

## REDES SOCIALES Y ADULTOS MAYORES, APROXIMACIÓN TECNOLÓGICA Y OPORTUNIDAD DE DESARROLLO EN LA VEJEZ

### ASPECTOS DESTACADOS

1. Participación del adulto mayor en uso de tecnologías
2. Oportunidades del adulto mayor para usar redes sociales
3. Recomendaciones enfermeras para educar en redes sociales
4. Implicaciones del uso de redes sociales en la vejez

Raúl Fernando Guerrero Castañeda<sup>1</sup> 

Maria Nallely Acevedo López<sup>1</sup> 

Bryan Ricardo Reyes Medina<sup>1</sup> 

### RESUMEN

**Objetivo:** construir una reflexión en torno al uso de redes sociales por adultos mayores como oportunidad de conexión tecnológica y desarrollo en la vejez. **Desarrollo:** ensayo teórico-reflexivo construido a partir de la integración reflexiva de los autores con base en revisión de literatura relacionada con el tema en abril 2023. Las redes sociales constituyen una representación de las tecnologías de información donde la comunicación establece relaciones sociales y favorece el acceso a información. Es común el uso informativo, comunicativo, administrativo, ocio y entretenimiento, brinda sensación de compañía y bienestar personal y social. **Conclusión:** el uso de redes sociales en adultos mayores representa una oportunidad para un mejor contacto social, acceso a información y comunicación. Vencer las brechas digitales es una oportunidad para enfermería en función de intervenciones digitales a implementar para promover una aproximación tecnológica favoreciendo el desarrollo del adulto mayor.

**DESCRIPTORES:** Redes sociales; Adulto mayor; Tecnología; Desarrollo; Vejez.

### CÓMO REFERIRSE A ESTE ARTÍCULO:

Castañeda RFG, López MNA, Medina BRR. Social networks and older adults, technological approach and development opportunity in old age. Cogitare Enferm. [Internet]. 2023 [cited "insert year, month, day"]; 28. Available from: <https://dx.doi.org/10.1590/ce.v28i0.92882>.

## INTRODUCCIÓN

Las redes sociales conforman una conexión en donde se crean espacios de interacción entre personas y se comparte información<sup>1</sup>. Constituyen una representación de las tecnologías de información en donde la comunicación y relaciones se establecen a grandes distancias y se favorece el acceso a la información.

El acceso a internet, uso de tecnologías y de redes sociales se ha incrementado en las personas mayores por la necesidad de participar en las dinámicas sociales, situación que se incrementó durante la pandemia por COVID-19; hubo un aumento en el uso de redes sociales principalmente el WhatsApp con fines comunicativos e informativos por parte de adultos mayores<sup>2-3</sup>. Sin embargo, el exceso de información y la falta de estructuras digitales relegó de la tecnología a una gran parte de adultos mayores<sup>4</sup>.

Constituyen una limitación la capacidad funcional y cognitiva que de alguna manera dificultan el uso de la tecnología en los mayores<sup>5</sup>. Esto no es generalizado, pues, el manejo de las tecnologías y el mantenimiento de la comunicación y relaciones sociales podría favorecer la salud de los mayores.

Se ha reportado que hay una adquisición progresiva de las competencias digitales y uso óptimo de las mismas en particular para obtener información y comunicarse<sup>6</sup>, otros adultos mayores en entornos comunitarios requieren de conocimiento para usar las redes sociales, su uso se limita a la comunicación<sup>7</sup>, el contexto en el cual se desarrollan es sustancial para aproximarlos de forma gradual al uso de redes sociales.

El uso de las redes sociales favorece una mejor percepción de la calidad de vida en la vejez y se señala que el enfoque tradicional de envejecimiento como alejado de la tecnología puede ocasionar limitaciones en la vida cotidiana<sup>8</sup>. La comunicación, el bienestar emocional y social y las conexiones intergeneracionales pueden verse favorecidos en la vejez conectándola con las redes sociales. Uno de los elementos del envejecimiento activo podría ser el uso de los dispositivos y herramientas tecnológicas como elemento fundamental para promover la salud y la satisfacción personal en la vejez<sup>9</sup>.

Ante esta visión de la importancia del uso de las redes sociales por adultos mayores se plantea la reflexión sobre el enfoque de la vejez en la tecnología y la conexión a través de las redes sociales, por lo que se plantea como objetivo: construir una reflexión en torno al uso de las redes sociales por adultos mayores como una oportunidad de conexión con la tecnología y el desarrollo de la vejez.

