



La apropiación tecnológica, un aliado clave para mejorar la calidad de vida de pensionados en Bogotá D.C

CINDY LORENA BAUTISTA FRANCO

ANDREA NATHALIA GARCÍA PEÑA

PAOLA ANDREA LOZANO GÓMEZ

VANESSA PIÑEROS ZAMBRANO

ERIKA ANDREA ROJAS GUTIÉRREZ

Universidad EAN

RESUMEN

El presente trabajo contiene el resultado derivado de un proceso de investigación sobre el nivel de calidad de vida y apropiación tecnológica de las personas pensionadas en la ciudad de Bogotá D.C, basados en una investigación cuantitativa a través de la evaluación de los criterios que contempla el instrumento “Escala FUMAT”. Se presenta una contextualización, antecedentes, estudio de la teoría de la continuidad y actividad en la vejez, análisis de los resultados más relevantes respecto a el bienestar emocional, bienestar físico, bienestar material, relaciones interpersonales, inclusión social, desarrollo personal y apropiación tecnológica.

Como parte del análisis, se concluye que envejecer es un proceso natural e inapelable en esta evolución. Los adultos van presentando cambios, mientras que algunas habilidades físicas van decreciendo, otras se intensifican, como la capacidad intelectual y la experiencia de vida. Estas características pueden ser percibidas de manera positiva o negativa dependiendo las condiciones de envejecimiento del adulto. Así mismo, se evidencia que los adultos pensionados, son afines y presentan algún tipo de interacción con herramientas tecnológicas, no obstante, se deben contemplar modelos tecnológicos incluyentes para esta etapa pensional.

Palabras clave: *Pensionados en Colombia, jubilación, retiro laboral, calidad de vida, salud física y mental, apropiación tecnológica.*

“El trabajo dignifica al hombre”

Karl Marx

INTRODUCCIÓN

Envejecer es un proceso natural e inapelable, en esta evolución se presentan cambios; mientras que algunas habilidades físicas van decreciendo otras se intensifican, como la capacidad intelectual y la experiencia de la vida, siendo esto un factor de oportunidad y no un problema. Esta nueva realidad de los adultos jubilados, posterior a una etapa laboralmente activa, puede ser abrumadora, dado que puede desencadenar como consecuencia en una crisis en su estado económico, psicológico, social, salud y familiar.

La etapa del retiro pensional debería ser vista como una oportunidad para dedicar tiempo a aquellas actividades que no realizaron durante su vida adulta, dadas las múltiples ocupaciones laborales, limitación de recursos y disponibilidad de tiempo. Y de esta manera aportar a la prevención de los efectos secundarios sufridos por la inactividad laboral, la cual puede llegar a afectar la salud física y mental.

Teniendo en cuenta lo anterior el presente trabajo pretende identificar el nivel de calidad de vida y apropiación tecnológica de las personas pensionadas de Bogotá, para establecer estrategias que permitan contribuir en la mejora de su salud mental y física para esto se utilizó una metodología de índole cuantitativa en donde se ampliará el conocimiento que se tiene sobre el nivel de apropiación tecnológica y la calidad de vida, mediante la aplicación de una encuesta adaptada de la escala FUMAT.

1. ANTECEDENTES

Los profesionales próximos para pensionarse han de encontrar en este momento de la vida una oportunidad para intervenir educativamente y una actitud positiva en su nueva situación, que conlleva un cambio en su modo personal de vivir, de pensar y de conducirse ante el retiro del trabajo y todo lo que ello implica (Meza y Villalobos, 2008).

Trabajar durante toda la vida y tener una transición hacia la inactividad laboral es uno de los momentos en los que más riesgo se corre de padecer una depresión (Lacalle, 2016)

Conforme al censo de 2018, para el año 2019 se proyectó un total de 6.509.512 personas de 60 años o más, en Bogotá (15,4%) las personas adultas mayores de 60 años se concentran en Bogotá, Antioquia y Valle del Cauca, que en su orden representan dentro del total nacional el 15,3%, el 14,1% y el 10,6% (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, DANE, 2018)

Esta situación está en línea con la tendencia que se presenta en toda Latinoamérica con relación a la disminución de la tasa de fecundidad, lo que hace que existan cada vez menos niños y que, a largo plazo, la población envejezca. Así mismo, existen diferentes proyecciones económicas, entre ellas la de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal), muestran que los adultos mayores representan cerca de 20% de la población colombiana actual y se calcula que para 2050 aumentará siete veces, mientras que el grupo entre 15 a 59 años no llegará ni a duplicarse. (Cepal, 2018) Lo que nos lleva a orientar esta investigación en las oportunidades que existan para promover Silver Economy en esta parte de la población.

