ENTORNOS FAVORABLES PARA LOS INMIGRANTES DIGITALES DE LA TERCERA EDAD: UNA PERSPECTIVA DE INCLUSIÓN SOCIAL

Pasión Alaín[1] y Piña Waldemar[2]

alpasion@gmail.com[1] wjpn2011@gmail.com[2]

Doctorado en Ciencias de la Salud. Universidad Nacional Experimental "Francisco de Miranda"[1] y Universidad Centrooccidental "Lisandro Alvarado"[2] Santa Ana de Coro estado Falcón Venezuela.

RESUMEN

El mundo cada vez más inclusivo implica hacer que los espacios sean accesibles para todos, potenciando las capacidades de las personas y favoreciendo un envejecimiento digno. Por ello, el propósito de este artículo es destacar la importancia de los entornos accesibles y sostenibles para la población mayor, y cómo las tecnologías ayudan a lograr este objetivo reduciendo las "brechas digitales" en los entornos sociales. Por tal motivo se realiza una revisión documental descriptiva en fuentes de bases de datos como PubMed, Lilacs, Science, Google Academics. Quedando demostrado que se debe garantizar entornos accesibles para dar respuesta a las necesidades de las personas mayores y pensar en las generaciones venideras, además asegurar que envejezcan con las mismas oportunidades de inclusión. Definitivamente, es crucial proporcionar alfabetización digital a esta población para que puedan acceder a las TIC y participar plenamente en la vida diaria.

Palabras Claves: Adulto mayor, tecnologías, comunicación, herramientas,

FAVORABLE ENVIRONMENTS FOR ELDERLY DIGITAL IMMIGRANTS: A SOCIAL INCLUSION PERSPECTIVE

ABSTRAC

The increasingly inclusive world implies making spaces accessible to all, enhancing people's capabilities and favoring dignified aging. Therefore, the purpose of this article is to highlight the importance of accessible and sustainable environments for the elderly population, and how technologies help to achieve this goal by reducing the "digital divide" in social environments. For this reason, a descriptive documentary review is carried out in database sources such as PubMed, Lilacs, Science, Google Academics. It was demonstrated that accessible environments must be guaranteed to meet the needs of the elderly and to think about future generations, as well as to ensure that they age with the same opportunities for inclusion. It is definitely crucial to

provide digital literacy to this population so that they can access ICTs and fully participate in daily life.

Keywords: Older adults, technologies, communication, tools.

INTRODUCCIÓN

Los desafíos de hacer un mundo cada vez más inclusivo implica que los espacios sean pensados o adecuados gradualmente como entornos accesibles para la población general, siendo potenciadores de las capacidades cognitivas de las personas, favorecedores de un envejecimiento digno y sostenible para satisfacer las necesidades de la generación presente sin comprometer las futuras, ya que en este mundo que envejece de forma sostenida, progresiva, las relaciones personales y familiares también se reconfiguran. Tanto los vínculos afectivos como los entornos están en permanente construcción y esta dinámica genera nuevas formas de transitar la vejez, que intenta dar respuesta a las demandas emergentes para alinearse a contextos más eficientes

De manera similar, la creciente penetración de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en la vida cotidiana ha transformado la forma en que interactuamos con el mundo. Hoy en día, el acceso a Internet y el uso de dispositivos electrónicos se han convertido en una necesidad para muchos, especialmente para los adultos mayores que buscan comunicarse con sus seres queridos y acceder a información relevante. Sin embargo, a menudo se enfrentan a una serie de desafíos que dificultan su capacidad para aprovechar plenamente estas herramientas. La falta de familiaridad con la tecnología puede ser un obstáculo importante.

Muchos integrantes de este grupo de edad no crecieron con dispositivos electrónicos y no están familiarizados con su uso. Por lo tanto, puede ser difícil para ellos entender cómo funcionan los dispositivos y cómo utilizarlos de manera efectiva. También la visión y la audición disminuidas relacionadas con la edad pueden dificultar la interacción con dispositivos electrónicos, lo que puede dificultar la lectura de texto en una pantalla o escuchar audio en un dispositivo electrónico. De igual forma, la seguridad en línea también puede ser un problema para los adultos

mayores debido a que no están familiarizados con la tecnología, pueden ser más propensos a ser víctimas de estafas en línea y otros tipos de fraudes.

