

Significado del uso de redes sociales por adultos mayores en entornos comunitarios

Meaning of Social Media Use by Older Adults in Community Settings

Raúl Fernando Guerrero Castañeda^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-3996-5208>

Pedro Aguilar Machain¹ <https://orcid.org/0000-0002-5954-8578>

Cinthia Elizabeth González Soto¹ <https://orcid.org/0000-0001-9720-5413>

Bryan Ricardo Reyes Medina¹ <https://orcid.org/0009-0007-0141-7018>

María Nallely Acevedo López¹ <https://orcid.org/0000-0003-2580-5537>

Grever María Ávila Sansores¹ <https://orcid.org/0000-0002-2534-7727>

¹Universidad de Guanajuato. Guanajuato, México.

*Autor para la correspondencia: drfernandocastaneda@hotmail.com

RESUMEN

Introducción: El avance en las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) ha llevado al aumento y desarrollo de aplicaciones móviles, incluyendo las de ocio, finanzas y redes sociales, incluso han sido desarrolladas aplicaciones móviles destinadas específicamente para los adultos mayores.

Objetivo: Describir el significado del uso de las redes sociales en adultos mayores de entornos comunitarios.

Métodos: Estudio cualitativo descriptivo realizado en grupos comunitarios de adultos mayores del centro de México. Participaron 10 adultos mayores que hacen uso de las redes sociales. Se consideró un muestreo por conveniencia con saturación de información. Esta se colectó por medio de una entrevista semiestructurada audioregistrada. Se realizó análisis temático de la información. Todos los participantes emitieron consentimiento informado.

Resultados: Emergieron cinco temas: redes sociales como comunicación y socialización, aproximación tecnológica, el desarrollo en su uso, las redes sociales también desconectan del mundo, y aprendizaje de redes sociales en la era digital.

Conclusiones: Los adultos mayores significan las redes sociales como un medio de comunicación y contacto, a pesar de la distancia; sin embargo, adquieren la connotación de uso necesario pues son conscientes de lo que implica y su exposición. Las redes representan una aproximación tecnológica que se volvió necesaria en su desarrollo de uso y llevó a aprendizajes para poder utilizar en la cotidianidad.

Palabras clave: tecnología de información y comunicación; redes sociales; uso del teléfono celular; adulto mayor; educación en salud.

ABSTRACT

Introduction: Advances in Information and Communication Technologies (ICT) have led to the growth and development of mobile applications, including those for leisure, finance, and social networks. Mobile applications have even been developed specifically for older adults.

Objective: To describe the significance of social media use among older adults in community settings.

Methods: A descriptive qualitative study conducted in community groups of older adults in central Mexico. Participants included 10 older adults who use social media. Convenience sampling with information saturation was used. Data were

collected through audio-recorded semi-structured interviews. Thematic analysis of the information was performed. All participants provided informed consent.

Results: Five themes emerged: social media as communication and socialization, technological adaptation, development in its use, social media also disconnects from the world, and learning social media in the digital age.

Conclusions: Older adults perceive social media as a means of communication and connection despite distance; however, it takes on the connotation of a necessary use, as they are aware of its implications and their own exposure. Social media represents a technological adaptation that became necessary in their usage development and required learning for everyday use.

Keywords: information and communication technology; social networks; cell phone use; older adults; health education.

Recibido: 04/09/2023

Aceptado: 29/11/2025

Introducción

El avance en las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) ha llevado al aumento y desarrollo de aplicaciones móviles, incluyendo las de ocio, finanzas y redes sociales, incluso han sido desarrolladas aplicaciones móviles destinadas específicamente a los adultos mayores. La especificidad de estas aplicaciones tiene como finalidad mejorar la vida cotidiana y la calidad de vida de las personas mayores o simplemente de aquellos que decidan usarlas.

La constante evolución de las TIC ha ido modificando las dinámicas sociales y familiares, cambiando las formas de comunicación entre miembros de los diversos grupos sociales, a la par de la convivencia en entornos físicos y digitales. Las redes

sociales se han convertido en un medio para consumo y mercado; además de ocio y esparcimiento,⁽¹⁾ su uso se vuelve más común en personas jóvenes, se ha demostrado que existe una relación significativa entre una conducta adictiva, el uso del celular y las horas de uso de redes sociales. En el caso de las personas de edad avanzada aún existe una brecha digital originada por el avance tecnológico acelerado de las últimas dos décadas; sin embargo, eso no impide que los adultos mayores incorporen las redes sociales en su dinámica cotidiana.^(2,3)

Esta situación ha ocasionado que las redes sociales representen un importante medio de comunicación y esparcimiento entre los adultos mayores, teniendo como consecuencia un interés creciente en el uso de las nuevas tecnologías en este grupo de edad, donde es posible resaltar el uso de estas como medio de comunicación con familiares y amigos.

Existen diversos tipos de aplicaciones para teléfonos celulares que son utilizadas como herramientas para facilitar tareas sencillas, pero también concurren otras aplicaciones con mayor grado de complejidad, que son capaces de monitorear signos vitales e, incluso, llamar al servicio de emergencias cuando detectan que la vida de la persona se encuentra en riesgo. Entre los adultos mayores las redes sociales son las principales aplicaciones digitales utilizadas y el medio de entrada al mundo virtual. En México, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y uso de Tecnologías de la Información en los hogares (ENDUTIH) de 2023, menciona que las personas con 55 a 64 años incrementaron el porcentaje en el uso de internet de 50,1 a 69,2 %, el 91,5 % lo usó para acceder a redes sociales. Estos datos reflejan la situación del uso de las tecnologías en redes sociales por personas mayores; su incremento acentúa también la importancia de su estudio, debido a la exposición a la que se enfrentan.⁽⁴⁾

