

MLS – INCLUSION AND SOCIETY JOURNAL

<https://www.mlsjournals.com/MLS-Inclusion-Society>



Como citar este artículo:

Martínez Gálvez, C. & Ortega Exposito, T. (2021). El papel de las tecnologías digitales en el envejecimiento activo hacia una mayor independencia. *MLS Inclusion and Society Journal*, 1(1), 96-116.

EL PAPEL DE LAS TECNOLOGÍAS DIGITALES EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO HACIA UNA MAYOR INDEPENDENCIA

Cristina Martínez Gálvez

Universidad de Jaén (España)

cmg00085@red.ujaen.es · <https://orcid.org/0000-0003-2841-6342>

Trinidad Ortega Expósito

Universidad de Jaén (España)

tortega@ujaen.es · <https://orcid.org/0000-0003-1735-9346>

Resumen. Este trabajo pretende dar respuesta a la influencia que ejercen las tecnologías digitales en el proceso de envejecimiento activo de las personas mayores para conseguir una mayor independencia, en nuestro día a día, tratando también la influencia que han tenido en la llegada de la pandemia. Para ello, se realiza un estudio de caso para conocer la repercusión existente en ese colectivo, en 67 personas de la localidad de Bailén, en la provincia de Jaén. Para poder llevar a cabo esta investigación, se ha trabajado a través de la utilización de la técnica de la encuesta por medio del instrumento del cuestionario, para conseguir dar respuesta a los distintos objetivos planteados. Tras la obtención de los resultados, se ha elaborado un análisis exhaustivo de los mismos, en el que se han rechazado y aceptado la hipótesis de partida, corroborando que, a pesar de que las tecnologías sean un gran apoyo para los adultos mayores en la etapa de envejecimiento, todavía queda un largo trayecto que recorrer ante esta evolución tecnológica, puesto que aún hay presentes obstáculos y una brecha digital, que dificultan una íntegra implicación de este colectivo ante las TIC a la que hay que prestarle especial importancia para combatir esta situación.

Palabras clave: envejecimiento de la población, tecnología de las telecomunicaciones, educación adultos, calidad de vida.

THE ROLE OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN ACTIVE AGING TOWARDS GREATER INDEPENDENCE

Abstract. This research aims to respond to the influence exerted by digital technologies in the active aging process of older people to get greater independence recently, taking into account the treating the influence that it has been in the pandemic that we are living nowadays. For this reason, it is done a case study where

we know the impact that exist in this group, specifically in 67 people from Bailen, in the province of Jaen. To have this research, it has worked through the survey technique using the questionnaire instrument, in order to respond to the different objectives, set in order to answer to the different objectives proposed. After obtaining the results, an exhaustive analysis of them has been carried out, in which the starting hypotheses have been rejected and accepted, corroborating that, despite the fact that digital technologies are a great support for older adults in the stage of aging, there is still a way to go of this technological evolution due to the fact that there are still obstacles and digital gap, that make it difficult for this group to fully engage with ICT, so it is necessary to put special interest in avoid this situation for all of them.

Keywords: Ageing of the population, telecommunications technology, adult education, quality of life.

Introducción

La esperanza de vida de las personas está creciendo cada vez más, por consiguiente, está surgiendo la necesidad de consolidar una calidad de vida de los adultos mayores, centrando los esfuerzos en detectar y paliar las nuevas necesidades que van apareciendo. Es necesario, partir de la idea de que la vejez es la última fase del ciclo vital de las personas, etapa, en la que se empiezan a perder capacidades y facultades tanto psicológicas como físicas, que pueden provocar un cambio social, dado que los factores de riesgo que no son observados, pueden ocasionarle alteraciones que le causen un deterioro, afectando a su calidad de vida y funcionalidad, con la inferencia de una gran dependencia (Laguado et al, 2017).

En consecuencia, se debe de mirar el envejecimiento activo como tema de interés y elemento necesario, plasmándose y adaptándose a las transformaciones actuales, encaminándolo hacia una mejora en la autonomía y participación de su día a día, potenciando a su vez, su calidad de vida y lucha contra situaciones de dependencia. La población española no ha dejado de envejecer en la última década. Según el último estudio realizado en 2020 por el Instituto Nacional de Estadística en España, la población total asciende a 46.934.632 habitantes, siendo un total de 9.189.900 personas mayores de 65 años, representando por lo tanto 19,58% del total de la población nacional, convirtiéndose en una cifra histórica (INE,2020), cifra que se suplicará en 2050.

Continuando con lo anterior, Pérez-Castilla (2020) añade que debe existir, una relación entre accesibilidad y amigabilidad entre el binomio tecnología y personas mayores, puesto que son dos elementos indispensables de apoyo facilitador en la participación de este colectivo ante estos recursos tecnológicos. Asimismo, la necesidad de conocer la diversidad existente entre los sujetos usuarios, considerando cada uno de los aspectos, género, edad o formación entre otros. Por ende, autores como Casado-Muñoz et al (2015) afirman que para que se promueva hacia un envejecimiento activo, es necesaria la herramienta de la educación para la salud, presencial y virtualmente. Pues, la participación activa en los distintos ámbitos de la tecnología cumple un papel importante en la calidad de vida y mejora en la salud. Gracia y Herrero (2008), argumentan que personas de edad avanzada consumidoras de Internet, preservan una mejor salud física, social y mental.

En resumen, “el desafío es facilitar los medios para que los mayores no dejen de formar parte activa de la sociedad y puedan llevar una vida plena y de calidad, siendo dueños de sí mismos” (OMS, 2018). En definitiva, ante este panorama, es necesario conocer si realmente existe una influencia entre las tecnologías digitales y el envejecimiento activo de las personas mayores, así como, comprender si la evolución de la Tecnología de la Información y Comunicación (TIC) ayuda a este colectivo a conseguir una mayor independencia.

Método

Objetivos

El objetivo general del trabajo es conocer si las tecnologías digitales influyen en la mejora del envejecimiento activo, así como, determinar cómo afectan estas al nivel de independencia de las personas mayores.

Como objetivos específicos para conseguir la finalidad de la investigación planteada para el desarrollo de este trabajo, se establecen los siguientes:

- a) Identificar las necesidades de las personas mayores durante la etapa de envejecimiento.
- b) Analizar la repercusión de la utilización de las tecnologías digitales en la vida diaria de las personas mayores.
- c) Reconocer los beneficios y obstáculos que presentan las tecnologías digitales en el envejecimiento activo de las personas.
- d) Determinar si las tecnologías digitales han evolucionado lo suficiente para ayudar a las personas mayores a conseguir una mayor independencia.
- e) Estudiar si la influencia de las tecnologías digitales en el envejecimiento activo y en el nivel de independencia han cambiado con la llegada del COVID-19.

Población y Muestra

Se establece como población objeto de estudio al total de personas, en edad comprendida entre 65 y 90 años de edad, de la localidad de Bailén en Jaén, que según el INE (2020) son 2.731 habitantes. La selección muestral está constituida por personas mayores, con un rango de edad comprendido entre 65-90 años de edad, usuarias y no usuarias de las tecnologías digitales de la población de Bailén, pueblo situado en la provincia de Jaén. Para el desarrollo de este estudio de caso se han recepcionado un total de 67 encuestas, tanto hombres como mujeres, de forma aleatoria siendo el nivel de confianza del muestreo del 90% y el margen de error del 10%.

Instrumento

La técnica utilizada ha sido la encuesta, para que, por medio del desarrollo de un cuestionario, se aplique al grupo de personas que forman la selección muestral. Asimismo, el instrumento, ha sido ideado para que pueda ser autoadministrado, es simple y claro, para que las personas encuestadas, únicamente tengan que elegir una o más de una en algunos casos, de las opciones propuestas.

El período de tiempo en el que se ha llevado a cabo el estudio abarca dos meses, de marzo a abril de 2021, para posteriormente realizar el tratamiento de los datos a través del análisis estadístico de frecuencias, utilizando para ello el programa Excel.

Procedimiento de recogida y análisis de datos

La participación de las personas encuestadas ha sido de manera presencial y totalmente anónima, a través de la distribución en papel de dichos cuestionarios en espacios públicos bailenenses, transitados por personas mayores, tales como, supermercados, bancos y centros de salud.

