

IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES

CIUUMM - 2011

Aprendizaje a lo largo de la vida,
envejecimiento activo y cooperación internacional
en los programas universitarios para mayores

Volumen I



Alicante,
Del 27 al 30 de junio de 2011



Asociación Estatal
de Programas
Universitarios para
Personas Mayores

**IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE
UNIVERSIDADES PARA MAYORES
CIUUMM 2011**

**Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y
cooperación internacional en los programas universitarios
para mayores**

**Alicante
Del 27 al 30 de junio de 2011**

Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)

Los trabajos incluidos en estos dos volúmenes forman parte de los trabajos seleccionados por el comité científico para su presentación en el IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES CIUUMM 2011. “Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y cooperación internacional en los programas universitarios para mayores”. Alicante, 27 al 30 de junio de 2011.

Comité Científico

Concepción Argente del Castillo - Universidad de Granada
Concepción Bru Ronda - Universidad de Alicante
Salvador Cabedo Manuel - Universitat Jaume I de Castellón
Pilar García de la Torre - Universidad de A Coruña
Adoración Holgado Sánchez - Universidad Pontificia de Salamanca
Xavier Lorente Guerrero - Universitat Ramón Llull de Barcelona
Carmen Palmero Cámara - Universidad de Burgos
Marcos Roca Sierra - Universidad Complutense de Madrid
Antonio Rodríguez Martínez - Universidad de Santiago de Compostela
Josep Maria Sabaté i Bosch - Universitat Rovira i Virgili de Tarragona
Josep Torrellas Vendrell - Universitat de Girona
Neus Vila Rubio - Universitat de Lleida

Coordina la obra: Concepción Bru Ronda
Maqueta: Víctor V. Sarrión Cano

© de esta edición: Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)

© de los textos: los propios responsables de cada artículo y comunicación

Depósito Legal: MU 759-2011

I.S.B.N.: 978-84-615-1408-3

Impresión: COMPOBELL, S.L.

PRESENTACIÓN

En nombre de la Asociación Estatal de Programas para Mayores, es un honor presentar esta obra que recoge los trabajos y aportaciones presentadas al IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES - CIUUMM 2011, que bajo el título de *“Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y cooperación internacional en los Programas Universitarios para Mayores”*, tiene lugar en Alicante (España) los días 27 al 30 de junio de 2011.

Organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM) que preside la Universidad de Alicante, este congreso se inscribe en el marco de la cooperación nacional e internacional entre grupos de investigadores y universidades con programas universitarios y/o experiencias educativas con adultos mayores.

CIUUMM 2011 se suma a anteriores iniciativas que buscan subrayar, en el siglo XXI, la necesidad de profundizar en los análisis de las enseñanzas específicas para mayores en las universidades, entendidas como formación permanente y a lo largo de la vida, necesarias en una sociedad democrática e igualitaria, dispuesta a responder al reto del envejecimiento de la población, con vistas a consolidar una sociedad abierta a todas las edades capaz de reducir la pobreza y fomentar la inclusión de grupos marginados y la participación social, además de promover una ciudadanía activa.

El Congreso que incorpora las diversas perspectivas de las universidades e instituciones responsables de las políticas educativas y sociales que afectan a la formación para mayores, así como los trabajos y análisis realizados por investigadores de las áreas de conocimiento de Ciencias de la Educación, Gerontología, Sociología del Envejecimiento, Trabajo Social, Psicología Evolutiva y Social, y otras materias pertenecientes al ámbito de las Ciencias Sociales, Humanidades, Salud y Nuevas Tecnologías que puedan aportar investigaciones básicas y aplicadas, estudios, resultados y propuestas pertinentes a las necesidades y realidades de las enseñanzas específicas para mayores en el ámbito universitario. La interdisciplinariedad y la transnacionalidad, con la componente multicultural que suponen, constituyen otros aspectos destacables de la obra que en conjunto recoge las Conferencias, Ponencias, Aportaciones de Paneles de Expertos y Comunicaciones que se han presentado y seleccionado para su exposición en el Congreso. Todos ellos responden a una tipología variada de artículos, y aportaciones que contienen estas actas del CIUUMM 2011, y se refieren a reflexiones, informes, recensiones de tesis doctorales y trabajos de investigación, en metodología, innovación educativa, evaluación y calidad, buenas prácticas, extensión universitaria y participación, cooperación internacional y en general constituyen aportaciones de relevancia en el campo de la Educación de Personas mayores en las instituciones universitarias.

La obra se estructura en Conferencias Plenarias, que enmarcan las grandes secciones de exposición y debate y abren las secciones de Ponencias generales, las cuales a su vez introducen los espacios de desarrollo de las Comunicaciones que abordan los análisis de casos sobre temas específicos presentadas por los participantes y asistentes al CIUUMM 2011 y seleccionadas para su presentación en el Congreso. Por último cierran la obra las aportaciones de Paneles de Expertos que contribuyen a ampliar la visión de los Programas Universitarios para Mayores y Experiencias Educativas con adultos mayores en el marco europeo e iberoamericano. Un total de ocho aportaciones de Expertos en la sección de Paneles, cuatro Conferencias, once Ponencias y setenta y siete comunicaciones, son el cúmulo de trabajos que recogen estas actas. Pero además el Congreso ha contado con intervenciones institucionales de representantes de los ministerios de Educación, Asuntos Exteriores, y Sanidad Política Social e Igualdad que han contribuido de modo eficaz a compartir experiencias y enriquecer la participación amplia y plural, pero sobre todo a la transferencia de resultados producto tanto de las investigaciones ya consolidadas, como de los ensayos y progresos sobre investigaciones en marcha, y al tiempo poder dialogar y compartir sobre directrices políticas y propuestas de futuro.

Agradecemos desde la Asociación Estatal de Programas para Mayores el esfuerzo realizado con sus contribuciones al mismo a todos los conferenciantes, ponentes, expertos, investigadores que han presentado sus trabajos de comunicaciones y posters y que lo han enriquecido de forma notoria, y en especial a la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y a la Universidad de Alicante por propiciar su desarrollo en las mejores condiciones y con los mejores resultados.

Concepción Bru Ronda. Presidenta AEPUM
Alicante junio de 2011

MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DEL MAYOR A TRAVÉS DE LA E-INCLUSIÓN EN LA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO: PROPUESTA DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA.

P. Escuder Mollón*¹, R. Esteller Curto²

^{1,2} *Universidad para Mayores, Universidad Jaume I, Castellón, España*

Resumen: Las tecnologías de la información y comunicación son herramientas que nos ofrecen grandes posibilidades de comunicación y de acceso a la información, pero además, estas tecnologías hacen posible el cambio hacia la sociedad de la información y el conocimiento. Las personas mayores (de 55 años) están usando y accediendo cada vez más a internet, pero estar incluido en la sociedad del conocimiento presenta otras características, ventajas y riesgos diferentes del simple uso de una herramienta; nos propone una forma de acceder, crear conocimiento y organizarse que trasciende del medio tradicional y también de las potencialidades que estábamos acostumbrados. Esta e-inclusión plantea por tanto todo un reto en cuanto que es necesaria una adaptación y adquirir nuevas aptitudes, es necesaria por tanto una intervención educativa específica, todo esto en un grupo social que posee necesidades específicas y que en este artículo se contextualizan alrededor del posible impacto en su bienestar y calidad de vida. Basándose en la experiencia de la Universitat per a Majors, este artículo pretende proponer una intervención educativa que favorezca la e-inclusión de los mayores en la sociedad del conocimiento

Palabras clave: Sociedad del conocimiento, e-inclusión, TIC, educación, calidad de vida

CONTEXTO Y OBJETIVOS

La sociedad en general utiliza cada vez más las tecnologías de la información y comunicación (en adelante TIC), no sólo para navegar por internet o para enviar y recibir correos electrónicos, sino también para crear contenido, formar redes y auto-organizarse (AIMC, 2009); creando esta nueva sociedad en red (Castells, 2004). Los medios de comunicación, entidades educativas, financieras, o gubernamentales están trasladando parte de sus procesos a la red. Además, Internet está pasando a ser usado como un medio global de comunicación, de creación de redes, comunidades de soporte y de creación de conocimiento; internet ya no es sólo una herramienta, sino el medio. Internet debe entenderse como un fenómeno complejo; además de permitir el acceso a recursos y servicios de forma autónoma también favorece la comunicación intergeneracional, el compartir conocimiento, comunidades, etc. Son los jóvenes quienes tienen un mayor acceso a la sociedad del conocimiento ya que poseen mayores aptitudes. Es necesario valorar, justificar y promover una inclusión también de los mayores en esta nueva sociedad ante el peligro que representaría quedarse excluidos.

