

Análisis del nivel de penetración en el uso de redes sociales en adultos mayores en Bogotá

Elaborado por:

Alejandro Carvajal Cifuentes

Karen Stefanny García Guancha

Karen Lorena Nieto López

Sandra Milena Casallas Martínez

Orlando Castillo Cabana

Universidad Ean

Escuela de Formación en Investigación

Seminario de Investigación

Bogotá

22 de mayo de 2022

Tabla de Contenido

Resumen	5
Problema de Investigación	7
Pregunta de Investigación	10
Objetivo General	10
Objetivos específicos	10
Justificación	11
Marco Teórico	13
Metodología	25
Primer Nivel	25
Población y Muestra	28
Muestra	28
Segundo nivel	30
Selección de métodos o instrumentos para recolección de información	30
Técnicas de análisis de datos	31
Análisis y Discusión de los Resultados	33
Conclusiones	41
Referencias	44
Anexo 1. Instrumento de Aplicación	48

LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Definición variables - fuente autores	28
Tabla 2 Anexo 1. Instrumento de Aplicacion	48

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Piramide poblacional adulto mayor en Bogotá	8
Figura 2 Fórmula para calcular muestra de una población finita	29
Figura 3 Participación de la población con computador o tablet con internet.....	34
Figura 4 Participación de la población con teléfono inteligente.....	34
Figura 5 Participación de la población sobre el uso del celular.....	35
Figura 6 Participación de la población interesada en aprender de tecnología.	36
Figura 7 Participación de la población usabilidad redes sociales.....	37
Figura 8 Participación de la población tiempo diario uso del celular.....	38
Figura 9 Tiempo libre al día.	38

Resumen

Los adultos mayores en Colombia constituyen más del 6% de la población nacional y se proyecta que en 2050 sean alrededor del 20% según el departamento administrativo nacional de estadística (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2006), por lo que para los gobiernos presentes y futuros esta población debe hacer parte y eje central de las políticas de estado. Este trabajo tiene como fin entender las necesidades puntuales de relacionamiento de los adultos mayores e identificar si la utilización de las redes sociales puede ayudar en su inclusión social.

Hoy en día las redes sociales se han convertido en un instrumento de comunicación para toda la humanidad, en el presente estudio se pretende abordar y conocer el nivel de penetración del uso de las redes sociales en adultos mayores y las características asociadas a ello tales como acceso a internet, Tablet o computadores y/o teléfonos inteligentes, cómo también la usabilidad de los diferentes canales digitales que se dan por medio de estas herramientas y su interés en ampliar su conocimiento en estos temas.

Se realizó una revisión de diferentes estudios científicos alrededor del relacionamiento de los adultos mayores con la tecnología y el impacto que tiene a nivel cognitivo y el mantenimiento de sus relaciones sociales, tal como se mostró en el estudio de (Moreno & Fuentes, 2016) que examina como el adulto mayor integra las tecnologías de comunicación en su día a día y los factores que se asocian a ello.

El método utilizado es exploratorio, se abordó un estudio descriptivo con etapa cuantitativa y mediante la técnica del cuestionario se aplicó un instrumento con preguntas

estructuradas a una muestra total ciento dos (102) participantes adultos mayores residentes en la ciudad de Bogotá, que determinan las variables relacionadas en el presente estudio.

Los resultados concluyen la importancia de integrar y correlacionar al adulto mayor con la tecnología, de esta forma se potencia la calidad de vida, la autonomía personal, la integración y comunicación sociofamiliar (Padilla, 2008). Es una realidad que las personas de la tercera edad cuentan con voluntad y se sienten atraídas por el uso de herramientas tecnológicas, porque estas les ofrecen una mayor facilidad y agilidad para aumentar el conocimiento cultural, les brindan espacios de ocio e interacción con otras personas, se generan entornos de aprendizaje y más allá de todo les permite tener un panorama y acceso de lo que ocurre en su sociedad, se mantienen informados y mitigan el aislamiento social.

Palabras clave: Adulto mayor, redes sociales, comunidad, visualización.

Problema de Investigación

El envejecimiento es el conjunto de modificaciones morfológicas y fisiológicas que aparecen desde el mismo momento del nacimiento, se incrementa con el paso del tiempo e involucra a todos los seres vivos. Es un proceso biológico, social y psicológico, como resultado de la interacción de la herencia (Saldarriaga, 2018).

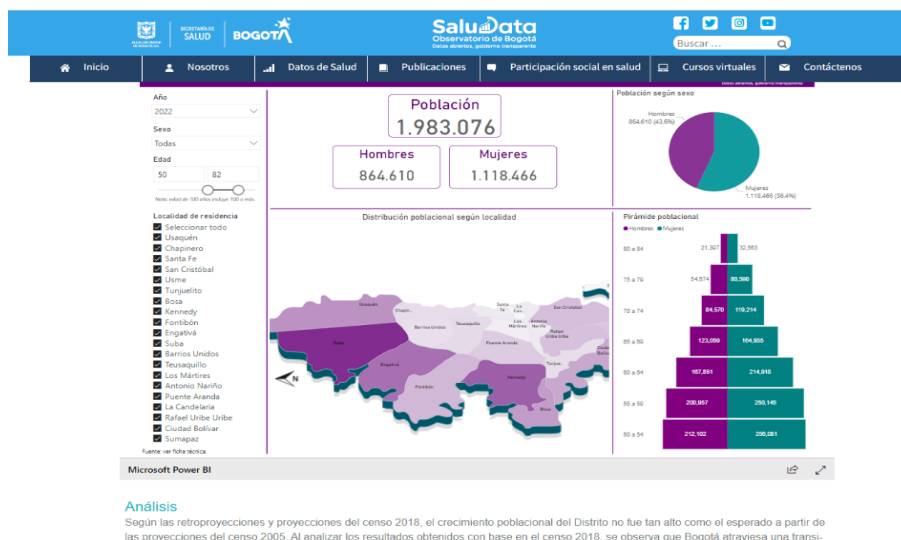
Según el Estudio Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento (Ministerio de Salud, 2015) la soledad, falta de atención y abandono son los problemas que enfrentan a diario la mayoría de los adultos mayores en Colombia, es decir, el 41% de la población en el país padecen depresión, que se aumenta si se tiene en cuenta que tres (3) de cada diez (10) personas se quejan de estar en completo abandono, y casi la décima parte de todos ellos, al menos en Bogotá, viven solos (Ministerio de Salud, 2015). En Colombia la cultura está condicionada por la producción y la competencia. El adulto mayor ha perdido poderes y derechos que lo han marginado de la sociedad creando una serie de estereotipos negativos, de enfermedad, incapacidad de producción y de asumir tareas y ejercer funciones (Saldarriaga, 2018).

A lo largo del tiempo se evidencia un aumento progresivo de la población, especialmente del grupo de los adultos mayores, lo que representa para el país un desafío en cuanto a políticas sociales y recursos se refiere. Esta transformación demográfica genera gran impacto en el desarrollo social, político y económico, así como en la calidad de vida, el cumplimiento de los derechos y las dinámicas de los procesos sociales, y de cohesión social, que este fenómeno conlleva (Saldarriaga, 2018).

En un siglo el país pasó de 4'355.470 a 42'090.502 habitantes, de los cuales más del 6% (2'617.240) es mayor de 65 años. El 63% de la población adulta mayor se concentra en Bogotá, Antioquia, Valle del Cauca, Cundinamarca, Santander, Atlántico, Bolívar y Tolima.

Concentrándose los mayores porcentajes en las ciudades de Bogotá, Medellín, Cali y Barranquilla (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2006). Se espera que para el 2050 el total de la población sea cercano a los 72 millones y con más del 20% por encima de 60 años, lo cual se traducirá en una estructura poblacional de forma rectangular (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2006). Las anteriores estadísticas nos llevan a convertir la adultez mayor como tema principal en las políticas públicas presentes y futuras del país.

Figura 1 Piramide poblacional adulto mayor en Bogotá



Nota: El gráfico representa la distribución de la población de los adultos mayores en la ciudad de Bogotá, tomado de (Secretaría de Salud de Bogotá, 2022).

Brecha Digital: Exclusión Social de los Adultos Mayores

A medida que nuestras vidas se mueven casi en su totalidad al entorno online, las nuevas generaciones y nativos digitales no solo utilizamos las plataformas digitales para la escuela y el trabajo, también lo hacemos (ya lo hacíamos previo a la pandemia) para comprar el mercado, pedir comida a domicilio, hacer ejercicio o incluso hacer nuestros propios tapabocas caseros con patrones y tutoriales en internet. Sin embargo, actividades tan sencillas y básicas como hacer la compra, se han vuelto una verdadera pesadilla para la población mayor ante la pandemia de COVID-19 (Fuerte, 2020).

Aunque estas nuevas actividades virtuales no son exclusivas para los más jóvenes, sí resultan más naturales para aquellos quienes estén acostumbrados al uso de la tecnología que permite realizarlas. En ese sentido, ¿qué pasa con la población adulta mayor? ¿Cómo hacen para dar continuidad a su vida social? (Fuerte, 2020).

