



IMPACTO DE LAS TIC EN LAS PERSONAS MAYORES EN ASTURIAS: MEJORA DEL AUTOCONCEPTO Y DE LA SATISFACCIÓN

IMPACT OF ICT IN THE ELDERLY IN ASTURIAS: SATISFACTION AND SELF CONCEPT IMPROVEMENT

*Susana Agudo Prado; agudosusana@uniovi.es
Javier Fombona Cadavieco; fombona@uniovi.es
Universidad de Oviedo*

RESUMEN

Envejecer bien, de forma saludablemente y efectiva, es un concepto que comienza a adquirir gran importancia en la sociedad, como medida en la lucha contra la dependencia. La educación posibilita seguir desarrollando sus potencialidades, su actividad productiva, su motivación y satisfacción. Las TIC se presentan como instrumentos que favorecen un “buen envejecer”. Esta investigación determina cómo el uso de las TIC mejora la autoestima y la autoconfianza de las personas mayores de Asturias.

PALABRAS CLAVE: Aprendizaje a lo largo de la vida; Autoestima; Educación; Personas mayores; TIC.

ABSTRACT

Aging in a good way, not only from the health point of view, but in an integral manner, is a concept that is becoming of great relevance to current society in finding a method for fighting against elderly dependency. Education is one of the most important means of empowering elderly people with the knowledge, skills and self confidence necessary to participate fully in their development process. Learning can be a great source of motivation and satisfaction for them.

KEYWORDS: Life Long Learning, Self-esteem, Education, Elderly people, ICT.

1. INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual a nadie le pasa desapercibido que la esperanza y las expectativas de vida han cambiado, por ello se hace necesario conocer el proceso de envejecimiento, las teorías de la vejez, los factores psicofísicos y las actitudes, ya que la interrelación de estos factores influye en un envejecimiento activo, en la calidad de vida. Uno de los retos del siglo XXI y de las políticas sociales es el desafío del envejecimiento poblacional y especialmente la cuestión de la “dependencia”, entendiéndose por dependencia la necesidad de cuidados personales y/o instrumentales para realizar actividades vitales de la vida cotidiana (Rodríguez, 1999).

La cuestión del envejecimiento es clave en el contexto de nuestra sociedad y la forma de abordarlo supone un reto con consecuencias importantes para nuestro futuro (Rodríguez, Rodríguez, Sancho y Díaz, 2012). Han sido trascendentes medidas como el *Plan de Acción para las Personas Mayores* (Imsero, 2003) que pretende mejorar la vida de los mayores desde una perspectiva multidisciplinar y desde una política social del Estado relativa a estas personas en relación con las comunidades autónomas y locales. Su desarrollo se sustenta en los cinco principios promulgados por las Naciones Unidas: dignidad, independencia, autorrealización, participación, y cuidados asistenciales. Promueve una vejez como una etapa más de la vida, con vivencias tan positivas o negativas como puede tener otro momento de la vida.

Existen mitos y prejuicios sobre el estado mental y físico de los mayores, y son importantes las actitudes y acciones de la sociedad sobre la persona que envejece. Estos planteamientos son precisos para entender y vivir el envejecimiento como un proceso de continuo crecimiento, de desarrollo personal.

El declive al que se hace referencia en ocasiones está más relacionado con los cambios biológicos, psicológicos y sociales, que con el deterioro y la enfermedad que padece una minoría de este grupo social heterogéneo. No está demostrado que las personas mayores sean incapaces de realizar actividades intelectuales. Los estudios del National Institute of Aging de los Estados Unidos sobre el cerebro de las personas mayores demuestran que éste es tan activo y eficiente como el de una persona joven. La vejez mantiene una elevada capacidad para el aprendizaje, favorecida por la riqueza y la sabiduría de la experiencia. Algunos ejemplos destacados indican que las personas mayores pueden vivir estilos de vida activos:

- Pablo Picasso, fallece a los 91 años en plena actividad pictórica, seguía experimentando nuevas líneas artísticas.
- Giuseppe Verdi escribe y compone a los 64 años la ópera *Otello* y a los ochenta *Falstaff*.
- Camilo José Cela, con 80 años escribe novelas y artículos. Consigue el Premio Príncipe de Asturias de las Letras a los 71 años, y el premio Nobel a los 73.
- Severo Ochoa, investigador del Mensaje Genético, con 80 años trabajaba y daba conferencias de ciencia aplicada a la vida.

- Etc.

Estos casos se refieren a personalidades especiales, pero cada vez se repiten más a menudo en nuestra sociedad debido al incremento de la longevidad.

