



# Aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el envejecimiento activo: un estudio cualitativo en Buenos Aires

## Learning Information and Communication Technologies in active aging: A qualitative study in Buenos Aires

Dides-Iliana Hernández-Silvera; Alejandra-Noelia Pécora; Florencia-Julia Núñez

**Dides-Iliana Hernández-Silvera**

Universidad Católica Argentina  
Argentina

<https://orcid.org/0000-0001-7759-516X>  
[hernandezsilvera@uca.edu.ar](mailto:hernandezsilvera@uca.edu.ar)

**Alejandra-Noelia Pécora**

Universidad Católica Argentina  
Argentina

<https://orcid.org/0009-0002-5686-1902>  
[alepecora@uca.edu.ar](mailto:alepecora@uca.edu.ar)

**Florencia-Julia Núñez**

Universidad Católica Argentina  
Argentina

<https://orcid.org/0009-0003-3946-1744>  
[fnunez@uca.edu.ar](mailto:fnunez@uca.edu.ar)

Recibido: 11-07-2024

Aceptado: 11-11-2024

### Cómo citar este texto:

Hernández-Silvera, D. I., Pécora, A. N., & Núñez, F. J.. (2025). Aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el envejecimiento activo: un estudio cualitativo en Buenos Aires. *Revista Panamericana de Pedagogía*, 39, e3198. <https://doi.org/10.21555/rpp.3198>

### Resumen

El objetivo de esta investigación fue explorar el aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), específicamente el uso de teléfonos móviles, en adultos mayores comprometidos con el envejecimiento activo. Se reconoce que el aprendizaje es un proceso continuo a lo largo de la vida, mediante el cual se integran nuevos conocimientos a esquemas previos, permitiendo la construcción de nuevos saberes. Este estudio se desarrolló a través de un enfoque cualitativo utilizando el método comparativo constante para el análisis de datos, bajo el diseño de teoría fundamentada. Se llevaron a cabo entrevistas semidirigidas con una muestra teórica de 27 adultos mayores (edades entre 60 y 95

Este artículo está sujeto a una licencia Creative Commons Attribution -NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License



años) participantes en talleres sobre el uso de TICs en la Asociación de Jubilados y Pensionados, un club y un taller protegido en AMBA, Buenos Aires. Los resultados de la investigación sugieren que el aprendizaje de la tecnología tiene un impacto significativo en el envejecimiento activo de los adultos mayores, facilitando su integración en la sociedad digital contemporánea. Además, se exploran las tecnologías de la R-elación, un concepto que integra el aspecto relacional con la tecnología, y el enfoque de la Educomunicación a través de la intervención educativa en los medios de comunicación.

**Palabras clave:** Aprendizaje en el adulto; Educomunicación; Envejecimiento activo; TIC; Teléfonos móviles; Personas adultas mayores; Tecnologías de la R-elación.

## Abstract

The objective of this research was to explore the learning of Information and Communication Technologies (ICTs), specifically the use of mobile phones, in older adults committed to active aging. It is recognized that learning is a continuous process throughout life, through which new knowledge is integrated into previous schemes, allowing the construction of new knowledge. This study was developed through a qualitative approach using the constant comparative method for data analysis, under the grounded theory design. Semi-directed interviews were carried out with a theoretical sample of 10 older adults (ages between 60 and 95 years) participating in workshops on the use of ICTs in the Association of Retirees and Pensioners, a club and a protected workshop in AMBA, Buenos Aires. The research results suggest that learning technology has a significant impact on the active aging of older adults, facilitating their integration into contemporary digital society. Additionally, the technologies of the R-relationship are explored, a concept that integrates the relational aspect with technology, and the approach of Educommunication through educational intervention in the media.

**Keywords:** Active aging; Adult learning; Educommunication; ICT; Mobile phones; Older adults; R-relationship technologies.

## INTRODUCCIÓN

Esta investigación tuvo como propósito conocer el aprendizaje de la tecnología para el envejecimiento activo de los adultos mayores en AMBA, constituida por la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Lugano y Barracas) y zona Sur de Buenos Aires, con fines a generar nuevas estrategias. En la actualidad, existen TIC dirigidas específicamente a favorecer el envejecimiento activo, son herramientas que permiten estimular la capacidad cognitiva, mejorar la salud (López-Alfayate, 2018). Es por eso por lo que, desde el campo de la Psicopedagogía será imprescindible conocer cómo intervienen el uso de *las Tecnologías de la Información y Comunicación* (TIC) y el uso de teléfonos celulares (Mobile phones) en los procesos de envejecimiento en el que se encuentran inmersos los adultos mayores.

Las TIC, el factor R-relacional y la educomunicación mediante la aplicación de las nuevas tecnologías, abren un abanico de múltiples implicaciones relacionales que habilitan el aprendizaje adaptativo, así como fomentan la colaboración y cooperación en las propuestas, favoreciendo la asistencia y el trabajo grupal en contextos sociales, como lo destacan Hernández-Silvera et al. (2022) y Gabelas-Barroso y Marta-Lazo (2020).

Hernández-Silvera et al. (2022), destacan que las TIC pueden favorecer el aspecto relacional y la educomunicación mediante el uso de herramientas pedagógicas como los teléfonos móviles. Estos abren diversas implicaciones relacionales que promueven el aprendizaje adaptativo, especialmente relevante para personas adultas mayores. Integrar el uso de teléfonos móviles y otras tecnologías de la información es crucial para promover la inclusión digital, facilitar la conexión social y fomentar el aprendizaje continuo entre las personas adultas mayores.

## Planteamiento del problema

El aprendizaje a lo largo de la vida es fundamental para el desarrollo personal y el envejecimiento activo. Las nuevas tecnologías son una opción para envejecer, por lo que resulta interesante y necesario comprender las adaptaciones a estos avances y transformaciones actuales conduciéndolos hacia la mejora de la autonomía favoreciendo la calidad de vida (Martínez-Gálvez y Ortega-Expósito, 2021).

La brecha tecnológica excluye a los adultos mayores de numerosas oportunidades y servicios disponibles en la era digital. Al estudiar su aprendizaje tecnológico, se identifican las barreras y desafíos que enfrentan, y se desarrollan estrategias para acercar a esta población a la sociedad actual (Melo-Martínez et al., 2017).

Por otro lado, estos andamiajes les permiten realizar actividades de forma autónoma, como realizar compras en línea, acceder a servicios gubernamentales, gestionar sus finanzas y mantenerse informado. Para Saavedra-Bautista et al., (2020) el uso de la tecnología puede fomentar la participación social al facilitar la comunicación y la interacción con otros, reduciendo el aislamiento social, aunque con el debido seguimiento.

Asimismo, este aprendizaje implica un proceso de adquisición de habilidades y conocimientos que estimula la mente de los adultos mayores. Ayuda a mantener y mejorar las funciones cognitivas, como la memoria, la atención y la resolución de problemas. Fajardo-Cuéllar y Wobbeking-Sánchez (2020) señalan que envejecer supone afrontar cambios personales y adaptarse a una sociedad donde se producen avances acelerados. Esto implica la estimulación de la reserva cognitiva, disponiendo de posibilidades de aprendizaje para el logro de sus exigencias individuales y colectivas, mediante el intercambio de significados, conocimientos, estrategias o experiencias para desarrollar sus habilidades y saberes en la mejora de su calidad de vida. De esta manera, se mantiene activa la capacidad de conocimiento, las expectativas de aprendizaje y se benefician con la confianza y seguridad que aporta cada enseñanza (Cambero-Rivero y Díaz-Galván, 2019).

El objetivo de este estudio es explorar el impacto del aprendizaje de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, especialmente el uso de teléfonos móviles, en el envejecimiento activo de adultos mayores en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Se busca

comprender cómo el aprendizaje continuo de estas tecnologías contribuye a la integración y participación social de este grupo etario, así como identificar los beneficios percibidos y las dificultades encontradas durante este proceso.

## Antecedentes

Diversos autores han contribuido significativamente al estudio del uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) por parte de adultos mayores. Vásquez-Rizo et al. (2020) se centraron en el interés tecnológico, la responsabilidad estatal, la alfabetización digital y la apropiación tecnológica en adultos mayores, concluyendo que este grupo enfrenta riesgos de exclusión tecnológica debido a factores personales, motivacionales, formativos, sociales y gubernamentales.

Casado-Muñoz et al. (2015) analizaron la evolución en el uso del ordenador e Internet por personas mayores en entornos universitarios durante nueve años, destacando un aumento significativo en la frecuencia y diversidad de uso motivado por el deseo de mantenerse activos, actualizados y comunicados, así como por la percepción de la necesidad continua de aprendizaje.

Muñoz-Alarcón et al. (2020) investigaron el uso de las TIC en el proceso de envejecimiento, concluyendo que políticas y pedagogías que promuevan la apropiación tecnológica mejoran las condiciones de vida y favorecen el envejecimiento activo de los mayores, a pesar de las resistencias iniciales.

Cabezas-Mery (2022) se enfoca en los usos y gratificaciones que los adultos mayores de la Región del Biobío obtienen de las TIC, encontrando beneficios significativos en términos de información, entretenimiento, comunicación familiar, aprendizaje y gestión financiera.

Cambero-Rivero y Díaz-Galván (2019) exploraron la relación entre el envejecimiento activo y el aprendizaje continuo, resaltando que el aprendizaje no solo implica adquirir conocimientos académicos, sino también fomentar el desarrollo personal y las relaciones sociales entre los adultos mayores.

López-Alfayate (2018) subrayó la importancia de desarrollar tecnologías adaptadas a las necesidades de los adultos mayores, destacando las TIC como herramientas clave para apoyar el envejecimiento activo y mejorar diversos aspectos de la calidad de vida.

Por otra parte, el aporte de la narrativa transmedia puede ser crucial para ayudar a adquirir habilidades tecnológicas de manera efectiva. El enfoque de la Narrativa Transmedia permite utilizar múltiples plataformas y medios para contar una historia cohesiva y enriquecida, lo que podría ser especialmente beneficioso para este grupo demográfico. Por ejemplo, en lugar de simplemente enseñar el uso de un dispositivo móvil en un aula tradicional, la narrativa transmedia podría diseñar experiencias de aprendizaje que integren videos tutoriales accesibles en línea, aplicaciones interactivas diseñadas específicamente para adultos mayores, y quizás incluso historias digitales que guíen paso a paso el proceso de aprendizaje de manera entretenida y motivadora (Montoya y Páez, 2021).

