



**San Marcos**

**UNIVERSIDAD SAN MARCOS**

**LICENCIATURA EN DOCENCIA**

**PROYECTO PARA OPTAR POR EL GRADO DE LICENCIATURA**

**TEMA**

**CAPACITACIÓN MOTIVACIONAL DIRIGIDA A PROMOVER EL USO Y MANEJO DE LAS TECNOLOGÍAS PARA LA POBLACIÓN ADULTA MAYOR DE LA ZONA DE LA UNIÓN DE TRES RÍOS DURANTE EL TERCER CUATRIMESTRE DEL 2022**

**ELABORADO POR**

**CALDERÓN VALLE, YOINER  
CÉDULA: 113510938**

**CORRALES SOLANO, MARÍA AUXILIADORA  
CÉDULA: 304340707**



**ENERO, 2022**

**#1 EN EDUCACIÓN  
VIRTUAL**



**APRENDIZAJE  
AUMENTADO**

## Tabla de contenido

<b><i>Dedicatoria</i></b> .....	<b><i>i</i></b>
<b><i>Agradecimientos</i></b> .....	<b><i>ii</i></b>
<b><i>Capítulo I. Introducción</i></b> .....	<b><i>1</i></b>
<b><i>Planteamiento del Problema</i></b> .....	<b><i>3</i></b>
<b><i>Objetivo General</i></b> .....	<b><i>5</i></b>
Objetivos Específicos .....	<b><i>5</i></b>
<b><i>Justificación</i></b> .....	<b><i>6</i></b>
<b><i>Antecedentes</i></b> .....	<b><i>7</i></b>
Antecedentes Nacionales:.....	<b><i>7</i></b>
Antecedentes Internacionales:.....	<b><i>11</i></b>
Alcances:.....	<b><i>18</i></b>
Limitaciones: .....	<b><i>18</i></b>
<b><i>Capítulo II. Marco Teórico</i></b> .....	<b><i>23</i></b>
Reseña histórica .....	<b><i>23</i></b>
Ubicación: .....	<b><i>23</i></b>
Geografía: .....	<b><i>23</i></b>
Localidades: .....	<b><i>24</i></b>
Misión.....	<b><i>27</i></b>
Visión.....	<b><i>27</i></b>
Valores.....	<b><i>28</i></b>
<b><i>Capítulo III. Marco Metodológico</i></b> .....	<b><i>30</i></b>
<b>Tipo de Investigación</b> .....	<b><i>30</i></b>
Diseño (Estudio).....	<b><i>30</i></b>
Población en estudio .....	<b><i>32</i></b>
Población.....	<b><i>32</i></b>
<b>Participantes del estudio</b> .....	<b><i>33</i></b>
Criterios de inclusión .....	<b><i>33</i></b>
Criterios de exclusión .....	<b><i>35</i></b>
<b>Categorías de análisis- variables</b> .....	<b><i>35</i></b>
<b>Técnicas de Investigación</b> .....	<b><i>36</i></b>
<b>Procedimiento de recolección y análisis de datos</b> .....	<b><i>36</i></b>
Fases de recolección de datos .....	<b><i>38</i></b>
<b><i>Capítulo IV: Análisis e interpretación de datos</i></b> .....	<b><i>40</i></b>

Presentación .....	40
Hallazgos .....	53
<b>Capítulo V. Conclusiones y recomendaciones .....</b>	<b>54</b>
Conclusiones .....	54
Recomendaciones .....	56
<b>Capítulo VI. Propuesta .....</b>	<b>57</b>
<b>Propuesta .....</b>	<b>58</b>
Justificación.....	59
I.    Objetivos.....	60
Objetivos Generales .....	60
Objetivos Específicos .....	60
II.   Metodología.....	61
<b>Referencias Bibliográficas.....</b>	<b>70</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>72</b>
Anexo 1. Cuestionario.....	73
Anexo 2. Encuesta de satisfacción .....	78

## **Dedicatoria**

Lleno de alegría, satisfacción y orgullo, dedico este proyecto a mi amado padre, Exequiel Calderón Calderón ya que siempre fuiste el ejemplo a seguir en mi vida.

Fuiste la razón principal para desarrollar este proyecto para culminar mis estudios.

Es para mí un honor dedicarte este proyecto que, con mucho esfuerzo y empeño he realizado.

Aunque no estes conmigo, tengo la certeza y la convicción que desde el cielo te encuentras orgulloso de tu hijo.

**Yoiners Esteban Calderón Valle**

## **Agradecimientos**

Primeramente, agradezco infinitamente a Dios por haberme permitido finalizar mis estudios universitarios, porque siempre ha estado conmigo en cada paso que he dado, dándome fortaleza para continuar y por permitirme cumplir una meta más en mi vida.

A mi familia, esposa Karol Vargas Díaz por darme el apoyo incondicional e hijos por ser el motor que me impulsa a seguir adelante en cada paso de mi vida. A mis padres, porque todo lo que soy se lo debo a ellos y a toda mi familia que es una bendición para mi vida.

A mis profesores que de una u otra forma me ayudaron a formar y culminar este proceso de estudio.

A mi compañera María Auxiliadora Corrales por ser un equipo de trabajo excepcional.

**Yoiners Esteban Calderón Valle**

## **Capítulo I. Introducción**

A continuación, se realizará un proyecto de investigación denominado Capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022 el cual se centrará propiamente en ese tipo de población para mayor aprovechamiento de los recursos creados.

Este tema es de gran importancia debido a que en la actualidad la tecnología viene a formar parte del día a día de cada persona y es necesario que se incluyan a las generaciones de adultos mayores quienes en cuya juventud no contaron con muchas de estas tecnologías además de que estas vienen a facilitarles la vida en muchos trámites habituales.

Este proyecto va dirigido a la población adulta mayor del cantón de Tres Ríos quienes se eligieron mediante un muestreo para delimitar la cantidad de participantes que gozarán de la capacitación tecnológica a modo de inclusión también porque ellos tienen derecho a saber utilizar estos recursos tecnológicos actuales.

El objetivo de este proyecto es el de alfabetizar mediante una capacitación a población adulta mayor para que con esto, puedan manipular los aparatos tecnológicos como el celular y la computadora e incluso utilizar el internet para tramites cotidianos como el pago de facturas de impuestos entre otras

cosas que comúnmente se hacía de manera presencial en las sucursales recaudadoras.

El actual proyecto se estructura en cinco partes las cuales llevan por nombre: capítulo 1 en el que se habla de la introducción del mismo y datos relevantes como los objetivos, justificación y antecedentes del problema a abordar: el siguiente es el capítulo 2 donde se aborda en Marco teórico en el que se habla de las características de la población a abarcar, historia del tema entre otros.

En el capítulo 3 se habla del Marco metodológico donde se comenta la manera en la que se desarrollará el proyecto según maneras de abarcar el tema y recolectar la información necesaria para la investigación además de las variables y análisis de estas; capítulo 4 aborda el análisis e interpretación de los datos que se recolectaron durante la investigación para evidenciar los hallazgos y por último el capítulo 5 en el que se anotan las conclusiones y recomendaciones sobre el tema y método que me utilizó para abarcar la problemática ya sea que haya sido positiva o negativa la manera propuesta de desarrollar el proyecto.

## Planteamiento del Problema

Con la llegada de la tecnología a la época moderna, los avances tecnológicos, constituyen un pilar indispensable en la globalización. Es por ello, que la conectividad en Internet se encuentra inmersa en nuestra vida diariamente. Vemos algo normal estar conectados mediante dispositivos inteligentes (Smartphones, Computadoras, Laptops, Tablets).

Este proceso trae consigo cambios socioculturales y económicos que se producen de forma acelerada y por ende tienen gran influencia en la forma en que las personas se desarrollan. Las nuevas generaciones ven con total normalidad cuando se habla de tecnología, esto se ejemplifica en cuanto a la manipulación del celular en jóvenes y en su constante uso en video llamadas, chats y redes sociales, a lo que se puede deducir que comprenden con facilidad el mundo digital.

Hay una perspectiva que en muchas ocasiones no se considera y es que los adultos mayores no comprenden y se les dificulta el tratar con la tecnología.

¿Cómo repercuten las nuevas tecnologías en el desarrollo y las conductas de las personas adultas mayores?

Con base a lo expuesto anteriormente, es indispensable poder abordar este tema y poder realizar un taller que permita poder capacitar a la población adulta mayor en cuanto al manejo de las tecnologías más comunes como lo es el celular, ya que mediante dicho dispositivo se pueden realizar múltiples acciones que antes no eran posibles, como video llamadas, chats, transferencias entre otras, desde el punto de vista de una persona adulta mayor este cambio se puede complicar o no entenderse en su totalidad.

De acuerdo al artículo N° 127 realizado por La Comisión Económica para América Latina (CEPAL), nos confirma que existe una gran brecha tecnológica entre los países, y auspician un incremento en países de América Latina el uso de Internet, no obstante, las personas mayores de 60 años sus niveles siguen siendo bajos.

¿Es posible que el adulto mayor pueda conocer un mundo digital?

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, se formulan las siguientes interrogantes de investigación:

¿Cuáles son los beneficios de uso de las TIC entre las personas mayores?

¿Se puede lograr una mejor calidad de vida mediante el uso de estas?,

¿Qué tipos de capacitación o taller de acercamiento se puede ofrecer?

## **Objetivo General**

Elaborar un plan de capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022.

## **Objetivos Específicos**

1. Determinar las necesidades que presentan la población adulta mayor en el desarrollo de actividades cotidianas mediante el manejo de nuevas tecnologías.
2. Identificar cuáles son los problemas más comunes del adulto mayor que interfieren con el aprendizaje del uso de las tecnologías.
3. Propiciar una capacitación que permita la inclusión de las tecnologías para que los adultos mayores tomen conciencia de las opciones y posibilidades de realización como integrante de la sociedad.

## Justificación

Cada año, las tecnologías buscan innovar e involucrar a las personas en una sociedad en donde la conectividad a Internet es cada vez más accesible, tanto en adquirir dispositivos electrónicos, así como el acceso a la red, sea este para uso personal, laboral o educativo.

Hay un punto importante que debido a la vida acelerada que se lleva en tiempos actuales, agregado a la situación salud a nivel mundial por la pandemia trajo consigo grandes retos que como sociedad se debe de superar y al cual la población adulta mayor debe de integrarse.

Estas experiencias están haciendo que dejemos de valorar lo importante que es la ciudadanía mayor y a nivel cultural se tiene un mal concepto de que las personas adultas mayores no cuentan con la suficiente capacidad cognitiva o habilidades motoras que permitan un buen desempeño tecnológico.

En Costa Rica se presenta una brecha tecnológica que separa a las personas que tienen acceso a las tecnologías digitales y aquellos que no lo tienen, está asociada a 5 factores básicos: condición de ingresos, nivel educativo, condición de género, edad y contexto geográfico. (Informe PROSIC 2006).

En este contexto los adultos mayores no se encuentran exento de no contar con este tipo de accesos que puedan mejorar su calidad de vida.

## Antecedentes

### Antecedentes Nacionales:

La población de Costa Rica se ha modificado en las últimas décadas como resultado de una serie de cambios demográficos. Según el censo del año 1973, el porcentaje de adultos mayores era de 3.5%, lo que equivalía a 6.551 personas; para el año 2000 dicho contingente representó el 5.3% de la población, y en el 2007 aumentó a 6.1 por ciento.

Nuestra población envejece. Por primera vez coexisten en Costa Rica cuatro grupos generacionales, con una esperanza de vida al nacer cercana a los 80 años, y un peso cada vez mayor del grupo de los llamados adultos mayores, que cobra importancia en todos los aspectos: económico, social y cultural, contribuyendo con su amplia experiencia en el desarrollo de todas las áreas importantes del país.

Según la Encuesta Nacional de Hogares en el 2009 había en Costa Rica 330.723 personas adultas mayores, lo que representa un 7.16% del total de la población, de ellos, el 54.1% son mujeres. Según grupos de edad una de cada 3 personas mayores está entre los 65 y 69 años, mientras que uno de cada cinco es mayor de 80 años.

Una característica importante en una población es la esperanza de vida a los 65 años, esto es, los años que en promedio le quedan por vivir a una persona de 65 años, a partir de ese año. El gráfico 10.1 muestra la variación de este indicador para el total del país, de 1950 al 2008. En 1950 una mujer de 65 años tenía una esperanza de vida de 15 años y un

hombre de 14.4. Estos promedios han pasado de 20.9 a 19.5 respectivamente. Una importante ganancia de casi 6 años para mujeres y 5 para el sexo masculino.

