

# Uso de redes sociales

## En la Tercera Edad

### Resumen

*Es muy común el uso del computador y a través del manejo de este instrumento los usuarios logran comunicarse, entretenerse y aprender. Internet se ha convertido en un medio que permite realizar muchas actividades en línea interactuando con el resto del mundo. Con el proyecto de Vinculación con la colectividad denominado "Las redes sociales en la tercera edad", ejecutado en la Universidad Estatal de Milagro, provincia del Guayas, Ecuador, se propició que el adulto mayor use la tecnología computacional, como medio de comunicación y distracción. El proyecto, cuya ejecución se basó en la metodología de acompañamiento y aprendizaje entre iguales, surgió de la necesidad de dotar al Adulto Mayor de herramientas que le permitieran comunicarse, mejorar lazos de amistad con familiares y conocidos, promocionar productos elaborados por ellos y dar a conocer las actividades de las asociaciones a las que pertenecen. Se contribuyó a mejorar su calidad de vida en el ámbito emocional, al propiciar la interacción en tiempo real, con familiares y amigos; esto le permitió conocer, a través de fotografías, videos, salas de chats, etc. algo más de sus vidas.*

**Palabras clave:** Redes sociales, tercera edad, adulto mayor, comunicación.

### Abstract

*It is very common to use the computer and through the use of this instrument, the Internet has become a medium that allows entertain, learn and communicate with the rest of the world. Linking the project with the community called "Social networking in old age", executed in the State University of Milagro, Guayas Province, Ecuador, is led by the elderly using computer technology as a means of communication and distraction. The project, which was based on the methodology of support and peer learning, arose from the need to equip it with the tools required to communicate, enhance friendly ties with relatives and friends, promote products made by them and publicize the activities associations to which they belong. It helped to improve their quality of life in emotional, to facilitate real-time interaction with friends and family, that you could get, through photographs, videos, chats, etc. more of their lives.*

**Key words:** Social networks, seniors, elderly, communication.



Ing. Jorge Antonio  
Córdova Morán, MSc.<sup>1</sup>  
joranto205@gmail.com

Lcdo. Fernando Erasmo  
Pacheco Olea, MGTI<sup>2</sup>  
fernandopachecoolea@  
gmail.com

Recibido: Agosto, 2013  
Aceptado: Noviembre, 2013

<sup>1</sup>Master en Educación Superior. Ingeniero en Estadística Informática. Vice Decano y docente de la Unidad Académica Ciencias de la Ingeniería, Universidad Estatal de Milagro, UNEMI.  
<sup>2</sup>Master en Gerencia de Tecnologías de la Información. Licenciado en Informática y Programación. Docente de la Universidad Estatal de Milagro, UNEMI. Trabaja en el Departamento de Evaluación Institucional, UNEMI.

## 1. INTRODUCCIÓN

Las relaciones sociales ayudan en gran medida a reducir el estrés, ya que el ser humano es un ser social y su bienestar depende, en gran medida, de la interacción con su familia, amigos y colaboradores. En la era digital, el Internet 2.0 ha permitido que a través del uso de aplicaciones cada vez más populares, las personas logren contactar a sus familiares y amigos, con quienes habían perdido relación por largo tiempo.

De acuerdo a Nance (2010), *“durante la época del retiro o jubilación, muchos adultos mayores sufren de estrés y depresión, ya que su ritmo y estilo de vida se ve drásticamente afectado. La depresión es comúnmente un problema de salud mental en los adultos mayores”* [1]. La depresión se presenta como consecuencia de los cambios en sus patrones de vida, ya que dejan el trabajo, las amistades laborales y muchos de ellos reducen su interacción social de manera drástica.

Los Adultos Mayores del cantón Milagro, provincia del Guayas, Ecuador, asisten a clubes y organizaciones públicas, en las que desarrollan actividades de recreación, talleres culturales, artesanales y eventos sociales, los cuales propician la interacción social, crean y refuerzan lazos afectivos y mejoran sus estados de ánimo.

Las organizaciones más relevantes y populares en la comunidad de Milagro son: Club del adulto mayor del Hospital Federico Bolaños Moreira; Club de la tercera edad de la Cruz Roja de Milagro; Centro Gerontológico del Ministerio de Inclusión Económica y Social (Ciudadela Las Piñas); Club del adulto mayor del Hospital León Becerra; cada una de estas organizaciones pretende mejorar la calidad de vida de este grupo vulnerable.

La Universidad Estatal de Milagro comprometida con la comunidad diseñó el Programa Multidisciplinario de Atención Gerontológica, que persigue el bienestar del adulto mayor, uno de los componentes del programa es el Proyecto “Las Redes Sociales en la Tercera Edad” que trata de involucrar a los participantes en el uso de la tecnología, para propiciar la comunicación e interacción con sus amigos y familiares.