Por lo anterior, un ejemplo concreto de estas acciones que amplían la mirada sobre los entornos accesibles, y que exceden los entornos físicos, son las propuestas orientadas desde las alfabetizaciones digitales destinadas a la población de mayores que posibilitan el acceso y uso de las tecnologías e internet, con el objetivo de reducir las “brechas digitales” y evitar, de este modo, la exclusión a servicios directos e información de entidades públicas y privadas. Según la especialista española del Instituto de Mayores y Servicios Sociales IMSERSO, Pozo (2022), estas propuestas promueven “mejoras intangibles” en los entornos sociales, ya que “tienen que ver con actitudes: superar estereotipos negativos, discriminación por edad, la falta de respeto y de valoración o invisibilización de las personas mayores” p10.

De ahí que, garantizar la existencia de entornos accesibles, materiales y simbólicos es, por un lado, dar respuesta a las necesidades de todas las personas mayores y, por el otro, pensar en toda la población, asegurando que las generaciones venideras envejezcan con las mismas oportunidades de inclusión, porque hoy en día quien no utiliza sus avances se siente fuera de conversaciones y actividades habituales de la vida diaria.

El propósito de ese artículo es destacar la importancia de los entornos accesibles y sostenibles para la población mayor, y cómo las tecnologías pueden ayudar a lograr este objetivo como una forma de reducir las "brechas digitales" y promover mejoras intangibles en los entornos sociales. Por tal motivo se realiza una revisión documental descriptiva en fuentes de bases de datos como PubMed, Lilacs, Science Direct, Google Academics.

DESARROLLO

La aportación de las nuevas tecnologías a la calidad de vida de las personas mayores parece obvio en todo el mundo, y es algo que debemos considerar en la

actualidad. El objetivo debe ser, integrar las nuevas tecnologías de manera significativa en la vida de los adultos mayores, sin que esto genere rechazo. Es importante recordar que cada persona tiene sus propias necesidades y habilidades, por ello la tecnología debe ser utilizada para mejorar su calidad de vida.

Al respecto, Prensky (2001), se refirió a las diferencias existentes en las distintas generaciones en el cual habla de inmigrantes y nativos digitales. Los “nativos digitales” son lo que nacen con los medios, es parte de su ambiente y de su vida diaria, es más, no se imaginan la vida sin estos medios porque han estado siempre relacionados con ellos, en cambio, los “inmigrantes digitales” son lo que pertenecen a las generaciones que nacieron en una época donde la comunicación estaba muy limitada, están acostumbrados a relacionarse cara a cara. En definitiva, han vivido sin estos medios y ahora se ven en la necesidad de adaptarse a ellos, ya que para cualquier gestión de la vida diaria son necesarios.

De otro modo, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos INDEC (2014), en una encuesta nacional sobre calidad de vida de Adultos Mayores del 2012, éstos no utilizan Internet por temor, inseguridad, desconfianza, miedo a equivocarse y desconocimiento sobre el tema. Además influye la falta de hábito, la preferencia personal, o el bajo interés. Es importante reconocer que la tecnología puede ser una fuente de estrés y ansiedad para algunos miembros de esta población, especialmente aquellos que tienen poca experiencia con ella ya que pueden sentirse inseguros e incómodos al usarla, lo que puede desencadenar estos sentimientos negativos. Además, pueden sentirse abrumados por la cantidad de información que se presenta en las pantallas y por la velocidad a la que se mueve la tecnología. Esto puede provocar sentimientos de frustración e impotencia, lo que puede aumentar aún más la ansiedad y el estrés.

A partir de lo anterior se observan todas las razones que pueden mitigarse con una mejor comunicación, de la mano del marketing de las piezas tecnológicas, y con la ayuda de la población menor. La publicidad de los artefactos tecnológicos no es dirigida a los adultos mayores porque no creen que sea redituable, pero es un sector

de la población que crece día a día, y que necesita de estas herramientas más que nunca.