## DESARROLLO

Estudio de ensayo teórico-reflexivo construido con enfoque de integración reflexiva y crítica de los autores a partir de la revisión de literatura sobre redes sociales y adultos mayores. Se realizó una búsqueda de artículos que incluyeron estudios originales, reflexivos y revisiones en las bases de datos: Scielo, LILACS y Google académico con palabras clave: redes sociales, tecnología, adulto mayor. El periodo de búsqueda fue de 2019 a 2023. La construcción del ensayo fue realizada en abril de 2023 en Celaya, Guanajuato, México. Una vez realizada la lectura crítica se construyó el ensayo considerando un enfoque reflexivo disciplinar.

Actualmente los adultos mayores buscan no quedarse rezagados en el uso de tecnologías y redes sociales, llevándolos a descubrir sus propias habilidades y experimentado con las plataformas que tienen a su disposición. Sin embargo, también se ha reportado que el uso de redes sociales disminuye considerablemente con el paso de los años<sup>10</sup>,

debido a que los adultos mayores dejan de encontrarlo como algo interesante y novedoso y pasa a ser una herramienta utilizada para emergencias, de igual manera la aproximación tecnológica conforma su adaptación al entorno vivido en diferentes situaciones.

El uso de las redes sociales aumenta gracias a la facilidad de comunicación que se tiene con los grupos de ayuda mutua y gracias a las actividades desarrolladas en centros gerontológicos, permitiendo que la difusión sea de un fácil acceso para todos<sup>9</sup>. Para los adultos mayores que disfrutan la mayor parte de su vejez en la comodidad de sus domicilios, las redes sociales han jugado un papel importante para evitar perder la función que tienen en la sociedad, además de fomentar su curiosidad.

El *WhatsApp* y *Facebook* presentan a sus usuarios opciones para compartir, recibir y consultar información multimedia, además de la comunicación con otras personas. En menor grado de uso se encuentra *Twitter* e *Instagram*, siendo el acceso alguna vez al menos y más frecuente en hombres<sup>11</sup>. *YouTube* y *Google*, tienen como función predilecta para los adultos mayores la búsqueda de información y el aprendizaje de nuevas habilidades y conocimientos<sup>12-13</sup>.

Pese a la gran cantidad de adultos mayores interesados en incluirse en el uso de redes sociales y el flujo inmenso de información, pueden existir limitantes que mantienen al margen a una cantidad importante de personas de la tercera edad, sin que esto sea generalizado. Una de las barreras más importantes en la inclusión en redes sociales es la falta de información que hay para su utilización y la dificultad de comunicación con las nuevas generaciones que intervengan en esta necesidad<sup>14</sup>. Se han incrementado los eventos delictivos presentados en los últimos años debido a la vulnerabilidad de los adultos mayores para proporcionar sus datos bancarios en una simulación de una situación peligrosa por ciberdelincuentes<sup>15</sup>, ello ha generado un miedo y rechazo generalizado de los adultos mayores debido a la poca seguridad en el manejo electrónicos.

Hay algunas dificultades propias del envejecimiento patológico, los adultos mayores con problemas de memoria tendrían problemas para realizar una secuencia de tareas necesarias para el uso de redes sociales<sup>16</sup>, lo que representa un impedimento mayor para la inclusión de este grupo etario las redes sociales.

Aunque se tiene mucho más acceso a las nuevas tecnologías de la información y comunicación, aún es muy frecuente que existan grupos poblacionales que tengan dificultad para poder utilizarlas, existiendo una gran brecha digital. La brecha se ve acentuada en los adultos mayores, se observan distintos obstáculos que les impide apropiarse del internet que corresponden a diversas situaciones de su vida, la cultura, económicos, estructura social y roles a los que pertenecen<sup>17</sup>.

Otras barreras que sufre el adulto mayor para el uso de las redes sociales están relacionadas con la accesibilidad, ya que, existe una gran desinformación en la manera de su uso, y por esto la gran mayoría de los adultos mayores tiene un manejo deficiente de las distintas tecnologías actuales<sup>18</sup>.

Respecto a *Facebook* existe un uso aunque limitado por parte de los adultos mayores, el hecho de que exista un desconocimiento sobre algunas funciones de esta red social, falta de práctica y dificultades para compartir imágenes se ha convertido en unas de las principales barreras de uso. Además del miedo a que su privacidad se vea afectada, esta red social no logra adaptarse del todo su edad<sup>14</sup>.

