

## **INTERNET EN MAYORES (INMA)**

**Cristina Diaz Prieto**

**Jesus Nicasio Garcia Sanchez**

Universidad de León - cdiap@unileon.es

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v2.41>

*Fecha de Recepción: 10 Febrero 2015*

*Fecha de Admisión: 30 Marzo 2015*

### **RESUMEN**

Se presenta la encuesta online Internet en Mayores (INMA) diseñada para obtener información en relación al uso y dificultades en el acceso y manejo de internet en personas mayores, así como su relación con diferentes variables psicosociales. La encuesta consta de 14 escalas a través de las cuales se pretende analizar la información que poseen los adultos mayores sobre internet; el uso; la formación recibida; la frecuencia y lugar de utilización; finalidad con la que utilizan las diferentes herramientas de internet; así como las barreras de accesibilidad y usabilidad halladas y los beneficios percibidos derivados del uso de internet. Junto a ello, se incluyen cinco escalas sobre autoeficacia en el envejecimiento activo; inteligencia emocional; motivación general; dimensión social general y afrontamiento, que aportarán la información necesaria para estudiar las ya citadas relaciones. La encuesta INMA ha sido diseñada para ser cumplimentada por personas mayores de 55 años. La aplicación de la encuesta se llevará a cabo de manera online. Esta encuesta puede aportar información relevante para el diseño de programas y pautas de ayuda basadas científicamente.

*Palabras clave:* internet; personas mayores; competencias psicosociales; encuesta

### **ABSTRACT**

We present the online survey Internet at Seniors (INMA). This survey is designed to obtain information regarding the use and difficulties in internet access and management internet in older people, and their relationship with different psychosocial variables. The survey consists of 14 scales with which we want to analyze information that older people have about internet; knowledge; use; the training received; the frequency and location of use; purpose for using the different tools; and the barriers of accessibility and usability found and perceived benefits of using the Internet. In addition, we include a scale of self-efficacy in active aging; emotional intelligence; general motivation; general social dimension and coping. These scales give us information about the relationships between use of Internet and psychosocial variables. The INMA survey was designed to be completed by persons over 55 years. The implementation of the survey will be conducted online. This sur-

## INTERNET EN MAYORES (INMA)

vey can provide relevant information for the design of programs and support scientifically based guidelines.

*Keywords:* internet; older people; psychosocial competences; survey

### ANTECEDENTES

España ha experimentado un notable proceso de envejecimiento poblacional en los últimos años. Tal es la situación que se espera que en un futuro próximo, la población adulta mayor llegue a constituir un tercio de la población española (Abad, 2014). Junto a ello, no debemos olvidar que las nuevas tecnologías se han impuesto con fuerza en todos los sectores sociales. Todo ello plantea nuevos retos de cara a integrar al adulto mayor en la sociedad de la información y con ello promover su participación social y dar respuestas útiles a sus problemas y necesidades (Fondevila, Carreras, Seebach, & Pesqueira, 2015).

Datos recientes del Instituto Nacional de Estadística a 2 de octubre de 2014 en su encuesta sobre *Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC-H)* muestran como algo más de una cuarta parte (25.8 %) de la población de entre 65 y 74 años ha utilizado el ordenador en los últimos 3 meses, mientras que el 26.2% ha utilizado internet en el mismo periodo de tiempo y un 78.6% el teléfono móvil. Un porcentaje algo menor es el que ha utilizado internet al menos una vez por semana en los últimos tres meses (22.8%). Por tanto, es posible afirmar que el uso del ordenador e internet entre la población adulta mayor es más bien bajo, no obstante va en lento pero progresivo aumento si tenemos en cuenta que en el año 2006, año en el que comenzó a realizarse esta encuesta, sólo un 7.5% había utilizado el ordenador y un 5.1% internet en los últimos tres meses.

Ahora bien, atendiendo a los datos resultantes de la citada encuesta, sorprende el descenso en el uso de estos medios que se produce especialmente a partir de los 55 años.