Las personas mayores de 55 años representan una gran proporción de la población y ésta va creciendo gracias al aumento de la esperanza de vida y las mejores

¹ mollon@uji.es

² esteller@uji.es

condiciones de salud. Las personas mayores también están utilizando las herramientas TIC (Pew, 2004), pero mayormente las de tipo básico (buscadores, correo), y por otros muchos motivos prescinden de otras herramientas más complejas que les permitirían aprovechar y disfrutar de la sociedad del conocimiento (en adelante SC).

En primer lugar esta comunicación pretende definir hasta qué punto puede ser beneficioso que las personas mayores aprendan estas herramientas más complejas. Se hace necesario también definir las necesidades del mayor y las potencialidades de las herramientas TIC así como las aptitudes que debería tener una persona para poder considerarse incluida en la sociedad del conocimiento, todo esto basándose en criterios relativos a su mejora de la calidad de vida (en adelante CV).

Es gracias a las posibilidades de las herramientas TIC que aparecen nuevas oportunidades y potencialidades, también riesgos. Por esto, esta comunicación pretende en segundo lugar clarificar de forma global, qué aportan estas herramientas al mayor, además de definir criterios de inclusión en la SC contextualizados a la persona mayor. Gracias a esto, es posible el diseño de acciones educativas, herramientas o entornos a medida para los mayores tendentes a una inclusión en la sociedad de la información y conocimiento, en adelante “e-inclusión” (Comisión Europea 2007)

Esta e-inclusión puede aportar tanto beneficios a las personas mayores como a la sociedad en general, ya que por una parte, en caso de que la e-inclusión favorezca un aumento de la CV del mayor esto también incrementará el bienestar y salud de este colectivo (con el consiguiente ahorro en servicios sociales y sanitarios); las personas mayores representan un capital social muy valioso que no debe ser ignorado, su participación es muy importante además de que la construcción de la nueva sociedad no puede ni debe ser hecha sin contar con la experiencia de estas personas. La e-inclusión de la persona mayor, por último, también puede facilitar la desaparición de estereotipos en donde se clasifica a las personas mayores como personas pasivas, marginales e inadaptadas.

La educación es la mejor forma de promover una inclusión, pero esta educación debe basarse en criterios diferentes, ya que las personas mayores de 55 años poseen unas necesidades formativas bien distintas que la del resto de la sociedad; ya no necesitan de un título para obtener un trabajo ni sus motivaciones son las mismas que las de los jóvenes, además, la vejez posee características específicas como los cambios psíquicos y físicos, del entorno y de necesidades. La necesidad que se persigue es maximizar la CV, y también exigirse la minimización de riesgos y peligros que comportarían a su vez una degradación de la CV.

Se hace necesario pues clarificar cuales son las posibles herramientas, entornos y aptitudes que serían aplicables para cubrir las necesidades de CV de las personas mayores. Sólo así es posible proceder al diseño de entornos educativos o acciones para la inclusión de los mayores en la SC que las instituciones a diferentes niveles (desde europeas hasta locales) están promoviendo. Este artículo pretende clarificar estos conceptos de forma global: qué tiene que aportar la SC a los mayores, el rol que éstos pueden tener, y por supuesto, qué pueden aportar los mayores a la SC.

La mejor forma de incorporar a los mayores a la SC es mediante una intervención educativa, que les permita aprender a manejar las herramientas, pero además, que les incluya, involucre y les motive, ya que pertenecer a la SC no implica sólo saber navegar o usar el correo sino también conocer y comprender, tener el poder de actuar y de aprender por sí mismos.

La intervención educativa se presenta por tanto como uno de los medios para favorecer esta e-inclusión, y con este objetivo, se está actuando desde la Universidad para Mayores de la Universidad Jaime I. En la actualidad 937 estudiantes están matriculados en este programa de formación de personas mayores (mayores de 55 años), 439 de éstas están matriculadas a cualquiera de los cursos relacionados con las nuevas tecnologías.

En tercer lugar, en esta comunicación se pretende proponer una intervención educativa ya puesta en práctica en la Universidad para Mayores, donde se favorece la e-inclusión mediante una oferta educativa amplia y complementaria.

La calidad de vida del mayor

Dentro de cada periodo vital el ser humano presenta diferentes características y peculiaridades; diferentes áreas de la ciencia se encargan de estudiar en detalle estos periodos: niñez, pubertad, adolescencia, mayor adulto, vejez y ancianidad. En el caso que nos ocupa ahora mismo y que nos interesa en particular es la gerontología.

Existen numerosísimos estudios y publicaciones en el área gerontológica. Encontramos, además, que querer conocer al adulto mayor requiere una intervención multidisciplinar (Pinazo et al., 2005) desde varias áreas: salud, psicología, sociología, educación etc., produciendo otras especializaciones: gerontología, gerotecnología, etc. Nos encontramos, entonces, que desde una aproximación gerontológica es muy difícil definir cómo es el mayor, qué necesidades tiene y cómo pueden cubrirse éstas. Resulta, además, que una agrupación taxonómica del mayor es muy difícil de alcanzar, ya que el proceso de envejecimiento es muy dinámico y heterogéneo: por tanto, si queremos generalizar, pecamos de ambigüedad, y si queremos especializar, se pierde interés global.

Aún con todos estos retos presentes, se hace necesario establecer un punto de partida. De forma general, la meta que persiguen las instituciones, políticas sociales, y el propio mayor es lograr una calidad de vida satisfactoria. La calidad de vida es un término subjetivo, se trata de la percepción del individuo de sí mismo, de su actitud y del entorno. ¿Qué influye entonces la calidad de vida en una persona mayor?

Fernandez-Ballesteros (2010) acepta la calidad de vida (CV) como un concepto complejo compuesto de múltiples componentes objetivos, subjetivos, macrosociales, micro-individuales, positivos y negativos, que pueden ser descritos de forma objetiva y subjetiva. Hay otras acepciones pero centradas en el ámbito médico-sanitario que no se tratan en este artículo ya que además son demasiado específicas y centradas en el ámbito de la salud, interesando una comprensión más amplia del fenómeno.

En Fernandez-Ballesteros (2010) aparecen detallados los principales indicadores que pueden facilitar una medición de la CV, cabe destacar la existencia de indicadores tanto objetivos como subjetivos y tanto de índole social como individual, y es que el entorno condiciona la CV de los individuos (demografía, macro-economía, servicios de salud, estereotipos) pero también el propio individuo (condiciones de salud, economía, independencia, satisfacción, control). Aún la anterior diferenciación, se hace necesaria otra más aplicable a ambos ámbitos, y es el de la percepción real o objetiva y por otra parte de la percepción subjetiva.

Esta percepción de la CV se puede ver mejorada o disminuida según factores tanto externos o internos que suceden al mayor, es necesario tener en cuenta también los riesgos que afectan de forma especial en los mayores su pérdida de CV (Pinazo et al., 2005):

- Cambios en la estructura familiar y en el entorno.
- Pérdida del papel social y familiar.
- Soledad.
- Cambios corporales y dependencia.
- Disminución de la actividad.

¿Dónde tenemos que centrar nuestros esfuerzos para impedir que las anteriores situaciones degraden la calidad de vida del mayor?

- Avances en la ciencia –salud y medicina–.
- Política social –ayudas a la dependencia–.
- Educación.
- Nuevas redes sociales.
- Actividad.

Repasando a continuación uno por uno los anteriores conceptos podemos ver el beneficio de las TIC para lograr un aumento de la calidad de vida de la persona mayor. Sin duda, un aumento de la salud en el mayor influye directamente en su bienestar; pero, aparte de los servicios ofrecidos por nuestro sistema sanitario, el mayor también puede aumentar su salud mediante información y hábitos saludables. La política social debe ser implementada por los diferentes niveles políticos; el mayor puede participar en la representación política y hacerse oír para reclamar sus derechos. Respecto a la educación permanente, representa el factor clave para conseguir una adaptación del mayor a un entorno cambiante. Continuar teniendo contacto social es el principal medio para disminuir las posibilidades de soledad y de exclusión. El permanecer activo representa la última meta a lograr para un aumento de la calidad de vida, pero no sólo para estar distraído y animado, sino porque una actividad mental y física adecuada retrasa el envejecimiento.

