La ella, de 75 años, ex empleada de comercio, usa una flamante tableta con el último sistema operativo de Microsoft, Windows 10. "Tengo Skype para hablar con mi hija, que vive en España. También uso la tableta para ver las series Downtown Abbey y Breaking Bad", dice. Además, tiene un teléfono inteligente y una consola portátil Nintendo DS con la que juega al solitario: es uno más de los millones de adultos mayores que en todo el mundo se han subido a la ola de las redes sociales.

Es que los de hoy no son los mismos que los de hace 15 años. A pesar de que en España aún no hay registros segmentados por edades, en un estudio publicado a principios de año en los Estados Unidos, la consultora internacional PewResearchCenter afirma que por primera vez más del 50% de los adultos mayores de ese país conectados a Internet usa Facebook. Esto representa el 31% del total de esa franja.

Así, es probable que las personas mayores de 60 años hayan llegado a utilizar en su trabajo herramientas provistas por la tecnología, como una computadora o un smartphone. Esto hace que les resulte natural seguir usándolas. Para ellos, Skype, los correos electrónicos y las redes sociales no son barreras infranqueables. El prejuicio de que ellos no están en contacto con la tecnología o no están capacitados para utilizar herramientas digitales es sólo eso, un preconcepto del pasado. Esto no es un problema de edad. Hay tecnófobos de tres, cinco o siete décadas.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un adulto mayor se considera a cualquier persona de más de 60 años y en la actualidad se vive un envejecimiento global de la población. Hace 20 años, el 9% de la población mundial entraba dentro de esta categoría. Hoy, es un poco más del 12%, mientras que en 2050 se prevé que será del 21%, según la Organización de las Naciones Unidas.

PewResearchCenter asegura que "una vez que los adultos mayores se unen al mundo*online*, la tecnología frecuentemente se convierte en parte integral de sus vidas diarias". Y agrega que este sector prefiere el uso de las tabletas o de los *e-books* en detrimento de los *smartphones*.

Invitarlos a participar

Como, hay infinidad de adultos mayores que no se amilanan ante la tecnología. Tal es el caso de la médica odontóloga jubilada, que no sólo usa redes sociales, correo electrónico y otras herramientas digitales, sino que acaba de terminar una carrera de un año en la Universidad de San Isidro en la modalidad*online*. "Es la licenciatura en Evangelio", precisa satisfecha.

Por su parte, de 82 años, periodista jubilado, dice: "Uso Facebook para ver las fotos de mi familia y de los viejos compañeros del diario. Hago comentarios y también subo imágenes". Con 53 años de casado con recuerda: "Empecé gracias a mi nieto, que me habló de Facebook y me ayudó a anotarme". Además, no tiene temor a usar el celular o a cobrar la jubilación vía cajero automático.

El doctor presidente de la Sociedad Argentina de Gerontología y Geriatría, asegura que "para incluir (a los adultos mayores) hay que invitarlos, de modo natural, a participar, informarlos adecuadamente y, sobre todo, hay que entender que la edad no es una limitación para nada, sólo lo es la condición física o mental".

El médico señala que las tecnologías de la información y comunicación (TIC) son quizá las que más se adaptan a los adultos mayores, como las aplicaciones para dispositivos móviles con el fin de ayudarlos en la vida cotidiana, pero que existen además campos de desarrollo en inteligencia artificial y sistemas de salud incorporados a su hogar (*e-Health Systems*) que configuran un mundo nuevo que los incluye de diversas maneras. Otra cosa importante -señala- es que ellos mismos pueden diseñar sistemas que los ayuden a comunicarse. En algunos países ya están en desarrollo.

El director médico del Centro Hirsch para Adultos Mayores y Rehabilitación, doctor indica que no podemos confundir a los adultos mayores de hace un par de lustros -"que a lo mejor tenían miedo de usar la videocasetera"- con la generación de hoy. "En la actualidad, se sacan una foto para mandársela a su médico al consultar por determinados síntomas", comenta. En este centro se utiliza también la tecnología como la consola de videojuegos Wii para tratar diversas patologías gerontológicas, que se complementa con el contacto con jóvenes capacitadores que les enseñan, además, a encontrar puntos de intercambio con las generaciones de sus nietos. "Es un preconcepto lo del abuelito que tenía miedo a la tecnología, es del siglo XX, no del XXI. La tecnofobia no tiene nada que ver con la edad".