



FACULTAD DE PSICOLOGIA Y CIENCIAS SOCIALES

BENEFICIOS DE LAS TECNOLOGIAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ADULTOS MAYORES DEL ALTO VALLE DE RIO NEGRO

Estudiante: Molina Garcia, Lucas Mauricio

Legajo: 19938

Directora: Mirta Stepaniuk

Co-directora: Florencia Iglesias

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2026

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

Desde la fecha de aprobación del Trabajo Final Integrador

Lugar y fecha: Contralmirante Martin Guerrico, 28 de Abril del 2026



Firma y aclaración del autor:

Molina Garcia, Lucas Mauricio

Índice

Resumen	1
Introducción	2
Delimitación del Objeto de Estudio	2
Planteamiento del Problema	2
Objetivos	4
<i>Objetivo General</i>	4
<i>Objetivos Específicos</i>	4
Supuestos Básicos de Investigación	4
Estado del Arte	6
Marco Teórico	14
Vejez: ¿estado o proceso?	14
Envejecimiento Activo y Saludable	17
Comunicación y Vínculos Afectivos en la Vejez	18
Herramientas Digitales y Tecnologías de la Información y Comunicación	19
Vejez en Argentina: Marco Jurídico y Estadísticas	20
Rol del Profesional de la Psicología y el Adulto Mayor	22
Método	25
Diseño de estudio	25
Participantes – Muestra	25
Instrumentos	26
Procedimiento	26
Resultados	27
Análisis sociodemográfico	27
Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes	28
Grado de adopción de las Herramientas Tecnológicas para la comunicación en los adultos mayores	32
Uso de las Herramientas Tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información en adultos mayores	34
Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores	37
Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores	42
Alfabetización digital en adultos mayores	45
Discusión	47

Análisis sociodemográfico	47
Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes	48
Grado de adopción de las Herramientas Tecnológicas para la comunicación en los adultos mayores	49
Uso de las Herramientas Tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información en adultos mayores	50
Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores.....	50
Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores	53
Alfabetización digital en adultos mayores	53
Conclusión	55
Aportes y Contribuciones de la Investigación.....	58
Limitaciones de la Investigación	58
Líneas de Investigación Futuras.....	58
Propuesta de Intervención	60
Referencias	62
Anexos.....	67
Formulario de Consentimiento Informado	67
Guía de Preguntas para Entrevista Semiestructurada	68

Título: Beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro.

Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo describir los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro. Se trata de un estudio empírico de tipo cualitativo, transversal y exploratorio. Como instrumento de recolección de datos se utilizó la entrevista semiestructurada aplicada a una muestra conformada por 12 adultos mayores con un promedio de 66 años.

Los resultados muestran una fuerte adopción de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores y que las mismas brindan beneficios tales como autonomía, bienestar anímico y emocional, practicidad, aprendizaje, mayor capacidad de comunicación y formas de desarrollo y/o mantenimiento de las funciones cognitivas. Entre las herramientas tecnológicas más utilizadas se encuentran el teléfono celular, la aplicación WhatsApp, la televisión y la radio. Se destaca la importancia de la Alfabetización Digital para el bienestar general y el aumento de la calidad de vida del adulto mayor.

Palabras clave: Beneficios – Tecnologías de la Información y Comunicación – Adultos Mayores

Introducción

Delimitación del Objeto de Estudio

El presente estudio tiene como objetivo describir los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro. Se realizó una investigación empírica, de tipo cualitativa, transversal y exploratoria.

La muestra se conforma por 12 adultos mayores, 2 residentes de la zona rural llamada Contraalmirante Martin Guerrico y 10 residentes de la Ciudad de General Roca, en Rio Negro, con un promedio de 66 años. En Argentina, se considera como adulto mayor a la persona de 60 años o más (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INDEC], s.f.). Las Tecnologías de la Información y Comunicación, se pueden definir como el grupo de tecnologías que facilitan la producción y comunicación mediante diferentes códigos - tales como el texto, imágenes, sonido, entre otros- (Ortí, 2011), entre los que se destacan “(...) la radio, la televisión, el teléfono, la web y las redes sociales”, recursos, servicios y herramientas tecnológicas que facilitan la comunicación (Ente Nacional de Comunicaciones, 2023).

Planteamiento del Problema

La Organización Mundial de la Salud (2025) plantea un concepto fundamental para comprender la salud del adulto mayor, el Envejecimiento Activo, que comprende la presencia de factores que favorecen la calidad de vida de la persona adulta, enfocándose en la participación y el aprendizaje continuo, como contraparte al Envejecimiento Patológico, el cual disminuye la calidad de vida, con factores como la soledad y la falta de educación. Además, un entorno social que facilita la realización de actividades personales y profesionales, puede reforzar el crecimiento de sus funciones biopsicosociales o la recuperación de las mismas.

La mayoría de los mitos y estereotipos que existen en la sociedad sobre la vejez, se apoyan sobre la idea de que el envejecimiento es un sinónimo de deterioro, por lo que Vega y Bueno (1996), proponen, por el contrario, pensar al envejecimiento desde una perspectiva evolutiva, haciendo énfasis en la capacidad del adulto mayor hacia el crecimiento y el cambio, teniendo en cuenta de que las personas adultas pueden seguir siendo productivas y gozar de buena salud.

Según Furstenberg (1989, como se citó en Antequera-Jurado & Blanco Picabia, 1998), la participación social y la autopercepción de utilidad constituyen variables centrales en la experiencia de la vejez. La sensación de sentirse útil y la valoración positiva de las propias capacidades fortalecen la autoestima en cualquier etapa de la vida; sin embargo, adquieren una relevancia particular en la adultez mayor. Esto se debe a que los estereotipos sociales predominantes asocian esta etapa con la inutilidad y el deterioro, generando una percepción negativa que el adulto mayor debe afrontar cotidianamente. En este contexto, construir una valoración positiva de sí mismo le permite no solo sobrellevar el paso del tiempo y un posible declive biológico, sino también comprender que dicho declive no implica necesariamente un deterioro en las demás dimensiones de su vida. De este modo, el adulto mayor puede sostener y desarrollar relaciones interpersonales significativas y mantener vínculos activos con su comunidad.

Como menciona el Instituto Nacional de Estadística y Censos –INDEC- (s.f.), en la actualidad la tecnología forma parte fundamental de la cotidianeidad de las personas, ya sea para comunicarse, gestionar tramites, entretenimiento, mantenerse informado, entre otras. En el caso de las personas mayores, por la practicidad, la autonomía y la productividad que estas herramientas pueden aportar, representan un activo muy importante para su bienestar y calidad de vida, aunque dicho organismo advierte algo: los obstáculos en el acceso a las mismas, ya sea por motivos económicos, físicos, educativos y/o culturales. Resulta

imperativo comprender como es el acceso de la población adulta a las TIC, en el contexto del Alto Valle de Rio Negro, donde hay escasez de investigaciones acerca de la presente temática y en la actualidad, donde resulta necesario comprender el fenómeno de la digitalidad en relación a la calidad de vida y el bienestar psicológico.

Ante los conceptos planteados, se pretende responder a la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro?

Objetivos

Objetivo General

Describir los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro

Objetivos Específicos

Examinar los dispositivos y herramientas tecnológicas empleados por adultos mayores, así como los propósitos para los cuales los utilizan con mayor frecuencia.

Explorar el grado de adopción de herramientas tecnológicas destinadas a la comunicación entre los adultos mayores y su entorno social.

Analizar el uso que realizan los adultos mayores de las herramientas tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información.

Supuestos Básicos de Investigación

Las Tecnologías de la Información y Comunicación brindan grandes beneficios a los adultos mayores, puesto que les permiten informarse y comunicarse de manera más simple y asidua que los medios de comunicación tradicionales –como los diarios o revistas físicos/impresos para informarse o las cartas para comunicarse-.

Los adultos mayores utilizan varias Tecnologías de la Información y Comunicación, lo hacen de forma constante, y generalmente eso aumenta su bienestar psicológico, ya que las mismas les permiten estar conectados con otras personas, expresarse emocionalmente, entretenerse, estar informado, entre otros.

Si bien los adultos mayores pueden hacer uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), en la mayoría de los casos dicho aprendizaje no fue adquirido mediante educación formal. Generalmente, el proceso de aprendizaje en el manejo de las herramientas tecnológicas se ha desarrollado de manera autodidacta, a través del método de ensayo y error, y/o mediante la asistencia de personas cercanas –como familiares o conocidos- lo que ha resultado en un conocimiento parcial y de poca profundidad sobre estas herramientas.

Estado del Arte

Rivera (2023) realizó una investigación empírica de tipo mixta llamada: “Beneficios del uso de tecnologías de la información y la comunicación en adultos mayores”. La muestra estuvo constituida por 31 adultos mayores de 70 años o más, residentes de la Provincia de Buenos Aires, Argentina, y para la recolección de datos se utilizó: para el enfoque cualitativo, una entrevista en profundidad administrada a una mujer de 89 años, y para el enfoque cuantitativo, se aplicaron encuestas a un total de 30 personas, conformada por 35 ítems. El objetivo del estudio fue “Indagar acerca de los beneficios del acceso y uso de las nuevas tecnologías en los adultos mayores.” El autor llega a la conclusión de que el uso de las TIC promueve el bienestar de las personas mayores porque les permite participar en la sociedad activamente, fortalecer su autonomía, mantenerse informado y conectado. El estudio realizado por el autor y el presente se relacionan directamente, puesto que ambos pretenden estudiar los beneficios del uso de las tecnologías de la información y comunicación en adultos mayores, con el interés de probar que dichas herramientas impactan positivamente en su calidad de vida.

Ruiz Lorenzo et al. (2023) realizaron una investigación empírica de tipo mixta, llamada: “El hogar en el que viviremos: una aproximación cualitativa a las estrategias residenciales para personas mayores”. La población estudiada fueron los adultos mayores de Andalucía, España, y la muestra se conformó por un grupo de 8 expertos, a los cuales se les aplicó cuestionarios de tipo cuantitativo y cualitativo para la obtención de datos y luego para el análisis se utilizaron el Coeficiente de Variación y Coeficiente de Concordancia W de Kendall. El objetivo de la investigación es: “reflexionar sobre la realidad actual de las personas mayores en el ámbito de la vivienda y su adaptación en Andalucía, con el fin de proporcionar propuestas tangibles para la mejora de su calidad de vida en la vivienda y sus aspectos transversales a través de las contribuciones de expertos”. Los autores concluyen que

uno de los factores que favorece el envejecimiento saludable, es que los adultos mayores puedan vivir en sus propios hogares (en lugar de vivir en instalaciones residenciales), que es fundamental la adaptación de la vivienda para mejorar su confort y autonomía, poniendo principal atención a los recursos tecnológicos, para que el adulto mayor pueda conservar sus redes de apoyo, haciendo foco en las videoconferencias o videollamadas como una de las herramientas más utilizadas por dichos sujetos. El trabajo de los autores se relaciona con la presente investigación, puesto que ambos tienen el objetivo de entender qué aspectos de la vida cotidiana del adulto mayor pueden favorecer su envejecimiento saludable, haciendo énfasis en el confort, la autonomía y en las redes de apoyo; desde el presente estudio, destacando el acceso a las herramientas digitales.

Sánchez-Valle y Llorente-Barroso (2023) realizaron una investigación empírica de tipo cualitativa llamada: “Desafíos de la administración electrónica para la inclusión de las personas mayores en la sociedad digital”. La muestra estuvo constituida por 28 adultos mayores de 60 años o más, Residentes de España, en cuatro grupos de entre cinco y nueve participantes. La técnica para la recolección de datos fue el armado de grupos de discusión y como instrumento se utilizó el método Delphi, que consiste en la aplicación de cuestionarios en diferentes rondas. El objetivo de la investigación fue “profundizar en la relación de las personas españolas mayores de 60 años con la administración electrónica”. Los autores llegan a la conclusión de que el uso de las herramientas tecnológicas favorece la participación de sectores sociales desfavorecidos, siendo los adultos mayores uno de ellos, al promover la autonomía de los sujetos que podrían operar desde la comodidad y seguridad del hogar con la administración electrónica, sin embargo, la problemática surge de que no todos puedan acceder a las herramientas tecnológicas o que no estén capacitados para utilizarlas, por lo que es importante que se considere un diseño web/electrónico más sencillo para operar y promover la capacitación en estas herramientas. La investigación provee un gran aporte a la

temática de los adultos mayores y la utilización de las herramientas tecnológicas, porque resalta la necesidad de alfabetización en materia digital y el acceso a las mismas, para que puedan operar estas tecnologías que podrían traer beneficios a su vida.