En el año 2008 la Universidad de Costa Rica y el Consejo Nacional para la Persona Adulta Mayor (CONAPAN) publicaron el I Informe Estado de Situación de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica, en el que se consignan aspectos relevantes sobre este grupo de población, los cuales obligan la atención sobre el presente de este grupo y la realidad que enfrentarán las futuras generaciones de personas mayores. De seguido se anotan algunos datos sociodemográficos.

Una de las características del proceso de envejecimiento es que las generaciones se hacen cada vez más grandes, pero el número de hijos que tienen las mujeres desciende, en consecuencia, las familias son más pequeñas. Las mujeres de 65 años y más en el 2000 tenían aproximadamente dos hijos más que las mujeres menores de 45 pero mayores de 35. Las proyecciones señalan que en el país aumentará el número de personas que cada año cumplan 65 años. En consecuencia, en el 2025 habrá aproximadamente 600 mil personas adultas mayores y en el 2050 pasarán del millón 200 mil.

Las personas mayores tienen más peso entre la población femenina, lo cual se explica porque la esperanza de vida de las mujeres es superior, ellas tienden a vivir 5 años más que los hombres, esta condición también aumenta la incidencia de viudez en las mujeres.

La distribución geográfica de este grupo es interesante, la mayoría se concentra en la Región Central del país, donde las condiciones de vida históricamente han sido mejores, así como en pocos cantones. En efecto cerca de dos tercios de la población de 65 años y más vive en la Región Central y la mitad vive en la zona urbana de esta región. Cuatro cantones: San José, Alajuela, Desamparados y Cartago, concentran alrededor del 25%. También existe concentración en unos pocos cantones. La mitad de los adultos mayores del país reside en tan solo quince cantones. Limón es la provincia con menor cantidad de esta población. De acuerdo con la misma fuente, en 19 de cada 100 hogares del país vive una persona adulta mayor.

La escolaridad de nuestros adultos mayores es menor a la del resto de la población. Las condiciones del país antes de 1950 cuando ellos eran jóvenes eran muy diferentes a las actuales, el acceso a la educación era muy limitado.

### **¿Por qué es importante que el adulto mayor esté conectado?**

Según la representante de Telefónica para Costa Rica, estos son algunos de los beneficios que trae el uso de la tecnología al adulto mayor:

1. Promueve la sensación de **compañía**: El estar en contacto con familiares y amigos, les permite sentirse acompañados y escuchados, sobre todo en esta época que es importante que permanezcan en casa. Los dispositivos móviles son la mejor herramienta para acortar distancias y actualmente existen diversas herramientas, con distintos niveles de complejidad, que les permiten comunicarse y así evitar sentimientos de tristeza o abandono.

2. Fortalece la **independencia**: El tener acceso a buscar información de manera rápida y actualizada les permite sentirse autosuficientes.
3. Permiten llevar un **control médico**: Hay aplicaciones que cuentan con métodos de organización y avisos ante la toma de medicamentos o en situaciones de peligro.
4. Aumentan la **actividad física**: Pueden tener acceso a videos e imágenes con indicaciones para hacer ejercicios o rutinas de estiramiento para mantenerse activos.
5. El **entretenimiento** es importante: Juegos, música, aplicaciones de streaming con películas o series, les permitirán pasar el tiempo y estimular la relajación.

En el ámbito nacional, existen propuestas educativas que se esfuerzan por incluir a la población adulta mayor dentro de los contextos tecnológicos y sociales. Por ejemplo, algunas de las iniciativas por parte del Gobierno de Costa Rica se relacionan con los programas desarrollados por el Ministerio de Ciencia, Tecnología y Telecomunicaciones (MICIT, 2014), el cual desarrolló una iniciativa denominada Alfabetización digital, en donde se capacitó a personas adultas mayores cuyas edades iban desde los 65 hasta los 91 años.

Esta iniciativa se dio en conjunto con los denominados Centros Comunitarios Inteligentes (CECI) los cuales se mantienen en funcionamiento desde el año 2008. Estos centros permiten las capacitaciones tecnológicas para personas mayores de formas gratuitas, los cuales optan por cursos referidos a Office e Internet.

Por otro lado, la iniciativa denominada Huellas de oro del Ministerio de Cultura y Juventud (2013) es un programa integrado al Sistema Nacional de Bibliotecas (Sinabi), el cual

ofrece cursos gratuitos sobre alfabetización informática en las diferentes bibliotecas de las comunidades costarricenses.

Sin embargo, actualmente no existe un programa nacional que controle, regule, mida y reestructure los contenidos gerontológicos que se le ofrecen en cursos o talleres dirigidos a esta población.

El modelo educativo existente no corresponde al área de aprendizaje de la gerontología, por lo que debe ser modificado a la brevedad con base en principios propios de la educación de adultos mayores, pues aunque existen esfuerzos por mediar entre las personas adultas mayores y las tecnologías que se utilizan para la comunicación y facilitar el diario vivir, se continua con una gran deficiencia que no permite que esta población se acerque más a lo que se espera de ésta.

### **Antecedentes Internacionales:**

Una mirada global sobre el abordaje de la inclusión del adulto mayor en el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación La inclusión de los adultos mayores en el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación es un tema que esta sienta investigado recientemente por lo que hay pocos artículos o libros que documente los procesos de investigación en este tema. Entre tanto se parte del 2001 con el estudio de Villar con su artículo "las personas mayores y TIC" en este se establece las nuevas características de las personas mayores al estar en una época de desarrollo tecnológico, al igual hace una reflexión sobre lo difícil que ha sido articular los componentes digitales con las personas

mayores, además de una indagación del acceso que estos tienen a las Tecnologías de la Información y la Comunicación por lo que establece que en la actualidad se han generado "portales y comunidades virtuales" (p.54) para facilitar el acceso de las TIC a las personas mayores. Para el 2004 la Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura publica el libro "las tecnologías de la información y la comunicación en la formación docente" en este documento se habla en primera instancia sobre los procesos de gestión del conocimiento abordando diferentes teorías de aprendizaje como lo son la de Piaget, Bruner, entre otras, al igual da una orientación en la formación de los docentes que brindaran conocimientos en TIC al estudiantado en cuanto a "la planificación y desarrollo de plan de estudios" (p.60), construyendo así conocimientos entorno a estrategias de enseñanza de la TIC.

Por otra parte en el 2006, Boarini, Cerda y Rocha con su artículo "La educación de los adultos mayores en TIC Nuevas competencias para la sociedad de hoy" pretenden mostrar una propuesta de educación destinada a enseñar a las personas mayores el uso básico de las TIC, la cual fue planeada y diseñada teniendo en cuenta las características socioculturales de los beneficiarios, sin embargo los autores dividen el desarrollo del artículo en tres partes en la primera se hace una fase descriptiva de la dinámica demográfica de las personas mayores en argentina, en segundo lugar se realiza una reflexión en torno a lo importante que debe ser en la actualidad que el adulto mayor tenga conocimiento en TIC y finalmente se

explica la propuesta diseñada la cual gira en torno al desarrollo de "talleres de computación" (p.7).

En el 2007, Frávega, Camino, Domínguez y Bernal con su artículo "adultos mayores y nuevas tecnologías: la superación de una brecha tecnológica" hacen una reflexión en torno a la enseñanza de las TIC a los adultos mayores en argentina reconociendo que el "proceso de interaprendizaje" (p.6) en donde estudiantes de universidades cumplen un papel activo en la enseñanza de conocimientos básicos de la TIC a las personas mayores. Ya para el 2014 Hernández y Hernández en su documento "El uso de las TIC en la población mayor" parten hablando sobre los nativos digitales y lo difícil que ha sido para la población adulta mayor adaptarse a el uso de las TIC, al igual se establece la necesidad de enseñar las TIC a través de "aprendizajes significativos" (p.17) para lograr que los sujetos se apropien más fácilmente de los conocimientos en este tema.

De igual modo en el 2015 Trujillo con su artículo "Impacto de las TIC en la Educación de los adultos mayores en Flandes" muestran los resultados de su investigación, realizada en el año 2014, en donde se hizo un proceso de caracterización de la población para reconocer la manera en cómo actúan los adultos mayores frente al uso de las TIC en su cotidianidad, para lo cual se hizo un proceso de alfabetización digital con ayuda de la alcaldía de Flandes - Tolima en Colombia, para el desarrollo de su investigación se tomó una muestra total de 150 personas, este estudio llevo a la identificación de la perspectiva de los adultos mayores frente al uso de las TIC.

Finalmente en el 2016 Izquierdo publica un artículo titulado "Las TIC y la tercera edad", recopilando las políticas que se crearon en Valencia para la enseñanza de las TIC a adultos mayores, al igual se hace un reconocimiento de la tecnología que específicamente es utilizada por este tipo de población haciendo una propuesta de enseñanza de las TIC centrada en las redes sociales como "el uso de Facebook, Correo electrónico, utilización de buscadores" (p.35) , lo cual representa una innovadora propuesta enfocando la enseñanza de las TIC no solo al uso de ordenadores, sino también al manejo de redes sociales.

En general se puede notar como a lo largo del tiempo se han venido haciendo investigaciones propiamente en sectores cerrados, para así identificar la propia dinámica de enseñanza de las TIC a la población mayor, que cuenta con unas características sociodemográficas específicas, sirviendo como estudios base para que otras comunidades e instituciones comiencen a realizar la inclusión del adulto mayor en el uso de las TIC.

El adulto mayor y su Inclusión en el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en Colombia La población adulto mayor son personas que se encuentran dentro del ciclo vital de Vejez la cual es la última etapa del ser humano cuya edad oscila entre los 60 a 74 años según el rango de la Organización Mundial de la Salud (2015), población que en la actualidad está siendo de gran relevancia pues se ha visto que los sujetos que la conforman tienen predisposición a condiciones vulnerables debido a que en este ciclo el sujeto se enfrenta a diferentes fases que son difíciles de abordar emocionalmente, esto es expuesto por Estrada (1985) quien

establece que se desarrolla el desprendimiento, la separación de los hijos, el reencuentro, desmejoras en la salud, jubilación, entre otras; por lo que las diferentes entidades estatales en Colombia se han puesto en la tarea de desarrollar programas para promover el bienestar de estas comunidades y los derechos a los que estos son beneficiarios.

Tomado como referente lo anterior, es necesario tener en cuenta que en Colombia se ha creado la ley 1251 de 2008 en la que se establece los derechos de las personas mayores, al igual se estipulan algunos lineamientos para promover, proteger y restablecer los mismos a través de planes y programas por parte de los actores que conforman la ciudadanía como lo es la familia, la sociedad y el estado; también se crea la ley 1850 de 2017 por medio de la cual se establecen medidas para la protección de la población adulto mayor en Colombia y se penaliza el abandono.

### **¿Por qué aprender el uso de la computadora e Internet en la tercera edad?**

Al igual que en otros sectores de la población, la computadora es una herramienta que les ofrece a los adultos mayores enormes beneficios como medio de interacción social y cultural, entretenimiento, actividad laboral y formación, entre otros. Hay evidencias de que existe un efecto negativo del empleo de computadoras y de Internet en el bienestar psicológico de niños, adolescentes y adultos jóvenes que contradicen los beneficios que proporcionan a los adultos mayores. Basta mencionar que con estas herramientas no importa el espacio físico ni el tiempo, por lo que el adulto mayor se puede relacionar, informarse, comprar, vender, realizar

trámites y llevar a cabo otras actividades a pesar de tener algún tipo de incapacidad que le impida el movimiento.

Con la computadora, tampoco son problemas la distancia, los horarios, los cambios climáticos ni otros inconvenientes que son resultado de su edad.

Estas tecnologías permiten a los ancianos aumentar y mejorar su desarrollo individual y social, así como optimizar su calidad de vida desde los puntos de vista técnico, económico, político y cultural. Mente sana en cuerpo sano, y por lo tanto las actividades intelectuales apoyan y aumentan la autonomía en la edad avanzada, por lo que se consideran un factor protector contra una vejez decadente. Las aplicaciones de Internet, como el correo electrónico y el acceso en línea a recursos de información, les proporcionan ventajas particulares, pues el dominio de estas habilidades aumenta su nivel de autoestima.

En la actualidad, es en Internet donde hay más información a disposición de los usuarios; basta dar un clic para que aparezcan cientos de archivos, bibliotecas o bases de datos de diversos temas, lo que permite que el adulto mayor se mantenga informado, actualizado y forme parte de una sociedad en constante evolución sin sentirse marginado.

Uno de los mayores beneficios que los usos de la computadora proporciona al adulto mayor es que lo ayuda a superar el miedo a la soledad y al aislamiento de sus familiares. En el ciberespacio aumenta su posibilidad de interactuar y su autonomía personal y social. Por estas razones, en Internet se han creado espacios especiales para

este grupo de edad con la finalidad de desarrollar las relaciones interpersonales y el contacto con su entorno. También fomenta las relaciones intergeneracionales, pues el anciano descubre intereses comunes con sus familiares más jóvenes, permitiéndole pasar con ellos muchos ratos agradables. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005).