Por otro lado, aunque es la red social más utilizada es *WhatsApp*, su frecuencia de uso se ve relacionada directamente con diversas características sociodemográficas, como lo es la escolaridad, la presencia de depresión, ingresos económicos, sexo y edad<sup>19</sup>. El uso de *WhatsApp*, *Facebook* y *YouTube* se ve disminuido conforme aumenta la edad. Mientras que *Instagram* y *Twitter* se utilizan más a mayor edad, por lo que, la edad si puede considerarse como una brecha digital<sup>13</sup>. Esto genera que no tengan acceso a los beneficios que les proporciona el internet y las redes sociales, implicando una desventaja

social y económica, debido a que estas nuevas tecnologías marcan distancias sociales que impiden que exista un desarrollo igualitario. Por ello es importante que el adulto mayor sea incluido, ya que generaría un bienestar y mejor calidad de vida<sup>7</sup>.

Para vencer esta brecha digital, se han implementado en diversos países políticas y programas dirigidos a la inclusión del adulto mayor, por ejemplo, la carta de San José de los derechos de las Personas Mayores de América Latina y el Caribe y la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, busca que el adulto mayor tenga acceso a las TIC's relacionado con el derecho a la educación, la accesibilidad y la movilidad<sup>20</sup>.

Dentro de los beneficios del uso de las redes sociales por adultos mayores y en general las tecnologías de la información (TIC's) que se han identificado son los de tipo informativo, comunicativo, administrativo, de ocio y entretenimiento. Pero estas no son las únicas, ya que se ha demostrado que ayuda a mejorar la plasticidad y las funciones cognitivas, de igual manera la comunicación y el mantener las relaciones son beneficios de inicio representados<sup>11</sup>.

En el beneficio comunicativo de las redes sociales se hace referencia a que son un canal de comunicación entre el adulto mayor y las personas que se pueden encontrar lejos de él: familia, amigos de la juventud y otros conocidos; ayudan al adulto mayor a mantenerse informado de lo que sucede en todo el mundo, eliminando todas aquellas barreras geográficas, culturales o físicas<sup>9</sup>.

Su uso los hace sentirse acompañados a pesar de la soledad, les permite experimentar sentimientos de bienestar personal y social, ya que, pueden consultar temas de su interés, tienen la posibilidad de compartir con sus familiares tiempo de entretenimiento y ocio, les permite realizar distintas actividades desde la comodidad de su casa<sup>9</sup>, esto conlleva a una sensación de mejora en la calidad de vida al facilitar muchas actividades diarias.

El uso de las redes sociales en el adulto mayor ha contribuido en su bienestar psicológico al disminuir los niveles de depresión y aislamiento, aumentando las relaciones sociales saludables y mejorando su calidad de vida<sup>21</sup>, debido a que contribuyen a que el adulto mayor tenga un envejecimiento activo mediante el uso de las redes sociales, además de los beneficios cognitivos como el ejercicio mental, diversión, mejora en la atención, memoria, velocidad para reaccionar, el mejor razonamiento y resolución de problemas<sup>22</sup>.

El desarrollo de programas e intervenciones que impulsen la inclusión digital del adulto mayor es una medida que las enfermeras pueden implementar, ya que, es una necesidad que la sociedad, con los nuevos cambios y avances, necesita satisfacer. Esto debido a que en la actualidad las tecnologías de la información y comunicación, y por ende las redes sociales, son cada vez más parte de la vida de todos los grupos de edad, ya que se requiere de su uso para algunas de las actividades de la vida diaria, o simplemente facilitan muchas de otras actividades, lo que puede ser un gran beneficio para la población adulta mayor.

## CONCLUSIONES

El acceso a las tecnologías de la información no puede pasar desapercibido para los adultos mayores, así mismo el uso de las redes sociales representa una oportunidad para la población adulta mayor para poder incursionar en la tecnología y de esta manera poder mantener las relaciones sociales, el acceso a la información y la comunicación, además de favorecer el mantenimiento de la función cognitiva.

Las redes sociales representan una ventana de oportunidad para el contacto social, por lo que las más frecuentes suelen ser el *WhatsApp*, *Facebook*, *Twitter* e *Instagram*. Si bien es cierto que representa esta oportunidad, también es necesario evaluar la capacidad funcional y cognitiva que suele abonar a la brecha digital que los adultos mayores pudieran tener.