Algunos estudios han situado las posibles causas de esta *brecha digital* en las propias características de las herramientas, programas y aplicaciones disponibles en la red. Entre estas posibles causas figuran el diseño de pantalla, la complejidad de las herramientas, falta de formación, dificultades con los dispositivos de entrada, entre otras (Czaja et al., 2006; Wagner et al., 2010). Otros, sin embargo, las sitúan en aspectos intrínsecos de las propias personas mayores (falta de interés; escasa motivación; baja autoeficacia hacia su uso; problemas motores, sensoriales y cognitivos; miedo; ansiedad; falsas creencias; etc.) (Broady et al., 2010; Vromana, Arthanata, & Lysackb, 2015). Si bien, ninguno de estos estudios ha analizado la relación existente entre los patrones y barreras de accesibilidad y uso con determinadas variables psicosociales que pueden actuar como moduladoras de lo anterior (inteligencia emocional, motivación, afrontamiento, autoeficacia, dimensión social y envejecimiento activo).

El objetivo que nos planteamos pues es diseñar un encuesta online que nos permita obtener información sobre el uso y dificultades en el acceso y manejo de internet en personas mayores, así como su relación con diferentes variables psicosociales. Entendemos que sólo partiendo del conocimiento de los patrones de uso, así como de las barreras, tanto personales como las derivadas de las propias tecnologías y su relación con diferentes variables psicosociales, es posible desarrollar programas online que se adapten a las necesidades e intereses de este sector de la población.

### INTERNET EN MAYORES (INMA)

*Internet en mayores (INMA)* es un instrumento de evaluación online de los patrones de uso y dificultades de acceso y manejo de internet en personas mayores, así como de diferentes variables psicosociales. Esta encuesta se ha elaborado a partir de la revisión y adaptación de otras ya existentes tales como Hewe 2.0 (García-Martín, & García, 2013); Encuesta de autorregulación emocio-

nal (ERQ, Gross & John, 2003); Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI, Cano, Rodríguez & García, 2007); Encuesta MOS de apoyo social (Revilla, Luna, Bailón, & Medina, 2005), entre otros muchos.

Concretamente, la encuesta *INMA*, a través de las catorce escalas de las que consta, aporta información relevante en relación a las percepciones y opiniones de los adultos mayores en torno a: i) la información que disponen sobre el ordenador e internet (*INMA-INF*); ii) la utilización o no de dichas herramientas (*INMA-USO*); iii) la formación recibida tanto para el uso del ordenador, como de las diferentes herramientas de internet (*INMA-FOR*); iv) la frecuencia de uso (*INMA-FRE*); v) lugar o lugares de uso de esos medios (*INMA-LUG*); vi) finalidad de uso (*INMA-FIN*); vii) barreras de accesibilidad y usabilidad (*INMA-BAR*); viii) beneficios percibidos derivados del uso de internet (*INMA-BEN*); ix) autoeficacia en el envejecimiento activo (*INMA-EA*); x) inteligencia emocional (*INMA-IE*); xi) motivación general (*INMA-MOT*); xii) dimensión social general (*INMA-DS*); y, xiii) afrontamiento general (*INMA-AFR*). Además, se incluye un apartado de datos demográficos (*DDM*) al comienzo.

### Descripción de las escalas

En primer lugar, el apartado de *datos demográficos*, incluye una serie de cuestiones de carácter general relativas al género, fecha de nacimiento, estado civil, lugar de procedencia y residencia, nivel de estudios, situación laboral, ocupación actual y/o antes del retiro, nivel económico y de autonomía en la vivienda.

Las siguientes 8 escalas evalúan diferentes variables relacionadas con el uso de internet (Tabla 1)

Tabla 1  
Descripción estructural de las escalas relativas al uso de internet

Código	Aspecto que evalúa	Ítems	Ejemplo ítem		Opciones de respuesta
			Nº	Ejemplo	
DDM	Datos demográficos en mayores	1-13	13	Vivo...	Opciones (7)
INF	Información sobre internet	1-2	2	La información que poseo sobre internet es...	Escala (1-7)
USO	Uso de herramientas de internet	1-11	1	¿Utiliza o ha utilizado alguna vez HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (P. ej. Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats)?	Dicotómica
FOR	Formación en internet	1-13	2	La formación que he recibido sobre internet ha sido...	Escala (1-7)
			3	¿Cómo aprendió a utilizar las HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (P. ej.: Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats)?	Opciones (6)
FRE	Frecuencia de uso de herramientas de internet	1-11	1	¿Con qué frecuencia utiliza las HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (P. ej.: Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats)?	Escala (6)
LUG	Lugar de uso de herramientas de internet	1-11	1	¿En qué lugar o lugares suele utilizar las HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (P. ej.: Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats)?	Opciones (7)
FIN	Finalidad de uso de herramientas de internet	1-11	1	El principal motivo por el que utilizo las HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (P. ej.: Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats) es...	Opciones (7)
BAR	Barreras de accesibilidad y usabilidad de internet	1	1	Las principales dificultades con las que me encuentro a la hora de usar internet son...	Opciones (6)
BEN	Beneficios percibidos derivados del uso de internet	1-7	1	Desde que utilizo las diferentes herramientas de internet realizo actividades por mí mismo que antes no hacía o para las que necesitaba ayuda	Escala (1-7)