Orihuela (2008) expresa *“Las redes sociales son los nuevos espacios virtuales en los que nos relacionamos y en los que construimos nuestra identidad, pero también funcionan a modo de sistema de filtro y de alerta, en la medida en que permiten un ajuste del flujo de información que recibimos en función de nuestros intereses y de los intereses de aquellos en quienes confiamos”* [2].

Estos espacios virtuales son de mucha

utilidad para propiciar la interacción familiar, que por medio de ellos se puede transmitir en tiempo real, audio y video, además compartir y observar fotografías actualizadas de amigos y familiares, establecer conversaciones en línea (Chat), entre otras ventajas.

La comunicación interpersonal ha evolucionado con la inserción de las redes sociales en todos los ámbitos de la sociedad, hoy en día la mayoría de los ecuatorianos posee una cuenta en alguna de las redes sociales existentes en la web. Es común, que tanto jóvenes como adultos interactúen en la red social más popular del mundo, denominada Facebook, que actualmente cuenta con 1.060 millones de usuarios, esto referido por Candelas (2013) [3].

De acuerdo a Rosero (2012) *“Ecuador ocupa la séptima posición en el ranking de países Sudamericanos con cuentas activas en Facebook, de las cuales el 57% corresponde a usuarios entre 15 y 24 años, y el 18% de usuarios mayores de 35 años”* [4].

Por otra parte, un estudio sobre el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), realizado en el año 2012 por el INEC (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos), determinó que un total de 35,1% de personas usa Internet en el país [5]. De estos, alrededor del 44% de los habitantes en la zona urbana posee y utiliza el correo electrónico como herramienta de comunicación. Al contrastar este resultado con el grupo participante, se percibe la existencia de un desfase en la proporción de personas que usan correo electrónico, lo que se atribuye en este ensayo al factor edad.

El proyecto consistió en capacitar a los adultos mayores en el uso de herramientas web interactivas, en las que el participante pudo distraerse, aprender y comunicarse con amigos y familiares. Las herramientas incluidas en el contenido del curso fueron creación y manejo de correo electrónico, navegación y manejo del canal de entretenimiento YouTube y administración de cuentas personales en Facebook.

## 2. METODOLOGÍA

Como herramienta de recolección de datos se utilizó una encuesta que pretendía identificar la edad, nivel del uso del computador, experiencia en el uso de internet; este estudio se lo aplicó en dos ocasiones, una antes del proceso de capacitación 2 meses después de finalizado dicho proceso, mediante el cual se logró identificar las mejoras en el nivel de uso del computador e internet.

*“El muestreo por conveniencia se caracteriza por un esfuerzo deliberado para obtener muestras ‘representativas’, mediante la inclu-*



**Imagen 1.** Estudiantes propiciando el Aprendizaje del adulto mayor

sión en la muestra de grupos supuestamente típicos” [6]. Para el estudio se consideró las organizaciones que aglutinan adultos mayores del cantón Milagro, las cuales se describen en la Tabla 1.

Constituyó la población de estudio 125 adultos mayores registrados en las asociaciones y mostradas en la Tabla 1. Se realizaron invitaciones colectivas y aceptaron participar

en el proyecto 52 (42%) adultos mayores, quienes, a través de la gestión administrativa del proyecto, eran transportados desde las sedes de sus organizaciones a las instalaciones de la Universidad Estatal de Milagro, con el fin de capacitarlos en el manejo de las redes sociales.

La metodología de enseñanza se basó en el aprendizaje entre iguales, para Santamaría (2012) “es una práctica educativa en la que los

AGRUPACIÓN	DIRECCIÓN	MIEMBROS	ACTIVIDADES
Club del adulto mayor del Hospital Federico Bolaños Moreira	Hospital Federico Bolaños, Av. Dr. Miguel Campodónico y Manuel Azcázubi	60	Asistencia Psicológica Prácticas deportivas Talleres de artesanías Integraciones sociales y deportivas
El club de la tercera edad de la Cruz Roja de Milagro	Cruz Roja Milagro, Av. 17 de Septiembre y Ambato.	40	Talleres de artesanías Integraciones sociales y deportivas
El centro gerontológico del Ministerio de Inclusión Económica y Social	Ciudadela las Piñas, Av. Alfredo Adum y Calle Jaramillo	25	Asistencia Psicológica Integraciones sociales y deportivas

**Tabla 1.** Asociaciones y clubes del Adulto Mayor (Se excluyó el Club de jubilados del Hospital León Becerra ).

estudiantes interactúan con otros, para alcanzar los objetivos educativos” [7]. Cada adulto mayor tenía la asistencia personalizada y constante de un estudiante de la carrera de Ingeniería en Sistemas Computacionales, quien se encargaba de acompañarlo durante el proceso de aprendizaje, para aclarar cualquier duda.