Queda claro que estos estudios demuestran que el aprendizaje tecnológico favorece el envejecimiento activo al proporcionar a los adultos mayores beneficios significativos que mejoran su vida cotidiana, potencian su capacidad cognitiva y faculta para el uso de las redes sociales e influye en la narrativa transmedia. Es esencial comprender cómo y por qué se apropian de las TIC, superando barreras y promoviendo su bienestar integral.

## APRENDIZAJE ADAPTATIVO Y TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN EN ADULTOS MAYORES: ENFOQUE PSICOPEDAGÓGICO Y PERSPECTIVAS DE EDUCOMUNICACIÓN

El trabajo interdisciplinario con personas adultas mayores es fundamental debido a los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales inherentes al proceso de envejecimiento (Marcos-Pardo et al., 2021). A pesar de los estereotipos que sugieren que el aprendizaje disminuye con la edad, la evidencia actual demuestra que los adultos mayores tienen la capacidad de continuar aprendiendo y adquiriendo nuevos conocimientos. Hernández-Silvera y Leonardelli (2022) sostienen que el envejecimiento de la población plantea diversos retos a las familias, a las comunidades y a las sociedades, en aspectos como el crecimiento económico, la seguridad económica en la vejez, la organización de los sistemas de atención a la salud y la solidez de los sistemas de apoyo familiar. Junto con el aumento de la expectativa de vida, mantener al adulto mayor activo al brindarle espacios de despliegue y vinculación, permite mejorar la calidad de vida.

La integración de tecnologías de la información y comunicación (TIC) en la educación de adultos mayores puede tener un impacto significativo en su vida diaria. Sin embargo, es crucial reconocer que algunos adultos mayores pueden enfrentar dificultades para adoptar estas tecnologías debido a limitaciones físicas, cognitivas o sociales, así como la falta de familiaridad con las mismas. Por lo tanto, es esencial ofrecer un enfoque educativo adaptado a las capacidades, necesidades y preferencias individuales de cada persona mayor.

En este contexto, la educomunicación y las Tecnologías para la R-elación y la Comunicación (TRIC) juegan un papel fundamental. La educomunicación, como concepto introducido por Bernal-Meneses et al. (2019), enfatizan la integración de la educación y la comunicación para facilitar procesos de aprendizaje significativos y adaptados a las necesidades específicas de los adultos mayores. Las TRIC, según el enfoque de Gabelas-Barroso y Marta-Lazo (2020), se centran en el uso de tecnologías para fortalecer las relaciones interpersonales y la comunicación, aspectos fundamentales para el bienestar y la integración social de los mayores.

Además, el psicopedagogo desempeña un rol clave al proporcionar las herramientas necesarias para que los adultos mayores puedan abordar los desafíos de aprendizaje que surgen en etapas avanzadas de la vida. Esto incluye resolver situaciones cotidianas en las que están involucrados, intervenir con la familia y colaborar con otros profesionales que

trabajan con personas mayores (Bianchini, 2022). La elección que hace a la competencia desde el campo de la psicopedagogía como marco teórico es relativo a su enfoque en los procesos cognitivos, emocionales y sociales del aprendizaje, lo cual resulta fundamental para comprender cómo los adultos mayores se apropian de las TIC. La psicopedagogía, al combinar aspectos psicológicos y pedagógicos, permite analizar tanto los factores individuales que influyen en el aprendizaje como las estrategias didácticas más adecuadas. Asimismo, el concepto de tecnologías de la relación, estrechamente vinculado a la psicopedagogía, resulta clave para comprender cómo las TIC pueden favorecer las relaciones sociales y el bienestar de los adultos mayores. Si bien la educomunicación comparte con la psicopedagogía un interés en los procesos de enseñanza-aprendizaje mediados por tecnologías, la primera se centra en el análisis de los medios de comunicación en un contexto más amplio. En este estudio, la psicopedagogía aporta una perspectiva más individualizada y centrada en los procesos internos del aprendizaje, lo que resulta fundamental para comprender las experiencias de los participantes. Por otra parte, Según González (2019), “la psicopedagogía proporciona una perspectiva más completa al integrar las dimensiones psicológicas y educativas, lo que resulta crucial para diseñar intervenciones efectivas que consideran las necesidades emocionales y cognitivas del aprendiz” (p. 93). Esta integración permite un enfoque más holístico y eficaz para abordar las dificultades en el proceso de aprender.

Asimismo, en la educomunicación, especialmente con el uso de TIC, se reconoce que las tecnologías digitales que tienen un impacto significativo en la motivación y el aspecto emocional del aprendizaje. Czaja et al. (2024) destacan que “la integración de TIC en la educación de adultos mayores no solo mejora el acceso al conocimiento, sino que también desempeña un papel crucial en la motivación y el compromiso emocional del aprendiz, facilitando una experiencia educativa más envolvente y personalizada” (p. 45). Las herramientas tecnológicas, al ser interactivas y adaptativas, pueden mejorar la participación y la apropiación de los contenidos educativos.

En resumen, el trabajo con adultos mayores en el ámbito de la psicopedagogía y la educomunicación implica considerar sus particularidades y adaptar las estrategias de enseñanza para fomentar un aprendizaje continuo y significativo, tanto en el ámbito tecnológico como en otros aspectos de su desarrollo personal, emocional y social inclusivo.

## MARCO TEÓRICO

### Adultos mayores. Aprendizaje de la tecnología

Las personas adultas mayores constituyen un segmento de la población que ha superado la mediana edad y generalmente se sitúa a partir de los 60 o 65 años. Esta etapa de la vida se caracteriza por cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales propios del envejecimiento, según diversos autores como Agüero-García et al. (2022), Valarezo-Carrión et al. (2020) y Gulisano-Basso et al. (2022). A pesar de los estereotipos que sugieren que el aprendizaje disminuye con la edad, la evidencia actual demuestra que los adultos mayores tienen la capacidad de continuar aprendiendo y adquiriendo nuevos conocimientos

a lo largo de toda su vida. Este proceso de adquisición de habilidades, conocimientos y experiencias requiere un esfuerzo constante y activo que abarca todas las etapas de la vida, incluida la adultez mayor.

En este sentido, Vicente y Vila (2017) añaden que el envejecimiento no debe ser visto como una limitación en este proceso, sino como un momento más donde se siga asimilando información. Además, destacan la importancia de considerar las habilidades y experiencias previas de los adultos mayores para aprovechar al máximo su potencial de aprendizaje.

Caballero-Figueredo (2022) destaca la importancia de considerar las características individuales de los adultos mayores en el proceso de aprendizaje, como el estilo cognitivo, el nivel educativo y la motivación. Aunque el proceso puede ser más lento, Caballero señala que no por ello es menos efectivo.

En relación con esto, Vásquez-Rizo et al. (2020) suman el valor de adaptar las estrategias de enseñanza al contexto social y a sus características individuales, remarcando la motivación y el interés como factores clave para este grupo en particular.

Por otro lado, Gulisano-Basso et al. (2022) comentan que el uso de las TIC puede tener un impacto significativo en dicha transformación y en su vida diaria. Además, en otras investigaciones como la de García y Heredia (2017) se menciona que las TIC permiten a los adultos mayores acceder a información, servicios y actividades en línea, mantenerse conectados con sus seres queridos y participar activamente en la sociedad digital.

Sin embargo, algunos autores han apuntado que este grupo etario puede enfrentar dificultades en esta transformación debido a sus limitaciones físicas, cognitivas e incluso sociales, así como a su falta de familiaridad con las nuevas tecnologías. “La adopción de tecnologías por parte de las personas mayores implica un cambio en sus prácticas y modos de vida, lo cual puede generar cierto temor y resistencia” (Rizo et al., 2019, p. 4). Al igual, Agüero-García et al. (2022) plantean que la falta de familiaridad con las TIC, la falta de confianza en su uso y la percepción de que son complicadas y difíciles de aprender dificultan el aprendizaje tecnológico en este grupo de población.

Asimismo, Caballero-Figueredo (2022) destaca la importancia de personalizar las estrategias educativas en tecnología para las personas mayores, asegurando que se adapten a sus capacidades, necesidades y preferencias individuales. Por su parte, Concepción-Bretton et al. (2020) coinciden en que el aprendizaje tecnológico en adultos mayores debe ser un proceso adaptable y continuo, enfocado en el desarrollo de habilidades prácticas y considerando las características únicas de cada individuo.

En resumen, el aprendizaje en adultos mayores implica un proceso constante y que puede ser influenciado por múltiples factores individuales, sociales y contextuales pero que no puede verse como una limitación para seguir aprendiendo. A pesar de que pueden experimentar dificultades en la adopción de las nuevas tecnologías, debido a la falta de familiaridad con ellas y la presencia de estereotipos negativos sobre esas habilidades, sí existen estrategias que se adapten a este grupo etario que pueden favorecer significativamente su vida diaria y superar todo tipo de barreras.

## Envejecimiento activo

El concepto de envejecimiento activo ha ganado importancia recientemente debido al aumento significativo de la población mayor en la sociedad. Se enfoca en mejorar el bienestar físico, social y mental a lo largo de toda la vida de las personas mayores, promoviendo su participación en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, intereses y capacidades (Román-Graván et al., 2021, p. 111). Este enfoque incluye el uso de dispositivos móviles para desarrollar competencias mediáticas y ampliar el conocimiento sobre las redes sociales a través de las Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC). Gabelas-Barroso et al. (2012) sugieren que la experiencia en entornos tecnológicos TRIC, facilita interacciones a través de redes sociales, enriqueciendo así un enfoque educativo en red más adaptable. Por ejemplo, los adultos mayores pueden beneficiarse de la interacción en plataformas como Facebook o WhatsApp, donde pueden compartir experiencias, mantenerse informados y conectarse con familiares y amigos, promoviendo así un aprendizaje continuo y una participación social activa. Además, aplicaciones como Skype o Zoom permiten realizar videollamadas, facilitando la comunicación cara a cara a distancia, lo cual es especialmente relevante para aquellos adultos mayores que no pueden movilizarse fácilmente.

Esta ampliación ofrece ejemplos adicionales de cómo las TRIC, pueden mejorar la vida social y educativa de los adultos mayores, utilizando herramientas específicas que promueven la interacción y la conexión con otras personas.

En contraste con la visión tradicional del envejecimiento, como un período de declive y deterioro, se visualiza un aumento de la calidad de vida, interés por nuevas actividades y el desarrollo de nuevas redes sociales (Cambero-Rivero y Díaz-Galván, 2019).