Asimismo, el cuestionario está dividido en cinco partes. La primera, pretende conocer los datos sociodemográficos de los encuestados; la segunda, trata de

contextualizar sobre el estado de salud de cada uno de ellos; la tercera parte, está relacionada con las tecnologías y los conocimientos que tienen sobre ellas; la cuarta parte, establece relación entre el uso de las tecnologías digitales y su aplicación en el envejecimiento activo, conociendo como afecta a su independencia; y finalmente, la última parte orientada a reconocer si existe un antes y un después para estas personas sobre el uso de las tecnologías digitales en relación a la pandemia que asola a la población global.

Resultados

Antes de comenzar el análisis de los resultados de la investigación, se detectan errores en las respuestas de algunos de los cuestionarios, por lo que se descartan 17 de las encuestas realizadas, al estar incompletas las respuestas y no haber sido totalmente finalizadas por las personas participantes en el estudio, pasando a ser 50 el total de las encuestas fiables.

Los resultados obtenidos se estructuran en cinco apartados bien diferenciados, respondiendo a las cuestiones que plantean los objetivos específicos propuestos, con el fin de contrastar si las tecnologías digitales influyen o no en la mejora del envejecimiento activo.

Contextualización de los encuestados

Los resultados muestran que hay una mayor participación de las mujeres, lo que supone un 66% del total, los hombres participantes son solo un tercio del total, (figura 1). Del mismo modo, en este estudio de caso, la edad se ha dividido en cinco franjas, con intervalos de cinco años cada una de ellas: 65-70, 71-75, 76-80, 81-85, 86-90; con el fin de verificar si la edad está relacionada con las variables objeto de estudio. Es de total importancia, destacar que los tres grupos de edad centrales tienen una mayor participación en el total de las muestras, aunque más frecuentes entre las personas de edades comprendidas entre 81-85 (32%) y 71-75 (28%), en cambio, la menor frecuencia se detecta entre 86-90 (6%), presentando esta última diez puntos porcentuales menos que la segunda franja con menos miembros (figura 2).

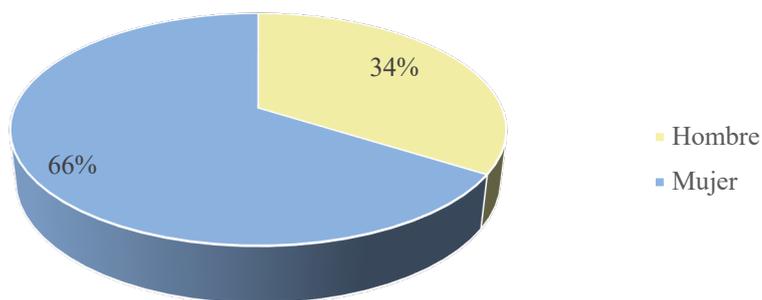


Figura 1. Sexo. Fuente: elaboración propia.

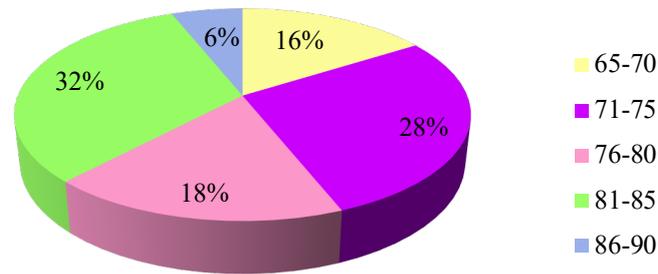


Figura 2. Edad. Fuente: elaboración propia.

Otro de los aspectos importantes a subrayar para posteriormente estudiar la salud de estos ciudadanos en su hogar, es conocer si estas personas viven solas o acompañadas. Se puede inferir que son más de la mitad, concretamente, el 66% de los encuestados viven en compañía de una tercera persona.(Figura 3).

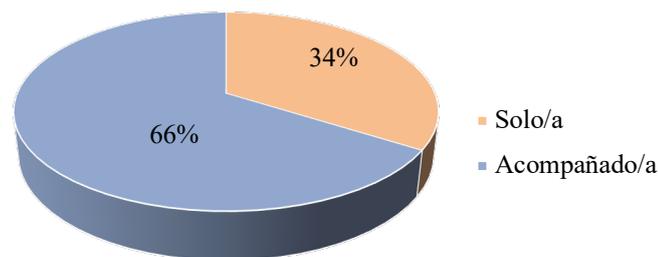


Figura 3. ¿Vive solo/a o acompañado/a?

Nota: Fuente: elaboración propia.

Continuando con la idea anterior, fijándonos en la diferencia entre ambos sexos, nos encontramos que no existe ninguna diferencia significativa entre ellos, aunque hay una inclinación de que las mujeres viven solas y los hombres acompañados (figura 4). No obstante, observando la figura 5, se examina que la edad es una variable determinante en la influencia de si viven solas o solos o acompañadas o acompañados, existiendo una tendencia clara, que, a mayor edad, mayor probabilidad de vivir solos o solas en su lugar habitual de residencia. En contraposición, por lo tanto, conforme va aumentando la edad, disminuye el número de personas que viven en compañía. Comparando ambos extremos, la franja de mayor edad (86-90) supera un 100% de personas que viven solos o solas y la franja de menor edad (65-70) singularmente alcanza un 12,5%.

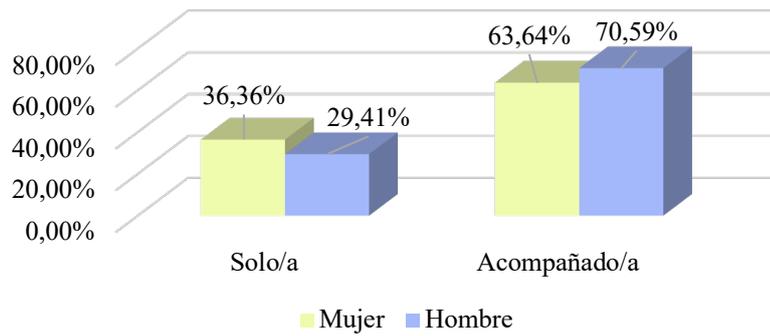


Figura 4. ¿Vive solo/a o acompañado/a? (Según sexo).

Nota: Fuente: elaboración propia.

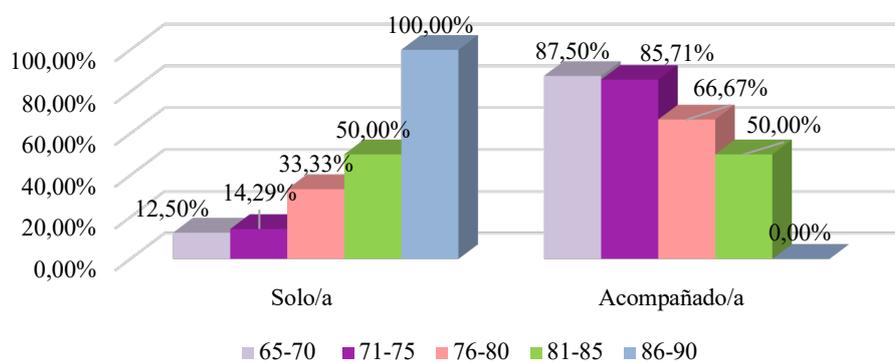


Figura 5. ¿Vive solo/a o acompañado/a? (Según edad)

Nota: Fuente: elaboración propia.

Cabe destacar que, en relación a la demanda de ayuda para las actividades diarias de las personas encuestadas, existe una mayoría que no requieren esta necesidad, en consecuencia, un 18% del total sí la precisan. Después de las consideraciones anteriores, se observa que este proceso se divide en tres fases, la primera de ellas, compuesta por la primera franja de edad, no necesitan ninguna ayuda, posteriormente, una zona intermedia que comprende las edades entre 71-80, en la que el porcentaje de individuos que precisan de ayuda, asciende a una cifra cercana a 15%. Y, por último, al llegar a los 80 años, se produce un cambio de tendencia, aumentando en gran medida la frecuencia en la que ellos la solicitan, siendo el 33,33% el pico máximo (Figura 6).

