidad de analizar el

relacionamiento que tienen estas personas con el uso de las tecnologías de la información y comunicación.

Uno de los estereotipos de la sociedad actual, es que el uso de las tecnologías, se asocian por principio a la gente joven, sin negar el hecho que toda nueva tecnología es inicialmente utilizada en mayor grado por las personas más jóvenes, pues el mundo en el que se desenvuelven les ofrece más oportunidades para interactuar con ellas; ello no debe entenderse como que están negadas para las personas de edades diferentes, sean estos niños o mayores [3].

2. MARCO TEÓRICO

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), son el conjunto de tecnologías desarrolladas para gestionar información y enviarla de un lugar a otro; abarcan un abanico de soluciones muy amplio, que incluyen las tecnologías para almacenar información y recuperarla después, enviar y recibir información de un sitio a otro, o procesar información para poder calcular resultados y elaborar informes [4].

Es necesario señalar, que, a nivel global, la población mayor de 65 años crece a un ritmo más rápido que el resto de segmentos poblacionales. Según datos del informe "Perspectivas de la población mundial 2019", en 2050, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años (16%), más que la proporción actual de una de cada 11 en este 2019 (9%). Para 2050, una de cada cuatro personas que viven en Europa y América del Norte podría tener 65 años o más. En 2018, por primera vez en la historia, las personas de 65 años o más superaron en número a los niños menores de cinco años en todo el mundo. Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará, de 143 millones en 2019 a 426 millones en 2050 [5].

En América Latina ya se ha iniciado la fase de mayor aceleración en el proceso de envejecimiento. Este ritmo llevará rápidamente a la región a alcanzar un hito importante en 2037, cuando la proporción de personas de edad igual a la proporción de menores de 15 años (20%). Desde la década de 1960, la estructura por edad de la población de los países de América Latina y el Caribe ha experimentado grandes transformaciones, que han implicado el paso de una población relativamente joven

al inicio del período a una población que comienza un proceso acelerado de envejecimiento [6].

En el caso de Ecuador, al 2030, el país empezará a tener una población que envejece, pues las mujeres tendrán menos de dos hijos, y se prevé que la esperanza de vida suba de 75 años a 80.5 años. Actualmente la provincia con mayor esperanza de vida es Loja con 78 años. Los adultos mayores de 65 años representan el 6,5%, del total de la población, siendo estos grupos los extremos de la pirámide poblacional [7].

Con sociedades conformadas por personas de mayor edad, el aislamiento social es un problema que se acentúa en la etapa de la vejez, poniendo en riesgo la integridad física y mental de estas personas. Para mitigar este problema, se han desarrollado herramientas computacionales (tecnologías) que fomentan la socialización a través de actividades de interacción social basadas en la comunicación y movilidad del adulto mayor, que le permite tener un “envejecimiento activo” [8] [9].

Dicho concepto, [9] implica que el envejecimiento tiene lugar dentro del contexto de los demás como los amigos, los compañeros de trabajo, los vecinos y los miembros de la familia. Así mismo, para el mismo autor, la interdependencia y la solidaridad intergeneracional, es decir, dar y recibir de manera recíproca entre individuos, así como entre generaciones de viejos y de jóvenes, son principios importantes del envejecimiento activo.

En este contexto, en donde es evidente el envejecimiento poblacional, se hace necesario establecer medidas encaminadas, a lograr el mencionado envejecimiento activo, entendido como “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, que tiene como fin mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen [10].

El envejecimiento activo, se puede lograr a través de la socialización y relacionamiento cultural, lo que motiva a los adultos para participar en su entorno familiar y comunitario [11]. Convirtiéndose el Internet en una herramienta que podría favorecer las actividades mentales de los adultos mayores, pues encuentran en la red el espacio propicio para ejercitar el cerebro a través de actividades mentales y de relacionamiento complejo.