Hasta el momento se han citado los componentes de la CV en relación al mayor, pero cabe destacar la existencia de un componente en relación directa con la SC y es la existencia de un entorno cambiante y la actitud y adaptación a éste impactan la CV (Guerreiro 2008). La SC corresponde a un cambio social en donde las personas, empresas y organismos están modificando la forma de comunicarse, organizarse y crear conocimiento. La adaptación a este medio es necesario, se trata de no sólo de estar e-incluido para poder seguir perteneciendo (adaptarse) a esta sociedad, sino también para poder sacar provecho y disfrutar (comunicación, nuevas redes, actividad, educación, etc.)

e-Inclusión en la Sociedad del Conocimiento

El computador e Internet son los máximos exponentes de las tecnologías de la información y comunicación. La sociedad de la información es definida por Castells (2006) como una red, en la que los nodos se reorganizan (incluyen o excluyen), producen y consumen información. En la sociedad en red, son las personas las que en una sociedad informacional, constituyen los nodos que forman parte o no de Internet, y son capaces de generar o producir información. La comunicación mediada por ordenador (CMO) constituye el paradigma tecnológico de la sociedad de la información, y para formar parte de esta red, es necesario no sólo tener acceso físico a la red, sino también estar capacitado para poder usarla.

El concepto de e-inclusión representa un término complejo, la Comisión Europea (2007) la definió como la capacidad de “formar parte” de la sociedad de la información, y esto con relación a lo enunciado por Castells hace necesario además añadir la

capacidad de las personas para adaptarse a nuevas formas de comunicar, compartir, aprender, asociarse, interactuar con otras personas, crear contenidos y defender sus derechos.

Por tanto, una persona e-incluida necesita de:

- Acceso a la red y capacidad de conexión. Esta sería la parte física, condicionada por la tecnología y la capacidad económica de la persona
- Capacidades técnicas, relativas al manejo de las herramientas TIC.
- Conocimiento, vinculado a las habilidades y saberes que poseen los individuos para apropiarse adecuadamente de los nuevos medios y de las TIC (Crovi 2004)

Sin duda alguna, las TIC hacen posible que las personas en general y por tanto, también los mayores alcancen capacidades de comunicación y de información sin precedentes, también de acceso a los servicios. Se asume por tanto, que su uso puede resultar beneficioso. No obstante la SC no son sólo herramientas, sino que nos presenta una sociedad cuyo capital básico es la inteligencia colectiva y la información distribuida (Crovi 2004), la capacidad de las personas para acceder a este recurso e influenciarlo marcará el nivel de e-inclusión de una persona. Unesco (2005) subraya la importancia de la nueva SC un hecho característico y claramente diferenciador: pasar del acceso a la participación, basada en una nueva ética del conocimiento y aprovechamiento compartido.

Impacto de las TIC en la calidad de vida del mayor

De forma directa, las TIC favorecen el acceso a la información y comunicación por parte de los mayores, y de este hecho se hace eco White (1999), quien presenta un primer reto; superar la primera barrera personal por parte del mayor y enfrentarse al aprendizaje. Una vez la persona mayor ya sabe utilizar las primeras herramientas que le dan acceso a la SC, White observa como éstas adoptan la CMO como parte de su rutina, disminuyendo la soledad y tal como White lo nombra: descubriendo el potencial beneficioso de las TICs en la CV. Como segundo impacto, en la comunidad donde se realizó el estudio, se observó un cambio de actitud hacia las nuevas tecnologías, un aumento de la motivación e interés por aprender. También en White (2002) observa cómo, aun no siendo estadísticamente significativo, se percibe una disminución subjetiva de riesgos de depresión y soledad.

No obstante ante evidencias tan aparentemente claras en estudios como el anterior, hay que contrastarlos con otros como el de Selwyn (2004), donde también sucede que muchos otros mayores se encuentran escépticos, y no “viven” las TIC como las harían los jóvenes. Los mayores ven internet como un “solucionador de problemas”, por tanto, deben encontrar utilidad para poder usarlo. Al igual que White, si que observa un uso de las TIC para el mantenimiento de redes de comunicación, pero afirma que dichas redes ya existían antes de las TIC. Por tanto no es que la CMO haga grandes aportes, pero al menos sí que actúa como facilitadora.

Aparte de la comunicación directa usada para transmitir mensajes, hay que entender la SC como redes que dan la posibilidad de compartir y formar parte, y que por tanto deben ser tenidas en cuenta como algo más que un mero canal de comunicación. En los casos de Anderson (2001), Bradley & Poppen (2003) McMellon y Schiffman (2002), Karavidas et al (2005), cada uno en su ámbito comprueban una relación directa entre las TIC y las capacidades comunicativas y sociales:

Anderson (2001) en su caso de estudio realizado en más de 1000 hogares en Reino Unido no encuentra una relación entre la adquisición de conocimientos TIC y el cambio

de rutinas sociales, pero admite que sí que puede facilitar el cambio social. Es decir, nos habla de la adaptación e integración a la vez que de capacidad de participación de la sociedad de la información.

De forma directa, estudios como el de Bradley & Poppen (2003) realizados en comunidades de discapacitados y personas mayores enfermas (es este contexto, que no pueden salir de casa) concluyen claramente cómo las TIC disminuyen la sensación de aislamiento.

En el caso de McMellon & Schiffman (2002) en lugar de demostrar las ventajas de las TIC para la comunicación, propone en su estudio cómo las TIC pueden evitar o al menos disminuir el hecho inevitable que de la pérdida de control y de capacidades personales producidas en los mayores por causa de la edad, explicando además la gran ventaja de las TIC en cuanto permite a las personas seguir en contacto con la comunidad.

La actitud de la persona mayor ante su vida (valoración de la vida en sí misma, motivación, realización de actividades útiles y creativas) presenta uno de los componentes que influencia la percepción subjetiva de la CV del mayor. McMellon & Schiffman (2002) también observan en los mayores que usan las TIC cómo éstas poseen efectos positivos sobre sus vidas. Karavidas et al (2005) observa la misma conclusión, remarcando además la potenciación que hacen posible las TIC de las redes entre las personas, pero también el ser más independiente y estar más informado.

Otra característica que hace aumentar o disminuir la percepción subjetiva de la CV es la independencia de la persona. En este ámbito Henke (1999) no sólo apoya la teoría de que las TIC favorecen la independencia de las personas, sino que además reducen los gastos sociales de soporte a personas dependientes.

Por otra parte, Dickinson (2006) realiza una profunda investigación de forma muy crítica para demostrar como la afirmación que el uso de la computadora e internet tiene efectos positivos sobre el bienestar de los mayores no tiene fundamento y por tanto, podría ser falsa. No obstante, Dickinson tiene en cuenta casos de estudio basados en mayores que estaban aprendiendo; obtiene resultados donde los mayores incrementan el uso y presentan una mayor actitud positiva, pero ninguno de estos casos es realizado sobre mayores considerados tal como se define en este artículo “e-incluidos”. Dickinson no encuentra además ninguna relación de causa-efecto sobre el uso de las TIC y bienestar. Conviene recordar no obstante, que aún cuando no sea posible demostrar esta causa-efecto, si que admite la existencia de una relación.

Leung (2005) clarifica que la existencia de redes de soporte entre las personas siempre es beneficioso para su percepción de la CV, independientemente que estas redes sean on-line u off-line. Leung al igual que Dickinson, admite la existencia de puntos negros ante las redes on-line (intrusión, stress, demasiados cambios) las ventajas no están tan claras y el impacto beneficioso depende del uso “sabio” que se haga de éstas.

Respecto a las redes de soporte, Hlebec (2006) pone de evidencia como internet facilita el acceso a familias desaventajadas para obtener apoyo y ayuda, incluso cuando ésta no se busca intencionadamente, sino que se accede a la red por diversión, información, etc. no obstante admite el hecho de que internet no proporciona un cambio radical y definitivo, lo que sí que se está convirtiendo internet es en un medio cada vez más utilizado y con mayor impacto.

En cualquier caso es necesario puntualizar que no es suficiente el poseer unas aptitudes técnicas para tener acceso a todas las posibilidades que nos brinda la SC, sino

también habilidades sociales que deben trasladarse del campo real al virtual. Así también lo expresa Chadwick-Dias (2004) diferenciando la *experience* (capacidad de vivir, sentir, experimentar) con *expertise* (ser experto, saber mucho). Aquí entra por tanto el concepto que ya se había introducido cuando se hablaba de “e-inclusión” en cuanto que éste concepto relativizaba los conocimientos técnicos a favor de otras relativas a aptitudes y capacidades, y es que es un hecho la capacidad de las TIC de incluirse dentro de las propias vidas de cada uno (Haythornthwaite, 2001).

Hasta el momento se han detallado investigaciones que relacionan el uso de las TIC con la CV, pero también se hace necesario el observar la negación a las TIC, para observar su efecto con la CV. Leung (2009) así lo hace y descubre una relación indirecta producida por la falta de conexión, que produce un impacto negativo en el “alfabetismo digital” que a su vez provoca un efecto negativo en la CV.