La metodología del acompañamiento durante el aprendizaje, sirvió para acelerar el proceso de enseñanza, debido a que la mayoría de los participantes desconocía el manejo del computador.

El taller se llevó a cabo durante 20 días, con un total de 40 horas clase, en tres laboratorios del Centro de Servicios Informáticos y Académicos (CSIA) de la Universidad Estatal de Milagro, cada uno de ellos con 17 participantes.

Los participantes recibían dos horas diarias de capacitación, siempre acompañados por los estudiantes que hicieron de ayudantes de cátedra, cada uno los cuales brindó el servicio de acompañamiento durante el proceso de aprendizaje, llegando a formar un vínculo

afectivo de respeto y colaboración.

**3. ANÁLISIS DE DATOS**

Efectuando un análisis de las edades de los participantes en el proyecto se obtuvo un parámetro que oscila entre 50 y 85 años, tal como se describe en el Gráfico 1 y Tabla 2.

De los participantes, el 62% tiene más de 62 años y la media de la edad del curso es

68.25 años con una desviación estándar de 7.99 años. El 52% cuenta con computador en casa, mientras que solo el 31% posee acceso a Internet desde sus hogares, el cual es utilizado por sus hijos, nietos o familiares, que habitan con ellos y casi nunca por los participantes. De los participantes solo el 13% posee una cuenta de correo electrónico, contrastando con el 31% que accede a Internet desde sus hogares, este constituye un dato muy importante,

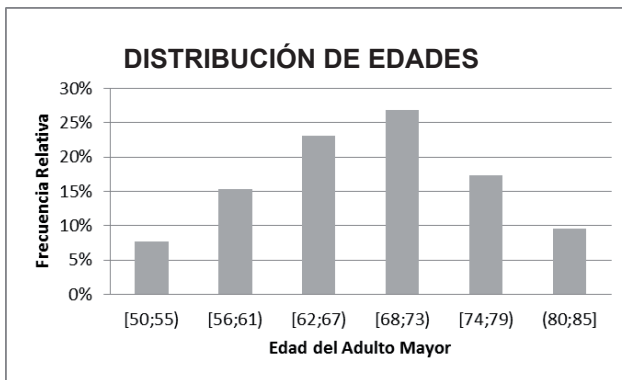


Gráfico 1. Edades de los participantes en el proyecto.

Nº	INTERVALO	FRECUENCIA	FRECUENCIA RELATIVA	FRECUENCIA ACUMULADA
1	[50;55)	4	8%	0,08
2	[56;61)	8	15%	0,23
3	[62;67)	12	23%	0,46
4	[68;73)	14	27%	0,73
5	[74;79)	9	17%	0,90
6	(80;85]	5	10%	1,00

Tabla 2. Edades de los participantes en el proyecto

que permite inferir que a través del proyecto se logró que todos los participantes aperturaran una cuenta de correo electrónico y la utilizaran, potencializando la comunicación con amigos y

familiares que habitan en lugares distantes. Gráfico 2.

La motivación fue el motor del proceso de aprendizaje, tomando notas y practicando dia-

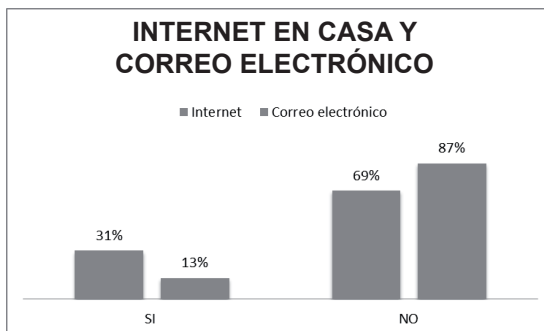


Gráfico 2. Internet en casa y correo electrónico.

riamente se logró cumplir con el objetivo del proyecto, los contenidos que se trataron fueron: manejo básico del sistema operativo Windows 7, búsqueda en internet de imágenes, videos, información, manejo de correo electró-

nico y uso de la red social Facebook. El 100% de los participantes (Imagen 2) crearon su cuenta de correo y a través de la herramienta de mensajería instantánea o chat lograron conversar entre ellos e incluso con



Imagen 2. Grupo 1 de adultos mayores.

familiares en el exterior. La experiencia de búsqueda y reproducción de videos en el canal YouTube fue muy emotiva, ya que muchos de los participantes lograron reproducir videos de canciones que no habían escuchado por más de 30 años.