Cabe recalcar que la capacidad de aprendizaje se conserva en el envejecimiento normal hasta más allá de los ochenta años [12], es así, que uno de los aprendizajes que se puede desarrollar con la estimulación de los procesos cognitivos es el uso y manejo de las TIC [13].

Al abordar el tema de Internet se debe mencionar también las redes sociales, hoy en día son muy utilizadas por millones de personas en todo el mundo. Una red social es una estructura social compuesta por personas, las cuales están conectadas por distintos lazos personales como amistad, parentesco y/o laboral. Son importantes para las personas que las utilizan ya que les permiten conocer nuevas personas y encontrarse con amigos y/o familiares que no ven desde hace tiempo (o que por diferentes motivos no pueden ver con frecuencia), además de otros servicios sociales [14].

El tratamiento del tema TIC, Internet, redes sociales y personas mayores se inscribe generalmente en las líneas que se ocupan de las desigualdades o brechas en la sociedad informacional: todos

los autores parten del reconocimiento de la situación de desventaja de ese grupo en relación a las tecnologías digitales.

La consideración del colectivo adultos mayores dentro de los “excluidos digitales” o como “adoptantes tardíos” y el reconocimiento de la importancia de las tecnologías en distintos ámbitos, proporciona un marco para fundamentar la conveniencia en la adopción de las mismas o plantearlo en términos de inclusión social [15].

En sus comienzos, la utilización de las TIC como medio de comunicación se difundió entre las comunidades de personas jóvenes. Sin embargo, en la actualidad y debido a la mayor disponibilidad que existe para acceder a redes de Internet (desde el hogar, lugares públicos y de esparcimiento, etc.), y a dispositivos desde los cuales conectarse a estas redes, se incrementó notablemente la cantidad de usuarios y el rango de edades de los mismos. El hecho de estar en línea y “conectados”, puede traer muchos beneficios a los adultos mayores [14].

Se constata que las desigualdades digitales han evolucionado en forma diferencial. Mientras existen vastos sectores de la población mundial que aún no cuentan con acceso a dispositivos ni a internet, en otros esta brecha básica prácticamente ha sido superada, aun así, persisten desigualdades. Una de ellas es la llamada “brecha gris”, que refiere a la exclusión experimentada por las personas mayores [16].

Al igual que los demás actores sociales, los adultos mayores forman parte de una sociedad de vertiginosos cambios que marcan un ritmo de vida muy exigente. Esta sociedad, se caracteriza como la sociedad de la comunicación y la información. Esto significa que estamos en un medio que posee alta densidad comunicativa, producto esto de la introducción generalizada de las TIC en todos los ámbitos de nuestras vidas. Estas incluyen la informática, la telemática y los medios audiovisuales de comunicación, que permiten almacenar, procesar y transportar mayor volumen de información, generando de esta manera diferentes cambios sociales [17].

Los espacios abiertos a la alfabetización digital de las personas mayores se encuentran presentes en nuestra sociedad y los mayores –pocos aún– se acercan a las TIC con la principal intención de aprender sobre ellas –alfabetización digital– y adquirir las competencias básicas necesarias para su manejo y posterior uso relacionado con sus necesidades particulares, que les llevará a aprender y disfrutar con ellas [18].

A partir de la investigación cualitativa que realizaron varios autores [19] sobre usos de Internet en personas mayores, establecen cuatro categorías de beneficios: oportunidades informativas, comunicativas, transaccionales y de ocio. Por otro lado, se establecen seis categorías de beneficios en el uso de Internet: salud, aprendizaje, niveles de actividad, entretenimiento y hobbies, bienestar personal y comunicación y actividades diarias [20].

Los adultos mayores, si bien tienen el tiempo para experimentar crisis y depresiones por motivos de salud, económicos o de familia, al no tener ya la responsabilidad del cuidado de hijos o padres y obligaciones laborales pueden maximizar su condición mental manteniéndose intelectualmente activos, es decir, ser adultos *techy* a través del Internet [11].