La Organización de los Estados Americanos (2015) en el informe de la *Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento* establece que “las personas de edad puedan participar en la vida económica, política, social y cultural de sus sociedades” (p. 3). En este sentido, Parra-Rizo (2017) expone las iniciativas de este organismo y menciona que existen acciones que aseguren una vida prolongada y saludable, optando por un envejecimiento activo y saludable. Agost-Feliz et al. (2021) plantean que el envejecimiento activo es un proceso, que involucra tanto al individuo como al entorno social en el que se desarrolla, y que tiene como objetivo la promoción de la autonomía y el bienestar en la vejez. Asimismo, Fajardo-Cuéllar y Wobbeking-Sánchez (2020) señalan que envejecer activamente implica la estimulación de la reserva cognitiva (RC). De esta manera, se relaciona con la adquisición de nuevas habilidades y la participación en actividades que desafíen al cerebro, lo que contribuye a la creación y mantenimiento de la RC, y a una mayor calidad de vida en esta etapa. De la misma forma, Hernández-Silvera y Leonardeli (2022), expresan que la reserva cognitiva influye en el retraso de la manifestación de los síntomas de deterioro, aquí radica la importancia de continuar en actividad para afrontar las lesiones.

Estas definiciones resaltan la importancia del papel dinámico del individuo en su propio proceso de envejecimiento. Por otro lado, Agost-Feliz et al. (2021) hacen hincapié en que el entorno social en el que se desenvuelve el individuo es un factor decisivo para el envejecimiento activo.

Camero-Rivero y Díaz-Galván (2019) destacan la importancia del aprendizaje a lo largo de toda la vida, considerando el envejecimiento activo como una estrategia esencial que facilita la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades, además de contribuir a la prevención de enfermedades neurodegenerativas. Según estos autores, el aprendizaje a lo largo de toda la vida (ALV) proporciona a las personas oportunidades continuas para adquirir conocimientos, habilidades, valores y actitudes que promueven su desarrollo personal y profesional.

López-Alfayate (2018), en relación con estas ideas, menciona herramientas que pueden ser útiles para fomentar el ALV en personas mayores. Se refiere a la adaptación constante al cambio a lo largo de la vida, optimizando así las oportunidades de salud, participación y seguridad para mejorar la calidad de vida conforme las personas envejecen. Destaca también la estimulación a través de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como parte integral del envejecimiento activo.

Camero-Rivero y Díaz-Galván (2019) señalan que el acceso y la utilización de las TIC no son uniformes entre las personas mayores, y es transcendental considerar las barreras que pueden obstaculizar su uso efectivo. Según Rosado-Álvarez et al. (2020), la brecha digital representa una de las principales dificultades que limita la eficacia del uso de las TIC en la población adulta mayor. Estos investigadores explican que esta brecha digital, definida como la disparidad en el acceso, uso y habilidades digitales entre distintos grupos de la población, puede estar asociada con factores como la edad, el género, el nivel socioeconómico y el nivel educativo. Se destaca así la importancia de integrar la alfabetización académica y el interés personal en propuestas de educación informal mediante la educomunicación. Esto se vincula estrechamente con la motivación hacia el proceso de aprendizaje, ya que estos espacios ofrecen una conexión con el entorno social y cultural, así como acceso a información general y redes sociales, incluso facilitando el debate intergeneracional a través de la música.

Adhiriendo a Gabelas-Barroso y Marta-Lazo (2020), la integración de lo tecnológico, la información y la comunicación crea espacios estables y relaciones de confianza que facilitan el intercambio educativo. Este enfoque, con el acrónimo TRIC, juega un papel concluyente en la promoción de habilidades para la vida, que van más allá de las etapas tempranas y son esenciales para capacitar a los adultos mayores en diversos aspectos cognitivos y de independencia.

En resumen, el envejecimiento activo se ha convertido en un tema relevante para promover un proceso de envejecimiento saludable y satisfactorio en la población adulta mayor y se centra en reconocer el potencial de las personas adultas mayores para seguir aprendiendo, contribuyendo y participando en diversas áreas de la vida. En este contexto, el uso de las TIC desempeña un papel fundamental al proporcionar herramientas y recursos que habilitan a este grupo etario participar activamente en la sociedad y mejorar su calidad de vida. Sin embargo, es importante abordar las brechas digitales y garantizar la capacitación y el acceso equitativo a las TIC para todas las personas de la tercera edad, ya que estas herramientas tienen el potencial de transformar positivamente su experiencia de envejecimiento, pero solo si se utilizan de manera efectiva y se superan los desafíos asociados, como la seguridad en línea y la privacidad de los datos.

## EN TORNO AL APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA Y SU IMPACTO EN LAS PERSONAS MAYORES

El aprendizaje a lo largo de toda la vida no se limita simplemente a adquirir nuevos conocimientos y habilidades, sino que también impulsa el desarrollo de recursos saludables y conduce a una mejora sustancial en la calidad de vida. Este proceso no solo permite a las personas adaptarse eficazmente a un entorno global que es ágil y está en constante evolución, sino que también ha demostrado ser fundamental después de la pandemia, redefiniendo las formas en que nos conectamos y participamos en una sociedad cada vez más interconectada y dinámica.

Por otro lado, según Vicente y Vila (2018), los seres humanos se apropian del aprendizaje interactuando con su entorno, lo cual promueve su crecimiento personal al estar inmersos y participar activamente en la sociedad.

La educación a lo largo de toda la vida se extiende a contextos formales, no formales e informales, abarcando ámbitos como la escuela, el trabajo y la vida cotidiana. Este enfoque no solo se centra en diagnosticar y tratar trastornos del aprendizaje, sino que también juega un papel indiscutible en la prevención de dificultades y en la promoción de la salud mental. En este sentido, es fundamental estimular la reserva cognitiva en adultos mayores (Gulisano-Basso, 2022).

Según González-Díaz y Lara-Martínez (2022), los profesionales deben adaptar sus enfoques según las necesidades individuales, utilizando teorías que orienten tanto en la prevención como en la intervención en problemáticas específicas. Autores como Vicente y Vila (2018) destacan el rol esencial del aprendizaje personalizado en adultos mayores, adaptando estrategias educativas a sus capacidades únicas y reconociendo la importancia de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) para su desarrollo personal y social.

Además, Vicente y Felicitas (2022) enfatizan cómo el aprendizaje de las TIC puede favorecer un envejecimiento activo y saludable, proporcionando oportunidades de comunicación y aprendizaje que de otro modo serían inaccesibles. Este enfoque adaptativo y centrado en la persona permite a los psicopedagogos mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, promoviendo su crecimiento personal a través de metodologías educativas que responden a sus necesidades individuales y al contexto en el que se desenvuelven.

La intervención en el ámbito de los adultos mayores desempeña un papel vital para el desarrollo cognitivo, emocional y social, así como para potenciar su calidad de vida y bienestar integral. Según Vicente y Vila (2018), existe un reconocimiento significativo sobre la importancia de abordar la capacidad funcional como indicador de salud y calidad de vida, así como los factores de riesgo y protectores en el proceso de envejecimiento. Es esencial comprender las características biopsicosociales de este proceso para facilitar una transformación placentera y empática, promoviendo intervenciones que impulsen la salud, prevengan enfermedades y atiendan las condiciones establecidas (Vicente y Vila, 2018).

Por otra parte, adhiriendo al concepto de reserva cognitiva, el cual cobra relevancia en este contexto, ya que está estrechamente relacionado con un envejecimiento óptimo (Fajardo-Cuéllar y Wobbeking-Sánchez, 2020), destacando la capacidad del cerebro para

tolerar el deterioro sin manifestar síntomas clínicos, basado en la plasticidad cerebral. Estimular esta reserva cognitiva se convierte en una estrategia fundamental para ralentizar el deterioro cognitivo (Fajardo-Cuéllar y Wobbeking-Sánchez, 2020), sustentado en la idea de que la plasticidad cerebral es posible y se desarrolla a lo largo de toda la vida (Casasola-Rivera, 2024).

En términos prácticos, diversas intervenciones se centran en mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y fomentar un envejecimiento activo. Troncoso-Pantoja et al. (2020) proponen talleres educativos y sesiones que fortalezcan habilidades sociales, mientras que el ejercicio físico se destaca como una herramienta para aumentar la funcionalidad cognitiva y física, promoviendo la autonomía y la interacción social positiva (Troncoso-Pantoja et al., 2020). Por otra parte, Martín-Valle (2022) sugiere que los talleres pueden cambiar la percepción patologizante del envejecimiento, proporcionando información sobre los cambios físicos y cognitivos que ocurren durante este proceso reduciendo el miedo y los prejuicios.

En conclusión, las estrategias de intervención dirigidas a adultos mayores enfatizan la importancia de estimular la reserva cognitiva y mejorar la calidad de vida a través de programas adaptados a las necesidades individuales. Estas intervenciones pedagógicas juegan un papel fundamental en promover un envejecimiento saludable, activo y socialmente participativo, contribuyendo significativamente al bienestar y la satisfacción personal de esta población.

Según lo antes expuesto, el objetivo general de este estudio fue comprender cómo el aprendizaje de las TIC, específicamente el uso de teléfonos móviles incide en la calidad de vida y el envejecimiento activo de adultos mayores en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Se buscó explorar los beneficios, desafíos y motivaciones que subyacen a este proceso, así como identificar estrategias pedagógicas efectivas para la enseñanza de TIC en este grupo etario. Para ello, se identifican las ventajas y dificultades que encuentran los adultos mayores en el aprendizaje de la tecnología desde un recorte o muestreo estratificado por ubicación geográfica en AMBA (Ciudad de Buenos Aires y zona sur de Buenos Aires). Además, se buscó describir los motivos que alientan a los adultos mayores a conocer el manejo de dispositivos, explicar la relación entre el uso de la tecnología y el envejecimiento activo, e identificar las aplicaciones y programas que favorecen el envejecimiento activo. Un nuevo objetivo es analizar las estrategias pedagógicas más efectivas para la enseñanza de la tecnología a los adultos mayores en AMBA.

## MÉTODO

En este trabajo se optó por una metodología cualitativa con diseño de teoría fundamentada. Este enfoque consistió en comprender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes en su ambiente natural (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018, p. 364). El diseño se refiere al plan o estrategia concebida para obtener la información deseada (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018, p. 120).

## Tipo de estudio

Se utilizó un tipo de estudio de teoría fundamentada, que incluye una lógica inductiva, explorando y describiendo para luego generar perspectivas teóricas (Hernández Sampieri et al., 2010). Según Corbin y Strauss (2022) esta teoría se deriva de datos recopilados de manera sistemática y analizados a través del proceso de investigación.

## Instrumento

Se realizaron 27 entrevistas semiestructuradas utilizando como instrumento una guía de preguntas, permitiendo al entrevistador introducir preguntas adicionales para obtener mayor información (Hernández-Sampieri et al., 2010, p. 418). Las preguntas fueron abiertas, para que los adultos mayores pudieran explayarse en su discurso.