Unido a esto, quizá la mayor dificultad para acceder a las tecnologías sea el miedo y la incertidumbre que poseen algunas personas con respecto a las TIC en general; según Jiménez (2011), esto puede deberse principalmente al desconocimiento que sufren de ellas, tal y como lo pone de manifiesto un estudio realizado por la Fundación Vodafone España, donde las personas mayores les cuesta percatarse de lo positivo que tienen las TIC.

Como argumenta Montero (2005):

> Si históricamente el siglo XIX se caracterizó por un «derroche de vida» (alta natalidad y alta mortalidad), el siglo XX ha supuesto el periodo de finalización de la transición demográfica, la revolución de la longevidad y el envejecimiento. Con la mirada puesta en el siglo XXI, podemos decir que éste se convertirá en el reto de hacer compatible la longevidad con la autonomía personal y la participación social (p.36).

Para tal efecto no se pueden poner barreras entre el Adulto Mayor y la tecnología, ya que esta última al permitirle acceder y utilizar herramientas móviles, aplicaciones o dispositivos, le va a facilitar traspasar las propias barreras que le ocasiona la edad: las físicas y mentales. Con la finalidad de superar estos obstáculos, es esencial proporcionar recursos de soporte y asistencia técnica adecuados para garantizar que los usuarios se sientan cómodos, pero también seguros al utilizar la tecnología. Desde acceder a un banco en su propio hogar, hasta aprender un nuevo idioma; escuchar música que no encuentran en las radios modernas, leer sus letras; investigar su árbol familiar.

De este modo, en la sociedad de la información y del conocimiento se está produciendo un avance a pasos acelerados de las tecnologías, las cuales están teniendo una gran repercusión en la sociedad, donde prácticamente ya no se puede entender sin estos medios. El uso de las TIC es sin duda el componente clave que mejor simboliza el cambio de época que estamos viviendo. Por consiguiente, ante los desafíos que enfrenta la sociedad de la información es importante mejorar la

tecnología necesaria para conseguir el acceso a contenidos y recursos informacionales de gran calidad, además conseguir que este acceso llegue de forma mayoritaria y en igualdad de condiciones a todos los ciudadanos

Ahora bien, para lograr un entorno favorable para los inmigrantes digitales de la tercera edad, se requiere una combinación de factores que incluyen el diseño de interfaces accesibles, una formación adaptada a las necesidades, preferencias de los usuarios, la disponibilidad de recursos y herramientas de soporte. La accesibilidad es un factor clave, ya que los adultos mayores pueden tener dificultades para ver o escuchar adecuadamente debido a los factores propios del envejecimiento, por lo que es fundamental que las interfaces sean fáciles de usar y los contenidos se presenten de forma clara y sencilla.

Igualmente la formación adaptada a las necesidades de los usuarios también es esencial, ya que los adultos mayores pueden sentirse abrumados por la cantidad de información disponible en línea y necesitan orientación específica para navegar y utilizar las herramientas en línea. Por ende, la tecnología debe ser diseñada teniendo en cuenta las necesidades y limitaciones específicas de los adultos mayores.

Asimismo dicha tecnología debería estar orientada a facilitar la vida diaria de los adultos mayores. Esto podría incluir dispositivos de asistencia para el hogar, como sistemas de alerta médica, detectores de humo y monitores de movimiento, para ayudarles a vivir de manera segura e independiente en sus hogares. Además, aplicaciones y dispositivos que promuevan la salud física y mental también pueden ser muy beneficiosos para los adultos mayores tal como lo menciona Hamid y col (2023).

Por lo anterior un ejemplo clave, serian aplicaciones tecnológicas que les ayuden a monitorear su salud, a recordar cuándo tomar sus medicamentos o que les ofrezcan ejercicios adaptados a su edad y capacidades. Las aplicaciones de monitoreo de salud y fitness pueden ser muy útiles para aquellos que deseen mantener un estilo de vida saludable. Estas aplicaciones pueden ayudarles a controlar su nivel de actividad física, realizar un seguimiento de sus comidas y de su

ingesta de agua, y supervisar su sueño. Además, dispositivos de seguimiento de la actividad pueden proporcionar información sobre el número de pasos que han dado, la cantidad de calorías quemadas y la distancia recorrida.