Las personas de la tercera edad no pueden mantenerse al margen de esta sociedad de la información y del conocimiento que día a día se transforma, evoluciona un entorno de alta tecnología, que genera nuevas formas de crear y mantener relaciones sociales y la producción del conocimiento [4].

Sin duda, el uso de las TIC será la mejor alternativa para procurar un envejecimiento activo y digno, los adultos mayores tendrán la posibilidad de interactuar con su entorno, experimentar nuevas sensaciones y sobre todo utilizar su tiempo libre en agilizar su mente y mejorar sus condiciones de salud.

3. METODOLOGÍA

El desarrollo de este trabajo se basó en la metodología de investigación cuantitativa, mediante la modalidad de estudio de caso, donde el interés se centra en la indagación de un fenómeno, población o condición general. El caso analizado corresponde al segmento de adultos mayores del cantón Loja, capital de la provincia del mismo nombre [21].

En este artículo se busca identificar uno de los principios del envejecimiento activo, a través del uso de las tecnologías de información y comunicación como estrategias para fomentar destrezas y habilidades en los adultos mayores.

Los datos analizados se obtienen del estudio sobre uso de TIC en los adultos mayores en la zona Sur del Ecuador, mediante la aplicación de un cuestionario que incluye interrogantes referentes al uso, frecuencia, motivos y resultados del uso de Internet y redes sociales.

Este estudio se realizó durante los meses de mayo, junio y julio del año 2019. Se aplicó una encuesta, previamente validada, a adultos mayores (personas cuyas edades superan los 65 años).

Para el presente estudio se han planteado los siguientes objetivos:

OB1: Determinar el perfil del adulto mayor que utiliza las tecnologías de información y comunicación.

OB2: Establecer la accesibilidad a internet y uso de redes sociales por parte de los adultos mayores.

OB3: Conocer la percepción que tienen los adultos mayores sobre la usabilidad de las redes sociales.

4. USO DE TIC Y ADULTOS MAYORES

Características del segmento investigado: El segmento de población estudiada corresponde a 251 adultos mayores, 53% hombres y 47% mujeres.

El porcentaje más representativo en la variable edad está entre los 65 a 69 años con 47%, solo un 8% son personas mayores de 80 años (Figura 1).

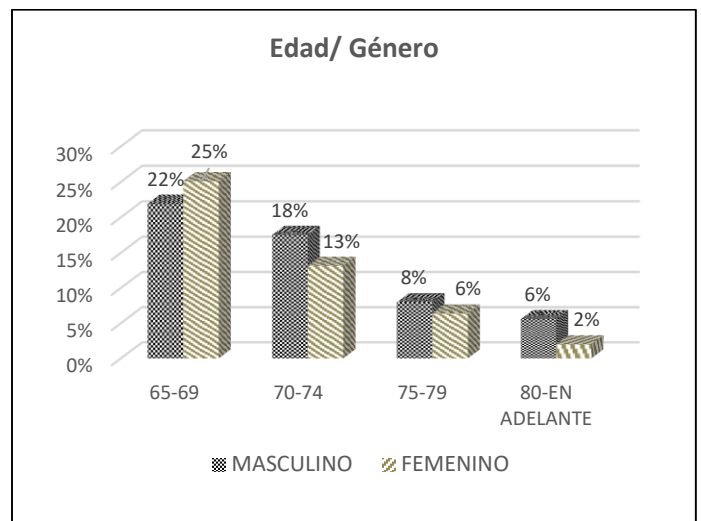


Figura 1. Edad/género

El 61% vive en casa con familiares y el 34% solos. El 27% corresponde a personas que se encuentran jubiladas y el 26% aún se encuentran laborando (Figura 2). Es diverso el perfil del adulto mayor, pero tiene una constante que es la necesidad de buscar alguna forma de distracción para mitigar el aislamiento y evitar episodios de depresión y soledad.