## Muestra y contexto

La muestra fue teórica, utilizada para comprender una idea, observando casos que favorezcan su comprensión (Hernández-Sampieri et al., 2010, p. 399). Se hace un recorte de muestra o muestreo estratificado por ubicación geográfica de diferentes ubicaciones geográficas específicas como Avellaneda, Lugano (CABA), y Barracas en Argentina.

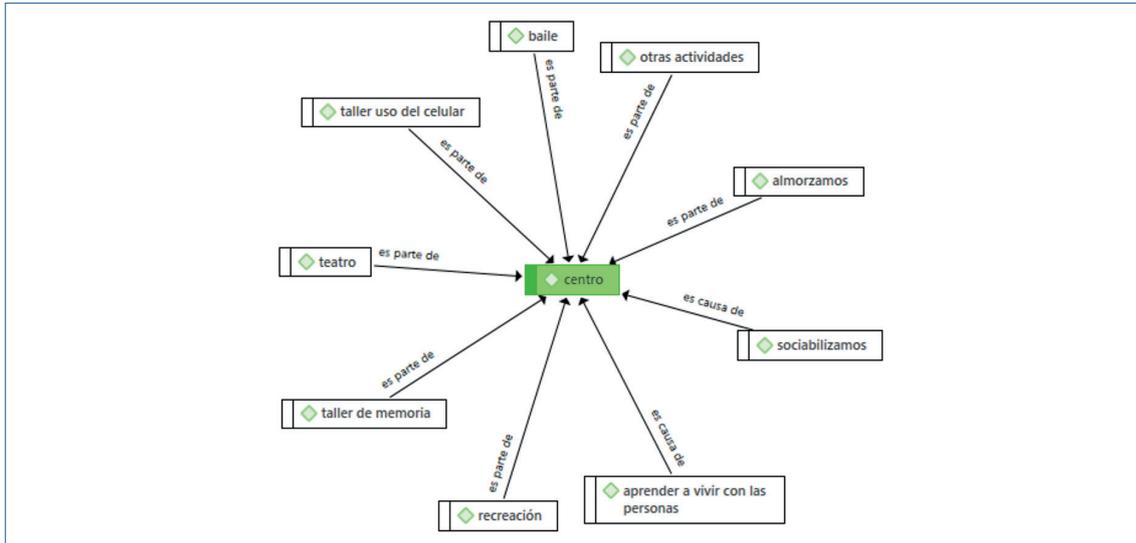
Este enfoque se utiliza para asegurar que la muestra recolectada represente adecuadamente diferentes áreas geográficas relevantes para el estudio. Cada ubicación geográfica se considera un estrato, y se seleccionan muestras dentro de cada uno de estos estratos para capturar la diversidad geográfica de la población de interés. La muestra estuvo constituida por personas mayores que asistieron a la Asociación de Jubilados y Pensionados en Villa Lugano, CABA, adultos mayores que concurren a consultorio y asiduos al Sindicato de Empleados de Comercio en zona Sur, zona sur de Buenos Aires, y adultos mayores que asisten a un taller protegido en Barracas, CABA. La muestra consistió en 27 adultos, con edades entre 60 y 95 años, y asistencia continua de tres meses al taller. En estos lugares se ofrecen actividades y talleres para el bienestar integral de los adultos mayores, promoviendo el intercambio de vivencias entre pares.

## DESARROLLO CONCEPTUAL

En el marco del presente estudio, se observa en la Figura 1, una representación visual del diagrama de actividades desarrolladas, generado mediante el software Atlas.ti.

Figura 1

Diagrama de actividades del centro para adultos mayores



*Nota:* Este diagrama muestra el conjunto de relaciones que se establecen en centros de pensionados y jubilados para adultos mayores. Fuente: elaboración propia.

Esta representación, permite observar y analizar las relaciones entre los diferentes códigos extraídos del análisis cualitativo de datos. En él se destacan diversas actividades llevadas a cabo en la zona, tales como talleres de memoria, actividades de baile, espacios para almuerzos y socialización, presentaciones teatrales, entre otras. Este análisis visual proporciona una comprensión más profunda de la diversidad y relevancia de las actividades ofrecidas en el centro (o zona) en el contexto del envejecimiento activo y la integración social de los adultos mayores. Se destacan actividades realizadas en la zona:

- Taller de memoria: para estimular la memoria y prevenir el deterioro cognitivo.
- Baile: actividades de baile para la recreación y el ejercicio físico.
- Almuerzo: se ofrece un espacio para almorzar y socializar con otros participantes.
- Teatro: se presentan obras de teatro para el entretenimiento y la reflexión.
- Otras actividades: se menciona la existencia de otras actividades no especificadas en el diagrama.

Por otro lado, el flujo de actividades muestra:

- Las actividades se dividen en dos categorías: talleres y recreación.
- Los talleres se ofrecen en un espacio específico, mientras que las actividades de recreación se pueden realizar en diferentes lugares del centro de la ciudad.
- Los participantes pueden elegir libremente en qué actividades desean participar. Por ejemplo, tanto el taller de memoria como actividades de baile y teatro.

Las actividades también pueden tener un impacto positivo en la salud física y mental de los participantes.



## Procedimiento

### *Recolección de datos y análisis*

Los datos fueron recolectados mediante 27 entrevistas semiestructuradas con preguntas abiertas, enfocadas en explorar las experiencias de los adultos mayores con el uso de teléfonos móviles y otras TIC en contextos de envejecimiento activo. Las entrevistas fueron transcritas y analizadas utilizando el método comparativo constante de Teoría Fundamentada, siguiendo el procedimiento establecido por Corbin y Strauss (2022). Este enfoque permitió desarrollar una teoría emergente a partir de los datos recopilados.

### *Variables y contexto*

Se seleccionaron variables relevantes para la investigación y se llevaron a cabo búsquedas de antecedentes teóricos. El muestreo se realizó por conveniencia y fue estratificado por ubicación geográfica para asegurar una representación adecuada de diferentes áreas. El análisis se centró en identificar patrones y relaciones significativas dentro de los datos, organizándolos posteriormente en categorías y metacategorías.

### *Metodología de análisis de datos*

El proceso de análisis de los datos incluyó tres etapas de codificación:

- Codificación abierta: en esta etapa inicial, se identificaron y etiquetaron conceptos y fenómenos emergentes a partir de los datos significativos extraídos de las transcripciones de las entrevistas. Esto generó una lista preliminar de categorías. Por ejemplo, se codificaron experiencias emocionales de los adultos mayores con las TIC, como la adaptación inicial y la percepción de la utilidad de las herramientas digitales.
- Codificación axial: se establecieron relaciones entre las categorías identificadas durante la codificación abierta, agrupando los datos en subcategorías más específicas para entender mejor las interacciones y patrones emergentes. Un ejemplo es la organización de categorías relacionadas con las emociones y la motivación en subcategorías como “Barreras emocionales” y “Motivación para el uso de TIC”.
- Codificación selectiva: la etapa final implicó la integración de las categorías y subcategorías en metacategorías que reflejan los temas centrales del estudio, consolidando la teoría emergente. Por ejemplo, las subcategorías se integraron en metacategorías como Adaptación emocional y Impacto de las TIC en el envejecimiento activo, proporcionando una visión comprensiva del impacto de las TIC en los adultos mayores.

### *Tipo de análisis*

El análisis correspondió al método comparativo constante de Teoría Fundamentada, planteando una teoría relacionada con la información observada (Vasilachis-de-Gialdino et al., 2006, p. 155). Se siguió el procedimiento de Corbin y Strauss (2022) con las siguientes etapas de codificación para generar una nueva teoría:

- Codificación abierta: se buscaron datos significativos para identificar conceptos y categorías iniciales.

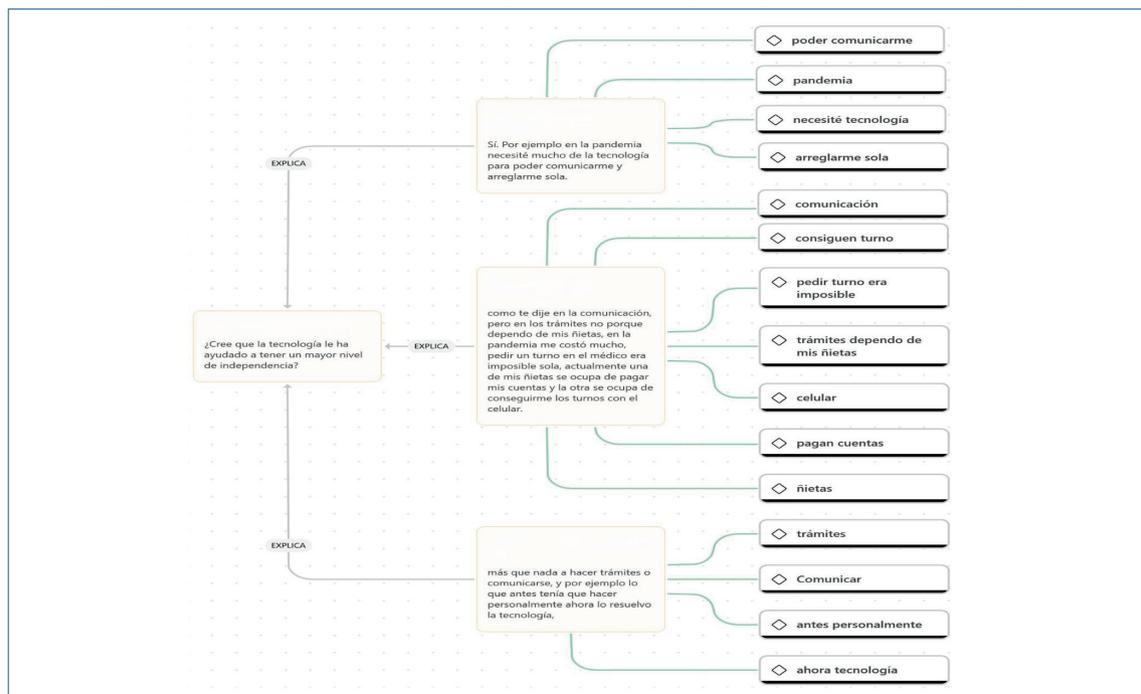
- Codificación axial: se establecieron subcategorías, organizando los datos en relaciones temáticas.
- Codificación selectiva: se integraron las categorías para desarrollar una teoría consolidada basada en los datos.

**Organización de categorías**

Para mejorar la comprensión del análisis, se presentan diversas figuras que ilustran la organización de metacategorías, categorías y subcategorías, y su relación en diferentes niveles de análisis.

