

Sin miedo a la tecnología

La ciencia forma parte de nuestro día a día y los mayores han superado el recelo inicial para aprender a dominar la tecnología. Las TIC (internet, email, móvil, chat, videoconferencia) son las más populares entre ellos y una de cada cinco personas entre 65 y 74 años ya usa el ordenador en España. No obstante, este colectivo ya ha tomado consciencia de que la tecnología estará dentro de su propia vivienda, lo que le permitirá aumentar su autonomía

VÍCTOR M. ROMERO

■ Son las 18.00 horas del martes. El día en el que cada semana ella se sienta delante del ordenador, abre Skype y espera la llamada de tres de sus cinco hijos. Natural de Málaga, Mariví Casermeiro, de 67 años, tiene una hija viviendo en Alicante, otro en Sevilla y el mayor en Colonia (Alemania). «Es una de las mejores formas de hablar con ellos pero sobre todo para poder verles todas las semanas», explica.

La destreza que muestra utilizando el panel de control de Skype revela que tiene experiencia en su uso. «Fueron mis hijos los que me enseñaron a manejarlo y la verdad es que es sencillo y práctico», explica. Mariví no es la única persona mayor que se ha incorporado al manejo de las tecnologías en su vida cotidiana. Son muchas las que, por necesidad o por inquietud, están afrontando el reto de la innovación y se han incorporado a la era de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

Internet, email, chat, móvil o la gestión de un blog ya no son ajenos para ellos. El porcentaje de personas mayores que usan las nuevas tecnologías es todavía escaso, pero aumenta de manera progresiva. La última *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en los hogares* del Instituto Nacional de Estadística (INE) recoge que el 20,6% de los mayores de 65 a 74 años (802.922) había utilizado el ordenador en los últimos tres meses y el 18,3% había accedido a la Red (713.743). De ellos, el 15,7% se conectó al menos una vez por semana y un 3,4% compró a través de Internet.

Los datos muestran la popularización de las TICs entre los mayores. José Luis Casal, miembro del Club EuCoNet de la Universidad Permanente de la UA (UPUA) –colectivo que pretende potenciar la utilización de TICs entre los mayores– señala que todas las semanas se llenan dos salas con personas que quieren aprender a utilizarlas. «Aquí nos hemos socializado entre nosotros pero también hemos



La tecnología mejora la calidad de vida de los mayores, ayudándoles a evitar su aislamiento y potenciando la sociabilidad. AXEL ÁLVAREZ

La marcha de hijos y nietos al extranjero para trabajar ha impulsado el aprendizaje de videoconferencias entre el colectivo

aprendido y enseñado a utilizar el correo electrónico, las redes sociales y programas de videoconferencia como Skype», explica.

Programas de videoconferencias como Skype son de los que más sorprenden entre los

asistentes. La realidad de que un número cada vez mayor de hijos y nietos ha salido al extranjero en busca de un trabajo ha hecho que la comunicación con sus padres y abuelos esté centrada, principalmente, en la videoconferencia. Las TIC son, en este caso, sinónimo de comunicación para los mayores. No obstante, su uso también mejora la calidad de vida e independencia.

En la Comunitat Valenciana, según los últimos datos de la Conselleria de Bienestar Social, más de 16.000 personas mayores de la par-

ticipan en los cursos de informática y de uso de las redes sociales que se imparten en los CEAM de la conselleria de Bienestar Social.

En Novaire también cuentan con un proyecto de formación de acceso a Internet para que la informática constituya un recurso efectivo, no una herramienta puntual de participación. Según explican los responsables de Novaire, «este proyecto da la posibilidad a nuestros usuarios de estar en contacto per-

PASA A LA **página 2**

Los mayores primero

novaire
centros para mayores
2004 - 2014
10 años marcando tendencias



CENTRO DE DÍA

- ▶ Desde 295€ (5 horas/día)
 - ▶ Desde 395€ (8 horas/día)
- Comidas incluidas

PLAZAS

- ▶ Públicas
- ▶ Privadas
- ▶ Prestaciones vinculadas al servicio
- ▶ Bonos
- ▶ Centro de día

Promoción especial

Información condiciones de la promoción

- ▶ IVA incluido
- ▶ Sólo para nuevos usuarios
- ▶ Plazas limitadas
- ▶ Solicite cita y consulte disponibilidad y condiciones de la promoción

902 400 470
www.novaire.es
www.losmayoresprimero.net



La tecnología en casa ayudará a retrasar la entrada de los mayores en hospitales, centros sanitarios y para mayores

▶ VIENE DE LA página 1

manente con el exterior, haciendo uso de las ventajas que ofrece la imagen», al tiempo que añaden que a partir de ahora «incluso podrán ver, mientras conversan, a nietos que puedan estar en el extranjero o con sus hijos residentes en otras ciudades del país, de una forma totalmente gratuita».

En esta área, Novaire se ha convertido en uno de los pioneros. En el año 2011, el centro puso en marcha el proyecto «Mayores 2.0», un plan destinado a conocer y a mostrar a los usuarios de los centros los avances tecnológicos y sus beneficios en la vida real. En los más de dos años que lleva en funcionamiento este proyecto, las personas mayores han aprendido a manejar el ordenador, teléfonos móviles, cámaras digitales y jugar a la Wii dentro de su programación de actividades.

En Cruz Roja, según explica la directora provincial de Programa de Personas Mayores de Cruz Roja, Teresa Romero, también ha formación en este sentido para «fomentar el intercambio de experiencias, reducir la brecha digital y mantenemos la capacidad mental y física de la persona mayor».

Tecnología en casa: seguros y tranquilos

Lejos de lo que muchos pueden pensar, la tecnología no sólo ayuda a los mayores a mejorar el contacto con sus familiares y tener un mayor acceso a la información. La tecnología ha ido e irá incorporándose en la vivienda para, casi de un modo invisible, favorecer que las personas vivan más tiempo en casa de un modo independiente, seguro y reduciendo los riesgos.