La diferencia entre juventud y vejez se relaciona con la idea de que el intelecto, la capacidad de comunicación y la participación son elementos imprescindibles para mantener joven a quien se quiere arrinconar como anciano (Sáez, 1997). Es la distancia entre el lenguaje determinista y fatídico de los modelos que afrontan la personalidad de las personas mayores y el lenguaje de lo posible que abre puertas y ventanas a la esperanza.

En el proceso de saber vivir la vejez como una etapa más de la vida, tiene importancia la intervención social desde el campo de la educación. Es en esta etapa donde la actividad, tanto física como mental, se presenta como un elemento preventivo del empobrecimiento y dependencia, favorece un envejecimiento activo y satisfactorio que permita una vida autónoma y bienestar.

El empleo creativo del ocio y del tiempo libre se relaciona con las posibilidades de las TIC, es decir, las tecnologías de la información y comunicación están implicadas en la integración y participación social, y por ello vinculadas al modelo de buen envejecimiento.

Desde un punto de vista educativo, el tiempo de ocio es una buena oportunidad para generar vivencias que favorezcan el desarrollo humano individual y social. Entender el ocio como clave para el bien personal y comunitario es una estrategia que favorece el bienestar físico, cognitivo y psicosocial de adultos y mayores (Fernández-Ballesteros, Caprara, Íñiguez y García, 2005). El envejecimiento óptimo no sólo se reduce a la potenciación de la salud y a la prevención de la discapacidad y la dependencia, sino que existen otras condiciones físicas, emocionales y psicosociales que parecen formar parte intrínseca del envejecimiento satisfactorio.

Un ambiente educativo enriquecido contribuye a que las personas mayores mantengan y desarrollen sus potencialidades, gracias a estímulos y la oferta de nuevas perspectivas que el aprendizaje ofrece al proyecto vital, a la actividad productiva y cultural, al componente motivador y a la satisfacción. A este respecto, las TIC favorecen la actividad física y mental, su incorporación contrarresta los mitos sobre la vejez (enfermedad, deterioro, rutina, aislamiento, soledad), posibilita nuevas relaciones sociales y permite una construcción mental más rica que la actividad lineal clásica (Bates, 1999).

Partiendo de los principios pedagógicos que sustenta la idea de que la persona es educable a cualquier edad y de que las TIC se presentan como facilitadoras de aprendizaje interdisciplinar en cualquier momento, las personas mayores pueden ser potenciales beneficiarias. Pavón y Castellanos (2000) señalan que las TIC van encaminadas al apoyo global de las personas en general y a los mayores en particular, presentando los siguientes beneficios:

- Propician el acceso a la Sociedad de la Información y del Conocimiento.
- Favorecen la concentración y la atención.
- Desarrollan un aprendizaje ininterrumpido.
- Mejoran la comunicación.

- Facilitan la participación social.
- Estimulan la memoria y creatividad.

1.2 Objetivos

En la revisión documental previa se ha determinado un escenario para las personas mayores en el que las TIC favorecen su inclusión social, son una oportunidad de crecimiento, de mantenerse activos, una estrategia para mejorar las capacidades comunicativas y prevenir la dependencia. Parece que se establece una relación positiva entre TIC y la calidad de vida física (por ejemplo la psicomotricidad fina con el uso del teclado y ratón), y mental o cognitiva (entrenamiento de la memoria, la mejora de la atención, la inteligencia emocional...).

El objetivo de la investigación va dirigido a constatar que las personas mayores consideran que el uso de las TIC mejora su autoestima y autoconfianza, e influye esto positivamente en su bienestar.

La hipótesis de trabajo relaciona la variable uso de las TIC en las personas mayores con la incidencia en su bienestar. Plantea que el uso de las TIC influye en el autoconcepto que estas personas tienen de sí mismas y mejora su autoestima.

2. MÉTODO

El diseño de este estudio es descriptivo a través de una metodología cuanti-cualitativa. Los objetivos propuestos en la investigación, la forma y metodología de llevarla a cabo nos conducen a optar por la diversidad y complementariedad paradigmática, dada la naturaleza del fenómeno objeto de estudio cambiante y dinámico.

2.1. Muestra

La investigación se realiza en el Comunidad Autónoma del Principado de Asturias, se parte de directorio de Centros Sociales de Personas Mayores. Una red pública regional altamente descentralizada que se distribuye por el conjunto del territorio asturiano y que está dirigida a unas 100.000 personas (48% de las personas de 65 y más años de la comunidad autónoma), cifra que se ajusta a 25.000 personas que utilizan con asiduidad estos centros (Martínez, Díaz y Sánchez, 2006).

La muestra queda conformada, en exclusiva, por las personas mayores usuarias de las TIC en los CSPM. Según datos determinados, con anterioridad, un 2% de los usuarios totales de los Centros Sociales de Personas Mayores hacen uso de las TIC (Agudo y Pascual, 2008). Por lo que, el total de participantes en la investigación fue de 215 mayores usuarios de las TIC en los Centros Sociales de Personas Mayores de Asturias (CSPM) dependientes de la Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias. De los que 123 son hombres (57,2%) y 92 son mujeres (42,8%).