**Alcances:**

Las razones por las que los adultos mayores aprenden el uso de la computadora son diversas, como adquirir nuevos conocimientos y elevar la autoestima; otras responden a necesidades más concretas, como prepararse para ayudar a sus hijos o nietos en sus estudios, conseguir un nuevo empleo o mantenerse en el actual. Una vez que dominan una computadora, la utilizan como herramienta de cálculo, escritura, comunicación, información de interés, aprendizaje continuo, entretenimiento. Además, a menudo visitan sitios de charla para encontrar nuevos amigos o intercambiar información sobre sus pasatiempos.

**Limitaciones:**

Mientras experimentan la disminución de sus relaciones sociales y la pérdida de movilidad física durante el envejecimiento, muchos ancianos sienten que son incapaces de aprender a usar las computadoras y la Internet. Como nunca han estado expuestos a estas nuevas tecnologías, ni idea tienen que les ayudarán en la ampliación de su red social. A veces creen que su uso nada les aportará de novedoso a sus rutinas; por ejemplo, piensan que no hay quien reciba sus correos electrónicos o no saben a quién preguntar sobre cuestiones técnicas. Otra de las desventajas del uso de las TIC es que aún son económicamente inaccesibles para este grupo de edad debido a sus escasos ingresos, pues en muchos casos dependen de las pensiones de jubilación o de aportaciones que les dan sus familiares. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005).

Los adultos mayores también afrontan numerosas restricciones físicas y mentales, algunas de ellas relacionadas con la edad, como la disminución de la capacidad visual, la pérdida de la memoria de corto plazo o el número creciente de enfermedades crónico-degenerativas, como la artritis. Estos padecimientos propios de la edad plantean todavía más obstáculos a vencer en el proceso de aprender y dominar las TIC. Aunado a esto, con frecuencia experimentan niveles más altos de ansiedad y tienen actitudes menos favorables que la gente más joven debido a sus niveles más altos de ácidos sin grasas, indicadores de la respuesta metabólica del cuerpo humano al estrés.

Algunas actividades con los dispositivos de entrada como el ratón causan dificultades a los adultos mayores, como las simples acciones de arrastrarlo, hacer clic o doble clic o mover objetos. El diseño poco amigable de las pantallas, los programas o las páginas de Internet, así como el tamaño pequeño de la fuente, el uso de menús desplegados o un fondo pobre en color los confunde o frustra. Incluso hay impedimentos culturales lingüísticos relacionados con la terminología de las computadoras. Como se aprecia, todos estos obstáculos se centran en la accesibilidad estructural y limitan a numerosos ancianos en el manejo de las computadoras y la Internet.

### **A pesar de todo...**

... hay solución. Muchas de las inconveniencias, restricciones, molestias o discapacidades no son impedimentos para usar la computadora o la Internet. Existen en la actualidad diversas maneras de resolverlos gracias a que la tecnología se ha vuelto más amigable, flexible y fácil de operar. Para su manipulación, lo único que se exige a los

usuarios novatos, incluidas las personas de la tercera edad, son conocimientos técnicos básicos. Un ejemplo son los recursos de accesibilidad incluidos en el sistema operativo Windows, uno de los más utilizados en el mundo. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005).

Mediante estos recursos se puede mejorar la accesibilidad para usuarios con discapacidades leves, ya sea motoras, auditivas o visuales, sin necesidad de software o hardware adicionales. Con sólo agregar una interfaz especial de entrada y salida a la computadora, quienes padecen deficiencia motora diseñan y escriben cartas o informes de acuerdo con las características de su problema. Así, una persona tetrapléjica se comunica con la computadora a través del lenguaje, con los movimientos de su cabeza y usando un casco especial; de igual forma puede emplear el ratón.

La salida de información en la computadora es la mayor dificultad que enfrentan las personas con deficiencia visual. Para solucionar este problema hay mecanismos que conectan sistemas alternativos al monitor y permiten así la sustitución de imágenes por sonidos, o una línea en la modalidad Braille (táctil, de forma que se compruebe lo que se escribe). Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005).

Las impresoras Braille hacen posible que la persona con déficit visual verifique tanto lo que captura en la computadora como el resultado de su trabajo. Alguien con discapacidad auditiva usa la computadora tan bien o tan mal como cualquier otra persona, pues el elemento más utilizado para recibir la información es la pantalla, y por tanto no necesita

adaptaciones especiales. Las personas mayores trabajan con ella sin problemas; en caso de recibir mensajes sonoros, se sustituyen con señales visuales.

Con relación al aspecto económico, no es necesario comprar una computadora para ser usuario, pues en la actualidad hay diversas opciones, como los negocios de Internet o las instituciones que ofrecen este servicio gratuitamente a los adultos mayores; ejemplo de esto en México es el Instituto Nacional para el Adulto Mayor (INAPAM). En fin, la definición de usuarios adultos mayores de las TIC, así como la interpretación de sus necesidades y demandas, están caracterizadas por prejuicios, métodos insuficientes y reflexiones mal desarrolladas sobre las perspectivas del envejecimiento y de la tecnología. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005).

Entre otras creencias, existe la idea de que los adultos mayores tienen dificultad para manejar este tipo de herramientas o genera en ellos adicción. No obstante, también se espera que pronto haya resultados positivos y el panorama cambie, ya que hay un gran interés entre los productores, investigadores, diseñadores, proveedores y otros actores involucrados sobre el uso de la tecnología para el adulto mayor. Dos factores claves para ello son la necesidad de cooperación entre diferentes actores y la adopción de enfoques multidisciplinarios en la investigación sobre el envejecimiento y la tecnología.

El uso creciente de las computadoras y de la Internet ha transformado profundamente las vidas de los adultos mayores en cuanto a su salud y posibilidades de entretenimiento, entre

otras cosas. El conocimiento de la informática no sólo compensa la disminución de las capacidades físicas y mentales relacionadas con la edad, también desempeña un papel importante en la prolongación de la vida independiente y el mejoramiento de la calidad de vida.

## Capítulo II. Marco Teórico

### Reseña histórica

En la época precolombina el territorio que actualmente corresponde al cantón de La Unión, estuvo habitado por indígenas del llamado reino Huetar Norte, que fueron dominios del cacique El Guarco. A inicios de la conquista el cacique principal de la región era Correque, hijo de El Guarco.

En el siglo XVIII algunos curas doctrineros procedentes de la ciudad Espíritu Santo de Esparza, que venían acompañados de indígenas de Salamanca, se dirigían a la ciudad de Cartago. En su paso se establecieron en el valle de los Tres Ríos, como se le llamaba en esa época al lugar. Lo hallaron tan de su agrado, que se establecieron allí, dando así origen a una población más estable.

Construyeron una pequeña ermita que se le dedicó a la Virgen del Pilar, cuya imagen había sido regalada por Monseñor Heredia, por lo que al incipiente poblado se le denominó pueblo de Nuestra Señora del Pilar de los Tres Ríos, o simplemente pueblo del Pilar. A los habitantes de Tres Ríos se les conoce como: "Pilaricos". (Censos, 2011.)

### Ubicación:

Está localizado aproximadamente a 12 km al este de San José y a 11 km al oeste de Cartago. (Declara oficial para efectos administrativos, la aprobación de la División Territorial, 2020.

### Geografía:

Tres Ríos cuenta con un área de 2,19 km<sup>2</sup> y una altitud media de 1345 m s. n. m. (División Territorial Administrativa de la República de Costa Rica. 2017).

## **Demografía:**

Para el año 2022, Tres Ríos cuenta con una población estimada de 9298 habitantes, y para el último censo efectuado, en 2011, Tres Ríos contaba con una población de 9331 habitantes. (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2011)

A partir del año 2000, Tres Ríos ha sufrido una seria transformación urbana como extensión del crecimiento de San José como capital del país y su excesiva urbanización de Escazú y Santa Ana al oeste, generando un desequilibrio hacia el este y por lo tanto una gran demanda de servicios para los nuevos proyectos habitacionales de diferentes niveles económicos, así que en los últimos años se ha producido una explosión de obras como centros comerciales, hoteles, ofiencentros y todo tipo de servicios urbanos. (División Territorial Administrativa de la República de Costa Rica.2017.

Ejemplo de la pujanza urbanística es que Terra Campus, un nuevo ofiencentro en régimen de zona franca, ha incluido en su Plaza Central una obra del conocido escultor y arquitecto Ibo Bonilla llamada "Espiral del éxito", conjunto de tres esculturas en acero, basadas en los antiguos conceptos Flor de la Vida, la Geometría Sagrada; "la semilla de la vida", "la flor de la vida" y "el fruto de la vida". Con sus 18 metros es la más alta de Costa Rica. (González A,2012).

## **Localidades:**

- Barrios: Antigua, Villas.

### Desarrollo económico:

Su sector principal pertenece a la agricultura tradicional con plantaciones de banano, piña, frijol, frutas, coco. También la ganadería de leche, carne y pesca.

Desarrollo social:

#### Cultura

El escudo de La Unión, fue declarado oficial el día 5 de septiembre de 1975 por convenio entre el gobierno de España y el IFAM (Instituto de Fomento y Asesoría Municipal) se acordó dotar a todos los cantones del país de su escudo, llevando a cabo un concurso de participación ciudadana con algunas reservas de los propulsores del proyecto, España. De manera que esto último no viene a dar en alguna medida la razón en la similitud de la mayoría de ellos, especialmente en la corona que simboliza el legado de la corona. (ECURED, 2010).

La bandera fue declarada oficial el día 7 de diciembre de 1993. Mediante libre concurso de participación ciudadana que realizó la municipalidad, se logró la definición y aprobación de este importante símbolo. Su proponente fue Diego Armando González Miranda, para esa época, un niño de 9 años y estudiante de la «Escuela Central de Tres Ríos», y está compuesta de tres colores: Verde, Rojo y Blanco, además se agrega un círculo en la unión de sus colores, que dentro de él representa mediante una estrella, cada uno de los 8 distritos de nuestro territorio y el escudo oficial del cantón. (ECURED, 2010).

#### Educación

En 1877, se estableció una escuela de primeras letras financiada por la Municipalidad que en un principio se separó formando dos unidades, una para varones llamada «Escuela Juan de Dios Céspedes» y otra para niñas denominada «Escuela Adela Rivas de Fonseca»; luego ambas escuelas se unieron para formar la "Escuela Central de Tres Ríos".

El edificio actual fue construido en 1942, en la administración de don Rafael Ángel Calderón Guardia. En 1967,

en el gobierno de don José Joaquín Trejos Fernández, inició actividades docentes el colegio con el nombre de «Liceo La Unión»; en 1971 se cambió la denominación por «Liceo Mario Quirós Sasso». (ECURED, 2010).

#### Patrimonio

En 1751 la primera ermita quedó concluida por Fray Antonio Murga; en 1760 se convierte en Ayuda de Parroquia. El terremoto de 1841 destruyó la iglesia. En 1855 se concluyó la construcción de un nuevo templo. En el episcopado de Monseñor don Joaquín Anselmo Llorente y Lafuente, primer Obispo de Costa Rica en el año de 1869, se erigió la Parroquia, dedicada a "Nuestra Señora del Pilar"; la cual actualmente es sufragánea de la Arquidiócesis de San José, de la provincia Eclesiástica de Costa Rica. (ECURED, 2010).

**Misión**

Contribuir a la formación de mejores ciudadanos, promoviendo un ambiente académico orientado al rescate de valores y principios propios de la esencia del ser humano, con estímulos culturales, sociales y tecnológicos cuyo fin es propiciar la inserción exitosa de los y las personas adultas mayores y por consiguiente, brindarles los insumos necesarios que le ayuden a mejorar su calidad de vida.

**Visión**

Ofrecer a la comunidad adulta mayor la integración e inclusión en la era tecnológica, para buscar mejorar sus actividades cotidianas, a través del uso adecuado de dispositivos en la actualidad y propiciar un ambiente igualitario de oportunidades en donde se concilien los intereses personales y sociales en procura del desarrollo íntegro de la comunidad.

## Valores

Los valores son principios que orientan el accionar actitudinal de toda población comunitaria. Es por ello que la práctica de valores identifica como tal, como lo expone, Cortina (2009, p.173), es "cuidar de lo bello, de aquello que nos atrae, aunque no sea útil, supone cultivar el sentimiento de amar algo por sí mismo". Dicho lo anterior, nos da orientación al sentido de identidad de cada persona en donde los valores marcan pautas para el enriquecimiento individual y social como integrante de una comunidad.