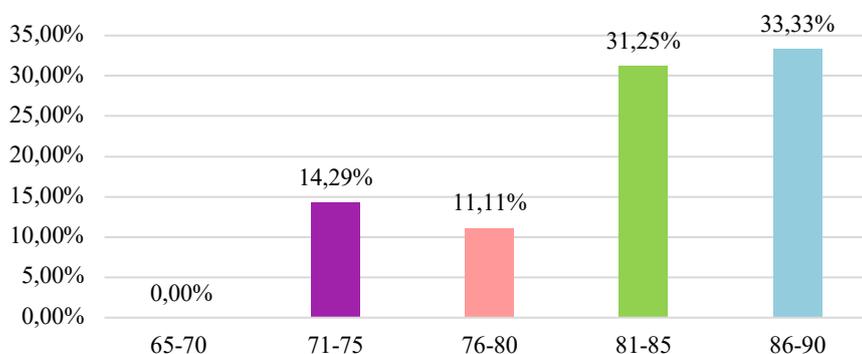


Figura 6. Personas que necesitan ayuda según su edad.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Salud de los adultos mayores

A continuación, se llevará a cabo el análisis de los resultados obtenidos del bloque 2, en relación a la salud de la gente encuestada, estableciendo relaciones entre cómo se sentían antes del COVID-19 y cómo se sienten actualmente. Además, se señalará cuáles son las principales repercusiones y necesidades que les han ido surgiendo durante su envejecimiento.

En primer lugar, antes de la llegada del COVID-19, se acentúa el predominio de las personas que se sentían satisfechas con su salud, representando un 70%, los que consideraban que su salud era satisfactoria (muy satisfecho/a y bastante satisfecho/a). Asimismo, se muestra que, con la llegada de esta situación atípica de pandemia, este colectivo se ha visto afectado de forma negativa, pasando a ser, solo 46% de estas muestras, las que se encuentran satisfechas con su salud, suponiendo una reducción de 24 puntos porcentuales, con una consecuencia de reducirse su representación a un 46% (Figura 7).

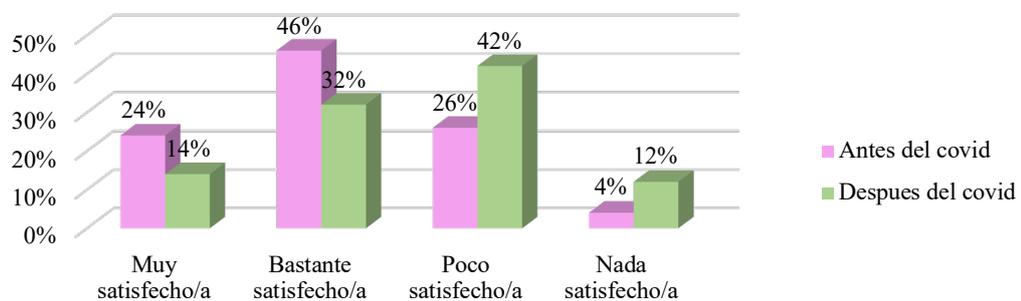


Figura 7. Nivel de satisfacción con la salud.

Nota: Fuente: elaboración propia.

En un sentido más amplio, se procede a analizar cuántas de estas personas han sufrido un empeoramiento de su salud, además de conocer si la edad o el sexo han sido factores influyentes en este cambio de perspectiva. En referencia a los datos relativos, nos confirman la tendencia negativa observada anteriormente. A pesar de que, el 62% de ellos, no se han visto inmersos en ninguna variación, ninguno ha sentido una mejora en su salud, en cambio, el 38% de ellos, sí que ha visto cómo su nivel de satisfacción con su salud se ha visto reducida (Figura 8).

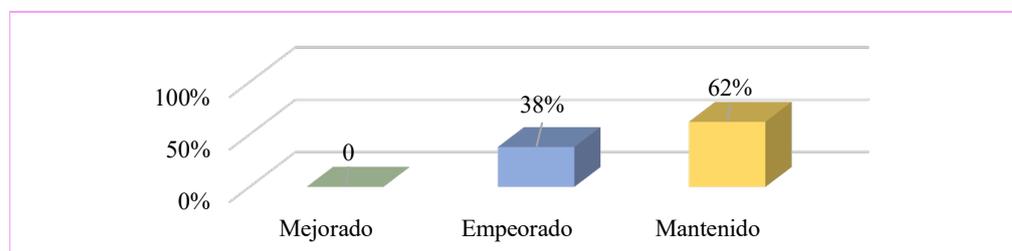


Figura 8. Cambios en el nivel de satisfacción en la salud.

Nota: Fuente: elaboración propia.

En cuanto a la edad, se aprecia una primera fase en la que se señala una abundancia de personas que se han mantenido sobre las que han empeorado, está última se encuentra

acotada en el rango entre 65-80 años. A partir de ese punto, se examina como a mayor edad, mayor probabilidad de experimentar una sensación de empeoramiento en su salud (figura 9). Por otra parte, en relación al sexo, existe una gran diferencia entre los hombres y las mujeres, en lo que concierne al cambio de percepción que han experimentado. De manera que, en los hombres existe un equilibrio entre los que se mantienen y empeoran, mientras que las mujeres, no presentan esa inclinación, sino que, en casi el 70% de los casos de ellas, consideran que su satisfacción con su salud es la misma antes y después del COVID-19 (tabla 1).

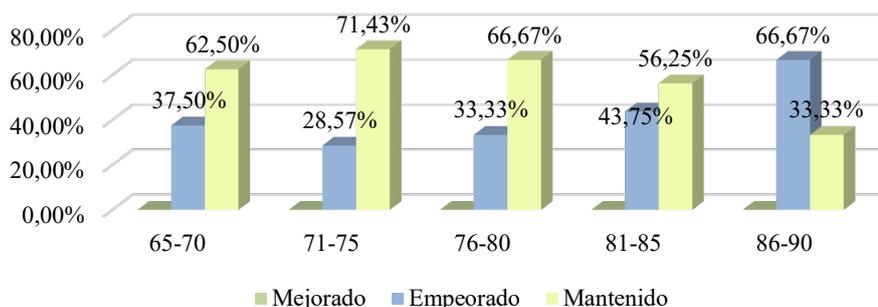


Figura 9. Cambios en el nivel de satisfacción en la salud según la edad.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Tabla 1

Evolución de la salud según el sexo

	Hombre	Mujer
Mejorado	0%	0%
Empeorado	52,94%	30,30%
Mantenido	47,06%	69,70%

Nota: elaboración propia.

Tras haber analizado la satisfacción de estas personas, se procede a desarrollar en qué aspectos, el envejecimiento ha mermado su salud. Posteriormente, una vez realizado un estudio de ello, se concluye que, principalmente han experimentado un empeoramiento en sus condiciones físicas en el 52% de ellos. No obstante, aunque en menor medida, las condiciones sociales y psicológicas también se han visto afectadas. Resaltando que, el 16% han sufrido una disminución de estas tres características simultáneamente (figura 10)

Respecto al sexo, existen dos puntos de vista diversos, puesto que, las mujeres tienen un equilibrio en la repercusión de su envejecimiento en las condiciones ya mencionadas. Sin embargo, los hombres, presentan una tendencia más dispar con un puesto de jerarquía predominante, lo físico, que duplica a la segunda condición que más ha sido seleccionada (lo cognitivo), 71% y 35%, respectivamente. Además, en cuanto a la edad se observa una línea de causalidad en la que los dos últimos rangos de edad (81-85 y 86-90) se incrementa el porcentaje de encuestados que sufren un deterioro en su salud física.