Propuesta para la mejora de la calidad de vida

Internet ha cambiado y seguirá cambiando, aparecerán nuevos artilugios, nuevas tecnologías y nuevas formas de interactuar, comunicarse y de crear información; las personas aprovecharán estas posibilidades y la sociedad en general sufrirá cambios.

El interés de un adolescente en las TIC es muy diferente al de una persona adulta, y una persona que está en periodo laboral tiene una motivación en el aprendizaje diferente al de otra que tenga más tiempo libre y puede dedicarse a lo que más le apetezca. El aprovechamiento de las TIC también es diferente es en el caso de una persona que posea alguna discapacidad, viva en una zona desfavorecida o haya tenido un cambio familiar o cualquier otro cambio en el entorno; cada cambio y cada situación concreta, así como nuevas etapas vitales, demandan nuevos conocimientos y aptitudes, y requieren, por tanto, de una adaptación que debe ser asumida.

Las TIC pueden ser aprovechadas en cada momento vital de formas muy diferentes, y es sobre todo el mayor quien, de forma consciente y reflexiva, debe conocerlas, evaluar si desea utilizarlas, si quiere vivir en la nueva sociedad en red, si quiere actuar y construir la nueva sociedad y defender sus derechos a través de ella y en ella. Esta decisión puede ser únicamente suya, pero tanto los poderes públicos como las instituciones educativas tienen la obligación de tender la mano y ofrecer esta oportunidad.

La oferta educativa deberá adaptarse, en primer lugar, al estudiante, y, en segundo lugar, al contenido. Sin duda ninguna, el nivel aumentará, el contenido cambiará, y lo que es más importante, la metodología tendrá que adaptarse a las nuevas demandas. Se trata de un cambio continuo, un aprendizaje permanente porque se debe estar en disposición de aprender a lo largo de toda la vida, favoreciendo de este modo la adaptación a la sociedad.

Las TIC además favorecen la comunicación y el acceso a la información, y ello conlleva a la disminución de riesgos inherentes al mayor como el soledad, adaptación y pérdida actividad y motivación. Cabría esperar pues una resolución positiva de la hipótesis de que la e-inclusión favorece un aumento de la CV, en cambio, y en base a las experiencias consultadas relativas al impacto de las TIC en las personas mayores, éstas ofrecen resultados diferenciados en dos grandes grupos: aquellos que si que distinguen de forma clara y concluyente un impacto en el bienestar del mayor y su calidad de vida y otros que no encuentran una causa-efecto clara aunque sí admiten una relación y por tanto, también existe dependencia.

Es necesario concluir en primer lugar la evidencia obtenida, que las TIC ofrecen grandes potencialidades y en también peligros; sólo el conocimiento y la adquisición de las aptitudes adecuadas pueden hacer que estas se usen de forma adecuada.

En segundo lugar es necesario concluir la necesidad inherente (casi exigencia) de cualquier persona de estar e-incluido a la SC para poder seguir formando parte activa de la sociedad actual. La SC presenta una estructura social diferente en la creación de conocimiento, acceso a éste, acceso a servicios u organización de las personas. Ninguna persona debería estar excluida de esta sociedad. Por tanto, la simple exclusión de esta sociedad representa en sí misma un riesgo a la CV

En tercer lugar y aunque una persona pudiera tener acceso completo a su red de amigos, de soporte, de información, de educación, ocio, etc. de forma real (sin intervención de la CMO), las características específicas de los mayores (tal como se ha visto en la sección 4) las hacen personas específicamente idóneas para poder disfrutar de las ventajas de la SC, partiendo desde hechos objetivos (como el hecho de poder acceder desde casa o zonas rurales, para personas discapacitadas, pérdida de contactos sociales o de ocio o actividad) o hechos subjetivos, ya que ofrece nuevas posibilidades en cuanto comunicación, sociabilización y participación en la sociedad.

Por las anteriores tres razones y también con las salvedades indicadas, puede afirmarse que una e-inclusión en la SC está relacionada con la CV del mayor, y aunque no está claramente demostrado que esta relación es de “causa y efecto” si que aparecen suficientemente relacionadas para concluir que la e-inclusión es un factor que influencia enormemente a la CV tanto positivamente como negativamente cuando tenemos el caso de una persona no e-incluida.

Aún la existencia de esta relación, se hace necesario realizar estudios más profundos encaminados a medir el impacto de las TIC en ciertos componentes de la CV, lo que permitiría una intervención educativa o social dirigida específicamente a resolver problemas específicos de colectivos de mayores en riesgo.

Entre los estudios citados en la anterior sección, pueden distinguirse claramente aquellos realizados a mayores que iniciaban su aprendizaje con las TIC y por tanto tenían un primer contacto, y aquellos mayores que ya conocedores del uso básico de las TIC realizaban ya un uso más consciente, “vivían” la red (nombrado como *experience* en lugar de *expertise*), formaban parte de redes y se comunicaban de una forma más compleja de cómo lo harían en una relación off-line.

No es propósito de esta comunicación centrarse en las aptitudes básicas necesarias para un primer contacto con las TIC, sino más bien dar a conocer el siguiente paso; el que permitiría una e-inclusión.

Aptitudes y herramientas para la e-inclusión

El concepto de “e-inclusión” de una persona es una característica compleja. La Comisión Europea (2007) cita características tales como “participación de todas las personas y comunidades en todos los aspectos de la sociedad de la información”, así como “uso de las TIC para superar la exclusión,... , calidad de vida, social participación y cohesión”. Además cita literalmente la necesidad de toma de medidas para mejorar el acceso a personas con desventajas, entre las que se cita a los “mayores” en un reto de “una sociedad que envejece”. No obstante, la Comisión, aunque enumera las características de la e-inclusión, no cita qué aptitudes o herramientas son necesarias. Es por eso que se hace necesario llegado a este punto, desmenuzar conceptos relativos a la

e-inclusión y convertirlos en aptitudes y herramientas, todo esto en base al contexto de las personas mayores y su adaptación a una SC.

Los conocimientos necesarios para la e-inclusión de la persona mayor en la SC trascienden el simple hecho de conocer y saber manejar una herramienta. De hecho es imposible el saber manejar todas las herramientas existentes, en cambio esta nueva SC tiene otra gran potencialidad y es que su estructura favorece el aprendizaje (Unesco 2005). Por tanto una aptitud básica del mayor para su e-inclusión sería tener la capacidad suficiente como para aprender por sí mismo, pedir ayuda y ayudar a los demás en la red.

Esto plantea además una necesidad, y es que la persona ha de tener una predisposición positiva y crítica a la vez hacia las nuevas tecnologías, ha de conocer su utilidad, cómo puede usarlas y de forma global, cual es su impacto en la sociedad, y cómo pueden ser usadas por él para influenciar y alcanzar sus derechos. Por tanto se hace necesario que la persona esté integrada en la SC, conociendo sus potencialidades, lo que sucede (noticias) y asumiendo el impacto que ésta tiene sobre su vida y adaptándose o promover el cambio.

Otra característica de la SC es la posibilidad de acceso y creación de contenido. La persona mayor posee, por su propia experiencia vital, acumulados gran cantidad de conocimientos, todo esto constituye un gran capital social que no debe ser desaprovechado, entra en juego entonces la posibilidad de las TIC para representar y preservar este conocimiento.

Las herramientas TIC de la web 2.0 (como los blogs, o wikis) hacen posible que el conocimiento no esté restringido sólo a entidades educativas o centros de investigación. El conocimiento es generado y construido por las propias personas. Además en la web 2.0 (O'Reilly 2001) también existen herramientas para la construcción de comunidades virtuales, con capacidades de organización, soporte y socialización extraordinarias. Ya centrándonos en una intervención educativa, se propone que la e-inclusión del mayor en la SC ha de pasar por diferentes fases que van desde un acceso y conexión, uso básico, información y concienciación, participación, colaboración hasta llegar a la organización en la propia red.