La práctica de los valores, será capaz de convertir una comunidad, la que está conformada por sujetos capaces de comunicación, es decir, capaz de llevar adelante la vida juntos, lo que significa la capacidad de decidir conjuntamente las normas que favorecerán el respeto mutuo... la capacidad de cumplir deberes y asumir responsabilidades, reclamar derechos, emprender proyectos comunes a través de la deliberación, la negociación y el compromiso (Cortina, 2009, p.187).

De acuerdo a los valores que caracterizan a la comunidad y con base a lo indicado por la Municipalidad de La Unión se pueden mencionar los valores que demuestran un hecho importante en el desarrollo de la investigación en los siguientes puntos:

- Trabajo en equipo:  
En dicho valor se caracterizan el sentimiento de trabajo colaborativo en función de la comunidad y para un bien que pueda beneficiar a la población adulta mayor.
- Dignidad:  
Se desea brindar un valor en donde la persona adulta mayor pueda valerse por si mismo, ante alguna

situación tecnológica que permita un mayor desarrollo.

- Autodeterminación:

En ella se brinda el apoyo a la persona adulta mayor para desarrolle la capacidad de poder contar y manejar herramientas que permitan un desarrollo por si mismo en temas tecnológicos.

Se puede citar a Batista Gutiérrez y Rodríguez Arteaga, cuando exponen "lo que más directamente mueve a los cambios de valores, son los cambios en las condiciones de vida de los hombres". Y por otro lado considera: "el hombre aprende en los tipos de actividades fundamentales que desarrolla e inmerso en ellas, se apropia de los valores necesarios que se traducen en su modo de actuación".

La implementación de las tecnologías son un medio idóneo para fomentar en personas adultas mayor, diferentes tipos de valores, ya que en ellas se encierran una serie de cualidades que permiten una formación.

## Capítulo III. Marco Metodológico

El siguiente estudio tiene la finalidad e intención de generar la concientización y formación ciudadana desde la mirada del adulto mayor. Para esto se presenta a continuación la metodología de trabajo que busca alcanzar los objetivos propuestos.

### Tipo de Investigación

#### Diseño (Estudio)

Hernández et al (2014), su libro Metodología de la investigación, señalan que en el marco de las investigaciones se han definido dos enfoques: cualitativo y cuantitativo: "el investigador comienza analizando los hechos en sí y en el proceso desarrolla una teoría coherente para representar lo que observa. Dicho de otra forma, las investigaciones cualitativas se basan más en una lógica y proceso inductivo". Algunas de las definiciones más significativas del enfoque mixto o los métodos mixtos serían las siguientes:

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (meta inferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández Sampieri y Mendoza, 2008).

Los métodos de investigación mixta son la integración sistemática de los métodos cuantitativo y cualitativo en un solo estudio con el fin de obtener una "fotografía" más

completa del fenómeno. Éstos pueden ser conjuntados de tal manera que las aproximaciones cuantitativa y cualitativa conserven sus estructuras y procedimientos originales ("forma pura de los métodos mixtos"). Alternativamente, estos métodos pueden ser adaptados, alterados o sintetizados para efectuar la investigación y lidiar con los costos del estudio ("forma modificada de los métodos mixtos") (Hernández Sampieri y Mendoza, 2008).

Por lo anteriormente descrito, la presente investigación es de orden mixto, pues se pretende elaborar un plan de capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías con el fin de mejorar la calidad del servicio al asegurado brindado.

El proceso se basó en el contexto habitual de que la mayoría de adultos mayores no manejan bien o no lo saben hacer del todo lo que son dispositivos tecnológicos además del internet por lo que se plantea realizar una investigación no exhaustiva sobre las deficiencias, oportunidades, amenazas y fortalezas destacables para el problema de la falta de experiencia o conocimiento en el uso de la tecnología en personas adultas mayores, así se podrán recolectar datos que nos indiquen la necesidad de capacitarlos en el uso de estos y en la manipulación del internet que ahora se incluye para todo proceso básico como el de una red social o llamada de WhatsApp causantes del tema que nos ocupa esta investigación.

Por esto, la investigación se basa en conocer el mundo digital desde la perspectiva del adulto mayor, mediante una capacitación motivacional para promover mayor participación en

el manejo de las tecnologías y satisfacción de su manipulación durante el tercer cuatrimestre del 2022.

### **Población en estudio**

La población comprendida para el estudio de conocer el mundo digital desde la perspectiva del adulto mayor, mediante una capacitación motivacional para promover mayor participación en el manejo de las tecnologías y satisfacción de su manipulación, de acuerdo con la distribución geográfica, es del área de la Unión de Tres Ríos.

### **Población**

Para ampliar lo sabido para la muestra del estudio: Todo estudio o investigación tiene como referencia un conjunto de unidades de estudio elementos que pueden ser personas, animales, empresas, organizaciones, objetos, etc. Con el estudio se pretende conocer las características del conjunto y generalizar a todo él los resultados o conclusiones que se obtengan. A este conjunto de unidades de estudio es a lo que se denomina "técnicamente en estadística población en estudio simplemente población. Una forma muy simple de definirla poblaciones como el total o agregado de las unidades de estudio". (Gómez, 2011)

Según datos de la Municipalidad La Unión, con base al último censo realizado para el año 2011 la población adscrita total a Tres Ríos era de 99,399 habitantes y densidad de población con un total de 2,217 personas por Km<sup>2</sup>, en cuanto a la población fuera de la fuerza de trabajo nos da un dato de 11.1 pensionados.

## **Participantes del estudio**

El objeto de estudio en la presente investigación consiste en el estudio en la inclusión de la población adulta mayores frente a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en la zona de Tres Ríos.

De acuerdo a lo indicado, por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), el grupo sujeto de estudio se encuentra conformado por la población adulta mayor entre 65 y 75 años en el Cantón de Tres Ríos, una población que en la mayoría de veces es excluida y no comprendida, ya que presenta distintos estereotipos tales como; son considerados que presentan carencia por aprender, son asiladas socialmente, entre otras condiciones. De ahí, que algunas personas asumen esos criterios sin cuestionar la estructura social que los condiciona.

Ahora bien, de acuerdo a múltiples estudios se ha manifestado que dicha población tiene mucho que ofrecer a pesar de ese molde que los encasilla denominado edad, por lo cual es preciso dicha condición se presentaran para lograr una aproximación al conocimiento que compartían del problema estudiado, y para que se motivaran en la participación del proceso de investigación.

Si se considera lo antes expuesto posee un valor práctico y nos genera gran interés en romper la brecha tecnológica.

### **Criterios de inclusión**

En el 2011, según datos del INEC al 2012, en el país solo el 14% de las personas entre 65 y 74 años utilizaban Internet.

Un dato aún más interesante es que para el año 2020 únicamente el 50% de las personas mayores que tenían acceso a TIC, es decir, poseen dispositivos como computadora, laptop, teléfono celular y conexión a internet las utilizaban en su vida cotidiana.

Dicho lo anterior, se pueden citar factores que se obstaculizan el uso de las TIC por parte de las Personas Mayores (Prosic-UCR, 2010):

- 1) Limitaciones en funciones motoras y cognitivas.
- 2) Resistencia a aprender sobre las TIC y utilizarlas debido a experiencias de aprendizaje negativas en el pasado.
- 3) Apoyo inadecuado por parte de familiares y amigos para el aprendizaje.

Con respecto a las características de la población adulta mayor se pueden destacar, teniendo en cuenta que no solamente son las únicas, se es consciente que hay otras peculiaridades, pero para la investigación se han seleccionado las siguientes:

- Poseen experiencia en acontecimientos vividos en su pasado.
- Poseen un gran sentido de la realidad.
- Se conocen lo suficientemente a sí mismas.
- Cuentan con gran capacidad de comunicación.

Investigaciones realizadas (Castro-Rojas, 2018) han evidenciado que la resistencia a aprender y a utilizar las TIC se relaciona con la falta de experiencia con TIC, emociones negativas asociadas al proceso de aprendizaje de las TIC particularmente miedo y vergüenza, y restricciones para recibir

apoyo individual por parte de familiares, amistades y personas facilitadoras.

Esto nos lleva a meditar sobre la necesidad de motivar a la persona mayor de incluir el uso de la TIC en su vida cotidiana para facilitar su calidad de vida.

### Criterios de exclusión

Las personas que no participaran en esta investigación se destacan porque son personas jóvenes o adultas jóvenes que saben utilizar la tecnología y el internet por lo que no le compete el tema debido a que no es una necesidad para ellos además de que incluyen el uso de la tecnología en su rutina habitual.

### Categorías de análisis- variables

Tipo de investigación			Diseño				
<b>Interrogantes de estudio</b> ¿Los adultos mayores saben utilizar los teléfonos inteligentes? ¿Los adultos mayores saben utilizar o tienen redes sociales?	<b>Objetivo general</b> Elaborar un plan de capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022.	<b>Objetivo Especifico 1</b> Determinar las necesidades que presentan la población adulta mayor en el desarrollo de actividades cotidianas mediante el manejo de nuevas tecnologías.	<b>VARIABLES de estudio</b> Necesidades de la población adulta mayor en temas tecnológicos actuales.	<b>Definición conceptual</b> <b>Percepción de las carencias de la población adulta mayor en tecnología.</b>	<b>Subcategorías de variables</b> <b>Adultos mayores hombres y mujeres</b>	<b>Definición instrumental</b> <b>Encuesta</b>	<b>Definición operacional</b> Dar a conocer las necesidades de poder manipular un celular y redes sociales desde encenderlo hasta utilizar aplicaciones y poder contestar o enviar publicaciones.
¿Qué es lo que les cuesta más a los adultos mayores sobre usar un dispositivo tecnológico?		<b>Objetivo Especifico 2</b> Identificar cuáles son los problemas más comunes del adulto mayor que interfieren con el aprendizaje del uso de las tecnologías.	Dificultades típicas en temas de aprendizaje tecnológico.	Problemas comunes para aprender sobre tecnología en población adulta mayor	Edad	Entrevista	Realizar un análisis de lo que más se les dificulta aprender en el uso de las tecnologías para priorizarlo.

¿Cómo brindar una capacitación efectiva en temas tecnológicos a población adulta mayor?		<b>Objetivo Específico 3</b> Propiciar una capacitación que permita la inclusión de las tecnologías para que los adultos mayores tomen conciencia de las opciones y posibilidades de realización como integrante de la Sociedad.	Capacitación eficaz para incluir a población adulta mayor en tema tecnológico.	Método de enseñanza para adultos mayores efectiva y actualizada.	Grado de alfabetización	Observación	Realizar un análisis de cómo se abordará el tema tecnológico en población adulta mayor de manera efectiva y eficaz
---	--	---	--	--	-------------------------	-------------	--

## Técnicas de Investigación

Para los fines consiguientes se utilizan tres instrumentos importantes para la recolección de información: la entrevista cualitativa estructurada a las 15 personas adultas mayores que no utilizan la tecnología para comunicarse con sus familiares y amigos, las encuestas semiestructuradas aplicadas a la población adulta mayor directa de la Unión de Tres Ríos de Cartago y la observación de cómo manipulan un celular de última tecnología (táctil).

Para la recolección de datos se confecciona y aplica un cuestionario para los adultos mayores de la Unión de Tres Ríos.

El instrumento es de fácil comprensión para obtener una mayor participación de adultos mayores y de carácter anónimo para proteger la identidad de los participantes. Para evitar el desvío del tema central la encuesta a aplicar posee preguntas con respuestas cerradas, lo cual simplifica el proceso de tabulación en la presentación de resultados.

## Procedimiento de recolección y análisis de datos

Para contribuir con el ambiente se presentó de forma impresa únicamente una encuesta y carta de autorización, las respuestas se llevaron mediante Hoja de Excel.

De acuerdo con la teoría:

Podemos definir la entrevista cualitativa como una conversación:

- a) provocada por el entrevistador;
- b) realizada a sujetos seleccionados a partir de un plan de investigación;
- c) en un número considerable;
- d) que tiene una finalidad de tipo cognitivo;
- e) guiada por el entrevistador,
- f) con un esquema de preguntas flexible y no estandarizado (Corbetta, 2007).

En el libro Metodología y Técnicas de investigación social se hace mención sobre la entrevista semiestructurada, donde dice que:

En este caso el entrevistador dispone de un «guión», con los temas que debe tratar en la entrevista. Sin embargo, el entrevistador puede decidir libremente sobre el orden de presentación de los diversos temas y el modo de formular las preguntas. En el ámbito de un tema determinado, el entrevistador puede plantear la conversación de la forma que desee, plantear las preguntas que considere oportunas y hacerlo en los términos que le parezcan convenientes, explicar su significado, pedir al entrevistado que le aclare algo que no entiende o que profundice sobre algún aspecto cuando lo estime necesario, y establecer un estilo propio y personal de conversación. (Corbetta, 2007)

También, cabe señalar que se utilizaron técnicas de observación, como complemento para interpretar el entorno externo e interno, para realizar la comparación con los datos

bibliográficos investigados y así, tener un panorama más claro sobre el conocimiento que tienen sobre el uso de la tecnología.