En cuanto al manejo de la red social Facebook, los participantes disfrutaron compartir sus fotografías, estados de ánimo y noticias. Fue muy motivador que compartieran información en sus muros y a través de la página que se creó, como promoción del proyecto de Vinculación con la colectividad. Para este efecto se creó un espacio en esta red social denominado

Fan Page (Imagen 3), en el cual los adultos mayores interactuaban y compartían información. Para efectuar el seguimiento y análisis del impacto del proyecto en la población beneficiaria, se realizó el monitoreo del proyecto y análisis de los resultados del mismo. Considerando a todos los participantes con el fin de identificar el nivel de satisfacción y beneficios del proyecto.

#### Satisfacción del Adulto Mayor

Se llevó a cabo una encuesta de satisfacción, en las organizaciones que agrupan a los adultos mayores, participantes del proyecto. El



Imagen 3. Fan Page del proyecto.

100% de los participantes del proyecto lo calificó como excelente, y solicitaron la continuidad del mismo, en tópicos similares.

Sesenta días después de culminada la capacitación se monitoreó a los participantes a través de una encuesta, en la que se determinó que el 36% de los participantes utilizó el computador durante la última semana, con un promedio de 2 horas de uso, y que el 20% la usó, por lo menos, una hora durante el último mes, lo que evidencia el impacto positivo del proyecto ejecutado.

#### Uso de Internet

El 64% de los participantes accede a internet desde sus hogares o el de sus familiares, lo que indica que existe la motivación para seguir explorando la red y potencializar la comunicación a través de este medio.

#### Uso de Correo Electrónico

En la actualidad el 64% de los participantes posee una cuenta activa de correo electrónico, que la utiliza para acceder a servicios de comunicación, recepción y envío de información a amigos y familiares. El 55% de los participantes tiene acceso a internet desde su hogar, lo que indica que existe un incremento del 24% con respecto a los datos obtenidos al iniciar el programa.

#### Beneficios Afectivos

Entre los beneficios obtenidos, y manifestados por los participantes, se determinó que el 47% ha mejorado el nivel de contacto y comunicación con amigos y familiares, el 40% expresó haber renovado la relación con amigos y familiares y el 13% manifestó que es muy entretenido utilizar el computador, como medio de distracción. Cabe recalcar que el 100% de ellos manifestaron estar dispuestos a participar en una nueva capacitación.

#### 4. CONCLUSIONES

El proyecto propició el manejo del computador y uso de internet, por parte del adulto mayor, como medio de comunicación y entretenimiento. La motivación para explorar la red, dados los conocimientos que obtuvieron, permitió que tuvieran un mayor acceso a internet desde sus hogares o viviendas de familiares, potencializando la comunicación y relación con familiares y amigos. Lo más destacable del proyecto, se puede concluir, es el hecho de reactivar el interés por relacionarse, mejorar su salud emocional y la satisfacción que sienten por la ejecución del programa de capacitación. Manifestaron que es imperativo que la Universidad Estatal de Milagro prepare actividades, de este tipo, en las que puedan volver a participar.

#### Referencias Bibliográficas

- [1]. Nance, D. (2010). Depresión en el adulto mayor. Recuperado el 15 de marzo de 2013, de <http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/24.pdf>
- [2]. Orihuela, J. L. (2008). Internet: La hora de las redes sociales. Nueva Revista de política, cultura y arte, en línea. Recuperado el 15 de marzo de 2013, de <http://www.nuevarevista.net/articulos/internet-la-hora-de-las-redes-sociales>
- [3]. Candelas, R. (2013). Facebook-2013-1060-millones-de-usuarios. Recuperado el 10 de marzo de 2013, de <http://www.merca20.com/facebook-2013-1060-millones-de-usuarios/>
- [4]. Rosero, S. (2012). Radiografía de usuarios de Facebook en Ecuador #ecuadorFB. Recuperado el 10 de mayo de 2013, de <http://servicios.mktfan.com/radiografia-del-usuario-de-facebook-en-ecuador-ecuadorfb/>
- [5]. Diario El Comercio (17 de mayo de 2013). 35 por ciento de personas usa Internet en Ecuador, según estudio. Recuperado el 3 junio 2013 de [http://www.elcomercio.ec/tecnologia/Internet-Ecuador-tecnologia-Informacion\\_0\\_920908066.html](http://www.elcomercio.ec/tecnologia/Internet-Ecuador-tecnologia-Informacion_0_920908066.html)
- [6]. Departamento de Matemáticas - Universidad de Sonora. (2008). Muestreo. Recuperado el 15 de abril 2013, de <http://www.estadistica.mat.uson.mx/Material/elmuestreo.pdf>
- [7]. Santamaría, F. (2012). Paragogía: Pedagogía de los pares iguales. Recuperado el 12 de mayo de 2013, de <http://fernandosantamaria.com/blog/2012/02/paragogia-pedagogia-de-los-pares-o-iguales/>