Un estudio encontró que las principales redes sociales que utilizan los adultos mayores son Facebook, YouTube y WhatsApp; sin embargo, estas varían en relación a su uso conforme a la edad del adulto mayor, siendo WhatsApp la red social más popular entre personas de 60 a 64 años y de 71 a 95 años, mientras que Facebook es la favorita para adultos mayores de 65 a 70 años. Los adultos

mayores de 60 a 70 años refieren usar en menor medida YouTube, no así las personas de 71 a 95 años, quienes colocan esta red social como su segunda favorita, incluso por encima de Facebook.⁽⁵⁾

Otro estudio realizado con población de adultos mayores refiere que actualmente, la mayoría de sus participantes usaba alguna aplicación móvil relacionada con las redes sociales y el resto mencionó no utilizar ninguna aplicación móvil en la actualidad.⁽⁶⁾

Un estudio realizado en Alemania demostró que el uso de las redes sociales en línea o los chats de video están asociados con la disminución de los sentimientos de aislamiento en los adultos mayores, ya que les permiten mantenerse en contacto con sus familiares y amigos; al resaltar que el simple hecho de verlos a través de la pantalla los ayuda a sentirse más cercanos.⁽⁷⁾

Por otro lado, un estudio en España encontró que las redes sociales permiten que el adulto mayor brinde y reciba apoyo social cuando este se encuentre atravesando una situación complicada en su vida, esto, independientemente de la distancia existente entre las personas y el tiempo.⁽⁸⁾ Además, menciona que las redes sociales pueden ayudar a aumentar el conocimiento en salud sobre la prevención, el tratamiento y diagnóstico de enfermedades y trastornos.⁽⁹⁾

El utilizar las redes sociales por parte de los adultos mayores ha sido una experiencia “florecente”, ya que no solo les permite comunicarse con su exterior, sino que les facilita la oportunidad de asegurarse de tener los víveres necesarios, seguridad y mantener su salud. Además, se ha demostrado que, pese al aislamiento físico, el uso de las redes sociales permite al adulto mayor mantener su bienestar.⁽¹⁰⁾

Ferreira y Texeira⁽¹¹⁾ en su estudio plasmaron que con los cambios de la población también se va modificando la tecnología y, por ende, el crecimiento en la utilización de todas las redes sociales en la vida diaria de las personas, en especial en la vida de las personas adultas mayores. Además, es importante mencionar que el aislamiento social de las personas adultas mayores está relacionado con la falta de los amigos y familiares. El estar aislado no significa necesariamente que la

persona esté sola; sin embargo, es común la sensación de soledad por la falta de comunicación que se llega a vivir.⁽¹²⁾ En esta situación el papel de las redes sociales revoluciona el contacto más allá de lo físico y llega a brindar bienestar a los adultos mayores.

En otro estudio de investigación se observó que los adultos mayores que participaron en una intervención denominada “on-line” pudieron incorporarse en un espacio de inclusión digital, que hizo posible los encuentros intergeneracionales y las acciones generativas. Los resultados revelaron que hubo una mejora en la generatividad; los participantes pasaron de un 20 a un 100 % en el uso de Facebook, posterior al programa; un buen porcentaje (95 %) poseían y usaban computadoras en casa con acceso a Internet.⁽¹¹⁾ El impacto radicó en hacer sentir a los adultos mayores más útiles y conectados, reducir el aislamiento y mejorar el bienestar emocional. Se identificó, además, la promoción de la alfabetización digital y el uso de redes sociales.

El programa demostró ser una herramienta eficaz para fomentar la inclusión digital y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores a través del uso de tecnología y redes sociales. La mayoría de los adultos mayores refirió tener computadora con acceso a internet en casa, teniendo como principales usos el consumo de noticias, la investigación *online* y el entretenimiento, este último sumamente relacionado con el uso de las redes sociales.⁽¹¹⁾

En años recientes el uso de la tecnología en las relaciones familiares y sociales ha ido en aumento, tomando especial auge a causa de la pandemia por COVID-19, donde los adultos mayores vivieron meses de aislamiento social, alejados de amigos, familia y en general de toda su comunidad. En estos momentos de crisis la tecnología y en especial las redes sociales representaron una herramienta de contacto con el exterior y con las personas.

Durante el aislamiento, el uso de redes sociales disminuyó considerablemente la depresión y soledad; sin embargo, también fue importante la capacidad de discernimiento en su uso, pues los adultos mayores se expusieron a la infodemia de manera excesiva.⁽¹³⁾ Así pues, el uso de las redes sociales adquiere

connotaciones que dependen del contexto y de la dinámica donde el adulto mayor se desenvuelva.

Estas bondades del uso de la tecnología y, especialmente de las redes sociales, representan una invaluable oportunidad para innovar en el cuidado de enfermería al adulto mayor; el uso de las redes sociales para brindar cuidado en situaciones de aislamiento y soledad solo es una de las posibles áreas a intervenir, a ella podemos sumar el uso de las redes sociales como canales de información confiable en salud, medios de contacto con los servicios de salud y registro, así como el monitoreo de constantes vitales, por mencionar algunas.⁽¹⁴⁾

Lo que se vuelve una realidad es que esto influyó en que los adultos mayores se vieran en la necesidad de aprender a utilizar la tecnología con el fin de mantenerse en contacto con sus seres queridos y no sentirse aislados. Por lo tanto, el constante aumento en el uso de estas nuevas tecnologías ha ocasionado grandes cambios en toda la población, pero en especial en los adultos mayores, los cuales se han tenido que ir adaptando a estos grandes cambios como parte de las exigencias de la sociedad.

