



Herramientas tecnológicas enfocadas a la población adulta mayor

Technological tools focused on the elderly population

Por Daniel Fernando Barrera Mejía y Kevin Benítez Valentín

Resumen: Para los adultos mayores es de vital importancia adaptarse a las nuevas tecnologías, por ello es importante brindar herramientas para que este sector de la población pueda acceder a la información que circula en la web y a las formas de comunicación digital. Este texto es una reflexión sobre los beneficios de la tecnología durante la vejez y la importancia de que los adultos mayores se familiaricen con equipos computacionales y dispositivos móviles.

Palabras clave: información, computación, instructivos, tecnología.

Abstract: Adapting to new technologies is important for older adults, so it is important to provide tools so that this sector of the population can access the information that circulates on the web and forms of digital communication. This text is a reflection on the benefits of technology during old age and the importance of older adults becoming familiar with computer equipment and mobile devices.

Keywords: information, computer, instructional, technology.

Recibido: 02/06/21 • Aprobado: 30/06/21

En esta época de pandemia, el uso de la tecnología se ha incrementado, pero los adultos de avanzada edad han tenido mayor dificultad para adaptarse; esto ha provocado una amplia desventaja respecto a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para la vida diaria.

Para atender esta necesidad, es importante difundir y orientar sobre la operación de equipos de cómputo, dispositivos móviles y redes sociales, de tal manera que estas personas puedan estar más comunicadas y tengan más herramientas en el ámbito laboral, familiar y personal.

Sin embargo, hay varios prejuicios que deben modificarse pues impiden el aprendizaje de las TIC. Uno de los

primeros es la complejidad; la tecnología es un mundo desconocido para algunos y existe el temor a equivocarse o borrar información almacenada, aunque con asesoría, paciencia y motivación eso se puede evitar. Otro obstáculo es la capacidad económica; es cierto que los equipos suelen ser costosos, pero la oferta es amplia y es posible encontrar alguno con herramientas suficientes. Finalmente, los dispositivos no están acondicionados para personas de avanzada edad, particularmente por cuestiones de visión, equilibrio y coordinación; es necesario ajustar una visualización más grande desde el software, e incluso con asistentes de voz que hagan más amigable la interfaz.

Además de las posibilidades tecnológicas, hay varios estudios que demuestran que el buen uso de las TIC incrementa la calidad de vida. “La lucha contra el aislamiento y la soledad es un seguro de ralentización de la vejez. Mediante la interacción se puede conseguir una mayor realización personal y la mayor participación social [sic]” (Muñoz, 2002: 3).

Para facilitar la difusión, se pueden imprimir folletos con letra grande y los jóvenes pueden participar con asesorías personalizadas desde el funcionamiento de los equipos, búsqueda de información, redes sociales, hasta el manejo de programas y aplicaciones.

¹Avances de la investigación asesorada por el doctor Noé Armando Colín Mercado, en la unidad de aprendizaje Administración.

Desde la perspectiva gerontológica, Fernando Prieto afirma que se pueden crear:

- Sensores ambientales para monitorear movimiento, actividades cotidianas y situaciones de riesgo en el hogar o en residencias de personas mayores. Desde el acto de tomar o dejar un llavero o un medicamento, abrir o cerrar una puerta, usar un utensilio o aparato, entrar o salir de una habitación o de la descansar sentado o acostado, hasta sufrir un accidente. Todo ello con comunicación e informe a un dispositivo portátil de otra persona.
- Soluciones de conectividad y comunicación personal que ayuden a la persona a comunicarse y compartir con familiares y amistades.
- Dispositivos portables para monitorear funciones vitales y parámetros clínicos, como ritmo cardiaco, respiración, oxigenación, presión arterial, glucosa sanguínea, y otras.
- Apoyo o guía para la realización de actividades cotidianas, con las alertas y recordatorios apropiados, bien sea para el propio adulto mayor o para sus cuidadores” (2015: s/p).

En el caso que nos atañe (la comunicación), las herramientas que pueden resultar de más interés para este grupo etario son las videollamadas, el chat y algunas aplicaciones que posibiliten la interactividad escrita, servicios de telefonía y localización, conversaciones “cara a cara” y acceso a información desde cualquier parte del mundo.

Los folletos sugeridos tendrían las mismas indicaciones que ya incluyen los programas o aplicaciones e irían con ilustraciones de gran tamaño. Aquí un ejemplo para acceder a la lista de archi-

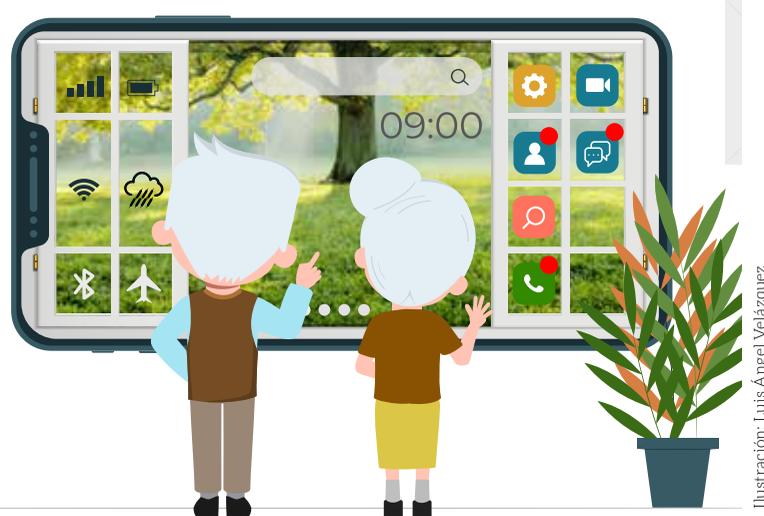


Ilustración: Luis Ángel Velázquez

vos de Word más recientes: Desplegar el menú Archivo y localizar la lista de archivos recientes, ubicada en la última sección del menú, justo arriba del comando Salir. Seleccionar el archivo deseado con el ratón o con las flechas del teclado.

La propuesta es que los adultos no estén solos en el aprendizaje sino acompañados por jóvenes, pues además de la atención personalizada se propiciaría el intercambio entre generaciones.

En conclusión, entrar al mundo de la tecnología es un derecho de todas las personas. Los beneficios de esto en los adultos mayores no solo se verán en las habilidades adquiridas sino en la posibilidad de incrementar la autosuficiencia, la autoestima y calidad de vida de los adultos mayores. Se podrá hacer un mejor seguimiento de cuidado y enfermedades, y se evitarán engaños o estafas. Debemos tener presente que la población está envejeciendo y muchas personas seguirán activas laboralmente, de ahí que el rezago digital debe ser atendido con urgencia y democracia. 🗣️

Referencias

- Muñoz Márquez, Luis David (2002). “Las personas mayores ante las tecnologías de la información y la comunicación. Estudio valorativo”, en *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, vol. 6, núm. 1-2, pp. 1-9. Granada: Universidad de Granada, <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56751267017>>.
- Prieto Hernández, Fernando (2015). “La tecnología al servicio de las personas adultas mayores”, en *Revista mexicana de ingeniería biomédica*, vol. 36, núm. 3, <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=Soi88-95322015000300002>.



Daniel Fernando Barrera Mejía y **Kevin Benítez Valentín** son alumnos de Ingeniería en Software, Unidad Académica Profesional Tianguistenco UAEMéx.