La Universidad para Mayores

La Universidad de Mayores (UM) es un proyecto de educación de personas mayores dentro de la estructura de la Universidad Jaume I de Castellón. El concepto incluir a personas mayores en las comunidades universitarias fue propuesto por primera vez en 1986 por Lemieux y Vellas. Actualmente, 57 (80 %) de las universidades españolas (Cabedo 2006), poseen un proyecto educativo de este tipo con más de 30.000 estudiantes matriculados en sus cursos. Estos alumnos son mayores de 55 años, y sus motivaciones principales se basan en el interés en las materias impartidas, mantenerse al día, satisfacer su curiosidad y mantener su mente activa. La universidad ofrece un marco social, académico y de investigación en donde los programas educativos de personas mayores tienen cabida y estas cualidades son las que diferencian claramente los programas educativos universitario para mayores en España de otras entidades de educación de adultos. El primer programa en iniciarse fue en 1992 en la Universidad de Alcalá de Henares. La UM de la Universidad Jaume I, fue fundada en 1998 con 38 alumnos. Los cursos de TIC se ofrecieron por primera vez en 2002 y en el último año académico (2010-2011), 937 alumnos se han matriculados con una edad media de 66 años. Los objetivos de la UM son los siguientes:

- Fomentar la participación de los mayores en la sociedad actual.
- Contribuir al proceso de adaptación de las personas mayores a los cambios de nuestra época.
- Facilitar un espacio adecuado para el intercambio de conocimientos y experiencias de orden científico y cultural.
- Evaluar, reconocer y enriquecer las experiencias adquiridas por las personas mayores en su vida laboral y profesional.
- Posibilitar y ofrecer una propuesta real para las relaciones intergeneracionales.
- Incentivar el acceso de las personas adultas a los conocimientos propios de la vida universitaria que, entre otros resultados positivos, pueden contribuir a una mejor calidad de vida.

La oferta educativa se realiza en mayor medida mediante una estructura de educación formal permitiendo de este modo establecer claramente los objetivos de aprendizaje y competencias que se pueden lograr a través de un plan de estudios. Las materias que se imparten son esencialmente de las disciplinas de humanidades como el arte, la historia y la psicología, pero también incluyen otros temas como la economía y la salud. Ya en otro contexto, se ofrecen también actividades extra-académicas (actividades culturales, teatro, excursiones, coro, revista, programa de radio, etc.) como complemento a la oferta educativa principal. Todos los profesores son profesores universitarios y todos los cursos están diseñados a medida para personas mayores.

Esta estructura formal tiene ventajas significativas; permite crear un entorno de aprendizaje controlado que proporciona un marco para la enseñanza formal en el aula, pero también permite alcanzar otros objetivos educativos más amplios, tales como, la promoción de la tolerancia, la integración, el respeto, la socialización, etc. El personal docente de la UM y los tutores son figuras esenciales en este proceso; todos ellos participan activamente en la educación de los alumnos durante todo el año académico. Además se realizan evaluaciones no sólo del progreso de los alumnos sino también de la metodología y los procesos empleados, esto facilita la validación de la metodología y pedagogía y la toma de medidas correctoras.

Educación formal e informal de TICs en la Universidad para Mayores

Centrándonos en el aprendizaje de las TIC, el sistema formal permite:

- Definir los objetivos y las competencias que el alumno debe alcanzar, estableciendo así una ruta e aprendizaje y un objetivo final que debe alcanzarse. Al final del curso el alumno, el profesor y el proceso completo de aprendizaje pueden ser evaluados en relación con estos objetivos.
- Dar al alumno una orientación inicial para adquirir las habilidades más básicas de manejo de computador e Internet.
- Enseñar la variedad de aplicaciones de Internet y herramientas informáticas y la funcionalidad y utilidad que proporcionan, aunque no sea de forma profunda. De esta forma, es posible ofrecer ya con posterioridad cursos específicos.
- Proponer ejercicios y tareas que permiten a los estudiantes a consolidar lo que han aprendido, reconocer sus dudas y exponer deficiencias en la metodología. Las tareas y ejercicios se eligen específicamente para proporcionar ejemplos del mundo real de cómo las computadoras y el Internet puede ser útiles en la práctica.

La UM ofrece cursos de TIC en tres niveles cada año: básico, intermedio y avanzado. La característica principal de estos cursos es que son muy amplios, es decir, no se centran sólo en una aplicación informática o servicio de Internet.

El nivel básico está diseñado para personas sin experiencia en informática o en Internet. Es posible aprender a utilizar el ratón y el teclado, y el sistema operativo (Windows) con su propio lenguaje y la interfaz (ventanas, al hacer clic, doble clic, arrastrar y soltar, copiar, pegar). A continuación, aprenderían a utilizar las herramientas (navegadores y herramientas de correo) y aplicarlos para sus propios fines (investigación, aprendizaje, entretenimiento, etc.) Al finalizar el curso de 50 horas, se han convertido en usuarios básicos de Internet.

La duración del curso de nivel intermedio es también de 50 horas. Los alumnos aprenden a utilizar Internet para sus propias necesidades: para comprar en línea, chat, utilizar los sitios web de traducción, y así sucesivamente. El curso se centra en el uso de páginas web (museos, mapas, medios de comunicación, blogs, wikis), la seguridad (virus, correo electrónico) y búsqueda de información (páginas web, imágenes, programas). Al término de este nivel, los estudiantes deben haber ganado las habilidades suficientes para aprovechar la Internet y también para aprender de manera independiente. Sin embargo, llegamos a la conclusión de que esto no es del todo cierto, en realidad, como se observó una falta de iniciativa y determinación para seguir intentando, pruebas y pedir ayuda con precisión (es decir, hacer las preguntas correctas para resolver el problema que se experimentando).

El nivel avanzado está diseñado para estudiantes que quieran utilizar las herramientas específicas disponibles (comunidades virtuales, web colaborativas, servicios en la nube, conversión de formatos, configuración de redes), y también para seguir aprendiendo más sobre las áreas cubiertas en el nivel intermedio (por ejemplo, búsquedas avanzadas, servicios de pago, consejos de seguridad, aprender en la red, etc.).

Otros cursos que se ofrecen son de 15 horas de talleres que se han creado para cubrir áreas específicas de las TIC, como la fotografía, creación de un blog, herramientas de presentación, el mantenimiento de Windows y el software libre. El contenido del taller varía cada año dependiendo de la demanda.

No obstante, pronto se hizo evidente de que el aprendizaje formal en las clases de las TIC no era suficiente, además de que no alcanzaba todos los objetivos marcados. Esto condujo a la creación del "Seminario Permanente de Nuevas Tecnologías" en el curso académico 2006-2007. Este seminario se creó con el propósito de establecer un marco metodológico que permitiera una investigación, mejora e innovación continua en el área de la educación y nuevas tecnologías en mayores, todo esto para incrementar la calidad de la intervención educativa y alcance de los objetivos tanto generales como de los propios alumnos. Los resultados del seminario se observaron por primera vez durante el año académico 2009-2010, y han tenido continuidad en este curso que termina 2010-2011 y se resumen en esta comunicación.

Como se ha descrito anteriormente, mientras que la educación formal es capaz de proporcionar grandes beneficios y de mostrarse adecuada para transmitir conocimientos, en el caso de las TIC por su carácter tan práctico y que afecta transversalmente a otros aspectos sociales y vitales, se hace necesario ofertar otros tipos de actividades además de los propios cursos. El aprendizaje no formal e informal en la UM se propone a través de actividades tales como seminarios y talleres diseñados para complementar aprendizaje de los estudiantes. Se ha hecho evidente que estas actividades son tan importantes como los cursos formales.

Estas actividades tienen como objetivos:

- Convertir a los estudiantes en usuarios activos de las TIC (Esteller, Escuder, y Traver, 2009), capaces de incorporar las TIC a su vida cotidiana fuera del aula.

- Un usuario activo de las TIC refleja una situación compleja, no sólo se basa en las habilidades o competencias que posee, sino que además es consciente de la realidad y las consecuencias de Internet, además de que es capaz de actuar e influir. Para convertirse en un usuario activo de las TIC no se requiere saber usar todas las herramientas, pero sí entender de forma general las posibilidades que nos ofrece Internet y la influencia que tiene sobre la sociedad y la vida de los individuos.
- Aumentar la capacidad de los estudiantes y la experiencia, y aumentar su motivación y confianza para que puedan seguir aprendiendo por sí mismos, pedir ayuda, y también ayudar a otros.
- Otorgar a los mayores el papel activo que se merecen, permitiendo su participación en el proceso de aprendizaje, alentándolos a crear contenidos y la promoción de sus iniciativas.
- Los mayores no deben ser considerados como sujetos pasivos que no pueden hacer nada útil; su conocimiento, experiencia y tiempo libre pueden ser utilizados aun sin llegar a un abuso. A través del trabajo voluntario o de otros canales de participación en los niveles de toma de decisiones de una institución, las personas mayores pueden proporcionar grandes beneficios a la institución, a la sociedad y lo que es más importante, para ellos mismos.
- Integrar los adultos mayores en la "sociedad red" (Castells, 2006). El potencial de la Web 2.0 (O'Reilly, 2007) ha sido reconocida en todo el mundo (Grossman, 2006).
- Las personas mayores deben ser una parte integrante de esa sociedad; deben ser capaces de participar y defender sus derechos mediante el fomento de la ciudadanía a través de Internet y e-inclusión (Comisión 2007).