Salir a la calle, al mercado, a tomar un café o al parque a tomar el sol en una banca, ya no son tan continuas debido a las medidas de emergencia sanitaria que han cambiado los estilos de vida. Tampoco lo son los clubes de lectura, las clases de zumba, de tejido, o senderismo (Fuerte, 2020). Estas y otras actividades que promueven el envejecimiento activo en las personas mayores han bajado o incluso desaparecido, y hasta para realizar sus actividades más cotidianas como ir al banco, pedir o tener una cita médica las han digitalizado lo que los lleva a encontrarse con un mundo que veían tan lejano y que para estos días se hace casi necesario adentrarse, aquí es donde vemos la primera barrera ya que los adultos mayores en Colombia no tienen acceso a una capacitación adecuada y segundo como se ha mencionado anteriormente se asume que no es del interés de esta población, sin embargo nuestra investigación tiene como objetivo explorar y determinar la percepción de los adultos mayores en adentrarse a la era digital, a estar dispuestos

a recibir educación en ese sentido y que a su vez impacte de manera positiva en reducir los índices de depresión por aislamiento y falta de entendimiento de la actualidad que los rodea.

Pregunta de Investigación

¿Cómo incide la penetración de redes sociales entre la población de adultos y la usabilidad de estas herramientas digitales en la mejora de su inclusión social en Bogotá?

Objetivo General

Explorar de qué manera incide la penetración de las redes sociales por adultos mayores y como estas herramientas digitales mejoran su inclusión social en Bogotá.

Objetivos específicos

- Revisar que tanto están siendo utilizadas las redes sociales por los adultos mayores en Bogotá.
- Medir que percepción tienen los adultos mayores con respecto a la usabilidad de las redes sociales en Bogotá.
- Medir la correlación entre el uso de las redes sociales por adultos mayores y su inclusión social en Bogotá.
- Proponer estrategias para mejorar la incidencia del uso de redes sociales por adultos mayores en su inclusión social.

Justificación

El 6% de la población total en Colombia superan los 60 años discriminados en (2'617.240) siendo en este grupo, el 54.6% mujeres, según (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2006). Esto nos lleva a convertir la adultez mayor en tema principal en las políticas públicas actuales y futuras del país, por lo que toda la comunidad debe plantearse como debe abordarse las diversas situaciones presentes o futuras para así estar preparados ante un incremento de dicha población a futuro, teniendo en cuenta el decrecimiento de la población joven del país.

A su vez, de acuerdo con los objetivos de desarrollo sostenible: Salud-bienestar y reducción de las desigualdades, la academia en conjunto con las entidades gubernamentales debe contar con herramientas o instrumentos que permitan conocer las condiciones y necesidades de la población. Ante esto, se hace necesario ahondar en el conocimiento de como la tecnología, a través de las redes sociales, podrían estar afectando a la población de adulto mayor, tanto negativa como positivamente; probablemente siendo un canal para atenderlos y proveer herramientas de apoyo o, por el contrario, ser un instrumento que los aísla socialmente. Para dar cuenta de ello, la comunidad es consciente que la gran mayoría de los seres humanos estamos en camino de cumplir dicha edad y que también la población adulta hace parte de nuestra familia. Ahondar en esta temática abrirá camino para que diversas disciplinas puedan incursionar en la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos objeto de estudio. Hoy en día los gobiernos y la comunidad en general necesitan como insumo primordial para el diseño de políticas públicas, documentos científicos que permitan dar solución a las problemáticas de todos los grupos sociales que la componen, por lo que el presente documento proporcionara una exploración a

fenómenos psicosociales de los adultos mayores dándoles visibilidad. Abordar a la población adulto mayor proporcionará herramientas prácticas para: las familias, las entidades geriátricas, fundaciones, instituciones educativas y el establecimiento adecuado de políticas locales y nacionales en entidades del estado.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, indagar, conocer y proponer instrumentos en pedagogía y didáctica contemporánea, relacionado con ambientes de aprendizaje que permita desarrollar educación inclusiva, social y emocional ha sido y continuará siendo uno de los móviles centrales de la academia nacional, para así, agregar valor a la comunidad nacional y global.

Marco Teórico

Redes Sociales y Uso

Las redes sociales son herramientas digitales que permiten compartir y/o consultar información, material fotográfico o audiovisual, así mismo como estar en contacto con otras personas en tiempo real a través del uso de Internet, entre las principales redes sociales se encuentran: Facebook, WhatsApp, Instagram, Twitter, Pinterest y LinkedIn (H. Macia, F.; Santoja, M.; H. Macia, F.; Santoja, M., 2018)

La Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas (ACIS), en su último informe relacionado al uso de redes sociales en Colombia en el 2020, reportó que el número de usuario de redes sociales creció un 11.41%, siendo Colombia el segundo país con mayor interacción con este tipo de plataformas (Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas, 2021).

El crecimiento acelerado de usuarios de estas redes, generan una oportunidad de negocio para las compañías para compartir información y llegar a un mayor número de personas impactando de esta manera los modelos para la adquisición de información y acceder a los diferentes servicios y/o productos que cada una de estas ofrece.

El Departamento Nacional de Planeación (DNP) en Colombia, ha diseñado un programa que permite que cada vez los colombianos tengan mayor acceso a internet y a herramientas digitales donde uno de sus principales objetivos es permitir una mayor interacción entre los ciudadanos y las entidades públicas impactando también al logro de los ODS establecidos para la agenda 2030 (Departamento Nacional de Planeación, 2022).

A pesar de que la mayoría de los usuarios de las redes sociales son jóvenes y adultos, existe un gran porcentaje y tiende a ir en aumento la población de adultos mayores, ya que éstos contribuyen al mantenimiento de sus vínculos sociales (Cardozo, Martín, & Saldaño, 2017).

Otro aspecto que influye en el incremento de usuarios en la población de adultos mayores es el impacto de la globalización, debido a que este proceso cada vez se convierte en una necesidad. Para que este proceso sea amigable con los usuarios y evitar traumatismos es importante dar a conocer los beneficios del uso e interacción con estas herramientas digitales (Cardozo, Martín, & Saldaño, 2017).

Por otra parte, es importante diseñar estrategias que permitan disminuir la ansiedad y facilitar el aprendizaje de estas, ya que en ocasiones los adultos mayores se restringen de usar estas tecnologías para no involucrarse en procesos que consideran complejos y donde perciben que la información o anuncios existentes están dirigidos a otra población diferente a la de ellos (Cardozo, Martín, & Saldaño, 2017).

En el uso de redes sociales se han identificado efectos benéficos tales como:

- Mejorar la conexión social
- Obtener apoyo social
- Desarrollar capital social
- Actuar y construir identidad
- Estimular y mediar en los movimientos sociales

Tales beneficios, en general relacionados con la sociabilidad, son de vital importancia para el ser humano, siendo las redes un mecanismo accesible que al potenciar la conexión social impacta en la calidad de vida, incluida la de los adultos mayores, dado que una mayor interacción social ayuda a protegerles de aspectos como la aparición de demencia y el deterioro cognitivo (Quinn, 2018).

Adulto Mayor y Salud Mental

El acceso a las tecnologías juega un papel fundamentalmente en la salud de la población mayor, porque se presentan situaciones de rechazo y vulneración en los círculos sociales por no manejar adecuadamente las herramientas digitales (García, 2019). Se considera vital el uso de internet y la tecnología, porque mitigar la brecha digital permite fortalecer a las diferentes comunidades frente al desconocimiento y da apertura a nuevos aprendizajes (Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, 2017).

En el crecimiento de las herramientas tecnológicas y uso cotidiano de aplicaciones, la población de la tercera edad o mayores de 60 años, son quienes hoy día han visto una gran brecha en este campo (Abusleme, 2014). Se han visto segregados a condicionarse por un acompañamiento en el uso de estas herramientas soportándose en otro grupo que se puede considerar o llamarse “Jóvenes” a través del conocimiento o la experiencia en el área.

De esta forma, es importante resaltar que los adultos mayores deben aprovechar todos los recursos disponibles (digitales) y fortalecer la red de apoyo de estos mismos para preservar la salud y tener un envejecimiento activo, porque esto significa una mejora a largo plazo en términos de calidad de vida y da paso a fortalecer la relación entre el envejecimiento y la

tecnología como medio de comunicación y ocio (Astasio, et al., 2022). Si bien alcanzamos a dimensionar el uso de las redes sociales en de los adultos mayores, el foco principal se hace por el bienestar de esta población porque para ellos es importante mantenerse conectados con sus lazos familiares para protegerlos de la soledad (Cotten, Schuster & Seifert, 2022).

Sumado a la crisis de salud pública mundial como lo fue la reciente pandemia por COVID 19 se ha evidenciado que los adultos mayores tienen una tendencia más alta a desarrollar problemas con la salud mental porque se encuentran inmersos en un entorno agudizado lleno de soledad, aislamiento social y depresión (Foong, et al., 2020).

Inclusión Social del Adulto Mayor

Se encuentra que los adultos mayores experimentan niveles más bajos de adopción de tecnologías, para este caso en lo relacionado con el uso de redes sociales, esto se relaciona con aspectos como el deterioro cognitivo y físico pero también con aspectos de percepción tal como la preocupación por invasión de la privacidad o con la falta de habilidad y/o alfabetización digital (Quinn, 2018), sin embargo el recibir ayuda para aprender a participar en redes sociales ayuda a mejorar la adopción de estos instrumentos de interacción social.

En estudio exploratorio realizado por la Universidad de Maryland, EE.UU. (Xie, 2012) se analizaron cuáles son las percepciones de los adultos mayores sobre el uso de redes sociales, encontrando que la privacidad es la principal preocupación identificando que se hace necesario desarrollar estrategias educativas para superar esta barrera y lograr que el uso de redes sociales por parte del adulto mayor sea más relevante.

Un aspecto determinante para que el adulto mayor no sea rezagado de su ámbito social, es la independencia, en este sentido se ha encontrado que el uso de redes sociales por parte de los adultos mayores puede ayudarlos a aumentar el control personal sobre sus vidas (Xie et al, 2012).