## INTERNET EN MAYORES (INMA)

La escala *INMA-INF*, permite evaluar, a través de 2 ítems, el grado de información que posee la persona mayor en torno al ordenador e internet en una escala tipo Likert de 7 puntos, en donde 1 es ninguna información y 7, mucha información.

La escala *INMA-USO*, al igual que la *INMA-FRE*, *INMA-LUG*, e *INMA FIN*, constan respectivamente de 11 ítems cada una con los que se pretende evaluar el uso, la frecuencia, los lugares preferentes de uso y la finalidad con la que se utilizan once tipos de herramientas de internet, a saber: (i) *Herramientas de comunicación* (P. ej.: Skype, WhatsApp, Line, Messenger, Chats); (ii) *Redes sociales* (P. ej.: Facebook, Twitter, Google+); (iii) *Navegadores y buscadores* (P. ej.: Google, Mozilla, Internet Explorer, Ask, Bing); (iv) *Correo electrónico*; (v) *Herramientas de imagen y sonido* (P. ej.: Youtube, Instagram); (vi) *Herramientas de la nube* (P. ej.: Dropbox, Skydrive, Google drive); (vii) *Herramientas funcionales* (P. ej.: Google Earth, Google Maps); (viii) *Herramientas de ofimática* (P. ej.: Microsoft Word, Excel, PowerPoint, PDF); (ix) *Herramientas educativas* (P. ej.: Moodle, Webquest); (x) *Herramientas para seleccionar, clasificar y compartir información* (P. ej.: Blogs, Wikis; marcadores sociales de tipo Delicious o Digg); y (xi) *Aplicaciones para móvil* (Apps).

Por lo que respecta a la escala *INMA-US*, nos ofrece información en cuanto al uso de tales herramientas, existiendo dos opciones de respuesta (sí o no). Esto nos permite determinar cuáles son las herramientas de internet con mayor uso por parte del adulto mayor. La escala *INMA-FRE*, cuenta con 6 opciones de respuesta para cada una de las herramientas. Estas opciones son las siguientes: i) no la he utilizado nunca; ii) alguna vez al año; iii) alguna vez al mes; iv) varias veces a la semana; v) todos los días; y, vi) más de 2 horas al día. En lo que se refiere al *INMA-LUG*, las opciones de respuesta son siete: i) nunca la he utilizado; ii) en casa; iii) en el centro de día o residencia; iv) en centros lúdico-ocupacionales (centro cívico, asociaciones, etc.); v) en el centro educativo; vi) en el trabajo; y (vii) en la calle. Lo mismo sucede con la escala *INMA-FIN*, en donde las opciones de respuesta también son siete: i) no la he utilizado; ii) por diversión o entretenimiento; iii) para contactar con otros; iv) para informarme; v) para realizar gestiones; vi) para aprender; y (vii) por trabajo. En estas dos últimas escalas, los encuestados pueden seleccionar tantas opciones como crean conveniente.

En lo que se respecta a la escala *INMA-FOR*, a través de sus 13 ítems, evalúa tanto la formación recibida para el manejo del ordenador e internet en general, como para cada una de las herramientas de internet. Por lo que respecta a los dos ítems de formación general, se valoran a través de una escala tipo Likert de 7 puntos que va de ninguna formación a mucha. En cuanto a los 11 ítems relativos a herramientas específicas, se pretende obtener información sobre el modo en que aprendieron a utilizar esas herramientas. De esta forma, las diferentes opciones de respuesta son las que se muestran: (i) no las he utilizado nunca; (ii) Yo sólo; (iii) Con ayuda técnica (vía telefónica, vendedor); (iv) Con la ayuda de familiares y/o amigos; (v) En cursos y talleres, y, (vi) Con la ayuda de manuales o guías de uso, vídeos. En esta escala podrán seleccionar tantas opciones como crean conveniente.