Un informe del Banco Interamericano de Desarrollo destacó que, bajo las condiciones de mercado actuales, los aportes que realizan las personas no son suficientes para financiar la totalidad de la pensión que reciben. En él, Colombia clasifica como séptimo en la región con un monto mayor de subsidio del Estado en la pensión. Lo que hace necesario focalizar una solución que contribuya a obtener nuevas fuentes de ingreso, ajustada a las habilidades y capacidades del segmento y con base en ello, aprovechar sus conocimientos y experiencias, haciendo parte activa de la sociedad. (Editorial la república, 2018)

Basados en los datos relacionados, evidenciamos que existe un gran reto; y es la preparación como sociedad para esta etapa de la vida, no se generan condiciones dignas de planeación que permitan vivir una vejez digna.

En la actualidad se evidencia que parte de las estrategias de promoción y bienestar de salud de los pensionados, están enfocadas en actividades didácticas o deportivas, pero no se identifica que estas estrategias de bienestar estén orientadas al aprovechamiento de recursos tecnológicos.

2. MARCO TEÓRICO

Con el propósito de entender y conocer la importancia de la calidad de vida y la apropiación tecnológica de las personas pensionadas; es necesario comprender las teorías relacionadas con esta transición, siendo estas las bases que sustentan la presente investigación (la teoría de la actividad y continuidad, calidad de vida y apropiación tecnológica en la vejez).

2.1. Teoría de la actividad y continuidad en la vejez

El concepto de actividad tiene un protagonismo esencial, pues a través de ella se produce la creación de sentido y en ella se integran los aspectos prácticos, emocionales, relacionales y cognitivos. El desarrollo completo de nuestro ciclo y en sí, nuestro propósito a lo largo de nuestra vida. (Guitart, 2010) Este concepto representa lo que muchas personas relacionan con la importancia de mantener una vida activa, como factor determinante en el desarrollo del bienestar.

A. S. Leontiev, sistematizó el estudio de la actividad, dando lugar a la Teoría de la Actividad, sobre la base del principio de la psicología histórico-cultural de que la actividad intelectual no está separada de la actividad práctica. Él la definió en la siguiente manera (Rodríguez, 2017):

"Las actividades se componen de acciones, que son sistemas de coordinación al servicio de fines que, a su vez, representan pasos intermedios de cara a satisfacer el motivo. Las acciones, a su vez, se componen de operaciones, o medios por los que se lleva a cabo una acción bajo condiciones específicas"

La actividad tiene un sentido amplio en la vida de los individuos, porque se articulan las emociones, pensamientos, objetivos, sentimientos, decisiones, entre otros. En conclusión, el desarrollo completo de una persona se encuentra articulado entre la actividad intelectual y la actividad física como propósito de vida.

Existe un sentir popular que la actividad en las personas mayores no solamente ayuda a un buen envejecimiento, sino que también ayuda a sobrevivir ante determinados procesos de enfermedad. La teoría de la actividad es muy conocida y sirve de argumento teórico a

muchas prácticas de animación entre los mayores y a otros programas de envejecimiento activo. En este sentido podemos decir que mientras más ocupada esté el adulto mayor afrontará de mejor manera los retos que con la edad se atañen ya sean físicos o emocionales.

Por otra parte, la teoría de la continuidad afirma que la última etapa de la vida prolonga las etapas anteriores. Por tanto, los hábitos, gustos y estímulos personales de vida adquiridos y elaborados a lo largo de todo el período anterior de vida persisten en la vejez y el mejor índice de predicción de los comportamientos de una persona mayor en una determinada situación continúa siendo su conducta anterior, lo que influirá en la adaptación social a la vejez y a una de sus consecuencias: la jubilación (Atchley, 1972)

La teoría de la continuidad basada en la teoría de la actividad concibe al individuo en permanente desarrollo. La llegada de la jubilación para una persona no implica necesariamente la paralización o cese del crecimiento humano y social. En esta etapa se mantiene la capacidad para crear o sobreponerse a experiencias adversas provenientes de los distintos ámbitos que le rodean (salud, social y psicológico.)

El proceso de adaptación a los cambios en la vejez adquiere garantías de éxito cuando el individuo ha continuado en actividad. La continuidad es la clave y puede ser entendida en sí misma como un objetivo a conseguir para lograr esta adaptación.

En gran medida las habilidades y actividades que el ser humano desarrolle en la juventud influyen en la transición progresiva a la vejez logrando que el cambio en dicha etapa de la vida no se genere de forma abrupta, inclusive dichas actividades pueden permanecer cuando se llega a esa etapa de la vida y de igual forma se pueden disfrutar logrando un impacto positivo en el ser humano tal como lo menciona la teoría de la actividad y continuidad.

2.2. Calidad de vida en la vejez

Llegar a la vejez puede desencadenar situaciones de estrés que afectan emocionalmente al individuo, las causas dependen en cierta medida de los cambios físicos, psicológicos y sociales, sin embargo, algunas personas logran adaptarse de mejor manera en esta etapa gozando de una mejor calidad de vida, asimismo según un estudio transcultural llevado a cabo por Yoon (2008) determinó que los principales factores psicosociales

indicativos de envejecimiento exitoso serían: salud física, estabilidad económica, cohesión familiar, disfrutar de una red de apoyo social, tener claro el sentido de la propia vida y percibir que ésta se controla, mantener un óptimo nivel de funcionamiento cognitivo, disponer de una amplia variedad de estrategias de afrontamiento, percepción de control sobre el dolor por la muerte de un ser querido y por situaciones de viudedad y contar con mecanismos y estrategias para justificarse a uno mismo los resultados vitales negativos.