Se realizó una revisión documental en internet sobre la cantidad de adultos mayores que utilizan la tecnología lo que Victoria Valencia define:

La revisión documental permite identificar las investigaciones elaboradas con anterioridad, las autorías y sus discusiones; delinear el objeto de estudio; construir premisas de partida; consolidar autores para elaborar una base teórica; hacer relaciones entre trabajos; rastrear preguntas y objetivos de investigación; observar las estéticas de los procedimientos (metodologías de abordaje); establecer semejanzas y diferencias entre los trabajos y las ideas del investigador; categorizar experiencias; distinguir los elementos más abordados con sus esquemas observacionales; y precisar ámbitos no explorados (Valencia, 2015).

### **Fases de recolección de datos**

Fase I. Revisión bibliográfica: ¿Se realiza utilizando el internet para corroborar información general de adultos mayores con el uso y aplicación de la tecnología, intereses en mejorar la manipulación de estos aparatos y qué tan necesarios son para ellos? También información general de la zona en la que se encuentra esta población en específico para entender su entorno y nivel de desarrollo; perfiles de la municipalidad de la Unión y otros.

Fase II. Contacto con los participantes En el parque central de la Unión, días domingos donde las familias salen a darse una vuelta y despejarse y los días lunes y martes mientras

hacían fila para entrar al vacunatorio y colocarse la tercera dosis, se les abordó y dio información de la importancia que tiene este proyecto además de ser a nivel universitario y que luego tendría beneficio para ellos con la capacitación.

Fase III. Recolección de los datos: Se realizan entrevistas y encuestas a la población seleccionada según la muestra para anotar los datos o respuestas que cada adulto o adulta mayor nos daba según lo que se le preguntaba o mencionaba, así con cada persona que se abordó de manera minuciosa, rápida y completa para no dejar datos al azar.

Fase IV. Sistematización de los datos: los datos una vez ya obtenidos se grafican para un mejor análisis y resumen de los mismos, de esta manera se maneja de forma más ordenada la respuesta de cada poblador de la Unión encuestado o entrevistado según el tema elegido y que les compete a ellos de forma específica.

Fase V. Análisis de resultados: El análisis de resultados se realiza mediante la gráfica de la información brindada por la población muestra que logra de manera resumida dar a conocer la necesidad de una capacitación apta para ellos y dinámica en el tema de la tecnología a modo de que se sientan incluidos en el proceso de actualización tecnológica con el uso del internet inclusive, en una época donde este tema tiene mucha fuerza y es necesario conocerlo para poder mantenerse en el tiempo sin quedar de lado.

## Capítulo IV: Análisis e interpretación de datos

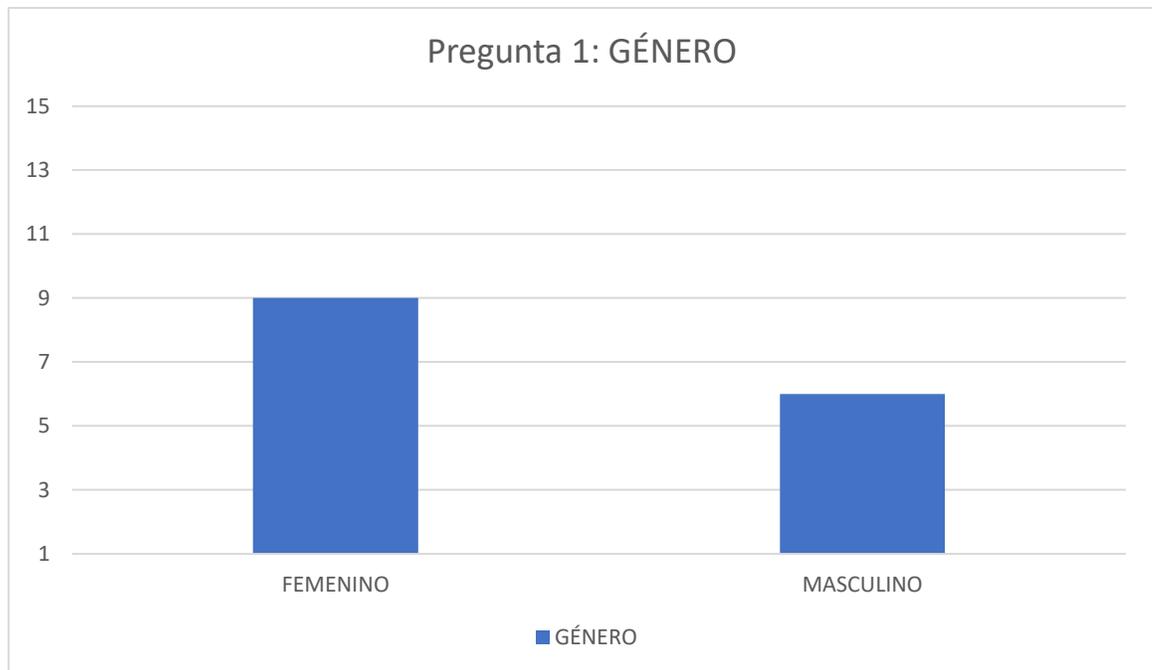
### Presentación

En este apartado se explica el análisis de resultados obtenidos en la aplicación de los instrumentos: encuesta, observación y cuestionario; sobre el tema: "Capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022". Lo anterior, tomando como base los objetivos específicos y la metodología indicada en el marco conceptual de esta investigación.

El análisis de resultados se define como "como un proceso mediante el cual las características relevantes del contenido de un mensaje son transformadas a unidades que permiten su descripción y análisis" (Barrantes, 200).

El capítulo se divide en dos partes importantes, la primera consta de cuadros con la cantidad de respuestas obtenidas de los encuestados, seguido de los respectivos gráficos con datos porcentuales y un análisis de la información proyectada; todo en relación con los resultados de la encuesta y cuestionario aplicados a la población de la tercera edad de Tres Ríos.

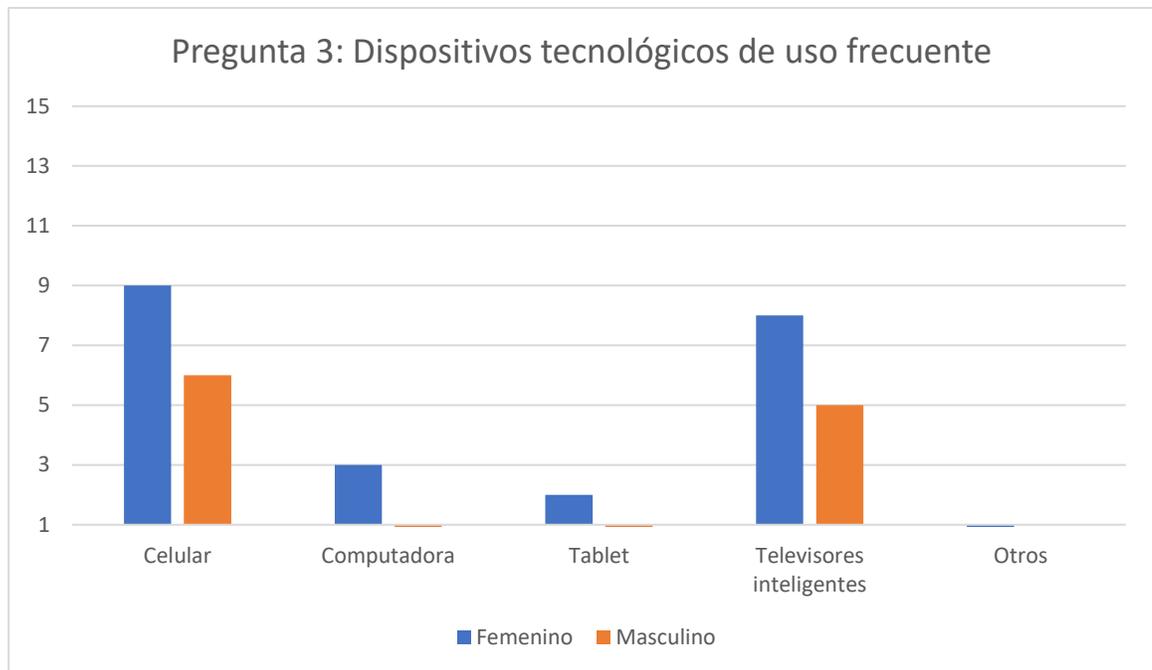
Además, la técnica de observación que se utiliza como complemento a este capítulo para sustentar la investigación y así brindar un aporte final en las conclusiones y recomendaciones que se ajuste a las necesidades de la población.



Fuente: Elaboración propia,2022.

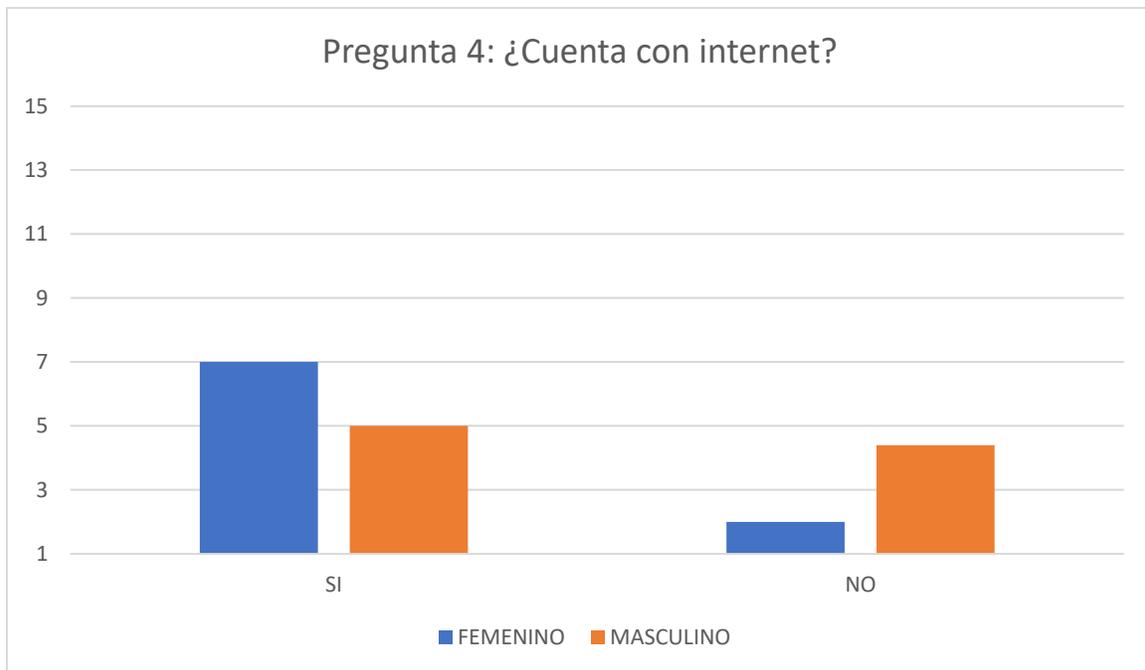
Actualmente, la población femenina es más activa para participar siendo que la encuesta la contestaron 60% mujeres (9) y 40% hombres (6) que se mostraron anuentes a realizarla y finalizarla debido a su extensión corta.

El punto número 2 de la encuesta no se grafica ya que es poco relevante y es un dato simplemente para registro y comprobación de que la población encuestada está dentro del rango de persona adulta mayor (arriba de los 65 años).