Oferta de actividades en la Universidad para Mayores

Las actividades que ofrecemos en la UM varían enormemente e intentan cubrir diferentes objetivos (descritos anteriormente) mediante diferentes acercamientos pedagógicos. En esta sección se resumen las actividades llevadas a cabo por la UM en el año académico 2010-2011.

Clases teóricas y seminarios

No es frecuente ofrecer clases teóricas acerca de internet y de las nuevas tecnologías, si son impartidas de una forma adecuada, amena, y contextualizándolas a hechos actuales, su aceptación y asimilación es muy alta. Las clases teóricas y seminarios ofrecen la oportunidad de informar y mostrar el impacto de las TIC en la sociedad. Algunas conferencias y seminarios tratan con la historia reciente de Internet, el desplome de la burbuja de las puntocom, los sitios web de colaborativos, lo que es la Web 2.0 cómo funciona, y ejemplos de su utilidad y su impacto en la vida real además de otros aspectos tecnológicos actuales como la comunicación mediante dispositivos móviles y *gadgets* que despiertan la curiosidad de los mayores. Los sitios web no pueden ser mostrados en detalle debido a que estas conferencias están dirigidas a personas mayores en general, con y sin el conocimiento en TIC. Estos seminarios además de proporcionar información contextual y social actual, despiertan la curiosidad y motivan para que los mayores sigan aprendiendo.

La red familiar

Cuando una persona está aprendiendo algo nuevo, puede tener miedo de practicar o probar cosas nuevas. El sitio web de la UM proporciona detalles de todas las materias que se imparten y las actividades extra-académicas; excursiones, grupo de teatro, viajes,

álbumes de fotos, trabajos de los estudiantes. Estas páginas se han adaptado para permitir la participación de estudiantes y la interacción. Los alumnos reconocen que gracias al entorno conocido y familiar de la UM les resulta más fácil comenzar a explorar y participar en la Internet. Otras herramientas comunicativas y sociales más complejas como blogs y redes sociales, también existen para dar cabida a los alumnos que quieren conocer estas nuevas posibilidades de Internet de una forma controlada y conocida. Se trata por tanto, de un magnífico punto de entrada desde donde los alumnos adquieren confianza para luego probar y experimentar en otros lugares web y comunidades.

Información

A través de las clases teóricas y prácticas, una lista de correo y un blog, se informa de forma continua acerca de lo que sucede en la actualidad; medios de comunicación tradicionales (TV y periódicos) con frecuencia informan de noticias relacionadas con las TIC, de cómo estas afectan a niveles políticos, sociales, económicos, etc. Además se informa de nuevas páginas web y herramientas, no para enseñar a manejarlas sino para dar a conocer su funcionalidad y potencialidades. Esta actividad se lleva a cabo en todos los niveles del curso. Prácticamente todos los estudiantes consideran que esta información es muy útil y aprecian el hecho de que se intenten explicar hechos, noticias o artefactos mediante lenguaje sencillo, de forma cercana y proporcionando un contexto que les da sentido y utilidad.

Producción de contenidos

Todo el mundo debe tener la oportunidad de escribir, participar e intercambiar información y conocimientos. Los estudiantes pueden comunicarse a través de correo electrónico, pero también se les muestran otros medios de comunicación (blogs, wikis, comentarios en el propio portal de la UM o en la comunidad virtual). Se pretende que las personas mayores pasen de un estado en donde saben usar las herramientas y son conscientes de sus posibilidades a otro en donde saben cómo participar en la sociedad, influenciarla, defender sus derechos y crear nuevos contenidos. En ocasiones simplemente no quieren hacer este segundo paso (sin tener ningún motivo) o en otras, no saben que escribir porque piensan que no tienen nada suficientemente importante que decir. Se han propuesto dos enfoques para permitir a los estudiantes que expresaron su interés en la creación de algún tipo de contenido de la web: formar grupos y escribir sobre sus intereses comunes (por ejemplo, viajes de cocina, las costumbres locales, etc.) o escribir sobre los acontecimientos en la institución local (en este caso, las actividades y otros eventos en la UM). Este sería el primer paso para que ya de forma autónoma los mayores se convirtieran tanto en consumidores de información como en productores de conocimiento.

Otorgar a los alumnos un papel central

En asociaciones de aprendizaje Grundtvig y otros proyectos, los estudiantes se colocan en el centro del escenario de su educación; su participación y opinión es fundamental en estos proyectos. El trabajo voluntario, por ejemplo, como tutores (o asistentes de enseñanza) saca el máximo partido de sus conocimientos, y motiva a otros alumnos a seguir (como en el proyecto SenTrain: “Train the trainers”). Los alumnos más avanzados también pueden participar en la organización de conferencias o la preparación de materiales en forma de libro o manual (Cabedo et al., 2008, pp 177-248), otros ejemplos de participación activa de los mayores serían los proyectos europeos Grundtvig activeICT (<http://www.activeict.org>) ict50+ (<http://www.ict50plus.org>)

Propuesta metodológica para la activación

Internet está en constante crecimiento y evolución y las nuevas formas de comunicación son la remodelación y ampliación del alcance de las posibilidades de que los usuarios pueden aspirar. La revolución que estamos presenciando hoy es impulsada por un nuevo conjunto de características y una filosofía que propone que los usuarios (no las grandes corporaciones y organizaciones) se conviertan en los actores principales en el Internet. Esta es la era de la Web 2.0.

La web 2.0 (O'Reilly 2001) permite a los usuarios realizar una comunicación más compleja (que trasciende un simple correo electrónico) superando la distancia tanto física como temporal para mantenerse en contacto con la familia o amigos. Web 2.0 también ofrece una manera para que la gente se exprese, aprenda y comparta. Por último, las herramientas Web 2.0 poseen unas características complejas que trascienden una simple página web; los hiperenlaces, hipermedia y los contenidos dinámicos son ya habitualmente usados por páginas web, permitiendo una interacción mayor, transmisión de sensaciones y en ocasiones una mejora en la usabilidad.

En la UM se ha diseñado un camino realista y bien motivado para lograr la competencia total con las herramientas Web 2.0, lo que lleva a los usuarios de las TIC a ser más activos. Se han definido un conjunto de etapas por las que los alumnos poco a poco pueden avanzar a medida que se sientan cómodos y conscientes de su propio potencial para crear contenido y pertenecer en comunidades virtuales:

- **Lectores:** los usuarios en la primera etapa tienen conocimientos de la Web 1.0. Este es el punto de partida hacia la integración de la Web 2.0. Estos usuarios deben ser capaces de navegar por páginas web, buscar de información, así como enviar y recibir correos electrónicos.
- **Autores colaborativos:** El primer paso en el uso de una herramienta Web 2.0 se deben iniciar a través del trabajo en grupos. Proponemos a los alumnos que utilicen un Wiki como una herramienta de colaboración donde los usuarios comparten información y de esta forma puedan empezar a crear contenido sin miedo a cometer errores, ya que cualquier error será corregido por sus wiki-colegas.
- **Autores individuales:** Cuando los alumnos se sientan cómodos creando contenido y compartiéndolo con amigos o familiares, pueden empezar a crear y publicar información por su cuenta. Ellos son los responsables de los contenidos creados, el estilo de diseño, y así sucesivamente de cualquier información publicada. Esta es la etapa más difícil ya que los usuarios están tomando sus primeros pasos de la Web 2.0 por sí mismos.
- **Integración en las redes sociales virtuales:** Cuando los usuarios se familiaricen con las formas de intercambio de información y la creación de contactos con otros usuarios de la Web 2.0, pueden crear o unirse a una serie de comunidades relacionadas con el tema. Pueden encontrar intereses comunes con la gente que no conocen personalmente y establecer un vínculo. Este es el más alto nivel de integración de la Web 2.0.

Proyectos web 2.0 y su impacto

Como aplicación a la anterior metodología de activación, en la actualidad es posible mostrar el siguiente catálogo de sitios web 2.0 realizados por mayores que se resume en las siguientes experiencias:

La WikiSenior (<http://www.wikisenior.es>) es la primera wiki realizada por los mayores iniciada como proyecto piloto en el curso académico 2008-2009 (Traver,

Esteller, y Escuder, 2009). En la actualidad, posee más de 150 artículos (y otros más en preparación) escritos por mayores acerca de temas como experiencias personales, viajes, gastronomía, costumbres, etc.

