

Una tesis de la Universidad de Córdoba constata que las TIC's reducen la soledad en los mayores

DC eldiadicordoba.es/cordoba/tesis-constata-TICs-reducen-soledad-mayores_0_1778222866.html

El Día de Córdoba

26 de marzo de 2023

Una tesis defendida en la Universidad de Córdoba ha constatado que "las tecnologías de la información y la comunicación tienen un valor potencial para **reducir los problemas de aislamiento social**, ya que las personas mayores están conectadas no solo con las familias sino con otras personas que permiten abrir nuevos campos".

Así lo ha señalado la autora del trabajo doctoral, **Elena López Cerdá** (Córdoba, 1990), quien ha destacado que las tecnologías de la información y la comunicación también "fomentan su conectividad, ayudan a reducir su soledad porque ayudan a buscar actividades de ocio y de entrenamiento que le ayudan a desconectar de esa soledad y también va de la mano la mejora del apoyo social percibido".

El estudio se realizó en el marco del proyecto de Cruz Roja *Enred@te* en la ciudad de Córdoba, entre **personas mayores de 65 años** entre septiembre de 2019 y agosto 2021, por lo que le afectó de pleno la pandemia.

Comprobar el uso de las redes sociales

"El planteamiento inicial fue comprobar que **las redes sociales**, el uso de las nuevas tecnologías, permitían a las personas mayores aumentar su apoyo social, aparte del conocimiento sobre ellas, ya que les cuesta adaptarse a ellas, como la banca telemática, el uso de Whatsapp o Facebook", comenta la autora, graduada en Enfermería por la Universidad de Córdoba (2015), máster de Investigación Biomédica Traslacional (Universidad de Córdoba, 2017) y máster de Farmacoterapia para Enfermería (Universidad de Valencia, 2017).

Elena López recuerda que "nos pilló por medio la pandemia, lo que, indirectamente, ha favorecido a que las personas mayores utilicen las nuevas tecnologías para **poder estar en contacto con sus familias**".

Ello, subraya, "puede ser que sea un hecho que les haya **obligado a utilizarlas** y que les ha servido para seguir utilizándolas, a continuación, en su día a día y que no haya sido un momento concreto de la pandemia en la que nos vimos sumergidos todos".

Tras obtener el grado de doctora con la cualificación de sobresaliente cum laude con su tesis *Enred@te. el apoyo social en el Sur de España. Estudio de intervención*, reconoce que le sorprendió que "las personas mayores manifestaron no tener soledad, pero hay que poner en sobreañadido que Cruz Roja estuvo muy atenta con esas personas" y también le llamó la atención "la **mejora de la percepción del estado de salud** después de la pandemia".

Reducción de la soledad

La tesis recoge que "tras la intervención se observó una **reducción en los niveles de soledad** y un incremento en la valoración sociofamiliar", pero que "no obstante, en la fase post-test hubo un mayor porcentaje de personas que indicaron tener un apoyo social percibido bajo".

En esta fase, que coincidió con la pandemia, "hubo un incremento en el número de personas que empleaban **ordenador y teléfono móvil**, así como en el conocimiento y uso de las redes sociales".

Por ello, la tesis concluye que "el proyecto *Enred@te* ha propiciado una mejora en los niveles de apoyo social, concretamente se han reducido los niveles de soledad en los participantes y ha habido un incremento en la valoración sociofamiliar".

De ahí, que Elena López Cerdá se muestre partidaria de que "proyectos como *Enred@te* se tienen que seguir realizando; el colectivo de las personas mayores va a crecer continuamente y es importante **que se dé valor a este grupo de la población** que muchas veces se tiene tan abandonado, donde la soledad es sufrida por los mayores, aunque en la tesis no se haya destacado".

Brecha digital

En cualquier caso, el trabajo ha constatado "**la brecha digital en los mayores** estudiados" y, al mismo tiempo, "se ha observado una mejora en el conocimiento y uso de las redes sociales por parte de los participantes".

Para las dos fases, la primera llevada a cabo entre septiembre 2019 y agosto 2020 y la segunda entre septiembre de 2020 y agosto de 2021, "destacan **el nivel de estudios**, la clase social y el estado de salud en el último año entre los factores que determinan el nivel de soledad, estado sociofamiliar y de apoyo social percibido".

En todo caso, la tesis también concluye que "las tecnologías de la información y la comunicación se están mostrando como eficaces instrumentos en la aplicación de los **cuidados enfermeros** facilitando el contacto con el profesional enfermero y la persona atendida, potenciando la ayuda profesional prestada".