También se debe considerar un punto crítico sobre el acceso a estas herramienta siendo particularmente en su lugar de residencia dada la poca o nula posibilidad de movilizar o estar en constante movimiento, lo que en particular hace más complejo el acceso a novedades tecnológicas, formas de uso y en términos generales como se mencionaba anteriormente depender de otras personas quienes no podrían contar con las habilidades necesarias para el manejo de esta población en específico por su adultez y capacidad de retención de conocimientos técnicos (Ullmann, 2019).

En el campo de las tecnologías y los adultos mayores, se determina algunas actividades comunes de esta población para realizar en un día a día, estas son tan sencillas como hacer búsquedas básicas en internet, revisar de una forma rápida un correo o mensaje y en ciertas oportunidades lograr una video llamada (Márquez, 2002). Debe resaltarse que esto hace parte de una rutina fácil y de manejo sencillo encaminado al uso de equipos móviles que en la actualidad ha simplificado procesos, sin embargo, también tenemos los portátiles que son equipos con mayor complejidad y debe hacerse foco en lograr su dominio por parte de la población.

Para el caso puntual de Colombia, parte de su población adulta se concentra cerca de un 26% en ciudades principales y un 53% en zonas rurales lo que supone un gran reto al momento de incorporar la tecnología y herramientas en zonas rurales que pueden ser de difícil acceso (Interior, 2020), lo que supone una población aproximada de 6.440.778 con un 44,9% masculino y 55,1% femenino. Entrando un poco más en detalle de esta población no tuvo un proceso de

formación completa, ya que cerca del 58% de esta población no culminó ningún ciclo de educación bien sea primaria, 17% escolaridad secundaria y solamente el 5% logro ir más allá en una formación profesional (Hernández, 2015).

En pro de buscar la adopción de tecnologías en la población mayor de 60 años en Colombia, el gobierno ha buscado fortalecer la inclusión por medio de diferentes programas a nivel nacional. Parte de este ejercicio arranca con actividades tan específicas y sencillas que para esta población es determinante, como por ejemplo el programa de “Alfabetización Digital del adulto Mayor” (TIC’s, 2019) donde se explicó el uso de las diferentes partes y funcionamiento de un equipo de cómputo, así como manejo de internet entre otros aspectos claves. También, se presentó el plan desde 2018 a 2022 “Plan Tic”, el cual busca apalancar zonas digitales rurales, transición de tecnologías y el desarrollo de centros digitales (Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, 2018).

Conectividad y Brecha Digital En Colombia

La transformación digital ha generado un cambio en las organizaciones, en los gobiernos, en los modelos educativos, entre otros; generando de esta manera una transformación en la sociedad, lo que conlleva a que las personas de todas las generaciones tengan que hacer cambios en su forma de realizar sus actividades habituales, académicas y laborales.

La pandemia del COVID-19 ha acelerado los procesos de transformación digital de las compañías, de acuerdo con el informe realizado por (KPMG, 2021) el 80% de las compañías se han visto en la obligación en digitalizar sus procesos con el objetivo de dar respuesta a las nuevas necesidades, en especial a aquellas que han surgido por el número de restricciones y de esta manera continuar con sus actividades operativas y estratégicas.

Debido a esta transformación y la necesidad de las compañías de continuar sus operaciones sin traumatismos, han impactado en procesos desde los más complejos hasta los más sencillos como la solicitud de una cita médica, realizar compras de alimentos básicos y diligencias bancarias. Aspecto que ha impactado a generaciones como los adultos mayores, debido a que en muy poco tiempo y sin la preparación adecuada han tenido que aprender a usar las mismas para acceder a servicios necesarios para el día a día (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2021).

En términos de conectividad, la transformación digital ha llevado a un aumento considerable en las últimas décadas en lo referente al uso de telefonía móvil y de la suscripción a banda ancha, de acuerdo con el reporte de economía digital del programa de Naciones Unidas y su repercusión en los países en desarrollo (Naciones Unidas, 2019), entre 2005 y 2018 en los países en desarrollo se ha pasado de 5 suscriptores de telefonía móvil por cada 100 habitantes a 72 en 2018 y para el caso de banda ancha móvil se pasó de un valor cercano a 1 por cada 100 en 2005 a 61 en 2018, pese al aumento, encuentran que persiste una brecha importante tanto a nivel mundial como al interior de los países, brecha que se da por varios factores tales como nivel de ingresos, nivel educativo, género, situación geográfica y por supuesto edad. Tal como lo indica Robert Opp, Jefe de Operaciones Digitales del PNUD, "... es necesario superar nuestra perspectiva de conectividad basada en si las personas tienen o no acceso a Internet, para llegar a una comprensión más matizada de las formas en que las desigualdades pueden perpetuarse o amplificarse en la esfera digital." (Programa de Naciones Unidas, 2021), es decir, no importa si se tiene un teléfono móvil con paquete de datos o una suscripción a banda ancha con la mejor velocidad, si no se tienen los suficientes conocimientos y habilidades digitales necesarias para sacar provecho de los recursos disponibles.

Kuttan y Peters clasifican la brecha digital en 3 facetas, la brecha digital temprana que se da entre los que tienen acceso, la brecha digital primaria que comprende a los que tienen acceso, pero no son usuarios y la brecha digital de calidad de uso que mira brechas de participación de los que tienen acceso y los usuarios, en este trabajo se abordaran las brechas primaria y de calidad de uso, entendiendo que se tiene acceso y se quiere determinar su nivel de uso por parte del adulto mayor (Peña, Cuartas, & Tarazona, 2017).

Por otra parte, en la literatura se establecen diferentes causales de tales brechas entre ellas y relacionadas con el alcance de este trabajo de investigación esta “1) La tecnología disponible, es decir la infraestructura de servicios y la apropiación de tecnología como resultado de recursos financieros; 2) La apropiación social de la TIC como resultado de su utilidad o valor social; 3) La capacidad de las personas para beneficiarse de la TIC, habilidades y aptitudes desarrolladas por los procesos educativos formales e informales; 4) Las condiciones de desarrollo económico de las comunidades; 5) La distribución geográfica de las comunidades; y demográficas de la población.” (Peña, Cuartas, & Tarazona, 2017, pág. 61), de las anteriores, las causas 2, 3 y 6 relacionadas directamente con el caso en revisión, el nivel de penetración del adulto mayor en el uso de redes social como herramienta clave en el relacionamiento digital.

La brecha digital se da en aquellas poblaciones que por falta de conocimiento y/o educación tienen un acceso limitado a nuevas tecnologías. Se ha identificado que no solo una infraestructura inadecuada es un factor que genera esta brecha, sino que factores como la edad influyen en el manejo de las herramientas digitales y en la capacidad para desarrollar competencias digitales (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2021).

En Colombia, el Ministerio de tecnologías de la información y las comunicaciones (MinTic) ha desarrollado diferentes proyectos que permitan a la población de adultos mayores

acercarse a las nuevas tecnologías y de esta manera impactar en el cierre de la brecha digital, invitando en este caso a la población más joven que acompaña a los adultos mayores a compartir sus conocimientos, gestionando este aprendizaje a través de aplicaciones que facilitan este acompañamiento, entre ellas se encuentran: aplicaciones que faciliten la digitación de textos en términos del tamaño y posición de las letras, recordatorios para la toma de medicamentos, juegos que fortalecen habilidades como la memoria y la atención, entre otras (Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, 2020).

Otro de los programas activos del Ministerio TIC, se llama “Llegamos con TIC”, su objetivo principal es llegar a zonas de acceso remoto, sin embargo, su estructura permite la participación del adulto mayor en actividades de formación, pues tiene a disposición cursos como:

- Sácales provecho a tus dispositivos móviles: celulares, tabletas y computadores portátiles
- Aprende a usar Internet fácilmente
- Introducción al mundo digital

Estudios previos de conectividad digital de adultos mayores

(Cardozo, Martin, & Saldaño, 2017) partiendo de la concepción del uso de redes sociales para mantener vínculos sociales, las autoras realizan un análisis caracterizando la población de adultos mayores en la región patagónica de Argentina, con relación a su conectividad digital y uso de redes, revisan además algunas iniciativas del gobierno argentino para mejorar la inclusión de este grupo etario en el mundo digital. Finalmente realizan un análisis del estado del arte de estudios realizados alrededor del uso de redes sociales por parte de adultos mayores.

Vilte, Saldaño, Gaetán, & Martín, 2015 presentan el resultado de un estudio realizado con adultos mayores y su interacción con Facebook, llevado a cabo a través de un taller que les permitió observar la manera en que los participantes ejecutaban las actividades propuestas y luego evaluar la usabilidad de esta aplicación.

En un estudio realizado en Chile se presenta el resultado de las motivaciones hedónicas por parte de adultos mayores para hacer uso de redes sociales, estudio que se realiza a partir de datos secundarios de acceso y uso de internet en Chile, encuentran que si bien existe un porcentaje que tienen motivaciones hedónicas, esta proporción disminuye a lo largo de los años (Ramírez, Painén, Alfaro, Mariano, & Machorro, 2019).

Según un estudio realizado por Silva, Scortegagna, & De Marchi, 2018 en Brasil con 13 adultos mayores para investigar los efectos de la red social digital Facebook como fuente de apoyo social para adultos mayores, encontrando que los resultados indican que las redes digitales pueden ser una alternativa de apoyo social para el envejecimiento exitoso.

(Gallegos-Carrillo et al., 2009) presenta un estudio que examina la relación entre los componentes de las redes sociales y la calidad de vida relacionada con la salud en adultos mayores con y sin síntomas depresivos.