Blogs: se han creado blogs específicos para diferentes grupos de alumnos, en el caso de zonas rurales, poseen 2 blogs que han causado enorme impacto en sus comunidades locales y donde el grupo de alumnos explican cualquier evento o hecho que sucede en su comarca. Además de estos casos de blogs creados por los alumnos, se ha creado además un blog dedicado a la investigación por parte de los propios alumnos (<http://mayores.uji.es/blogs/antropologia>) y donde plasman el resultado de sus investigaciones. Ya en modo más informal están los blogs relativos a actividades, como el de senderismo (<http://mayores.uji.es/blogs/senderismo/>)

Grupo en Facebook: 99 personas están en este grupo, que une tanto a mayores como a otras personas del colectivo de la universidad (jóvenes y profesores) siendo por tanto un punto de unión y conexión entre diferentes miembros de la comunidad.

El uso de estas herramientas permitió en primer lugar que los alumnos aprendieran un uso de Internet para el que no estaban habituados, en este caso, la creación de contenido. Adicionalmente, permitió que vieran, desde una parte muy práctica algo que hasta el momento sólo habían tenido la oportunidad de observar como lectores, siendo ahora, escritores. Por tanto, la participación en actividades como son la wiki o el blog resultó en un incremento de capacidades y habilidades tecnológicas, y además comprensión y conocimiento acerca de cómo funciona internet y las personas que escriben.

El impacto en el resto de la comunidad tanto de estudiantes, como universitaria o local ha sido excelente. En primer lugar, el resto de alumnos que no han participado directamente en las actividades y que no tenían suficientes conocimientos de internet han conocido algo que hasta el momento creían imposible: que una persona normal pudiera escribir algo en internet. Para el resto de alumnos con más conocimientos, les ha servido para motivarse y aprender más acerca de estas herramientas. En cualquier caso, todos los alumnos han podido observar y entender de qué forma la web 2.0 funciona y de qué es capaz; ha facilitado por tanto su comprensión del medio, además de motivarles para aprender más. Los alumnos que si que han escrito se han sentido doblemente impactados, desde sus compañeros de clase hasta por su comunidad (familiar o local); es remarcable el hecho de que un mayor escriba sobre hechos culturales o históricos y que el resto de comunidad se lo reconozca.

De forma general, se ha dado libertad a los alumnos para que escribieran acerca de lo que ellos consideraban adecuado. El blog de antropología es un caso especial (<http://mayores.uji.es/blogs/antropologia>) ya que se ha diseñado con el propósito específico dentro de otra clase de la UM. En este caso, los alumnos han de investigar acerca de hechos de su territorio, y publicarlos en el blog. Mediante esta actividad, diseñada con fines de promover un aprendizaje constructivista, los mayores pueden colaborar entre ellos, además de que otras personas fuera del grupo, hacen sugerencias y difunden lo que se ha escrito.

Las instituciones educativas no pueden sino alentar y capacitar a los adultos mayores para convertirse en ciudadanos de la red. Al final, es su elección si se activa o no. Cualquier camino que decidan seguir, es de vital importancia se les da esa oportunidad, y ellos, y la sociedad en su conjunto, tienen la oportunidad de cosechar los beneficios de sus decisiones razonadas y racionales.

Conclusiones

Es un hecho de que la sociedad actual está incorporando las posibilidades de la red y de los ordenadores a rutinas diarias, además de modificar la forma en cómo se accede a la información, a los servicios, se aprende y se ayuda, todo esto es lo que está convirtiendo la sociedad actual en la Sociedad del Conocimiento.

Es necesario que el mayor se adapte y se incluya a esta sociedad, saque todo el provecho que pueda y además que participe y aporte lo que considera necesario. Si no es así, el mayor podría ser excluido y por tanto su calidad de vida podría verse decrementada. La Sociedad del Conocimiento hace posible además nuevas posibilidades de comunicación, colaboración y sociabilización, y aunque también aporta grandes riesgos, las instituciones educativas estamos en la obligación de promover un uso positivo y crítico que pueda favorecer al mayor y al resto de la sociedad.

Las herramientas web 2.0 en cuanto a su capacidad técnica, hacen posible un uso más complejo de la red, en donde es posible vivir y sentir, formar parte y participar, pero aprender a manejar estas herramientas no es suficiente. Se trata de herramientas que es posible aprender para usarlas, pero que poseen otras implicaciones sociales, las cuales las instituciones educativas también hemos de dar a conocer y los mayores, si así lo desean, deben tener el derecho de poder usar y aprovechar.

La propuesta metodológica que aquí se ha presentado se ha planteado para que de una forma progresiva el mayor gane en cuanto capacidad y poder de poder dirigir su propia vida en una sociedad en la que el ordenador e internet ocupan una gran parte de los procesos diarios a los que una persona se enfrenta. El aprendizaje de una herramienta no es suficiente, ya que esta herramienta, tal y como se ha presentado anteriormente, no es utilizada de forma aislada por una persona, sino por una comunidad, y no con un propósito simple como podría ser el de “enviar información”, sino con otros muchos más complejos, como “comunicarnos” o “compartir”. Una persona e-incluida debe ser una persona consciente, dispuesta, con actitud positiva y crítica a la vez, dispuesta a aprender lo que le apetezca, participar y de actuar frente aquello que considere adecuado defendiendo su posición y sus derechos. Además, las personas mayores merecen tener un rol activo en esta sociedad, desde donde pueden aprovecharse y aportar y donde en ningún caso deberíamos permitir que la Sociedad del Conocimiento sea construida sin la participación de los mayores.

REFERENCIAS

- AIMC, (2009). Navegantes en la red, 11ª encuesta AIMC a usuarios de internet. Asociación para la investigación de medios de comunicación. Febrero 2009. Madrid.
- ANDERSON, B., & TRACEY, K., (2001). Digital Living: The Impact (or Otherwise) of the Internet on Everyday Life. *American Behavioral Scientist*, 45 (3), 456-475.
- BRADLEY, N., & POPPEN, W. (2003). Assistive technology, computers and Internet may decrease sense of isolation for homebound elderly and disabled persons. *Technology and disability*, 15(1), 19-25.
- CABEDO, S., et al. (2006). Los programas universitario para mayores en España: una investigación Sociológica. Castellón, Spain: Publicacions de la Universitat Jaume I.
- CABEDO S., et al. (2008). Jornadas de mayores y nuevas tecnologías. Castellón, Spain: Publicacions de la Universitat Jaume I.
- CAMPBELL, R. J., WABBY, J., (2003). The Elderly and the Internet: A Case Study . *The Internet Journal of Health*. 1 (3).

- CASTELLS, M., (2004). Informacionalismo, redes y sociedad red: una propuesta teórica, en: Castells, M., (Ed.), *La sociedad red: una visión global*. Alianza Editorial, Madrid, 27-75.
- CHADWICK-DIAS, A., TEDESCO, D., TULLIS, T. (2004). Older adults and web usability: Is web experience the same as web expertise?. *Extended Abstracts of the 2004 Conference on Human Factors and Computing Systems*, Vienna, 1391–1394.
- COMISIÓN EUROPEA, (2007). *European i2010 initiative on e-Inclusion*. COM(2007) 694, SEC(2007) 1469, SEC(2007) 1470. Bruselas
- COMISIÓN EUROPEA. (2007). *Communication on: European i2010 initiative on e-Inclusion: "To be part of the information society"*. COM(2007) 694 final. Brussels: Commission of the European Communities.
- COMISIÓN EUROPEA. (2009). *Aims and objectives of the Grundtvig program*. http://ec.europa.eu/education/lifelong-learning-programme/doc86_en.htm
- CROVI, D. (2004). *Sociedad de la información y el conocimiento. Algunos deslindes imprescindibles. Sociedad de la Información y el Conocimiento: Entre lo falaz y lo posible*. La Crujía. Buenos Aires.
- CUCITI, J. M. (2005). *Computer instruction and andragogy: Best methods to teach the elderly E-mail as a communication tool*. University of Oregon. Applied Information Management Program. Retrieved February 1, 2009 from <http://aim.uoregon.edu/research/pdfs/Cuciti2005.pdf>.
- EASTMAN, J. K. & LYER, R. (2004). The elderly's uses and attitudes towards the Internet. *Journal of Consumer Marketing*, 21(3), 208–220.
- DICKINSON, A. , GREGOR P. (2006) Computer use has no demonstrated impact on the well-being of older adults. *International journal of human-computer studies*. 64, 744-753
- EMPIRICA, Gesellschaft für Kommunikations- und Technologieforschung mbH & Work Research Centre - Dublin. (2008). *Seniorwatch 2. Assessment of the senior market for ICT. Progress and developments*. Bonn and Brussels: European Commission, Information Society and Media Directorate General.
- ESCUDER, P. (2007). The influence of life-long-learning on quality of life in senior citizens. *Proceedings of the VI European Congress of the International Association of Gerontology and Geriatrics*, St. Petersburg, Russia, 20(3) pages 234-235. Petersburg.
- ESTELLER, R., & ESCUDER, P. (2009). Structure of the teaching and learning process of information and communication technologies for seniors. *International Scientific Conference Society. Integration. Education. Rezeknes Augtskola. Proceedings book*. ISBN 978-9984-44-018-7. Rezekne, Latvia.
- ESTELLER, R., ESCUDER, P., & TRAVER, J. (2009). Methodological proposal for an ICT activation among senior learners. *International Conference on Education and New Learning Technologies. Proceedings CD*. ISBN 978-84-612-9802-0. Barcelona, Spain
- ESTELLER, R., ESCUDER P., et al. (2007). Methodology and didactics in ICT courses for senior citizens at the senior citizens' university [Abstract]. *VI European Congress of the International Association of Gerontology and Geriatrics. Abstract book*, 20(3). St. Petersburg. 235-236
- FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R. (2010= *Quality of Life in Old Age: Problematic Issues*. *Applied Research in Quality of Life*.
- GABRIEL, Z. & BOWLING, A. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing & Society*, 24(5), 675-691