El uso de las redes sociales por adultos mayores no queda en una experiencia cotidiana, pues el adulto mayor construye a partir de ello un significado en torno a su uso. El significado revela el sentido que se les da en la cotidianidad, es por ello que su abordaje desde lo cualitativo permitirá profundizar en esos aspectos subjetivos construidos a partir de la dinámica cotidiana. Por lo que el objetivo de este estudio fue describir el significado del uso de las redes sociales en adultos mayores de entornos comunitarios.

Métodos

Se trata de un estudio cualitativo, de alcance descriptivo.^(15,16,17) Se realizó en grupos comunitarios de un centro gerontológico público del centro de México, en el período de septiembre de 2022 a agosto de 2023.

El muestreo fue por conveniencia;⁽¹⁸⁾ debido a las características de ser cualitativo no se tenía un número de muestra estimado, este quedó determinado por 10 participantes, a partir del criterio de saturación de información que se logró cuando se consideró contar con los datos suficientes para comprender e interpretar el fenómeno de estudio.⁽¹⁹⁾

Los criterios de inclusión que se tuvieron en cuenta fueron: adultos mayores hombres y mujeres de 60 años o más que refirieran utilizar alguna red social (Facebook, WhatsApp, Twitter, YouTube, entre otras, esto expresado a través de los participantes voluntarios y que reconozcan su uso). Se consideraron como criterios de exclusión los adultos mayores que no pudieran mantener comunicación verbal y adultos mayores de zonas rurales en donde no hay acceso a Internet.

Dentro de la caracterización de los participantes se puede destacar que la edad osciló entre los 61 y 73 años, tomaron parte siete mujeres y tres hombres; el nivel de escolaridad fue de secundaria a posgrado y la ocupación predominante fue jubilado/pensionado.

El tiempo de uso de las redes sociales en todos fue de más de un año y se usaban predominantemente en el teléfono celular. Con relación a la manera en que aprendieron a usar el teléfono celular, la mayoría de los adultos mayores expresó que fue por iniciativa propia, mientras que algunos recibieron apoyo de hijos y otros por parte de los nietos. En cuanto a las redes sociales más utilizadas destacó WhatsApp, Facebook y YouTube, mientras que en menor utilización destaca Tinder.

En cuanto al acceso al escenario de estudio, los investigadores estaban familiarizados con el centro gerontológico, pues asistían a actividades de práctica de enfermería en dicho sitio. Se elaboró un cartel y un video de invitación y se compartió con la persona que coordina los grupos de adultos mayores; de esta manera se difundió la invitación y el número telefónico de los investigadores. Los adultos mayores interesados en participar establecieron contacto con el investigador principal.

Para colectar la información se hizo uso de la entrevista semiestructurada.⁽²⁰⁾ La entrevista se desarrolló, a través de la virtualidad por video-llamada de WhatsApp;

se tuvieron dos encuentros, el primero para explicar el objetivo y desarrollo del estudio, así como para generar empatía a través de un diálogo informal con los adultos mayores. A partir de ello se agendó un segundo encuentro donde se llevó a cabo la entrevista, la cual fue audio grabada para preservar la información. Asimismo, se solicitó el consentimiento para grabar el audio y manejar ese material por los investigadores.

Se realizó el análisis a través de la técnica de análisis temático propuesto por *Braun* y *Clarke*,⁽²¹⁾ el cual incluyó las siguientes fases:

- Fase 1. Familiarización con los datos: los investigadores escucharon las entrevistas, una vez concluidas, y, posteriormente, llevaron a cabo la transcripción en documentos de Microsoft Word®.
- Fase 2. Generación de códigos iniciales: las entrevistas se leyeron por participante y se destacaron códigos, a su vez estos se colocaron en una tabla de Word, identificando al participante.
- Fase 3. Búsqueda de temas: en una segunda tabla se conjuntaban códigos similares en sentido y se les asignó un nombre, denominado tema, que representaba la similitud de los sentidos expresados.
- Fase 4. Revisión de temas: se reorganizó la información para eliminar los temas que no fueran significativos.
- Fase 5. Definición y denominación de temas: se analizaron los temas para jerarquizar la información obtenida y se construyó la síntesis interpretativa de los investigadores con base en la lectura integral de los códigos por tema.
- Fase 6. Producción del informe final: se construyó una narrativa sustentada en la argumentación, derivada de la comprensión e interpretación de la información y se obtuvo la articulación del fenómeno.

El estudio se aprobó por el Comité de Investigación de la División de Ciencias de la Vida (DICIVA) de la Universidad de Guanajuato con el código P32-2022. Todos los participantes emitieron su consentimiento informado; para preservar la confidencialidad se les asignó un código compuesto por la letra P de participante

y número en orden se participación; quedó participante 1...participante 10. Para el presente artículo se consideraron los criterios de COREQ en cuanto a la calidad⁽²²⁾ y los criterios de rigor para estudios cualitativos de veracidad, confirmabilidad, transferibilidad y reflexividad.⁽²³⁾

Resultados

En el proceso de análisis emergieron cinco temas, a partir de los cuales se construye el significado, que se presentan a continuación.

Tema 1. Redes sociales como comunicación y socialización

Los adultos mayores describen a las redes sociales como una oportunidad de comunicación, a pesar de la distancia física, pues a través de ellas pueden mantenerse comunicados con su familia, amigos y conocidos, además de que, pueden conocer gente nueva. La socialización es un proceso importante que les merece atención, al reencontrarse incluso con amigos de su juventud. Los adultos mayores refieren las siguientes opiniones:

“Sí tengo como muchos seguidores, pero en realidad, nada más es la familia, mi hija y dos que tres amigos, que más seguido nos frecuentamos” (participante 2).