**Figura 3**

*Red conceptual de las relaciones entre la tecnología, la autonomía y la dependencia en adultos mayores.*



*Nota:* La figura corresponde a una codificación abierta, cómo la tecnología ha permitido a los adultos mayores aumentar su autonomía en diversas áreas de su vida, desde la comunicación hasta la gestión de trámites, mientras que también revela la persistencia de dependencias y la necesidad de apoyo. Esta figura se puede insertar después de la descripción de las subcategorías en la codificación axial para mostrar cómo se relacionan con los temas de autonomía y dependencia. Fuente: elaboración propia.

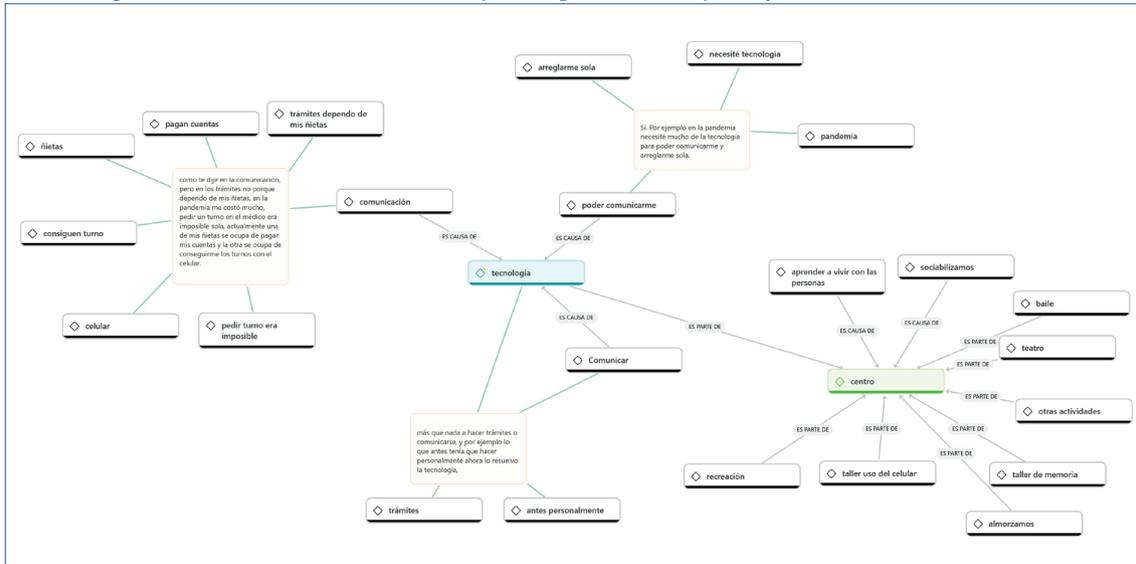
En la codificación abierta, se buscan datos significativos para identificar conceptos y categorías iniciales. La figura mencionada refleja cómo se identificaron y categorizaron estos conceptos iniciales sobre la tecnología y la autonomía de los adultos mayores. Asimismo, representa los primeros patrones observados y categorizados en los datos.

La tecnología ha facilitado en estos participantes un aumento de la autonomía de los adultos mayores en varias áreas de su vida, incluyendo la comunicación y la gestión de trámites. A través de la adopción de herramientas tecnológicas, los adultos mayores han logrado una mayor independencia en actividades que antes requerían asistencia. Sin em-

bargo, también pone de manifiesto que, a pesar de estos avances, persisten ciertas dependencias y la necesidad de apoyo continuo. La tecnología, aunque beneficiosa, no elimina por completo las dificultades que enfrentan los adultos mayores, lo que subraya la importancia de seguir ofreciendo soporte y asistencia. Esta figura puede ser colocada después de la descripción de las subcategorías en la codificación axial para ilustrar cómo estas subcategorías se relacionan con los temas de autonomía y dependencia, proporcionando una visión más clara de cómo la tecnología influye en ambos aspectos.

**Figura 4**

*La tecnología en el día a día de los adultos mayores: oportunidades y desafíos*



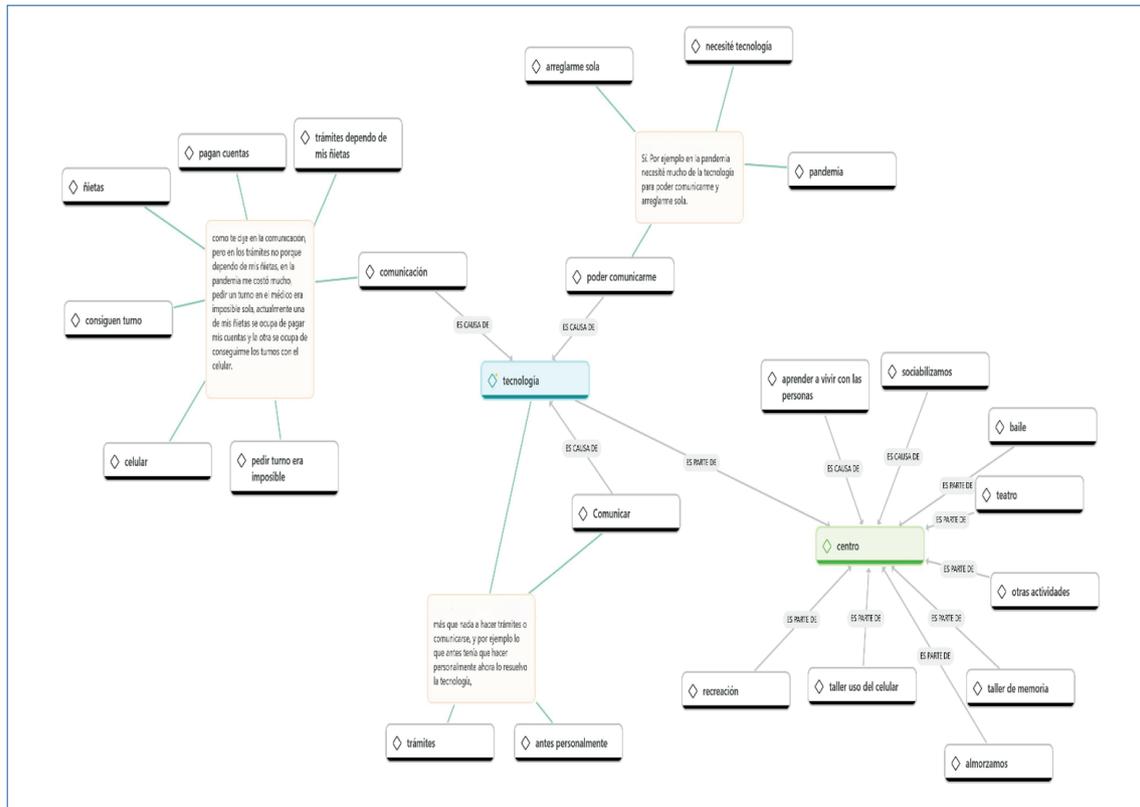
*Nota:* Esta figura ilustra los diferentes aspectos de la vida cotidiana en los que la tecnología ha tenido un impacto, con nodos que muestran las relaciones entre estos aspectos. Esta figura subraya los temas consolidados como la Adaptación emocional y el Impacto de las TIC en el envejecimiento activo. Fuente: elaboración propia.

Durante la codificación axial, se organizaron y relacionaron las categorías identificadas en la codificación abierta. La figura 4 muestra cómo se han establecido subcategorías y cómo se relacionan entre sí, proporcionando una visión estructurada de los datos y las conexiones temáticas. En esta fase, se buscó conectar conceptos y categorías para entender mejor sus relaciones y subcategorías.

Según estudios recientes, como los realizados por la profesora Laura Carstensen (2021) en el campo del envejecimiento y la tecnología, la incorporación de las TIC puede tener efectos profundos en la calidad de vida de los adultos mayores, promoviendo una mayor autonomía y un envejecimiento activo. Boot (2020) sostiene que la tecnología facilita la conexión social y el acceso a recursos esenciales, lo que puede mejorar la adaptación emocional al enfrentar los desafíos del envejecimiento. Sin embargo, también es importante reconocer que la tecnología no elimina completamente las barreras que enfrentan los adultos mayores, como la brecha digital y la necesidad de apoyo en el uso de nuevas herramientas.

La figura 4, por tanto, no solo muestra los impactos positivos de las TIC, sino que también destaca las áreas donde persisten desafíos y la necesidad de un soporte continuo. Al ubicarse junto a la sección de codificación axial, la figura proporciona una representación visual que subraya cómo los temas consolidaron en el análisis reflejan tanto las oportunidades como las limitaciones asociadas con la tecnología en el contexto del envejecimiento.

**Figura 5**  
Categorización de la relación entre tecnología y adulto mayor



*Nota:* Esta figura ilustra cómo se han identificado y categorizado los patrones y conceptos clave en la investigación, permitiendo una mejor comprensión de la relación entre tecnología y adultos mayores. El código selectivo categoriza los datos en relación con la adopción y uso de tecnología, destacando los principales conceptos y patrones emergentes que explican la interacción entre los adultos mayores y las TIC. Fuente: elaboración propia.

En la figura 5 se han identificado y clasificado los patrones y conceptos clave a lo largo de la investigación. La representación facilita una comprensión más profunda de la relación entre los adultos mayores y la tecnología, destacando cómo la adopción y el uso de TIC influye en sus vidas. Según la investigación de Boot (2020), la integración de las TIC en la vida de los adultos mayores puede variar significativamente en términos de impacto en su bienestar y adaptación emocional.

El código selectivo en esta investigación categoriza los datos relevantes en torno a la adopción y el uso de tecnología, subrayando los conceptos y patrones emergentes que explican cómo los adultos mayores interactúan con las TIC. Carstensen (2021) destaca

que mientras las TIC pueden ofrecer oportunidades significativas para la autonomía y la conexión social, también pueden presentar desafíos relacionados con la adaptación y el soporte necesario. Por otra parte, la figura sintetiza estos hallazgos al proporcionar una visión integral de cómo los patrones identificados se relacionan entre sí y contribuyen a una comprensión más amplia de la influencia de la tecnología en el envejecimiento.

Por otra parte, en la codificación, se integraron y redefinieron las categorías para desarrollar una teoría consolidada. Esta figura proporciona un resumen final de los conceptos y patrones clave, mostrando cómo se han integrado y sintetizado para formar una teoría coherente sobre la interacción entre tecnología y adultos mayores. De esta manera, se destacan los temas consolidados y proporciona una visión general de los hallazgos principales.