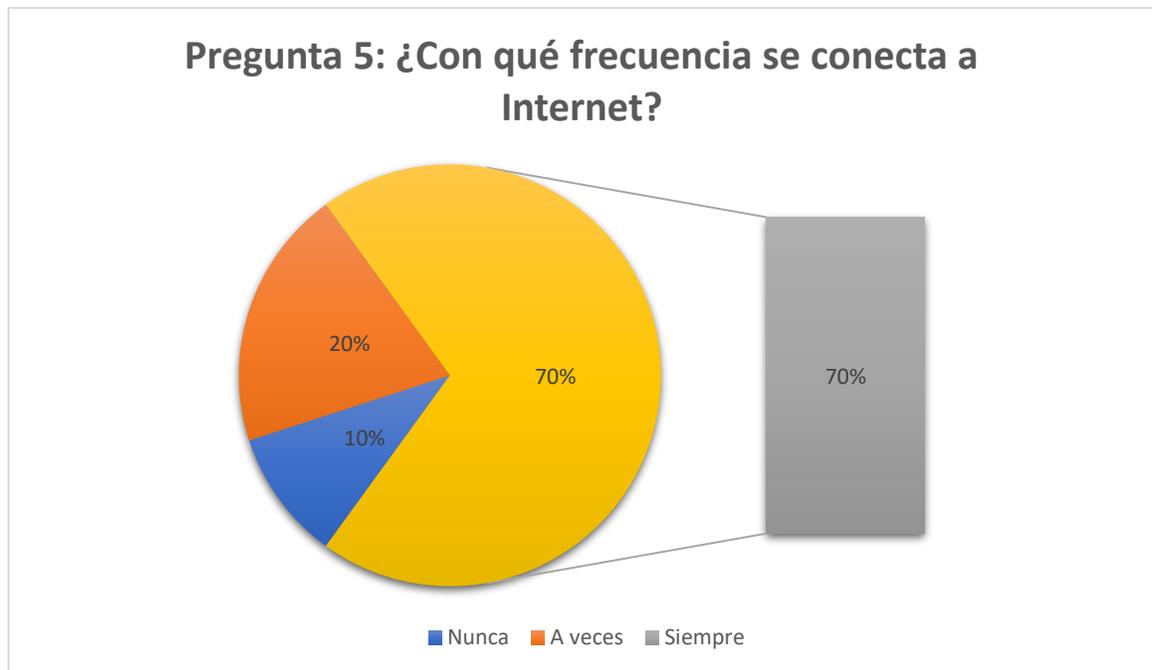
Fuente: Encuesta,2022.

Según los datos anteriores, el uso tecnológico se da más en celulares y televisores inteligentes con respecto al resto de opciones y quienes utilizan más estos recursos es el 100% de las mujeres encuestadas (9) el celular y el 90% de mujeres (8) el uso de televisores inteligentes ya que, aunque los hombres también utilizan estos dos equipos, no mostraron un uso superior al de la población femenina.



Fuente: Encuesta, 2022.

En la pregunta anterior, realizada a la población encuestada, se evidencia que en su mayoría (7 mujeres aproximadamente un 79% y 5 hombres para un 90%) cuentan con servicio de internet en donde residen a pesar de no utilizar mucho este recurso, pero comentaban que lo tienen debido a que viene incluido dentro del servicio de televisión por cable.



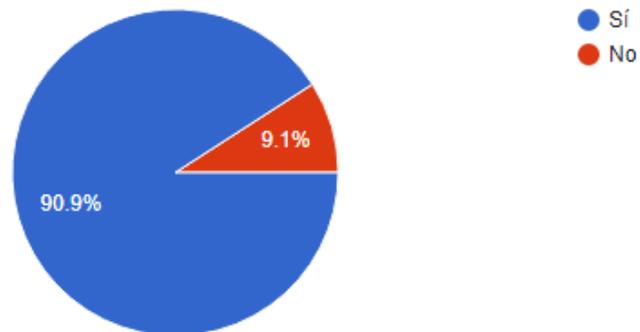
Fuente: Encuesta, 2022.

De acuerdo a los datos reflejados en la pregunta anterior, se puede contemplar que un 70% de las personas encuestadas suelen conectarse frecuentemente a Internet indistintamente de los intereses a realizar.

Pregunta 6:

¿Cree usted que el uso de la tecnología es importante en la vida cotidiana?

22 respuestas



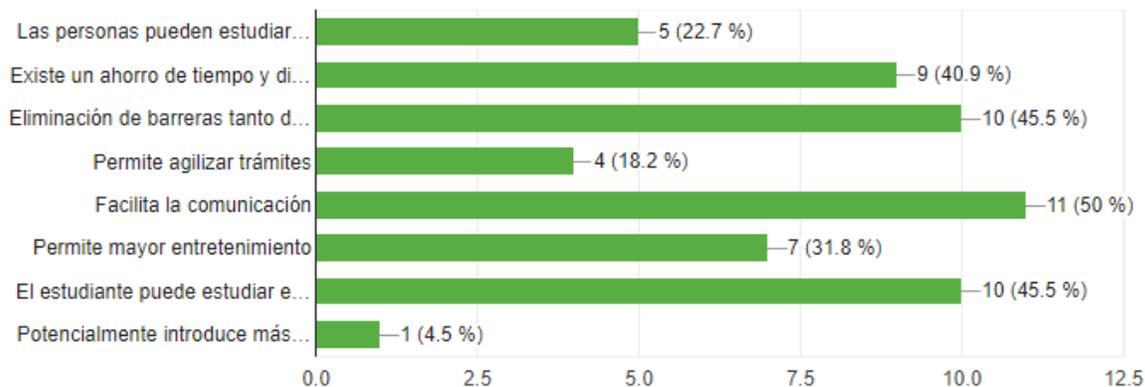
Fuente: Encuesta, 2022.

Con respecto a la pregunta anterior en la encuesta realizada con un 90.9% en la decisión de las personas adultas mayor consideran que es de importancia la tecnología en la vida cotidiana actualmente, se tiene consciencia que dichas herramientas son necesarias para mejorar la calidad de vida en la sociedad actual.

## Pregunta 7

¿Por qué cree usted que la tecnología nos ayuda en la vida cotidiana? Puede elegir varias opciones según considere.

22 respuestas



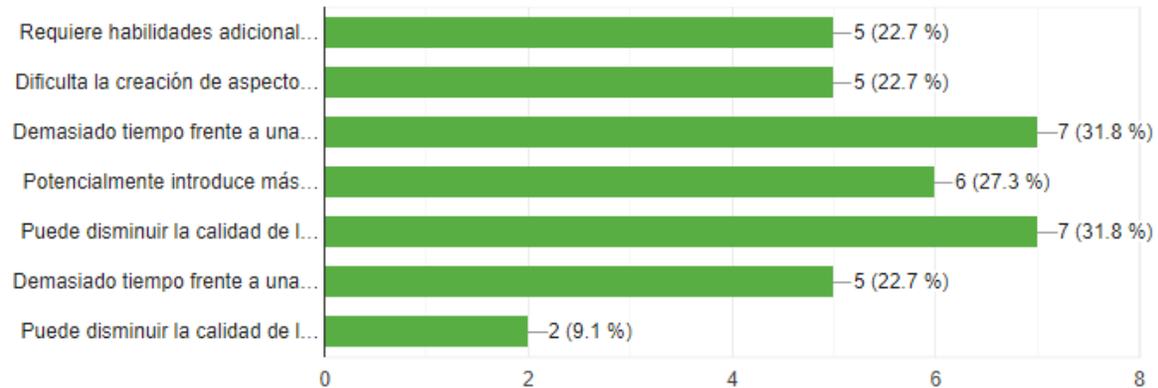
Fuente: Encuesta, 2022.

Con base a los resultados de la pregunta anterior, se obtiene con porcentaje mayor del 50% las personas consideran que facilita en gran manera la comunicación y por ende ayudan en la cotidianidad, lo cual nos muestra resultados y criterios que son de datos relevantes para la investigación.

## Pregunta 8:

De las siguientes opciones, seleccione las que usted considera que son las peores desventajas del manejo de los dispositivos electrónicos:

22 respuestas



Fuente: Encuesta, 2022.

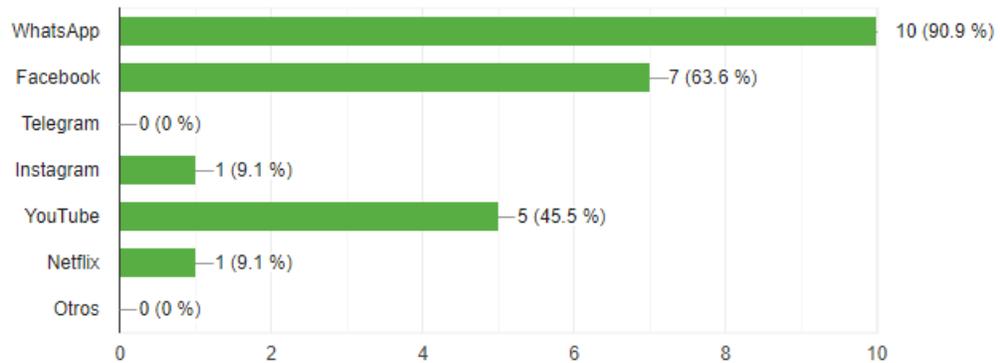
De la encuesta realizada de la pregunta anterior, se ha obtenido que un 31,8% consideran que demasiado tiempo frente a una pantalla de computador puede causar deterioro en la salud (vista, posturas), así mismo con un mismo 31,8% puede disminuir la calidad de la comunicación entre familiares.

Se observa que de acuerdo al manejo de los dispositivos hay desventajas que se deben de considerar ya que puede afectar en la salud de las personas si se excede en el uso.

## Pregunta 9

¿Cuáles de las siguientes redes o aplicaciones utiliza con mayor frecuencia? Puede elegir varias opciones según considere.

11 respuestas



Fuente: Encuesta, 2022.

En la actualidad, se puede observar que las aplicaciones son parte fundamental en las labores cotidianas de las personas, tanto en las comunicaciones como para entretenimiento es por ello que es de relevancia consideración la opinión de la población encuestadas y nos ofrece datos a considerar y oportunos que con un 90% utilizan WhatsApp para la comunicación. Se puede decir con respecto a los datos recopilados que la aplicación de mayor utilización entre los adultos mayor es WhatsApp para la comunicación.

Pregunta 10:

¿Considera usted que se le dificulta el uso del teléfono celular para integrarse en la sociedad actual? Justifique su respuesta.

11 respuestas

No

No me parece que sea un impedimento

Con forme el paso de los años he aprendido a utilizar mejor el celular y algunas aplicaciones pero para integrarme al avance tecnológico que hay actualmente aún necesito más aprendizaje

Si se me dificulta por qué la tecnología no la entiendo mucho.

Si hay que aprender a desenvolverse con el

Si

Si xq x estar metido en el cel o computadora no pone atención a la sociedad o familia

Si... no le gusta estar pegada del celular. Causa estres.

No se dificulta, manejo otros medios para comunicarme, no necesito un teléfono.

No, sigo estando en contacto con mi familia

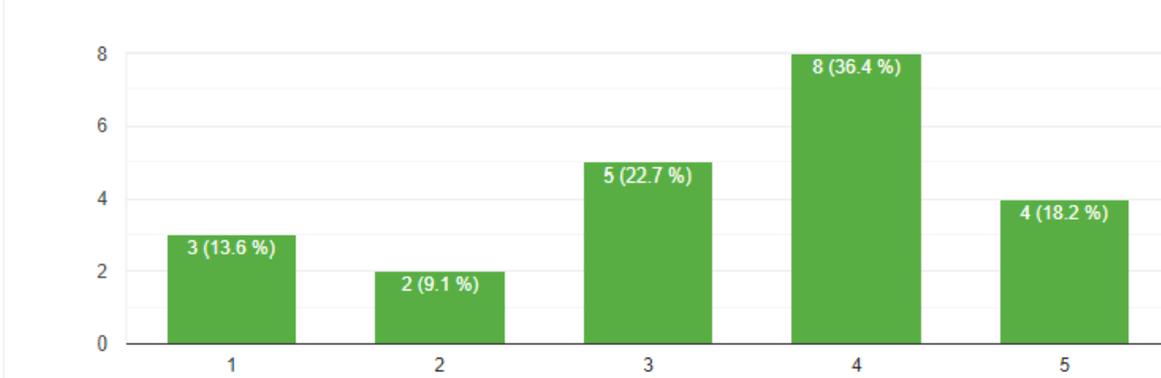
Fuente: Encuesta, 2022.

En vista a la pregunta anterior, esta no puede graficarse ya que es una pregunta abierta y es de consideración para obtener opiniones generales que nos permitan reflejar razones por las cuales las personas mayores se les dificulta el uso del aparato tecnológico específicamente con el celular.

## Pregunta 11

En una escala del 1 al 5 ¿Cómo calificarías su experiencia de navegación en Internet desde tu teléfono móvil?