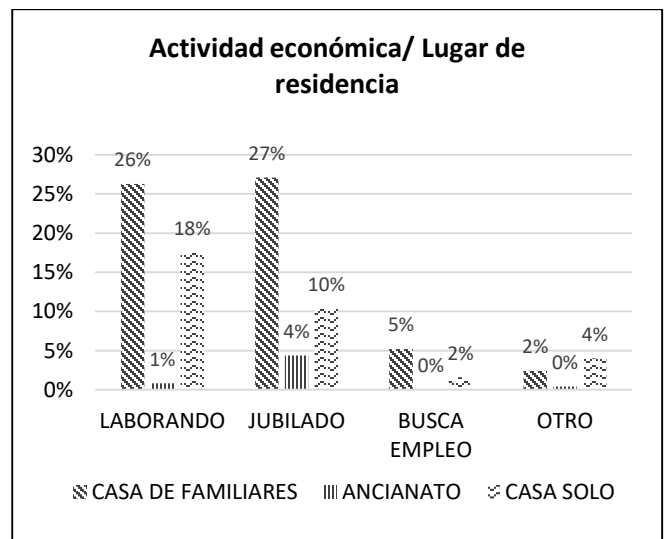


Figura 2. Actividad económica y lugar de residencia

Acceso a Internet: En relación al acceso a Internet, se evidencia que actualmente los adultos mayores no se encuentran ajenos al uso de las tecnologías, aproximadamente el 67% dispone de conexión a la red, haciendo uso de la misma de manera diaria en un 28,7%. El tiempo que destinan para el uso de Internet está entre 1 y 4 horas (30.7%).

Sin duda el uso de la red permite a los adultos mayores tener interacción con su entorno y de alguna manera mantener

actividad y así mejorar su calidad de vida. Así también se puede destacar que los adultos mayores de género masculino tienen un mayor acceso a Internet (37%) como muestra en la Figura 3.

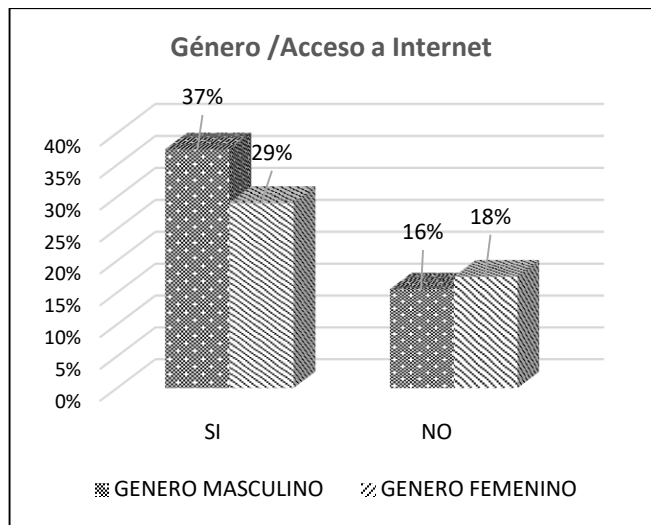


Figura 3. Acceso a Internet

Uso de Redes Sociales: Las redes sociales se han convertido en el medio de interacción más importante para las personas, indistintamente de la edad, es así que los adultos mayores también forman parte de la comunidad de cibernautas, quienes navegan en la red y las redes sociales en busca de información, socialización o simplemente distracción; en la Figura 4 se observa que tanto hombres como mujeres, hacen uso de las redes sociales, destacando que en mayor porcentaje lo hace el género masculino (32%), esto se debe a que las adultas mayores mantienen mayor integración social y de relacionamiento con sus grupos de amigos y familiares.

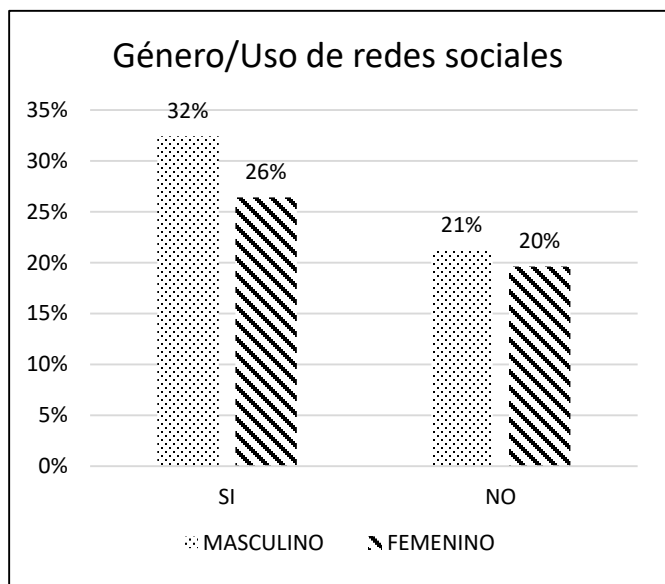


Figura 4. Uso de redes sociales por género

En la actualidad las redes sociales se han convertido en un medio de comunicación en interacción, no solo para los jóvenes, sino también para las personas mayores, quienes las consideran como un medio que les permite: mantenerse en contacto con amigos y familiares (41.53%), ver noticias (32.07%), leer el periódico (26.86%) y comunicarse con familiares o amigos, en algunos de ellos en el extranjero (37.24%), ver novelas (20.17%); estas actividades las realizan en su mayor parte a través de la red social de WhatsApp, (52%) ya que es una red amigable y fácil de utilizar y es la red que permite tener un contacto directo con sus seres queridos.

Otra red de uso muy frecuente es Facebook (46%) que puede tener conexión no solamente desde un Smartphone, si no también se lo puede hacer desde un computador portátil o una Tablet, lo que facilita realizar algunas actividades como: compartir información, mantenerse informado, conocer de eventos entre otras, finalmente una red utilizada es YouTube (37%).

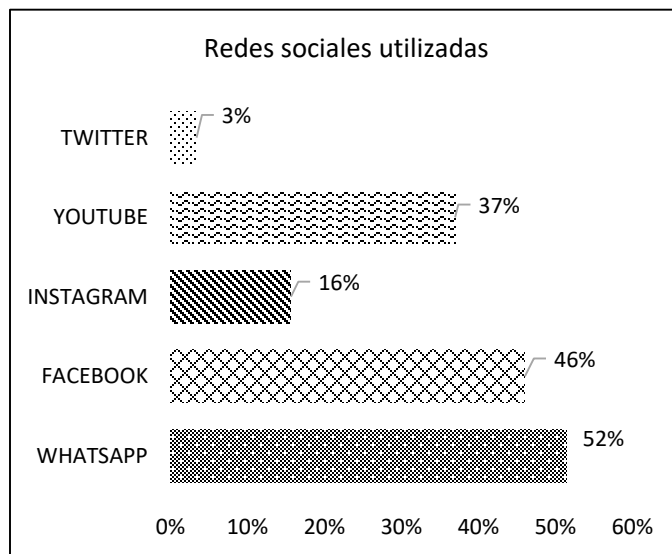


Figura 5. Uso de redes sociales

Percepción de las redes sociales en los adultos mayores: Si bien hoy en día las redes sociales son medios que han servido para varias actividades de interacción, información y comunicación es importante conocer la percepción que tienen los adultos mayores al utilizarlas.

Una de las sensaciones que producen es alegría (41%) y en un (35%) entusiasmo, lo que está en concordancia con el contacto que puedan estas personas mantener ya sea con familiares y amigos que se encuentren dentro o fuera del país, conocer sobre sus actividades, estados de ánimo, o logros les provee de un sentimiento de felicidad.