A través de un ítem, *INMA-BAR* evalúa las barreras de accesibilidad y usabilidad que pueden encontrarse las personas mayores. Éstas pueden hallarse a nivel sensorial y/o físico; en la falta de disponibilidad de medios técnicos; en la complejidad de las herramientas u otras. Existe la posibilidad de seleccionar más de una opción o en el caso de que el sujeto no tenga dificultades, podrá seleccionar también dicha respuesta.

La escala *INMA-BEN*, consta de 7 ítems que evalúan los efectos del uso de internet sobre diferentes dimensiones del adulto mayor: autonomía; salud física y mental; participación social; estado de ánimo; red social; motivación general y autoestima.

Hasta aquí, la primera parte de la encuesta en relación a las herramientas de internet. La segunda parte de ésta, consta de una serie de escalas generales sobre competencias psicosociales. En la tabla 2 aparece la descripción estructural de esta segunda parte de la encuesta.

Tabla 2  
Descripción estructural de las escalas relativas a variables psicosociales

Código	Aspecto que evalúa	Variables específicas	Ítems	Ejemplo ítem		Opciones de respuesta
				Nº	Ejemplo	
AE	Autoeficacia en el envejecimiento activo	Autonomía e independencia	1	1	¿En qué medida se siente capaz de ser autónomo e independiente?	Escala (1-7)
		Actividades de autocuidado	2			
		Actividades turísticas	3			
		Actividades formativas y culturales	4			
		Actividades lúdicas y sociales	5			
		Actividades de representación y participación ciudadana	6			
		Actividades de voluntariado	7			
IE	Inteligencia emocional	Identificación emociones propias	1	1	¿Sabe usted identificar lo que siente?	Escala (1-7)
		Reconocimiento emociones ajenas	2			
		Expresión emocional	3			
		Autocontrol emocional	4			
		Empatía	5			
		Asertividad	6			
		Autoestima	7			
MOT	Motivación general	Motivación	1-3	1	¿Persiste usted hasta conseguir sus objetivos?	Escala (1-7)
		Atribuciones causales	4-5			
DS	Dimensión social general	Red de apoyo social	1-8	1	Indique en qué medida está de acuerdo con las siguientes afirmaciones: A- Tengo un círculo social amplio	Escala (1-7)
AFR	Afrontamiento general	Afrontamiento activo.	1	1	Cuando usted se encuentra ante alguna dificultad o problema, ¿intenta solucionar directamente el problema, aceptando los riesgos que ello implica?	Escala (1-7)
		Autodistracción	2			
		Apoyo emocional	3			
		Apoyo instrumental	4			
		Planificación	5			
		Descarga emocional	6			
		Negación	7			
		Renuncia	8			
		Auto crítica	9			
		Reformulación positiva	10			
		Humor	11			
		Religión	12			
		Aceptación	13			

### Aplicación

La encuesta online INMA ha sido diseñada para ser cumplimentada por personas mayores de 55 años puesto que, diferentes estudios muestran como a partir de esta edad se produce un descenso en el uso de internet, lo que nos lleva a plantearnos el motivo por el que esto ocurre. No obstante, podría ser aplicado a adultos más jóvenes.

La encuesta ha sido diseñada para su aplicación online a través de la herramienta *Google Docs*. Se ha de facilitar a los adultos mayores el enlace a través del cual podrán acceder a la misma, bien a través del correo electrónico, a través de otras plataformas (Facebook, Twitter, etc.) o en papel para que posteriormente lo tecleen. Cada persona debe responder a esta encuesta de manera personal y reflexiva, siguiendo las normas que se indican claramente en la misma. En todo caso, se recomienda la presencia de una persona conocedora del instrumento que subraye enfáticamente, previamente a su cumplimentación, que sus respuestas son totalmente confidenciales y sólo utilizables a efectos estadísticos globales, que no existen respuestas correctas o incorrectas, simplemente situaciones diferentes y en ningún caso se emitirán juicios de valor relativos a sus conductas.

El diseño de la encuesta se ha adaptado a las previsibles características y necesidades del adulto mayor. Cada pregunta aparece en una pantalla diferente, en letra grande y estilo de redacción sencillo, de modo que no se requieren grandes destrezas informáticas ni sensoriales, ni un nivel educativo alto para su cumplimentación. Una vez que se accede a la encuesta y tras responder cada una de las preguntas, es necesario pulsar "continuar" para avanzar y al finalizar, han de pulsar "enviar" para que sus respuestas sean registradas.