22 respuestas

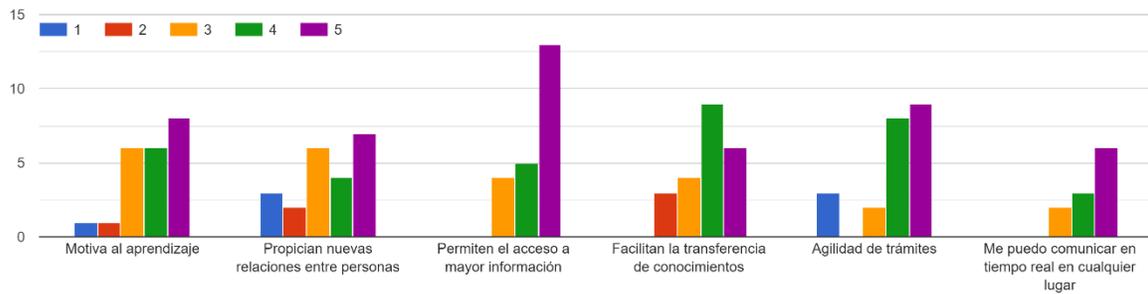


Fuente: Encuesta, 2022.

Conforme a la pregunta anterior, con una escala de 1 a 5 la intención del planteamiento es considerar la experiencia de los encuestados y nos da como resultado que un 36.4% posee una buena experiencia, aun así, se podría mejorar su satisfacción, ya que el teléfono móvil es un dispositivo que casi la mayoría de las personas cuento con uno.

## Pregunta 12

Califique las siguientes opciones del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) que tan de acuerdo está usted con el uso del teléfono móvil



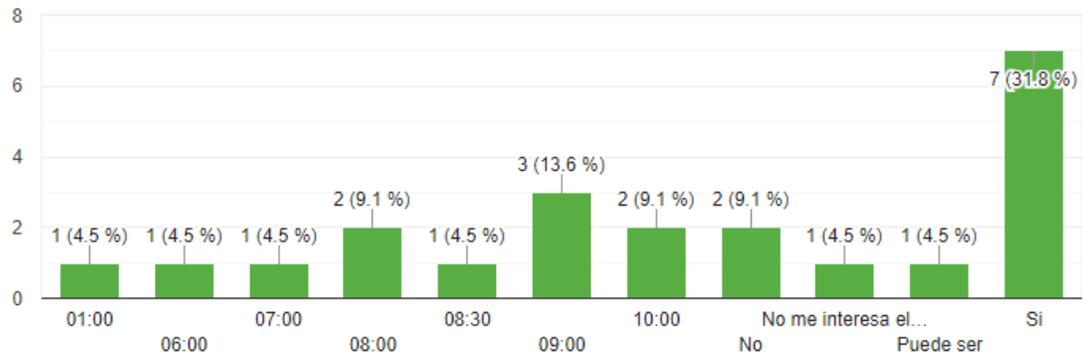
Fuente: Encuesta, 2022.

Según a los resultados brindados en la pregunta planteada anteriormente, nos brinda factores a considerar en la utilización del teléfono móvil en una escala de 1 a 5 con un puntaje mayor y este es que permiten el acceso a mayor información, se obtienen un dato importante y es que las personas encuestadas relacionan el celular como un medio de fácil acceso para la información, lo cual nos da un fundamento concreto para la investigación.

Pregunta 13:

¿Le gustaría participar en una capacitación o taller de acercamiento que le permita aprovechar el recurso tecnológico que brinda el teléfono celular?

22 respuestas



Fuente: Encuesta, 2022.

Al preguntar a los encuestados la participación en una posible capacitación que permita motivar a la población adulta mayor, se obtuvieron elementos que hacen que la investigación sea satisfactoria con un 31,8% se encuentran interesados en que sean involucrados en la capacitación o taller para aprovechamiento de los recursos tecnológicos.

**Hallazgos**

- No genera ninguno que vaya a alterar el curso de la investigación desde su origen.

## Capítulo V. Conclusiones y recomendaciones

### Conclusiones

- Es necesario que los adultos mayores se incluyan dentro del uso de las tecnologías ya que siempre se les excluye y le enfocan más en las generaciones jóvenes, pero todos deberían de saber utilizar los dispositivos tecnológicos y el internet incluso para informarse del día a día.
- El método de capacitación utilizado, andragógico para la población adulta mayor fue muy dinámico y tuvo una acogida inesperada ya que los y las participantes sugirieron dar más talleres como ese para distracción ya que la mayoría ya son personas pensionadas y por que como lo expresaron ellos mismos "una persona nunca termina de aprender".
- La barrera más común para que esta población de adultos mayores aprendiese el uso de los aparatos tecnológicos y el internet fue que ninguna entidad privada o pública se acercara a ellos para incluirlos en un proyecto de alfabetización tecnológica como este además de que sus familias no tienen paciencia para explicarles cómo se usa cada uno, dicho por ellos mismos.
- Se logró evidenciar que no tienen conocimiento en el uso de televisión inteligente ya que se acostumbraron a solo "prender y apagar" el televisor y no sabían todo lo que se puede hacer en estos pero, una vez que se les comentó, tuvieron la curiosidad de aprender más sobre estos aparatos tecnológicos, igual sucedió con la Tablet y el internet.

- Todo ser humano necesita estar incluido dentro de la sociedad para sentirse útil incluso en su etapa de vejez y no por eso se les debe menospreciar a la hora de que tengan alguna duda sobre el uso de algo por que el primer recurso que tomarán como válido es el de realizar la consulta a un familiar por lo que este debe brindarle ayuda y apoyo.

## Recomendaciones

- Reforzar o en este caso, crear espacios de alfabetización en varias áreas para población adulta mayor ya que no existen en el cantón de la Unión.

- Incluir más en actividades a la población adulta mayor ya que es necesario que se sientan parte de la comunidad y estén en constante aprendizaje para minimizar el deterioro habitual en esas edades por la falta de actividades de motricidad fina, gruesa y mental.

- Los adultos mayores necesitan ser escuchados y no sólo los adultos jóvenes o adultos que aún no llegan a la tercera edad, pueden enseñar, sino que ellos también tienen mucho conocimiento sobre muchas áreas que pueden ser explotadas de manera positiva para el cantón.

- Los laboratorios de las instituciones educativas o bibliotecas deberían de habilitarse no sólo para población estudiantil joven o matriculada en esos centros, sino que también para la población adulta mayor y de ese modo practicar la inclusión y acompañamiento en lo que es el aprendizaje de la manipulación tecnológica actual.

## Capítulo VI. Propuesta



**Universidad San Marcos**

**Licenciatura En Docencia**

**Proyecto Para Optar Por El Grado De Licenciatura**

### **Tema**

Capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022.

### **Elaborado Por**

Calderón Valle, Yoiner  
Cédula: 113510938

Corrales Solano María Auxiliadora  
Cédula: 304340707

**Enero, 2022**

## **Propuesta**

**Capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos.**

**Elaborada por:**

**Calderón Valle, Yoiner  
Cédula: 113510938**

**Corrales Solano María Auxiliadora  
Cédula: 304340707**

**2022**

## Justificación

Cada año, las tecnologías buscan innovar e involucrar a las personas en una sociedad en donde la conectividad a Internet es cada vez más accesible, tanto en adquirir dispositivos electrónicos, así como el acceso a la red, sea este para uso personal, laboral o educativo.

Hay un punto importante que debido a la vida acelerada que se lleva en tiempos actuales, agregado a la situación salud a nivel mundial por la pandemia trajo consigo grandes retos que como sociedad se debe de superar y al cual la población adulta mayor debe de integrarse.

Estas experiencias están haciendo que dejemos de valorar lo importante que es la ciudadanía mayor y a nivel cultural se tiene un mal concepto de que las personas adultas mayores no cuentan con la suficiente capacidad cognitiva o habilidades motoras que permitan un buen desempeño tecnológico.

En Costa Rica se presenta una brecha tecnológica que separa a las personas que tienen acceso a las tecnologías digitales y aquellos que no lo tienen, está asociada a 5 factores básicos: condición de ingresos, nivel educativo, condición de género, edad y contexto geográfico. (Informe PROSIC 2006).

En este contexto los adultos mayores no se encuentran exento de no contar con este tipo de accesos que puedan mejorar su calidad de vida.

## **I. Objetivos**

### **Objetivos Generales**

Elaborar un plan de capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos durante el tercer cuatrimestre del 2022.

### **Objetivos Específicos**

Determinar las necesidades que presentan la población adulta mayor en el desarrollo de actividades cotidianas mediante el manejo de nuevas tecnologías.

Identificar cuáles son los problemas más comunes del adulto mayor que interfieren con el aprendizaje del uso de las tecnologías.

Propiciar una capacitación que permita la inclusión de las tecnologías para que los adultos mayores tomen conciencia de las opciones y posibilidades de realización como integrante de la sociedad.

## II. Metodología

La capacitación será desarrollada con una metodología participativa-constructivista, teniendo como eje transversal el elemento motivacional y el enfoque principal hacia la población adulta mayor. La metodología a emplear permitirá concientizar a los ciudadanos de oro, sobre la importancia del manejo básico y adecuado de la tecnología en la vida cotidiana específicamente en el uso del celular, como una herramienta que abre múltiples opciones de ayuda para tener una mejor calidad de vida. Para lograr una mayor asimilación del contenido y la ejecución de la metodología, se aplicarán actividades de integración, conversación y aprendizaje, lo cual permitirá que las personas mayores se apropien de la idea central de la capacitación para mejorar sus conocimientos, actitudes y prácticas que mejoren la utilización que ofrece la tecnología.

Se sugiere que la capacitación debe poseer una duración máxima de 2 horas.

A continuación, se exponen los temas a abarcar durante la capacitación:

<b>TEMA 1</b>
¿Cuál es la importancia de la tecnología en la actualidad?
<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre la utilidad que ofrece la tecnología en distintas actividades en la cotidianidad.</li> <li>• Tomar consciencia del manejo del uso de las tecnologías.</li> <li>• Conocer los beneficios que se adquieren con una buena práctica ante la tecnología.</li> </ul>

**Descripción de actividades previas.**

- ✓ El expositor realiza la bienvenida a la capacitación motivacional del uso de las tecnologías en la actualidad enfocado en las personas adultas mayores.
- ✓ Se brinda los contenidos a desarrollar en la capacitación.
- ✓ Es necesario que se cuenten con materiales de apoyo, de repaso o de refuerzo que esté conformado con premisas concisas, letra clara. El texto deberá estar acompañado por gráficos que representen y pueden brindar una mejor visualización de las explicaciones de cada tema por realizar que componen dicho taller.
- ✓ Adicional deberá ser claros y precisos sin ahondar en detalles que pueden llevar a confusión.
- ✓ Mediante un conversatorio se realiza una presentación de los participantes, esto con el fin de obtener un mayor acercamiento a los escucha y así romper el hielo o posibles temores que pueden causar el tema entre partícipes.
- ✓ Se realiza la observación de un video llamado: Génesis de la tecnología <https://youtu.be/9bAu450uNBM>

- ✓ Se realiza una reflexión del video expuesto con la pregunta ¿Qué es la tecnología?
- ✓ Se toman apuntes de las ideas comentadas como insumos para futuras capacitaciones.
- ✓ Seguidamente se realiza un abordaje con definiciones que permitan un panorama más amplio del tema.

### **Orientaciones de las actividades a desarrollar TEMA 1**

- Se brinda una reseña historia de las tecnologías desde el inicio hasta en la actualidad, el presentador puede optar por realizar este punto mediante un video educativo llamado: En el medio digital: De la rueda a la actualidad <https://youtu.be/Zh3uK20g4xQ> que explica de forma clara y resumida los puntos importantes que desea exponer en la capacitación o bien mediante una presentación donde pueda abarcar de forma general la reseña historia de las tecnologías.
- A partir del apartado anterior el expositor debe de demostrar la necesidad de desarrollar habilidades para el manejo de las actividades en la rutina diaria.
- Se solicita a la audiencia realizar un listado de las razones por las que los adultos mayores deben de romper barreras y adquirir nuevos conocimientos, la lista se pueden proyectar de forma virtual mediante una herramienta **Jamboard** que permite mostrar en tiempo real las ideas captadas.

- Al hacer la lista de las razones por romper las barreras se demuestra de forma fácil que la tecnología se puede utilizar de forma simultánea en una presentación.
- El listado generado por las personas se tomará como posible insumo para desarrollo en futuras charlas.
- Mediante un foro se desarrolla la actividad que corresponde a la actividad llamada ¿Las tecnologías nos deshumanizan?
- Se tomará las opiniones de los escucha y se tratará de realizar un ambiente de diálogo entre los diversos comentarios.
- Una vez abordados las opiniones, el presentador se apoya en el video [https://youtu.be/oL\\_mHK5v2OU](https://youtu.be/oL_mHK5v2OU) y vuelve a preguntar ¿La tecnología es parte de ser humanos? Con esta pregunta genera un pensamiento de consciencia que permite ampliar el conocimiento y concientizar si la tecnología es algo inherente en la sociedad.

