



PLAN  
**IBIRAPITÁ**  
Inclusión digital de personas mayores

# INCLUSIÓN DIGITAL Y PERSONAS MAYORES

## Consideraciones pedagógicas

## - Marco Conceptual de partida:

- Inclusión digital e inclusión social
- Rol de Plan Ibirapitá
- Importancia de las Tics en Vejez
- TICs como TACs y TEPs

## - Aspectos para el acompañamiento a la inclusión digital:

-La selección de contenidos

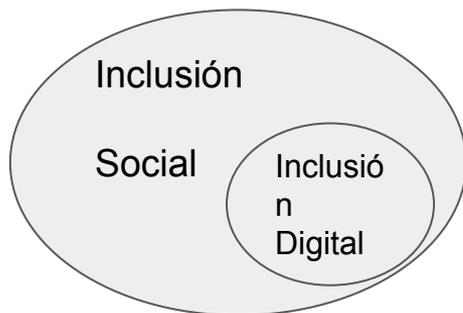
-Desafíos y metodologías de enseñanza/aprendizaje



# Inclusión digital

**Se define la inclusión digital como** “el conjunto de políticas públicas relacionadas con la construcción, administración, expansión, **ofrecimiento de contenidos y desarrollo de capacidades** locales en las redes digitales públicas alámbricas e inalámbricas, en cada país y en la región entera” (Robinson, 2005, 127)

Teniendo en cuenta la relevancia que ocupan las tecnologías digitales en la Sociedad de la Información y el Conocimiento (Castells, 1998) , **la inclusión digital** es concebida como un **derecho humano**, ya que **posibilita el acceso a la educación, cultura, y a su participación en la vida social y comunitaria**. Es decir, **la inclusión digital, forma parte de la inclusión social** de la persona.



# Inclusión digital y rol de Plan Ibirapitá

Disminución brecha digital: **Decreto 130/15 Creación Plan ibirapitá**

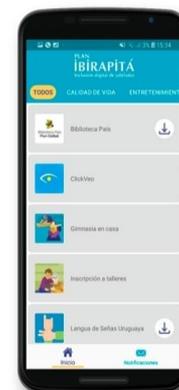
Acceso a las Tecnologías digitales.

**Brecha digital Multidimensional:**

- Acceso
- Contenido
- Educación (Servon y Pinkett, 2004)

**Qué pueden hacer las personas una vez que están conectadas?**

Objetivo: **Uso y apropiación**



Pasaje acceso al dispositivo → Uso y apropiación

## ¿Cómo entendemos la inclusión digital?

### Por apropiación suponemos:

ir más allá del uso instrumental de la tecnología. Implica **incorporarla, transformarla y dotarla de significado** para lograr determinados objetivos (Rueda, E. (S/F))

De esta manera, Plan Ibirapitá adscribe al paradigma de **envejecimiento activo**, centrado en la persona, en la cual es necesario indagar en sus intereses, necesidades y proyectos, para que la tecnología se convierta en un medio para su realización.

Envejecimiento activo es **"el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen"** (OMS, 2007:10)

# Importancia de las Tics en la vejez

Según algunos autores, la apropiación de las TICs es clave a la hora combatir las cuatro problemáticas más importantes de la etapa de la vejez:

- la soledad,
- el aburrimiento,
- la falta de ayuda,
- la reducción de las habilidades mentales que afectan profundamente la salud psicofísica.



# Importancia de las Tics en la vejez

El Plan de acción de Madrid sobre el Envejecimiento (2002) en su artículo 38, argumenta que :

“La tecnología puede utilizarse para unir a las personas y contribuir de esta forma a **reducir la marginación, la soledad y la separación entre las edades**. Por consiguiente, habría que adoptar medidas para **permitir a las personas de edad el acceso, la participación y la adaptación a los cambios tecnológicos**” .

Asímismo, la Convención Interamericana sobre los Derechos Humanos de las Personas Mayores, en su artículo 20, establece que:

“Los Estados Parte garantizarán el ejercicio efectivo del derecho a la educación de la persona mayor y se comprometen a promover la educación y formación de la persona mayor en el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC) para minimizar la brecha digital, generacional y geográfica e **incrementar la integración social y comunitaria**”.

# Importancia de las Tics en la vejez

Desde estas perspectivas, las Tics se convierten en un **“medio para”** y no un fin en sí mismo.