Según (Xie, 2012), se ha encontrado que, si bien los adultos mayores tienen opiniones negativas hacia las redes sociales, es de interés general aprender a usar redes sociales, siendo una fuente primaria de este interés que sus familiares y amigos se encuentran en redes sociales de manera que hacer uso de estas herramientas los mantendría en contacto.

Ractham (2022) a través de su estudio han determinado que las redes sociales son un medio que permiten mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, debido a que están iniciando hacer

parte de la vida cotidiana de las personas, acercando de esta manera a los adultos mayores a los nuevos procesos y generaciones.

Esta apreciación se basa en la importancia del ser humano en socializar y mantenerse en contacto con sus seres más cercanos, resaltando como principal aspecto que estos nuevos medios de comunicación deben ser inclusivos para los adultos mayores donde la interfaz, los prototipos y estilo de comunicación sea amigable para su uso e interacción (Ractham et al, 2022).

Adicional, también se concluye la importancia de la participación del gobierno en la creación de programas sociales para la atención de esta población y de esta manera mitigar problemas como la soledad, abandono y salud mental.

En estudios previos se ha identificado como beneficio adicional en el uso de redes sociales, el impacto positivo a nivel cognitivo de los adultos mayores, al impactar la función del control inhibitorio que está relacionado con el procesamiento de la información y la función cognitiva (Quinn, 2018).

Han, Tan, Lee, Lee, & Mahendran (2021) realizaron un estudio exploratorio con el objetivo de identificar la percepción de los adultos mayores respecto al uso de las redes sociales y sus implicaciones en la salud. Dentro de los principales hallazgos encontraron en la influencia positiva que tienen las redes sociales en el factor cognitivo, debido a que aportan en su proceso de socialización y en generar redes de apoyo.

Así mismo, identificaron que los adultos mayores consideran que las redes sociales son una oportunidad para informarse en temas de salud, en obtener información adicional como la que se obtiene a través de expertos no oficiales. Pero así mismo, como se pueden identificar aspectos positivos, el principal reto es diseñar infraestructuras alineadas a las necesidades de los adultos mayores (Han et al, 2021).

Por otra parte, Milovich, y Burleson en su estudio sobre conexiones y velocidad cognitiva en adultos mayores, identificaron que a medida que los seres humanos envejecen se ven afectadas sus funciones físicas como las cognitivas, con el objetivo de identificar que procesos favorecen un envejecimiento saludable, evaluaron el impacto que tiene el uso de la red social Instagram, concluyendo que el uso de estas herramientas tecnológicas mejoran los procesos cognitivos e igualmente se fortalecen procesos de socialización (Milovich, y Burleson, 2020).

Metodología

Primer Nivel

Enfoque, alcance y diseño de la investigación

La presente investigación corresponde a un estudio cuantitativo, de tipo no experimental, transversal – exploratorio, ya que no se realizará ninguna manipulación a las variables seleccionadas y el principal objetivo de este es conocer la incidencia que tiene una de las variables sobre la otra, como es el caso de las redes sociales en la salud mental de los adultos mayores (Hernández et al, 2010).

Definición de Variables

A continuación, en la Nota: Elaboración propia se describen las variables que serán medidas en esta investigación, definiéndolas conceptual y operacionalmente:

Tabla 1

Definición de las variables del modelo de investigación

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones
Rango de edad	Rango de tiempo en el que se ubica una persona de acuerdo con el tiempo que ha vivido desde su nacimiento	Ubicación en rango de edad de acuerdo con el número de años cumplidos por el adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none">• 50 a 60 años• 61 a 70 años• Más de 71 años
Escolaridad	Grado de educación formal completada	Nivel de educación formal completada al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none">• Primaria• Bachillerato• Profesional• Especialización
Estrato	Clasificación socioeconómica del inmueble en el que	Estrato informado por el adulto mayor al	<ul style="list-style-type: none">• 1 o 2• 3 o 4• 5 o 6

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones
	residen las personas que dan respuesta al instrumento de medición (encuesta)	momento de responder las encuestas	
Tenencia de celular	Hace referencia a que una persona tenga para su uso propio un teléfono celular	Evaluated mediante la respuesta del adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No
Uso de celular	Situación que se da cuando una persona usa para determinada acción un teléfono celular	Evaluated mediante la categoría de acción(es) seleccionadas por el adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Solo llamadas • Llamadas y WhatsApp • Llamadas, WhatsApp y redes sociales • No tengo celular
Tiempo de uso celular	Tiempo destinado a hacer uso del teléfono celular para cualquier actividad en un periodo de un día	Rango de horas/día dedicadas al uso de celular de acuerdo con información reportada por el adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Hasta 3 horas diarias • Entre 3 a 6 horas diarias • Más de 6 horas diarias
Acceso a computador e internet	Se refiere a que las personas cuenten en su domicilio con acceso a un pc y a internet de banda ancha	Evaluated mediante la respuesta del adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Solo computador • Solo Tablet • Tablet e internet • Computador e internet

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones
Uso redes sociales	Uso de aplicaciones instaladas en el celular, destinadas a establecer contacto virtual e interactuar con otras personas	Evaluated mediante la respuesta del adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Ninguna de las anteriores • Si • No
Red social en uso	Aplicaciones de tipo red social instaladas en el teléfono celular que se encuentran en uso por su usuario	Evaluated mediante redes sociales seleccionadas por el adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Facebook • Instagram • Twitter • Todas las anteriores • No tengo redes sociales
Intención de aprendizaje para el uso de redes sociales	Consideración de las personas que dan respuesta al instrumento con relación a su intención de aprender a utilizar redes sociales	Evaluated mediante respuesta de interés por parte del adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No
Tiempo libre al día	Tiempo fuera de las obligaciones diarias que puede ser destinado a cualquier actividad de forma voluntaria	Rango de horas diarias reportadas como tiempo libre por parte del adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Hasta 3 horas • Entre 3 a 6 horas • Más de 6 horas

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones
Compañeros de vivienda	Persona o grupo de personas con las que convive y comparte un individuo en el lugar en que reside	Relación con las personas con las que convive el adulto mayor al momento de responder la encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Compañero (a) permanente • Hijos o nietos • Solo • Otros familiares

Nota: Elaboración propia

Población y Muestra

Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. Las poblaciones deben situarse de manera concreta por sus características de contenido, lugar y tiempo, así como accesibilidad es importante perfilar con exactitud los criterios de inclusión y exclusión de la muestra (Hernandez, 2018).

A continuación, resaltamos las principales características de la población escogida para esta investigación.

Adultos mayores hombres y mujeres de 50 a 82 años que se encuentren en Bogotá D.C. y que realicen actividades de la vida diaria de manera autónoma e independiente, persona mayor que no presente patologías psiquiátricas asociadas ni se encuentren en situación de calle o abandono extremo.

Muestra

El muestreo utilizado para la siguiente investigación es el probabilístico aleatorio simple, el cual tiene muchas ventajas y una de las principales es que permite medir la magnitud del error de las predicciones, el principal objetivo del diseño de una muestra probabilística es

reducir al mínimo este según Hernandez, 2018. Así también, es el que se adecúa a investigaciones de tipo transversal exploratorio como lo es esta investigación.

Cuando se habla de una población de elementos limitados, la forma de delimitar la muestra es aplicando la fórmula para poblaciones finitas de Crochan, 1977. La fórmula es la siguiente:

Figura 2 *Fórmula para calcular muestra de una población finita*

Cómo calcular el tamaño de muestra para una población finita

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

n = Tamaño de muestra buscado

N = Tamaño de la Población o Universo

Z = Parámetro estadístico que depende el Nivel de Confianza (NC)

e = Error de estimación máximo aceptado

p = Probabilidad de que ocurra el evento estudiado (éxito)

q = (1 - p) = Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado

Nota: Adoptado de Crochan, 1977.

Donde:

N= Tamaño de la población adulto mayor en Bogotá (1.983.076)

Z= Valor Z curva normal nivel de confianza (1,96)

p= Probabilidad de éxito (0.9)

q= Probabilidad de fracaso (0.075)

e= Margen de error (0.05)

n= Tamaño de la muestra representativa que deseamos obtener.

Sustituyendo la formula

$$n = \frac{1,983,076 * 3,84 * 0,9 * 0,075}{0,0025 * 1,983,076 - 1 + 3,84 * 0,9 * 0,075} = 102$$

Lo que nos indica la fórmula estadística para poblaciones finitas es que se deben realizar 102 recolecciones individuales de información con el método de instrumento elegido.

Segundo nivel

Selección de métodos o instrumentos para recolección de información

Al intentar conocer un fenómeno en la sociedad se hace necesario establecer un mecanismo de medición que permita adquirir datos confiables y fiables. Para ello López, N., & Sandoval, I. 2016 sugieren diversos métodos de instrumentos cuantitativos que dan cuenta a la pregunta problema y a los objetivos de la presente investigación. El alcance de la presente investigación es exploratorio, bajo un enfoque cuantitativo, por ello el instrumento seleccionado fue un cuestionario por medio de preguntas estructuradas, el cual será aplicado a la población del muestreo.

Dicho cuestionario será suministrado de manera virtual y presencial y contará con el acompañamiento de los investigadores. El tema por tratar será la relación que tienen los adultos mayores con las redes sociales, las preguntas se detallan en el Anexo 1. El tiempo para administrar dicho instrumento será de 20 minutos aproximadamente. El entrevistador debe presentarse con el sujeto de manera clara y sencilla, iniciando por su nombre, el propósito de su

participación, la importancia de ser transparentes y sinceros con sus respuestas, aclarando que se mantendrá la confidencialidad de su información.