En el mismo orden de ideas aplicaciones de meditación pueden ayudar a los adultos mayores a reducir el estrés y la ansiedad y mejorar su calidad de sueño. Existen aplicaciones de juegos cognitivos que pueden ayudar a mantener la agilidad mental y la memoria. También podrían incluir aplicaciones que fomenten la socialización, el contacto con amigos y familiares, como plataformas de videoconferencia y redes sociales específicamente diseñadas para adultos mayores.

En ese mismo contexto según el Instituto Nacional de Estadística y Censos INDEC (2014), la mayoría de los Adultos Mayores utilizan Facebook para ponerse en contacto con sus conocidos. Estas cifras se reflejan en los números de la red social de Mark Zuckerberg: el 90% de los usuarios nuevos del 2015 tienen más de 50 años. Se están empezando a acercar a Facebook, un lugar conocido por sus seres queridos menores, que han sido desplazados por sus padres y abuelos. Es donde pueden interactuar con amigos, familiares y conocidos en la comodidad de sus hogares, sin colas ni cambios de temperatura bruscos, a un sólo clic. Además, utilizan Internet para buscar en Google, leer diarios y, algunos, hasta para hacer transacciones.

De igual manera gracias a la popularización de los celulares inteligentes cada vez son más los Adultos Mayores que utilizan la tecnología para sus trámites del día a día. Está claro que los Adultos Mayores de ahora no son los mismos que hace 20 años, es decir, ahora manipulan medios electrónicos, algunos miran televisión por el celular y hasta utilizan el home banking. Estas herramientas son útiles y clave para una mejor calidad de vida que demandan los tiempos actuales. Además que se acerquen a la tecnología sin temor es trabajo de los más jóvenes. No se puede tener miedo al desconocimiento de la tecnología o temor a equivocarse cuando hay alguien que le puede enseñar.

De modo que el uso de las tecnologías sin duda es el componente clave que mejor simboliza el cambio de época que estamos viviendo. Uno de los retos ante los que se enfrenta la sociedad de la información es, además de mejorar la tecnología necesaria para conseguir el acceso a contenidos y recursos informacionales de gran calidad, conseguir que este acceso llegue de forma mayoritaria y en igualdad de condiciones a todos los ciudadanos.

Por su parte la Comisión Económica para América Latina y el Caribe CEPAL (2018), reseña que "la nueva agenda llama a comprometerse con la cooperación regional e internacional en materia de ciencia, tecnología, innovación y TIC e impulsar el desarrollo de tecnologías ecológicamente racionales" (p.86). En el tema tecnológico, la LOPADIAM (2021) describe, el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación en el artículo 30, donde el Estado, con la activa participación de las familias y la sociedad, promoverá la educación y la promoción de los valores culturales a través de la formación de las personas adultas mayores en el uso de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, así como la asignación de espacios preferenciales en centros de telecomunicaciones.

Sobre esto, Betlej (2023), exploró el papel de las redes sociales y las nuevas tecnologías en el envejecimiento de los adultos mayores, y mostraron que estas tecnologías pueden proporcionar beneficios significativos, como mantener conexiones sociales y acceso a información y entretenimiento. Cuidando que el uso excesivo también pueda tener un efecto negativo en su bienestar emocional y físico, destacando la importancia de un uso equilibrado y consciente.

Sin embargo, es un hecho constatable que las TIC han cambiado, en gran medida, la forma de relacionarse entre las personas, también es una evidencia que estos dispositivos no están a disposición de toda la población, existe la llamada brecha digital, no sólo por razones económicas, sino, en nuestro caso concreto, por motivos relacionados con la edad y con la escasa formación que poseen algunas personas mayores en este ámbito.

