

Uso de las TIC (Tecnologías de la información y de la comunicación) relacionadas con la salud en adultos mayores de 65 años

Cristina Ruiz Núñez, Almudena Ruiz Serrano, Francisca Antón Lapoza
C.S. Soria Norte. Gerencia Asistencia Soria. SACYL. Soria, España

Correspondencia: Crisrunu_due@hotmail.com (Cristina Ruiz Núñez)

Introducción

Las Tecnologías de Comunicación e Información (TIC) se definen como el conjunto de herramientas, recursos, dispositivos y sistemas tecnológicos utilizados para gestionar, procesar, transmitir y compartir información. En el ámbito de la salud, las TIC abarcan tecnologías como telemedicina, historia clínica electrónica, dispositivos de monitoreo remoto, apps de salud, y canales digitales para educación sanitaria.

El avance acelerado de las TIC ha transformado numerosos aspectos de la vida cotidiana, incluyendo el ámbito de la salud, aportando nuevas oportunidades para mejorar la calidad de vida, facilitar el acceso a servicios sanitarios y promover el bienestar general de la población.¹

A medida que la población envejece, los desafíos relacionados con el cuidado de la salud, autonomía personal e integración social de los adultos mayores, se hacen más evidentes. Es aquí donde el uso de TIC puede desempeñar un papel fundamental en la promoción de un envejecimiento activo y saludable. No obstante, el acceso, adopción y uso efectivo de estas tecnologías por las personas mayores aún enfrenta barreras importantes, como la brecha digital, falta de competencias digitales o el diseño poco amigable de algunas herramientas.²

En este contexto, resulta relevante analizar el impacto que las TIC tienen en un grupo social creciente y vulnerable: personas mayores de 65 años. Por ello, esta investigación se propone como objetivo principal, conocer cómo las TIC están siendo utilizadas por los mayores de 65 años en relación con su salud, qué beneficios aportan y qué obstáculos deben superarse para garantizar inclusión tecnológica efectiva y equitativa en este sector de la población.

Metodología

Se realizará un estudio observacional descriptivo transversal, durante los meses de julio a septiembre de 2025, tras previa autorización por parte del comité de ética del Área de Burgos y Soria.

Se incluirá, a todos aquellos sujetos mayores o igual a 65 años, que acudan de manera presencial por cualquier motivo a la consulta de enfermería, tanto a demanda como programada, y que quieran participar en el proyecto de manera voluntaria.

Quedaran excluidos del estudio aquellos pacientes que no firmen el consentimiento informado por escrito o que su atención de enfermería sea telefónica.

El proyecto se realizará en centro de salud urbano Soria Norte, del área de Salud de Soria, y colaboran de forma activa en el mismo tres consultas de enfermería del centro de salud nombrado.

El cuestionario incluirá preguntas sobre el uso que estas personas hacen de las TIC, y más específicamente sobre las relacionadas con la salud, con respuestas mayoritariamente cerradas, para facilitar su cumplimentación. Se usará un cuestionario adaptado, basado en el cuestionario del Colegio psicología de Castilla y León 2019 “Cuestionario uso TIC en personas adultas” y la encuesta del Instituto Nacional de Estadística (INE) “Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en los Hogares” del año 2024, a las que se añadirá preguntas específicas sobre el uso de las TIC relacionadas con la salud.³

La selección de la muestra, se realizará por conveniencia, captando a sujetos mayores o igual a 65 años de la Zona Básica de Salud (ZBS) de Soria Norte, perteneciente al Área de Salud de Soria, que acudan a dichas consultas de enfermería en el periodo nombrado.

Teniendo en cuenta que la atención diaria de enfermería que se presta en estas consultas a personas mayores o igual de 65 años, según datos de frecuentación del mes de mayo 2025, es del 60%, y que la tasa de respuesta aproximada es del 80%, el tamaño muestral estimado serían 1404 pacientes.

A su vez, debemos valorar las limitaciones del estudio, que pueden condicionar el tamaño de la muestra nombrada, como es el periodo seleccionado para la realización del mismo, que coincide con el periodo estival, en el cual disminuye notablemente la población que reside en dicha zona básica de salud y con ello la atención sanitaria que se realiza.

Resultados

El proyecto está en desarrollo por lo que todavía no se pueden extraer resultados sobre el mismo.

