

## APRENDER INFORMATICA EN LA TERCERA EDAD

**Autor:** Leticia Elizabeth Luque

**Institución:** Programa Univers. Adultos Mayores – Maest.Gerontología – UNC

**Area Temática:** *Tecnología*

### **Fundamentos:**

La tecnología digital e informática ha revolucionado en muchos aspectos la sociedad, favoreciendo interacciones antes imposibles. A su vez, ha aumentado la esperanza de vida, de modo que la población de mayores de 60 años asciende a 629 millones.

Esta población sigue siendo objeto de prejuicios relacionados con sus capacidades para adquirir nuevos conocimientos. Sin embargo, como señalan Viguera & Ruiz (1), la experiencia muestra *que se puede aprender a lo largo de toda la vida*, aunque el ritmo de aprendizaje sea más lento en los A.M. que el de los jóvenes y, aunque requiera una dedicación especial.

La falta de actividad mental cognitiva explica la disminución de la capacidad de aprendizaje en la vejez, así como la relevancia del entrenamiento y la estimulación para activar y reactivar las energías mentales (2). Activación psicológica que no consiste en restablecer la situación previa ni restaurar un equilibrio roto, sino en *guiar el comportamiento hacia caminos nuevos, desconocidos y desafiantes* (3).

Consideramos que la activación psicológica estimula recreando funciones nerviosas, siendo un factor protector del deterioro cognitivo y de la demencia. En general, la edad de la jubilación encuentra al A.M. en muy buenas condiciones a nivel funcional y psicológico, con muchas expectativas aun y con amplias posibilidad de desarrollo.

Tal como señalan Espinoza (4) y Bazo (5), en esta etapa de la vida conviene crear un programa de hábitos que organice la cotidianidad, incluyendo en el mismo al menos un acontecimiento semanal que proyecte a la consecución de un objetivo. Consideramos que ese *acontecimiento organizador podría ser la participación activa en cursos de informática, o actividades que lo acerquen a las nuevas tecnologías*. Al abordarse la activación psíquica se debe valorar, en primer término, lo conservado a nivel cognitivo, afectivo, volitivo y otros aspectos relacionados con la salud psicofísica; punto de partida para el mantenimiento o reorganización de la actividad; es además importante considerar la funcionalidad del adulto mayor y las capacidades tanto propias como asistidas de éste (6).

Flecha (6) define la **psico-activación** como *un sistema de acciones exógenas y/o endógenas capaces de potenciar capacidades del individuo que estimulen su dinámica psíquica*. Es entonces “el sistema de acciones” que posea esta capacidad de estimulación de la dinámica psíquica del A.M. el fundamental. Tomando la propuesta de Triana y Reyes, la psicoactivación puede ser “computacional” cuando el sistema de acciones que estimulen la dinámica psíquica se relaciona con el aprendizaje del uso de las nuevas tecnologías digitales e informáticas. Consideramos que, aplicando la metodología apropiada, el AM puede ser protagonista de esta sociedad informatizada, conservando el máximo de expectativa de vida activa, manteniendo un elevado nivel funcional, permitiendo la detección temprana de discapacidad o incapacidad funcional. (16)

Como antecedente, a nivel internacional, puede citarse el proyecto “Seniornet”, de Furlong, en San Francisco (EEUU), desde 1988. En 1992 se comienza a desarrollar el proyecto de Psicoactivación Computacional a la Tercera Edad en Colón (Cuba). Algunas otras experiencias orientadas al adulto mayor como usuario de la informática, son “SeñorWeb” y “La tercera no es la vencida” (7, 8, 9, 10, 11)

**Objetivos y metodología:**

En función de esto decidimos llevar adelante un programa basado en la experiencia de Triana y Reyes (7), aunque sólo en cuanto lineamientos generales.

El objetivo ha sido evaluar cómo el uso de tecnología informática y digital estimula la dinámica psíquica de los A.M.

Las variantes actualmente trabajadas en nuestro programa universitario son consecutivos y no alternativos. Dichas variantes son: a) acercamiento; b) nivel intermedio; c) consolidación.

En todos los grupos los sujetos son mayores de 55 años, de ambos sexos, con niveles medios de alfabetización. La participación es voluntaria. Criterios de exclusión son las dificultades motrices y cognoscitivas severas, o a nivel visual y/o auditivo que puedan impedir o dificultar la relación directa hombre-máquina. (12, 13, 14, 15)

En los últimos años la *Variante de Acercamiento* se ha denominado “Nociones básicas de informática” y ha estado a cargo de otros docentes, motivo por el cual no puedo reportar datos actualizados. Rescato sin embargo, que ha diferencia de otras experiencias, en nuestra institución los sujetos realizan un curso de nociones básicas de informática, dentro del P.U.A.M interactuando con computadoras, y no se quedan en el plano de lo teórico o en visitas a centros tecnológicos.