## Un medio para:

- **Entretenimiento saludable**
- **Envejecimiento activo**
- **Democratización y participación de la cultura**
- **El ejercicio de la ciudadanía digital**
- **Comunicación, interacción y generación de comunidad**

En definitiva, para fortalecer aspectos que promuevan

**la inclusión social** de las personas mayores



# Tics como TACs y TEPs

## ¿Qué es el enfoque de las Tics como Tacs y Teps?

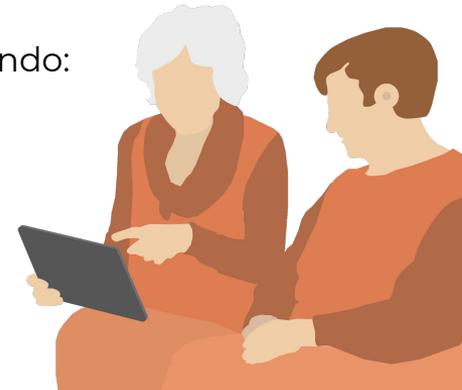
Abad Acalá (2016),: “Algunas de las más importantes esperanzas de Internet no están centradas en el entretenimiento o incluso en la educación, sino en la participación - como **ciudadano**, como **actor cultural**, o como **miembro participante de un grupo social**.” (p. 187)

Para que la inclusión digital sea considerada un vector de inclusión social no sólo es necesario asegurar el acceso a la información y su comunicación, **sino la posibilidad de utilizar la información para transformarla y producir aprendizaje y conocimiento.**

En este sentido es que se propone una que las Tics adopten un rol de Tacs y Teps, siendo:

Tacs: **Tecnologías para el Aprendizaje y apropiación de Conocimiento**

Teps: **Tecnologías para el Empoderamiento y la Participación**





ASPECTOS PARA EL  
ACOMPañAMIENTO A LA  
**INCLUSIÓN DIGITAL** DE LAS  
**PERSONAS MAYORES**

## Selección de contenidos y metodologías de enseñanza/aprendizaje

Para una propuesta pedagógica alineada con los objetivos perseguidos, proponemos pensar la selección de contenidos a ofertar y las metodologías con un enfoque basado en **Tics, Tacs y Teps**.



# Selección de contenidos basados en:

## 1- Entretenimiento saludable

Se trata de generar una oferta de contenidos que posibilite el **placer, el ocio activo, la recreación**, así como un **uso saludable del tiempo libre** en favor de un incremento de la calidad de vida de la persona.

Dar a conocer algunas de las múltiples aplicaciones que ofrecen contenidos vinculados al juego, la lectura, la jardinería, fotografía, música, cine o cualquier área de la cultura que posibilite el disfrute, ya sea en su consumo como en su producción.

Biblioteca País

Aplicaciones clásicas como Youtube, o algunas más novedosas

como Mus o ClickVeo en el área audiovisual,

Pinterest

PlantSnap / Naturalist, por ejemplo.



## 2- Envejecimiento activo

Desde esta línea se apunta a una oferta que estimule la **calidad de vida desde un punto de vista integral**, abarcando aspectos como la salud (física, mental y emocional) el deporte, la sexualidad, la alimentación, etc.

Informar y promover aspectos que favorezcan el **desarrollo biopsicosocial de las personas mayores** se convierte en una misión para construir una vejez activa.

Buscar recetas saludables, promover el uso de las Tics hacia el deporte, juegos de estimulación cognitiva, charlas y conferencias, pueden ofrecerse como actividad a favor de un envejecimiento activo.

Desde Ibirapitá se desarrollaron algunas aplicaciones y contenidos específicos para mantener cuerpo y mente activas:

- **Ibirapitá Estimulación Cognitiva** (Disponible en Android)
- **Gimnasia en casa (en conjunto con la Secretaría Nacional de Deporte)** (Disponible en YouTube del Canal Ibirapitá)



### 3- Democratización y participación de la cultura

La oferta de contenidos relacionados con la cultura, es tan amplia como diversa. Se resalta la posibilidad de mostrar herramientas que no sólo promuevan el **acceso al conocimiento y a diversos productos culturales**, sino también considerando el capital cultural que la persona tiene para ofrecer, su **producción**.

En este sentido, así como existen plataformas para el consumo cultural como páginas de museos, fotografía, cine, teatro , carteleras y agendas culturales, dependiendo de los intereses de la persona, se pueden dar a conocer plataformas de creación de podcasts, blogs, etc.