En cuanto a la duración aproximada de la prueba, ésta oscila entre 25 y 30 minutos, dependiendo de las características de cada persona y su velocidad de respuesta.

### CONCLUSIONES

A lo largo de este artículo se ha presentado la encuesta online *Internet en Mayores* (INMA) que permite la obtención de información sobre el uso y dificultades en el acceso y manejo de internet en personas mayores, así como su relación con diferentes variables psicosociales.

Este encuesta permite conocer, a través de las diferentes escalas que la componen, las opiniones y percepciones que tienen los adultos mayores en torno a: i) la información que disponen sobre el ordenador e internet; ii) la utilización o no de dichas herramientas; iii) la formación recibida tanto para el uso del ordenador, como de las diferentes herramientas de internet; iv) la frecuencia de uso; v) lugar o lugares de uso de esos medios; vi) finalidad de uso; vii) barreras de accesibilidad y usabilidad; viii) beneficios percibidos derivados del uso de internet; ix) autoeficacia en el envejecimiento activo; x) inteligencia emocional; xi) motivación general; xii) dimensión social general; y, xiii) afrontamiento general.

Esta encuesta puede aportar información relevante para el diseño de programas y pautas de ayuda basadas científicamente.

### REFERENCIAS

- Abad, L. (2014). Diseño de programas de e-inclusión para alfabetización mediática de personas mayores [Media Literacy for Older People facing the Digital Divide: The e-Inclusion Programmes Design]. *Comunicar*, 21(42), 173-180. doi: <http://dx.doi.org/10.3916/C42-2014-17>
- Álvarez, M. L., & García-Sánchez, J.N. (2014). La intervención psicopedagógica en las dificultades del desarrollo a través de las redes de apoyo social. En J.N. García (Ed.), *Prevención en Dificultades del Desarrollo y del Aprendizaje* (pp. 177-188). Madrid: Pirámide.
- Broadly, T., Chan, A., & Caputi, P. (2010). Comparison of older and younger adults' attitudes towards and abilities with computers: Implications for training and learning. *British Journal of*

- Educational Technology*, 41(3), 473-485. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8535.2008.00914.x>
- Cano, F.J., Rodríguez, L., & García, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas Psiquiatría*, 35(1), 29-39. Disponible en: [http://www.imedicinas.com/pfw\\_files/cma/ArticulosR/ActasEspanolasPsiquiatría/2007/01/111010700290039.pdf](http://www.imedicinas.com/pfw_files/cma/ArticulosR/ActasEspanolasPsiquiatría/2007/01/111010700290039.pdf)
- Czaja, S. J., Fisk, A. D., Hertzog, C., Rogers, W. A., Charness, N., Nair, S. N., & Sharit, J. (2006). Factors predicting the use of technology: Findings from The Center for Research and Education on Aging and Technology Enhancement (CREATE). *Psychology & Aging*, 21(2), 333-353. doi: <http://dx.doi.org/10.1037%2F0882-7974.21.2.333>
- Fondevila, J.F., Carreras, M., Seebach, S., & Pesqueira, M.J. (2015). How elders evaluate apps – A contribution to the study of smartphones and to the analysis of the usefulness and accessibility of ICTS for older adults. *Mobile Media & Communication*, 13. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/2050157914560185>
- García-Martín, J., & García, J.N. (2013). Patterns of Web 2.0 tool use among young Spanish people. *Computers & Education*, 67, 105-120. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2013.03.003>
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12916575>
- Instituto Nacional de Estadísticas (2014). *Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC-H)*. Disponible en: <http://www.ine.es/jaxi/menu.do?type=pcaxis&path=%2Ft25%2Fp450&file=inebase&L=0>
- Revilla-Ahumada, L., Luna del Castillo, J., Bailón-Muñoz, E., & Medina-Moruno, I. (2005). Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. *Medicina de Familia*, 6(1), 10-18. Disponible en: <http://www.samfyc.es/Revista/PDF/v6n1/03.pdf>
- Wagner, N., Hassanein, K., & Head, M. (2010). Computer use by older adults: A multi-disciplinary review. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 870-882. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.029>