Otro sentimiento que destaca es la nostalgia (29%), situación que se presenta por la misma naturaleza de su entorno, edad, actividad y factores que influyen manifestar sentimientos de añoranza y melancolía. Sin duda, el uso no adecuado de estas redes sociales, o el exceso de información que se puede encontrar en las mismas, también puede generar ciertos niveles

de estrés en los adultos mayores, esta sensación la manifiesta el 28%, de los investigados (Figura 6).

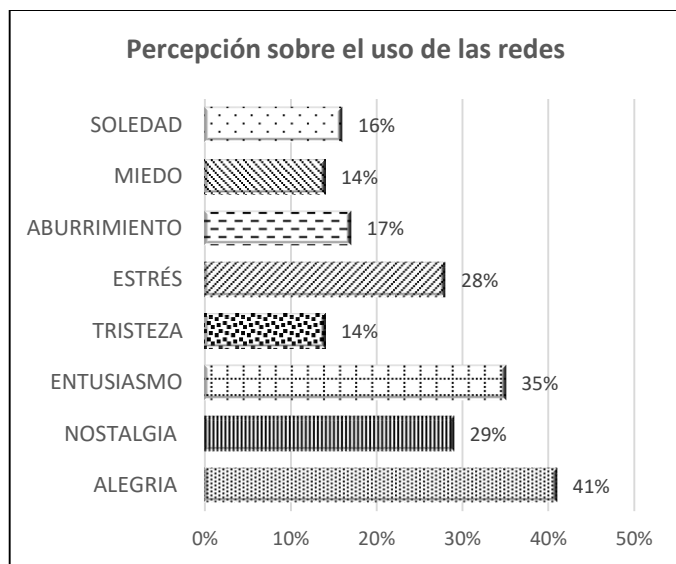


Figura 6. Percepción del uso de redes sociales

5. CONCLUSIONES

Los datos obtenidos evidencian que las TIC al servicio del adulto mayor, pueden ofrecer aspectos muy enriquecedores, tanto a nivel personal como para su integración social [2].

Los adultos mayores manifiestan sentir a gusto con el uso de las redes sociales, a través de ellas pueden experimentar varias emociones, pero sobre todo éstas les ofrecen oportunidades de comunicación, información, distracción y entretenimiento. Así también, el uso de internet les ha permitido participar activamente en entorno nuevo que los consideraban inadmisibles.

El poder compartir y mantener relaciones afectivas con familiares y amigos que no veían desde hace mucho tiempo, ha disminuido sus estados de ansiedad, depresión y soledad.

Como resultado de esta investigación, también fue posible determinar que los adultos mayores se sienten integrados a la vida moderna, menos aislados del ambiente tecnológico y mayormente partícipes de la interacción con el entorno en ámbitos sociales, culturales y porque no políticos.

Finalmente, las redes sociales son una herramienta muy útil y en especial para las personas mayores, les facilita el poder actualizar sus conocimientos, indagar en temas de interés, desarrollar nuevas habilidades y destrezas, en definitiva, mejorar su bienestar y condiciones de vida.

6. REFERENCIAS

[1] Galán Collantes, A. (2015). Los mayores y las Tic, un concepto en evolución. SARquavita Teleasistencia. Páginas 167 – 172. Madrid - España

[2] García, S. R., y Rabasco, F. P. (2016). Del uso de las tecnologías de la comunicación a las destrezas en

competencia mediática en las personas mayores. Revista de Estudios para el Desarrollo Social de la Comunicación, (12), 86.

[3] Barroso Osuna, J. M. (2002). Las personas mayores y las nuevas tecnologías: una acción en la sociedad de la información. Innovación Educativa, 12, 319-337, 319-337.

[4] Caro, M. S., Soto, M. D. C. S., y Millán, N. D. C. O. (2015). Envejecimiento activo. Las TIC en la vida del adulto mayor. RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 6(11).