## 4- Ciudadanía digital

Esta línea se centra en el trabajo de las habilidades para el **ejercicio de la ciudadanía** en entornos digitales. Existen múltiples usos de las TICs que se retroalimentan para ejercer ciudadanía, los cuales podrían agruparse dentro de las siguientes categorías:

Uso crítico y reflexivo

Uso responsable y seguro

Uso creativo y participativo

Se trata de **promover habilidades** que aporten a estos usos, que le permitan a las personas mayores participar y convivir en entornos digitales cada vez de mayor y mejor manera. Respetar el ejercicio de los derechos humanos en entornos digitales mejora la calidad de vida de la ciudadanía en general y es responsabilidad de todas las personas.



## 5- Comunicación, interacción y generación de comunidad

En la actualidad existen varias aplicaciones y redes sociales que propician la comunicación. En el contexto actual, se han vuelto una de las principales formas de **mantenernos vinculados**, no sólo con nuestro entorno familiar o cercano si no para habilitar la **participación en actividades virtuales, talleres, conversatorios y videoconferencias.**

El conocimiento y apropiación de estas plataformas se constituye en un vector de desarrollo personal y participación social, contribuyendo además con la **generación de diversas comunidades de interacción y aprendizaje.**

Whatsapp, Telegram, YouTube, Facebook, Instagram, Twitter, Zoom, son algunos ejemplos de esto.



# Acompañamiento a la inclusión digital

## Desafíos en el aprendizaje de las personas mayores y metodologías de enseñanza

En este segmento veremos algunos de los principales desafíos en la inclusión digital de las personas mayores y estrategias para superarlos.



# Desafíos

## Representaciones culturales sobre la vejez

Los **prejuicios y valoraciones negativas** asociadas a la vejez:

**“no puede”, “no sabe”, “no va a entender”**

pueden **limitar nuestra propuesta** no contemplando las necesidades o intereses reales de aprendizaje de la persona.

El supuesto de que “en la vejez no se aprende”, o la **vinculación de esta etapa con la dependencia**, son factores que obstaculizan la autonomía de la persona en su proceso.

Para problematizar nuestra visión sobre la vejez, te recomendamos ver el siguiente video:

[¿A qué edad se empieza a ser viejo?](#)

# Estrategia: Reconocimiento a la diversidad (no caer en mitos y prejuicios)

## **Respuesta a la heterogeneidad:**

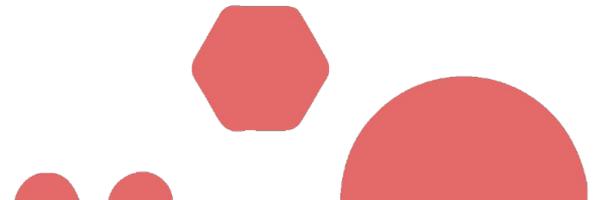
quienes ya manejan tecnologías digitales, quienes tienen su primer encuentro,  
quienes tienen deseo de introducirse en el mundo digital y quienes no.

Partiendo de sujetos diversos, de diversos modos de aprender y diversas experiencias, no es posible definir un único método de enseñanza.

## **Los efectos educativos son siempre singulares**

Considerar al otro como un sujeto singular, único

**Pararnos desde una óptica que concibe la diversidad de personas, estar a la escucha y enfocarnos en lo que la persona expresa: sus intereses y motivaciones,**  
a su vez propiciará su real participación en el proceso de aprendizaje,



# Desafío: Autopercepción y freno emocional

Muchas veces, estos **prejuicios** se encuentran **presentes en la propia persona**, por esto es importante intentar transformar la propia percepción sobre lo que pueden llegar a hacer y combatir los:

- “no puedo”,
- “no voy a poder”,
- “yo ya estoy viejo para esto”

Lo **emocional**, es uno de los factores principales que constituyen la posibilidad de aprender.



# Estrategia: Experimentación

**Favorecer** el ensayo y error, **equivocación como aprendizaje**

**Hacer por el otro: Inclusión excluyente**

A modo de **favorecer la autonomía**, promover la pregunta **¿Cómo crees que se haría?**

La experimentación **promueve en el desarrollo de habilidades.**

Esto proporciona que la persona se involucre activamente en su proceso de inclusión digital, ya que potencia la autopercepción de las habilidades que logra desarrollar.