“Mira sí es bonito, porque así te comunicas, por ejemplo, yo tuve amigos que están en Estados Unidos, puras amigas, o sea de mucho tiempo atrás y se me perdieron de vista. Cuando empiezo a usar el Facebook y Messenger, a veces me agregan y después digo: ¡Es una persona que conozco! y le mando un mensaje” (participante 4).

“Pues es práctico ¿verdad? es una forma de mantener comunicación con familiares y amistades” (participante 7).

Tema 2. Aproximación tecnológica

Los discursos muestran que adultos mayores ven una ventana de conexión y aproximación tecnológica, las redes sociales les dan una sensación de aproximación a la tecnología, pues desde el aprender a usar el celular y el poder conectarse es un momento de aproximación en una era digital en donde por ser adultos mayores parecería que son excluidos. Al respecto afirma:

"La respuesta sería concretamente, que la propia tecnología te va empujando a que tú vayas conociendo, y de alguna manera te vayas incorporando a los avances que se van dando" (participante 5).

"Sí se me hace más fácil esa conexión, sobre todo la comunicación entre, pues familiares, amigos, personas, que este pues, pues igual de manera, en algún momento tuvimos un contacto físico, [...] pero tenemos esa facilidad de comunicarnos (participante 8).

Tema 3. El desarrollo en su uso

La aproximación a las redes sociales adquiere un sentido de desarrollarse en su uso, pues los adultos mayores describen que su principal aproximación resultó del trabajo o las actividades que este suponía, de tal forma que el inicio en las redes sociales fue por motivos laborales que se fueron extendiendo a la vida personal, por lo tanto, se concibe a las redes sociales como una oportunidad de comunicación y entretenimiento en la vida cotidiana.

"Pues laboralmente, todavía estaba laborando, era necesario comunicarse por medio de WhatsApp o por medio del correo" (participante 1).

"Yo sinceramente empecé usando el Facebook porque quería aprender cosas, ahí veía videos, luego supe que había YouTube, además de que es una ventaja para pasar un buen momento" (participante 10).

Tema 4. Redes sociales también desconectan del mundo

Así como se evidencia la aproximación tecnológica y el uso en trabajo y ocio, también emerge que las redes sociales son de especial cuidado pues desconectan del mundo y debe ponerse atención en su manejo, ya que pueden representar una amenaza a la intimidad, situación que los adultos mayores identifican muy bien y consideran que le dan el uso sin exponerse. Al respecto expresaron:

"Hay una, una frase que dice que <<las redes sociales, por un lado, nos comunican, pero por otro lado nos separan>> porque se ha perdido el contacto, se ha perdido el hecho de hacer esa llamada" (participante 5).

"Luego que también es súper común es ver a la gente absolutamente desconectada del entorno porque van en la calle caminando y van mirando el teléfono y seguramente están metidos en las redes sociales" (participante 6).

Tema 5. Aprender redes sociales en la era digital

El aprendizaje en la era digital es indispensable para el adulto mayor, el grupo de adultos mayores da sentido a las redes sociales como una oportunidad de aprender su manejo, al mencionar que este se da de manera paulatina y que es complicado, pues no hay instrucciones para ello: por lo que recurren al intercambio intergeneracional con personas más jóvenes, además de que reconocen que es una cuestión de perder miedo y dejar fluir su aprendizaje.

"Que pierdan el miedo jajaja y que si uno le pica a algo y manda mal un mensaje pues no pasa nada no? [...] creo que, que lo que es importante es bueno pues que uno se anime a usarlas porque finalmente están allí pueden en algún momento enriquecer la vida y que uno pues no tenga miedo de hacerlo" (participante 6).

"Mira me gustaría aprovechar más el Facebook, otras redes, aprender a usarlas, este... Me gustaría aprender a lo que se puso muy de moda con la pandemia de que daban clases por celulares... Yo quisiera aprender a dar clases por celular" (participante 7).

"Aprendí solita cuando me regalaron el celular, luego por mis amigas del grupo escuchaba que había Facebook, luego que WhatsApp, ahí llegaba a mi casa y cuando veía a mi hijo le pedía que me enseñara, él me explicaba y así fue como aprendí" (participante 9).

Discusión

Dentro de la caracterización de los participantes se puede destacar que la edad osciló entre los 61 y 73 años, siete mujeres y tres hombres; el nivel de escolaridad fue de secundaria a posgrado. Estos datos coinciden con un estudio en donde las mujeres adultas mayores son las usuarias de las redes sociales más recurrentes, en relación con los hombres.⁽²⁴⁾ El tiempo de uso de las redes sociales fue mayor a un año en todos los participantes y se usan predominantemente en el teléfono celular.

En cuanto a las redes sociales más utilizadas destaca WhatsApp, Facebook, YouTube. Un estudio revela que WhatsApp es la red social más utilizada por adultos mayores, debido a la facilidad de uso para envío y recepción de mensajes.⁽²⁵⁾ La pandemia por COVID-19 acercó a los adultos mayores a la tecnología y a las redes sociales que se volvieron un medio de comunicación rápido, efectivo y fácil de usar. En adultos mayores pakistaníes las redes sociales representan una ventaja de comunicación y las más utilizadas son WhatsApp, Facebook, Twitter y YouTube,⁽²⁶⁾ lo que concuerda con las que utilizan los adultos mayores de este estudio. Otro estudio⁽²⁷⁾ refiere que el WhatsApp es la red social más utilizada por la facilidad de uso y poder comunicativo entre personas.

En este estudio la edad estuvo entre los 61 a 73 años, la mayoría de ellos comenzó a utilizar las redes sociales por el trabajo, años antes. Estudios^(24,28) reflejan que justamente la edad entre 60 y 69 años es la edad con mayor uso de redes sociales.