El cuestionario será probado en un grupo elegido a conveniencia para determinar la confiabilidad del instrumento y la validez de las preguntas.

Técnicas de análisis de datos

Una vez finalizada la recolección, se procede con el análisis de datos por lo cual es importante organizar y resumir la información de manera significativa, para poder interpretar y presentar los resultados obtenidos que darán paso al desarrollo de la investigación (Monje, 2011). Se debe realizar una revisión de los datos, aquellos que son atípicos y en un momento determinado pueden generar un sesgo al manejarlos. También, es importante seleccionar las técnicas estadísticas que pueden ser de modo descriptivo y corresponde a una representación de los datos o la estadística inferencial que deduce las propiedades de la población lo que nos lleva a una probabilidad de acierto. De esta forma, se define para la presente investigación avanzar con la técnica de análisis de datos estadística descriptiva o deductiva, siendo la que más se ajusta, como menciona (Villegas, 2019) p. 33:

“La estadística descriptiva o deductiva es aquella que se ocupa de describir y analizar un grupo determinado, sin que este estudio permita sacar conclusiones científicamente valederas de una muestra mayor. Se recolecta, presenta y caracteriza un conjunto de datos a fin de describir en forma apropiada las diversas características de éstos; es decir, un estudio se considera descriptivo cuando solamente se analizan y describen datos”.

Se entrará a estructurar herramientas como gráficos, tablas o cuadros para adoptar una fácil lectura de las variables, dando una clara descripción punto por punto basada en los resultados obtenidos de las encuestas. Actualmente las investigaciones cuantitativas frente a las

cuantitativas tienen más peso porque son consideradas como el método que no es producto del azar, sino es una evolución del método científico. En pocas palabras, la cuantificación incrementa y facilita la comprensión del universo que nos rodea (Fernández, 2002). Respecto los cuadros o tablas se realizará un arreglo sistemático de los datos visualizados en filas y columnas con fines comparativos. Se tendrá en cuenta las diferentes herramientas y tipos de cuadros o tablas como los pluridimensionales o multidimensionales: cuando se incluyen tres o más variables.

Análisis y Discusión de los Resultados

Dada la necesidad actual de comunicación constante que tienen las personas y la inmersión en la tecnología como canal inmediato de información los adultos mayores han tenido la necesidad de acercarse a estas herramientas para poder interactuar con sus semejantes, a pesar que en el pensamiento actual se tiende a concluir de manera errónea que la era digital no es de intereses de estas personas nuestra investigación, con los resultados obtenidos demuestra otra situación que nos permite indicar inicialmente que este tema es mucho más relevante para estas personas de lo que se cree.

Por ejemplo, (Secretaria de integración social, 2021) en el marco de la estrategia de redes de cuidado comunitario, realizó un conversatorio virtual sobre el ‘uso, apropiación y disfrute de tecnologías de comunicación e información para personas mayores’, encontró que esta población en vez de rezagarse por la falta de entendimiento ha transformado esta obligatoriedad de comunicación en un beneficio ya que los usos de las tecnologías de comunicación e información proporcionan al adulto mayor una ayuda a superar el miedo a la soledad y al aislamiento. El ciberespacio podría aumentar la posibilidad de interactuar y desarrollar su autonomía personal y social.

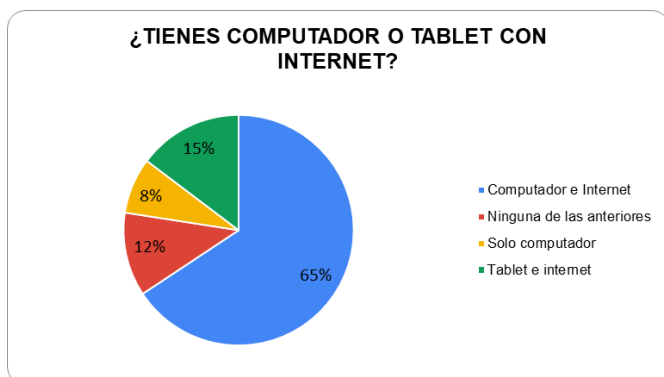
La (Secretaria de integración social, 2021) indicó que los adultos mayores gozan de múltiples beneficios al momento de apropiarse de las nuevas tecnologías, dado que podría incentivar la independencia social en cuanto a la necesidad de información o mantenerse informado de manera inmediata y pronta. Siendo fundamental en su día a día, en la comprensión del mundo y su entorno, permitiéndole resolver inquietudes, aumentar sus niveles de satisfacción

o motivación, previniendo que sientan solos o aislado y por ende disminuyendo las sensaciones de aburrimiento o momentos depresivos, manteniéndolo mentalmente activo.

A continuación, se presentan los resultados del instrumento diagnóstico bajo la modalidad de encuesta aplicado a 102 adultos mayores que no presentan patologías psiquiátricas asociadas ni tampoco se encuentran en situación de calle o abandono, de diferentes estratos socioeconómicos entre 50 a 85 años radicados en la ciudad de Bogotá, Colombia:

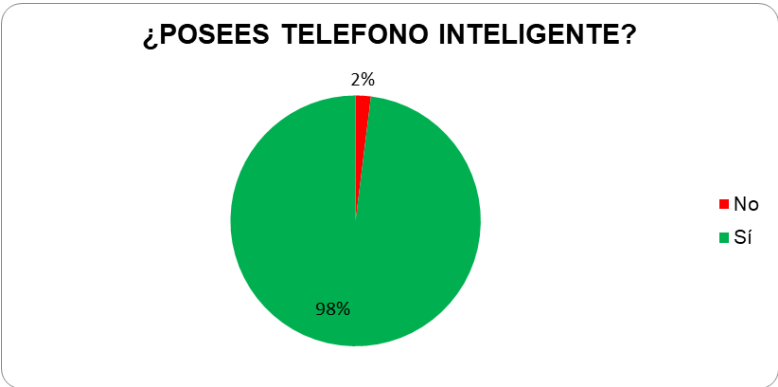
La Figura 3 comprueba que los adultos mayores cuentan con herramientas digitales, tales como teléfonos inteligentes, tabletas, computadores de mesa o portátiles. Del universo encuestado se puede inferir que dicha población tiene acceso a las tecnologías de la información, vislumbrando un alto nivel de participación en este mercado, el 88% de la participación menciona tener computador o Tablet con internet en casa, en el caso del uso del celular el porcentaje crece al 98%, lo que evidencia una alta probabilidad de contacto con contextos distintos a su entorno cercano. Desmintiendo una vez uno de los mitos más generalizados acerca del acceso de estas herramientas en los adultos mayores.

Figura 3 Participación de la población con computador o tablet con internet.



Nota: Elaboración propia.

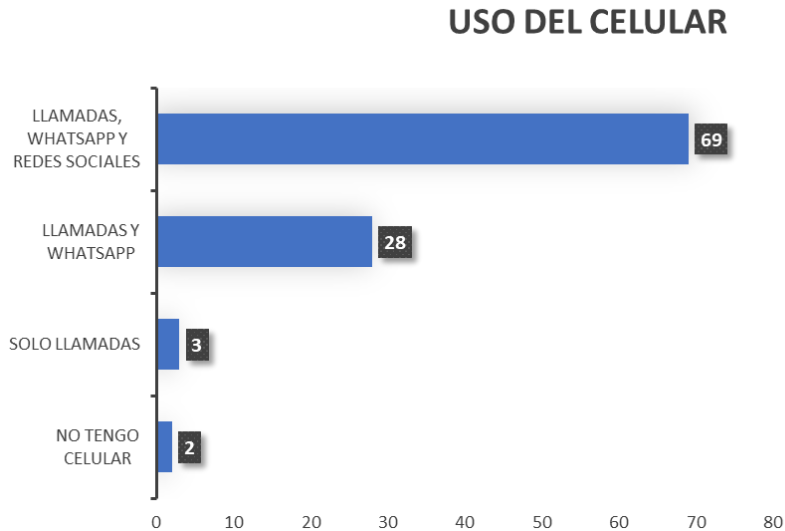
Figura 4 Participación de la población con teléfono inteligente.



Nota: Elaboración propia.

Sobre el uso del celular encontramos que la mayoría de los adultos mayores, es decir, 97 encuestados mencionan que lo utilizan no solo para recibir llamadas, si no también acceder a WhatsApp y a redes sociales, en contraste tan solo 3 personas indicaron que solo lo utilizan para recibir llamadas, por lo que la muestra reafirma la hipótesis de que este grupo etario utilizan el celular de manera frecuente en su día a día.

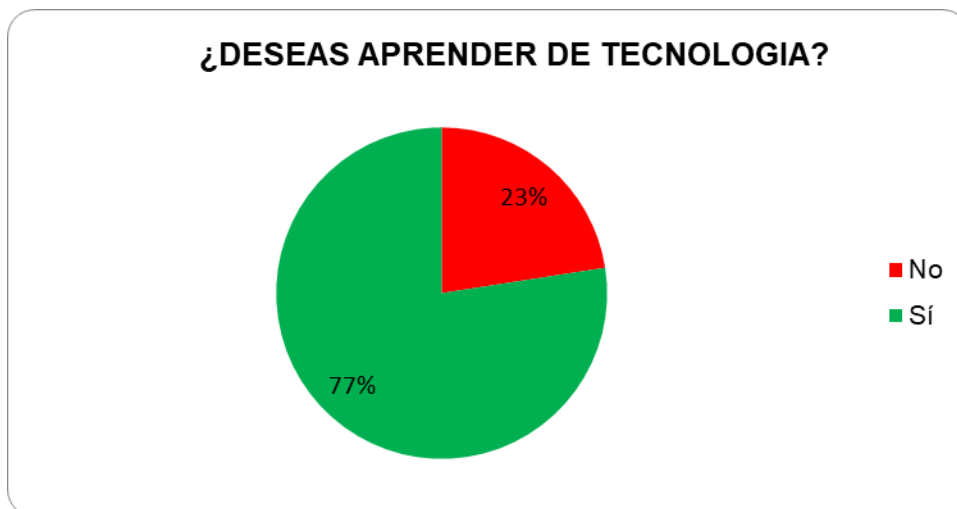
Figura 55 Participación de la población sobre el uso del celular.



Nota: Elaboración propia.

La Figura 6 que se muestra a continuación es muy interesante porque evidencia el alto interés que tiene la población adulta mayor en aprender o acercarse aún más con la era digital dado que el 77% de los encuestados demuestran una necesidad de formación o acompañamiento en el uso y adaptación de la tecnología, es decir que se encuentran listos y con el deseo de seguir informándose sobre los cambios que este campo ofrece. Sobre la población que no desea este conocimiento podríamos deducir que ya cuentan con la competencia y habilidad en esta área, hay un alto manejo de este tema tal como se evidenciará en las próximas figuras.

Figura 6 Participación de la población interesada en aprender de tecnología.

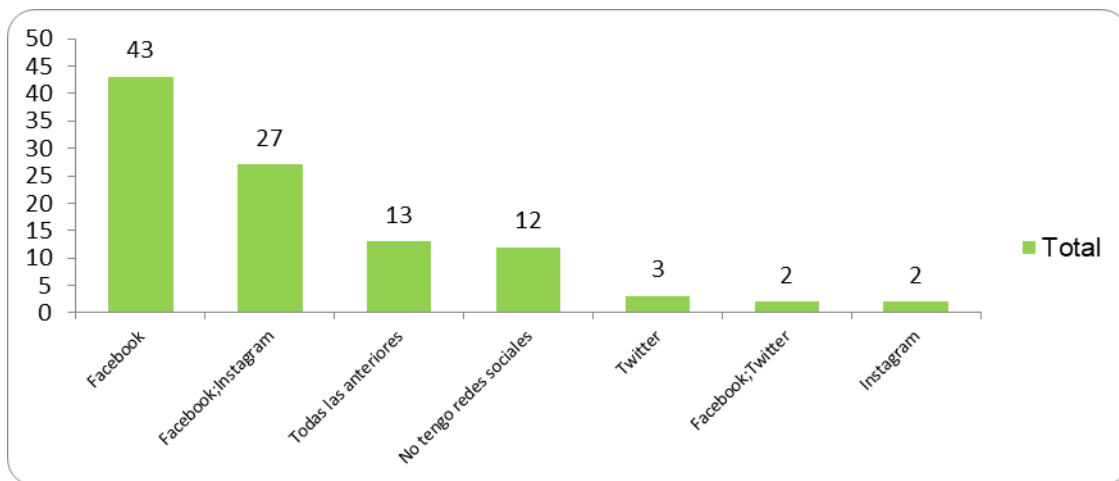


Nota: Elaboración propia.

Así mismo se les preguntó si tenían perfiles en redes sociales y que plataformas utilizaban, logramos identificar que la principal es Facebook con el 44 % del total de la participación, seguido de Instagram con el 27% y Twitter con el 4% e incluso se encuentran adultos mayores que utilizan todas las anteriores o más con el 14%, lo que demuestra que esta población es más que familiarizada con estos canales de comunicación digitales de lo que

normalmente se piensa, también vale la pena mencionar que el 11% no posee ninguna red social y que su interacción social se basa en el contacto personal. Sobre este aspecto, (Marín, L., Larrarte, S. & López Cardozo, L., 2015) confirmaron en su estudio que hoy en día los adultos mayores cuentan con dos redes de apoyo, divididas en la red primaria natural, conformada por parientes y amigos con los cuales convive de forma cercana, y por otro lado la red primaria virtual, integrada en la mayoría de los casos por parientes que se encuentran alejados físicamente del sujeto. Esto nos podría afirmar que los adultos mayores utilizan las redes sociales para estar más cerca de su red primaria a través de un canal virtual y a su vez también mantener la comunicación con su red natural primaria.

Figura 7 Participación de la población usabilidad redes sociales.

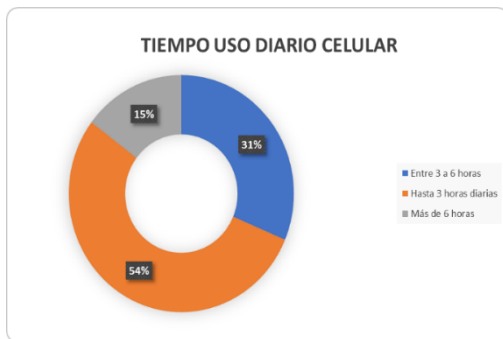


Nota: Elaboración propia.

En la Figura 7 y teniendo en cuenta los resultados obtenidos, muestra que el 54% de los adultos mayores encuestados usan diariamente el celular hasta 3 horas, el 31% entre 3 a 6 horas y el 15% más de 6 horas relacionándose con los ambientes digitales que casualmente está relacionado con su tiempo libre especificado en la Figura 9, por lo que podemos afirmar que gran

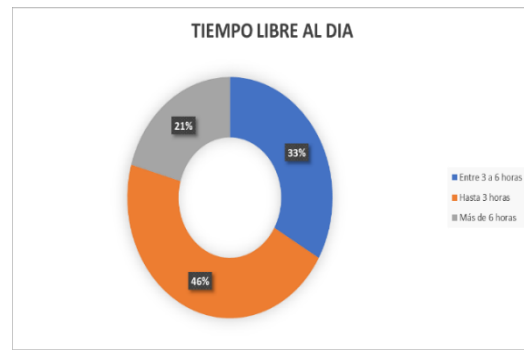
parte de este tiempo es invertido en el uso del celular y para interactuar con sus semejantes. (Pinto, S., Muñoz, M. & Caro, J., 2018) encontraron en su estudio que los adultos mayores al momento de utilizar redes sociales disminuyeron sentimientos negativos tales como: la soledad, aislamiento y depresión; por lo que incidió en la mejora de niveles de autoestima y vinculación con sus familiares o la comunidad en general. A esto, podríamos relacionar el alto nivel de uso que tiene el celular con su tiempo libre, pudiéndolo invertir entonces, en mantener dicha relación con sus grupos de apoyo.

Figura 8 Participación de la población tiempo diario uso del celular



Nota: Elaboración propia.

Figura 9 Tiempo libre al día.



Nota: Elaboración propia.

Luego de revisar las diferentes respuestas de la población encuestada durante dos semanas, encontramos que este tema les resultó muy interesante y por el cual por primera vez los contactaron e indagaron sobre su opinión y percepción sobre su relacionamiento social a través de canales digitales, la Figura 4? evidencia disposición hacia el aprendizaje, la profundización y abordaje de la tecnología. Relacionándose con lo indicado en la Figura 7?, dado que los adultos mayores cuentan con disponibilidad e interés de aprender aspectos nuevos de la sociedad o

comunidad. Cualquier iniciativa de trabajo social con este grupo poblacional debe ser consistente con las necesidades e intereses que actualmente presentan. pudiendo trabajar cualquier temática apalancado en las herramientas digitales, en el tiempo libre con el que ellos cuentan.

Es curioso denotar que tanto las Figura 3? y 5? muestran el alto interés de este grupo poblacional en la necesidad de socializar, dado que el uso del celular está enfocado en compartir con el otro, es decir, estar cada vez más presente en la vida de los demás, como también estar informados. Las emociones juegan un papel importante en todos los seres humanos y en los adultos mayores no es la excepción, por lo anterior interactuar o entender el mundo que los rodea es indispensable para una buena salud mental, han encontrado la manera de acortar la brecha generacional utilizando un celular, un computador o hasta una Tablet, incluso llegan a tener plataformas como Twitter para discutir temas nacionales que son de su interés. Se evidencia que su capacidad de adaptación a las modalidades que la sociedad implementa para comunicarse y relacionarse es más alta de lo que pensábamos.

Se cree firmemente que con la investigación realizada se logra entender y acercarse aún más a las necesidades de los adultos mayores, no solo porque se toma en cuenta su opinión para alimentar este trabajo si no porque hay una sensibilización con su entorno, dejando pensar que estos temas no les competen incluso que se desenvolverían mucho mejor con una adecuada capacitación y acompañamiento, están deseosos de conocimiento y de relacionamiento con este mundo actual que se puede decir los ha rechazado, también fue interesante que su grupo familiar más cercano estaría dispuesto a que terceros les brindaran programas que los motiven y los mantengan activos pero a través de la virtualidad, teniendo en cuenta que en contraste de sus adultos mayores no tienen el tiempo para ofrecerles una atención especial, se ha dejado atrás el

mito que estos temas no son de su interés y posiblemente ofrecer en el mercado una opción para que interactúen entre sus pares.

Conclusiones

Bogotá es una de las principales ciudades de Latinoamérica, cuenta con el índice de brecha digital más pequeño de Colombia, es decir, que en términos como habilidades digitales, aprovechamiento, grado de motivación de uso y acceso a material tecnológico tiene el mayor grado de desarrollo en el país (Min Tic, 2020), a partir de esta información es coherente el primer resultado del presente estudio en relación con el uso de la telefonía celular, encontrando que 98% de los encuestados cuenta un teléfono móvil inteligente.