Este modelo permite observar cómo las TIC facilitan la autonomía y la inclusión social de los adultos mayores, al tiempo que resalta las áreas donde persisten desafíos y barreras. Este enfoque se alinea con las ideas de Sherry Turkle, quien en su obra reciente *The empathy diaries: A memoir* (2021) explora cómo la tecnología afecta las relaciones interpersonales y la experiencia emocional de los individuos mayores. Turkle (2021) argumenta que, aunque la tecnología puede mejorar el acceso a la información y las conexiones sociales, también puede introducir nuevas formas de aislamiento y dependencia tecnológica. La figura 5 busca capturar estos matices al mostrar cómo las categorías y patrones emergentes se interrelacionan y contribuyen a una comprensión más holística del impacto de la tecnología en el envejecimiento.

## Hallazgos clave del estudio

Desde la codificación, se buscó comprender los significados que las personas atribuyen a sus experiencias y el contexto en el que estas se producen. Desde un enfoque interpretativo que busca comprender la realidad desde la perspectiva de los participantes en la investigación. Por ello, a partir del Soft se facilitó el análisis de entrevistas, grupos focales y otros tipos de datos textuales, de las entrevistas realizadas, donde emergieron las categorías de análisis relacionadas con el aprendizaje y uso de las TIC y la participación general en el centro por parte de los adultos mayores. Algunos de los temas fueron:

1. Participación en actividades: los participantes destacaron la importancia de involucrarse en actividades recreativas y educativas ofrecidas por centros comunitarios. Estas actividades incluyen talleres de memoria, yoga, teatro, gimnasia, entre otros.
2. Superación de desafíos tecnológicos: algunos adultos mayores expresaron dificultades iniciales al aprender a utilizar dispositivos tecnológicos como teléfonos celulares y computadoras. Sin embargo, con el tiempo y la práctica, lograron superar estas barreras y se sintieron más cómodos con la tecnología.
3. Apoyo social y familiar: muchos participantes mencionaron que recibieron apoyo y aliento de amigos y familiares en su proceso de aprendizaje tecnológico. La ayuda de seres queridos fue fundamental para adquirir confianza y habilidades en el uso de dispositivos electrónicos. Muchos adultos mayores recibieron ayuda y aliento de sus seres queridos para aprender a usar la tecnología y superar sus temores y limi-

taciones. Este apoyo incluyó desde enseñarles cómo utilizar dispositivos específicos hasta brindarles asistencia técnica cuando la necesitaban.

4. Ampliar conocimiento y comunicación: los participantes destacaron la importancia de las TIC para ampliar su conocimiento y comunicarse de manera más eficiente. Anteriormente, realizar trámites o comunicarse con familiares implicaba ir personalmente o coordinar con anticipación, mientras que ahora pueden resolver estas tareas de manera más rápida y sencilla a través de la tecnología.
5. Uso de dispositivos móviles para comunicarse: el uso de teléfonos celulares se ha convertido en una herramienta fundamental para la comunicación. Los adultos mayores mencionaron que utilizan sus celulares principalmente para comunicarse con familiares, especialmente hijos y nietos que viven lejos, lo que les permite mantenerse en contacto de manera más frecuente y rápida.
6. Aprendizaje y adaptación al uso de la tecnología: aunque algunos participantes expresaron dificultades iniciales al aprender a usar dispositivos tecnológicos, como celulares y computadoras, con el tiempo lograron superar estas barreras y adquirir habilidades para comunicarse y realizar trámites en línea. El apoyo social y familiar desempeñó un papel crucial en este proceso de aprendizaje. Asimismo, algunos entrevistados expresaron dificultades para utilizar el celular, mencionando que no entienden cómo hacerlo, que les resulta complejo o inseguro, y que no saben cómo resolver problemas cuando surgen. Se destaca la dependencia de los hijos o nietos para manejar aspectos tecnológicos, como pedir turnos médicos o realizar trámites. Algunos entrevistados mencionaron que prefieren no utilizar ciertas funciones del celular o que no les gusta usarlo, prefiriendo actividades como la lectura, la gimnasia o el baile.
7. Utilidad de la tecnología en la vida cotidiana: los participantes destacaron la utilidad de la tecnología para realizar trámites bancarios, comunicarse con familiares en el extranjero de manera rápida y acceder a información relevante a través de internet. Además, el uso de aplicaciones como WhatsApp y correo electrónico se ha vuelto indispensable para mantenerse conectados. A su vez, se menciona el uso de las TIC en búsqueda de significado de palabras a través de Google, lo que resalta la importancia de la tecnología en la satisfacción de necesidades cotidianas, como la búsqueda de información.
8. Preocupaciones sobre seguridad y privacidad: a pesar de los beneficios, algunos participantes expresaron preocupaciones sobre la seguridad y la privacidad al utilizar dispositivos tecnológicos. El temor al robo de información personal y bancaria fue mencionado como una preocupación significativa.
9. Actividades recreativas y sociales: se mencionan actividades como la gimnasia, el baile, el teatro, el taller de memoria, entre otros, como formas de mantenerse activo y sociabilizar. También se hacen referencias a actividades fuera del centro, como excursiones o paseos, que son organizadas para los entrevistados.
10. Relación familiar: se destaca la importancia de la comunicación con la familia a través del celular, especialmente para los entrevistados que tienen familiares que viven lejos o en el extranjero. Algunos entrevistados expresan preocupación por no

poder adaptarse a los cambios tecnológicos y por sentirse dependientes de sus hijos o nietos en ese aspecto.

11. Autonomía e independencia: algunos entrevistados mencionan su deseo de mantener la independencia y la autonomía, especialmente en lo que respecta al manejo de la tecnología y la realización de trámites. Se resalta la importancia de aprender a utilizar la tecnología para no depender de otros, especialmente de los hijos, y para mantener la autonomía en la vida diaria. Por otra parte, se encontró que la tecnología no es tomada como sometimiento sino como la posibilidad hacia una actitud independiente para su uso y aprendizaje.
12. Otras preocupaciones y preferencias: algunos entrevistados expresan preocupación por la falta de paciencia de sus familiares al enseñarles a usar la tecnología. Se mencionan preferencias por actividades como mirar películas en YouTube o escuchar música coreana, en contraposición a actividades tradicionales como ver televisión o leer libros. También, se resalta el deseo de evitar el uso excesivo del celular o de las redes sociales, priorizando otras actividades o el disfrute del silencio.
13. Aburrimiento los sábados y domingos: se describe que, aunque durante la semana realizan diversas actividades, los fines de semana se encuentran sin planes específicos, lo que puede llevar al aburrimiento. Además, se detallan las actividades de algunas personas dentro de sus rutinas diarias, desde el momento en que se levantan hasta las tareas que realizan a lo largo del día.
14. Sentimientos de soledad o pérdida: algunos entrevistados, mencionan que la persona se siente sola en ciertas ocasiones, lo que implica la presencia de sentimientos de soledad o pérdida, aunque también llaman a su familia para sentirse acompañados.
15. Salud mental: motivación, desapego, exclusión, frustración, conflicto familiar, estrés financiero, depresión, contención, dolor emocional. Estos aspectos no se abordan en detalle, pero podrían ser importantes aspectos a explorar en futuras entrevistas para comprender mejor el bienestar psicológico de los entrevistados.
16. Despiste y distracción: se menciona en algunos casos la consideración de despistes, lo que puede influir en su día a día y en la forma en que aborda diferentes actividades.
17. Subir y bajar escaleras: se menciona esta actividad como parte de su rutina diaria, lo que puede ser importante para mantenerse activo físicamente.
18. Supermercado: como parte de sus actividades diarias, lo que resalta la importancia de la compra de alimentos y otros productos para su vida cotidiana.
19. En cuanto a pasatiempos, se destaca el teatro como una actividad en la que participan los entrevistados, lo que sugiere que es una forma popular de entretenimiento y expresión artística para ellos. Por otro lado, el baile también se remarca como una actividad que disfrutaban los entrevistados. Esta actividad puede tener beneficios físicos y emocionales, además de ser una forma divertida de socializar. Aspectos que se complementan con gimnasia, se mencionan otras actividades físicas como zumba y yoga, lo que indica que valoran mantenerse activos y cuidar su salud física. Asimismo, las actividades sociales y recreativas más mencionadas fueron paseos por

diferentes lugares, festejos, tomar mate con amigos, entre otras actividades sociales y recreativas que realizan para mantenerse activos y socializar.

Dentro de estas actividades recreativas, encontramos a su vez actividades de manualidades como dibujo y taller de tejido. Esto indica que algunos entrevistados disfrutaban expresando su creatividad a través de actividades artísticas.

Por otro lado, realizan viajes o salidas por la ciudad en varias citas, lo que sugiere que valoran la oportunidad de explorar nuevos lugares y experiencias.

20. Aprendizaje autodidacta: Se destaca cómo algunas personas aprenden a usar la tecnología y otras habilidades nuevas por su cuenta, ya sea por necesidad o interés personal. Por ejemplo, aprenden a usar el celular, a enviar correos electrónicos, a hacer capturas de pantalla, etc.

21. Memorias y experiencias pasadas: Algunas personas comparten recuerdos y experiencias pasadas, como viajes realizados, trabajos anteriores, vivencias familiares, etc. Estos recuerdos pueden influir en sus actividades y decisiones actuales.

Algunas personas mencionan cambios importantes en sus vidas, como jubilación, pérdida de seres queridos, mudanzas, etc., y cómo se adaptan a estos cambios buscando nuevas actividades y relaciones sociales.

## DISCUSIÓN

El presente estudio, de naturaleza cualitativa, explora el aprendizaje de las TIC en adultos mayores en el marco del envejecimiento activo. Mediante entrevistas semidirigidas a 27 adultos mayores, se examinaron sus experiencias y estrategias en torno al uso de la tecnología. Los resultados confirman la importancia del aprendizaje continuo y la participación en actividades significativas, destacando el rol destacado de las TIC en este proceso.

### Hallazgos clave

#### *Diversidad de Intereses, necesidades y participación comunitaria*

Los adultos mayores muestran una amplia diversidad en sus intereses y necesidades tecnológicas, que van desde habilidades básicas, como el manejo de dispositivos móviles, hasta intereses específicos, como la participación en talleres de costura y actividades recreativas. Esta diversidad refleja no solo la variabilidad en las habilidades tecnológicas de esta población, sino también sus múltiples motivaciones para aprender y utilizar las TIC. La importancia de la participación comunitaria se destaca como un factor crucial para la inclusión digital y el bienestar general, lo cual coincide con estudios previos que subrayan la necesidad de adaptarse a las diferencias individuales en habilidades y experiencias tecnológicas (Fisk et al., 2020; Hogan, 2022). Esta variedad de intereses y la participación en actividades comunitarias no solo fomentan la socialización y el aprendizaje continuo, sino que también promueven un sentido de pertenencia y apoyo social esencial para el envejecimiento activo.