Por esto, en cuanto al **rol de quienes acompañan el proceso de inclusión digital: debe ser colaborativo, de aprendizaje en conjunto y descubriendo con el otro.** Se trata de construir con la otra persona, en un **proceso de enseñanza-aprendizaje horizontal.**

# Estrategia: Procesos amigables

“menos es más”

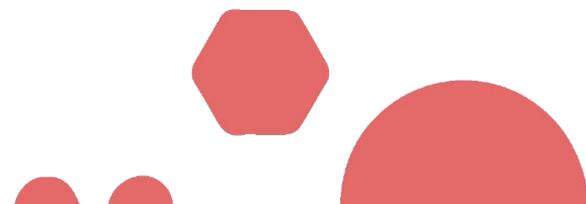
Por otro lado, Para que la inclusión digital sea efectiva, se trata que el **proceso** sea lo **más amigable posible**.

Sin darnos cuenta, podemos **aturdir o saturar** a la persona con información que no es necesaria: “Menos es más”.

**Es preferible que el contenido sea atractivo y escueto para generar una experiencia satisfactoria.** Esto genera **seguridad** en la persona acerca de lo que aprendió.

Por ejemplo, si vamos a explicar qué es wifi, partir por el concepto de red, puede generar una mayor confusión.

Menos información da la posibilidad de profundizar en ella.



# Procesos amigables: Lenguaje simple y utilización de iconografía

## No partir de supuestos.

Es importante tener un **lenguaje claro**, para que la persona que está del otro lado pueda entender lo que le queremos decir y no suponer que el otro ya sabe de lo que le hablamos.

**Valernos de iconografía, formas, colores, referencias del lugar donde puede encontrar lo que busca, puede ser un buen recurso.** No solamente en los casos de discapacidades funcionales (visuales, auditivas, motrices).

Por esto promovemos un equilibrio entre no saturar pero tampoco omitir, teniendo en cuenta que cada persona posee un proceso distinto de apropiación.

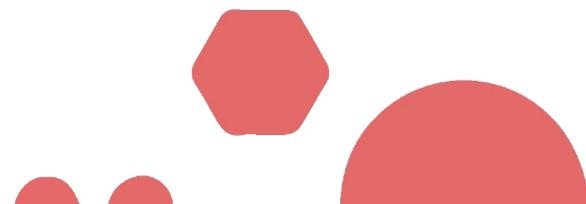
# Procesos amigables: utilización de analogías

El **lenguaje digital**, muchas veces resulta una **barrera** a la hora de comprender algunos funcionamientos y contenidos de los entornos virtuales.

Ej: Click, URL, web, virus, contraseña, Id, Trol, etc.

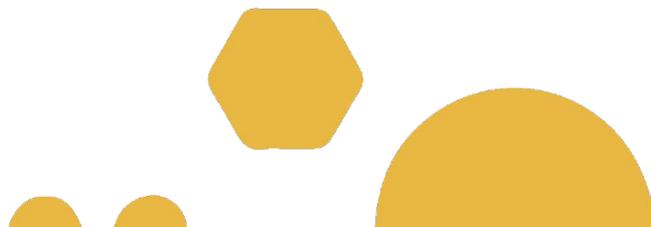
La utilización de **analogías** permite que la persona pueda **referenciar y establecer conexiones** con **pensamientos y conocimientos anteriores**, facilitando el aprendizaje.

Este recurso nos puede servir para **otorgar significados y sentidos** a diversas denominaciones.



# Desafío: Motivación, ¿Para qué aprendo?

El aprender en las personas mayores, a diferencia de otros momentos de la vida, por ejemplo en la enseñanza primaria, secundaria, se hace desde el **deseo de aprender** y no como parte de una instancia de formación obligatoria o de preparación para lo laboral. **La persona mayor aprende para hoy, para satisfacer una necesidad del presente.**



## Estrategia: el recabado de intereses y ofertar contenidos diversos

**El sentido** que puedan tener las Tics para una persona, se entiende es **directamente proporcional a la conexión que pueda encontrarles con su experiencia de vida y sus proyectos.**

Sin embargo, recabar intereses muchas veces no resulta sencillo, nadie va a querer conocer aquello que desconoce.

La palabra **interés**, refiere a lo que **está entre**, y por lo tanto puede ser algo a construir.