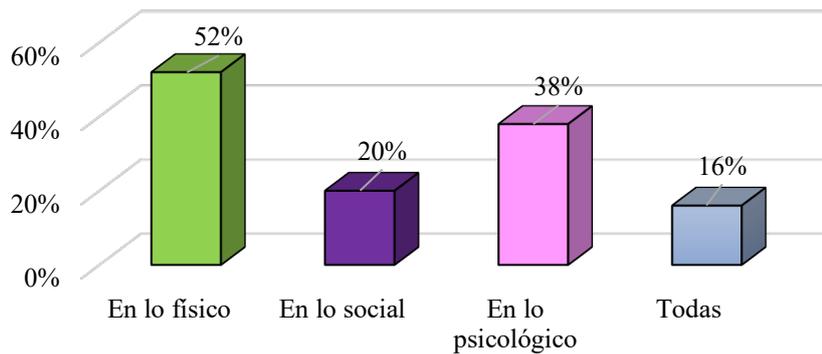


Figura 10. Aspectos que han tenido mayores repercusiones del envejecimiento.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Para dar por concluido este apartado analizado, se expondrán las principales necesidades presentes en el envejecimiento antes de la pandemia. Como podemos ver en la gráfica 11, la distribución es equiparada entre tres de estas necesidades (fisiológicas, emocionales y psicológicas), sin existir una diferencia superior a 12 puntos porcentuales entre ellas. En oposición, las necesidades sociales han sido las menos seleccionadas, siendo el 32% de los encuestados los que fijaron esta opción (figura 11). En cuanto al número de necesidades presentes a la vez, existe un predominio de reclamar una única necesidad, 50% o dos, 30%. De este modo, es poco frecuente la presencia de demandar 3 o 4 necesidades, representando el 20% entre ambas. Analizando una posible causalidad entre estas necesidades, se determina que no hay relación causa-efecto entre ellas.

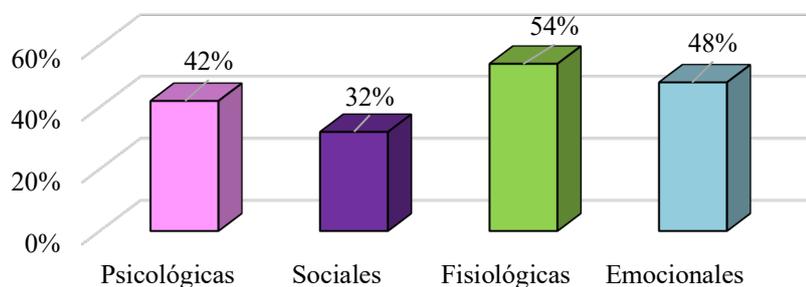


Figura 11. Necesidades presentadas antes de la pandemia.

Nota: Fuente: elaboración propia.

En referencia al sexo, a partir de los datos obtenidos de la tabla 2, se comprueba que existe una tendencia en la que las mujeres se encuentran por encima del sexo masculino, con respecto a las necesidades existentes. Este suceso se intensifica en las necesidades sociales y emocionales. Al mismo tiempo, centrándonos en la edad, hay un equilibrio de los ítems en los tres rangos de edad centrales (71-85). En cambio, en el intervalo de menor y mayor edad no sucede lo mismo, puesto que, existe un predominio de una de las necesidades, en el primero de ellos, destacan las emocionales, con un 75%, en el segundo, el 100% de los encuestados experimentan necesidades fisiológicas (tabla 2).

Tabla 2
Necesidades presentadas antes de la pandemia según la edad y sexo

		Psicológicas	Sociales	Fisiológicas	Emocionales
Mujer		42,42%	39,39%	54,55%	54,55%
Hombre		41,18%	17,65%	52,94%	35,29%
Ambos sexos	65-70	25,00%	25,00%	12,50%	75,00%
	71-75	42,86%	28,57%	50,00%	42,86%
	76-80	44,44%	55,56%	55,56%	33,33%
	81-85	50,00%	31,25%	68,75%	56,25%
	86-90	33,33%	0,00%	100,00%	0,00%

Nota: elaboración propia.

Utilización de las TICS

Los análisis de los siguientes datos se estructuran en base al conocimiento de la era de la digitalización y uso que tienen hacia las TICS los encuestados bailenenses, profundizando en la repercusión posible en la vida diaria de ellos, distinguiendo los beneficios y obstáculos. Para examinar los conocimientos de las tecnologías digitales, se parte de una escala del 1 al 5, en la que uno es el valor más bajo y cinco el más alto.

Los datos resultantes nos indican que, los usuarios tienden a tener un conocimiento suficiente-avanzado (3-4), aunque, es necesario resaltar los pocos sujetos, el 6%, los que tienen un dominio total sobre las tecnologías (figura 12). Por último, existe un amplio número de personas que tienen un control bajo de ellas (1-2).

Para estudiar las posibles diferencias, entre hombres y mujeres y los diferentes grupos de edad, agruparemos los datos en tres grupos, el primero, compuesto por el nivel de conocimiento 1-2 que será considerado como nivel bajo, el segundo, constará únicamente del nivel 3, conociéndose como nivel intermedio y, por último, el nivel alto, en el que estarán presentes los niveles 4-5.

Se observa que el sexo femenino en líneas generales presenta un nivel de conocimiento mayor que el sexo masculino. El mayor reflejo de esta afirmación surge al centrarnos en el número de personas que tienen conocimientos altos de las tecnologías. Las mujeres alcanzan un 39,39% frente a tan solo un 17,65% del sexo masculino (tabla 3).

Asimismo, en la división por edad, apuntar el gran número de personas entre 65-70 que consideran que tienen un gran nivel de conocimiento (75%). Cuando se supera la edad de 70 años, se produce un punto de inflexión, cambiando totalmente el escenario. El número de personas con un gran conocimiento disminuye paulatinamente, hasta alcanzar un valor nulo en la franja de mayor edad (tabla 3).

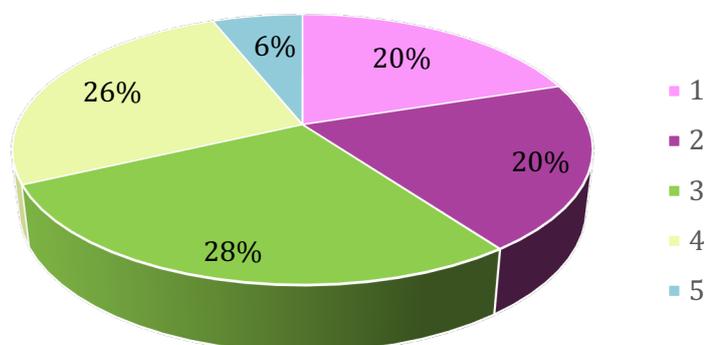


Figura 12. Conocimiento sobre las tecnologías digitales.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Tabla 3
Conocimiento sobre las tecnologías digitales según la edad y sexo

	Nivel Bajo	Nivel intermedio	Buen nivel
Mujer	39,39%	24,24%	36,36%
Hombre	17,65%	35,29%	47,06%
Ambos sexos	65-70	0,00%	75,00%
	71-75	21,43%	35,71%
	76-80	66,67%	11,11%
	81-85	62,50%	25,00%
	86-90	33,33%	66,67%

Nota: elaboración propia.

Una vez abordado el nivel de conocimiento de los encuestados, es necesario continuar con el uso habitual de las tecnologías en su vida diaria. En esta, existe una mayor incidencia de personas que sí hacen uso habitual de recursos y dispositivos digitales, en concreto 68% frente al 32% que no. Segmentando estos datos, se observa un indicio de que el sexo no es una variable indicativa de creación de diferencias significativas entre los encuestados sobre el uso de las TIC como medio cotidiano. Por el contrario, la edad sí lo condiciona, dado que, los más jóvenes muestran una mayor predisposición en su uso habitual de estos dispositivos tecnológicos (figura 13).

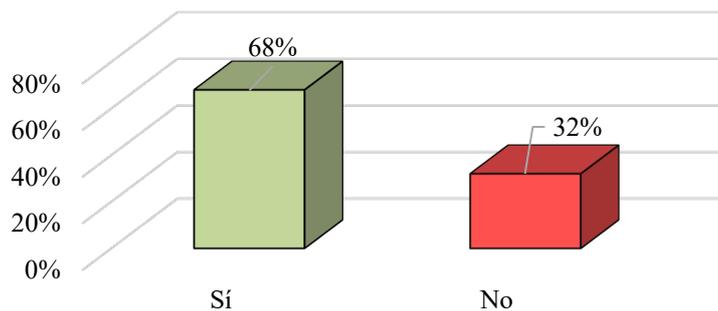


Figura 13. Utilización de las tecnologías digitales como medio habitual en la vida cotidiana.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Con el objetivo de comprender de forma más óptima las motivaciones de las respuestas anteriormente mencionadas, se procede a tratar dos cuestiones. Por un lado, en referencia a la respuesta positiva, conocer la dificultad existente para comenzar a usar la tecnología y, por otro lado, en cuanto a la negativa, detectar las principales causas de la no utilización. Comenzando por la primera de ellas, los datos resultantes nos reflejan una idea clara de que dar el paso hacia la utilización de las TICS fue complejo, representando el 76%. (Figura 14). Siguiendo con la cuestión anterior, cabe señalar que, tanto los varones como las féminas experimentan una dificultad similar. En la edad, existe un rango (65-70) que sufre menos a la hora de aprender a usar la tecnología, siendo el 25%, mientras que, todas las demás superan el 80%.