Discusión

El envejecimiento demográfico representa uno de los principales desafíos sociales, económicos y sanitarios de la actualidad. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), en España, más del 20% de la población tiene 65 años o más, y se prevé que este porcentaje supere el 30% en el año 2050. Este fenómeno obliga a repensar la forma en que se presta la atención sanitaria y social a este colectivo, buscando soluciones sostenibles e inclusivas.⁴

En este contexto, las TIC son una herramienta con enorme potencial para mejorar la atención en salud a la población mayor. Aplicaciones móviles de salud, sistemas de teleasistencia, plataformas de consulta médica a distancia o dispositivos de control constantes vitales permiten mejorar la calidad de vida, autonomía y atención médica de las personas mayores. Además, estas tecnologías contribuyen significativamente a reducir el aislamiento social, un factor de riesgo frecuente entre adultos mayores.

Sin embargo, a pesar de sus beneficios, el uso de TIC por parte de personas mayores de 65 años todavía enfrenta numerosas limitaciones. Estas incluyen barreras de acceso, escasa alfabetización digital, desconfianza hacia la tecnología, y diseños poco adaptados a necesidades físicas o cognitivas de este grupo etario.

En el último informe sobre brecha digital publicado por el barómetro de MayoresUDP (junio 2021), ya reflejaba una realidad preocupante: una de cada cuatro personas usuarias de internet de 65 o más años consideraba complicado realizar gestiones relacionadas con el mundo digital. Igualmente,

enmarcado dentro de un estudio más reciente del INE (Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares, 2023), solo el 52% de mayores de 65 años utiliza internet de forma regular, y el porcentaje disminuye significativamente con la edad, especialmente entre mayores de 75 años. Entre las principales barreras figuran la falta de habilidades digitales, la desconfianza en nuevas tecnologías y la escasa adaptación de interfaces a las necesidades cognitivas y físicas de estos.^{4,5}

Capacitar a los adultos mayores en el uso y manejo de las TIC es clave para empezar a romper con estereotipos que se tienen frente a esta población. De esta manera se reduciría la marginación social enmarcada en la brecha digital, la cual hace referencia por un lado al aislamiento que se genera por no acceder a las tecnologías y por el otro lado a la falta de conocimiento relacionado con su uso.⁶

Conclusiones

En la presente investigación se profundizará en cómo las TIC están siendo integradas —o no— en la vida cotidiana de las personas mayores en relación con su salud, qué beneficios concretos pueden aportar, y qué limitaciones impiden una adopción más amplia y efectiva.

Este estudio contribuirá a generar conocimiento para diseñar programas y tecnologías más adaptadas a las realidades de las personas mayores. Además, busca visibilizar la importancia de reducir la brecha digital y promover un enfoque de salud centrado en la persona, apoyado por tecnologías que respeten su dignidad, autonomía y derechos.⁷

Bibliografía

1. D'Agostino M, Martí MC, Mejía Medina F, Malek V, García Saiso S. Salud pública y la interdependencia digital: evolución tecnológica, sostenibilidad tecnológica y la revolución del usuario. *Rev Panam Salud Publica*. 2021;45:e156. doi:10.26633/RPSP.2021.156. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55362>
2. Yáñez Yáñez R, Mc Ardle Dragucevic N. Personas mayores y su incorporación a las nuevas tecnologías, muestra de su resiliencia y derrota de estereotipos viejistas. *Rev Med Chil*. 2021 Jul;149(7):1097-1099. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872021000701097>
3. Rico Vegas Ángela., Sanz García Montserrat. Cuestionario uso TICs en personas adultas. (Sitio web) 2019. <https://www.copcy.es/wp-content/uploads/2019/02/Cuestionario-uso-de-las-TIC-en-adultos.pdf>
4. Instituto Nacional de Estadística (INE). Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares 2023 (TIC_H 2023): informe metodológico. Madrid: INE; 2023. <https://ine.es/metodologia/t25/t25304506623.pdf>
5. Mannheim I, Varlamova M, van Zaalén Y, Wouters EJM. The role of ageism in the acceptance and use of digital technology. *J Appl Gerontol*. 2023 Jun;42(6):1281-1290. <https://doi.org/10.1177/07334648231163426>
6. Fang Y, Chau AKC, Wong A, Fung HH, Woo J. Information and communicative technology use enhances psychological well-being of older adults: the roles of age, social connectedness, and frailty status. *Aging Ment Health*. 2018 Nov;22(11):1516-1524. <https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1358354>
7. Damant J, Knapp M, Freddolino P, Lombard D. Effects of digital engagement on the quality of life of older people. *Health Soc Care Community*. 2017 Nov;25(6):1679-1703. <https://doi.org/10.1111/hsc.12335>