### ***Impacto de las TIC en la autonomía y las relaciones sociales***

Las TIC han demostrado ser una herramienta poderosa para aumentar la autonomía de los adultos mayores, facilitando la realización de trámites personales, la gestión de la salud y la comunicación con familiares y amigos. Este hallazgo destaca la importancia de las TIC en la promoción de la independencia y la mejora de la calidad de vida, aspectos que son consistentes con la literatura actual sobre envejecimiento activo y tecnología (López-López y Álvarez-Aros, 2021). Además, la dimensión relacional de las TIC facilita la conexión y el mantenimiento de redes sociales, lo cual es vital para contrarrestar el aislamiento y promover una vida social activa. La educomunicación y las TRIC no solo facilitan la comunicación educativa, sino que también abordan aspectos emocionales referidos a la autonomía y autovalía, que refuerzan el aprendizaje y la adaptación tecnológica en los adultos mayores, ampliando así su rol más allá de la mera instrucción técnica.

### ***Desafíos y facilitadores en la adopción de TIC: seguridad, apoyo social y autonomía***

Los adultos mayores enfrentan varios desafíos relacionados con la adopción de las TIC, destacándose las preocupaciones sobre seguridad y privacidad, así como la importancia del apoyo social para una adopción exitosa. Las preocupaciones sobre la seguridad y privacidad en el uso de tecnología son significativas, lo que subraya la necesidad de una educación continua en temas de seguridad digital, como la protección de datos personales y la prevención de fraudes. Esto resalta la importancia de integrar componentes de educomunicación y TRIC orientados específicamente a los adultos mayores, para fortalecer sus habilidades y confianza en la gestión de estos riesgos.

El apoyo social y familiar se identifica como un facilitador crucial para la adopción de las TIC. Este apoyo, que incluye desde asistencia técnica hasta motivación emocional, ayuda a los adultos mayores a superar desafíos tecnológicos y fomenta la confianza necesaria para explorar y utilizar nuevas tecnologías. Hogan (2022) enfatiza que la participación en actividades comunitarias y el apoyo de redes sociales son esenciales para la autonomía y el bienestar del adulto mayor, lo cual se refleja en los hallazgos de este estudio al resaltar el papel del entorno social en la adaptación tecnológica.

La autonomía y la independencia son valores fuertemente apreciados por los adultos mayores en el contexto del uso de TIC. La capacidad de gestionar trámites personales y actividades cotidianas mediante la tecnología refuerza su sentido de control y contribuye al envejecimiento activo. Este deseo de mantener la independencia refleja una actitud positiva hacia la adopción tecnológica y el envejecimiento, alineándose con los principios de un envejecimiento activo que enfatiza la autodeterminación y la participación continua.

En conjunto, estos elementos sugieren que la integración de medidas educativas en seguridad digital, el fomento del apoyo social, y la promoción de la autonomía son esenciales para maximizar los beneficios de las TIC en los adultos mayores. Un enfoque integral que aborde tanto las barreras como los facilitadores permitirá diseñar intervenciones efectivas que promuevan la adopción y uso seguro, confiado y autónomo de la tecnología, mejorando así la calidad de vida de esta población.

## **Recomendaciones para futuras investigaciones y programas**

- Desarrollo de programas educativos personalizados: crear programas de aprendizaje específicos para adultos mayores, adaptados a sus necesidades y habilidades individuales.
- Promoción de la inclusión digital: garantizar acceso equitativo a la tecnología y oportunidades de aprendizaje para todos los adultos mayores, colaborando con organizaciones comunitarias.
- Apoyo social y familiar continuo: fomentar el rol de la familia y la comunidad en el aprendizaje tecnológico de los adultos mayores, ofreciendo capacitación a familiares y cuidadores.
- Enfoque en la seguridad y privacidad: proporcionar educación sobre seguridad en línea y protección de la privacidad, desarrollando talleres sobre cómo detectar estafas y mantener contraseñas seguras.
- Investigación adicional sobre salud mental y bienestar: promover estudios sobre el impacto de las TIC en la salud mental y el bienestar, incluyendo investigaciones longitudinales.
- Enfoque integral del envejecimiento activo: adoptar un enfoque holístico que incluya salud física, mental y social, colaborando entre diversos profesionales para diseñar intervenciones integrales.
- Ampliación de las muestras de investigación: realizar estudios con muestras más amplias y diversas para confirmar los resultados y obtener una comprensión más completa.

## **CONCLUSIÓN**

Este estudio cualitativo subraya la relevancia de las TIC como herramientas fundamentales para fomentar un envejecimiento activo, saludable y satisfactorio en adultos mayores. A través del análisis de las experiencias y estrategias de aprendizaje de 27 adultos mayores, se identificaron aspectos clave como la diversidad de intereses y necesidades tecnológicas, la importancia del apoyo social y familiar, y la valoración de la autonomía en el uso de la tecnología. Estos hallazgos no solo confirman la literatura existente, sino que también revelan nuevas dimensiones sobre cómo las TIC impactan en la vida cotidiana de los adultos mayores, incluyendo mejoras en la interacción social y la autogestión de la salud.

Las recomendaciones para la creación de programas educativos personalizados y la promoción de la inclusión digital apuntan a cerrar las brechas tecnológicas y asegurar que los adultos mayores no solo accedan a la tecnología, sino que lo hagan de manera segura y confiada. Además, la incorporación de un enfoque holístico que incluya aspectos de salud física, mental y social es esencial para maximizar los beneficios del envejecimiento activo y la adopción tecnológica.

Es incuestionable continuar explorando cómo las TIC pueden integrarse de manera efectiva en la vida de los adultos mayores y qué estrategias pueden optimizar su uso. La investigación futura debería enfocarse en estudios longitudinales para observar los efectos a largo plazo de la inclusión digital en la salud y el bienestar, así como en la expansión de las muestras para obtener una visión más diversa y representativa. Asimismo, es importante considerar las particularidades culturales y socioeconómicas de los adultos mayores para diseñar intervenciones más efectivas y ajustadas a sus realidades.

En conclusión, el aprovechamiento de las TIC en el envejecimiento activo representa no solo una oportunidad de inclusión digital, sino también un camino hacia un envejecimiento más autónomo, participativo y conectado. Las TIC tienen el potencial de transformar no solo la manera en que los adultos mayores se relacionan con el mundo, sino también cómo se perciben a sí mismos dentro de un contexto en constante cambio. La colaboración entre profesionales de diversas disciplinas será fundamental para diseñar intervenciones que realmente hagan la diferencia en la calidad de vida de esta población.

## REFERENCIAS

- Agost-Felip, M. R., Martín-Alfonso, L., & Moreno-Sandoval, A. (2021). Estrategias dirigidas a promover el envejecimiento activo y saludable en las comunidades autónomas españolas. *Infodir*, (36) 1-13. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/445/4452352017/4452352017.pdf>
- Agüero-García, A., Barrantes-Cáceres, R., Burneo-Vigo, J., Duffó-Chapiliquén, D., & Soberón-Cribillero, A. (2022). Covid-19 y adultos mayores. Una mirada a la brecha digital en el Perú y Colombia. Documento de Trabajo. <http://www.repositorio.iep.org.pe/handle/IEP/1317>
- Bernal-Meneses, L., Gabelas-Barroso, J. A., & Marta-Lazo, C. (2019). Las tecnologías de la relación, la información y la comunicación (TRIC) como entorno de integración social. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 23, e180149. <https://www.scielo.org/article/icse/2019.v23/e180149>
- Bianchini, S. (2022). *El lugar que ocupa el aprendizaje en los adultos mayores* (Tesis de grado). Universidad Nacional de Gran Rosario. <https://hdl.handle.net/20.500.14125/403>
- Boot, W. (2020). Aging in an increasingly technology-based society: Past, present, and future. *Innovation in Aging*, 4(1), 614-615. <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.2085>
- Caballero-Figueroa, C. M. (2022). *Intervención psicopedagógica en alfabetización digital de adultos mayores de entre 60 y 70 años en General Las Heras*. [Tesis en Licenciatura. Universidad Abierta Interamericana]. <https://repositorio.uai.edu.ar/handle/123456789/505>
- Cabezas-Mery, G. (2022) *Análisis de usos y gratificaciones que obtienen los adultos mayores del Biobío al usar las TIC*. [Tesis en Pregrado en Comunicaciones. Universidad del Desarrollo]. <https://repositorio.udd.cl/handle/11447/7075>
- Cambero-Rivero, S., & Díaz-Galván, D. (2019). Aprendizaje a lo largo de la vida como estrategia de envejecimiento activo. Estudio de la universidad de Mayores de Extremadura. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 12(1), 104-122. <https://doi.org/10.7203/RASE.12.1.13227>
- Carstensen, L. L. (2021). Socioemotional selectivity theory: The role of perceived endings in human motivation. *The Gerontologist*, 61(8), 1188-1196. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab116>