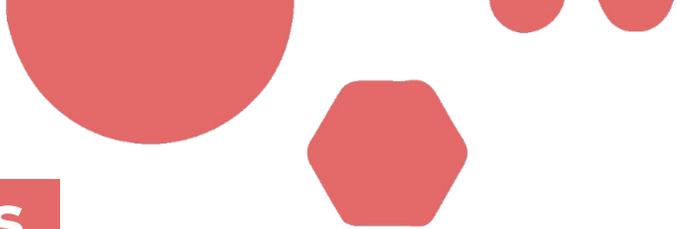
De ahí que **no sólo tengamos que valernos del interés que expresa el otro, sino que podemos valernos de lo que consideramos valioso como para ser ofrecido.**



## Desafío: Barreras cognitivas

El envejecimiento en las personas provoca **cambios físicos y mentales**. Dependiendo de la trayectoria y circunstancias vitales de una persona, estos cambios **comienzan a percibirse en diferentes momentos**.

En la diversidad poblacional que representa a las personas mayores, una de las dificultades que podemos encontrar en **algunas personas** son de **tipo cognitivo, como pérdida de memoria, o dificultades de aprendizaje**.



## Estrategia: establecer rutinas

Desde el enfoque de las TACs, se trata no sólo de brindar continuamente información y conocimiento, sino que estas produzcan aprendizajes.

El establecimiento de algunas rutinas en cuanto al espacio educativo, **partir por lo conocido y potenciar las fortalezas personales, pueden generar seguridad y confianza,** repercutiendo en la apropiación del conocimiento.

Repetir, es una forma de practicar y ejercitarse, favoreciendo la asimilación.

El registro por escrito, a su vez, puede officar de apoyo para la memoria.

# Desafío: barreras desde el entorno

**Las personas mayores no siempre cuentan con un entorno familiar**, por esto muchas veces se hace necesario recurrir a otras redes que acompañen sus procesos. Por otro lado, **aún teniendo un entorno familiar cercano, no siempre es sinónimo de que apoyen su inclusión digital**, que puedan tomarse el tiempo para hacerlo o lo hagan teniendo en cuenta las necesidades de la persona. En ocasiones, se suma que los estereotipos e imágenes negativas acerca de la vejez, pueden estar presentes.

**Estrategia:** Integrar, buscar alianzas y motivar a las familias y los entornos cercanos, mostrar los beneficios de la incorporación y apropiación de las tecnologías digitales en la vida cotidiana de la persona mayor.



# Desafío: Barreras en el dispositivo

Un obstáculo importante se puede deber a las **condiciones en las que se encuentra el dispositivo (celular o tablet)**.

Equipos obsoletos, equipos con falta de espacio para instalar aplicaciones, lentitud en la velocidad de funcionamiento, equipos con problemas de volumen, pueden generar una gran frustración y dificultades en su uso.

**Estrategia:** Recomendamos chequear las condiciones en las que se encuentra el dispositivo y en la medida de posible, facilitar su acondicionamiento:

- Liberar espacio
- Eliminar aquellas aplicaciones que no se usen
- Mostrar como subir o bajar el brillo para una mejora de la imagen
- Aumentar el tamaño de la fuente
- Proponer la utilización de parlantes o auriculares para mejorar la calidad de sonido.



<b>Desafío</b>	<b>Estrategia</b>
Representaciones culturales negativas sobre la vejez	Reconocimiento a la diversidad: Escucha, propuestas múltiples y diversas en formas y contenidos
Autopercepción y factor emocional	Experimentación
Autopercepción y factor emocional	Procesos amigables: “Menos es más”, “Lenguaje claro y utilización de iconografía”, “Utilización de analogías”
Motivación	Recabado de intereses, oferta de contenidos diversos (construir el interés)
Barrera cognitiva	Establecer rutinas y fortalecer potencialidades personales
Barrera desde el entorno	Buscar alianzas
Barrera en el dispositivo	Acondicionamiento

## Por esto proponemos:

-Cambio cultural en relación a la vejez (construir otros significados y sentidos asociados a la vejez) desde acciones colectivas colaborativas:

- interinstitucionales,
- intergeneracionales y
- comunitarias

**hacia la inclusión digital de personas mayores,  
para “ Construir la vejez que soñamos”.**

“Soñamos con una vejez activa y saludable, participativa,  
acompañada y ávida por seguir aprendiendo, en una sociedad que  
respete y acompañe una cultura positiva del envejecimiento.”



# ¡Gracias!