Indudablemente, la actitud del individuo ante la etapa pensional determina en buena medida su grado de adaptación a ella. En dos polos opuestos se situarían, por un lado, aquellas personas que toman un posicionamiento sumamente negativo en torno a su pensión, entendiéndolo que ésta supone «el principio del fin» (Leturia et al., 1993), puesto que la persona pensionada ha dejado de ser útil y «está de sobra». En el polo opuesto, sin embargo, se hallarían todas aquellas personas para quienes la pensión supone la consecución de una meta deseada con anterioridad, pero a su vez un período en el que se emprenden nuevos proyectos personales y se asumen nuevos roles que le permiten crecer y autorrealizarse como persona. (Ferradás y Rodríguez, 2016).

Teniendo en cuenta lo anterior podemos identificar los diferentes cambios a los que se ve expuesta la persona pensionada, los cuales impactan en su calidad de vida de manera positiva o negativa, siendo la actitud y la red de apoyo los aspectos que definen el impacto en esta etapa.

2.3. Apropiación tecnológica

Según San Martín y Guisen (2016), las TIC se definen como aquel mecanismo que debe responder a un enfoque socio técnico que posibilite la inclusión social de quien lo utiliza, en un determinado contexto de trabajo colaborativo, siendo parte de una actividad conjunta (pensamiento sistémico) así la participación del sujeto en dicho conglomerado no sea significativa o evidente. (San Martín y Guisen 2016, citado por Vasquez, García, Valencia, Gabalán, 2019)

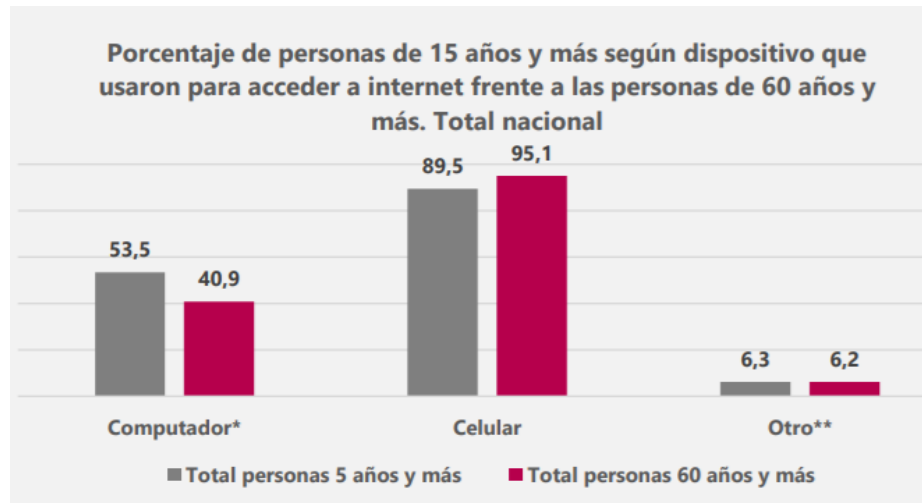
Es decir, una tecnología que sirva como herramienta para generar dinámicas menos excluyentes, potenciadoras de las capacidades de los individuos, sus contextos y posibilitadoras de comunicaciones efectivas, que permitan ejercer y gozar de los derechos

individuales y colectivos, en función de verdaderas prácticas educativas mediatizadas -PEM (Ossa, 2015, citado por Vasquez, García, Valencia, Gabalán, 2019).

Según Mogollón-González (2014), entre más incluido se sienta el adulto mayor en el uso de las TIC, a través del acceso a internet y demás equipamientos, mejor será su avance cognitivo respecto al mundo digital; pero esto debe ser claro no solo para el adulto sino para su comunidad. Esto denota la gran importancia de incluir, educar y fomentar el uso de las TIC en este grupo poblacional, para su inclusión social y su desarrollo en esta etapa. (Vasquez, García, Valencia, Gabalán, 2019)

La tecnología que está inmersa en el diario vivir, el internet siendo un insumo necesario al que es difícil de prescindir. Por ello es significativo estudiar el nivel de apropiación de esta población dado la importancia de las conexiones a través de internet, que se ha podido evidenciar en gran medida en la coyuntura de salud por el COVID-19 a nivel mundial, muchas de las personas que no utilizaban el internet ni ningún tipo de dispositivo móvil para comunicación lo empezaron a usar para mantener el contacto con sus seres queridos, las video llamadas fueron la solución más óptima para dicho contacto, creando con esto una sensación de cercanía y de cierta sintonía a nivel tecnológico, con su familiares y amigos. Las oportunidades de aprendizaje para esta población también se vieron aumentadas, pero así también puede que muchos no estuvieran listos para este cambio, por esta razón requieren acompañamiento en el aprendizaje y uso de los mismos.