La *Variante Intermedia* se realiza con grupos que no exceden los 15 sujetos, porque las actividades no son grupales sino que se garantiza la interacción individual con la máquina. Se aplica al inicio una escala de ansiedad ante las computadoras y a la tecnología en general. Se pretende evitar que el AM perciba como frustrantes las actividades; para crear una relación manipulativa adecuada, se comienza repasando de manera general el funcionamiento de la computadora; luego se accede a tareas de mínima manipulación y se va aumentando gradualmente la complejidad de las mismas. En esta variante hay dos subvariantes: se dictan por un lado, cursos de Procesamiento de texto (herramientas avanzadas) e Internet; y por otro, Diseño Gráfico (este es un curso complejo en comparación con los anteriores)

La *Variante de Consolidación* tiene como objetivo fundamental que el AM participe afirmando y reforzando su relación manipulativa y visomotora con la máquina, para lograr una definitiva autonomía informática; es por esto que se estimula el uso de la computadora sin ayuda auxiliar. En esta fase el software aplicado tiene niveles altos de complejidad, tales como los programas de planillas de cálculo, diseño de página web y diseño gráfico, para lo cual este grupo se integra sólo con personas que hayan atravesado exitosamente por la fase intermedia o que posean conocimientos informáticos adquiridos previamente al programa implementado.

En todas las fases se aplica la observación como método de recolección de datos, para lo cual se utiliza una guía de valoración de aspectos como: signos de agotamiento visual y mental, nivel de aprendizaje, y nivel de autonomía alcanzado. Frente a dificultades que parecen ser compartidas, se propicia la discusión grupal y se llevan adelante las propuestas consensuadas que surgen de dichas discusiones. Algunos de los participantes han participado de entrevistas informales con el docente, realizadas para conocer el nivel de satisfacción con la actividad, así como sus intereses y motivaciones, percepción de logros, valoración de habilidades adquiridas y actitudes positivas hacia la computadora.

**Resultados:**

Los alumnos que actualmente se encuentran realizando la fase de consolidación, participan del programa, en algunos casos, desde el año 2000. Han sido ellos mismos los impulsores de las nuevas propuestas y modificaciones que se realizaron en los sucesivos años de cursado.

Como resultado de las actividades, podemos señalar algunos aspectos generales.

De la variante *acercamiento*, solo podemos hacer apreciaciones generales a partir de los conocimientos que los alumnos tienen al iniciar la fase intermedia y de los dichos de los propios sujetos. La mayoría afirma haber disminuido sus niveles de ansiedad frente a las computadoras; quienes dicen que “el miedo no ha desaparecido”, consideran que es porque no pudieron acceder individualmente a una máquina. La mayoría conoce la terminología general relacionada con el hardware, no así con el software.

En el nivel *intermedio*, la interacción individual genera ansiedad en la mayoría; sin embargo, hay cooperación y son notorias las mejoras en coordinación viso-motora. Son buenos los niveles de satisfacción con el propio desempeño, aunque muchos remarcan lo lento de su proceso de aprendizaje. Los AM que se sienten frustrados por dificultades en la prosecución de objetivos, son estimulados a seguir mediante explicaciones extras, guía individual de la tarea y/o asignación de ejercitaciones extra-aúlicas. Quienes llegaron al final de la fase solicitaron tener prioridad para participar en la siguiente porque la “informática les ha abierto un mundo nuevo”. Atención, concentración y memoria mejoran particularmente en el grupo que efectúa diseños gráficos.

Dado que este nivel tiene tres cursos distintos, muchos se inscriben en dos en forma simultánea, pero el interés está más focalizado en Internet. Esto se nota claramente en la matrícula inicial que dicho curso tiene. La enorme demanda actual que tiene por parte de los AM, combinada con la gran variedad de prestaciones que la Internet tiene, nos obligará a generar cursos diferenciales entre quienes tienen algunos conocimientos y aquellos que recién se aproximan a este nuevo medio de comunicación. La capacidad creativa y la preparación del docente para escuchar y atender a las demandas del alumnado, es fundamental.

En *Consolidación* se observan signos de agotamiento visual y tensión corporal, generados por el esfuerzo que requieren tareas como el diseño gráfico avanzado (aplicado a páginas web). Esto también genera ansiedad, pero hay altos niveles de autonomía, particularmente en la manipulación del hardware. Se favorece el desarrollo de la creatividad; hay mejoras en el rendimiento y aumento de la curiosidad (intelectuales). Los niveles de satisfacción con la actividad realizada son altos y son buenos los niveles de satisfacción con el propio desempeño. La tarea más costosa en esta fase es el producir la “separación” de cada alumno del resto del grupo y del docente.