Los aportes disciplinares y de práctica profesional para enfermería convergen en que la enfermera debe incorporar en sus intervenciones de promoción de salud la integración digital del adulto mayor, pues favorece la salud cognitiva, emocional y social. A través de la promoción de salud digital la enfermera busca vencer las brechas digitales y no debe ser ajena al buscar integrar la tecnología y las redes sociales, pues representan una parte del cuidado que favorece el desarrollo del adulto mayor.

## REFERENCIAS

1. Barón PM, Duque SA, Mendoza LF, Quintero PW. Social networks and digital relationships, a communication that goes beyond face-to-face communication. *Educational magazine of pedagogy and educational innovation*. [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr. 24]; 1(1):123-48. Available from: <https://editic.net/ripie/index.php/ripie/article/view/29/24>
2. Flores JF. Social networks are increasing among the largest people during Covid-19. *Family*. [Internet]. 2021 [cited 2023 Apr. 24]; 58(2020):161-71. Available from: <https://revistas.upsa.es/index.php/familia/article/view/130/84>
3. Díaz-Badillo A, Ramírez-Pfeiffer C, López-Alvarenga JC. Social networks, automated learning and cladistics in times of COVID-19. *Cir. Cir.* [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr. 24]; 88(4):395-398. Available from: <https://doi.org/10.24875/ciru.m20000065>
4. Ibáñez DB, Cunha MR da, Toledo JH. Digital communication, social networks and online processes: studies in a comparative perspective between Latin America and the Iberian Peninsula. *J. Iber. Lat. Am. Res.* [Internet]. 2021 [cited 2023 Apr. 24]; 26(3):275-83. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13260219.2020.1934260>
5. Díaz-Alonso J, Bueno-Pérez A, Torano-Ladero L, Félix CF, López-García E, Rodríguez-Artalejo F, et. al. Hearing impairment and social fragility in older men and women. *Gac. Sanitation* [Internet]. 2021 [cited 2023 Apr. 24]; 35(5):425-31. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.08.007>
6. Escuder S, Liesegang R, Rivoir A. Uses and digital skills in larger people would benefit from a digital inclusion plan in Uruguay. *Psychol. Conoc. Soc.* [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr. 24]; 10(1):53-76. Available from: <https://doi.org/10.26864/pcs.v10.n1.3>
7. Quinde BB, Mosquera GM, Vázquez MA. Digital gap in senior adults: technological accessibility and social networks. *GIGAPP Studios Working Papers*. [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr. 24]; 7(166-182):744-57. Available from: [www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/220](http://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/220)
8. Rivoir A, Morales MJ, Casamayou A. Uses and perceptions of digital technologies in older people. Limitations and benefits for your quality of life. *Rev. Austral de Cienc. Soc.* [Internet]. 2019 [cited 2023 Apr. 24]; 36:295-313. Available from: <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2019.n36-15>
9. Balseca N, Carrillo F, Merchan JM, Moreno CJ. Influence of marketing, the Internet and social networks on senior adults: a review of the literature. *Espacios Magazine*. [Internet]. 2019 [cited 2023 Apr. 24]; 40(14). Available from: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n14/a19v40n14p08.pdf>
10. Román-Gravan P, Pérez-Hurtado M, Tadeu P. Active aging and internet use to improve the quality of life of older people. *Pixel-Bit. Media and Education Magazine*. [Internet]. 2021 [cited 2023 Apr. 24]; 60:109-134. Available from: <https://doi.org/10.12795/pixelbit.76963>