Si bien es cierto, las personas mayores al igual que cualquier otro colectivo, poseen diferentes limitaciones, tanto físicas como a nivel formativo para el uso de las TIC, pero es más el interés que muestran muchos de ellos por estar al día en esta sociedad de la información, por lo que podemos decir, que son más las posibilidades que las limitaciones que tienen. En cuanto a los recursos disponibles para los adultos mayores, el acceso a Internet y los dispositivos electrónicos puede ser un problema financiero para muchos. Por lo tanto, es importante que se establezcan políticas y programas desde el estado que promuevan el acceso a la tecnología y las habilidades digitales para todos, independientemente de su situación económica.

Así pues, para nadie es un secreto que las TIC han introducido de manera progresiva y significativa cambios trascendentales en los procesos educativos, productivos y empresariales, en las formas de trabajo y en la vida cotidiana de las personas (Carnoy, 2002). Esta postura es compartida por Kaschig, Maier y Sandow (2016), quienes reconocen que la implementación tecnológica ha dado lugar a nuevas posibilidades y estructuras de trabajo colaborativo, permitiendo una total interrelación entre las personas, los conjuntos de personas y los entornos que éstas comparten.

De igual modo, la robótica ha experimentado un gran avance en las últimas décadas y su aplicación en la asistencia a los adultos mayores es una de las áreas de mayor interés y potencial tal como la ha expresado en su publicación Pacaol y col. (2023) así como también Schneider y Bousbiat, (2023). . Los avances en robótica están permitiendo el desarrollo de robots que pueden asistir a los adultos como ya ha sido explicado en publicaciones recientes Li y col. (2023) y Huppertz, y col (2023). Se ha demostrado que los robots pueden ayudar con tareas diarias como la limpieza del hogar, la preparación de alimentos, el seguimiento de medicamentos y el transporte.

Además, los robots pueden ser programados para realizar diversas tareas de asistencia médica, como la monitorización de la salud y la comunicación con los proveedores de atención médica.De manera similar, la ayuda de la robótica tiene el potencial de mejorar significativamente su calidad de vida ya que puede reducir el

riesgo de lesiones y mejorar la independencia y autonomía de los adultos mayores. De igual manera la interacción social también es un aspecto importante de la vida de los adultos mayores, y los robots pueden proporcionar compañía y estimulación emocional a través de conversaciones y actividades recreativas. Los robots pueden ayudar a reducir la soledad y el aislamiento social, lo que a su vez puede mejorar la salud mental y emocional de los adultos mayores.

Sin embargo, es importante tener en cuenta los posibles desafíos y preocupaciones, como la falta de interacción social y el costo principal limitante para un amplio grupo de la población. La tecnología debe ser desarrollada y utilizada de manera cuidadosa y responsable para garantizar que se obtengan los mejores resultados para los adultos mayores.

CONCLUSION

Desde una visión futurista, la tecnología habrá avanzado de tal manera que los adultos mayores tendrán acceso a una amplia gama de dispositivos y servicios que les permitirán disfrutar de una vejez más independiente y activa en entornos favorables. En este futuro, los adultos mayores contarán con dispositivos inteligentes, que hasta incluso les permitirán monitorear su salud y actividad física en tiempo real. Estos dispositivos estarán conectados a una red de atención médica en línea, que les facilitara una atención médica personalizada con seguimiento de su estado de salud.

De manera similar los adultos mayores también tendrán acceso a medios de transporte autónomos, que les permitirán viajar de manera segura y cómoda, sin la necesidad de conducir ellos mismos. Estos vehículos estarán diseñados para ser accesibles y fáciles de usar para los ancianos, y contarán con sistemas de navegación avanzados que les permitirán llegar a su destino de manera rápida y eficiente. En cuanto a la comunicación, tendrán acceso a dispositivos de realidad aumentada, que les permitirán interactuar con sus seres queridos de manera virtual.