En concordancia con este dato se encuentra que el 95 % de los adultos mayores que respondieron el instrumento hacen uso de las redes sociales disponibles en sus celulares, siendo la principal red social de uso Facebook con un nivel de penetración de un 42%, esta red por naturaleza le permite a las personas estar conectados en primer nivel con sus contactos más cercanos, así como mantenerse informado, confirmando la afirmación tal como lo indica (Cardozo, Martin, & Saldaño, 2017) el uso de un teléfono inteligente permitirá al adulto mayor sentirse en mayor contacto con su familia, ampliar y/o mantener su red de relaciones siendo esto un factor clave en su sentido de independencia.

Considerando los beneficios que representa para el adulto mayor el apropiarse de la tecnología que para el caso específico de este estudio es la relacionada con el uso de redes sociales, se hace relevante el dato obtenido en cuanto a su interés de acercarse más a la era digital mediante el aprendizaje, encontrando este interés manifiesto en el 77% de los entrevistados, de aprovecharse este hecho y lograr así una mayor conexión en el grupo etario estudiado se potencializarían las consecuencias positivas del uso de redes tales como las indicadas por (Barrantes y Cozzubo, 2015) y que han sido clasificadas en 6 categorías: salud,

aprendizaje, niveles de actividad, entretenimiento y hobbies, actividades diarias y bienestar personal y comunicación, apuntando esta última a su percepción de inclusión social pese a limitantes como la movilidad o capacidades físicas disminuidas. En este mismo sentido (Llorente, Viñaraz y Sanchez, 2015) confirman a través de su investigación cualitativa sobre uso de internet y el smartphone como medio de uso en personas mayores que se pueden presentar cuatro categorías de beneficios, siendo estas oportunidades de ocio, informativas, transaccionales y comunicativas lo que representa un claro beneficio en inclusión social.

De acuerdo con los resultados obtenidos el promedio de horas dedicadas por los adultos mayores es de tres (3) horas, confirmando el análisis realizado por (Sunkel y Ullman, 2019), donde identificaron que el internet se ha convertido en una herramienta que favorece los procesos de comunicación de estos con su núcleo familiar y su círculo social. Permitiendo que en la mayoría de los casos en que los adultos mayores tengan una movilidad limitada o alguna otra condición, continúen con su proceso de socialización.

En conclusión el uso de tecnologías de la comunicación tales como teléfonos inteligentes o computadores con acceso a internet permiten al adulto mayor acceder a herramientas de interacción social como lo son las redes sociales cuyo uso representa beneficios con relación directa a la inclusión social dado que abren nuevas opciones de comunicación superando limitantes de tiempo, espacio o posibilidad de traslado, acercándolos a amigos y familiares evadiendo así sentimientos de exclusión o soledad propios de esta etapa de la vida, constituyen también una herramienta de aprendizaje y/o entretenimiento con impacto positivo a nivel cognitivo (Perez, 2020)

Así mismo, el internet a traído otras opciones de comunicación como es el uso de las redes sociales, Krause ha identificado que a través de ellas los adultos mayores pueden encontrar

opciones para adaptarse a los nuevos sistemas sociales, encontrar una opción de compañía y acceder a información en este caso la mayoría opta por formarse en asuntos de salud (Krause, 2006, como se citó en Rook, 2015)

El principal reto es poder cerrar la brecha en acceder a los instrumentos tecnológicos y en el uso adecuado de los mismos, para aprovechar al máximo este tipo de herramientas y fortalecer procesos como son la comunicación.

Referencias

- Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas. (6 de marzo de 2021). Uso de las redes sociales en Colombia creció un 11,4% en 2020. Obtenido de ACIS: <https://acis.org.co/portal/content/noticiasdeinteres/uso-de-las-redes-sociales-en-colombia>.
- Astasio-Picado, Á., Cobos-Moreno, P., Gómez-Martín, B., Verdú-Garcés, L., & Zabala-Baños, M. C. (2022). Efficacy of interventions based on the use of information and communication technologies for the promotion of active aging. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3) doi:10.3390/ijerph19031534
- Barrantes, R. & Cozzubo, A. (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. Documento de trabajo Nro. 411 publicado Pontificia Universidad Católica del Perú. Obtenido de <https://departamento.pucp.edu.pe/economia/documento/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-latinoamerica/>
- Cardozo, C., Martín, A. E., & Saldaño, V. (2017). Los adultos mayores y las redes sociales: Analizando experiencias para mejorar la interacción. *Informes Científicos - Técnicos UNPA*, 9(2), 1–29. <https://doi.org/10.22305/ict-unpa.v9i2.244>
- Cotten, S. R., Schuster, A. M., & Seifert, A. (2022). Social media use and well-being among older adults. *Current Opinion in Psychology*, 45 doi:10.1016/j.copsyc.2021.12.005
- Crochan, W. (1977). *Sampling Techniques*. New York: John Willey & Sons, Inc.
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (5 de abril de 2006). Censo 1905 a 2005. Obtenido de <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-general-2005-1>
- Departamento Nacional de Planeación. (5 de marzo de 2022). Transformación digital. Obtenido de DNP: <https://www.dnp.gov.co/pactotransformacióndigital>
- Fernández, S. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. Cad Aten primaria complejo Hospitalario Juan Canalejo. Coruña, España.
- Foong, H.F.; Lim, S.Y.; Rokhani, F.Z.; Bagat, M.F.; Abdullah, S.F.Z.; Hamid, T.A.; Ahmad, S.A. For Better or for Worse? A Scoping Review of the Relationship between Internet Use and Mental Health in Older Adults during the COVID-19 Pandemic. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 365. . <https://doi.org/10.3390/ijerph19063658>
- Fundación Saldarriaga Concha. (2018). Diagnóstico de los adultos mayores de Colombia. Obtenido de http://www.sdp.gov.co/sites/default/files/diag_adul_mayor.pdf
- Fuerte, K. (17 de 4 de 2020). ¿Cómo afecta la brecha digital a los adultos mayores? Obtenido de Instituto para el futuro de la educación - Observatorio: <https://observatorio.tec.mx/edu-news/brecha-digital-adultos-mayores-exclusion-social>
- Gallegos-Carrillo, K., Mudgal, J., Sánchez-García, S., Wagner, F. A., Gallo, J. J., Salmerón, J., & García-Peña, C. (2009). Social networks and health-related quality of life: a population based study among older adults. *Salud publica de Mexico*, 51(1), 06-13. <https://doi.org/10.1590/s0036-36342009000100004>
- García, Z. M. (2019). La incorporación del adulto mayor en el uso de las tics y su repercusión en las tecnologías de servicio de las organizaciones. *Universidad Militar Nueva Granada*, 15.

- H. Macia, F.; Santoja, M.; H. Macia, F.; Santoja, M. (2018). *Level Communications: Marketing en redes sociales*. Madrid: Difusora Larousse - Anaya Multimedia. Obtenido de <https://elibroet.bdbiblioteca.universidadean.edu.co/es/ereader/bibliotecaean/12293>
- Han, M., Tan, X. Y., Lee, R., Lee, J. K., & Mahendran, R. (2021). Impact of Social Media on Health-Related Outcomes Among Older Adults in Singapore: Qualitative Study. *JMIR Aging*, 4(1), e23826. <https://doi.org/10.2196/23826>
- Hernandez, I. T. (2015). Impacto de las Tic en la educación de los adultos mayores. *Universidad de Manizales*.
- Hernandez, R. (2018). Obtenido de <https://www-ebooks7-24-com.bdbiblioteca.universidadean.edu.co/stage.aspx?il=&pg=&ed=>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (15 de febrero de 2021). ¿Cómo ayudar a un adulto mayor a fortalecer sus habilidades digitales y cerrar su brecha digital? Obtenido de Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF: <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-enseñan/como-ayudar-un-adulto-mayor-fortalecer-sus-habilidades-digitales-y-cerrar-su>
- Interior, M. d. (2020). Enfoque Diferencia Para los Adultos Mayores. *Ministerio del Interior*. Kpmg. (28 de mayo de 2021). Digitalización acelerada, propósito en la estrategia, ESG y otros aspectos. Obtenido de <https://home.kpmg/co/es/home/insights/2021/05/digitalizacion-acelerada-proposito-en-la-estrategia-esg-y-otros-aspectos>
- López, N., & Sandoval, I. (2016). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa.
- Llorente, C., Viñaraz, M., & Sánchez, M. (2015). Mayores e Internet: La Red como fuente de oportunidades para un envejecimiento activo. *Revista Científica de Comunicación y Educación*, 45 XXIII. En: <https://www.revistacomunicar.com/pdf/comunicar45.pdf>
- Marín, L., Larrarte, S. & López Cardozo, L. (2015). Las posibilidades de internet en la reconfiguración de la red social primaria del adulto mayor, fracturada por efecto de la migración. *Revista Anagramas*, 145–162.
- Márquez, L. D. (2002). Las personas mayores ante las tecnologías de la información y la comunicación - Estudio valorativo. *Revista de currículum y formación del profesorado*.
- Milovich, M., & Burlison, D. (2020). Connections and cognitive speed of older adults: Using a social media intervention to improve cognitive speed. *Communications of the Association for Information Systems*, 47(1), 743-763. doi:10.17705/1CAIS.04734
- Ministerio de Salud de Colombia. (2015). Sabe Colombia 2015: estudio nacional de salud, bienestar y envejecimiento. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/Resumen-Ejecutivo-Encuesta-SABE.pdf>
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones. (28 de enero de 2017). Obtenido de MinTic Colombia: <https://colombiatic.mintic.gov.co/679/w3-article-74002.html>
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones. MinTIC. (2018). *Plan TIC 2018 – 2022 El Futuro Digital es de Todos*. Bogotá: Ministerio de Tecnologías, Información y Comunicaciones. de 2018). *Plan TIC 2018 – 2022 El Futuro Digital es de Todos*. Bogotá: Ministerio de Tecnologías, Información y Comunicaciones. Bogota: MinTic. Obtenido de MinTic.
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones. (7 de abril de 2020). *Herramientas para facilitarles a los adultos mayores el uso de las TIC*. Obtenido de