En este sentido se puede describir el nivel de utilización que las personas mayores le están dando a las tecnologías, el porcentaje de personas de más de 60 años que han accedido a internet desde un dispositivo móvil era de un 95.1% dato que puede haber variado para 2020, cuando se decretó pandemia (DANE, 2019). Muchos de estos usos, adecuados o no, se ven afectados directamente por su nivel educativo, su capacidad de adaptación a los cambios y su nivel de actividad mental que les permita ir aprendiendo en este mundo tan cambiante, tal como se muestra en la imagen a continuación:



Fuente: DANE, 2019, Adulto mayor en Colombia,
<https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/presentacion-caracteristicas-generales-adulto-mayor-en-colombia.pdf>

Con base en lo anteriormente expuesto, se puede inferir que se requieren prácticas más inclusivas en el uso de las tecnologías para los adultos mayores, que vayan acorde con su nivel de aprendizaje y su nivel de retención, en un mundo cambiante los pensionados necesitan ser activos en las nuevas tecnologías y el internet, ya que sigue siendo una fuente de aprendizaje, un motivador para seguir siendo activos, que se informen y sigan comunicándose con sus seres queridos, la vida en línea no debe ser excluyente de oportunidades para ningún grupo etario, y puede ser aprovechado para que la salud y actividad de estas personas no se vea deteriorada, las personas mientras más activas, afrontan mejor cualquier situación.

Por consiguiente, la apropiación tecnológica se puede convertir en un aliado y puede brindarles herramientas a este segmento de la población para que sigan desarrollando actividades que sean de su agrado, que puedan adquirir conocimientos y habilidades que posiblemente nunca contemplaron realizar en etapas más jóvenes, pero también es importante brindarles ese acompañamiento en el uso y manejo de las tecnologías entretanto se va a avanzando en las etapas de aprendizaje.

Finalmente, teniendo en cuenta las teorías expuestas anteriormente, se puede decir que, las personas bajo el componente cognoscitivo desarrollan pensamientos, conocimientos, habilidades y destrezas que van a verse reflejados por medio de los

comportamientos y que van a ser aplicados en diferentes contextos en la sociedad. No obstante, algunos de los comportamientos que se adquirieron durante la juventud en cierta medida van a presentar cambios al llegar a la jubilación, de igual forma es importante que las personas pensionadas sigan con el desarrollo de actividades relacionados en la teoría de la continuidad que les permita seguir aportando a su calidad de vida a través del aprovechamiento de la tecnología.

3. METODOLOGÍA Y HALLAZGOS

3.1. Metodología

La presente metodología se enmarca en una investigación exploratoria de índole cuantitativa con el objetivo de identificar los diferentes aspectos que impactan la calidad de vida y apropiación tecnológica en las personas pensionadas y las que están en proceso de jubilación en los diferentes regímenes pensionales en la ciudad de Bogotá D.C, para lo cual se propuso evaluar las condiciones de vida relacionadas con la salud (CVRS), utilizando los aspectos del instrumento de la “Escala FUMAT” con la que se abordan 6 de las 8 dimensiones que menciona la referida herramienta, por considerar que son las que apuntan al cumplimiento del objetivo de este estudio, adicionalmente se incluye otra, la dimensión de apropiación tecnológica que no la considera la herramienta antes señalada y de esta forma se trabajó con un total de 7 dimensiones.

La referida escala se utiliza para evaluar de forma objetiva la calidad de vida de los usuarios de servicios sociales, de las siguientes dimensiones; bienestar emocional, bienestar físico, bienestar material, relaciones interpersonales, inclusión social, desarrollo personal, autodeterminación y derechos.

El propósito de esta escala es identificar en la práctica el perfil de una persona jubilada promedio en la Ciudad de Bogotá, para poder realizar planes individuales de apoyo y una supervisión más fiable de los progresos y resultados de los mismos (Verdugo, Gómez, y Arias, 2009, citado por Sanabria, 2016, p.23).

Como uno de los objetivos de la investigación es conocer la calidad de vida de las personas pensionadas en Bogotá, se ha empleado la técnica de encuesta por muestreo aplicando la escala FUMAT donde se podrá evidenciar las preferencias y sentir, de éstos frente a su situación actual de pensionados.

El cálculo del tamaño de la muestra de pensionados en Bogotá fue basado en datos obtenidos del Ministerio de Trabajo de mediados del 2020, quien manifiesta que a esa fecha existían 2.380.423 pensionados, de los cuales 1.438.000 pertenecen a Colpensiones y el resto distribuido entre las 4 instituciones restantes (Protección S.A, Porvenir S.A., Colfondos Pensiones y Cesantías, Old Mutual.).

Según datos de Colpensiones, Bogotá es la ciudad con mayor número de pensionados, concentrándose en ella el 29% de beneficiarios (Colpensiones 2021) Tomando en cuenta el comportamiento que presenta el número de los beneficiarios de Colpensiones, se asumió que esa misma tendencia tendrían las demás entidades homologas, ya que no se pudo obtener información más precisa al respecto, en tal sentido y partiendo de esa premisa , sumando los pensionados de todas las AFP, se puede inferir que Bogotá tiene un total de pensionados 690,323 aproximadamente; convirtiéndose este valor en el universo de estudio.