11. Casado MR, Lezcano BF. Digital inclusion and active aging. Open class. [Internet]. 2018 [cited 2023 Apr. 24]; 47(1):113-22. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6292843>
12. Morales MA, García LS, Ledezma HG. Role of social networks in the physical and mental development of older adults. correspondence and analysis. [Internet]. 2018 [cited Apr. 21 de 2023]; 08:207-18. Available from: <https://doi.org/10.24265/cian.2018.n8.10>
13. Ramírez-Correa P, Painén-Aravena G, Alfaro-Pérez J, Melo-Mariano A, Machorro-Ramos F. Hedonic motivations for the use of social networks by older adults. Rev. Iber. STI. [Internet]. 2018 [cited 2023 Apr 24]; (17):563-70. Available from: <https://bit.ly/42omQoq>
14. Guzmán-Heras A, Figueroa-Sacoto T. Social networks in young people and older adults from Cuenecanos. Abya-Yala. [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr 21]; 89-107. Available from: <http://doi.org/10.7476/9789978105771.0005>
15. Núñez FV, Carhuancho ZB. Cybercrime in times of covid-19: ¿La vulneración a constitutional rights? LU. [Internet]. 2020 [cited 2023 May 16]; 16(1):93-100. Available from: <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/lumen/article/view/2287>
16. Arroyave ZPM, Ocampo AJ, Sánchez VSP, Antonio VO. Digital inclusion as an option for active aging. E-Sciences of Information [Internet]. 2020 Dic [cited 2023 May 16]; 10(2): 123-36. Available from: <http://dx.doi.org/10.15517/eci.v10i2.39522>
17. Barrantes RM, Ugarte DR. The appropriation of the Internet by senior adults. Informal economies in two cities of Latin America. Informal economies in two cities of Latin America. Research on Aging and Social Policy. [Internet]. 2020 [cited 2023 Apr 24]; 07(1):304-33. Available from: <https://doi.org/10.17583/rasp.2019.3962>
18. Letelier LE. Access to justice and digital gap in older adults. Synthetic report on cuestión en Chile. TraHs. [Internet]. 2019 [cited 2023 Apr. 24]; (5). Available from: <https://doi.org/10.25965/trahs.1374>
19. Azevedo MF, Scazufca M, Akemi NC, Queiroz C, Seward N, Araya R, et.al. WhatsApp use by depressed elderly in socioeconomically disadvantaged areas in Guarulhos, São Paulo, Brazil: challenges and possibilities of telehealth. Cad. Public health. [Internet] 2022 [cited 2023 Apr 24]; 38(12):e00093422. Available from: <https://www.scielo.br/j/csp/a/C3rCbdpjq9dLnQyYQbScCZQ/?format=pdf&lang=en>
20. Sunkel G, Ullmann H. Larger people in Latin America in the digital age: overcoming the digital divide. ECLAC Magazine. [Internet]. 2019 [cited 2023 Apr 24]; 1(127):243-268. Available from: [https://repository.eclac.org/bitstream/handle/11362/44580/RVE127\\_Sunkel.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.eclac.org/bitstream/handle/11362/44580/RVE127_Sunkel.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
21. Escuder S, Liesegang R, Rivoir A. Uses and digital skills in larger people would benefit from a digital inclusion plan in Uruguay. Psychol. Conoc. Soc. [Internet]. 2020 [cited 2023 May 16]; 10(1):53-76. Available from: <https://doi.org/10.26864/pcs.v10.n1.3>
22. Guevara GP, Jordan FM, Huilcapi MR, Sánchez P. Importance of usability and accessibility in digital games and its contribution to improving the quality of life in older adults. J. Sci. Res. [Internet]. 2020 [cited Apr 21 de 2023]; 05:176-193. Available from: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4728044>

## **SOCIAL NETWORKS AND OLDER ADULTS, TECHNOLOGICAL APPROACH AND DEVELOPMENT OPPORTUNITY IN OLD AGE**

### **ABSTRACT:**

**Objective:** to construct a reflection on the use of social networks by older adults as an opportunity for technological connection and development in old age. **Method:** a theoretical-reflective essay constructed from the authors' reflective integration based on a literature review related to the topic in April 2023. Social networks constitute a representation of information technologies where communication establishes social relationships and favors access to information. Informative, communicative, administrative, leisure and entertainment use is common, providing a feeling of company and personal and social well-being. **Conclusion:** using social networks in older adults represents an opportunity for better social contact, access to information and communication. Overcoming digital divides is an opportunity for nursing based on digital interventions to implement to promote a technological approach favoring the development of older adults.

**DESCRIPTORS:** Social Networking; Aged; Technology; Development; Aging.

**Recibido en:** 17/05/2023

**Aprobado en:** 17/08/2023

**Editor asociado:** Dra. Luciana Kalinke

### **Autor correspondiente:**

Raúl Fernando Guerrero Castañeda

Universidad de Guanajuato

Ing. Javier Barros Sierra 201, 38140 Celaya, Gto.

E-mail: drfernandocastaneda@hotmail.com

### **Contribución de los autores:**

Contribuciones sustanciales a la concepción o diseño del estudio; o la adquisición, análisis o interpretación de los datos del estudio - **Castañeda RFG, López MNA, Medina BRR**. Elaboración y revisión crítica del contenido intelectual del estudio - **Castañeda RFG**. Responsable de todos los aspectos del estudio, asegurando las cuestiones de precisión o integridad de cualquier parte del estudio - **Castañeda RFG**. Todos los autores aprobaron la versión final del texto.

ISSN 2176-9133



Esta obra está bajo una Licencia [Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).