El significado del uso de las redes sociales por los adultos mayores se construye a partir de la interacción con estas en su cotidianidad; reconocen que son una

ventana de comunicación, socialización y conexión. Las redes sociales son la vía para la comunicación con familiares y amigos, por lo cual suponen una oportunidad para disminuir la sensación de aislamiento y soledad.⁽²⁹⁾ Se ha reportado que la comunicación genera un sentimiento de alegría, siendo Facebook la más utilizada para dicho fin. Las redes sociales han permitido que el adulto mayor se sienta incluido y perteneciente a la sociedad, además, favorece mantener la comunicación y el acceso a información.⁽³⁰⁾ Es importante reconocer que la comunicación de redes sociales es a distancia, y aun así es un medio de expresión de cercanía para estar conectados con otras personas.

Los adultos mayores reconocen que las redes sociales comenzaron siendo un soporte para el trabajo, este se convirtió en un proceso de adaptación y desarrollo de interacción con las redes sociales, un estudio cita esto como un tipo de inclusión social que incluye las redes sociales como una oportunidad para el trabajo y las relaciones sociales.⁽³¹⁾

Las redes sociales representan una aproximación a la tecnología y brindan la posibilidad de acercar a los adultos mayores a un proceso de aprendizaje continuo. Es necesario no dejar de lado que la brecha digital aún existe y se marca, fundamentalmente, en la distancia intergeneracional, lo que puede llevar a una sensación de desconexión del adulto mayor en torno no solo a las redes sociales, sino a las tecnologías. Un estudio⁽²⁶⁾ revela que los mayores consideran esta brecha entre el uso de redes sociales por adolescentes y ellos mismos, aunque en este estudio los adultos mayores en su mayoría refirieron recurrir a personas más jóvenes para aprender, motivo por el cual se puede favorecer el intercambio generacional.

Otro estudio revela que el envejecimiento puede aumentar la brecha digital, debido a la dificultad para el uso de las tecnologías; sin embargo, señala que su empleo y el de las redes sociales puede favorecer la neuroplasticidad y la autonomía durante la vejez, así como ser una ventaja de conectarse en una era en donde la digitalización es dominante.⁽³²⁾

El uso en el proceso de desarrollo para aprender sobre redes sociales se ve realmente en que los mayores se dan la oportunidad de equivocarse, algunos piden



ayuda a personas más jóvenes, regularmente hijos o nietos; mencionan que la falta de instrucciones es algo que ellos necesitan, esto concuerda con un estudio chileno donde se encontró que las redes sociales son una herramienta novedosa y que se aprende con el paso del tiempo a prueba y error y con la guía de congéneres, quienes poseen una mayor habilidad, lo cual se relaciona con la juventud o el nacimiento a la par de la llamada "era tecnológica".⁽³³⁾

El uso de las redes predomina en el ocio, la comunicación y mantener las relaciones sociales; la comunicación representa una forma de interacción con seres queridos rápida y efectiva, pues a través de una llamada de voz o videollamada existe la interacción cercana.⁽³⁴⁾

Un estudio revela que el tiempo representa un mecanismo de aprendizaje continuo para los adultos mayores.⁽³¹⁾ Así, el uso comunicativo y de ocio predominan sobre todo en redes sociales como WhatsApp y Facebook. La ventana de oportunidades para mantener el aprendizaje en la vejez a través de las redes sociales puede aún ser explorada y se pueden implementar estrategias educativas que sean atractivas y fáciles de compartir y comunicar.

Los adultos mayores consideran que hacen uso de las redes sociales para lo cotidianamente necesario, pues reconocen que también pueden representar una desventaja, al verse expuestos en la red. Un estudio⁽³⁾ señala que hay una serie de situaciones a considerar en el uso de las redes sociales; se debe reconocer el cuidar la seguridad y evitar el exceso de información personal que pueda orientar a ser víctima de daños cibernéticos. Otra de las desventajas es la desconexión del mundo, refieren que conocen personas que se ven desconectadas de todo, pero conectadas en sus redes sociales. En la actualidad existen adultos mayores que consideran que las redes sociales son una desventaja al ser un medio para fomentar el ocio y evitar actividades recreativas; sin embargo, el uso moderado y específico para ciertas actividades facilita el día a día de los adultos mayores.⁽³⁵⁾

Otro estudio⁽³⁶⁾ señala que el uso de las redes debe ser moderado pues también existe la despersonalización y la comunicación informal, además de los efectos de manipulación social dado por los contenidos, en muchos casos, con información falsa.

Este efecto de la infodemia se pudo observar con mayor incidencia durante la pandemia por COVID-19, donde la información respecto al virus y la enfermedad se esparcía en contenidos falsos; la infodemia fue una de las consecuencias negativas de exposición al uso, los adultos mayores fueron los más afectados por esta, que les causaba afectaciones psicológicas y desesperación.⁽³⁷⁾

Los adultos mayores del estudio refieren moderación y discernimiento necesario para ellos y otros adultos mayores que desean usar las redes sociales; este punto precisa ser analizado en torno a la exposición a información, así como a daños cibernéticos que por las características de uso de las redes pueden ser más frecuentes.⁽³⁸⁾

Los participantes mayores de este estudio refirieron que el aprendizaje se dio por la práctica constante y el apoyo de familiares; a partir de ello, es posible reconocer que la representación de la familia es imperante para consolidar los procesos de aprendizaje y de comprensión del uso de las redes sociales y en sí de la tecnología. Un estudio⁽³⁹⁾ señala que, si bien hay una brecha generacional, también es notorio que estas ayudan a mantener el contacto familiar y a favorecer entornos solidarios. Es necesario incorporar a la familia en los procesos de aprendizaje digital, la inclusión digital en una era donde predomina la cotidianidad virtual y el acceso a la comunicación, el aprendizaje y el ocio se puede dar a través de las redes sociales.⁽⁴⁰⁾