3.1.1. Cálculo de Tamaño de Muestra

Para efectos del cálculo de la muestra, se tomó un universo de 690.323 pensionados que se estima existen en Bogotá D.C, se tomaron en cuenta algunos criterios de inclusión para la selección y afijación de la muestra siendo estos: para mujeres pensionadas entre 57 y 75 años y hombres pensionados entre 62 y 75 años y que residan en Bogotá; los criterios de exclusión fueron los adultos dependientes de otras personas para realizar las actividades de la vida diaria y adultos con patologías mentales que impidan la toma de decisiones. La fórmula utilizada en este caso es para trabajar solamente con inferencias de porcentajes, con un nivel de confianza del 90%; un margen de error de 8% , lo que nos aportó un tamaño de muestra de 106 pensionados, según el cálculo siguiente:

Formula	Desarrollo
$n = \frac{N * Z^2 * P * Q}{E^2 (N-1) + Z^2 * P * Q}$	$n = \frac{690.323 * 1,65^2 * 0,5 * 0,5}{0,08^2 (690.322 + 1,65^2 * 0,5 * 0,5)}$
	$n = \frac{690.323 * 2,72 * 0,5 * 0,5}{0.0064 * 690.322 + 2,72 * 0,5 * 0,5}$
	$n = \frac{469.542}{4.418,74}$
	$n = 106$

Por lo tanto, nuestra muestra fue $n = 106$, $N =$ Población o Universo = 690.323 personas pensionadas, $Z =$ Nivel de confiabilidad = 90% = 1,65 elevado al cuadrado = 2,72 (el 1,65 es un valor que sale de la curva normal, o campana de Gaus para el 90% de confiabilidad), $E^2 =$ error máximo admisible es del 6% elevado al cuadrado, 0,06 al cuadrado 0.0036, $P =$ Probabilidad de éxito = 0,50, $Q =$ probabilidad de fracaso $(1 - P) = (1 - 0,50) = 0,50$, $n =$ Es el tamaño de la muestra a investigar.

3.2. Instrumento:

[Cuestionario para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor](#)

3.3. Hallazgos:

Los principales hallazgos de la encuesta para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor ejecutada en la Ciudad de Bogotá, durante el período comprendido del 13 al 23 de septiembre fueron los siguientes: Se captaron en total 132 respuestas, de las cuales 108 corresponde a personas ubicadas en la ciudad de Bogotá, de los 108 encuestados, el 56% (60n) corresponden a género femenino, el 44% masculino.

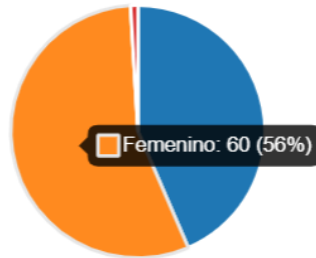


Figura 1, fuente: Encuesta para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor, elaboración propia, 2021

El promedio de edad de las mujeres encuestadas es de 60 años, mientras que los hombres oscilan alrededor de los 65 años, siendo acorde con la población objeto de estudio, en cuanto al estado civil se evidencia que el 50% están casados y el 38% no cuentan con un/a compañero/a, siendo esta red de apoyo primaria y su ausencia en este ciclo vital podría estar relacionado con los resultados evidenciados en la dimensión emocional (ver siguiente apartado).

En cuanto al nivel de escolaridad es llamativo que el 31% y 27% tienen un título universitario y de posgrado respectivamente, el 31% son técnico y/o tecnólogos, lo que lleva a pensar que gran parte de su vida la dedicaron ejerciendo su profesión por lo que un cese de actividades de manera definitiva podría desencadenar afectaciones en su calidad de vida.

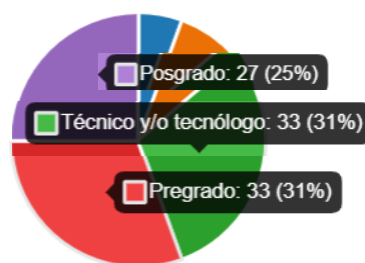


Figura 2, fuente: Encuesta para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor, elaboración propia, 2021

Respecto a la situación laboral se evidencia que el 80% se encuentra pensionados o están en proceso de este, siendo un alto porcentaje de personas que pudiesen estar

interesadas en participar en estrategias que les permita amenizar el proceso de transición de la jubilación.

Finalmente el 91% de las personas encuestadas pertenecen a los estratos 3, 4 y 5, lo que denota un poder adquisitivo medio/alto, en concordancia con sus ingresos mensuales, en donde el 70% indica que los mismos superan los 2 SMMLV, siendo esto favorable para aumentar la probabilidad que estén interesados en la adquisición de herramientas que contribuyan a mejorar su calidad de vida, sin embargo alrededor del 9% pertenecen al estrato 2, lo cual podría afectar las diferentes dimensiones de la calidad de vida.