Ríos Palacio y Córdoba Sánchez (2024) realizaron una investigación empírica de tipo cualitativa denominada: “Percepción de barreras en la telepsicología en personas mayores, usuarias de dos consultorios psicológicos comunitarios”. La muestra estuvo conformada por 12 adultos mayores de 60 años o más, pacientes de dos consultorios psicológicos gratuitos ubicados en el sur del Área Metropolitana de Medellín, Colombia, que recibieran atención psicológica a través de llamada telefónica o videollamada, y para la recolección de datos, el instrumento fue una entrevista realizada vía telefónica, la cual fue grabada, para posteriormente ser transcrita y analizada por el software Atlas Ti. v.22 para identificar categorías y subcategorías de análisis. El objetivo del estudio fue “describir las percepciones sobre las barreras en el servicio de telepsicología que tienen las personas mayores usuarios de consultorios psicológicos comunitarios en Colombia.” Los resultados mostraron que las ventajas de la telepsicología eran la comodidad de realizar tal proceso desde el hogar, la reducción de costos al no tener que desplazarse hacia el consultorio y que el tratamiento seguía siendo eficaz, sin embargo los adultos mayores percibieron problemas con dicha modalidad, como problemas para manejar las aplicaciones, dependían si o si de otras personas para acceder al servicio, falta de privacidad, falta de contacto físico y sensación de poca empatía por parte del psicólogo. La investigación realiza un importante aporte a la temática porque ayuda a comprender las ventajas y las desventajas del uso de la tecnología para la asistencia psicológica, pudiendo generalizarse los resultados a otros tipos de actividades, entendiendo que las herramientas tecnológicas deberían adecuarse y así facilitar el uso por parte de los adultos mayores.

Martínez Heredia et al. (2024) realizaron una investigación empírica de tipo mixta, llamada: “El impacto de la era digital en el aprendizaje del inglés en adultos mayores”. La población fueron dos grupos de estudiantes adultos mayores que asistían a un centro de formación de inglés, de una sede de Granada y de una sede de Melilla, la muestra estuvo compuesta por un total de 24 estudiantes, 9 hombres y 15 mujeres, de entre 58 y 77 años. Para la recolección de datos, se utilizó el cuestionario de Belda-Medina (2020), sobre el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para personas adultas y se adaptó a las características de la investigación. El objetivo general de la investigación es “analizar los retos y posibilidades lingüísticas, digitales y sociales con la introducción de las TIC en el aprendizaje del inglés en personas mayores del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada”. Los principales resultados muestran que los adultos mayores se ven motivados gracias al aprendizaje de las TIC, puesto que las mismas incrementan sus recursos y facilidades para el aprendizaje, la comunicación, mantenerse informados y para entretenerse. Dicha investigación se relaciona con la presente, puesto que ambas tienen como objetivo remarcar el impacto que tienen los recursos tecnológicos en la comunicación de los adultos mayores.

Poveda-Puente et al. (2024) realizaron una investigación empírica de tipo mixta denominada: “Programas socioeducativos y tecnología: impacto en las personas mayores”. La muestra estuvo conformada por 268 adultos mayores, cuya edad era de 60 años o más, de 4 municipios de la Comunitat Valenciana: dos municipios urbanos y dos municipios rurales, y la técnica para la recolección de datos fue la división de los sujetos en 15 talleres de 2 horas de duración, con un total de 66 sesiones. El instrumento de recolección de datos constó de varias partes: una parte para obtener los datos sociodemográficos, otra para saber sobre las habilidades digitales basado en el Indicador de Competencia Digital de European Commission (2016), la siguiente en aplicar una escala de tipo Likert de cinco niveles sobre la

autopercepción de utilidad de la formación recibida en la materia, y por último el registro de asistencia a los talleres. El objetivo de la investigación es “analizar el impacto de las acciones socioeducativas con gerontecnologías para un envejecimiento saludable”. Los autores llegaron a la conclusión de que la socialización y participación activa de los adultos mayores mejora radicalmente su envejecimiento, y que por lo tanto, es cada vez más necesario que puedan desarrollar sus habilidades digitales y que accedan a los recursos tecnológicos. Por lo mencionado anteriormente, queda claro que ambos estudios se relacionan porque hacen énfasis en que las herramientas digitales permiten la sociabilidad de los adultos mayores, y que favorecer dichos procesos es determinante para una mejora en la calidad de vida de dichos sujetos.

Araya-Carvajal (2024), realizó una investigación empírica de tipo cualitativa, denominada: “Hacer comunidad virtual: redes afectivas en tiempos de pandemia”. Una experiencia con personas adultas mayores desde la Acción Social, centrado en una población de 45 adultos mayores de la Región de Occidente Costarricense y una muestra de 14 mujeres y 6 hombres entre los 55 y 95 años en el 2020 y otra muestra de 23 mujeres y 2 hombres entre 53 y 92 años en el 2021. Como instrumentos para la recolección de datos se utilizaron entrevistas semidirigidas, actividades y proyectos grupales mediante la virtualidad, desde las plataformas Zoom y WhatsApp. El objetivo de la investigación es “analizar la experiencia del trabajo desarrollado durante dos años (2020-2021) con dos grupos de personas adultas mayores de la región de Occidente costarricense utilizando una metodología fundamentada en la Sistematización de experiencias y basada en el intercambio de saberes”. Entre las conclusiones a las que arriba el autor, algunas refieren a la importancia de las redes sociales durante la cuarentena por la Pandemia de Covid-19, puesto que gracias a las mismas, hubo un espacio de encuentro entre los adultos mayores con sus seres queridos, e incluso pudiendo conocer personas a través de las mismas, permitiendo las relaciones interpersonales, la

expresión emocional y el aprendizaje. La relación de dicho estudio con el presente trabajo, es que ambos pretenden destacar la importancia de las herramientas digitales para que los adultos mayores puedan comunicarse, entendiendo la comunicación como uno de los procesos más enriquecedores del ser humano.

Hernández - Silvera et al. (2024) realizaron una investigación empírica de tipo cualitativa denominada: “Aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el envejecimiento activo: un estudio cualitativo en Buenos Aires”. La población de interés fueron adultos mayores de Buenos Aires, y la muestra consistió en 27 adultos, entre 60 y 95 años, que asistieron a la Asociación de Jubilados y Pensionados en Villa Lugano (CABA), otros que concurren al consultorio y asiduos al Sindicato de Empleados de Comercio en Zona Sur (Zona Sur de Buenos Aires), y otros que asisten a un taller protegido en Barracas (CABA). Como instrumento de recolección de datos, se hicieron entrevistas semiestructuradas, para que los entrevistados pudieran expresarse en sus respuestas. El objetivo general de la investigación es “explorar el aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), específicamente el uso de teléfonos móviles, en adultos mayores comprometidos con el envejecimiento activo”. Entre las conclusiones que destacan los autores, se encuentran que las herramientas tecnológicas aumentan la autonomía de los adultos mayores, puesto que facilitan la realización de trámites (municipales, impositivos, sanitarios, etc.) y la comunicación con familiares y amigos, lo que también incide en la motivación de los individuos para aprender a utilizarlas. El estudio antes mencionado se relaciona con el presente, puesto que ambos pretenden comprender cómo las herramientas tecnológicas aumentan el bienestar y la salud mental de los adultos mayores, puesto que permiten el desarrollo de procesos y competencias como lo son la comunicación y el aprendizaje.

Cuello y Pochintesta (2024) realizaron una investigación empírica de tipo cualitativa denominada: “Usos y percepciones de las TIC: un estudio en personas mayores en Luján, Buenos Aires, desde el inicio del Covid-19”. La muestra estuvo conformada por 16 adultos mayores, 8 varones y 8 mujeres, residentes del partido de Lujan, Provincia de Buenos Aires, la misma fue dividida en dos grupos según la edad, una de 60 a 74 años y la otra de 75 años en adelante. Para la recolección de datos se utilizó una entrevista semiestructurada con preguntas abiertas y cerradas, con una duración promedio de 40 minutos. El objetivo de la investigación fue “analizar la percepción de las personas de 60 años y más sobre el uso de las nuevas tecnologías durante la pandemia Covid-19 en la localidad de Luján, Buenos Aires, Argentina”. Entre las principales conclusiones a las que llegan los autores, se destaca el importante aumento en el uso de la tecnología en los adultos mayores posteriormente a la Pandemia por Covid-19, en especial los celulares inteligentes, principalmente para comunicarse con otras personas, además, si bien a muchos les molesta que los hijos y/o nietos estén continuamente pendientes del celular, algunos se muestran dispuestos a aprender sobre el uso de la tecnología. El estudio resulta muy interesante porque resalta la necesidad de los adultos mayores en adoptar las herramientas tecnológicas para poder comunicarse, subrayando que muchos están dispuestos a enfrentar las limitaciones que existan para el aprendizaje del uso de estas herramientas.

Pochintesta et al. (2025) realizaron una investigación empírica de tipo mixta, denominada: “Apropiación de tecnologías digitales en personas mayores del noroeste de la provincia de Buenos Aires”. La población fueron adultos mayores del noroeste de la provincia de Buenos Aires, Argentina, y la muestra fueron: 197 personas mayores, de los cuales, 157 fueron mujeres y 39 varones - que superaban los 60 años de edad- y a 7 capacitadores, 5 mujeres y 2 varones, quienes eran encargados de capacitación digital para adultos mayores. Para la recolección de datos se utilizaron diferentes técnicas: a los adultos

mayores se les aplicó un cuestionario y entrevistas semidirigidas, mientras que a los capacitadores solo entrevistas semidirigidas. El objetivo del estudio fue “analizar cómo es la percepción de las personas mayores, sobre el uso de las tecnologías y el apoyo recibido en la apropiación tecnológica”. Los autores llegaron a la conclusión de que el acceso a espacios de alfabetización digital es un derecho humano básico, para que los adultos mayores tengan acceso a las herramientas tecnológicas y el desarrollo de habilidades para poder utilizarlas, y que actualmente no se está garantizando. La contribución de la investigación realizada por los autores contribuye a la presente investigación, ya que focaliza en la necesidad de las herramientas tecnológicas en la vida cotidiana de los adultos mayores, para que se puedan desarrollar con más capacidad en las distintas tareas.

Marco Teórico

Vejez: ¿estado o proceso?

A través de la historia, la forma en que se considera a la vejez, ha ido evolucionando de manera muy considerable, hasta llegar a una de las nuevas perspectivas y consideraciones acerca de este concepto: pensar al envejecimiento como un proceso y dejar de considerarlo como un estado. Aragón (1997) explica que se debe considerar como un proceso, porque la vejez se produce como un cambio gradual, no algo que sucede de repente, de esa manera, como hayan ido evolucionando factores y procesos, como la fuerza física, la memoria, la comunicación, la respiración, por ejemplo, será la manera en que la persona pueda desarrollar esas funciones actualmente. Teniendo en cuenta si ha podido ejercitar dichas funciones, la posibilidad de que se haya visto afectada por alguna enfermedad o accidente, son variables que afectarán o no, su desempeño actual. Un entorno que haya estimulado positivamente al sujeto, la posibilidad de haberse podido desarrollar profesionalmente o haber realizado actividad física y llevar una dieta saludable, son factores que van a repercutir directamente en las funciones físicas, cognitivas y sociales. El autor también aclara que a causa de los cambios históricos, el proceso de la vejez se ha extendido cronológicamente, y por ello, es conveniente comprenderlo en tres etapas o periodos: 1) Tercera edad: se consideraría al periodo de tiempo que siguen a la jubilación o retiro, se debe considerar la edad comprendida en este periodo, según el contexto donde viva el sujeto, es decir, país o región donde reside. 2) Ancianidad: generalmente, es donde suelen aparecer las limitaciones físicas y cognitivas más importantes, por lo que suele haber cambios en las tareas o responsabilidades que se realizan, e incluso, pueden llegar a delegarse a un tercero/s. Puede ubicarse entre los 70 y 75 años. 3) Última senectud: las funciones físicas, cognitivas y sociales, suelen verse afectadas fuertemente y se incrementa la posibilidad de mortalidad. Continúa cronológicamente a la etapa anterior, hasta el deceso del sujeto.

Muchnik, E. (1998, pp. 315 y 316) expresa que es necesario comprender la edad como una dimensión compleja, que varía según el aspecto desde el cual se la pretenda analizar: 1) Edad cronológica: aquella que es medida desde que la persona nace, se mide en años, meses y días. Ejemplo: un hombre tiene 48 años en el 2026, porque nació en el año 1978. 2) Edad biológica: es la edad que se mide según el envejecimiento de las células, y que se evalúa a partir del estado físico, las condiciones de salud, la tolerancia al estrés, entre otros. Considera que hay un envejecimiento saludable: que es lo normal, biológicamente hablando, y que hay un envejecimiento patológico: aquel asociado al deterioro y a la enfermedad. Se puede considerar mayor o menor a la edad cronológica según el sujeto, por ejemplo: si una persona es muy vulnerable al estrés, y su estado físico demuestra deterioro a pesar de ser joven “cronológicamente hablando” (en años), se puede decir que esa persona es mayor biológicamente –aún así, la autora explica que es una variable compleja y que no existe un patrón biológico predeterminado-. 3) Edad psicológica: está relacionada con el tiempo interno del individuo, en relación con las perspectivas sociales con respecto a la edad, por lo que se relaciona fuertemente con la edad social. Está comprendida por conceptos como la “autoimagen de edad”, un ejemplo puede ser cuando una persona mayor, cronológicamente hablando, realiza actividades que socialmente son relacionadas a la gente joven, y la persona expresa que las hace porque “lo hace sentirse joven” o cuando una persona joven (cronológicamente, en años), demuestra ser demasiado “maduro” socialmente, y dice que se siente como un “alma vieja”. 4) Edad social: es aquella que se define por el imaginario social de que es ser infantil, adolescente, adulto o viejo, estableciendo un patrón de conducta para cada “rango etario”, dotándolo de actitudes y características. Ejemplo: una persona mayor (de muchos años), puede ser tildado de inmaduro/a por vestirse como un adolescente.

Existe la creencia de que la vejez comienza a determinada edad, generalmente es asociada a la edad en que la persona se jubila o retira, y es usada como sinónimo de deterioro,

declive o pérdida de funciones, ya sean físicas, psicológicas y/o sociales. Sin embargo, aunque haya casos en donde haya deterioro o pérdida de habilidades, una de las características más prominentes de la vejez al compararla con otras etapas de la vida, es que existe una gran variabilidad entre los sujetos, no todos envejecen del mismo modo, porque el envejecimiento, como proceso, se ve influenciado por una gran cantidad de variables anteriores, por toda la vida que antecede ese momento. Fernández-Ballesteros (2004), explica que hay 3 factores psicológicos que considerar sobre la vejez: 1) Funciones cognitivas: durante el envejecimiento, es muy probable que se produzca un enlentecimiento del funcionamiento cognitivo, a la persona mayor le lleva más tiempo responder a la información que recibe que a la persona joven, además el adulto mayor, seguramente necesite más tiempo para organizar la información y ejecutar tareas, aunque eso no significa que hayan perdido capacidad de aprendizaje. Algunos problemas recurrentes en la vejez pueden ser la dificultad para recordar nombres, no poder acordarse del número de teléfono, olvidar tareas pendientes, entre otros. Investigaciones han probado que realizar actividades intelectuales, como hacer crucigramas o jugar al ajedrez, mejora la función intelectual en la vejez, disminuyendo la probabilidad de sufrir demencias. Pero así como existen algunas habilidades cognitivas que sufren cierto deterioro, hay otras como ciertas formas de juicio y de comprensión, que se pueden incrementar en la vejez. 2) Funciones afectivas: las emociones representan una de las funciones más estudiadas dentro del funcionamiento psicológico. El envejecimiento, según el sujeto en particular, puede conllevar un importante número de situaciones cruciales para la persona, como jubilarse, la pérdida de seres queridos, recibir la noticia de padecer enfermedades graves y/o limitantes, depender de otra/persona/s, mayor posibilidad de morir, entre otras. Dichas situaciones, pueden generar fuertes reacciones emocionales, tales como tristeza, miedo, enojo, sentimientos como la soledad y sufrimiento, también depresión, porque un adulto mayor, puede experimentar la misma intensidad emocional que una persona

joven. Eso significa, que de igual modo, puede experimentar emociones positivas, tales como la alegría, satisfacción, sentimientos de felicidad y bienestar. Además, numerosas investigaciones describen que a mayor edad, hay mayor comprensión de las emociones, porque la persona ha “madurado emocionalmente”. 3) Estereotipos sobre la vejez: hay diversos mitos sobre el envejecimiento, que las personas mayores padecen toda clase de deterioro y enfermedades, que no pueden aprender cosas nuevas, que son dependientes o que suelen ser irritables o amargados, sin embargo, como se menciona anteriormente, el envejecimiento, a grandes rasgos, es consecuencia de cómo se haya vivido con anterioridad, una persona joven que lleva malos hábitos, puede sufrir deterioro y/o enfermedades en la juventud, además, no hay pruebas de que la personalidad cambie durante el envejecimiento, puede haber aspectos que se remarquen a causa del paso del tiempo, pero no se crea una personalidad nueva durante la etapa de la vejez, además hay que tener en cuenta, que hay funciones como el aprendizaje y la comprensión, que se mantienen o incluso se siguen desarrollando durante el envejecimiento.

Envejecimiento Activo y Saludable

La Organización Mundial de la Salud (1990, como se citó en Petretto et al., 2016), presenta una definición de Envejecimiento Activo, apalancado en el concepto de Envejecimiento Saludable, explicando que es un proceso cuyo objetivo principal, es el de mejorar la calidad de vida de los sujetos a partir de optimizar tres aspectos de su vida: salud, participación y seguridad. Para lograr tal objetivo, el modelo planteado por la OMS considera que hay 6 determinantes: 1) Servicios sociales y Sanitarios: incluye la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y servicios de salud mental, entre otros. 2) Factores conductuales: realizar actividad física, llevar un régimen alimentario saludable y evitar consumos nocivos para la salud, como el tabaco o el alcohol, entre otros. 3) Factores personales: factores psicológicos, genéticos y biológicos. 4) Factores relacionados con el

entorno físico: una vivienda segura, libre de accidentes y contaminación. 5) Factores relacionados con el entorno social: participación, apoyo y reconocimiento, violencia y abuso, educación y alfabetización. 6) Factores económicos: trabajo, jubilación, salario, ingresos, seguridad social, entre otros. Según dicho modelo, hay 3 factores claves para un envejecimiento activo: 1) Autonomía: que la persona tenga la habilidad para adaptarse y controlar las demandas del entorno, la capacidad para tomar decisiones según sus propias reglas y preferencias. 2) Independencia: que la persona pueda tener control sobre su propia vida sin depender de otras personas. 3) Calidad de vida: que la persona posea una óptima salud física, psicológica y social, con el objetivo de que eso sirva de soporte para lograr sus objetivos y cumplir con sus expectativas personales.

Comunicación y Vínculos Afectivos en la Vejez

La comunicación es la actividad en la cual se transmite información de una persona a otra/s, es uno de los procesos fundamentales del desarrollo personal, ya que nos permite relacionarnos con los demás y es una herramienta básica para poder construir el conocimiento (Gimeno, 1999). La comunicación representa una función primordial en toda etapa de la vida humana, aunque producto de cierto deterioro físico o cognitivo, puede llegar a ser más complejo durante el envejecimiento, sin embargo, justamente debido a eso, es que es uno de los procesos más importantes a los cuales prestar atención.

Watzlawick et al., 1991 destacan la comunicación como un proceso indispensable para el crecimiento y el cambio en el ser humano; y siendo el envejecimiento, un proceso de múltiples cambios, debe ser uno de los procesos fundamentales a desarrollar por el sujeto, sobre todo teniendo en cuenta que “(...) aunque la soledad es un sentimiento que puede darse en todas las edades, suele darse con mayor frecuencia en personas mayores.”, como bien explica Sanz Mansilla (2016).

En toda etapa de vida del ser humano, sentirse aceptado y ser reconocido por el entorno familiar y social, contribuye a elevar el autoconcepto, lo que en la vejez se ve fuertemente afectado, muchas veces por consecuencia de la jubilación y/o pérdida de seres queridos (Thoits, 1985; Krause, 1987, como se citó en Antequera-Jurado & Blanco Picabia, 1998). Además, la jubilación puede significar un gran cambio para el adulto mayor, porque significaba una estancia más para poder socializar con otras personas fuera del entorno familiar.

Como se mencionó anteriormente, durante el envejecimiento se pueden llegar a perder los vínculos sociales que la persona mantenía hasta ese momento, se mencionaron motivos como la jubilación y/o pérdida de seres queridos, sin embargo, el adulto mayor puede, producto de la necesidad de relacionarse con los demás y expresarse emocional e intelectualmente, desarrollar vínculos sociales a partir de actividades donde pueda exhibir sus virtudes y obtener reconocimiento, para ello, es fundamental el rol de redes comunitarias e instituciones para generar un acercamiento entre el adulto mayor con otras personas, en una etapa de la vida, que al igual que otras, o incluso más, la contención y el apoyo es determinante para su bienestar (Dabas, 1995, como se citó en Encinas, 2018).

Herramientas Digitales y Tecnologías de la Información y Comunicación

Cotrado y Sucari (2024) explican que las Herramientas Digitales son aquellas tecnologías que posibilitan el acceso a contenido multimedia- como videos, fotografías, texto, audio-, favoreciendo “(...) la comprensión y la retención de información” (p. 8). Teniendo en cuenta dicha definición, el concepto de Herramientas Digitales abarcaría tanto los dispositivos tecnológicos – también llamado hardware –, como aquellas aplicaciones, programas o sitios web – denominado software -.

Un concepto relacionado a las Herramientas Digitales, enfocado directamente en el tratamiento de la información y la comunicación, es el denominado Tecnologías de la Información y Comunicación, generalmente conocido por sus siglas TIC. Grande et al. (2016) definen a dichas tecnologías como “(...) herramientas tecnológicas digitales que facilitan la comunicación y la información (...)”, explicando, tras una revisión bibliográfica, que diferentes definiciones de autores reconocen ciertas características y funciones en común en ellas: el almacenamiento, procesamiento, transformación y transmisión de la información. Explica, que si bien la comprensión de lo que representan las TIC se ha ido modificando con el tiempo, producto del mismo avance de la tecnología, algunos de sus representantes serían: informática, internet, computadoras, teléfonos celulares, smartphones, entre muchos otros.

El Ente Nacional de Comunicaciones (2023), - conocido por sus siglas ENACOM -, organismo encargado de regular y controlar las telecomunicaciones en Argentina, define las Tecnologías de la Información y Comunicación como “(...) el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios que permitan la compilación, procesamiento, almacenamiento y transmisión de información, como por ejemplo voz, datos, texto, video e imágenes, entre otros.”. Además cita como ejemplos a: “(...) la radio, la televisión, el teléfono, la web y las redes sociales” y que agiliza y facilita la comunicación tanto para objetivos personales como profesionales y técnicos.

Vejez en Argentina: Marco Jurídico y Estadísticas

El organismo encargado de las políticas públicas sobre la vejez en Argentina, es la Dirección de Personas Adultas y Mayores – también llamado por la abreviatura: DIPAM -, creado por el Ministerio de Salud en abril del 2020, nace a partir de dos direcciones, encargadas de las personas adultas, la Dirección de Personas Adultas – de 29 a 59 años- y Mayores – de los 60 años en adelante-. La creación de la DIPAM se fundamenta bajo el lanzamiento de la Década de Envejecimiento Saludable por la Organización Panamericana de

la Salud, y por la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos de las Personas Mayores, adoptada por la Organización de los Estados Americanos, dos avances que garantizan los derechos de las adultos mayores en materia política, y debido a la última política mencionada, es que en la Argentina se promulga la Ley 27.700 en el año 2022, con el objetivo de proteger los derechos de las personas mayores, garantizando el acceso a la salud, autonomía, participación social, vivienda, seguridad social y trabajo digno (Dirección de Juventudes y de la Persona Adulta Mayor, s.f.).

Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos –INDEC- (s.f.), en la Argentina se produjo un “proceso de envejecimiento poblacional”, lo que significa que la población joven se vio disminuida – según dicha fuente, a causa de la caída de la natalidad - a comparación de la población adulta que se vio en aumento, a causa del aumento de la calidad de vida. Según el censo nacional de 1914, la población de personas de 65 años o más, representaba el 2% del total de la población, el censo de 1970 demostró un aumento, a 7% de la población total, mientras que el último censo realizado en 2022, el dato fue de 12%. Un dato interesante a tener en cuenta, es que el último censo mostró que en el grupo conformado por personas de 85 años o más, había 228 mujeres por cada 100 varones; además, 9 de cada 10 personas en edad jubilatoria, recibe jubilación o pensión, y que casi 8 de cada 10 mujeres, perciben jubilaciones a través de moratorias, casi el doble que los varones, y que además, el ingreso percibido por mujeres suele ser inferior. Los datos que expone el organismo, también demuestran que el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación por parte de los adultos mayores, ha aumentado considerablemente, y sigue un crecimiento progresivo, en 2016 la población de 60 años o más que utilizaba bienes y servicios de TIC era del 65,7%, la cifra del 2023 aumentó al 86,4% y en el 2025, se pueden analizar las cifras dividiendo a la población en dos segmentos y son las siguientes: el 93,7% de las personas de 60 a 74 años utiliza al menos una TIC y las personas de más 75 años constituyen un 78,8%, los datos más

específicos muestran que en el uso de computadoras hay un 24,7% y un 11%, en celulares un 92,7% y un 76,1%, y en el uso de internet un 84,7% y un 62,5%, respectivamente para cada segmento etario. En cuanto a la población de 65 años o más y las redes sociales, el 71% utiliza WhatsApp, el 6,2% usa Tik Tok, el 43,8% usa Facebook, el 16,3% utiliza Instagram y el 41,8% utiliza Youtube.

Cortés Moschetti (2025) escribió para Infobae, que según datos consultados a especialistas, los 5 trastornos psicológicos más frecuentes en adultos mayores son: la depresión, el trastorno de ansiedad, la esquizofrenia de inicio tardío, la demencia y el trastorno afectivo bipolar. Como todo trastorno mental, cada una de esas afecciones conlleva un fuerte padecimiento tanto para el sujeto como para su entorno más cercano, pero en el caso de las personas mayores, esto puede ser más grave y limitante para la persona, porque generalmente la persona suele padecer alguna enfermedad física o el deterioro físico a causa de la edad. Según los especialistas consultados, los trastornos mentales pueden ser desencadenados o verse agravados por factores como un bajo nivel socioeconómico, aislamiento social y/o ausencia de un entorno familiar que ofrezca contención al sujeto. Entre los factores que reducen la posibilidad de desencadenamiento de un trastorno mental, se remarcan los siguientes hábitos: realizar actividad física, desarrollar intereses personales, tener una alimentación saludable y generar vínculos estables.

Rol del Profesional de la Psicología y el Adulto Mayor

El rol que puede desempeñar un profesional de la Psicología relacionado a los adultos mayores es extenso, ya que durante la vejez, como se ha explicado, acontecen muchas de las problemáticas que acontecen en otras etapas de la vida, sin embargo, es necesario repasar algunas de las principales funciones de un psicólogo en el trabajo con adultos mayores. La Universidad Europea (2024) propone el concepto de Psicología del Envejecimiento o Psicología Geriátrica para pensar a los profesionales de la Psicología que se encargan de los

asuntos psicológicos asociados a la vejez, ya sea para el diagnóstico y tratamiento de problemáticas de salud mental – tales como la depresión, ansiedad, demencias, entre otros-, rehabilitación cognitiva –promoviendo e interviniendo en la aplicación de actividades cognitivas en el adulto para frenar el deterioro o recuperar las funciones ya deterioradas o afectadas por una enfermedad o accidente-, prevención de problemas emocionales y asesoramiento a familias.

Desde la Psicología Comunitaria, el rol del psicólogo es estudiar e intervenir sobre los factores psicosociales relacionados a las necesidades de la comunidad, para propiciar aquellas acciones que propicien el desarrollo de potencialidades y a la exploración de recursos para llegar a alcanzar el bienestar (Montero, 1984). Uno de los conceptos más importantes para comprender el quehacer del psicólogo en la actividad comunitaria, es el de la Promoción de la Salud, la Organización Mundial de la Salud (2025) explica que en materia de salud mental, la prevención de enfermedades se puede abordar desde distintas políticas públicas, con el objetivo de mejorar distintos aspectos de la vida de una persona y en las diferentes etapas de su desarrollo, entendiendo al sujeto como un ser biopsicosocial: programas escolares enfocados en el aprendizaje socioemocional, servicios de protección infantil, servicios para la prevención del suicidio, políticas en el lugar de trabajo, capacitaciones a nivel gerencial –para mejorar la relación con los trabajadores-, servicios de salud mental integrados a los centros de salud general, centros de apoyo y rehabilitación psicosocial, entre muchos otros. Bajo ese concepto, se desarrollan los marcos políticos para un envejecimiento saludable, explicado con anterioridad.

Como se ha mencionado anteriormente, uno de los conceptos propuestos para fomentar un envejecimiento saludable de la población, es el concepto de Envejecimiento Activo, Zarebski (2009) propone la Psicogerontología, como un campo interdisciplinario, donde distintos agentes trabajen conjuntamente desde su especialidad, desde una perspectiva

de la salud desde el bienestar biopsicosocial, y lograr una intervención preventiva para orientar los procesos de desarrollo hacia un envejecimiento activo y saludable. Para ello, es necesario comprender los beneficios de la inclusión del adulto mayor en redes comunitarias e institucionales, la importancia de contar con una red de apoyo familiar y social, y de fomentar los vínculos estables y duraderos.

Método

Diseño de estudio

La investigación realizada será de tipo no experimental, ya que no hay manipulación deliberada de variables, y el enfoque será de tipo cualitativo, orientado a dar una descripción detallada de situaciones, eventos, personas, etc., buscando profundizar en la temática a investigar (Hernández Sampieri et al., 2010). Dentro de ese tipo de diseño, se utilizará el tipo de investigación transversal, en el cual se recolectan los datos en un momento específico (sin involucrar el estudio del paso del tiempo como otra variable). Además, será de tipo exploratorio, puesto que no se ha estudiado profundamente la temática en el contexto del Alto Valle de Rio Negro y es fundamental su estudio siendo una de las zonas de mayor producción frutícola de la Patagonia argentina, siendo necesario comprender los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores y como puede impactar sobre la calidad de vida de sus habitantes.

Participantes – Muestra

La muestra está conformada por 12 adultos mayores, 10 mujeres y 2 varones, con una edad de 61 a 78 años y un promedio de 66 años, 2 de ellos residentes de la zona rural Contralmirante Martín Guerrico y 10 de la Ciudad de General Roca, dentro del Alto Valle de Rio Negro, Argentina.

El muestreo es de tipo no probabilístico por conveniencia, puesto que los sujetos que se tomarán como muestra son elegidos por su fácil accesibilidad en función del objeto de estudio (Hernández Sampieri et al., 2010). Los criterios de inclusión para la muestra fueron: tener 60 años o más y ser residente del Alto Valle de Rio Negro, Argentina. Los criterios de exclusión fueron: presentar deterioro cognitivo moderado a grave, no ser residente del lugar y negarse al consentimiento informado.

Instrumentos

El instrumento que se utilizará para la recolección de información, será una entrevista semiestructurada, las mismas según Hernández Sampieri et al., (2010), “(...) se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados (...)” (p. 418). Dicha entrevista será de elaboración propia y se confeccionará teniendo en cuenta los objetivos planteados y el marco teórico, buscando profundizar en la temática estudiada.

Procedimiento

Se contactó a los participantes del estudio vía telefónica para informar acerca de la investigación y comprobar su disponibilidad, se les detalló la modalidad de la entrevista, cuál era la temática de la misma y al principio de cada encuentro se presentó el Consentimiento Informado (ver anexo 1) para que cada participante lo leyera tranquilamente, donde se aclara que si acepta brindará una entrevista en el marco de un trabajo de investigación, que responderá con sinceridad, que su participación es voluntaria y en cualquier momento puede retirarse, que las respuestas que brindará serán confidenciales y sus datos resguardados, y que los resultados globales de la investigación serán publicados por la Facultad de Psicología de la Universidad de Flores y que podrían estar disponibles por otras entidades según corresponda, siempre preservando la identidad de los participantes acorde a la ley 25.326, que puede disponer de los resultados de la investigación y se brindó el contacto de la Secretaria de Investigación y Desarrollo UFLO por si deseaba contactar por alguna duda, posteriormente se firmó el formulario correspondiente.

Resultados

A partir de la información recolectada en las 12 entrevistas semiestructuradas realizadas a 12 adultos mayores, se identificaron las siguientes categorías de análisis, así como sus respectivas subcategorías, constituidas en base a los objetivos y las suposiciones básicas del presente estudio: 1) Análisis sociodemográfico, 2) Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes, 3) Grado de adopción de las Herramientas Tecnológicas para la comunicación en los adultos mayores, 4) Uso de las Herramientas Tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información en adultos mayores, 5) Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores, 6) Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores, y 7) Alfabetización digital en adultos mayores

Análisis sociodemográfico:

Tabla 1

Análisis sociodemográfico

Categoría	Subcategoría	Cantidad	En Porcentaje
Género	Femenino	10	83,33%
	Masculino	2	16,66%
Edad	60 – 69 años	10	83,33%
	70 – 75 años	1	8,33%
	76 años en adelante	1	8,33%
Formación Académica	Primaria	8	66,66%
	Secundaria	2	16,66%
	Universitaria	2	16,66%
Localidad de Residencia	Ciudad de General Roca	10	83,33%
	Contraalmirante Martin Guerrico	2	16,66%
Jubilados	-	12	100%

Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes:

Tabla 2

Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por Adultos Mayores

Categoría	Subcategoría	Cantidad	En Porcentaje
Televisión	Uso pleno	10	83,33%
	Uso moderado	2	16,66%
	No hay uso	0	0%
Radio	Uso pleno	10	83,33%
	Uso moderado	1	8,33%
	No hay uso	1	8,33%
Internet	Uso pleno	11	91,66%
	Uso moderado	0	0%
	No hay uso	1	8,33%
Computadora	Uso pleno	2	16,66%
	Uso moderado	0	0%
	No hay uso	10	83,33%
Teléfono celular	Uso pleno	12	100%
	Uso moderado	0	0%
	No hay uso	0	0%
Teléfono fijo	Uso pleno	0	0%
	Uso moderado	0	0%
	No hay uso	12	100%

Tabla 3*Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por Adultos Mayores*

Categoría	Subcategoría	Cantidad	En Porcentaje
Tablet	Uso pleno	2	16,66%
	Uso moderado	0	0%
	No hay uso	10	83,33%
Redes Sociales	Uso pleno	11	91,66%
	Uso moderado	1	8,33%
	No hay uso	0	0%
Especificación sobre que Redes Sociales utilizan:	Facebook	9	75%
	WhatsApp	12	100%
	Instagram	5	41,66%
	YouTube	2	16,66%
	Tik Tok	2	16,66%

Los datos recolectados muestran que recursos tecnológicos más tradicionales como la radio y la televisión, siguen teniendo vigencia en el consumo de los adultos mayores, siendo utilizados plenamente en un 83,33% en ambos casos. Además, los datos reflejan que ninguno de los participantes hacen uso del teléfono fijo en la actualidad, mientras que todos utilizan el teléfono celular con frecuencia, siendo la red social WhatsApp, uno de los recursos tecnológicos más utilizados con fines comunicativos.

Entre los usos más frecuentes de las Herramientas Tecnológicas por parte de los adultos mayores, además de la Comunicación y la Información – categorías desarrolladas con mayor profundidad posteriormente –, son los Trámites.

Tabla 4*Gestión de trámites*

Categoría	Subcategoría	Citas	En Porcentaje
Trámites financieros	Trámites bancarios	5	41,66%
	online/Home Banking		
	Billeteras virtuales/Compras virtuales	2	16,66%
	No especificado	1	8,33%
Trámites médicos	Obra Social (aplicación/web)	10	83,33%
	Consultas/Recetas médicas/Sacar turno (online)	9	75%
	No especificado	1	8,33%
Trámites administrativos	Municipales	2	16,66%
	Impositivos	2	16,66%
	Servicios	2	16,66%
	No especificado	1	8,33%

La información demuestra que los adultos mayores utilizan las Herramientas Tecnológicas para realizar trámites con gran frecuencia: los Trámites médicos de manera online o por aplicación en el celular, son realizados por un total de 11 participantes – es decir, el 91,66%-, Trámites financieros de forma online o por aplicación, son realizados por 6 participantes – el 50% -, y Trámites administrativos de forma virtual, son realizados por 3 participantes – el 25%-. Algunas citas de quienes realizan trámites de forma virtual: S2: "ahora lo necesito para la atención médica, porque el PAMI por ejemplo, las recetas médicas, todo se hace a través del celular, y para las consultas también" (66 años, género femenino, ex trabajadora de comercio)

S5: “la obra social, porque cada vez que vas al médico tenés que tener la aplicación en el celular, para ver las recetas, tengo que ir a la aplicación en el celular, el Banco por ejemplo, tengo la aplicación del Banco y tengo que ver cuando cobro y todo eso” (64 años, género femenino, jubilada pero sigue trabajando de empleada doméstica)

S9: “y a mí me resulta muy fácil por ejemplo, incluso poder hacer compras por internet, no te movés de la casa, no me genera el gasto ese, porque yo en otra época tenía que ir en taxi al supermercado viste, en cambio así te manejas para pagar con Mercado Pago (...) me manejo así por Home Banking, me cargo todo al Mercado Pago y voy a los almacenes acá del barrio, hago todo por el celular ” (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

También es necesario exponer citas que expliciten los casos en donde algunos de los participantes hablaron de necesitar asistencia de terceros – en su mayoría, familiares-, para realizar trámites:

S1: "generalmente en temas bancarios o impuestos, todas esas cosas, me lo maneja mi hija porque la verdad es que me supera la tecnología, esa es la verdad" (63 años, género femenino, ex cuidadora de personas mayores)

S7: "si tengo que sacar algún turno, me lo saca mi hija, como ella está más en eso, ella me hace la mayoría de esas cosas" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Tabla 5

Recursos Tecnológicos que los adultos utilizan con fines de Entretenimiento

Categoría	Subcategoría	Citas	En Porcentaje
Juegos	Uso pleno	5	41,66%
Radio	Uso pleno	6	50%
	Uso moderado	3	25%
Televisión	Uso pleno	4	33,33%
	Uso moderado	5	41,66%

Tabla 6*Recursos Tecnológicos que los adultos utilizan con fines de Entretenimiento*

Categoría	Subcategoría	Citas	En Porcentaje
YouTube	Uso pleno	1	8,33%
	Uso moderado	2	16,66%
Redes sociales	Uso pleno	4	33,33%

La cantidad de participantes que utilizan al menos un recurso tecnológico para entretenerse es de 10 – 83,33%-. Algunas expresiones fueron:

S2: afirmó usar redes sociales para consumir "videos, fotos, todo lo que te permite llegar el celular" (66 años, género femenino, ex trabajadora de comercio)

S12: "veo películas por YouTube, pero a veces las veo por la televisión, algunas películas, con mi hermana las elegimos y las vemos" (67 años, género femenino, ex docente de nivel primario)

2 participantes – 16,66%- aseguraron no hacer uso de ningún recurso tecnológico con fines de entretenimiento, una participante expresó:

S4: dijo utilizar los recursos tecnológicos "para comunicarme con otra persona, o informarme, no como entretenimiento tampoco, no soy de estar con el teléfono todo el día" (61 años, género femenino, ex portera de escuela)

Grado de adopción de las Herramientas Tecnológicas para la comunicación en los adultos mayores:

Tabla 7*Recursos Tecnológicos utilizados por los adultos mayores con fines comunicativos*

Categoría	Citas	En Porcentaje
Teléfono celular	12	100%
WhatsApp	12	100%

Tabla 8*Recursos Tecnológicos utilizados por los adultos mayores con fines comunicativos*

Categoría	Citas	En Porcentaje
Facebook	6	50%
Instagram	2	16,66%

Como se detalla en los cuadros, hay una absoluta adopción del Teléfono celular y de la red social WhatsApp en los adultos mayores para comunicarse con otras personas, algunos de los participantes expresaron:

S3: expresó que las herramientas tecnológicas las utiliza principalmente "para comunicarme con la familia, para llamadas" S3: (78 años, género femenino, ex trabajadora rural - embaladora)

S6:"para mí el Whatsapp es el más útil, porque mandas siempre mensajitos para la familia, para todos viste" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

Tabla 9*Impacto de los Recursos Tecnológicos en la comunicación de los adultos mayores*

Categoría	Citas	En Porcentaje
Afirmativo	8	66,66%
Moderado	3	25%
Insignificante/Nulo	1	8,33%

La información recolectada muestra que gran parte de los participantes, el 66,66% consideran que los recursos tecnológicos lo ayudan a mantenerse más conectado con otras personas, por ejemplo:

S8:"yo tengo a mi familia en Neuquén, a mis hermanos, tengo un grupo con ellos y siempre nos estamos escribiendo para ver cómo estamos, con mis hijos, incluso cuando viven acá en Roca, siempre estamos escribiéndonos" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

El 25% de los participantes considera que el impacto de dichos recursos sobre la comunicación que mantienen con otras personas es moderado, no generó grandes cambios, no reemplazó a la comunicación físicamente presencial y/o si bien facilita algunos procesos, no favorece una forma de vinculación más amplia entre personas, algunos comentaron:

S9: expresó que la comunicación en general es “principalmente por presencia, y después por Whatsapp” (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

S10: "mmm...ahí varía mucho, si uno quiere estar conectado con otras personas" (70 años, género masculino, ex trabajador de la construcción)

Una solo participante expresó que el impacto de mencionadas herramientas sobre la comunicación de los adultos mayores es insignificante o nula, expresando que si bien permite la inmediatez de transmisión de información, no genera cambios profundos que favorezcan la comunicación o el vínculo entre personas:

S11: "no, lo que permite es lo inmediato de algunas cuestiones, es más fácil" (64 años, género femenino, ex docente de nivel terciario)

Uso de las Herramientas Tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información en adultos mayores:

Tabla 10

Recursos Tecnológicos que los adultos mayores utilizan para informarse

Categoría	Citas	En Porcentaje
Teléfono celular	10	83,33%
Google	3	25%
Televisión	8	66,66%
Radio	9	75%
Redes sociales	8	66,66%

Los datos demuestran un uso frecuente de los Recursos Tecnológicos con fines informativos de parte de los adultos mayores, algunos comentaron:

S1: "en el caso del celular, la televisión, la radio, me entero de cosas que pasan en la vida diaria" (63 años, género femenino, ex cuidadora de personas mayores)

S6: "para ver noticias, sobre todo Google, y trato de leer lo primero que me aparece en la pantalla general, y después escucho las noticias en la radio, me interesan las noticias" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

Además, a los adultos mayores se les consultó si consideraban que los Recursos Tecnológicos le permitían estar actualizados sobre lo que ocurre en la sociedad, país y/o mundo, a lo que el 91,66% - 11 participantes-, respondieron afirmativamente:

S6: "si, por supuesto, porque te enteras de todo y casi al instante, eso no se puede negar" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

S8: "la televisión te informa, la radio te informa, el celular si te metés en Facebook ves las noticias también, así que si, son importantes" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

Sólo una participante expresó que considera que el impacto de los Recursos Tecnológicos sobre la capacidad de los adultos mayores para informarse es moderado, argumentando:

S12: "y medianamente... porque la información viene muy sesgada, así que no me creo todo lo que dicen" (67 años, género femenino, ex docente de nivel primario)

Tabla 11*Medios tradicionales que consumen los adultos mayores para informarse*

Categoría	Subcategoría	Citas	En Porcentaje
Diarios (formato físico)	Afirmativamente	1	8,33%
	Ocasionalmente	3	25%
Revistas (formato físico)	Afirmativamente	1	8,33%
	Ocasionalmente	3	25%
Libros (formato físico)	Afirmativamente	1	8,33%
	Ocasionalmente	1	8,33%

Los datos reflejan que la mayoría de los adultos mayores ha dejado de utilizar los medios tradicionales y ha adoptado los recursos tecnológicos para informarse, ya sea por la inmediatez y/o por variables económicas, uno de los participantes expresó:

S10: "no tengo acceso por el valor del periódico, no es accesible para cualquiera poder comprarlo, pero antes sí, siempre se compraba" (70 años, género masculino, ex trabajador de la construcción)

Algunos de los pocos participantes que utilizan medios tradicionales, tal como muestra el cuadro, lo hacen ocasionalmente, y comentaron:

S4: "sí, a veces, pero como ahora ya está el celular...", cuando se le preguntó si antes lo hacía con más frecuencia respondió, "sí, porque era el único medio hasta que salió la tecnología" (61 años, género femenino, ex portera de escuela)

S7: "muy de vez en cuando, leo algún libro, pero muy de vez en cuando, pero porque a mi antes me gustaba y actualmente me gusta mucho leer, pero viste que esto de la tecnología ahora me ha tirado un poco, pero libros leo, no cotidianamente pero leo" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Además hay que destacar que al consultar sobre si utilizaban medios tradicionales anteriormente, el 100% afirmó utilizarlos en el pasado.

Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores:

Tabla 12

Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Autonomía	Independencia	Capacidad de la persona para realizar actividades sin necesidad de otro/s	9
	Autogestión	Capacidad de gestión de trámites de la persona de manera virtual/online	11

El beneficio de la independencia se puede inferir en las siguientes expresiones:

S9: - se le preguntó si necesitaba ayuda para usar algún dispositivo o herramienta tecnológica y expresó “no, yo nomas” (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

S10: - cuando se le preguntó sobre el uso de las TIC- “mmm... no, porque lo se usar yo, en algunas podría ser, pero muy pocas, tiene que ser muy complicado” (70 años, género masculino, ex trabajador de la construcción)

En cuanto a la autogestión los entrevistados aportaron:

S5: " el Banco por ejemplo, tengo la aplicación del Banco y tengo que ver cuando cobro y todo eso" (64 años, género femenino, jubilada pero sigue trabajando de empleada doméstica)

S9: "uso todo por Home Banking, o sea que me manejo para pagar las deudas, todo por el celular" (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

Tabla 13*Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Bienestar Emocional y Anímico	Salud emocional	Aumento en la calidad de expresión de sentimientos o emociones	2
	Entretenimiento	Capacidad de la persona para pasar el rato y/o divertirse	6

El impacto del uso de las TIC en su salud emocional, se puede inferir a través de las siguientes expresiones:

S7: "yo era una persona más bien conservadora, muy cerrada, muy sumisa, me costaba mucho mostrarme como soy, o decir algo si algo me afectaba, entonces eso me trajo muchos beneficios en cuanto a socializarme más que nada, a mostrarme, expresarme, comunicarme, todo eso" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

S8: "con mis hijos, incluso cuando viven acá en Roca, siempre estamos escribiéndonos "Hola ¿Cómo estás?"," ¿Cómo amaneciste?", siempre comunicándonos" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

Los Recursos Tecnológicos han facilitado ampliamente el entretenimiento, algunos entrevistados expresaron:

S3: "la Tablet la tengo para los juegos" (78 años, género femenino, ex trabajadora rural - embaladora)

S6: "los jueguitos únicamente, más que nada los Bloques esos que uso, y el Candy Crush" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

S9: "me entretengo jugando, o cuando me voy a dormir también, hasta que me da sueño juego a los jueguitos que tengo en el celular" (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

Tabla 14*Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Practicidad	Comodidad	Capacidad de la persona de realizar actividad/s sin gran esfuerzo	9
	Utilidad	Capacidad del recurso para la resolución de un problema	9

La comodidad es un beneficio muy importante para los adultos mayores, puesto que cierto deterioro propio del paso del tiempo puede reducir su capacidad de realizar grandes esfuerzos, por lo que realizar actividades desde la casa o ahorrar tiempo al efectuar algún trámite, puede ser muy beneficioso. Algunas citas donde se puede inducir:

S1: "sobre todo, comodidad, por ejemplo, en caso de pagar una boleta o factura, con la tecnología es más fácil" (63 años, género femenino, ex cuidadora de personas mayores)

S8: - al preguntarle sobre los beneficios de las TIC respondió, "la comodidad, que las cosas las puedes hacer desde tu casa" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

En cuanto a la utilidad, se considera un beneficio que trae el recurso tecnológico en cuanto a la prestación, a la capacidad que ofrece de resolver un problema de la manera más concreta y directa:

S11: "son indispensables para un montón de cosas (...), desde las cuestiones bancarias, médicas, todas esas cosas, las agiliza mucho" (64 años, género femenino, ex docente de nivel terciario)

S12: "me resuelven cosas de la vida cotidiana, por ejemplo, comprar un maple de huevos en la verdulería, necesito cualquier cosa y la puedo dejar encargada, (...) pagar por Mercado Pago" (67 años, género femenino, ex docente de nivel primario)

Tabla 15*Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Aprendizaje	Cultura general y	Información relacionada a la cultura,	12
	Actualidad	sociedad, país, economía, etc.	
	Desarrollo de	Desarrollo de habilidades y técnica	2
	Competencias	para resolver un tema específico	

La información recolectada demuestra un fuerte interés de los adultos mayores por informarse sobre temáticas de actualidad, sobre todo saber lo que pasa en el país o en el mundo, algunos comentaron:

S6: "ver noticias, sobre todo Google, y trato de leer lo primero que me aparece en la pantalla general, y después escucho las noticias en la radio, me interesan las noticias, hay que estar siempre bien informado" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

S7: dijo utilizar Facebook "para mirar algún video, me gusta mucho informarme, videos informativos me gusta ver mucho, que me va a hacer bien, que me va a servir, que voy a entender" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Solo 2 participantes mencionaron usar las TIC para el desarrollo de habilidades y técnicas, dijeron:

S9: "me gusta más ver YouTube, que hay muchos cursos (...), muchos tutoriales, como yo hago costura, me gusta mucho mirar los talleres que hacen en algunos canales de YouTube" (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

S11: "ahora en lo que he incursionado, en forma virtual, es sobre la Inteligencia Artificial, que estoy aprendiendo a usarla digamos" (64 años, género femenino, ex docente de nivel terciario)

Tabla 16*Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Comunicación	Mayor frecuencia	Aumento de la comunicación entre las personas en cuestión de tiempo	11
	Integración social	Capacidad de la persona de relacionarse ampliamente con el entorno	5

El aumento en la frecuencia en que los adultos mayores se comunican con otras personas, es uno de los beneficios más observados en los datos recolectados, -sobre en todo en casos donde la cuestión de distancia geográfica es una barrera para la comunicación presencial, algunos comentaron:

S8: "el celular para la comunicación con la familia, yo tengo a mi familia en Neuquén, a mis hermanos, tengo un grupo con ellos y siempre nos estamos escribiendo para ver cómo estamos"

S4: "son importantes sí, porque estás en cualquier lugar y estás comunicado"

Cinco de los participantes mencionaron que los TIC facilitan la integración social, algunas citas:

S4: "para estar más socializado, para mí es bueno" (61 años, género femenino, ex portera de escuela)

S7: " me integré más a la comunidad (...), porque yo era una persona más bien conservadora, muy cerrada, muy sumisa, me costaba mucho mostrarme como soy, o decir algo si algo me afectaba, entonces eso me trajo muchos beneficios en cuanto a socializarme más que nada, a mostrarme, expresarme, comunicarme, todo eso" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Tabla 17*Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Definición operacional	Citas
Ejercicio cognitivo	Proceso realizado con el objetivo de desarrollar o mantener las funciones ejecutivas	2

Dos personas comentaron realizar actividades que se consideran importantes para el desarrollo o mantenimiento de las funciones cognitivas/ejecutivas:

S5: "algún juego de preguntas, sobre todo los juegos de la memoria" (64 años, género femenino, jubilada pero sigue trabajando de empleada doméstica)

S8: "jueguitos en el celular, ahora estoy con los juegos de palabras, viste que te larga letras para poner en casilleros, y tenés no sé, 5 casilleros para formar una palabra, por ahí algunas me cuestan un montón, pero bueno hace que no se te duerma la cabeza, las neuronas" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores:**Tabla 18***Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores*

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Barreras de accesibilidad	Barreras de seguridad	Sentimientos o experiencias negativas producto de la falta de seguridad de las TIC	2
	Barreras cognitivas	Dificultad en el manejo o apropiación de las TIC	9

Tabla 19

Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Barreras de accesibilidad	Barrera de acceso económico	Dificultad económica para el acceso o alfabetización en materia de TIC	2
	Barrera de infraestructura	Problemas técnicos de un servicio relacionado a las TIC	2

Dentro de los problemas de seguridad con respecto a las TIC, una persona comentó sobre el miedo y desconfianza a utilizar las aplicaciones bancarias por falta de seguridad, y otra persona habló sobre un problema de seguridad que tuvo y las consecuencias negativas al respecto:

S10: "todo lo que es digital no es seguro todavía, y uno pregunta en el Banco y se lo confirman, no hay seguridad para nada, (...) aunque el Banco está exigiendo que se use lo digital, pero no" (70 años, género masculino, ex trabajador de la construcción)

S7: "porque usando Facebook me metí en una página de PAMI, y me hackearon, me hackearon todo, me sacaron toda la plata del Banco y sacaron un préstamo a mi nombre" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Dentro de las barreras cognitivas, el 33,33% - 4 participantes- manifestó tener problemas para comprender el uso de las TIC, el 58,33% - 7 participantes- dijo tener sentimientos de imposición de uso de las TIC y un 16,66% - 2 participantes-, manifestaron sentir que la información que se presenta en los medios de información está sesgada, algunos de sus comentarios fueron:

S1: "a veces, generalmente en temas bancarios o impuestos, todas esas cosas, me lo maneja mi hija porque la verdad es que me supera la tecnología, esa es la verdad." (63 años, género femenino, ex cuidadora de personas mayores)

S5: "a mi mucho no me gusta la tecnología (...), porque lo veo medio complicado para mí, (...) pero sí me gustaría aprender un poco más de la tecnología, porque ahora todo se maneja con esto" (64 años, género femenino, jubilada pero sigue trabajando de empleada doméstica)

S11: " la gente cree muy ciegamente en las redes y eso creo que termina siendo perjudicial, como cuando una información está sesgada" (64 años, género femenino, ex docente de nivel terciario)

S9: "no te dan turnos presencialmente, te lo hacen sacar por el celular, si o si tenés que saber usarlo" (64 años, género femenino, ex portera de escuela)

S12: "se van imponiendo, si uno no las va aprendiendo a usar... un turno, si no lo sabes sacar, ya no te atienden personalmente" (67 años, género femenino, ex docente de nivel primario)

Dentro de las barreras de acceso económico, dos entrevistados mencionaron que la única razón por la que no accederían a algún curso o estudio de alfabetización digital, serian razones de costo:

S6: "si tuviese la posibilidad si (...), porque por ahí es muy caro para pagarlo" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

S7: "es lo que me hace muchísima falta, pero por ahí el tema de estar pagando una cuota se me hace medio difícil por ese lado, pero obviamente me sería muy útil y me gustaría también" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

Dentro de las barreras de infraestructuras, hay 2 participantes que hablaron sobre problemas en los servicios que brindan estas herramientas, la participante S8 manifiesta un problema con su perfil de usuario dentro de la página web de un servicio médico, y la

participante S11 habla de dificultades para operar con TIC por problemas en el desarrollo o mantenimiento tecnológico:

S8: "después de pasarle un par de datos más, se vuelve a fijar y se da cuenta que se había metido en la página de la otra paciente (especifica nombre de la otra persona con el mismo nombre y apellido suyo), resulta que le salían todos los estudios de la otra persona, yo le contaba a mi hija y ella me decía “tené cuidado mamá, porque por ahí te dan una medicación que no es para vos o te vas a operar”" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

S11:"estamos en un país donde nos falta mucho en cuestión de que la tecnología funcione correctamente, entonces uno se encuentra con que se cayó el sistema, no funciona tal cosa" (64 años, género femenino, ex docente de nivel terciario)

Alfabetización digital en adultos mayores:

Tabla 20

Apropiación de las TIC en adultos mayores

Categoría	Subcategoría	Definición operacional	Citas
Formación o estudio formal	Estudio formal	Estudios o cursos destinados a la	5
	directo	Alfabetización Digital	
estudio formal	Estudio formal	Aprendizaje en materia de TIC para poder	1
	indirecto	estudiar o formarse en otra disciplina	
Formación o aprendizaje informal	Asistencia de terceros	La persona es asistida por un familiar o allegado para aprender sobre las TIC	11
	Ensayo y error	La persona aprende sobre las TIC de manera autodidacta - por si misma-	3

El aprendizaje en materia de TIC – al igual que el aprendizaje en muchas temáticas o materias-, es una cuestión muy compleja, por lo cual se observa en la información recolectada, que un mismo entrevistado ha comentado haberse formado de distintas maneras,

es decir, que aunque una persona haya realizado un curso o estudio formal, en un principio o como complemento para poder comprender como se usa alguna Herramienta o Recurso Tecnológico, igual ha tenido que recurrir a la consulta con un tercero para poder desarrollar el conocimiento necesario para su utilización, algunos participantes comentaron:

S10: "en cursos así, que se dan en bibliotecas, en la universidad" (70 años, género masculino, ex trabajador de la construcción)

S8: "si, hice un curso de Informática, e hice un curso para saber usar el teléfono, Alfabetización Digital, así se llamaba el curso, lo hice por medio del PAMI, después que me jubilé, lo hice por medio de PAMI, aprendí un montón de cosas, estoy muy conforme" (64 años, género femenino, ex empleada doméstica)

S4: "cuando estudié el secundario de manera virtual, inicié la carrera virtual, y ahí aprendí a usarlo, lo que era computadora, Messenger y el Whatsapp cuando salió" (61 años, género femenino, ex portera de escuela)

S7: "yo principalmente aprendí a utilizar el teléfono por mi nieto, viste como son los chicos que manejan todo, son brillantes" (68 años, género femenino, ex trabajadora rural)

S3: "a los "ponchazos" aprendí" (78 años, género femenino, ex trabajadora rural - embaladora)

S6: "de la forma primaria que aprendimos, porque antes teníamos los celulares esos chiquitos viste, y después ya pasamos a estos que son más tecnológicos, (...) por ensayo y error" (63 años, género masculino, trabajador rural - frutícola)

Discusión

Análisis sociodemográfico

A partir de lo propuesto por Aragón (1997), quien propone dividir la vejez en etapas o periodos para poder comprender mejor el desarrollo o los cambios dentro de la misma, de los 12 participantes de la presente investigación, 10 corresponden al periodo de la vejez denominado como Tercera Edad, la cual se caracteriza por coincidir - generalmente-, con la edad jubilatoria – desde los 60 a los 69 años-, mientras que un entrevistado de 70 años, se ubicaría dentro del periodo denominado Ancianidad, que iría de los 70 a los 75 años, y la entrevistada de 78 años, en el periodo llamado Última Senectud, que continúa a la etapa anterior, a partir de los 76 años y se considera la última –es decir, hasta el fallecimiento de la persona-. El autor menciona que en el periodo de Última Senectud suelen observarse las funciones cognitivas y físicas más fuertemente limitadas, y se relaciona con lo mencionado por la entrevistada de 78 años que refirió no estar interesada en realizar un curso de alfabetización digital debido a cierto fallo de la memoria, sin embargo, también mencionó utilizar varias herramientas tecnológicas, lo que demuestra que dichos fallos no imposibilitan el continuo aprendizaje que demanda la utilización de dichas herramientas.

Con respecto a la formación académica, 8 participantes terminaron la escuela primaria, 2 concluyeron los estudios secundarios y 2 poseen estudios universitarios, si bien no se observó que la formación académica sea un determinante sobre el grado de adopción de las herramientas tecnológicas, si se observa en las dos entrevistadas que tienen una carrera universitaria, la capacidad de observar críticamente la información dispuesta en los medios de comunicación, ya que ambas mencionaron desconfiar de la misma como resultado de que la información que se presenta puede estar sesgada, esto se relaciona con lo desarrollado por Fernández-Ballesteros (2004), quien explica que si bien puede haber un enlentecimiento de las funciones cognitivas en la vejez, esto no necesariamente afecta el aprendizaje y que

incluso funciones ejecutivas relacionadas al juicio y la comprensión, se pueden llegar a incrementar en la misma.

Dispositivos y Herramientas Tecnológicas utilizadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes

Gimeno (1999) explica que la comunicación es una de las funciones fundamentales para el desarrollo personal, lo que se puede observar en los datos recolectados, puesto que las Herramientas Tecnológicas más utilizadas por los adultos mayores suelen ser aquellas que facilitan y favorecen la comunicación, tales como el teléfono celular y aplicaciones como WhatsApp, recursos utilizados frecuentemente por todos los participantes de la presente investigación.

Otro de los usos más frecuentes que hacen los adultos mayores de los recursos tecnológicos, es la gestión de trámites, sobre todo referidos a la salud, 10 participantes mencionaron usar la aplicación de su obra social en el teléfono celular para realizar autorizaciones de turnos médicos y/o gestionar recetas médicas, también usan herramientas para sacar turnos médicos, algunos también realizaron operaciones bancarias mediante aplicaciones o páginas web – a veces con asistencia de un familiar o allegado-, y una menor cantidad de personas realiza tramites municipales o impositivos, hecho relacionado con la dificultad para poder operar con herramientas tecnológicas – mencionado por varios participantes-, esto se relaciona en parte por lo explorado en la investigación realizada por Sánchez-Valle y Llorente-Barroso (2023) quienes estudiaron como pueden operar y gestionar tramites los adultos mayores residentes en España de manera electrónica, concluyendo en que si bien la gestión de tramites de forma online, desde la comodidad y seguridad del hogar promueve la autonomía de las personas mayores, muchos no pueden acceder a los recursos tecnológicos ni están capacitados en materia digital para poder utilizar dichas funciones, los resultados difieren con la presente investigación que muestra una importante adopción de la

digitalidad para realizar dichas operaciones, aunque claramente destacan los beneficios de las mismas – punto que se desarrollará más adelante en el presente trabajo-.

La información recolectada muestra una disminución del uso de las Herramientas Tecnológicas con fines de entretenimiento, mostrando que muchos participantes hacen un uso moderado de las mismas y además que quienes las utilizan plenamente, lo hacen sobre TIC que suelen considerar como tradicionales, tales como la televisión y la radio, sorprende el uso de aplicaciones de juegos, usados en el teléfono celular o tablet – dependiendo del entrevistado/a-, con 5 adultos mayores que mencionaron hacer uso pleno de los mismos, esto se relaciona con los mencionado por Fernández-Ballesteros (2004), quien explica que el adulto mayor continua haciendo las actividades que venía realizando con anterioridad, en este caso relacionadas a la satisfacción, al disfrute y a la alegría, incluso el presente estudio muestra la adopción de nuevas formas de entretenimiento adoptadas, como son las aplicaciones de juegos, demostrando que las funciones afectivas no solo se mantienen, sino que continúan su desarrollo, pudiendo las TIC contribuir a dicho proceso.

Grado de adopción de las Herramientas Tecnológicas para la comunicación en los adultos mayores

Tal como se mencionó anteriormente, la información recolectada demuestra una gran e importante adopción de las Herramientas Tecnológicas en los adultos mayores con fines comunicativos, esto se relaciona con lo propuesto por la Organización Mundial de la Salud (1990, como se citó en Petretto et al., 2016) al definir el concepto de Envejecimiento Saludable y Activo, explicando que uno de los factores que impacta en la calidad de vida de las personas hacia un mejora en el envejecimiento, es la participación social y la salud mental, esto explicita la razón de la aceptación de las TIC en los adultos mayores, ya que como muchos participantes comentaron, experimentaron y experimentan un impacto positivo

del uso de Herramientas Tecnológicas para la comunicación, permitiéndoles estar más conectado con otras personas.

Uso de las Herramientas Tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información en adultos mayores

La información recaudada en las entrevistas indica que los adultos mayores utilizan ampliamente las TIC con fines informativos y que además consideran que las mismas le permiten estar más informados sobre la actualidad del país, el mundo y la sociedad, lo que se relaciona con lo expuesto por la Organización Mundial de la Salud (1990, como se citó en Petretto et al., 2016) al hablar de la importancia de la participación social, el aprendizaje y la alfabetización, también se relaciona con lo expresado por el Ente Nacional de Comunicaciones (2023) al destacar que las TIC agilizan y facilitan la transmisión de información y la comunicación, ya que la mayoría de los participantes de la investigación aportaron que han dejado de consumir medios tradicionales como el diario o las revistas – en su formato físico-, para el consumo de información mediante dichas herramientas, comentando de que el factor del tiempo en términos de inmediatez para obtener la información, mientras que un entrevistado mencionó que el costo de los diarios en formato físico era inaccesible en la actualidad.

Beneficios del uso de las TIC en adultos mayores

Dentro de los beneficios que destacar del uso de las TIC en adultos mayores, hubo 6 grandes categorías a desarrollar: autonomía, bienestar emocional y anímico, practicidad, aprendizaje, comunicación y ejercicio cognitivo. Dentro de la autonomía se considera la capacidad de independencia y la autogestión, teniendo en cuenta el aporte de la Organización Mundial de la Salud (1990, como se citó en Petretto et al., 2016) sobre la autonomía como uno de los factores más importantes durante el envejecimiento, se destaca que la mayoría de los participantes del estudio hayan mencionado la capacidad de realizar actividades sin

depender de otra persona y de gestionar sus propios tramites, además acentúa el aporte realizado por Fernández-Ballesteros (2004) sobre los mitos de la vejez, demostrando que la idea estereotipada del adulto mayor siendo absolutamente dependiente de sus allegados, es absolutamente errónea, y que aunque la persona mayor necesite más tiempo para ejecutar una tarea o aprender a realizarla, no constituye un problema en el aprendizaje.

En cuanto al bienestar emocional y anímico, considerados pilares fundamentales de la salud mental, son factores fundamentales para un envejecimiento saludable – como fundamenta la Organización Mundial de la Salud (1990, como se citó en Petretto et al., 2016) -, los datos obtenidos en la investigación, no revelan que las TIC hayan generado un gran aporte en esta materia, pero sí hay que considerar la calidad de las mismas, ya que en cuestión de salud emocional, una persona comentó de que sentía que podía expresarse más debido a estas herramientas y otra dijo poder estar más vinculada con familiares, y en cuanto al entretenimiento, entendiéndolo como un aporte significativo de las TIC puesto que la capacidad de divertirse contribuye a la salud mental, seis personas afirmaron hacer uso de dichas funciones. Dichos resultados se relacionan con lo explorado por Martínez Heredia et al. (2024), quienes realizaron una investigación en España sobre el uso de las TIC en personas adultas cuyos resultados describieron que los participantes se muestran motivados en aprender a utilizar dichas herramientas, ya que las mismas traen grandes beneficios entre las que se destacan, facilitar la comunicación, la información y el entretenimiento.

Otro de los beneficios observados es la practicidad, tanto la comodidad de realizar actividades desde el hogar – sin realizar tanto esfuerzo-, como la utilidad de las TIC para resolver los problemas cotidianos, un beneficio que la mayoría de los entrevistados expresaron experimentar, relacionado a lo expresado por el Ente Nacional de Comunicaciones (2023) al explicar que las TIC agilizaban procesos, en este caso de gestión de trámites, compras desde el hogar, entre otros.

En cuestión de aprendizaje, se divide en lo referido a la información que se obtiene acerca de la cultura general y actualidad, y en el aprendizaje en cuanto a desarrollo de competencias, como se mencionó anteriormente, las diversas pruebas demuestran que la capacidad de aprender no se ve disminuida en la vejez, y la necesidad de mantenerse actualizado se observó claramente en el presente estudio ya que el total de los participantes mencionó utilizar las Herramientas Tecnológicas para mantenerse informado, la cifra disminuye al hablar de desarrollo de competencias ya que solo un par de participantes dijeron usar las TIC para continuar con la formación de competencias, hablando de desarrollo de una técnica o habilidad para resolver un tema específico, esto se relaciona con lo mencionado por Fernández-Ballesteros (2004), que al hablar de las funciones cognitivas en la vejez remarca que las formas de juicio y comprensión no sólo pueden mantenerse en la vejez sino que pueden verse incrementadas, se relaciona con el hecho de que la mayoría de participantes comentó interesarse por mantenerse informado y que incluso esa era una motivación para utilizar las TIC.

En cuanto a la comunicación, se puede pensar en la frecuencia de la misma – es decir, si ha aumentado- y también en relación a la integración social, si permite a la persona relacionarse ampliamente y en calidad con su entorno. La mayoría de las personas aportó asegurando de que las TIC le permitían estar más comunicado con otras personas, mientras que cinco han comentado de que las mismas le han favorecido a integrarse o mantenerse integrado socialmente, sobre eso, Zarebski (2009) ha realizado numerosos aportes para el entendimiento del proceso de envejecimiento, destacando la importancia de que el adulto mayor sea integrado en la comunidad, y que las redes de apoyo familiar y social son fundamentales para una mejor calidad de vida de la persona, así como destacar desde la Psicogerontología, el deber de la promoción de vínculos sólidos y duraderos, algo que según los datos recolectados, pueden verse favorecidos por las TIC.

Como menciona Fernández-Ballesteros (2004), la práctica de actividades intelectuales ha probado mejorar la función intelectual, sobre eso, en las entrevistas realizadas para el presente estudio, dos personas mencionaron utilizar aplicaciones de juegos en el teléfono celular para ejercitar la memoria o como una de ellas mencionó, “las neuronas”, comprendiendo así que las TIC, mediante funciones lúdicas y estímulos que le sean atractivos, puede llegar a ser un muy buen instrumento para el ejercicio cognitivo en personas mayores, teniendo en cuenta que según los datos recolectados, la mayoría de los participantes mencionaron tener acceso al teléfono celular y a internet.

Barreras de accesibilidad de las TIC en adultos mayores

Los resultados arrojaron que la mayoría de los participantes presentaron barreras de accesibilidad de tipo cognitiva, la mayoría percibe una imposición para que usen las Herramientas digitales y algunos manifestaron tener problemas para comprender cómo se utilizan las TIC requiriendo ayuda de familiares, además un par manifestó que desconfían de la información por cierta presunción de sesgo – suposición que no necesariamente es falsa-, además de que una persona tuvo una muy mala experiencia con un caso de hackeo de su aplicación bancaria mientras navegaba en una red social, algunas de estas problemáticas se pueden relacionar con lo explorado por Ríos Palacio y Córdoba Sánchez (2024), quienes realizaron una investigación sobre las barreras en la telepsicología – atención psicológica a través de la virtualidad- en Colombia, obteniendo resultados que describen que los adultos mayores tienen problemas para manejar las aplicaciones, dependen de otras personas para acceder al servicio y perciben falta de privacidad, contacto física y empatía con el profesional.

Alfabetización digital en adultos mayores

En cuanto a la alfabetización, se observa que si bien la mitad de los participantes realizaron algún tipo de formación formal, ya sea de manera directa o indirecta – a través de

un trabajo u obligación, la mayoría aprendió principal y/o al menos inicialmente, a través de un familiar y/o allegado que los asistió en el uso de alguna TIC. Esto se relaciona con lo que describen Poveda-Puente et al. (2024) en su estudio sobre el impacto de los programas socioeducativos y la tecnología en las personas mayores, concluyendo que el desarrollo de habilidades digitales y el acceso a Herramientas digitales mejora la calidad de vida del adulto mayor, ya que le permite socializar y participar activamente en la comunidad, lo que puede observarse en el presente estudio, ya que los resultados demuestran que la alfabetización digital es fundamental para que los adultos mayores experimenten todos los beneficios que las Herramientas Tecnológicas pueden proveerles. Pochintesta et al. (2025) realizaron una investigación sobre la apropiación de las tecnológicas digitales en adultos mayores en la provincia de Buenos Aires, llegando a la conclusión de que la alfabetización digital es un derecho humano básico que debería garantizarse ya que impacta positivamente en la realización de tareas cotidianas de los adultos mayores, relacionándose en algunos aspectos con los resultados del presente estudio, ya que la capacidad de autogestión y la practicidad que ofrecen las TIC, fueron dos de los beneficios que más perciben los adultos mayores.

Conclusión

El presente trabajo se ha enfocado en los siguientes objetivos: describir los beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro, examinar los dispositivos y herramientas tecnológicas empleadas por los adultos mayores y sus usos más frecuentes, explorar el grado de adopción de herramientas tecnológicas para comunicarse con su entorno social y analizar el uso que realizan los adultos mayores de las herramientas tecnológicas como medio de consumo y búsqueda de información. El mismo, se ha orientado bajo los siguientes supuestos básicos de investigación: que las Tecnologías de la Información y Comunicación brindan grandes beneficios a los adultos mayores, que los adultos mayores utilizan varias Tecnologías de la Información y Comunicación, y que lo hacen de forma constante, lo que aumenta su bienestar psicológico, ya que las mismas les permiten estar conectados con otras personas, expresarse emocionalmente, entretenerse, estar informado, entre otros, que los adultos mayores pueden hacer uso de las TIC, pero en la mayoría de los casos dicho aprendizaje no fue adquirido mediante educación formal sino que se ha desarrollado de manera autodidacta, a través del método de ensayo y error, y/o mediante la asistencia de personas cercanas, lo que ha resultado en un conocimiento parcial y de poca profundidad sobre estas herramientas. Para realizar el estudio participaron 12 adultos mayores, con una edad de 61 a 78 años y un promedio de 66 años residentes del Alto Valle de Rio Negro, Argentina.

A partir de los resultados obtenidos, se puede observar que los Beneficios que las TIC brindan a los adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro son múltiples, la mayoría ha expresado sentir mayor independencia, capacidad para gestionar sus propios trámites de manera virtual, capacidad para divertirse, formas nuevas de expresar sus emociones y sentimientos, comodidad, mayor capacidad para resolver problemas cotidianos, estar más informados acerca de cultura general y actualidad, poder seguir desarrollando sus habilidades

y/o técnicas, poder comunicarse con los demás con mayor frecuencia, capacidad para integrarse socialmente, y en menor medida, también comentaron sobre la posibilidad de ejercitar las funciones cognitivas – como la memoria-.

Los datos revelaron que las TIC más utilizadas por los adultos mayores son el teléfono celular y WhatsApp, se interpreta que por la necesidad de comunicación que se presenta en todas las personas y que destacaron los entrevistados, expresaron también seguir utilizando tecnologías llamadas muchas veces como - tradicionales-, tales como la televisión y la radio, y dentro de las redes sociales, la principal fue la ya mencionada WhatsApp y le sigue con menos usuarios, Facebook. Entre los principales usos, se destacan la comunicación, poder informarse, realizar trámites – sobre todo los referidos a la salud, como la obra social o sacar turnos con el médico-, y una mayoría dijo también usar las TIC con fines de entretenimiento.

El grado de adopción de estas herramientas con fines comunicativos fue absoluto, todos los participantes adoptaron principalmente – los ya mencionados-, el teléfono celular y WhatsApp como medios para comunicarse con otras personas y además una gran porción de los participantes afirmó que han notado un impacto positivo de las TIC, ya que las mismas le facilitan estar más comunicados con otras personas.

Las TIC más utilizadas por los adultos mayores para consumo y búsqueda de información son el teléfono celular, la radio, la televisión y las redes sociales principalmente, una minoría de los entrevistados mencionó a Google. También hay que aclarar que la mayoría expresó haber abandonado el uso de los medios tradicionales como los diarios y/o revistas – en su formato físico-, adoptando las nuevas tecnologías, ya sea por cuestiones económicas o por las utilidades que proveen, tales como la inmediatez.

En cuanto a problemas de seguridad, uno de los entrevistados manifestó tener miedo de utilizar las TIC para operar aplicaciones bancarias, mientras que una de las entrevistadas expresó haber sido víctima de un hackeo a través de una página en Facebook lo que le

significó graves problemas financieros los cuales tras varios trámites pudo resolver, provocándole malestar emocional y anímico, un número menor de participantes comentó tener problemas para comprender el funcionamiento de las TIC y una cantidad considerable manifestó sentimientos de imposición de las mismas – resignándose a su utilización-.

La información recolectada resalta que la mayoría de los adultos mayores aprendió a utilizar las TIC inicialmente con asistencia de familiares y/o allegados, y que la mitad de ellos amplió su conocimiento realizando algún estudio o curso formal sobre informática, computación o uso de algún dispositivo o herramienta tecnológica en concreto, manifestando generalmente que dicha experiencia de formación le había generado cierta autonomía para operar estos recursos. Los beneficios y las experiencias positivas producto de la Alfabetización Digital ayuda a comprender a la formación y estudio del uso de las TIC, como un recurso fundamentalmente necesario para los adultos mayores, entendiendo que contribuye y favorece la gestión de actividades cotidianas, promueve su autonomía, su comunicación con los demás, trae bienestar anímico y por lo tanto, mejora ampliamente su calidad de vida.

Aportes y Contribuciones de la Investigación

El presente trabajo realiza un importante aporte sobre la temática estudiada, puesto a la cantidad de datos empíricos que provee como antecedente sobre conceptos poco estudiados, sobre todo en la zona donde se realiza la investigación, clarificando el estado de una temática actual y cada vez más presente en la vida de las personas, se realiza un análisis desde categorías específicas para realizar una exploración más profunda sobre la problemática, se enfatiza sobre la importancia de la Alfabetización Digital en adultos mayores y se diseña un proyecto de intervención a modo de programa, y se enfatiza sobre el rol profesional del psicólogo con respecto a la relación de la vejez con las TIC como promotor de la inclusión y alfabetización digital con el objetivo de maximizar el bienestar psicológico y aumentar la calidad de vida de los adultos mayores.

Limitaciones de la Investigación

Una de las grandes limitaciones que se presentó al realizar la presente investigación, fue la escasez de trabajos de investigación empírica de tipo cualitativa – o mixta- que sirvan de antecedentes para comprender el Estado del Arte – sobre todo dentro del país-, teniendo muy poca información que guíe la realización del presente estudio. Otra de las limitaciones fue la dificultad para encontrar personas que quieran participar del estudio, infiriendo que a pesar de explicarles la temática y aclarando que no eran preguntas específicas sobre informática o sobre tecnología - sino sobre el uso de las mismas-, igual algunas personas pudieron haber supuesto que las preguntas iban a tener un elevado grado de dificultad.

Líneas de Investigación Futuras

Las siguientes investigaciones deberán prestar principal atención sobre las cuestiones formales de la Alfabetización Digital: temáticas que resultan más urgentes de aprender en adultos mayores –aprender a utilizar algún recurso en particular, comprender formas concretas y seguras para operar con billeteras virtuales, realizar compras y pagos de manera

online-, facilitar el aprendizaje - con modelos de simulación, grabando las clases para que los adultos mayores las tengan disponibles, por ejemplo-, entre otras cuestiones.

Propuesta de Intervención

Título: Proyecto de Alfabetización Digital en materia bancaria y financiera para Adultos Mayores

Fundamentación

Los resultados de la presente investigación y la revisión de antecedentes demuestra la necesidad de que los adultos mayores se capaciten en materia digital para poder gestionar actividades que en la actualidad les resultan cotidianas, ya sean desde trámites en la obra social, sacar turno para agendar una cita con un médico, y lo que es más complejo aún, realizar trámites bancarios y financieros. La realidad actual - teniendo en cuenta los comentarios de los diferentes entrevistados-, les va imponiendo el uso de las Herramientas Tecnológicas, por lo que resulta necesario que las personas sepan operar con estos recursos, ya sea para realizar transferencias bancarias, pagos virtuales, operar con billeteras digitales/virtuales, hacer compras desde aplicaciones o páginas web y conocer sobre seguridad digital bancaria, entre otras. Con el fin de que las personas mayores puedan adaptarse a la presente realidad y de mejorar la calidad de vida, se desarrolla la presente propuesta de intervención.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un programa de Alfabetización Digital en materia bancaria y financiera para Adultos Mayores.

Objetivos Específicos

Generar las condiciones necesarias para que los adultos mayores logren apropiarse de las diferentes formas de operar bancaria y financieramente mediante Herramientas digitales y tecnológicas.

Evaluar las necesidades particulares de cada participante para que pueda lograr el máximo aprendizaje en materia digital.

Describir los diferentes recursos o técnicas en materia de seguridad bancaria/financiera digital que existan actualmente de la forma necesaria para su asimilación por los adultos mayores.

Metodología

Participantes

Los participantes de la capacitación de Alfabetización Digital serían personas de 60 años o más, residentes de la zona del Alto Valle de Río Negro que puedan desplazarse hacia una biblioteca barrial donde aprender sobre los conceptos antes explicados.

Procedimiento

La realización del presente proyecto de intervención sería mediante la modalidad de talleres participativos, se harían 10 encuentros totales, a razón de 2 encuentros semanales de 2 horas cada uno, de manera presencial, la primera hora se asignaría en un primer momento para que los participantes puedan expresar sus dudas o necesidades para luego continuar con el desarrollo de los conceptos a abordar en esa clase, se haría un recreo de 15 minutos aproximadamente, y en los 45 minutos restantes se pasaría a una instancia de hacer preguntas y consultas con la idea de complementar los conceptos enseñados. Se pediría al docente que explique las distintas temáticas con la utilización de una presentación con diapositivas o alguna forma de recurso didáctico que luego se les pueda compartir a los participantes, y que además se muestre – cuando corresponda- la forma de operar con los distintos recursos mediante capturas de pantallas reales desde un dispositivo, para que los adultos mayores puedan conservar la guía de pasos para realizar en las distintas operaciones, eso también con el objetivo de que no tengan la necesidad de anotar toda la información que se dicta en la clase, y que si tomen apunte de alguna duda para luego poder expresarla posteriormente.

Referencias

- Antequera-Jurado, R. & Blanco Picabia, A. (1998). Percepción de control, autoconcepto y bienestar en el anciano. En L. Salvarezza, *La Vejez* (pp. 95-121). Paidós.
- Aragó, J. M. (1997). Aspectos psicosociales de la senectud. En M. Carretero, J. Palacio & A. Marchesi, *Psicología evolutiva* (pp. 289-325). Alianza.
- Araya-Carvajal, M. A. (2024). Hacer comunidad virtual: redes afectivas en tiempos de pandemia. Una experiencia con personas adultas mayores desde la Acción Social. *Espacios en Blanco. Revista de Educación*, 1(34), 273-287.
<https://doi.org/10.37177/UNICEN/EB34-388>
- Cortés Moschetti, M. (19 de Mayo del 2025). *Los 5 trastornos psicológicos más frecuentes en adultos mayores*. Infobae. <https://www.infobae.com/salud/2025/05/19/los-5-trastornos-psicologicos-mas-frecuentes-en-adultos-mayores/>
- Cotrado, B. & Sucari, W. (2024). *Herramientas digitales educativas*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú.
https://editorial.inudi.edu.pe/plus/detalles_univ.php?id=Mg==
- Cuello, E. & Pochintesta, P. A. (2024). Usos y percepciones de las TIC: un estudio en personas mayores en Luján, Buenos Aires, desde el inicio del Covid-19. *Revista Educación y Sociedad*, 5(9), 38-54. <https://doi.org/10.53940/reys.v5i9.177>
- Dirección de Juventudes y de la Persona Adulta Mayor. (s.f.). *Creación y Objetivos*. Ministerio de Salud. <https://www.argentina.gob.ar/salud/personas-adultas-y-mayores/creacion-y-objetivos>
- Encinas, M. (2018). *El uso de internet y redes sociales informáticas para la vida activa del adulto mayor de Lanús y Avellaneda, Buenos Aires* [Trabajo Final Integrador,

Universidad de Flores]. Repositorio Institucional de la Universidad de Flores.

<https://hdl.handle.net/20.500.14340/140>

Ente Nacional de Comunicaciones (13 de Diciembre de 2023). *¿Qué son las TIC y para qué sirven?* <https://www.enacom.gov.ar/institucional/-que-son-las-tic-y-para-que-sirven-n4646>

Fernández-Ballesteros, R. (2004). Psicología de la vejez. *Humanitas*, 1, 27-38.

https://fundacionletamendi.com/monografias-pdf/Monografia_Humanitas_1.pdf#page=30

Fullone, M. (2016). *Manejo de tecnologías de información y comunicación en docentes de nivel superior* [Trabajo Final Integrador, Universidad de Flores]. Repositorio Institucional de la Universidad de Flores. <https://hdl.handle.net/20.500.14340/1208>

Gimeno, A. (1999). La Comunicación Familiar como Instrumento de Desarrollo Personal y Familiar. En A. Gimeno, *La Familia: el Desafío de la Diversidad* (pp. 171-199). Ariel Psicología.

Grande, M., Cañón, R., & Cantón, I. (2016). Tecnologías de la información y la comunicación: Evolución del concepto y características. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (6), 218–230.

<https://www.upo.es/revistas/index.php/IJERI/article/view/1703>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigación*. Mcgraw-hill.

Hernández-Silvera, D. I., Pécora, A. N., & Núñez, F. J. (2024). Aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el envejecimiento activo: un

estudio cualitativo en Buenos Aires. *Revista Panamericana De Pedagogía*, 39. <https://doi.org/10.21555/rpp.3198>

Instituto Nacional de Estadística y Censos (s.f.). *Personas Mayores*.

<https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-2-21-130>

Martínez Heredia, N., González Gijón, G. M., Ortega Martín, J. L., & Corral Robles, S.

(2024). El impacto de la era digital en el aprendizaje del inglés en adultos mayores.

European Public & Social Innovation Review, 9, 1–15. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-478>

Montero, M. (1984). La psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos. *Revista latinoamericana de psicología*, 16(3), 387-400.

Muchnik, E. (1998). El curso de la vida y la historia de vida. En L. Salvarezza, *La vejez* (pp. 311-332). Paidós.

Organización Mundial de la Salud (2025). *Envejecimiento y Salud*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Organización Mundial de la Salud (8 de Octubre de 2025). *Salud Mental*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Ortí, C. B. (2011). Las tecnologías de la información y comunicación (TIC). *Universidad de Valencia, Unidad de Tecnología Educativa*, (951), 1-7.

<http://pregrado.udg.mx/sites/default/files/formatosControlEscolar/pwtic1.pdf>

Petretto, D. R., Pili, R., Gaviano, L., Matos López, C. y Zuddas, C. (2016). Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 51(4), 229-241.

- Pochintesta, P., Rodolfo, N., & Stievani Mariño, M. (2025). Apropiación de tecnologías digitales en personas mayores del noroeste de la provincia de Buenos Aires: Digital technology appropriation by older people from the Northwest of Buenos Aires Province. *Revista Doxa Digital*, 14(27). <https://doi.org/10.52191/rdojs.2025.359>
- Poveda-Puente, R., Portilla Parrilla, R., Barberà-Guillem, R., Garrido Jaén, J. D., & Pinazo-Hernandis, S. (2024). Programas socioeducativos y tecnología: impacto en las personas mayores. *Revista Prisma Social*, (46), 173–197. <https://revistaprismasocial.es/ps/article/view/5495>
- Ríos Palacio, C. & Córdoba Sánchez, V. (2024). Percepción de barreras en la telepsicología en personas mayores, usuarias de dos consultorios psicológicos comunitarios. *Psicoespacios*, 18(33). <https://doi.org/10.25057/21452776.1541>
- Rivera, M. P. (2023). *Beneficios del uso de tecnologías de la información y la comunicación en adultos mayores* [Tesis de grado, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio Institucional UAI. <https://repositorio.uai.edu.ar/handle/123456789/3122>
- Ruiz Lorenzo, V., Vallejo Peña, F. A., & Gómez Jiménez, M. L. (2023). “El hogar en el que viviremos”. Una aproximación cualitativa a las estrategias residenciales para personas mayores. *Discurso & Sociedad*, 17(4), 854–881. <https://doi.org/10.14198/dissoc.17.4.8>
- Sánchez-Valle, M., & Llorente-Barroso, C. (2023). Desafíos de la administración electrónica para la inclusión de las personas mayores en la sociedad digital. *Revista Española de la Transparencia (RET)*, (16), 217-243. <https://doi.org/10.51915/ret.239>
- Sanz Mansilla, A. (2016). *La soledad en las personas mayores*. (Trabajo fin de grado en trabajo social). Facultad de Educación y Trabajo Social, Universidad de Valladolid. Repositorio Documental. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/19490>

Universidad Europea (12 de junio de 2024). *¿Qué es la psicología geriátrica?*

<https://universidadeuropea.com/blog/psicologia-del-envejecimiento/>

Vega, J. L. & Bueno, B. (1996). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Alianza.

Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D. (1991). *Teoría de la comunicación humana*.
Herder.

Zarebski, G. (2009, Abril). *Envejecimiento: un enfoque interdisciplinario e integrador*. Congreso de la Sociedad Uruguaya de Gerontología y Geriátrica, Uruguay.

Anexos

Formulario de Consentimiento Informado

Me ha sido explicado que el alumno Lucas Mauricio Molina Garcia, de la Facultad de Psicología de UFLO Universidad, está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar sobre Beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación en adultos mayores del Alto Valle de Rio Negro. Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de la entrevista que se me realizará en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto. Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento. Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología de la UFLO Universidad y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326. Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar. Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:

Aclaración:

DNI:

Fecha:

Guía de Preguntas para Entrevista Semiestructurada

Preguntas sociodemográficas:

Edad:

Localidad de residencia:

Género:

Formación Académica:

Jubilado: Si o No

Ocupación/Profesión antes de jubilarse:

Entrevista propiamente dicha:

1. ¿Cuál de los siguientes recursos tecnológicos utiliza generalmente?: televisión, radio, internet, computadora, teléfono celular, teléfono de línea, tablet, redes sociales.
2. ¿Qué recursos tecnológicos usa para informarse?
3. ¿Qué recursos tecnológicos usa para comunicarse?
4. ¿Cuán importante son las herramientas tecnológicas para su vida diaria?
5. ¿Considera que estas herramientas le facilitan informarse sobre las cosas que ocurren en la sociedad, país o mundo?
6. ¿Sigue utilizando medios tradicionales como el diario o revistas para informarse? ¿Solía utilizarlos antes?
7. ¿Considera que estas herramientas le permiten estar más conectado con otras personas?
8. ¿Usa las herramientas electrónicas para realizar trámites médicos, bancarios, administrativos, municipales?
9. ¿Usa herramientas tecnológicas para entretenerse? ¿Cuales? ¿Qué consume?
10. ¿Qué redes sociales conoce y utiliza? ¿Para que los usa?

11. ¿Realizó algún curso o estudio formal sobre informática o relacionado a la tecnología?
12. ¿De qué forma aprendió a utilizar esos dispositivos?
13. ¿Necesita ayuda para utilizar alguna herramienta o dispositivo? ¿De quién?
14. ¿Qué beneficios considera que estas tecnologías trajeron a su vida?
15. De no haber estudiado formalmente ¿consideraría realizar algún curso sobre el uso de estas herramientas? ¿Por qué?