<b>TEMA 2</b>
¿Qué podemos hacer para romper las barreras?
<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar las posibles causas que impiden un aprendizaje para un manejo de las tecnologías.</li> <li>• Fomentar el acompañamiento familiar o social para favorecer la autoestima y motivación.</li> </ul>

### **Orientaciones de las actividades a desarrollar TEMA 2**

- Al iniciar el abordaje del tema 2 el presentador debe de plantear los posibles obstáculos se enfrentan el adulto mayor.
- Se apoyará mediante diapositivas en donde citará los inconvenientes más comunes, tales como estereotipos de la vejez, temor, negatividad que afecte un aprendizaje más fácil.
- El expositor debe de recalcar que los aspectos negativos no tienen por qué determinar el aprendizaje de las personas mayores, es decir debe de señalar que estos sólo condicionan el qué y cómo aprender. Este proceso debe estar adaptados a sus características, expectativas, valores, intereses y necesidades. Es decir, será necesario motivar su voluntad de aprender y un ejemplo claro sería el acompañamiento familiar o social aumenta la motivación.
- El presentador externará a los integrantes de la capacitación si en algún momento se han sentido de la forma expuesta anteriormente, lo cual hará hincapié a que

todavía hay muchas cosas que pueden ofrecer y que hay personas que siempre toman en cuenta a dicha población.

- Es por ello que el presentador debe de demostrar la necesidad de formación, ya que constituye una medida más valorada.

<b>TEMA 3</b>
La tecnología un nuevo reto
<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer herramientas que permitan mayor aprovechamiento de la tecnología.</li> <li>• Ofrecer recomendaciones que aporten beneficios a la población adulta mayor.</li> </ul>

### **Orientaciones de las actividades a desarrollar TEMA 3**

- El expositor procede a la práctica, por lo tanto, solicita al adulto mayor que tome su celular y con ayuda de un proyector mostrará las aplicaciones de mayor demanda.
- El presentador demostrará los pasos a seguir para ingresar a la aplicación de YouTube, adicional indicará la función principal de dicha herramienta que va del entretenimiento hasta tutoriales educativos.
- Adicional el encargado deberá brindar apoyo y tiempo prudencial para que los participantes puedan accezar a la aplicación anterior.
- WhatsApp, nuevamente se brinda los pasos a seguir para poder utilizar la aplicación más común en teléfonos celulares. Con esto se puede agregar que mediante dicho software se pueden realizar videollamadas de una forma fácil y práctica, se puede compartir videos, canciones, enviar audios, hasta realizar pagos de servicios públicos.
- A continuación, el presentador procede a explicar otras herramientas que pueden ser de utilidad para esta población:

- o Medisafe o Pillboxie. Aplicaciones que avisan cuando se ha de tomar los medicamentos, además, informa a los familiares si lo ha hecho.
  - o Prime Alert. Aplicación de alerta a través de GPS que avisa a familiares y médicos de dónde se encuentra la persona.
  - o RunTastic Pro. Aplicación para mantenerse en forma monitorizando la actividad física diaria.
- Como nota importante el expositor puede indicar a los usuarios que pueden personalizar el dispositivo móvil de acuerdo a sus necesidades ejemplo: si el adulto mayor se le dificulta la visibilidad, este puede optar por aumentar de tamaño los iconos y teclado para una mejor experiencia, incluso también puede adaptar de forma auditiva el teléfono para un mejor uso de este.
  - Con el punto anterior, el presentador recalca que la función de la accesibilidad puede activarse para una mejorar adaptabilidad.
  - Se brinda un espacio para evacuar dudas.
  - Como reflexión y conclusión se les indica a los usuarios que deberán realizar la siguiente búsqueda del video en sus dispositivos móviles con el fin de analizar si el objetivo de la capacitación fue alcanzado.

La tecnología, un nuevo reto para las personas adultas mayores

<https://youtu.be/WgC4kHH3CFc>

- Para finalizar se entregará a los participantes una encuesta de satisfacción de la capacitación realizada.

## Referencias Bibliográficas

Andrea González (14 de julio de 2012). Casona de 200 años vuelve a verse como quinceañera. CRhoy.com. Archivado desde el original el 29 de febrero de 2012. Consultado el 14 de julio de 2012.

Área en kilómetros cuadrados, según provincia, cantón y distrito administrativo. Instituto Nacional de Estadística y Censos. Consultado el 5 de setiembre de 2020.

Barrantes, R. (2010). Investigación: Un camino al conocimiento. Un enfoque cuantitativo y cualitativo. Costa Rica: EUNED.

Batista Gutiérrez T, Rodríguez Arteaga C. La formación de valores mediante el método del paradigma: una actividad interactiva. Rev. Cub. Educ. Sup. 2001; 22(2).

Boarini, M., Cerda, E., Rocha, S. (2006). *La educación de los adultos mayores en TIC nuevas competencias para las sociedades de hoy*. Consultado el 07 de octubre de 2017. Recuperado de: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/14149>

Censo. 2011. Población total por zona y sexo, según provincia, cantón y distrito. Instituto Nacional de Estadística y Censos. 2011. Consultado el 20 de octubre de 2021.

Corbetta, P. (2007). Metodologías y técnicas de investigación social. (2da. Ed) México: McGraw-Hill.

Cortina, A. (2009). La frontera de la persona. España: TAURUS.

Declara oficial para efectos administrativos, la aprobación de la División Territorial Administrativa de la República N°41548-MGP. Sistema Costarricense de Información Jurídica. 19 de marzo de 2019. Consultado el 5 de setiembre de 2020.

División Territorial Administrativa de la República de Costa Rica. Editorial Digital de la Imprenta Nacional. 8 de marzo de 2017. ISBN 978-9977-58-477-5.

ECURED. (2010). Obtenido de [https://www.ecured.cu/La\\_Uni%C3%B3n\\_\(Costa\\_Rica\)](https://www.ecured.cu/La_Uni%C3%B3n_(Costa_Rica)).

Estadísticas demográficas. 2011 – 2025. Proyecciones nacionales. Población total proyectada al 30 de junio por grupos de edades, según provincia, cantón, distrito y sexo. Instituto Nacional de Estadística y Censos. 2011. Consultado el 11 de enero de 2022.

Frávega, A., Camino, M., Dominguez, N., Bernal, C. (2007). *Adultos mayores y Nuevastecnologías: la superación de una brecha tecnológica*. Consultado el 07 de Octubre de 2017. Recuperado de <http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/10915/19056/1/1802>

Informe 2006 | Prosic. (2010). *Informes hacia la sociedad de la información y el conocimiento*. Recuperado 3 de febrero de 2022, de <http://www.prosic.ucr.ac.cr/informe-2006>

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2005). *Estadísticas sobre disponibilidad y uso de tecnología de información y comunicación en los hogares*. México: Autor, pp. 8-17.

Ministerio de Ciencia, Tecnología y Telecomunicaciones. (2014). Adultos mayores aprenden computación. Recuperado de: [http://www.micit.go.cr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6211:adultos-mayores-aprenden-computacion&catid=40&Itemid=630](http://www.micit.go.cr/index.php?option=com_content&view=article&id=6211:adultos-mayores-aprenden-computacion&catid=40&Itemid=630)

Ministerio de Cultura y Juventud. (2013). *Adultos mayores cierran brecha tecnológica y generacional en Bibliotecas Públicas*. Recuperado de <http://www.mcj.go.cr/actualidad/noticias/2013/octubre/noticias/consecutivo540.aspx>

*Sobre La Unión*. (2021, 25 marzo). Municipalidad de la Unión. <https://launion.go.cr/sobre-la-union/>

Sunkel G y Ullmann H. (2019, Abril). *Las personas mayores de América Latina en la era digital: superación de la brecha digital*, Revista CEPAL (Número 127), Páginas 244-268. Recuperado 3 de febrero de 2022, de [https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/44580/RVE127\\_Sunkel.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/44580/RVE127_Sunkel.pdf)

Trujillo, L. (2015). *Impacto de las TIC en la educación de los adultos mayores en Flandes* (Tolima, Colombia). Facultad de Ciencias e Ingeniería Universidad de Manizalez. 109 -124.

Valencia López, V. (2015). Revisión documental en el proceso de investigación. Universidad Tecnológica de Pereira. Obtenido de <https://univirtual.utp.edu.co/pandora/recursos/1000/1771/1771.pdf>

Voz experta: *Las personas adultas mayores frente a las tecnologías de . . .* (2020, 18 mayo). Universidad de Costa Rica. Recuperado 12 de marzo de 2022, de <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/05/18/voz-experta-las-personas-adultas-mayores-frente-a-las-tecnologias-de-la-informacion-y-la-comunicacion-tic.html>

## **Anexos**

## Anexo 1. Cuestionario



### Mundo digital

El propósito de este cuestionario tiene como fin principal la percepción que se tiene del manejo de la tecnología, específicamente el uso del celular en personas adultas mayor. Los invitamos a completar y darnos a conocer su opinión personal sobre este tema.

Género \*

Masculino

Femenino

Edad \*

---

## Preguntas

¿Qué dispositivo tecnológico utiliza con frecuencia? \*

- Célular
- Computadora
- Tablet
- Televisores Inteligentes
- Otros

¿En el lugar donde usted vive tiene conexión a Internet? \*

- Si
- No

¿En el lugar donde vive, con qué frecuencia diría usted, que suele conectarse a Internet? \*

- Siempre
- A veces
- Nunca

¿Cree usted que el uso de la tecnología es importante en la vida cotidiana? \*

- Sí
- No

¿Por qué cree usted que la tecnología nos ayuda en la vida cotidiana? Puede elegir varias opciones según considere. \*

- Las personas pueden estudiar en cualquier momento y lugar
- Existe un ahorro de tiempo y dinero
- Eliminación de barreras tanto de lugar como de tiempo
- Permite agilizar trámites
- Facilita la comunicación
- Permite mayor entretenimiento

De las siguientes opciones, seleccione las que usted considera que son las peores desventajas del manejo de los dispositivos electrónicos: \*

- Requiere habilidades adicionales para el aprendizaje autónomo
- Dificulta la creación de aspectos afectivos y actitudinales
- Demasiado tiempo frente a una pantalla de computador puede causar deterioro en la vista y debido a malas posturas se puede dañar la columna vertebral o espalda
- Potencialmente introduce más frustración, ansiedad, y confusión
- Puede disminuir la calidad de la comunicación entre familiares

¿Cuáles de las siguientes redes o aplicaciones utiliza con mayor frecuencia? \*  
Puede elegir varias opciones según considere.

- WhatsApp
- Facebook
- Telegram
- Instagram
- YouTube
- Netflix
- Otros

¿Considera usted que se le dificulta el uso del teléfono celular para integrarse \*  
en la sociedad actual? Justifique su respuesta.

Tu respuesta \_\_\_\_\_

En una escala del 1 al 5 ¿Cómo calificarías su experiencia de navegación en \*  
Internet desde tu teléfono móvil?

	1	2	3	4	5	
Mala	<input type="radio"/>	Excelente				

Califique las siguientes opciones del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) que tan de acuerdo está usted con el uso del teléfono móvil \*

	1	2	3	4	5
Motiva al aprendizaje	<input type="checkbox"/>				
Propician nuevas relaciones entre personas	<input type="checkbox"/>				
Permiten el acceso a mayor información	<input type="checkbox"/>				
Facilitan la transferencia de conocimientos	<input type="checkbox"/>				
Agilidad de trámites	<input type="checkbox"/>				
Me puedo comunicar en tiempo real en cualquier lugar	<input type="checkbox"/>				

¿Le gustaría participar en una capacitación o taller de acercamiento que le permita aprovechar el recurso tecnológico que brinda el teléfono celular? \*

Tu respuesta \_\_\_\_\_

## Anexo 2. Encuesta de satisfacción

### Capacitación motivacional dirigida a promover el uso y manejo de las tecnologías para la población adulta mayor de la zona de La Unión de Tres Ríos.

*Por favor, conteste de forma anónima y honestamente posible las siguientes preguntas. Toda sugerencia que nos aporte será útil para realizar los mejoramientos pertinentes en las próximas capacitaciones. Por favor, evalúe en la escala 1-5. **Muchas gracias.***

**1. UTILIDAD DE LOS TEMAS ABORDADOS EN LA CAPACITACIÓN.**

Importancia y utilidad que han tenido para usted los temas tratados.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**2. CLARIDAD DE LA EXPOSICIÓN.** Respecto al lenguaje y orden de la capacitación

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**3. NIVEL DE ASIMILACIÓN Y COMPROMISO PERSONAL CON LOS TEMAS ABORDADOS.** Evalúese a usted mismo en el grado de motivación e interés personal para atender y seguir la clase y sus actividades.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**4. CUMPLIMIENTO DE HORARIO DEL TALLER.**

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

### SUGERENCIAS Y COMENTARIOS

---



---



---



---



---



---