

Alexa, llama a 'Juan nieto'!». La voz amable que emite el dispositivo apoyado en el mueble del salón reconforta a Manuel. Enseguida escucha los característicos pitidos que alertan de que la llamada ya está en curso. Segundos después, contesta Juan, que saluda a su abuelo con voz cantarina. En España hay 8 millones de personas mayores de 65 años que, como Manuel, viven solas. Para ellas, la tecnología se ha convertido en un elemento esencial contra el aislamiento y la soledad. Pero debe ser accesible y fácil; dos claves para que los mayores la hagan partícipe de su vida. El director del Máster de Análisis y Visualización de Datos Masivos e investigador del grupo 'Ciencia de Datos' de UNIR, Marlon Cárdenas Bonett, reafirma esta premisa: «la tecnología debe ser cercana porque por muy sofisticada que sea, si no es accesible, no será útil», afirma. A este respecto, el investigador de UNIR, destaca el papel importante de la familia y del cuidador para ayudar a los mayores a utilizar la tecnología. «Los mayores tienen sus

Tecnología al servicio de los mayores

Inteligencia Artificial. Cada vez más personas de edad avanzada pierden el miedo a la tecnología para convertirla en una gran aliada contra el aislamiento social

ANA TORRECILLAS

hábitos, su cultura y la tecnología debe adaptarse a ellos. En uno de los proyectos tratamos de monitorizar a mujeres mayores pidiéndoles que llevaran puesto un reloj que recogía los datos sobre sus rutinas», recuerda Cárdenas, «pero la mayoría se olvidaba de ponerse-

lo y optamos por instalar el sensor en el mando a distancia». El profesor insiste en la importancia de la tecnología para mejorar, por ejemplo, la salud de estas personas. Recabar datos sobre sus rutinas de ejercicio físico e incluso su estado de ánimo puede ayu-

dar al sistema sanitario o a los servicios sociales de cada comunidad a optimizar los recursos destinados a las personas mayores. El análisis de datos es clave porque el trabajo de analista es 'traducir' esa información, identificar patrones de comportamiento y hacérselos llegar, al médico o a la familia. Pero hay un hándicap: la tecnología es cara. «Ha evolucionado mucho pero sigue teniendo un coste elevado, no solo el de los dispositivos sino de los equipos de recogida de datos. Además, si la tecnología fuera más sencilla, con aplicaciones más fáciles, se podría recibir más y mejor información».

Superar la brecha digital

Uno de los retos que tienen por delante las personas mayores es superar la brecha digital. Muchos de ellos sienten miedo a lo desconocido, a sentirse derrotados por no aprender a manejarse con las nuevas tecnologías. «Debemos ayudarles a superar la transición digital, que se sientan acompañados en el camino», asevera el director del máster de UNIR, «ten-

LAS FRASES

Marlon Cárdenas Dir. Máster en Análisis y Visualización de Datos Masivos de UNIR

«El análisis de datos puede ayudar a optimizar la atención de los mayores»



gamos en cuenta que la soledad no suele ser muy atractiva para estas personas. Necesitan estar conectados pero debemos entender que la tecnología no está en su cultura, no la llevan en la sangre como los niños que casi nacen con una tablet en la mano». Por eso, es importante no abandonar a su suerte al mayor frente al ordenador. «Hay que transmitirles que no tengan miedo, puede que aprendan más despacio, pero detrás de la tecnología hay personas. Lo peor que puede pasar es que se apague el 'aparato', insiste.



Una mujer se comunica con su familia por videoconferencia desde la residencia de mayores Santa Justa durante la pandemia. LA RIOJA

«Sentí un vacío al jubilarme que el estudio 'on line' ha llenado»

Gabriel Abad San Martín Estudiante de UNIR

ANA TORRECILLAS

LOGROÑO. La pandemia ha cambiado nuestra forma de ver la vida y enfrentarnos a las dificultades. Si antes del terremoto que provocó el COVID, la mayoría de los mayores miraban con recelo a las nuevas tecnologías, en estos dos años han tenido que

adaptarse a ellas en un cursillo acelerado y casi obligatorio. De hecho, el 35% de los mayores de 60 años declara haber superado su miedo al uso de la tecnología durante el primer año de la pandemia, según el estudio de la I Radiografía de los 'españoles smart' de SPC. Gabriel Abad San Martín nunca ha tenido miedo a

enfrentarse con un ordenador y mucho menos, a Internet. Él es un auténtico corredor de fondo, no en vano se ha dedicado al atletismo profesional. Su pasión por la vida la ha hecho extensible al mundo de la enseñanza como profesor de matemáticas. Y nunca ha dejado de aprender. A sus ochenta años, Gabriel cursó el Máster Universitario en Liderazgo y Dirección de Centros Educativos de UNIR, además de un título propio. «Me animé a volver a estudiar porque encontraba un vacío al dejar mi carrera profesional y deportiva. Y, la verdad, pude comprobar que, gra-

cias a la tecnología y a Internet podía hacerlo desde el pueblo, ya que resido en Ochánduri», apunta Abad San Martín, «y se me daba bien, sacaba buenas notas y pensé: ¡adelante!»

A este estudiante veterano no le costó mucho adaptarse a las nuevas tecnologías. Contaba con la ventaja que, durante su época de profesor tuvo que familiarizarse con ellas para poder enseñar a sus alumnos. «Yo me jubilé a principios de este siglo», recuerda, asegurando que Internet ya estaba inmerso en las

aulas y los alumnos lo manejaban con destreza. Las rutinas de Gabriel cambiaron gracias a la tecnología y confiesa que es una forma de estudiar diferente pero con la misma calidad e igualmente entretenida. La gran diferencia es que puede adaptar el estudio del máster a sus horarios; y no al revés. «Suelo conectarme desde mi casa para asistir a las clases presenciales», señala. Así, Gabriel puede organizarse su tiempo y sentirse conectado con la universidad y la sociedad.