Sobre la edad de los usuarios de las TIC en el CSPM, el 43,6% es menor de 65 años y este porcentaje baja según aumenta el intervalo de edad. La distribución en relación a la edad se

organiza en porcentajes: el 23,25% tiene una edad entre 65 y 69 años; el 9% está entre 70 y 74 años; el 11,4% está entre 75 y 79 años; un 2,8% tiene más de 80 años.

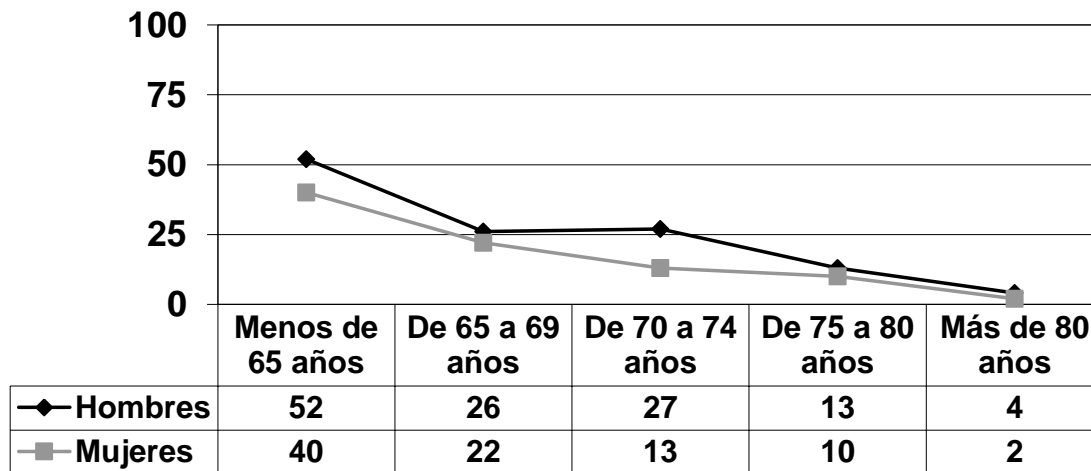


Gráfico 1. Características de la muestra por edad y género.

Las características descriptivas de la muestra por edad y género (Gráfico 1) indican que la incorporación de las TIC en la vida cotidiana de las personas mayores (tanto hombres como mujeres) se reduce con la edad, pero en un futuro los usuarios de las tecnologías de la información y comunicación continuarán siéndolo cuando lleguen a edades mayores. La prueba Chi-cuadrado reveló el aspecto generacional como un factor determinante en el uso de las TIC, así como la ausencia de diferencias significativas en relación al sexo.

2.2. Instrumentos

Para dar una complementariedad metodológica la investigación se apoya en dos instrumentos principales en la recogida de información: un cuestionario orientado a la obtención de datos personales, contextuales, y cuestiones relacionadas con el acceso y uso de las TIC. Y los grupos de discusión que complementan, contrastan y enriquecen los datos extraídos con la opinión que los mayores tienen sobre las TIC.

El cuestionario se estructura en 4 bloques de preguntas (47 ítems en total) que recogen toda la información necesaria e importante en relación al tema de estudio. Las cuestiones identificativas de la población se incluyen al principio (sexo, edad, estado civil, nivel de estudios, etc.), seguidas de preguntas fáciles de contestar para que la persona mayor vaya adaptándose al instrumento. Por último se proponen preguntas más particulares y específicas, siguiendo una secuencia que va de lo más general a lo más específico.

El diseño del tipo de ítems se concretó en preguntas cerradas, de respuesta alternativa dicotómica y de respuesta de elección múltiple. Esta decisión fue dada por su facilidad de respuesta, menor esfuerzo y tiempo, ya que las personas mayores no tienen que escribir, sino elegir una respuesta propuesta.

El instrumento de recogida de información cuantitativo (cuestionario) fue sometido a varias pruebas para establecer su validez y fiabilidad, ya que en su bondad reside gran parte de la calidad de la investigación. Para la comprobación de la validez se parte de la evaluación por expertos (Del Rincón, Arnal, Latorre y Sans, 1995) y se facilitó a varios profesionales directores, técnicos, y trabajadores sociales relacionados con el tema objeto de estudio para

su valoración global. Se estudió la validez de contenido, de criterio y de constructo, para ello se indicó la consigna “comente, cuestione, elimine, añada,... aquello que le parezca conveniente, tanto en la forma como en el contenido”.

Posteriormente se realizaron los ajustes de contenido y diseño para su aplicación piloto en diez personas mayores usuarias de las TIC (que no se encuentran entre la muestra), y que ofrecieron información de especial relevancia, para corregir preguntas confusas, las de doble respuesta, las que resultaban largas en exceso, etc.

La consistencia interna y fiabilidad se cuantificaron mediante el índice Alpha de Cronbach que ofrece un valor de 0,755, lo que indica una fiabilidad satisfactoria ya que toma valores entre 0 y 1, y supone mayor fiabilidad al acercarse a 1.

Desde el enfoque cualitativo se utilizan como instrumento de recogida de datos los grupos de discusión, el propósito es el de captar valores, percepciones, motivaciones, actitudes que predominan en los participantes y confrontar puntos de vista a través de una conversación abierta, relajada y emergente, en la que los mayores tienen la oportunidad de que se les escuche exponiendo sus ideas y comentarios. Este valor añadido que el proceso de escucha ofrece parece estimular y fortalecer a estos usuarios de las TIC, siendo una experiencia gratificante para ellos por el matiz diferenciador que les otorga. También representa el elemento fundamental para definir criterios concretos en cuanto a los beneficios que presenta el uso de las TIC en los mayores.

2.3 Procedimiento

Tras la revisión bibliográfica y los contactos con investigadores y profesionales especialistas de este ámbito (directores, psicólogos, trabajadores sociales de los CSPM) y diseñó el instrumento cuantitativo de recogida de información: el cuestionario, se determinó la muestra propicia para el estudio en la región de Asturias. La aplicación del cuestionario se realizó en 22 CSPM en sus aulas de informática llegando a 215 personas mayores.

El instrumento se proporcionó directamente sin intermediarios, lo que permite aclarar dudas y establecer una relación cercana, de confianza, así como la recogida de información complementaria a través de la observación y anotaciones. Este contacto directo e interacción con los participantes es fundamental para concretar la siguiente fase de recogida de información: selección de la muestra y lugar para llevar a cabo los grupos de discusión.

Se inicia la discusión grupal con una bienvenida a los participantes, una presentación breve del tema y objetivos de la investigación, las pautas para una buena discusión (no interrumpir, no enjuiciar o descalificar, etc.), y se plantea la primera cuestión a modo de apertura para implicar a todos los participantes: una pregunta abierta motivadora sobre el tema de la investigación “¿Por qué sois usuarios de la informática, qué es lo que os motiva a ello, por qué la utilizáis?”

La sesión se cierra con un corto resumen, como señala Callejo (2001) se trata de un intento de síntesis de lo dicho por el grupo, realizado en la parte final de la reunión.

Al utilizar varias técnicas de investigación se hace uso de la estrategia metodológica de la triangulación como un tipo de control de calidad y de enriquecimiento, confirmando hallazgos y obteniendo información amplia y contrastada. Los resultados y las conclusiones

se muestran buscando consistencia entre los enfoques y analizando contradicciones o paradojas.

En el estudio de resultados, se lleva a cabo un análisis entre dos variables, aplicando las pruebas de decisión estadística Chi-cuadrado de Pearson, coeficiente de Fi, coeficiente de correlación de Pearson, coeficiente Lambda de Goodman y mediante el análisis factorial de la varianza (ANOVA).

Así mismo en el análisis de datos cualitativo, se organiza la información obtenida reduciendo los datos textuales a través de los procesos de segmentación, codificación y categorización.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Las personas mayores usuarias de las TIC participantes en la investigación consideran que las TIC son herramientas necesarias para sentirse integrados en la sociedad. Un 90,7% expresa esta visión sobre las transformaciones que las TIC producen en la sociedad. En la posible relación entre la variable del género y esta opinión, los datos muestran (Tabla 1) que no existe asociación significativa entre el género y la percepción de una sociedad en continuo cambio donde las TIC son herramientas presentes en casi todos los ámbitos.

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
¿Las TIC son herramientas necesarias para sentirse integrado en la sociedad actual?	Si	112	81	193
	No	1	1	2
	NC	9	9	18
Total:		122	91	213

Tabla 1. Tabla de frecuencias para la variable estado civil y realización del primer curso en el CSPM

En la prueba χ^2 se obtienen el resultado $p > .05$; lo que indica, que la opinión sobre la cuestión “¿Considera que las Tecnologías de la Información y Comunicación (ordenadores, Internet, el teléfono móvil) son herramientas necesarias para sentirse integrado en la sociedad actual?” no depende del género al que pertenezca la persona mayor.

Los indicadores personales y socio-demográficas, edad, estado civil, nivel de estudios, forma de convivencia y lugar de residencia, tampoco son variables significativas para establecer una relación asociativa entre ellas y esta cuestión.

En un análisis más detallado con el fin de dar respuesta al objetivo planteado, se formula la cuestión “¿Qué le aporta a usted saber utilizar las TIC (ordenador, teléfono móvil, Internet, etc.)?” De los ítems propuestos, la dimensión psicológica y social, cobra especial relevancia.

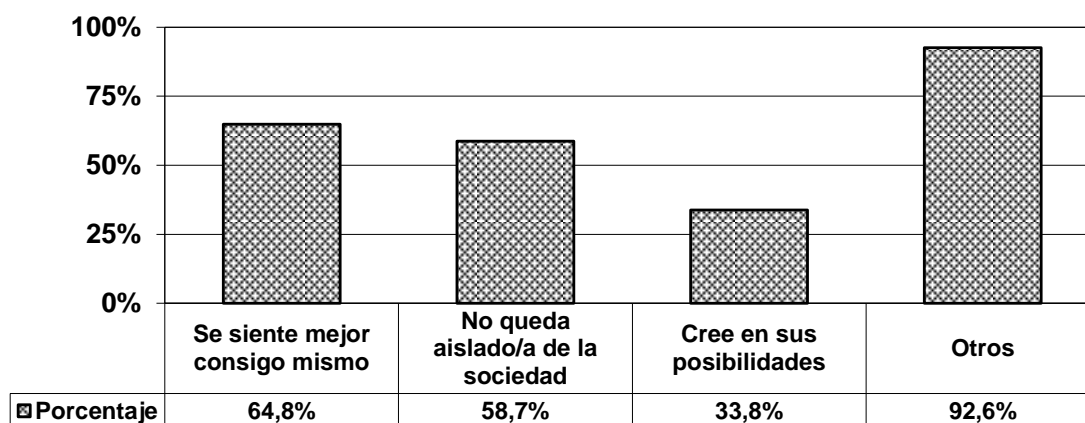


Gráfico 2. Aportaciones en el uso de las TIC.

En el análisis en detalle de cada ítem planteado en el cuestionario y complementado con la información recogida en los grupos de discusión, detectamos:

“Se siente mejor consigo mismo” (64,8%); las TIC tienen importantes beneficios para las personas mayores en el mantenimiento y mejoran las capacidades, esto desmiente que las personas mayores sean incapaces de mejorar o de aprender, en esta línea Acarín (2007) señala que hay que mantener la estimulación mental centrada en aprender algo.

Los resultados de la prueba χ^2 revelan que se da una asociación significativa entre la forma de convivencia y sentirse mejor consigo mismo en la utilización de las TIC: las personas que viven solas “se sienten mejor consigo mismas” utilizando las TIC que las personas que viven acompañadas (Gráfico 3). Tal y como señala Triadó y Villar (2008) relacionarse con otras personas no sólo es necesario desde un punto de vista psicológico, para reforzar nuestro bienestar, sino que los vínculos sociales también han demostrado tener una contribución importante para nuestra salud física.

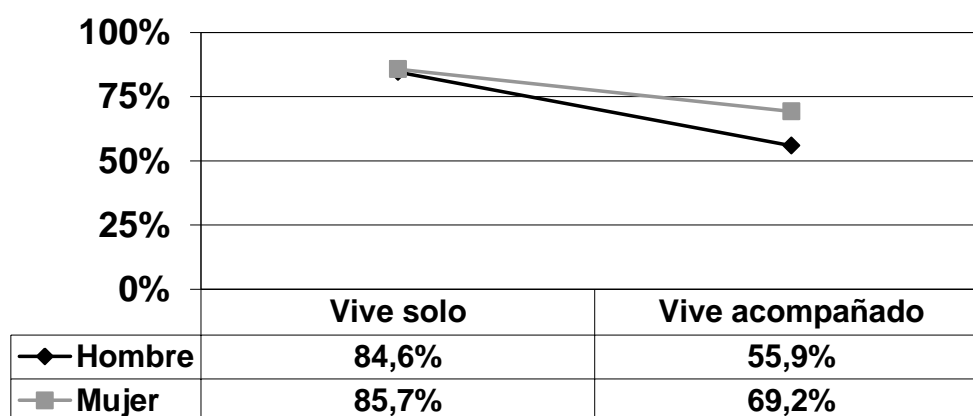


Gráfico 3. Personas mayores que se sienten mejor consigo mismas utilizando las TIC según forma de convivencia y género.

“No queda aislado de la sociedad” (58,7%); se redefinen los roles sociales. El uso de las TIC propicia la participación de los mayores en la vida social y de la comunidad, es un signo de la utilidad de la persona.

No es despreciable el porcentaje (9,1%) de personas mayores que ejercen como voluntarios/as en los CSPM con el propósito de acercar las TIC a otras personas mayores. Los directores de los CSPM señalan que se encargan de gestionar el aula de informática (abrir, cerrar, mantener el aula disponible para su uso) y, además, atienden a consultas, ayudan en el manejo de los equipos, apoyan a los monitores que dan los cursos animando a los mayores a seguir practicando después del curso, realizan actividades intergeneracionales con niños, jóvenes, discapacitados... Este hecho es positivo, ya que lo que se defiende y se promulga en la sociedad actual es que los mayores puedan tener un papel activo en la misma. Además de ser un beneficio personal, no cabe duda que se trata de un beneficio social, en la línea de actuación de muchas políticas sociales (participación social, voluntariado...).

Se establece, en este caso, una asociación significativa en relación al lugar de residencia, como así lo relevan los resultados de la prueba χ^2 (Tabla 2). Las personas mayores que viven en la zona urbana o semi-urbana quieren utilizar las TIC para no quedarse aislados de la sociedad (61% y 62,5% respectivamente, frente al 18,1% de los mayores que viven en la zona rural).

Estos resultados sugieren que los mayores que viven en las zonas urbanas o semi-urbanas son más conscientes de los cambios sociales o de la presión que ejercen estos sobre los individuos. Esta información se analiza relacionándola con la variable del género y se observa, que sobre todo, es en el sexo femenino donde el lugar de residencia marca importantes diferencias.

No quedar aislado de la sociedad	Valor	gl	Sig. Asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado	6.424	2	,040

Tabla 2. Prueba de chi-cuadrado de Pearson en variable "utilizar las TIC supone no quedarse aislado de la sociedad" según lugar de residencia y género (mujeres).

"Cree en sus posibilidades" (33,8%), el aprendizaje de las TIC aporta a las personas mayores beneficios en cuanto que mejora la autoestima, la autonomía, el crecimiento personal, el autoconcepto y la autorrealización. Estos valores y pautas de comportamiento son fuente de sentido y de identidad personal que influyen de manera muy positiva en el estado emocional y en el bienestar de las personas mayores. Lo que se traduce en una actitud optimista, dando lugar a una persona mayor abierta a la vida, se cree valiosa y capaz, se siente bien consigo misma y con los demás, piensa que merece la pena el esfuerzo por vivir, y de comprometerse con determinadas metas objetivas. Posee un autoconcepto positivo, tiende a percibir los hechos, los cambios y las dificultades de la vida como desafíos a resolver, como acontecimientos susceptibles de aprendizaje, como ganancias en descubrimiento y comprensión (Reig, 2000).

El uso de las TIC en las mujeres (44,9%) propicia que crean más en sus posibilidades y capacidades (empoderamiento) frente al 25,4% en los hombres.

En el apartado “otras aportaciones” las personas mayores usuarias de las TIC encuestadas señalan: Adquirir conocimientos y contactar con otras personas, adquirir cultura, mejora la autoestima y satisfacción de saber. Asistir a un curso de informática para iniciarse en el tema o seguir profundizando implica estar en un espacio enriquecido en estímulos y supone un apoyo intelectual, contacto social y mejora de la autoestima.

Conceptos de estímulo y motivación ante el uso de las TIC se constatan en los grupos de discusión y refuerzan la información obtenida en el cuestionario. Destaca la palabra “satisfacción” personal, con beneficios directos tales como mejora del autoconcepto, autoconfianza, y autoestima, así como una repercusión positiva en las familias y en la comunidad (integración y participación comunitaria). Así se desprende de conclusiones como: *“La satisfacción de que estoy aprendiendo algo” (Mujer, 75 años)*

Este es un componente psicológico predominante que incide de manera positiva en sus estados de ánimo (tal y como indican, les *“da vida”*). Para abordar con detalle esta cuestión se invita a los participantes de los grupos de discusión a reflexionar si consideran que las personas (jóvenes y mayores) que dominan la tecnología tienen PODER: Progreso, Oportunidad, Dinero, Entusiasmo y Recursos. Destacan algunos comentarios a este respecto:

“[...] es poder porque sabes más” (Hombre, 70 años)

“Es una cosa que tienes el mundo en tus manos” (Hombre, 68 años)

Progreso

“Yo creo que daría progreso...” (Mujer, 65 años)

“El progreso yo también me parece” (Mujer, 68 años)

“[...] el progreso es que bueno, ‘tas’ un poco más, tienes un poco más de cultura.” (Hombre, 65 años)

Oportunidad

“[...] y oportunidad” (Mujer, 72 años)

Dinero

“El dinero es lo que no nos da a nosotros [...] entusiasmo, recursos, oportunidad bien”(Hombre, 65 años)

“Yo dinero no creo que [...]” (Hombre, 67 años)

“Yo de todo esto únicamente tal vez el dinero diría que no veo que nos pueda aportar nada [...]” (Hombre, 65 años)

Entusiasmo

“El entusiasmo de hacer algo” (Mujer, 65 años)

“Yo el entusiasmo” (Hombre, 67 años)

“El entusiasmo de decir conozco esto y sé hacerlo” (Hombre, 72 años)

“Entusiasmo “(Hombre, 69 años)

“[...] un poco entusiasmo” (Hombre, 72 años)

“Para mí más que nada entusiasmo [...] porque a estas horas nosotros poco le podemos sacar. Algo sí claro.”(Hombre, 75 años)

Recursos

“Yo los recursos” (Mujer, 64 años)

Por unanimidad en todos los grupos de discusión se considera que el *Dinero* no es un factor determinante en el uso de las TIC, aunque tal vez lo sea para otras generaciones. Tal como afirman, el *Entusiasmo* es la clave de participar en las actividades de informática, ya que ese

entusiasmo favorece el sentimiento de logro, de autoconfianza, beneficios a nivel individual, intrapsíquico que les hacen sentirse bien.

No obstante, también se hace mención a los beneficios a nivel mesosocial, las TIC permiten una mayor integración y participación comunitaria.

“Yo pienso que más que todo eso, a las personas mayores lo que da es conocimiento... el seguir en este mundo tal como se mueve...” (Hombre, 67 años)

El análisis de datos confirma que el reto de aprender algo nuevo, en este caso “con” y “sobre” el manejo de las TIC es un proceso de aprendizaje que ejercita la mente, contribuye a enriquecer la vida, favorece la creatividad y aumenta la autoestima. Por ello contribuye al sentimiento de vitalidad, al buen envejecimiento. Es necesario buscar constantemente nuevas metas, nuevos motivos de satisfacción y orgullo, es un medio para conseguir ser feliz en esta etapa de la vida, anclándose en el pasado, sólo se conseguirá frenar el desarrollo y acelerar la decrepitud (Belandó, 2000).

4. CONCLUSIONES

En la actualidad se articulan diferentes planes y programas que promueven medidas para “un buen envejecer” lo que implica una valoración de su rentabilidad social y personal. Los procesos sensoriales y cognitivos son determinantes en el funcionamiento intelectual del ser humano, y se vitalizan, estimulan y nutren con el uso.

La actividad física y mental se presenta como un elemento preventivo que favorece la integración y participación ciudadana, y la educación está directamente implicada en este planteamiento de dinamización de potencialidades, estímulo y apertura a nuevas perspectivas desde el aprendizaje.

Entendemos que esta etapa se puede ser un modelo de referencia para otras personas y un enriquecimiento para la sociedad. Sobre todo dado que las TIC son instrumentos comunicacionales para la información, formación, comunicación, ocio y disfrute, incluso para la ayuda asistencial y sanitaria. Son vías para la mejora de la autonomía, el crecimiento personal, el autoconcepto y la autorrealización, por lo que es una manera vital de seguir desarrollando las capacidades tanto cognitivas como psicomotrices.

En este sentido, el contacto con la informática requiere del manejo de unos dispositivos estimulantes con elevado componente atractivo. También induce a mantener la atención y a preservar o mejorar la memoria. Estas capacidades contribuyen a la adaptación y participación del ser humano a su entorno social.

La investigación llevada a cabo confirma que participar en actividades relacionadas con la informática propicia cambios a nivel individual, cognitivo y en los sentimientos acerca de uno mismo: autoestima, independencia, interés, expectativas de futuro. Pero también abre posibilidades a nivel microsociales, en la relación y comunicación con la familia, y a nivel mesosocial integración y participación en los flujos comunicacionales contemporáneos como guías de opinión social consolidada.

Tal vez hay muchas investigaciones sobre este periodo vital que se centran en aspectos sanitarios, y son más limitados los trabajos que exploran otras potencialidades como las relacionadas con la educación y el uso de los recursos al efecto (Trentin, 2004; Hashizume, Yamanaka y Kurosu, 2011; Agudo, Pascual y Fombona, 2012; González, Paz y Viadel, 2012). En este sentido diversificador varias entidades en España ponen en marcha talleres dirigidos a personas mayores donde las TIC son las protagonistas (Huelves, 2009) ofreciéndoles nuevas posibilidades para mejorar su actividad vital.

Estos desarrollos son síntomas de progreso de una sociedad, ayudan a una mejor calidad de vida y apoyan la idea de que el desarrollo de las potencialidades del ser humano llega a su fin con la muerte no con la edad. De acuerdo con lo expuesto, se corrobora que las capacidades cambian a lo largo de la vida, pero el cambio no tiene por qué suponer un deterioro.

5. REFERENCIAS

- AGUDO, S. y PASCUAL, M. A. (2008). Las TIC en los centros sociales de personas mayores: Nuevas oportunidades, nuevos retos. *Comunicación y pedagogía*, 226, 28-31.
- AGUDO, S., PASCUAL, M. A. y FOMBONA, J. (2012). Uso de las herramientas digitales entre las personas mayores. *Comunicar*, 39, 193-201.
- ACARÍN, N. (2007). La suerte de envejecer. En *Obra Social La Caixa: La vida es cambio. El cambio es vida. Conferencias*. Barcelona: Fundación La Caixa.
- BATES, A.W. (1999). *The impact of new media academic knowledge*. Munich: Burda Medien Envisioning Knowledge-from Information to Knowledge.
- BELANDO, M. (2000). *Educación y vejez social: ámbitos y propuestas de intervención*. Barcelona: Promociones y publicaciones universitarias.
- DEL RINCÓN, D., ARNAL, J., LATORRE, A, y SANS, A. (1995). *Técnicas de investigación en ciencias sociales*. Madrid: Dykinson.
- FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R., CAPRARA, M.G., IÑIGUEZ, J. y GARCÍA, L.F. (2005). Promoción del envejecimiento activo: efectos del programa "Vivir con vitalidad". *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 40, 92-102.
- GONZALEZ, A.; PAZ RAMIREZ, M.; VIADEL, V. (2012). Attitudes of the Elderly Toward Information and Communications Technologies. *Educational Gerontology*, 38(9), 585-594, doi: 10.1080/03601277.2011.595314
- HASHIZUME, A.; YAMANAKA, T. y KUROSU, M. (2011). Real user experience of ICT devices among elderly people. En Kurosu, M (Ed.) 2nd International Conference on Human Centered Design (HCD) & 14th International Conference on Human-Computer Interaction (HCI), Orlando.
- HUELVES, F. (2009). "Buenas prácticas TIC. La alfabetización digital en mayores". En Ortega Sánchez, I. y Ferrás Sexto, C. (Coord.) *Alfabetización Tecnológica y desarrollo regional. Revista Electrónica Teoría de la Educación: Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*. 10(2). Recuperado el 22 de noviembre de 2012 de http://www.usal.es/~teoriaeducacion/rev_numero_10_02/n10_02_huelves_martin.pdf

- IMSERSO (2003). *Plan de acción para las personas mayores, 2003-2007*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Secretaría General de Asuntos Sociales. Recuperado el 16 de noviembre de 2012 de <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/planppm20032007.pdf>
- MARTÍNEZ, T; DIAZ, B. y SÁNCHEZ, c. (coord.) (2006). *Los Centros Sociales de Personas Mayores como espacios para la promoción del envejecimiento activo y la participación social*. Oviedo: Gobierno del Principado de Asturias, Consejería de Vivienda y Bienestar Social.
- PAVÓN, F. y CASTELLANOS, A. (2000). El Aprendizaje de los Mayores y las Nuevas Tecnologías. En Alcalá, M^a E. y Valenzuela, E. (Ed.). *El Aprendizaje de las Personas Mayores ante los retos del nuevo milenio*, (pp. 197-236). Madrid: Dykinson.
- REIG, A. (2000). Psicología de la vejez. Comportamiento y adaptación. En Fernández-Ballesteros, R.: *Gerontología social*. Madrid: Psicología Pirámide.
- RODRÍGUEZ, G. (1999). *La protección social de la dependencia*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- RODRÍGUEZ, V; RODRIGUEZ, L.; SANCHO, M. y DIAZ, R. (2012). Envejecimiento. La investigación en España y Europa. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 47(4), doi:10.1016/j.regg.2012.02.005
- SÁEZ, J. (1997). *Tercera edad y animación sociocultural*. Madrid: Dykinson.
- TRENTIN, G (2004). E-learning and the third age. *Journal of computer assisted learning*, 20(1), 21-30, doi: 10.1111/j.1365-2729.2004.00061.x
- TRIADÓ, C. y VILLAR, F. (2008). *Envejecer en positivo*. Girona: Aresta.

Para citar este artículo:

AGUDO, S. & FOMBONA, J.(2013) Impacto de las TIC en las personas mayores en Asturias: Mejora del autoconcepto y de la satisfacción. *EDUTEC, Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, 44. Recuperado el dd/mm/aa de [http://edutec.rediris.es/Revelec2/Revelec44/impacto TIC personas mayores Asturas mejora autoconcepto satisfaccion.html](http://edutec.rediris.es/Revelec2/Revelec44/impacto_TIC_personas_mayores_Asturas_mejora_autoconcepto_satisfaccion.html)

Fecha de recepción: 2012-10-12

Fecha de aceptación: 2013-02-05

Fecha de publicación: 2013-06-26