Bienestar emocional:

La situación emocional es vital para la salud mental del individuo, según el presente estudio se pudo evidenciar que a pesar de que la mayoría (66,4%) de personas pensionadas refirió sentirse satisfecho con su vida, hay un porcentaje importante para considerar (8,4%) que refiere no estarlo o que con frecuencia no lo están (25.2%), lo que lleva a crear una hipótesis sobre las necesidades insatisfechas en esta población. Adicionalmente, cerca de un (26%) refiere en esta etapa de su vida sentirse inútil, interpretándose que de acuerdo con la teoría de continuidad que el cambio en la actividad laboral que ejercían y la distribución del tiempo libre no está siendo equilibrado o bien aprovechado, finalmente al evaluar la satisfacción consigo mismo y sus sentimientos de inseguridad se encontró que el (21.3%) manifiesta que algunas veces o nunca se han sentido satisfechos. En general se puede decir que los pensionados presentan desbalances en su bienestar emocional, que podría satisfacerse con diferentes estrategias de atención a ese grupo, que pudiesen ser estructuradas y planteadas para su consideración.

Relaciones interpersonales:

Se evidencia que del total de personas pensionadas o próximas a hacerlo un (94.4%) indica participar en diversas actividades de ocio que le interesan, por lo que se puede deducir que existe una alta probabilidad que las mismas accedan a estrategias que contribuyan al desarrollo interpersonal, por otra parte, un porcentaje muy representativo

(97,3%) refiere que realizan actividades que le gustan con otras personas, lo que indica que hay una casi unánime disposición de generar relaciones permanentes con la sociedad, siendo un aspecto clave en la construcción de estrategias que involucren estos componentes. Por otro lado, se evidencia un porcentaje un tanto relevante (35,2%), que manifestaron no estar interesados en establecer relaciones de amistad, aspecto importante en cuanto al planteamiento de la solución, para que cuente con características atractivas que nos permitan llegar a esta población.

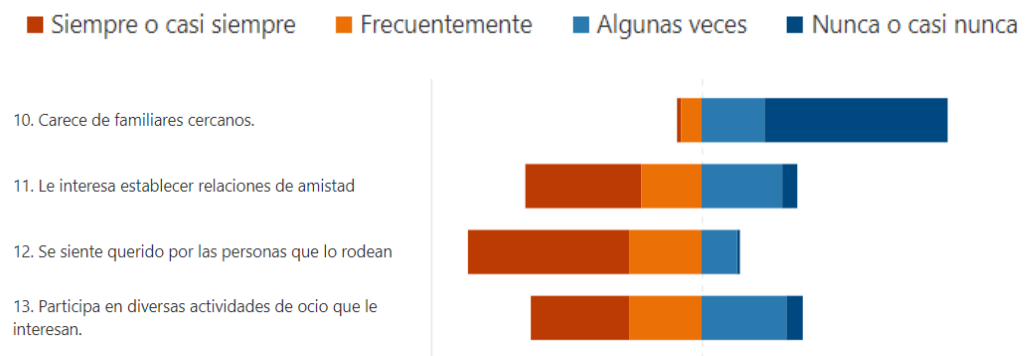


Figura3, Fuente: Cuestionario para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor, elaboración propia, 2021

Bienestar material:

Se evidencia que el lugar donde viven las personas es confortable, teniendo una representación del (96%), lo que indica que podrían contar con espacios agradables para desempeñar diversas actividades en casa. También se encontró que el (24%) manifiesta no estar satisfecho con su jubilación, lo que nos lleva a indagar las razones, las cuales podrían estar asociadas con lo explicado previamente en la investigación, ingreso pensional bajo, falta de actividad física, relacionamiento social, etc. Mientras que el (12%) se queja de su pensión, lo que lleva a reflexionar que existe un desequilibrio con relación al ingreso en esta etapa de la vida, el cual podría suplirse con el desarrollo de actividades adicionales que permitan mantener activas a las personas, generando un ingreso extra y mejorando su calidad de vida.

Desarrollo personal:

El (91,7%), de la población pensionada o en proceso indica que puede leer información básica para la vida cotidiana, lo cual es positivo porque su nivel cognitivo sigue siendo alto, lo que quiere decir que puede seguir aprendiendo nuevos modelos de aprendizaje. Mientras que la suma de las preguntas; Dificultad para resolver problemas con eficacia, manejar conceptos matemáticos básicos, comprender la información que reciben y adaptarse a situaciones inesperadas, representa un (23%), un porcentaje que permite plantear estrategias de inclusión que contribuyan al bienestar físico y mental de las personas, de esta manera generar soluciones metodológicas que se adaptan a estas necesidades.