Finalmente, una sociedad responsable debería permitir con la incorporación digital y tecnológica de esta población mayor en verdaderos sistemas articulados de desarrollo, que le otorguen el espacio para realizar acciones en interacción responsable y en igualdad de condiciones en contextos educativos agradecidos, preocupados, transformadores e incluyentes, ya que es necesario disminuir las diferencias para que todas las personas participen de ellas. Definitivamente las TIC nos ofrecen grandes oportunidades para todos los colectivos de la sociedad, independientemente de la edad que tengan, pero es necesario conocer las necesidades, intereses, inquietudes y posibles limitaciones de todos los ciudadanos para acercarlas a ellos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Betlej, A. (2023). Social Networks, New Technologies, and Wellbeing-An Interview Study on Factors Influencing Older Adults' Successful Ageing. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(7), 5279.doi: 10.3390/ijerph20075279.

Carnoy, M. (2002). Sustaining the New Economy. Work, Family, and Community in the Information Age. Boston, MA: Harvard University Press.

CEPAL (2018) Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) Panorama Económico y Social de la Comunidad de Estados Latinoamericanos y Caribeños, 2016. Naciones Unidas. Impreso en Naciones Unidas, Santiago. Enero de 2017. Original: Español. S.16-01359

Haltaufderheide, J., Lucht, A., Strünck, C., & Vollmann, J. (2023). Socially Assistive Devices in Healthcare-a Systematic Review of Empirical Evidence from an Ethical Perspective. Science and Engineering Ethics, 29(1), 5. Disponible en URL: https://doi.org/10.1007/s11948-022-00419-9 [Consultado el 23/04/23].

Hamid, S., Faith, F., Jaafar, Z., Abdul Ghani, N., & Yusop, F. D. (2023). Emerging Technology for Healthy Lifestyle of the Middle-Age and Elderly: A Scoping

Review. Iranian Journal of Public Health, 52(2), 230-242. Disponible en URL: https://doi.org/10.18502/ijph.v52i2.11877 [Consultado el 25/04/23].

Huppertz, C., Forbrig, T. A., Lengert-Brzozowski, S., & Gräske, J. (2023). Associations between older adults' loneliness and acceptance of socially assistive robots: A cross-sectional study. Journal of Gerontological Nursing, 49(4), 21-26. Disponible en URL: https://doi.org/10.3928/00989134-20230309-04 [Consultado el 26/04/23].

Instituto Nacional de Estadística y Censos INDEC (2014). La Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores. Argentina. Disponible en: https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/sociedad/encaviam.pdf

Jiménez, A. (2011). "El Estado Actual de la Accesibilidad de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)". Madrid: CERMI/ Fundación Vodafone.

Li, S., Milligan, K., Blythe, P., Zhang, Y., Edwards, S., Palmarini, N., Corner, L., Ji, Y., Zhang, F., & Namdeo, A. (2023). Exploring the role of human-following robots in supporting the mobility and wellbeing of older people. Scientific Reports, 13(1), 6512. Disponible en URL: https://doi.org/10.1038/s41598-023-33837-1 [Consultado el 23/04/23].

LOPADIAM (2021) Ley Orgánica para la Atención y Desarrollo Integral de las personas adultas mayores. Asamblea Nacional. República Bolivariana de Venezuela. Caracas.

Ma, B., Yang, J., Wong, F. K. Y., Wong, A. K. C., Ma, T., Meng, J., Zhao, Y., Wang, Y., & Lu, Q. (2023). Artificial intelligence in elderly healthcare: A scoping review. Ageing Research Reviews, 83, 101808.

Pozo Maite, 2022. Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores. España. Disponible en URL: https://teleformacion.imserso.es/moodle/login/login.php [Consulta el 27/04/23].

Prensky, M. (2001, octubre). Digital natives, digital inmigrants. On the Horizon, vol. 9, núm. 5.

Pacaol, N. F., & Siguan, A. A. (2023, February 20). 'Hello, I am Baymax, your personal healthcare companion': The company of robotics and artificial intelligence on elderly. J Public Health (Oxf), fdad013. Disponible en URL: https://doi.org/10.1093/pubmed/fdad013 [Consultado el 29/04/23].

Schneider, C., & Bousbiat, H. (2023). Coaching Robots for Older Seniors: Do They Get What They Expect? Insights from an Austrian Study. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(4), 2965. Disponible en URL: https://doi.org/10.3390/ijerph20042965 [Consultado el 29/04/23].