La reducción de la brecha digital ligada a lo generacional es una responsabilidad compartida,⁽²⁴⁾ la enfermera como educadora en salud no debe estar exenta de la enseñanza tecnológica, los espacios comunitarios gerontológicos, los centros de día y otras instancias son ideales para favorecer el uso de las redes sociales, pues, además de mantener a los adultos mayores conectados con la familia que en muchas ocasiones no les es posible visitar, se puede reducir la sensación de soledad y de aislamiento.^(41,42) Por tanto, es necesario que las enfermeras adquieran la competencia de “educación digital” a fin de favorecer un bienestar emocional, además de beneficiar, como ya se ha evidenciado, la funcionalidad cognitiva, al mantener al adulto mayor en constante trabajo de su neuro plasticidad.^(43,44,45)

El significado se construye a partir de la necesidad del uso de las redes sociales, se reconoce que su uso debe ser moderado para no verse “desconectado” de la realidad, el cual pasa de lo necesario a la comunicación y ocio que les permite conectarse con sus familiares y amigos, y con ello la socialización.

Los aportes disciplinares del presente estudio en función de la salud se enfocan en la disciplina de enfermería, pues esta es la responsable de la promoción y educación para la salud. La aproximación de los adultos mayores a las tecnologías y a las redes sociales como medio para mantener el desarrollo en la vejez representa una ventana de oportunidades para los enfermeros a fin de incorporar intervenciones de enfermería en planes de cuidado con orientación en la aproximación tecnológica. Las enfermeras en el primer nivel de atención pueden concentrar intervenciones de aproximación tecnológica y uso de celular y redes sociales, así como gestionar grupos de ayuda mutua entre pares para facilitar los aprendizajes.

Una de las limitaciones del presente estudio fue la mala conexión a internet en dos entrevistas, lo que llevó a realizarla entrevista en un segundo momento en ambos casos, sin que esto influyera en su desarrollo o en los resultados. Otra limitación relacionada con el diseño puede ser la autoselección de los participantes; sin embargo, también responde a una fortaleza, pues son ellos quienes usan las redes sociales.

Como conclusión se puede afirmar que el significado del uso de las redes sociales por los adultos mayores en la comunidad se ve construido a partir de la interacción del adulto mayor con las tecnologías móviles y la incorporación de las redes sociales para sus actividades laborales, ya que su uso se remonta a la etapa laboral; así conforme pasa el tiempo el adulto mayor va aprendiendo la existencia de otras redes sociales y su uso; reconoce que este aprendizaje puede ser complicado, debido a la falta de instrucciones para ellos en las mismas redes; sin embargo, hacen uso de la interacción intergeneracional para preguntar y aprender, asimismo de ser autodidactas, al aprender por ensayo-error el uso de las redes.

Sin duda, el punto culminante del uso de las redes sociales radica en el sentido que les dan de mantenerlos comunicados con familiares, amigos y conocidos y la



oportunidad de conocer y socializar con personas nuevas o que conocían anteriormente.

Desde enfermería en su rol de educador en salud, puede integrar estrategias e intervenciones para aproximar a los adultos mayores a las tecnologías, las redes sociales representan una oportunidad para considerarse en los entornos comunitarios, pues traen consigo beneficios, no solo la comunicación, sino la sensación de mantenerse actualizados en la tecnología y además de incluirlos, favoreciendo así su desarrollo y salud. Además de la enseñanza también enfatizar en la prevención de su uso. La enfermera sobre todo en primer nivel de atención, en grupos comunitarios y centros gerontológicos puede desarrollar talleres y acompañamiento en el uso del celular y las redes sociales.

Referencias bibliográficas

1. Crusafon C, González Saavedra C, Murciano M. Las redes sociales y las aplicaciones móviles. Rev. De Recerca I D'análisis. 2020 [acceso 30/08/2023];37(2):33-52. Disponible en: <https://publicaciones.iec.cat/Front/repository/pdf/00000294/00000027.pdf>
2. Becerra GJR, López RF, Jasso MJL. Uso problemático de las redes sociales y teléfono móvil: impulsividad y horas de uso. Rev. Psic. UAEM. 2021 [acceso 30/08/2023];10(19):28-46. Disponible en: <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/16105/11767>
3. Quinde BB, Mosquera GM, Vázquez MA. Brecha digital en Adultos Mayores: Accesibilidad Tecnológica y Redes Sociales. RICE. 2020 [acceso 30/08/2023];7(1):166-182. Disponible en: <https://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/220>
4. INEGI. Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) INEGI/IFT. 2023 [acceso 05/08/2024] Disponible en:

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/ENDUTIH/ENDUTIH_23.pdf

5. Ramírez P, Painen G, Alfaro J, Melo A, Machorro F. Motivaciones hedónicas para el uso de sitios de redes sociales por adultos mayores: un estudio exploratorio en Chile. RISTI. 2019 [acceso 05/08/2024];17:563-70. ISSN:1852-4516
6. Cárdenas O, Armijos JL, Molina JR, Portela Y. Redes sociales en aplicaciones móviles: Aspectos que dificultan el uso en adultos mayores. 3C TIC. 2020 [acceso 05/08/2022];33(2). Disponible en: https://www.3ciencias.com/wp-content/uploads/2020/06/3c_tic_ed-33_vol-9_n2.pdf#page=59
7. Hajek A, Konig HH. Social isolation and loneliness of older adults in times of the COVID-19 pandemic: Can use of online social media sites and video chats assist in mitigating social isolation and loneliness? Gerontology. 2021;67(1):121-124. DOI: <https://doi.org/10.1159/000512793>
8. Leist AK. Social media use of older adults: a mini-review. Gerontology. 2013;59(4):378-84. DOI: <https://doi.org/10.1159/000346818>
9. Serri M. Redes sociales y salud. Rev. Chil. Infectol. 2018;35(6):629-30. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0716-10182018000600629>
10. Castillo JMC, Garcia LL, Abalos E, Locsin RC. Living alone and using social media technologies: The experience of Filipino older adults during the COVID-19 pandemic. Nurs Inq. 2022;29(3):e12460. DOI: <https://doi.org/10.1111/nin.12460>
11. Carvalho GM, Santos R, Tavares SS, Cachioni M. Redes sociais e geratividade: A experiência do programa idosos On-line. ARTIGOS. 2014 [acceso 20/10/2022];19(3):793-812. Disponible en: <https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/40759/33286>
12. Kitamura ES, Faria LR, Cavalcante RB, Leite ICG. Depression and generalized anxiety disorder in older adults by the COVID-19 infodemic. Acta Paul Enferm. 2022;35:eAPE03177. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022A003177>
13. Cavalcante R, Carbogim F, Bulgarelli A, dos-Santos C, Ribeiro A, Pinto I, *et al.* Repercusiones de la infodemia asociada al COVID-19 en la salud mental de los

ancianos en Brasil. Rev. Cubana ICS. 2022 [acceso 30/08/2023];33:e1871. Disponible en: <http://acimed.sld.cu/index.php/acimed/article/view/1871>

14. Cuevas MKI, Gutiérrez VM. Realidad virtual en el cuidado del adulto mayor: análisis de concepto. Index de Enfermería. 2022 [acceso 30/08/2023];31(2):100-4 Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000200011&script=sci_arttext

15. Cueto UE. Investigación Cualitativa. Appli Sci Dent. 2020;1(3). DOI: <https://doi.org/10.22370/asd.2020.1.3.2574>

16. Ochoa J, Yunkor Y. El estudio descriptivo en la investigación científica. AJP. 2021 [acceso 04/09/2023];2(2). Disponible en: <https://201.234.119.250/index.php/AJP/article/view/224>

17. Millán T. Investigación cualitativa en el campo de la salud: un paradigma comprensivo. Rev Chil Pediatr. 2018;89(4):427-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062018005000710>

18. Campos CJG, Saidel MGB. Amostragem em investigações qualitativas: conceitos e Aplicações ao campo da saúde. Revista Pesquisa Qualitativa. 2022;10(25):404-24. DOI: <http://dx.doi.org/10.33361/RPQ.2022.v.10.n.25.545>

19. Barcellos FBJ, Ricas J, Turato ER. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas Saturation sampling in qualitative health research: theoretical contributions. Cad Saúde Pública. 2008 [acceso 21/10/2022];24 (1):17-27. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/csp/a/Zbfsr8DcW5YNWVkymVByhrN/?format=pdf&lang=pt>

20. Villarreal-Puga J, Cid G. La Aplicación de Entrevistas Semiestructuradas en Distintas Modalidades Durante el Contexto de la Pandemia. Revista Científica Hallazgos21. 2022 [acceso 20/10/2023];7(1):52-60. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8474986>

21. Souza LK. Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a Análise Temática. Arq. bras. psicol. 2019;71(2):51-67. DOI: <http://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARBP2019v71i2p.51-67>.
22. Tong A, Sainsbury P, Craig J. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. Int J Qual Health Care. 2007 [acceso 20/10/2023];19(6):349-57. Disponible en: <http://intqhc.oxfordjournals.org/content/19/6/349.long>
23. Cancio VIS, Soares TJ. Criterios y estrategias de calidad y rigor en la investigación cualitativa. Ciencia y Enfermería. 2020 [acceso 30/08/2023];2-8 Disponible en:<https://revistas.udc.cl/index.php/cienciayenfermeria/article/view/2977/3061>
24. Aguilar FSM, Chiang VMM. Factores que determinan el uso de las TIC en adultos mayores de Chile. CIDC. 2020 [acceso 30/08/2023];39(3):296-308 Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-22532020000300296&script=sci_arttext
25. Moretti FA, Scazufca M, Nakamura CA, Souza CHQ, Seward N, Araya R, *et al.* Uso de Whatsapp por ancianos deprimidos en áreas desfavorecidas socioeconómicamente en Guarulhos, São Paulo, Brasil: retos y posibilidades de la telesalud. Cad. Saúde Pública. 2022;38(12):e00093422. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311XEN093422>
26. Ali Khuhro R, Memon B, Tanzeela F. Social media use among elderly people in Latifabad Hyderabad, Pakistán. AMCAP|JESS. 2023 [acceso 30/08/2023];3(1):01-12. Disponible en: <https://amcapjess.net/index/php/jess>
27. Oliveira R, Merlin B, Fülber H. The communicability of the interaction of the elderly user with the WhatsApp Application. LNCS. 2022;13380. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-031-05028-2_21
28. Sábada Ch, Salaverría R, Bringué Sala X. Cómo enseñar a los mayores a detectar la desinformación: un experimento formativo con WhatsApp. Profesional de la Información. 2023;32(5):e320504. DOI: <https://doi.org/10.3145/epi.2023.sep.04>