En opinión de Carlos Fernández, director técnico de la empresa alicantina de software para arquitectura, ingeniería y construcción CYPE, el sector de la edificación debe tender a mejorar la calidad, habitabilidad y accesibilidad de las viviendas con el fin de retrasar la entrada de las personas mayores en hospitales, centros sanitarios y para mayores. La finalidad es clara: reducir el gasto público que causa el envejecimiento de la población. «Y para esto la tecnología va a jugar un papel fundamental», recalca.

En concreto, Carlos Fernández enfatiza que esta tecnología llegará casi de un modo invisible para los usuarios y ayudarán, por ejemplo, a «mejorar la calidad del aire en el interior de la vivienda, reducir la contaminación atmosférica, la accesibilidad en la vivienda, la seguridad, incorporando sistemas de protección contra el fuego o contra inundaciones por fugas en las instalaciones de fluidos».

Las investigaciones en este campo no dejan



La incorporación de domótica en las viviendas aumenta su autonomía. HÉCTOR FUENTES

de avanzar con la incorporación y unión de áreas como la domótica, teleasistencia y nuevas tecnologías del campo de la salud. En la actualidad, los sistemas más básicos de domótica orientados al campo de la salud consisten en alarmas accionadas por el propio usuario que avisan de la urgencia. Los más avanzados,

explica el director técnico de CYPE, ya incluyen sensores capaces de detectar el movimiento y la respiración. «El reto está en que toda esta tecnología sea lo más sencilla e intuitiva para los mayores, que serán los que tengan que utilizarla», enfatiza.

En España, siete de cada diez usuarios

(72%) de Servicios de Teleasistencia viven solos en su domicilio. Además, cerca de un 80% son mayores de 80 años y más de un 60% padecen al menos una enfermedad crónica. En Alicante, Cruz Roja tiene firmado un acuerdo con la Diputación de Alicante para prestar el servicio de Teleasistencia domiciliaria, una iniciativa que permite a las personas mayores o con discapacidad no dependiente, a través de la línea telefónica, contactar de forma inmediata, pulsando un botón, con un centro de atención especializada las 24 horas del día, todos los días del año.

Esta iniciativa, de la que se beneficiarán este año un mínimo de 13.500 usuarios y se ofrece en todos los municipios de la provincia, ha introducido este año nuevos dispositivos para mejorar el servicio: 1.582 detectores de movilidad/pasividad, 1.116 detectores de gas y otros tantos de humo, 39 dispensadores de medicación, 3.853 dispositivos adaptados a necesidades especiales (visión, audición, telelocalización...) y 1.920 unidades de control remoto para otras personas que residen en el domicilio.

Desde hace un año, Cruz Roja ha incorporado el servicio denominado «Proximidad Local», un sistema que ha acelerado y mejorado el sistema de comunicación con los usuarios de Cruz Roja. En concreto, ha incorporado una herramienta informática a las Asambleas Locales que facilita contactar con voluntarios a través de un SMS cuando algún usuario de la asociación tenga una necesidad o una cita. Las visitas al médico Cruz Roja las tienes incorporada gracias a las Agendas de sus usuarios, donde tienen todos sus datos.

«Este sistema tecnológico nos ha permitido aumentar la agilidad de actuación, estar más en contacto con las personas y, en lugar de hablar con ellos una vez cada dos meses hacerlo una vez cada dos semanas», explica Teresa Romero. Además, prosigue «podemos dar respuestas tanto individualizadas como colectivas, en el caso de que fuera necesario».

Localizadores GPS

Por otra parte y para evitar la desaparición de personas, Cruz Roja cuenta con un servicio de localización de personas con deterioro cognitivo. El servicio se basa en la utilización de un dispositivo de localización GPS dentro de una funda y cinturón con cierre de seguridad con llave que imposibilita su pérdida accidental. Esta herramienta se puede configurar para que salte una alarma cuando, por ejemplo, la persona salga de un radio de seguridad, cuando llegue a una zona de peligro (precipicio, mar) o cuando vaya a más velocidad de lo habitual, ya que podría significar que ha cogido un taxi o un autobús, explica Teresa Romero.

La tecnología no sólo es ocio y dinero. Bien utilizada y bien pensada puede hacer la vida más fácil, agradable y autónoma a las personas mayores. El reto: desarrollarla de un modo sencillo para ellos.

El robot GiraffPlus

La telemedicina para conectar a pacientes con enfermedades crónicas con médicos es aún incipiente y se está desarrollando la infraestructura

REDACCIÓN / V. M. ROMERO

■ Un consorcio europeo con participación española ha desarrollado un robot llamado GiraffPlus que asiste a las personas mayores en sus hogares, las conecta con su familia, amigos y médicos, al tiempo que cuenta con sensores colocados por toda la casa no pierden de vista el estado de salud y las actividades de la persona de la que se tienen que ocupar. Los sensores están diseñados para detectar actividades como cocinar y para efectuar un seguimiento de la salud la presión sanguínea o el nivel de azúcar.

La telemedicina, por su parte, todavía es incipiente en España y se están estudiando y desarrollando diferentes plataformas interactivas que conecten a pacientes con enfermedades crónicas con los profesionales sanitarios a



Una imagen del prototipo.

través de la televisión y una conexión a internet de banda ancha. Desde Cruz Roja Alicante ya han empezado a hacer pruebas con esta herramienta aunque «de momento no lo vamos a implantar», explica Teresa Romero.



FUNDACIÓN
cajamar
ALICANTE
Cajamar Caja Rural, Caixaltea, Caixacallosa, Caixapetrer.