En el otro análisis planteado, nos encontramos en una situación en la que los problemas aparentes de no hacer uso de ella se centran principalmente en dos motivos, en el desconocimiento y el desinterés hacia las TIC. Además, el 68,75% de los encuestados han seleccionado únicamente un motivo como causa de este suceso, a pesar

de tener la posibilidad de elegir varias de las posibles opciones (figura 15). Igualmente, no existen diferencias significativas entre los hombres y las mujeres en la toma de decisión sobre las posibles causas. Respecto a la edad, nos enfrentamos con datos muy dispares, mostrando un reparto entre las distintas elecciones en las tres edades centrales y un dominio absoluto del 100% de los más longevos en los que sus motivos no coinciden con los propuestos.

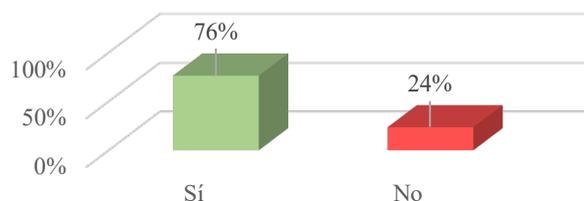


Figura 14. Dificultad para aprender a utilizar las tecnologías digitales.

Nota: Fuente: elaboración propia.

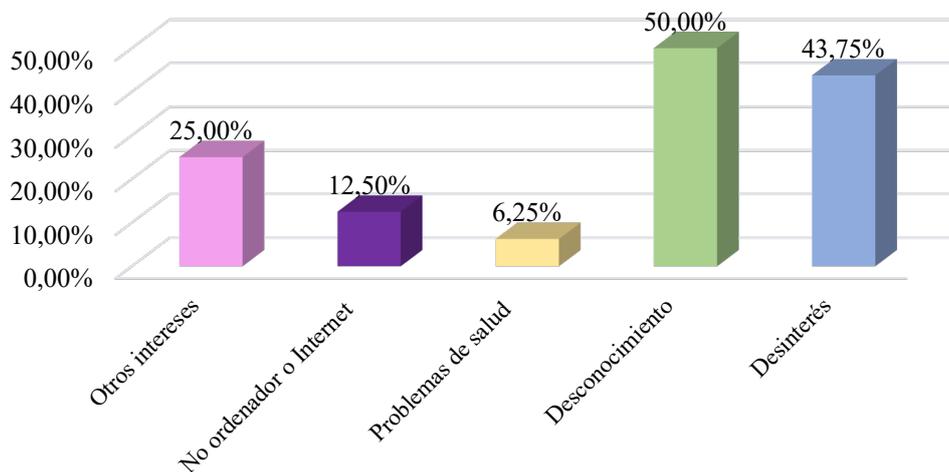


Figura 15. Motivos de la no utilización de las tecnologías digitales.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Para ayudar a contextualizar el uso de las TIC en los adultos mayores, es esencial fijarnos en los dispositivos y aplicaciones, para entender cuáles de ellas son las más abundantes. Por ende, dentro de las elecciones ofrecidas en los dispositivos electrónicos (teléfono móvil, ordenador, Tablet o ninguno) el aparato más seleccionado por los ciudadanos de Bailén entrevistados ha sido el teléfono móvil, con una representación del 80% de usuarios. El resto, ordenador y Tablet, tienen una importancia residual en comparación a la anterior apuntada, porque ninguna supera el 25% de participación sobre el total. Además, hacer hincapié en que 1 de cada 5 encuestados no utilizan ninguno de los propuestos (figura 16).

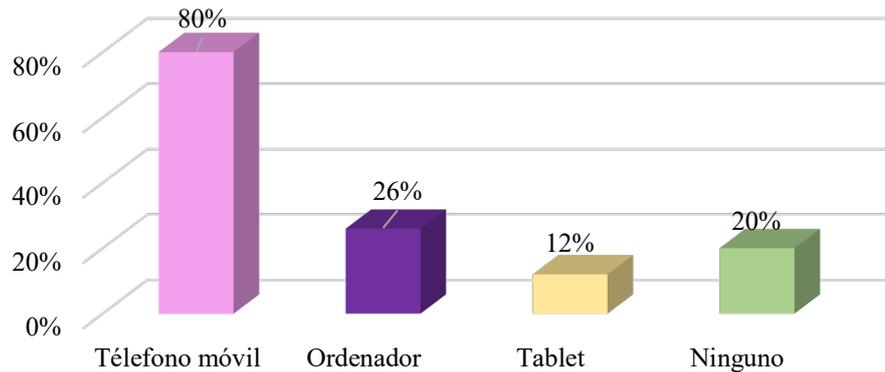


Figura 16. Utilización de dispositivos electrónicos.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Tecnología Digital, Envejecimiento Activo e Independencia

En este epígrafe, los datos obtenidos se centrarán en dar respuesta a los principales interrogantes planteados en el inicio del estudio: ¿se realiza un envejecimiento activo?, ¿es importante la tecnología en este proceso?, ¿tiene influencia la tecnología digital en el nivel de independencia? Para ello, el punto de partida, para poder estudiar todas estas cuestiones es contextualizar la práctica del envejecimiento activo de estos ciudadanos, destacando que el 64% de ellos la llevan a cabo (figura 17). Del mismo modo, los varones realizan el proceso de envejecimiento activo de forma más usual que ellas, justamente, diez puntos porcentuales más, 70% frente a 60%. Además, existe un predominio de las personas que sí realizan este proceso en todas las edades, intensificándose aún más entre 65-70, alcanzando un pico máximo de 87,50%.

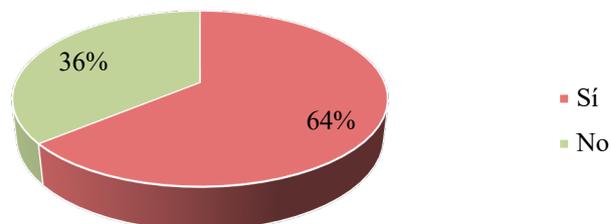


Figura 17. Práctica del envejecimiento activo.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Siguiendo con la idea anterior, con el objetivo de conocer la repercusión de la práctica de envejecimiento activo en la salud de los individuos, se efectuará una comparación entre el desarrollo de este proceso y el nivel de satisfacción de estas personas. Fijándonos en la figura 18 se aprecia una inclinación evidente en la que las personas que consideran que su salud es satisfactoria (“bastante” satisfecho/a y “muy” satisfecho/a) llevan a cabo el envejecimiento activo en un alto porcentaje. En contraposición y verificando la afirmación anterior, los ciudadanos que están “nada” satisfechos/as o “poco” satisfechos/as con su salud, tienen bajo índice de práctica.

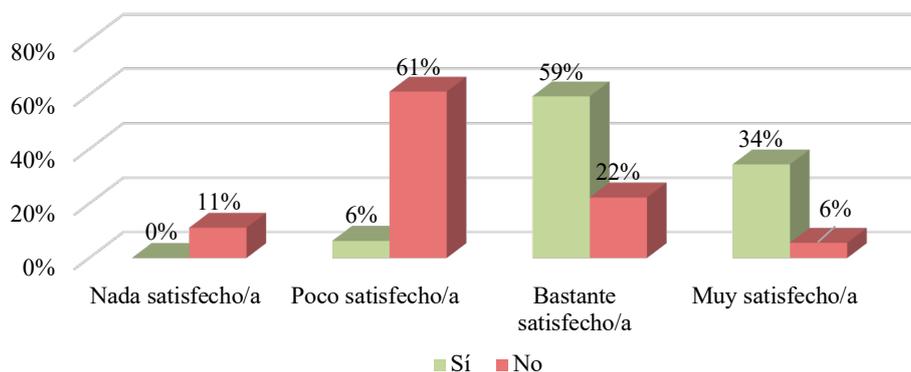


Figura 18. Influencia de la realización del envejecimiento activo en la satisfacción de la salud

Nota: Fuente: elaboración propia.