- Casado-Muñoz, R., Lezcano-Barbero, F., & Rodríguez-Conde, M. J. (2015). Envejecimiento activo y acceso a las tecnologías: Un estudio empírico evolutivo. *Comunicar*, 22(45), 37-46. <https://doi.org/10.3916/C45-2015-04>
- Casasola-Rivera, W. (2024). *La importancia de la psicoeducación en la intervención de personas adultas mayores con trastorno neurocognitivo leve*. *Revista Costarricense de Psicología*, 43(1), 1-13. <http://doi.org/10.22544/rcps.v43i01.04>
- Czaja, S. J., Charness, N., Rogers, W. A., Sharit, J., Moxley, J. H., & Boot, W. R. (2024). The benefits of technology for engaging aging adults: Findings from the PRISM 2.0 trial. *Innovation in aging*, 8(6). <https://academic.oup.com/innovateage/article-pdf/8/6/igae042/58122793/igae042.pdf>
- Concepción-Breton, A., Corrales-Camacho, I., Córdoba, M. E., Acosta-Hernández, M. E., Larancuent-Cueto, O. I., & De-la-Cruz-Morel, Y. L. (2020). Sondeo de casos en personas mayores sobre actividades cotidianas y utilización de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en tiempos de pandemia. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 9(2), 132-150. <https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/156/417>
- Corbin, J., & Strauss, A. (2022). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (5th ed.). SAGE Publications.
- Fajardo-Cuéllar, A., & Wobbeking-Sánchez, M. (2020). Programa de intervención para estimular la reserva cognitiva en el envejecimiento activo. *Studia Zamorensia*, 19(19), 91-101. <https://revistas.uned.es/index.php/studiazamo/article/view/29369>
- Fisk, A. D., Czaja, S. J., Rogers, W. A., Charness, N., & Sharit, J. (2020). *Designing for older adults: Principles and creative human factors approaches*. CRC Press.
- Gabelas-Barroso, J. A., & Marta-Lazo, C. (2020). *La era TRIC: factor R-elacional y educomunicación*. Ediciones Egregius.
- Gabelas-Barroso, J. A., Marta-Lazo, C., & Aranda, D. (2012). ¿Por qué las TRIC y no las TIC?. *Revista de los Estudios de Ciencias de la Información y de la Comunicación*, (9). [https://www.researchgate.net/publication/349747395\\_Por\\_que\\_las\\_TRIC\\_y\\_no\\_las\\_TIC](https://www.researchgate.net/publication/349747395_Por_que_las_TRIC_y_no_las_TIC)
- García, E. G., & Heredia, N. M. (2017). Personas mayores y TIC: oportunidades para estar conectados. *RES: Revista de Educación Social*, 1(24) 1-13. <https://eduso.net/res/revista/24/miscelanea/personas-mayores-y-tic-oportunidades-para-estar-conectados>
- González, M. (2019). *Psicopedagogía: Teoría y práctica*. Editorial Universitaria.
- González-Díaz, A., & Lara-Martínez, J. I. (2022). *Conceptos y orígenes de la psicopedagogía*. [Tesis de Licenciatura. Instituto Mexicano de Psicooncología]. <https://www.clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/CONCEPTOS-Y-ORIGENES-DE-LA-PSICOPEDAGOGIA/5553589.html>
- Gulisano-Basso, B. N., Paz, S. A., & Saavedra, A. (2022). *Las personas mayores y el aprendizaje informal del uso del celular*. [Tesis en Licenciatura. Universidad Nacional de San Martín]. <https://ri.unsam.edu.ar/bitstream/123456789/2030/1/TFE%20ESHUM%202022%20GBBN-PSA-SA.pdf>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, M. P. (2010). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza-Torres, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill.
- Hernández-Silvera, D. I., Ghilardelli, M. A., & Correia, V. A. (2022). Tecnologías, relación, información y comunicación: Un recurso para el desarrollo de habilidades blandas. *Hamut'ay*, 9(1), 54-68. <https://doi.org/10.21503/hamu.v9i1.2375>
- Hernández-Silvera, D. I., & Leonardelli, E. M. (2022). Rehabilitación cognitiva y estimulaciones naturales en mayores de 55 años con deterioro cognitivo leve e hipertensión. *Psykhé*, 31(1), 1-19. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22525>
- Hogan, D. P. (2022). *The psychology of autonomy: Freedom and empowerment in everyday life*. Oxford University Press.
- López-Alfayate, M. (2018). Las TIC como herramienta de apoyo al envejecimiento activo. *Familia: Revista de ciencias y orientación familiar*, (56), 111-117. <https://summa.upsa.es/viewer.vm?id=92091>
- López López, É. A., & Álvarez-Aros, É. L. (2021). Estrategia en ciudades inteligentes e inclusión social del adulto mayor. *PAAKAT: Revista de Tecnología y Sociedad*, 11(20). <https://doi.org/10.32870/Pk.a11n20.543>
- Marcos-Pardo, P. J., González-Gálvez, N., Vaquero-Cristóbal, R., Sagarra-Romero, L., López-Vivancos, A., Velázquez-Díaz, D., Gea-García, G. M., Ponce-González, J. G., Esteban-Cornejo, I., Jiménez-pavón, D., & Carbonell-Baeza, A. (2021). Programa de intervención multidominio healthy-age. Recomendaciones para un envejecimiento saludable: por la red Healthy-Age. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(48), 311-320. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i48.1743>
- Martín-Valle, M. B. (2022). *El envejecimiento desde una mirada psicopedagógica: relación entre la edad, la memoria de trabajo y la capacidad de reserva cognitiva*. [Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Católica Argentina]. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/15584>
- Martínez-Gálvez, C., & Ortega-Expósito, T. (2021). El papel de las tecnologías digitales en el envejecimiento activo hacia una mayor independencia. *MLS Inclusion and Society Journal*, 1(1), 1-21. <https://www.mlsjournals.com/MLS-Inclusion-Society/article/view/1048>
- Melo-Martínez, H. A., Rosario-González, J. P., & Bennasar-García, M. I. (2023). Uso de las TIC y su influencia en estilos de vida saludables en los estudiantes. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 8(5), 112-129. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9292142>
- Montoya, J., & Páez, Á. (2021). La emergencia de las narrativas transmedia en historias y relatos comunes. *Disertaciones. Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social*, 14(2), 1-31. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.10113>
- Muñoz-Alarcón, M. T., Sáez-Carreras, J., Campillo-Díaz, M. (2020). Las TIC y los procesos de envejecimiento activo: ¿una promesa incumplida? *Márgenes, Revista de Educación de la Universidad de Málaga*, 1(2), 34-47 <https://doi.org/10.24310/mgnmar.v1i2.8287>
- Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos Humanos de las personas mayores*. [http://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados\\_multilaterales\\_interamericanos\\_a-70\\_derechos\\_humanos\\_personas\\_mayores.pdf](http://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados_multilaterales_interamericanos_a-70_derechos_humanos_personas_mayores.pdf)

- Parra-Rizo, M. A. (2017). *Envejecimiento activo y calidad de vida: análisis de la actividad física y satisfacción vital en personas mayores de 60 años*. [Tesis doctoral. Universidad Miguel Hernández de Elche]. <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4457/1/TD%20Parra%20Rizo%2C%20Maria%20Antonia.pdf>
- Rizo, F. M., Perdomo, M. Á., & Gutiérrez, R. (2019). El impacto de las tecnologías en los adultos mayores: desafíos y oportunidades. *Revista de Ciencias Sociales*, 35(2), 1-15.
- Román-Graván, P., Pérez Hurtado, M., & Tadeu, P. (2021). Envejecimiento activo y uso de internet para mejorar la calidad de vida de las personas mayores. *Revista de Medios y Educación*, 60(1), 109-134. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.76963>
- Rosado-Álvarez, M. M., Abásolo-Guerrero, M. J., & Silva, T. (2020). Revisión de TIC orientadas al adulto mayor y su envejecimiento activo. En *Libro de aplicaciones y usabilidad de la televisión digital interactiva. VIII Conferencia Iberoamericana de Aplicaciones t Usabilidad de la TV Interactiva (jAUTI 2019)*. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/90414>
- Saavedra-Bautista, C. E., Ovalle-Barreto, S. A., & Sánchez-Cubides, P. A. (2020). Tendencias y aportes de los programas de alfabetización tecnológica. *Revista Espacios*, 798, 1015. <https://www.revistaespacios.com/a20v41n28/20412830.html>
- Strauss, A., & Corbin, J. (2022). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. *Contus*. [http://researchgate.net/publication/339786195\\_Bases\\_de\\_la\\_investigacion\\_cualitativa\\_tecnica\\_y\\_procedimientos\\_para\\_desarrollar\\_la\\_teor%C3%ADa\\_fundamentada](http://researchgate.net/publication/339786195_Bases_de_la_investigacion_cualitativa_tecnica_y_procedimientos_para_desarrollar_la_teor%C3%ADa_fundamentada)
- Troncoso-Pantoja, C., Díaz-Martínez, X., Martorell-Pons, M., Nazar-Carter, G., Concha-Cisternas, Y., & Cigarroa-Cuevas, I. (2020). Revisión de estrategias para promover el envejecimiento activo en Iberoamérica. *MediSur*, 18(5), 899-906. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727897X2020000500899&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727897X2020000500899&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Turkle, S. (2021). *The empathy diaries: A memoir*. Penguin Press.
- Vasilachis-de-Gialdino I (Coord.), Ameigeiras, A. R., Chernobilsky, L. B., Giménez Béliveau, V., Gialdino, M. R., Mallimaci, F., Mendizábal, N., & Suarez, A. L. (2019). *Estrategias de Investigación Cualitativa*. Volumen II. Barcelona: Gedisa.
- Valarezo-Carrión, J. L., Silva-Maldonado, J. C., & Medina Muñoz, R. P. (2020). Influencia de la soledad en el estado cognitivo y emocional en las personas de la tercera edad residentes en una institución geriátrica. *Revista Espacios*, 41(14), 2-11. <https://www.revistaespacios.com/a20v41n14/a20v41n14p02.pdf>
- Vásquez-Rizo, F. E., García-Torres, D., Valencia-Pizarro, M. C., & Gabalán-Coello, J. (2020). Análisis de la apropiación tecnológica en el adulto mayor: Más allá de la edad. *Ánfora*, 27(49), 125-142. <https://doi.org/10.30854/anf.v27.n49.2020.741>
- Vicente, P. V., & Felicitas, M. (2022). La importancia del aprendizaje de las TIC para las personas mayores. In *Segundo Congreso Internacional de Ciencias Humanas "Actualidad de lo clásico y saberes en disputa de cara a la sociedad digital"* [Tesis en Licenciatura. Universidad Nacional De San Martín]. <https://www.academica.org/felicitas.graciela.merkier/3.pdf>
- Vicente, P. V., & Vila, P. (2017). Aportes de la Psicopedagogía a la Gerontología: Aprendizaje, envejecimiento y vejez. *Neurama. Revista electrónica de Psicogerontología*, 4(2), 34-40. <https://www.neurama.es/articulos/9/articulo5.pdf>

## ANEXO

### Apéndice A. Modelo de entrevista

Entrevistado(a): (nombre, edad, género):

Preguntas orientadoras:

- ¿Con quién vive?
- ¿Qué hace en el día a día?
- ¿A qué se dedicaba? ¿Qué actividades realiza para mantenerse activo/a?
- ¿Qué me puede contar de su inserción a la Asociación de Jubilados y Pensionados Villa Lugano?
- ¿Qué actividades realiza en este espacio?
- Con respecto al taller que se dicta sobre el manejo del celular o tablets, ¿cuáles fueron los motivos que lo llevaron a asistir?
- ¿Qué aplicaciones y programas tecnológicos conoce? ¿Cuáles utiliza? -¿Hace cuánto?
- ¿Por qué los utiliza? ¿Para qué los usa? ¿Por qué no cuenta con la tecnología?
- ¿Cuánto le ha ayudado la tecnología en su vida cotidiana?
- ¿Cree que la tecnología le ha ayudado a tener un mayor nivel de independencia?
- ¿Qué beneficios obtuvo al utilizar la tecnología?
- ¿Qué dificultades observó en el acceso a la tecnología?