MinTic: <https://www.mintic.gov.co/portal/inicio/Sala-de-prensa/Noticias/126497:Herramientas-para-facilitarles-a-los-adultos-mayores-el-uso-de-las-TIC>

- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones. (2020). *Índice de brecha digital 2020*. Obtenido de MinTic Colombia: <https://colombiatic.mintic.gov.co/679/w3-propertyvalue-385417.html>
- Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. *Revista Surcolombiana*. Recuperado de: <https://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fwww.uv.mx%2Frmipe%2Ffiles%2F2017%2F02%2FGuia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf&cflen=2643865>
- Moreno, T., & Fuente, M. (2016). Comunicación móvil y adulto mayor: exclusión y uso desigual de dispositivos móviles. *Comunicación móvil y adulto mayor: exclusión y uso desigual de dispositivos móviles*, 9(2), 7–29. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5774645>
- Naciones Unidas. (2019). *Informe sobre la economía digital 2019. Creación y captura de valor: Repercusión para los países en desarrollo*. New York: Publicaciones de las Naciones Unidas. Obtenido de https://unctad.org/system/files/official-document/der2019_es.pdf
- Padilla-Clemente, Ana María, & Padilla-Góngora, David (2008). Tecnologías para mayores. *Universitas Psychologica*, 7(3), 883–894. I SSN: 1657-9267. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64770320>
- Peña, H., Cuartas, K., & Tarazona, G. (2017). La brecha digital en Colombia: un análisis de las políticas gubernamentales para su disminución. *Redes de Ingeniería, Universidad Distrital Francisco Jose de Caldas*, 59 - 71
- Perez, O. (2020). Beneficios del uso del smartphone en la calidad de vida del adulto mayor. Obtenido de <https://revistas.unibe.edu.ec/index.php/qualitas/article/download/57/71>
- Pinto, S., Muñoz, M. & Caro, J. (2018). Uso de tecnologías de información y comunicación en adultos mayores chilenos. *Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología y Sociedad*, 143–160.
- Programa de Naciones Unidas. (23 de 07 de 2021). *undp.org*. Obtenido de <https://www.undp.org/es/blog/la-evolucion-de-la-brecha-digital>
- Quinn, K. (2018). Cognitive effects of social media use: A case of older adults. *Social Media and Society*, Obtenido de doi:10.1177/2056305118787203
- Ramírez-Correa, P., Painén-Aravena, G., Alfaro-Peréz, J., Mariano, A. M., & Machorro-Ramos, F. (2019). Hedonic motivations for social networking sites use by elderly: An exploratory study in Chile. [Motivaciones hedónicas para el uso de sitios de redes sociales por adultos mayores: Un estudio exploratorio en Chile] *RISTI - Revista Iberica De Sistemas e Tecnologias De Informacao*, (E17), 563–570. Retrieved from www.scopus.com
- Racham, P., Techatassanasoontorn, A., & Kaewkitipong, L. (2022). Old But Not Out: Social Media Use and Older Adults' Life Satisfaction. *Australasian Journal of Information Systems*, 26. <https://doi.org/10.3127/ajis.v26i0.3269>
- Rook, K. (2015). Las redes sociales en la tercera edad: sopesando los efectos positivos y negativos para la salud y el bienestar. *Current Directions in Psychological Science*,

- 24(1), 45–51. <https://www.psychologicalscience.org/uncategorized/las-redes-sociales-en-la-tercera-edad-sopesando-los-efectos-positivos-y-negativos-para-la-salud-y-el-bienestar.html>
- Saldarriaga, F. (2018). http://www.sdp.gov.co/sites/default/files/diag_adul_mayor.pdf. Obtenido de Diagnostico de los adultos mayores en Colombia.
- Secretaria de integracion social. (12 de Junio de 2021). ¿Cómo usan la tecnología las personas mayores? Obtenido de <https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/116-otras-noticias/4517-como-usan-la-tecnologia-las-personas-mayores#:~:text=Uno%20de%20los%20mayores%20beneficios,su%20autonom%C3%A9a%20personal%20y%20social>.
- Secretaria de Salud de Bogota. (2 de marzo de 2022). Salud Capital. Obtenido de Saludata Observatorio de Bogota: <https://saludata.saludcapital.gov.co/osb/index.php/datos-de-salud/demografia/piramidepoblacional/>
- Silva, F., Scortegagna, S. A., & De Marchi, A. C. B. (2018). Facebook as a social support environment for older adults. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1-11. doi:10.11144/JAVERIANA.UPSY.17-3.FSSE. Retrieved from www.scopus.com
- Sunkel, G., & Ullmann, H. (2019). Las personas mayores de América Latina en la era digital: superación de la brecha digital. *Revista de la CEPAL*, 2019(127), 243–268. <https://doi.org/10.18356/db143bd3-es>
- Thumala, D., Arnold, M., Massad, C., Herrera, F. (2015). Inclusión y exclusión social de las personas mayores en Chile. *Facultad de Ciencias Sociales (FACSO) de la Universidad*.
- Vilte, D., Saldaño, V., Gaetán, G., & Martin, A. (2015). Identificando barreras en la interacción con facebook: : una experiencia con adultos mayores de la Patagonia Austral. *Informes Científicos Técnicos*, 249-268. doi:DOI: <https://doi.org/10.22305/ict-unpa.v7i2.135>
- Villegas, Dieg. (2019). La importancia de la estadística aplicada para la toma de decisiones en Marketing. *Investigación y Negocios, Sucre*, v. 12, n. 20, p. 31-44, Disponible en http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2521-27372019000200004&lng=es&nrm=iso
- Xie, B., Watkins, I., Golbeck, J., & Huang, M. (2012). Understanding and changing older adults' perceptions and learning of social media. *Educational Gerontology*, 38(4), 282-296. doi:10.1080/03601277.2010.544580

Anexo 1. Instrumento de Aplicación

Proyecto: Análisis del nivel de penetración en el uso de redes sociales en adultos mayores en Bogotá					
<p>Primero que todo los investigadores de la universidad EAN agradecen su tiempo por atender nuestra invitación por contestar la presente encuesta. El desarrollo de la misma tomará el tiempo que usted considere necesario para desarrollar cada pregunta que el formulario expone. Una vez más, gracias por su interés en contribuir a la comunidad académica permitiendo conocer aspectos de la vida cotidiana de nuestra comunidad.</p>					
<p>Instrucciones: La presente encuesta pretende comprender aspectos de su vida cotidiana con el uso y manejo de las redes sociales. Con el fin de comprender desde un enfoque científico la relación de los adultos mayores con las redes sociales. La información suministrada es de carácter confidencial y anónimo, por lo que agradecemos contestar de manera sincera. Sientase cómodo y libre de hacer cualquier pregunta a los encuestadores o evaluadores, quienes estarán a gusto respondiendo sus preguntas y guiando en el desarrollo del instrumento.</p>					
Documento:	Encuesta				
Fecha de Aplicación:					
Via de Aplicación:	Formulario Google Forms: https://docs.google.com/forms/d/1QREVvqqQNY29mbI2Ec-8oy64NrHrCBJDg0junI7Es/viewform?ts=5f45daa1&edit_requested=true				
Pregunta	Opciones de respuesta				
¿En qué rango de edad te ubicas?	Entre 50 a 60 años	Entre 61 a 70 Años	Mas de 71 Años		
¿Cuál es tu grado de escolaridad?	Basica primaria	Bachillerato	Profesional	Especialización	
¿Cuál es tu estrato?	1 y 2	3 y 4	5 y 6		
¿Tienes celular?	SI	NO			
¿Para qué lo usas?	Solo llamadas	Llamadas y Whatsapp	Llamadas, whatapp y Redes sociales	No tengo celular	
¿Usas Redes sociales?	SI	NO			
¿Qué red social tienes?	Facebook	Instagram	Twitter	Todas las anteriores	No tengo redes sociales
¿Te gustaría aprender a manejarlas?	SI	NO			
¿Cuánto tiempo durante el día usas el celular?	Hasta 3 horas diarias	entre 3 y 6 horas diarias	mas de 6 horas diarias		
¿Tienes computador o Tablet e Internet en tu casa?	solo computador	solo tablet	tablet e internet	computador e internet	ninguna de las anteriores
¿Qué Hobbies o aficiones tienes?					
¿Cuánto tiempo libre tienes al día?	Hasta 3 horas diarias	entre 3 y 6 horas diarias	mas de 6 horas diarias		
Si pudieras aprender algo nuevo, ¿qué sería?					
¿Con quién Vives?	Compañero (a) permanente	Hijos o nietos	solo	otros familiares	

Muy buen trabajo de investigación, con algunas posibilidades de mejora en cuanto a forma, indicadas con control de cambios en el documento.

Después de revisar el cumplimiento de los objetivos propuestos se encuentra que solamente falta el análisis de correlación:

- Medir la correlación entre el uso de las redes sociales por adultos mayores y su inclusión social en Bogotá.

NOTA: 95/100