En los resultados obtenidos sobre el apoyo hacia las tecnologías digitales para la resolución de los problemas que van surgiendo en su envejecimiento, se puede subrayar el equilibrio total existente entre las personas que sienten que le ayuda y las que no. Al extrapolar los datos al sexo y la edad, se aprecia que, en referencia al primer ítem, se deshace ese equilibrio a favor de un mayor apoyo en los hombres, aunque con una diferencia mínima de cuatro puntos porcentuales. Mientras que, en base al segundo, se observa que hay un mayor apoyo para resolver estos problemas en edades tempranas, pero, a partir de los 76 años se produce un cambio de tendencia en la que esta perspectiva es distinta, con un mayor número de sujetos que no utilizan la tecnología como base (tabla 4).

Tabla 4

Uso de la tecnología como apoyo para solucionar problemas en el envejecimiento según la edad y el sexo

		SÍ	NO
Mujer		48,48%	51,52%
Hombre		52,94%	47,06%
Ambos sexos	65-70	62,50%	37,50%
	71-75	71,43%	28,57%
	76-80	11,11%	88,89%
	81-85	50,00%	50,00%
	86-90	33,33%	66,67%

Nota: elaboración propia.

Prosiguiendo sobre lo previo, a los ciudadanos que contestaron la opción positiva, se les propuso una nueva pregunta ¿en qué tecnología se ha apoyado mayoritariamente? en la que se le ofrecía diferentes alternativas para que escogiesen los dispositivos que utilizan con mayor abundancia, siendo estas móviles, Tablet, ordenadores u otros. En base a eso, la opción más repetida ha sido el teléfono móvil, siendo elegida en el 42% de las ocasiones posibles. Resaltar que el 10% de ellos no seleccionaron ninguna de las opciones propuestas, sino que expusieron otro dispositivo alternativo, Alexa, teleasistencia o domótica, entre ellos (figura 19).

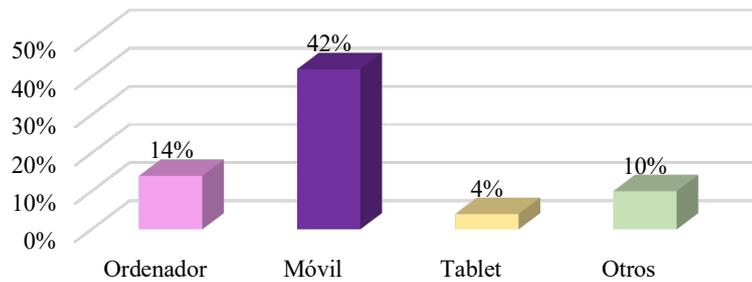


Figura 19. Tecnología de apoyo durante el envejecimiento.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Una vez concluido el estudio sobre el apoyo de las tecnologías digitales para resolver los problemas existentes en la vida diaria y en qué dispositivos se han sostenido, se procede a estudiar cuánto le ha ayudado esa tecnología a solucionar las necesidades. Para ello, se ha propuesto una escala de 1 al 5, en la que el menor número se asocia a poca ayuda y el mayor a mucha ayuda. Partiendo de la figura 20, se determina que hay dos dimensiones que destacan sobre el resto, una de ellas se encuentra en la valoración “2” con una agrupación del 28% de los individuos, y la otra, situada en el valor “4”, compuesta por el 30% de los usuarios.

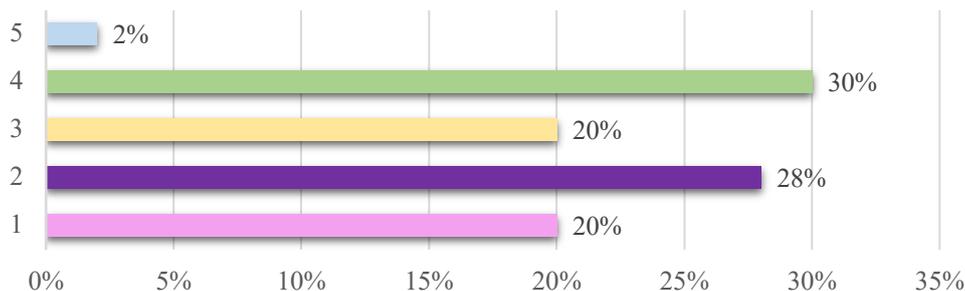


Figura 20. ¿Cuánto le ha ayudado la tecnología a resolver esos problemas o necesidades?

Nota: Fuente: elaboración propia.

Para realizar un análisis más profundo y extrapolarlo a la edad y sexo, los cinco niveles se han agrupado en tres grupos bien diferenciados y estructurados. El primero, en el que se encuentran los niveles 1-2, se considerará como ítem de “poca ayuda”; el segundo, teniendo únicamente el valor de 3, nombrado como “ayuda intermedia” y en último lugar, los dos últimos valores superiores, denominado como “mucha ayuda”. Pues, en el sexo, hay un equilibrio entre ambos, puesto que no se percibe ninguna diferencia importante a mencionar (tabla 5), sin embargo, en la edad, los datos son más irregulares. Por un lado, existe un liderazgo como respuesta elegida “poca ayuda” en todos los grupos, menos en el extremo inferior de edad, donde hay una cifra superior de personas que consideran que la ayuda que le ofrece es la adecuada. Por otro lado, la “ayuda intermedia” no es la alternativa más elegida por ellos (figura 21).

Tabla 5

¿Cuánto le ha ayudado la tecnología a resolver esos problemas o necesidades? Según el sexo

	Poca ayuda	Ayuda intermedia	Mucha ayuda
Mujer	48,48%	21,21%	30,30%
Hombre	47,06%	17,65%	35,29%

Nota: elaboración propia.

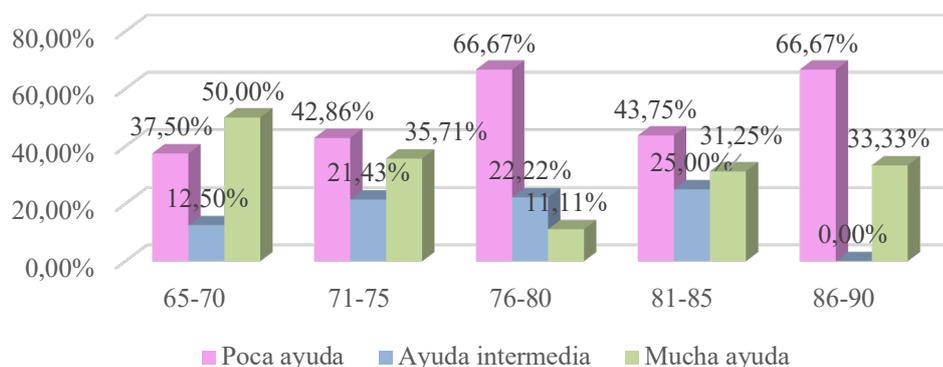


Figura 21. ¿Cuánto le ha ayudado la tecnología a resolver esos problemas o necesidades? Según la edad

Nota: Fuente: elaboración propia.

Para concluir este apartado, nos centraremos en identificar si la tecnología ha ayudado a mejorar el nivel de independencia de estas personas. Para ello, de nuevo, se ha utilizado la misma herramienta de control del 1 al 5 que en la pregunta anterior. La mayoría de las respuestas se han agrupado en los tres niveles intermedios (3,4,5), pero con un pequeño dominio a favor del nivel 4. Como consecuencia, no existe ninguna evidencia para afirmar si la tecnología ayuda o no a tener un mayor nivel de independencia.

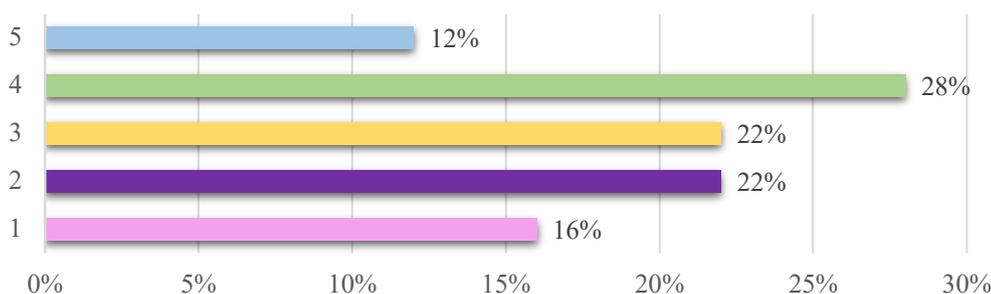


Figura 22. ¿Cree que la tecnología le ha ayudado a tener un mayor nivel de independencia?

Nota: Fuente: elaboración propia.

De igual manera que anteriormente, los ítems quedan divididos en los mismos tres grupos (“poca ayuda”, “ayuda intermedia” y “muchísima ayuda”). Respecto al sexo, ninguna de estas agrupaciones tiene un nivel jerárquico superior al resto. Por ende, sigue la misma corriente explicada. Finalmente, en cuanto a la edad, existen dos datos reseñables, por un lado, dentro de la franja 65-70, un 75% de los encuestados, han seleccionado “la ayuda intermedia” como la elección preferente. Por otro lado, en la otra vertiente, entre 86-90,

se encuentra la participación más importante de personas que han experimentado mucho apoyo de la tecnología para resolver sus problemas de dependencia.

Tabla 6

¿Cree que la tecnología le ha ayudado a tener un mayor nivel de independencia? Según el sexo

	Poca ayuda	Ayuda intermedia	Mucha ayuda
Mujer	36,36%	27,27%	36,36%
Hombre	41,18%	11,76%	47,06%

Nota: elaboración propia.

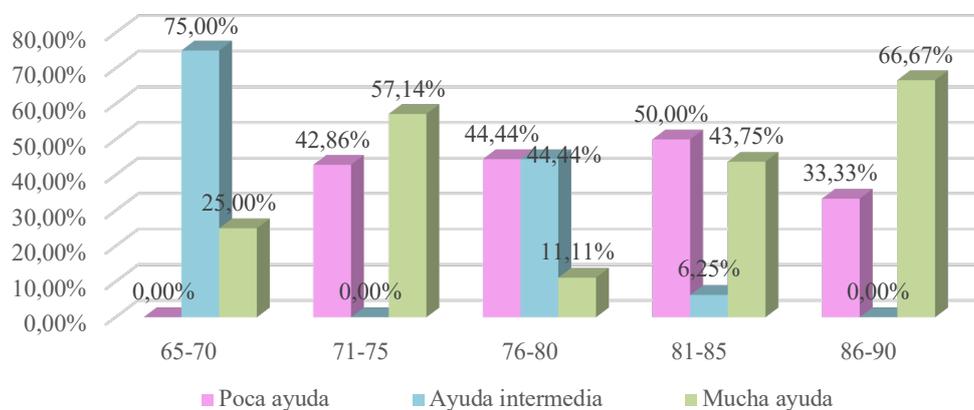


Figura 23. Ayuda de la tecnología para una mayor independencia. Según la edad.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Percepción actual tras la llegada del COVID-19

En el último apartado, tras la recogida de los distintos resultados se procede a identificar si se ha producido un cambio de escenario en lo que respecta a la tecnología, su influencia en el envejecimiento activo y la posterior repercusión en su nivel de independencia con la llegada del COVID-19.

El 62% de los encuestados han sufrido una modificación en sus necesidades con la llegada de la pandemia (figura 24). Adicionalmente, dentro del conjunto de los encuestados masculinos, el 70,59% de ellos han sufrido un cambio, cifra muy superior al sexo contrario (57,58%). En referencia a la edad, es preciso señalar, que, en los rangos inferiores, sus necesidades no han variado con la llegada del COVID-19, por el contrario, los adultos más mayores han sido a los que más le ha afectado este nuevo suceso, pronunciándose de forma más intensa en la edad comprendida entre 76-80, alcanzando la cifra de 77,78%.

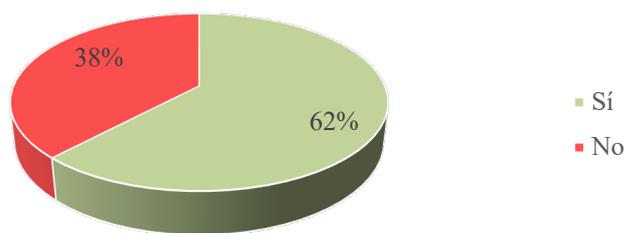


Figura 24. ¿Han cambiado las necesidades tras la llegada del COVID-19?

Nota: Fuente: elaboración propia.

La figura 25 muestra que el 66% de todos los ciudadanos que realizaron la encuesta, han utilizado las tecnologías como alternativa de apoyo durante el confinamiento domiciliario, existiendo un equilibrio de respuestas entre hombres y mujeres que contestaron este cuestionario. Ahora bien, los sujetos más jóvenes, en general, se han apoyado en las tecnologías durante este periodo, mientras que, en edades más avanzadas, pese a que, se evidencia cierto apoyo, no es tan pronunciado como en los primeros rangos.

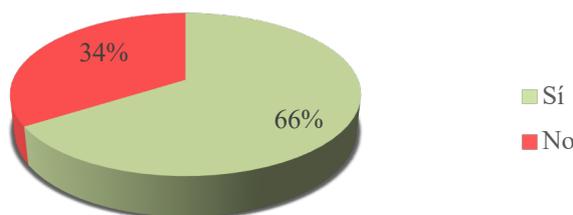


Figura 25. Apoyo en la tecnología durante el confinamiento.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Continuando con el análisis comparativo para conocer los cambios producidos antes y después, se persiste en entender los cambios de visión hacia los dispositivos tecnológicos después de la llegada del COVID-19, partiendo de ello, observamos que el 58% de todos los individuos, han visto variada su perspectiva hacia las tecnologías digitales, diferenciándose 16 puntos porcentuales respecto a la otra opción (figura 31). Del total de mujeres que contestaron, más de la mitad (66,67%) respondieron que sí, cifra superior a la de los hombres, con tan solo 41,18%, por tanto, en los varones, predomina una negativa en este cambio de visión. De igual modo, en la única franja de edad que menos cambio de visión ha sentido hacia las TIC ha sido la comprendida entre 81-86 (56,25%), al contrario del resto que sí han tenido esa variabilidad en mayor proporción.

Agregar que, del 10% de casos que cambiaron su práctica con la tecnología, por lo que, la llegada del COVID-19 en el 80% de estos casos se han visto afectados simultáneamente.

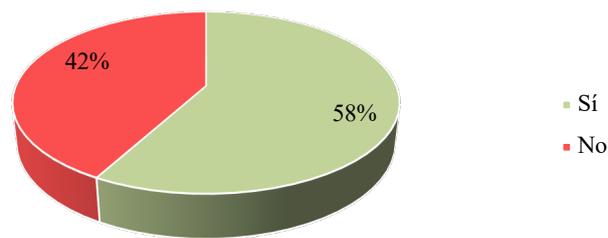


Figura 26. Cambio de visión hacia la tecnología tras la pandemia.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Para finalizar el análisis exhaustivo de este estudio de caso, se concluye con la pregunta: ¿Cree que las tecnologías digitales le han ayudado a sobrellevar de mejor manera el COVID-19? A partir de ella, los resultados obtenidos han sido 64% de respuestas afirmativas frente a 36% negativas (figura 27), produciéndose una proporción similar de repuesta entre ambos sexos. Paralelamente, los encuestados de los rangos de edad inferiores 60-75, han percibido una mayor sensación de ayuda que las personas mayores de 75, puesto que, estas últimas consideran, de forma mayoritaria, que estos dispositivos no les han ayudado a soportar esta pandemia.

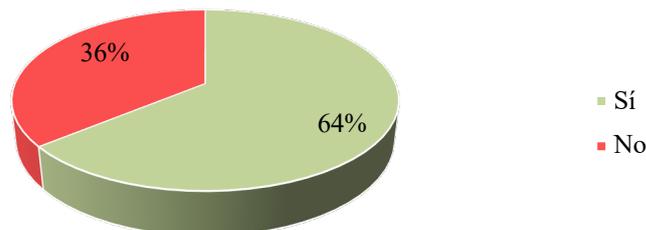


Figura 27. Ayuda de la tecnología para sobrellevar el COVID-19.

Nota: Fuente: elaboración propia.

Discusión y conclusiones

Tras el análisis detallado de los distintos resultados obtenidos, podemos concluir lo siguiente:

En primer lugar, cabe resaltar que, con la llegada de la etapa de envejecimiento a las personas adultas se les plantean nuevas cuestiones y diferentes necesidades que cubrir. Estas se presentan de forma variada y singular en cada una de las personas adultas mayores, aunque conforme va aumentando la edad, va creciendo el nivel de importancia de las necesidades fisiológicas, dado que es un factor condicionante en el momento del envejecimiento. Estas necesidades determinan el incremento, en cuanto a participación se refiere, de las personas de edad avanzada en la práctica mayoritaria de actividades que favorecen el envejecimiento activo. Todo ello, con el objetivo de paliar las consecuencias que trae consigo este proceso.

Atendiendo a los resultados obtenidos en la investigación, cabe concluir que, en los rangos de edad de los habitantes de Bailén, existe una alta frecuencia de uso de las tecnologías digitales, especialmente en los más jóvenes. En ellos, se observa una

tendencia creciente en el uso habitual de teléfonos móviles y aplicaciones, tales como, WhatsApp, así como el uso y manejo de las vídeo-llamadas telefónicas. A pesar de esto, solo la mitad de estas personas suelen aplicar el uso de la tecnología en la resolución de problemas asociados a las circunstancias de las diversas necesidades. Esta relación nos sugiere una falta de conocimiento o desinformación sobre las diferentes aplicaciones de las tecnologías digitales en la etapa de envejecimiento, es decir, no se observa una clara tendencia en el uso de estas tecnologías con fines de soporte para afrontar la vejez.

Las principales razones de la no utilización de estas tecnologías, no son ni la falta de recursos disponibles ni el impedimento por tener problemas de salud, sino, el desinterés y el desconocimiento, tal y como muestran los resultados de la investigación. Además, en el proceso de adaptación hacia el uso estas tecnologías, el mayor porcentaje de personas adultas entrevistadas presenta dificultades significativas para su aprendizaje, lo que podría ser extrapolable al resto de población adulta con perfil semejante.

Estos resultados refuerzan la idea de que la desinformación sobre las posibles aplicaciones de las tecnologías digitales es un factor a tener en cuenta para mejorar la etapa del envejecimiento. Es por ello que, con esta investigación se plantea una posible solución, como es la implementación de programas basados en una educación tecnológica, donde se implique al adulto mayor en la evolución de su aprendizaje y en la aplicabilidad del mismo para mejorar su calidad de vida. No obstante, la influencia de la tecnología en la realización de envejecimiento activo ha traído consigo afectos muy positivos, entre los que cabe destacar la percepción de una mayor satisfacción respecto a su salud personal.

Como consecuencia, los resultados vislumbran cómo, a pesar de que las personas mayores perciben la tecnología como un apoyo diario en el proceso de envejecimiento activo, no es considerada una herramienta clave en su día a día. Esto provoca el que se creen barreras que obstaculizan el logro de una mayor independencia, puesto que el uso de la tecnología, todavía no es considerado lo suficientemente eficaz para su autonomía, a pesar de su gran potencial aplicado a esta etapa vital.

Finalmente, para concluir, cabe hacer referencia a que, la llegada del COVID-19, ha supuesto un incremento en el uso y en la valoración que se hace de las tecnologías digitales en el proceso de envejecimiento. Esto se ve reflejado en el aumento de personas mayores que se han apoyado en las TICs y en los dispositivos digitales, durante el período de confinamiento por el estado de alarma, con el fin de resolver sus necesidades. Teniendo en cuenta que, 6 de cada 10 personas han cambiado sus necesidades, las TICs se han convertido en una de las posibles explicaciones para mejorar la calidad de vida en situaciones de soledad; un gran apoyo durante estos periodos de aislamiento, ayudando a sobrellevar de una manera más óptima situaciones especiales, además de, ser un pilar importante para el desarrollo hacia una mayor independencia.

Referencias

- Aceros, J. C., Cavalcante, M. T. L. y Domènech, M. (2016). Envejecer en casa con teleasistencia en España. Un análisis del discurso. *Ciência & Saúde Coletiva* 21(8), 2413-2421. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015218.13472015>
- Barrantes, R. y Chaparro, A. C. (2015). *Edad para aprender, edad para enseñar: el rol del aprendizaje intergeneracional intrahogar en el uso de la internet por parte de los adultos mayores en Latinoamérica* (No. 2015-411). Departamento de Economía-Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Carballeda, M. (2007). Tecnologías con sentido. In *Fundación ONCE (2007). II Congreso Internacional sobre Domótica, Robótica y Teleasistencia para Todos. Fundación ONCE para la Cooperación e Integración Social de las Personas con Discapacidad* (pp. 5-7).

- Casado-Muñoz, R., Lezcano, F. y Rodríguez-Conde, M. (2015). Envejecimiento activo y acceso a las tecnologías: un estudio empírico evolutivo= Active Ageing and Access to Technology: An Evolving Empirical Study. *Envejecimiento activo y acceso a las tecnologías: un estudio empírico evolutivo= Active Ageing and Access to Technology: An Evolving Empirical Study*, 37-56. <https://doi.org/10.3916/C45-2015-04>
- Del-Arco, J. y San-Segundo, J. M. (2011). *Los mayores ante las TIC: Accesibilidad y asequibilidad*. Fundación Vodafone España.
- González-Oñate, C., Fanjul-Peyró, C. y Cabezuelo-Lorenzo, F. (2015). Uso, consumo y conocimiento de las nuevas tecnologías en personas mayores en Francia, Reino Unido y España. *Comunicar: Revista Científica de Comunicación y Educación*, 23(45), 19-28. <https://doi.org/10.3916/C45-2015-02>
- García, E. G. y Heredia, N. M. (2017). Personas mayores y TIC: oportunidades para estar conectados. *RES: Revista de Educación Social*, 24, 1098.
- Gracia, E. y Herrero, J. (2008) *Brecha digital y calidad de vida de las personas mayores*. IMSERSO.
- Laguado Jaimes, E., Camargo Hernández, K. D. C., Campo Torregroza, E. y Martín Carbonell, M. D. L. C. (2017). Funcionalidad y grado de dependencia en los adultos mayores institucionalizados en centros de bienestar. *Gerokomos*, 28(3), 135-141.
- Llorente-Barroso, C., Viñarás-Abad, M. y Sánchez-Valle, M. (2015). Mayores e Internet: La Red como fuente de oportunidades para un envejecimiento activo. *Enhancing Active Ageing*, 29-44.
- Gómez, D. L. (2004) Análisis de la Teleasistencia Domiciliaria: una aproximación al poder y sus espacialidades. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 1(6).
- López-Huerta, C. y Arrillaga, M. R. (2009). *Tercera edad y nuevas tecnologías: grandes retos para personas grandes*. Protegiendo nuestro mundo. IV Concurso de Consumo para Personas Mayores de la Consejería de Economía y Hacienda CAM, 2-5.
- Morales, G. (2011) La domótica como herramienta para un mejor confort, seguridad y ahorro energético. *Ciencia e Ingeniería* 32(1), 39-42.
- Transmisibles, G. O. D. E. N. y Mental, S. (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 37(S2), 74-105.
- Petretto, D. R., Pili, R., Gaviano, L., López, C. M. 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.
- Maldonado, J. L. S., Guillén, E. A. y López, M. C. (2013). La ciudadanía digital: ¿para todas las edades? Estrategias de inclusión digital y usos de TICs en diferentes franjas de edad de personas mayores en España. In *XI Congreso AECPA. Universidad Pablo de Olavide de Sevilla* (Vol. 21).
- Sánchez, D. Eizmendi, G. y Azkoitia J.M. (2006). Envejecimiento y nuevas tecnologías. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 41, 57-65.
- Caro, M. S., Soto, M. D. C. S. y Millán, N. D. C. O. (2015). Envejecimiento activo. Las TIC en la vida del adulto mayor. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 6(11).
- Valero, M. A., Vadillo, L., Herradón, R., Bermejo, A. B. y Conde, R. (2011). *Investigación sobre las tecnologías de la sociedad de la información para todos*. CENTAC. Universidad Politécnica de Madrid.

Fecha de recepción: 03/10/2021

Fecha de revisión: 12/01/2022

Fecha de aceptación: 25/01/2022