Figura 4, Fuente: Cuestionario para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor, elaboración propia, 2021

Bienestar físico:

Resultado de esta dimensión, se evidencia que un alto porcentaje (93,5%), no cuenta con alguna limitación o problemas de movilidad, lo que permite deducir que existe oportunidad en cuanto a la formulación de estrategias para las transmisiones de conocimiento, dado que se cuenta con las condiciones físicas para desarrollarlas de manera apropiada, sin embargo, existen factores que se deben tener presente en cuanto al diseño del modelo que nos permita ser inclusivos y que el mismo este adecuado a las condiciones de nuestro segmento objetivo, tales como él (32,4 %) indican tener dificultades de audición, (37,1%), revelan contar con dificultades de visión que le

impiden realizar sus tareas habituales y (33,4%) manifiesta tener problemas para recordar información importante para la vida cotidiana (caras familiares, nombres, etc.).

Autodeterminación:

En este componente es llamativo evidenciar como alrededor del 72% de las personas encuestadas hace planes sobre su futuro, muestra un alto grado de determinación, autonomía y actitud positiva frente a lo que quieren hacer posterior a su etapa de pensión. Frente a la elección de como pasar su tiempo libre el 64.8% son autónomos de tomar esta decisión, finalmente tan sólo el 2.8% considera que son otras personas quienes toman decisiones importantes en sus vidas. En general se puede decir que la mayoría de los pensionados o en proceso de hacerlo tienen un alto grado de autodeterminación para tomar decisiones frente a su vida personal.

Apropiación tecnológica:

En las variables abordadas en esta dimensión, se evidencia que el (72,2%) actualmente presenta interacción con alguna herramienta tecnológica, lo cual es positivo porque pueden encontrar en la tecnología un aliado importante que les permita llevar a cabo diferentes actividades que contribuyen a mejorar su calidad de vida.

Con relación a la variable “considera que las herramientas tecnológicas podrían beneficiar su vida cotidiana” el (27,8 %) indica que eso sucede algunas veces, lo que nos permite analizar que el uso de herramientas tecnológicas debe venir acompañado de capacitación sobre el uso y el manejo adecuado, como un factor inclusivo en esta población. Para complementar este análisis, se evidencia en la pregunta “Estaría dispuesto a incorporar dentro de su vida cotidiana un mayor uso de las herramientas” que el 66,7% lo harían de manera frecuente, lo que genera una oportunidad de brindar soluciones tecnológicas que funcionen como herramientas para generar dinámicas menos excluyentes, potenciadoras de las capacidades de los individuos en esta etapa.

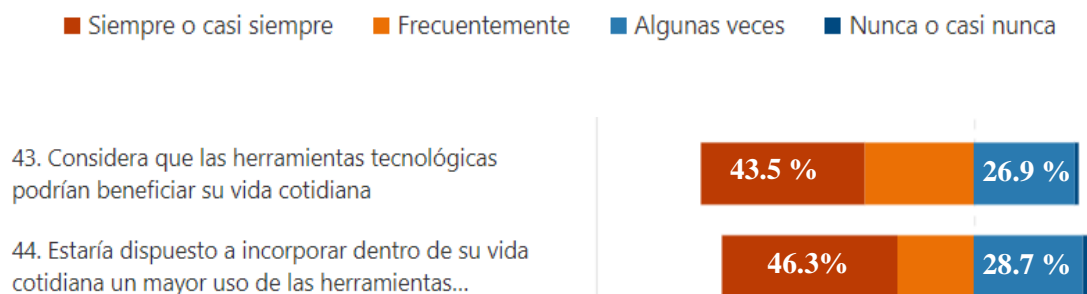


Figura 5, fuente: Cuestionario para evaluar la calidad de vida y apropiación tecnológica en el adulto mayor, elaboración propia, 2021

El 52,7% indica que algunas veces o casi nunca el uso de las herramientas tecnológicas ha sido incluyente para los adultos mayores; lo que afirma lo anteriormente planteado, se deben buscar soluciones integradoras y retadoras que ayuden a aportar en el crecimiento personal de esta población, como se indica en la teoría de la continuidad que los adultos en esta etapa encuentren soluciones que integren su conocimiento, experiencia, dificultades y aportes.

4. CONCLUSIONES

Se concluye que el nivel de apropiación tecnológica es alto en la etapa pensional, sin embargo, de acuerdo con los resultados de la investigación, se debe ser más incluyente en las soluciones que ofrecen los diferentes actores del mercado, dado que el reto es volver el factor tecnológico un factor inclusivo, donde se generen dinámicas que potencien las capacidades de esta población. En este proceso inclusivo, se proponen soluciones de conocimiento, como capacitaciones y acompañamiento en la adaptación al uso de nuevas tecnologías.

Se hace necesario focalizar en una solución tecnológica que contribuya a obtener en la calidad de vida en la etapa pensional, en donde se pueda incentivar a esta población a ser parte activa de la sociedad a través de su conocimiento y experiencia, generando un valor agregado en su calidad de vida.