29. León LMI, Martos EM, Galiana CT. Técnicas de comunicación en las personas adultas mayores ante el aislamiento social y la soledad. Revista española de comunicación en salud. 2020;11(2):268-77. DOI: <https://doi.org/10.20318/recs.2020/4870>
30. Arango MM, Sepúlveda GL, Garrido LH. Rol de las redes sociales en el desarrollo físico y mental de los adultos mayores. Correspondencias y Análisis. 2018;8:207-18. DOI: <https://doi.org/10.24265/cian.2018.n8.10>
31. Balseca N, Carrillo F.X, Merchan J.M, Moreno C.J. Influencia del Marketing, el internet y las redes sociales en adultos mayores: Una revisión de la literatura. Revista Espacios. 2019 [acceso 30/08/2023];40(14). Disponible en: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n14/a19v40n14p08.pdf>
32. Loaiza-Lima E.V, Velásquez-Benavides A.V. Tercera edad y nuevas tecnologías–Caso de estudio: Loja Ecuador. Sistemas cibernética e informática. 2020 [acceso 30/08/2023];17(2):29-34. Disponible en: <https://www.iiisci.org/journal/pdv/risci/pdfs/CA535DY20.pdf>
33. Rivoir A, Morales M, Casamayou A. Usos y percepciones de las tecnologías digitales en personas mayores. Limitaciones y beneficios para su calidad de vida. Revista Austral de Ciencias Sociales. 2019 [acceso 30/08/2023];36:295-313. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/459/45961140015/html/>
34. Saufa Yardha D, Anom E, Harahap H, Iswadi. Digital media literacy and their role at elderly live (Studies Phenomenology at Yang-Eyang School Community at Jember) IIJSS. 2023 [acceso 30/08/2023];4(1):74-88. Disponible en: <https://www.ilomata.org/index.php/ijss/article/view/641/369>
35. Fu L, Xie Y. The Effects of social media use on the health of older adults: An empirical Analysis based on 2017 Chinese general social survey. Healthcare. 2021;9(9):1143. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare9091143>
36. Juárez EB. Análisis de la cultura virtual en las redes sociales como organización digital. Revista Prisma Social. 2020 [acceso 30/08/2023];30:295-321 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7524829>

37. Alonso-González M. Desinformación y coronavirus: El origen de las *fake news* en tiempos de pandemia. RCCI. 2021 [acceso 30/08/2023];26:1-25. Disponible en: <https://www.revistaccinformacion.net/index.php/rcci/article/view/139>
38. Arellano-Rojas P, Calisto-Breiding C, Brignardello-Burgos S, Peña-Pallauta P. Alfabetización mediática e informativa de personas mayores en Chile: orientaciones basadas en sus necesidades e intereses cotidianos en contexto COVID-19. Palabra Clave (La Plata). 2022;11(2)e154. DOI: <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24215/18539912e154>
39. Custódio S, Reis M, Vidal-Barrantes F.J, Ribeiro J. Soledad, envejecimiento activo y facebook: perspectiva de las personas mayores. RTS. 2020 [acceso 30/08/2023]:113-28 Disponible en: https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/8350/1/Artigo_Soledad%2c%20envejecimiento%20activo%20y%20Facebook.pdf
40. Aguilar-Flores SM, Chiang-Vega MM. Factores que determinan el uso de las TIC en adultos mayores en Chile. Rev. Cient. 2020;39(3): 296-308. DOI: <https://doi.org/10.14483/23448350.16054>
41. Kusumota L, Diniz MAA, Ribeiro RM, Silva ILC, Figueira ALG, Rodrigues FR, *et al.* Impacto de los medios de comunicación social digitales en la percepción de soledad y aislamiento social en las personas mayores. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2022; 30:e3572. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5641.3572>
42. García-Sanjuan S, Cabañero-Martínez MJ, Juliá-Sanchis R, Escribano S, Ruiz Miralles ML, Cabrero- García J, *et al.* Creación de recursos dirigidos a combatir la soledad en ancianos durante COVID-19. Memorias del Programa de Redes-I3CE de calidad, innovación e investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2020-21. Universidad de Alicante. 2021 [acceso 30/08/2023]:1007-22. Disponible en: <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/120773>
43. Azevedo M, João Lemos L. Ancianos activos, días divertidos. Diseño de juegos para personas mayores. BID-ZCR. 2022 [acceso 30/08/2023]:124-38 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8535252>

44. Hernández FN, Pierrez MM, Martínez GBM, Morejón MA, Márquez AF, Álvarez EMC. Soledad social en ancianos hospitalizados en el servicio de Geriatría. Hospital Comandante Faustino Pérez. Rev. Med. Electrón. 2020 [acceso 30/08/2023]; 42(3) Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1684-1824202000301781&script=sci_arttext
45. Hernández-Silvera DI, Ghilardelli MA. Paisajes digitales de aprendizaje en la Universidad Huellas Vivenciales e inserción comunitaria. Rev. Panamericana de Pedagogía. 2023 [acceso 30/08/2023];35:135-51 Disponible en: <https://revistas.up.edu.mx/RPP/article/view/2727>

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no tienen conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Conceptualización: Raúl Fernando Guerrero Castañeda y María Nallely Acevedo López.

Curación de datos: Raúl Fernando Guerrero Castañeda y Cinthia Elizabeth González Soto.

Análisis formal: Raúl Fernando Guerrero Castañeda, Cinthia Elizabeth González Soto y María Nallely Acevedo López.

Supervisión: Raúl Fernando Guerrero Castañeda.

Investigación: Raúl Fernando Guerrero Castañeda, Cinthia Elizabeth González Soto, Bryan Ricardo Reyes Medina y María Nallely Acevedo López.

Metodología: Raúl Fernando Guerrero Castañeda, Cinthia Elizabeth González Soto y Bryan Ricardo Reyes Medina.

Administración del proyecto: Raúl Fernando Guerrero Castañeda.

Redacción – borrador original: Raúl Fernando Guerrero Castañeda, Cinthia Elizabeth González Soto y Bryan Ricardo Reyes Medina

Redacción – revisión y edición: Raúl Fernando Guerrero Castañeda, Cinthia Elizabeth González Soto, Bryan Ricardo Reyes Medina y María Nallely Acevedo López.