En todos los grupos se han logrado modificaciones positivas respecto a la actitud hacia las computadoras, aclarando que afirmamos esto en relación a los sujetos que permanecen en los grupos. También hay logros en relación a la motivación para el aprendizaje continuo. En todas las fases, los participantes destacan que su entorno social valora el esfuerzo realizado y que han adquirido vocabulario específico que mejora la comunicación intergeneracional.

**Contribución:**

Consideramos que es importante que los adultos mayores utilicen las tecnologías de la información y la comunicación (TICs) ya que estas favorecen en primer lugar, el acceso, intercambio y oferta de información lo cual contribuye a la mejor canalización de la

experiencia acumulada en el adulto mayor. Creemos que se debe facilitar la incorporación de los A.M. a estos cursos, promoviendo actividades educativas destinadas *exclusivamente* a este grupo.

También es fundamental que los docentes a cargo de estos cursos tengan la formación adecuada tanto para la transmisión de conocimientos específicos como para la comprensión cabal de la realidad del grupo de alumnos. Contención, escucha, paciencia, respeto, atención a la diversidad, son prioritarios en el trabajo de formación de AM.

Acordamos con que es preciso lograr un envejecimiento activo, que implique seguir participando en la familia y en la sociedad; esto a su vez, fortalece las relaciones intergeneracionales y aumenta el nivel de autonomía funcional.

La participación de los Adultos Mayores en cursos de informática muestra que no quieren quedar marginados de los cambios, que es posible enfrentar y superar el miedo/rechazo a la tecnología y a lo nuevo.

Consideramos que esta experiencia es digna de sostenerse y replicarse, en tanto implica una acción sanitarista de primer nivel, que permite al A.M mantener el mayor tiempo posible su independencia y autovalía, mejorando su calidad de vida.

## Bibliografía

- 1) Viguera, V & Ruiz Trevisan, A. (2001) Los adultos mayores y su relación con Internet. Trabajo presentado en la mesa de Psicogerontología del II Congreso Virtual de Psiquiatría, entre 01/02/01 - 07/03/01. *Interpsiquis*. Recuperado de [www.psiquiatria.com/congreso](http://www.psiquiatria.com/congreso)
- 2) Lerh, U. (1980) *Psicología de la senectud*. Barcelona: Herder.
- 3) Barberá Heredia, E (2002) Modelos explicativos en Psicología de la Motivación, *Revista electrónica de Motivación y Emoción*, 5(10).
- 4) Espinosa A. (1990) *Temas de Geronto-Geriatria*. Madrid: Finlay Cienfuegos.
- 5) Bazo, MT (1992) *La ancianidad del futuro*. Madrid: S.G. Editores.
- 6) Flecha, R. (1990). *Educación de las personas mayores*. Barcelona: El Rouve.
- 7) Triana Alvarez, E & Reyes Camejo, T. (2001). El adulto mayor como usuario de las tecnologías de la información y comunicación. *Revista electrónica de Geriatria y Gerontología* (Geriatrianet.com) 3 (1). Recuperado de [http://www.geriatrianet.com/numero4/privado44/geriatriaart2001\\_3.html](http://www.geriatrianet.com/numero4/privado44/geriatriaart2001_3.html)
- 8) Furlong, M. - Kearsley G. (1989) *Computer for Kids over 60*, *Seniornet*, San Francisco. [www.seniornet.org/ibm/about/default.php](http://www.seniornet.org/ibm/about/default.php)
- 9) Furlong, M. (1989) An electronic Community for older Adults: The Seniornet network,
- 10) Riudor, X. (1994) Las nuevas tecnologías y la Tercera Edad: el caso Seniornet, *Rev. Esp Geriatr Gerontol* 24(6):373-377.
- 11) Cuervo, A.H. (2000) Imágenes de la vejez y nuevas tecnologías, *Rev. Tiempo N° 4*, marzo/00. [www.psiconet.com/tiempo](http://www.psiconet.com/tiempo)
- 12) Lorda, R. & Sánchez, C.D. (1993) *Recreación para el trabajo social con Tercera Edad*. Montevideo: Nexo Sport.
- 13) Sancho, C; Blasco, M; Martinez-Mir, R & Palermo, F. (2002) Análisis de la motivación para el estudio en A.M., *Revista electrónica de motivación y emoción* 5(10)
- 14) Fernández Ballesteros, R (1991) *Intervención psicológica en personas mayores*. Alicante: Servicio de publicaciones de la Universidad de Alicante. *Journal of communication* 39:22-39.
- 15) Martín García, AV (1994) *Educación y Envejecimiento*. Barcelona: Universitat.
- 16) Post, JA. (1994) Internet resources on aging: increasing options and human factors, *Gerontologist*, Feb 37(1):125-9.