Se logra medir e identificar que el nivel de calidad de vida en general es medio/alto de los pensionados en la ciudad de Bogotá, no obstante, se evidencia que existen diferentes factores que pueden influir en ella de manera negativa, sobre los cuales se puede trabajar. Es importante tener en cuenta que, de acuerdo con la teoría de la continuidad en la vejez se concibe al individuo en permanente desarrollo, por lo que se deben generar espacios y/o estrategias que propicien involucrarlos en actividades guiadas para mejorar la transición de la etapa laboral a la pensional, de modo que, les permita vivir una vejez digna.

Se concluye que los factores que afectan la calidad de vida es la falta de actividad y ocupación del tiempo de ocio en la etapa pensional; lo que desencadena diferentes sentimientos negativos y afectación en los aspectos mentales de los pensionados, entre ellos, el no estar satisfechos con ellos mismos, intranquilidad, sentir que no contribuyen a la sociedad, inseguridad y depresión. Ahora bien, respecto a la alfabetización digital su impacto de da porque los modelos actuales no cubren las necesidades particulares mentales, físicas y personales de los mismos, si no, por el contrario, están creados de manera estándar lo que no permite esta inclusión digital para este segmento.

Con base en lo anterior, se hace necesario contar con estrategias que contribuyan de manera positiva a la calidad de vida de los pensionados, buscando aprovechar sus habilidades mediante la ocupación y transmisión de conocimiento a través de un mecanismo adecuado a sus características y necesidades físicas y mentales.

REFERENCIAS

- CEPAL. (2018). Los efectos y desafíos de la transformación demográfica en América latina y el Caribe. Recuperado de: <https://www.cepal.org/es/enfoques/efectos-desafios-la-transformacion-demografica-america-latina-caribe>
- COLPENSIONES. (2021). Colpensiones en cifras. Enero 2021. Recuperado de: https://www.colpensiones.gov.co/Publicaciones/colpensiones_en_cifras_enero_2021
- DANE. (2021). Adulto Mayor en Colombia. Recuperado de: <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/presentacion-caracteristicas-generales-adulto-mayor-en-colombia.pdf>
- Digestivos, F., Llach, X. B., & Salud, C. O. N. L. A. (2004). Qué es y cómo se mide la calidad de vida relacionada con la salud. 27(Supl 3), 2–6. Recuperado el 04 de septiembre de 2021, Elsevier.
- Editorial La República. (2018). Colombia es el séptimo país que da más subsidios a pensiones en latinoamérica. <https://www.larepublica.co>.
<https://www.larepublica.co/finanzas/colombia-es-el-septimo-pais-que-da-mas-subsidios-a-pensiones-en-latinoamerica-2797815>
- Ferradás Canedo, M. D. M. y Freire Rodríguez, C. (2016). Calidad de vida y bienestar en la vejez. Madrid, Difusora Larousse - Ediciones Pirámide. Recuperado de <https://elibro-net.bdbiblioteca.universidadean.edu.co/es/ereader/bibliotecaean/115616?page=42>
- Lacalle, M.(2016). La jubilación puede provocar depresión. Recuperado de: <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-jubilacion-puede-provocar-depresion-20161001083447.html>
- Merchán, y Cifuentes, 2014, Teorías psicosociales del envejecimiento, recuperado de <http://asociacionciceron.org/wp-content/uploads/2014/03/00000117-teorias-psicosociales-del-envejecimiento.pdf>
- Mesa, Villalobos. (2008). La crisis de la jubilación como una oportunidad educativa, recuperado de: <https://www.redalyc.org>. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83411212.pdf>

- Rodríguez, G. R. (2017). Aplicabilidad de la Teoría de la Actividad Histórico-Cultural en los estudios de comportamiento informacional. Recuperado de:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1562-47302017000200006
- Rodríguez, R. G. (2017). Aplicabilidad de la Teoría de la Actividad Histórico-Cultural en los estudios de comportamiento informacional. 67(67). <https://doi.org/10.5195/biblios.2017.1111>
- Satse Alicante Las teorías sobre el envejecimiento Recuperado de
<https://catalunya.satse.es/es/content/download/197672/1665270/file/COMPETENCIA2.pdf>
- Sanabria, M. (2016). Calidad De Vida E Instrumentos De Medición. Recuperado de
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3842/CALIDAD%20DE%20VIDA%20E%20INSTRUMENTOS%20DE%20MEDICION.pdf?sequence=1>
- Serrano, F. García M. Zola, A. Astorga, C, Educación social retos para la transformación socioeducativa y para la paz, II Simposio Iberoamericano de Pedagogía Social en Colombia, Barranquilla 2018, recuperado de:
<https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/8231/9789587890280%20eMemorias%20II%20Simposio%20EduSocial.pdf>
- Toretta, E. Donizetti, A, Trabajo, alienación y emancipación humana en Marx: fundamentos ontológicos en la formación del ser social, Educrece, 2018, recuperado de:
<https://www.redalyc.org/journal/356/35660262011/html/>
- Vasquez, García, Valencia, Gabalán. (2019). *Análisis de la apropiación tecnológica en el adulto mayor. Más allá de la edad*. Universidad Autónoma de Manizales., recuperado de:
<https://publicaciones.autonoma.edu.co/index.php/anfora/article/view/741/516>