[5] Organización de Naciones Unidas –ONU– (2019). Recuperado de: <https://www.un.org/es/about-un/>

[6] Huenchuan (2018.), Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos, Libros de la CEPAL, N° 154 (LC/PUB.2018/24-P), Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

[7] Instituto Nacional de Estadísticas y Censos – INEC– (2010). Recuperado de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/home/>

[8] Rebollar, A. M., y Francisco, W. C. (2015). Correlación entre Actividades de Interacción Social Registradas con Nuevas Tecnologías y el grado de Aislamiento Social en los Adultos Mayores. Revista mexicana de ingeniería biomédica, 36(3), 181-190.

[9] Galarza Vásquez, K. (2014): Envejecimiento activo, mejor vida en la tercera edad. Recuperado de: <http://www.saludymedicinas.com.mx/centros-desalud/climaterio/prevencion/envejecimiento-activo.html>

[10] Organización Mundial de la Salud-OMS (2015), Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud (www.who.int).

[11] Arenas, R. (2009). Alfabetización tecnológica y digital de adultos mayores ¿Problema cultural o generacional?. Recuperado de: [http://www.iiisci.org/journal/CV\\$/risici/pdfs/GX339XD.pdf](http://www.iiisci.org/journal/CV$/risici/pdfs/GX339XD.pdf).

[12] Yuni, J., y Urbano, C. (2005). Educación de adultos mayores: Teoría, investigación e intervenciones. Argentina: Brujas

[13] Aldana, G., García, L., y Jacobo, A. (2012). Las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) como alternativa para la estimulación de los procesos cognitivos en la vejez.

[14] Vilte, D., Saldaño, V., Martín, A., y Gaetán, G. (2013). Evaluación del uso de redes sociales en la tercera edad. In Conferencia presentada en el I Congreso Nacional de Ingeniería Informática y Sistemas de Información, Córdoba, Argentina. Recuperado el (Vol. 13).

[15] Casamayou, A. y Morales, M. (2017). Personas mayores y tecnologías digitales: desafíos de un binomio. Psicología Conocimiento y Sociedad. Uruguay. Recuperado de: <https://revista.psico.edu.uy/index.php/revpsicologia/artic1e/view/421>

[16] Rivoir, AL, Morales, MJ y Casamayou, A. (2019) Usos y percepciones de las tecnologías digitales en personas mayores. Limitaciones y beneficios para su calidad de vida. En Revista Austral de Ciencias Sociales (RACS) ISSN 0718-1795 (versión electrónica) ISSN 0717-3202 (versión impresa) (Se publica en julio de 2019).

[17] Boarini, M. N., Cerdá, E. P., y Rocha, S. (2006). La educación de los adultos mayores en TICs. Nuevas Competencias para la Sociedad de Hoy. Revista Iberoamericana De Tecnología En Educación Y Educación En Tecnología, (1), 7 p. Recuperado a partir de <http://teyet-revista.info.unlp.edu.ar/TEyET/article/view/174>

- [18] Agudo, S., Pascual, M. Á., y Fombona, J. (2012). Usos de las herramientas digitales entre las personas mayores. *Comunicar*, 20(39), 193-201.
- [19] Llorente, C., Viñaraz, M., y Sánchez, M. (2015). Mayores e Internet: La Red como fuente de oportunidades para un envejecimiento activo. *Comunicar*, 45(23), 29-36. Recuperado de: <https://www.revistacomunicar.com/pdf/comunicar45.pdf>
- [20] Barrantes, R., y Cozzubo, A. (2015). Edad para aprender, edad para enseñar: el rol del aprendizaje intergeneracional intrahogar en el uso de la internet por parte de los adultos mayores en Latinoamérica. Lima: Departamento de Economía. Recuperado de: <http://departamento.pucp.edu.pe/economia/documento/edad-para-aprender-edad-para-ensenar-el-rol-del-aprendizaje-intergeneracional-intrahogar-en-el-uso-de-la-internet-por-parte-de-los-adultos-mayores>.
- [21] Sandín, E. (2003). *Investigación Cualitativa en educación*. México. Editorial: McGrawHill.