- GUERREIRO, M.D, BARROSO, M. RODRIGUES, E.A. (2008). Future trends for quality of life in Europe. Scenario Analysis. Universiteit Utrecht.
- GROSSMAN, L. (2006). Person of the year: You. TIME Magazine, 168(26), 38–41.
- HORRIGAN, J. (2009). The mobile difference. Retrieved May 10, 2009, from <http://www.pewInternet.org/Reports/2009/5-The-Mobile-Difference-Typology.aspx>.
- HAYTHORNTHWAITE, C. (2001). The Internet in Everyday Life. American Behavioral Scientist, 45(3), 363-382.
- HENKE, M. (1999). Promoting independence in older persons through the Internet. CyberPsychology & Behavior, 2, 521–527.
- HLEBEC, V. MANFREDA, K.L. & VEHOVAR. V., (2006). The social support networks of internet users. The social support networks of internet users, 8(1), 9-32.
- HOLZHAUSEN, M., KUHLMEY, A. & MARTUS, P., (2010) Individualized measurement of quality of life in older adults: development and pilot testing of a new tool. European Journal of Ageing, 7(3), 201-211.
- JONES, S., & FOX, S. (2009). Generations Online in 2009. Retrieved May 10, 2009, de <http://www.pewInternet.org/Reports/2009/Generations-Online-in-2009.aspx>.
- KARAVIDAS, M., LIM, N. K., KATSIKAS, S. L., (2005). The effects of computers on older adult users. Computers in Human Behavior, 21(5), 679–711.
- KAYE, H. S. (2009). Computer and Internet use among people with disabilities. Disability statistics report (13). Washington DC: U.S. Department of Education, National Institute on Disability and Rehabilitation Research.
- KIM, M-C., & KIM, J-K. (2001). Digital divide: Conceptual discussions and prospect. Proceedings of the First International Conference, Human.Society@Internet, Seoul, South Korea, 2105, 78–91.
- KUNZMANN, U., LITTLE, T. D., & SMITH, J., (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin aging study. Psychology and Aging, 15(3), 511–526.
- LEMIEUX, A., & VELLAS, P. (1986). L'education universitaire des personnes âgées. Perspectives, 22(1), Montreal, 30-34
- LEUNG, L., LEE, P.S.N. (2005). Multiple determinants of life quality: the roles of Internet activities, use of new media, social support, and leisure activities. Telematics and informatics. 22, pp 161-180
- LEUNG, L., (2010) Effects of Internet Connectedness and Information Literacy on Quality of Life. Paper presented at the annual meeting of the International Communication Association 25/10/2010, Suntec Singapore International Convention & Exhibition Centre, Suntec City
- LEWIN, M. (2001) Equal with anybody, Computers in the Lives of Older People, University of Stirling, Retrieved from <http://www.odeluce.stir.ac.uk/mlewin/Dissertation.htm>
- MCMELLON, C. & SCHIFFMAN. L. G. (2002). Cybersenior empowerment: How some older individuals are taking control of their lives, The Journal of Applied Gerontology, 21(2), 157–175.
- MILLWARD, P. (2003). The “grey digital divide”: Perception, exclusion and barriers of access to the internet for older people. First Monday, 8(7).
- MONSTAD, S. J. (2006). Gerontology and ICT. Document prepared for the 2. ICT50+ seminar, Castellon, Spain. Retrieved February 1, 2009, de <http://www.elearningeuropa.info/files/media/media10167.pdf>.
- NIMROD, G. (2010). Seniors’ Online Communities: A Quantitative Content Analysis. The Gerontologist, 50(3), 382-292

- NÚÑEZ, M. 2010. Internet, el rincón digital del ocio y bienestar. 60 y más. IMSERSO, 295, 8-11.
- O'RELLY, T. (2007). What is Web 2.0: Design patterns and business models for the next generation of software. *Communications & Strategies*, 1, 17. Available online at <http://ssrn.com/abstract=1008839>.
- ÖSTLUND, B. (2002). The deconstruction of a targetgroup for IT-innovations: Elderly users' technological needs and attitudes towards new IT. *International Workshop: IT-Users and producers in an Evolving Sociocultural Context*. Norberg, Sweden. pp 84-100.
- PARSONS, C., & HICK, S. (2008). Moving from digital divide to digital inclusion. *Currents: New scholarship in the human services*, 7(2). Retrieved September 1, 2009 from http://www.ucalgary.ca/currents/files/currents/Parsons_final_0.pdf. University of Calgary press.
- PEW INTERNET & AMERICAN LIFE (2004). Older Americans and the Internet. Retrieved from http://www.pewinternet.org/~media/Files/Reports/2004/PIP_Seniors_Online_2004.pdf
- PINAZO, S., SÁNCHEZ, M., (2005). *Gerontología. Actualización, innovación y propuestas*. Madrid, Pearson educación.
- REPETTO, M., & TRENTIN, G. (2008). ICT and lifelong learning for senior citizens. *Journal of e-Learning and Knowledge Society*, 4(1), 189–198.
- SELWYN, N., GORARD S., FURLONG J. (2005). Whose Internet is it Anyway? Exploring Adults' (Non) Use of the Internet in Everyday Life. *European Journal of Communication*, 20(1), 5-26.
- SELWYN, N. (2004). The information aged: A qualitative study of older adults' use of information and communications technology. *Journal of Aging Studies*, 18(4), 369–384.
- SHAPIRA, N. BARAK, A. GAL, I. (2007). Promoting older adults' well-being through Internet training and use. *Aging & mental health*, 11(5)
- SLEGGERS, K., VAN BOXEL M.P.J. & JOLLES, J (2007). The effects of computer training and internet usage on the use of everyday technology by older adults: A randomized controlled study. *Educational Gerontology*, 33(2), 91-110
- STEPHANIDIS, .C. & EMILIANI, P.L (1999). 'Conecting' to the Information Society: a Europea perspective. *Technology & Disability Journal*, 10(1), 21-44
- STRAKA, S.M., CLARK, F., (2000). CONNECTIONS: Internet access for frail older seniors to improve their psychological well-being. The McGill Centre for Studies in Aging. Montreal: Quebec. Retrieved http://www.aging.mcgill.ca/pdf/conn_proj_e.pdf
- TRAVER, J., ESTELLER, R., & ESCUDER, P. (2009, July). Pilot experience of using a wiki for learning and communicating among senior students. *Proceedings of the International Conference on Education and New Learning Technologies*, Barcelona, Spain.
- UNESCO (2005). *Hacia las sociedades del conocimiento*. Ediciones UNESCO. París.
- WHITE, H, MCCONNELL, E., CLIPP, E., BYNUM, L., TEAGUE, C. NAVAS, L. CRAVEN, S., HALBRECH, H. (1999). Surfing the Net in Later Life: A Review of the Literature and Pilot Study of Computer Use and Quality of Life. *Applied Gerontology*. 18(3), 358-378
- WHITE, H., MCCONNELL, E., CLIPP, E., BRANCH, L. G., SLOANE, R., PIEPER, C., BOX, T. L., (2002). A randomized controlled trial of the psychosocial impact of providing Internet training and access to older adults. *Aging & Mental Health*, 6(3), 213–221.

ISBN 978-84-615-1408-3



9 788461 514083

IV
Congreso
Iberoamericano
de
Universidades
para
Mayores
CIUUMM
2011



ORGANIZAN



COLABORAN



Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante