



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Trabajo Social

Trabajo Fin de Grado

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: ENVEJECIMIENTO ACTIVO, PERSONAS MAYORES Y TIC.

Alumno/a: Francisco Javier Chueco Ramírez

Tutor/a: Yolanda María de la Fuente Robles

Dpto.: Trabajo Social y Servicios Sociales

ÍNDICE.

RESUMEN	2
INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.	4
MARCO LEGAL	6
Normativa comunitaria.	6
Normativa estatal.	6
Normativa Autonómica Andaluza.	8
MARCO TEÓRICO.	10
Envejecimiento activo.	10
Seguridad.	12
Salud.	15
Participación Activa.	15
Formación y educación a lo largo de la vida.	16
Envejecimiento Activo y las Tecnologías de la Información y la Comunicación.....	17
Domótica y productos de apoyo.	19
Domótica.	20
Productos de apoyo.	22
Función del trabajador social en el envejecimiento activo.	24
METODOLOGÍA.....	28
OBJETIVOS.....	30
Objetivo general	30
Objetivos específicos.	30
DISCUSIÓN.....	34
CONCLUSIONES.....	36
BIBLIOGRAFÍA.	38

RESUMEN

En este trabajo se podrá observar los beneficios que ofrecen las tecnologías de información y de la comunicación, llamadas TIC, para el envejecimiento activo de las personas mayores. A través de esta revisión bibliográfica se da a conocer que la seguridad, la salud, la participación activa y la formación junto con las TIC y su aplicación en productos de apoyo y domótica, son aspectos muy importantes para conseguir una correcta configuración del Envejecimiento Activo.

El Trabajo Social en este contexto debe de tratar de transformar la mentalidad y actitud de las personas de la tercera edad para que evolucionen en su desarrollo personal con la utilización de las TIC mediante un cambio de conducta que tomen ellos propios, para que así, contribuyendo a la búsqueda de su bienestar individual, a la potenciación de sus capacidades y a la prevención de sus problemas sociales, los mayores caminen hacia un envejecimiento activo dejando atrás, la soledad y la exclusión social. Seguidamente, se marcará el objetivo de dar a conocer y promover las condiciones precisas para que las personas mayores desarrollen un envejecimiento activo desarrollando sus potencialidades, mejorando su calidad de vida e independencia con la ayuda de los recursos TIC, como la domótica y los productos de apoyo. Por último, se realizará una discusión y unas conclusiones respecto al tema.

Palabras clave:

Envejecimiento activo, calidad de vida, TIC, domótica, productos de apoyo, accesible.

ABSTRACT.

In this paper we will see the benefits offered by information technologies and communication, ICT calls for active aging of older people. Through this literature review disclosed that the safety, health, training and active involvement with ICT and its application in home automation products and support are very important aspects for proper configuration of Active Ageing.

Social Work in this context should try to transform the mentality and attitude of elderly people to evolve their personal development with the use of ICT through a change in behavior that they take themselves so that contributing in search of their individual welfare, strengthening their capacities and preventing social problems, the biggest walk towards leaving active aging, loneliness and social exclusion. Next, in order to raise awareness and promote the conditions necessary for older people develop active aging to develop their potential, improve their quality of life and independence with the help of ICT resources such as home automation and products will be marked support. Finally, there will be a discussion and conclusions on the issue.

Keywords:

Active aging, quality of life, ICT, automation, supportive, accessible.

INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

Este Trabajo Fin de Grado va a tratar sobre el Envejecimiento Activo en Personas Mayores.

En primer lugar, este tema me produce cierta sensibilidad porque es un ámbito de actuación que me gusta. Por suerte, tuve la oportunidad de tener una experiencia con este grupo de edad en el Centro de Participación Activa de Personas Mayores de Lopera (Jaén), ya que realicé mis prácticas de la asignatura “Prácticas en las Instituciones del Bienestar I” pertenecientes al tercer curso de Grado en Trabajo Social. Además, este colectivo presenta dificultades a la hora de seguir realizándose porque forma parte de un grupo de riesgo. En la vejez se comienzan a perder facultades y capacidades físicas y psicológicas que producen cambios sociales, teniendo riesgo de exclusión social y de desarraigo. Esto se puede ver incrementado ya sea por la brecha digital existente entre las nuevas tecnologías y este colectivo, por la falta de accesibilidad en la información, bien en recursos disponibles para ellos, o bien, en la falta de accesibilidad respecto a infraestructuras que entorpecen el disfrutar de nuevas experiencias. También decir que, gracias a la realización del Máster de Accesibilidad Universal y Diseño Para Todos de la Universidad de Jaén, he podido aprender sobre los (recursos tecnológicos o no) existentes que son beneficiosos para promover la accesibilidad de las personas dependientes (mayores, personas con diversidad funcional, etc.), y consecuentemente, beneficiosos para promover el envejecimiento activo de este colectivo.

En segundo lugar, es necesario tener un concepto claro del entramado del Envejecimiento Activo conociendo los problemas que están detrás de todos y cada uno de nuestros mayores, conociendo las necesidades y problemas que se les plantea día a día y poniendo soluciones a ellos, para eliminar la exclusión y el desarraigo que sufren y mejorando su calidad de vida. Por ello, se pretende conocer todo este tema, a través, de las políticas en las que son protagonistas los mayores, en relación al envejecimiento activo, y a través de los recursos útiles para mejorar y promover el envejecimiento activo como un motor de cambio en los mayores. Todos deberíamos de estar involucrados en este tema porque bien por familiares cercanos o bien en un futuro, cada uno de nosotros (de los ciudadanos) vamos a llegar a mayores y es necesario tener presente la importancia del envejecimiento activo como una forma de vida.

Además, hay que tener presente la cruda realidad, que es el aumento de la esperanza de vida. Como es bien sabido, los avances en medicina, en tecnologías y en definitiva, en el campo científico, han provocado un descenso de la tasa de mortalidad en todas las edades, provocando un gran aumento de la esperanza de vida. Sin duda alguna, el aumento de la esperanza de vida y el envejecimiento de la población ha de ser considerado como producto del éxito de la humanidad por cuanto expresa el desarrollo socio-económico, educativo, social y sanitario. Sin embargo, la edad conlleva enfermedad y discapacidad. (Fernández-Ballesteros, 2009).

De este modo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define el envejecimiento activo como: *“...es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. [...] se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población. Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia”*. (OMS, 2002).

Por ello, se debe mirar el envejecimiento activo como un asunto de interés de todos, desde los eslabones más importantes y altos de la política hasta la propia ciudadanía. Y este interés se debe plasmar, adoptando una vida repleta de hábitos participativos, educacionales, formativos y saludables, que conlleve a la transformación de los ideales y actitudes de las personas mejorando su participación y autonomía en las actividades de su vida diaria, incrementando así, su calidad de vida y combatiendo las situaciones de dependencia.

Todo ello requiere la adopción de una serie de principios que componen las coordenadas de nuestra visión de envejecimiento activo en Andalucía: Integral, protección, transversalidad, coordinación e intersectorialidad, cooperación, innovación y creatividad, flexibilidad, inclusividad, intergeneracionalidad, igualdad y atención al entorno urbano y rural. (Grupo de Trabajo del LBA, 2010).

MARCO LEGAL

Normativa comunitaria.

Desde la unión Europea, debido al Año del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional (2012) se ha reconocido la necesidad de luchar contra el envejecimiento demográfico, a través de la implantación de el ideal del envejecimiento activo, para que las personas mayores (aproximadamente 60 años o más) disfruten de una participación activa en su vida familiar y social con oportunidades de empleo a través de un aprendizaje permanente con la intervención del deporte y la cultura en esta formación.

En el Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional (2012) se pretendió crear como objetivo general, un ideal del envejecimiento activo que sirva para promover el envejecimiento activo e intensificar el esfuerzo por movilizar a las personas cercanas a los 60 años y más longevas. Para esto, es necesario desarrollar hábitos de vida saludable, no solo físico, sino también mentales; crear mejores oportunidades entre hombres y mujeres de más edad para que puedan participar de igual manera en el mercado laboral y en su propia comunidad, desde su formación y experiencia.

En términos generales, las políticas que tratan sobre el envejecimiento activo, están encaminadas a la consecución del desarrollo económico influyendo en el mercado, en la creación de empleo y en la sociedad.

Normativa estatal.

Según el Real-Decreto Ley 5/2013, de 15 de marzo, de medidas para favorecer la continuidad de la vida laboral de los trabajadores de mayor edad y promover el envejecimiento activo, debido a las bajas tasas de natalidad y el crecimiento de la esperanza de vida se exigen desde la unión Europea y sus países miembros, incluidos España, unos sistemas de pensiones viables a largo plazo para preservar una buena calidad de vida a los ciudadanos de más edad y así impulsar el envejecimiento activo. La Estrategia Europa 2020, que constituye el marco de referencia para la coordinación de las políticas económicas de los Estados miembros, es el ámbito desde el que se

impulsa una política de orientación y coordinación de los esfuerzos de las Instituciones Comunitarias y de los Estados miembros para afrontar el reto del envejecimiento y su impacto sobre los sistemas de protección social. El incremento de la edad de jubilación, la prolongación de la vida activa y el incremento de la participación en el mercado de trabajo de los trabajadores de más edad suponen elementos básicos para la adecuación y sostenibilidad de las pensiones. Para ello, es recomendable vincular la edad de jubilación a los aumentos de la esperanza de vida, racionalizar el acceso a los planes de jubilación anticipada y a otras vías de salida temprana del mercado laboral, y favorecer la prolongación de la vida laboral, facilitando el acceso al aprendizaje a lo largo de la vida, desarrollando oportunidades de empleo para los trabajadores de más edad y fomentando el envejecimiento activo.

La recomendación número 12 del mencionado Informe de Evaluación y Reforma del Pacto de Toledo incluía referencias expresas a tres elementos que todavía deben ser abordados para asegurar la sostenibilidad del sistema de Seguridad Social y el impulso efectivo del envejecimiento activo. Por un lado, es necesario conceder una mayor relevancia a la carrera de cotización del trabajador para favorecer la aproximación de la edad real de jubilación a la edad legal de acceso a la jubilación. Por otro, la jubilación anticipada debería reservarse a aquellos trabajadores que cuenten con largas carreras de cotización. Finalmente, debe facilitarse la coexistencia de salario y pensión.

Por otra parte, la cuestión del envejecimiento activo debe abordarse de forma integral, ya que la transición entre vida activa y jubilación implica tanto a la política de Seguridad Social, como a las políticas de empleo. Por ello, el presente real decreto-ley incorpora también entre sus objetivos la lucha contra la discriminación por razón de la edad en el mercado de trabajo, así como la racionalización del sistema de prestaciones por desempleo para reforzar su vinculación con sus objetivos originales.

El presente real decreto-ley aborda estas cuestiones a través de medidas en el ámbito de la jubilación anticipada, la jubilación parcial, la compatibilidad entre vida activa y pensión, la lucha contra el fraude, y las políticas de empleo. Estas medidas permiten satisfacer las Recomendaciones del Consejo de la UE de 10 de julio de 2012 en el ámbito de la sostenibilidad del sistema de pensiones y el impulso del envejecimiento activo.

Normativa Autonómica Andaluza.

Según el Decreto 72/2012, de 20 de marzo, por el que se aprueba el Estatuto de los Centros de Participación Activa para Personas Mayores, consagra el derecho de las personas mayores a recibir de los poderes públicos de Andalucía una protección y una atención integral para la promoción de su autonomía personal y del envejecimiento activo que les permita una vida digna e independiente y su bienestar social e individual. (Art. 19 de Estatuto de Autonomía de Andalucía.) Por tanto, y según esto, entre los principios rectores de las políticas públicas están el acceso de las personas mayores a unas condiciones de vida digna e independiente, incentivando el envejecimiento activo y su participación en la vida social, educativa y cultural de la comunidad, debiendo los poderes públicos de la Comunidad Autónoma de Andalucía, en virtud de lo dispuesto en el artículo 40, adoptar las medidas necesarias para el cumplimiento de estos principios, mediante el impulso de la legislación pertinente, la garantía de una financiación suficiente y la eficacia y eficiencia de las actuaciones administrativas (Art 37.1.3.º de Estatuto de Autonomía de Andalucía). Por ello, corresponde a la Comunidad Autónoma la competencia en tema de servicios sociales que viene establecido en el artículo 61.1 del Estatuto de Autonomía para Andalucía.

En la Ley 6/1999, de 7 de julio, de Atención y Protección a las Personas Mayores, define en su artículo 3: “...*garantizar que las personas mayores gocen de todos los derechos y libertades que tienen reconocidos por la Constitución y el resto del ordenamiento jurídico, sin que sufran discriminación alguna por razón de la edad, nacimiento, raza, sexo, religión, opinión, deficiencia o enfermedad o cualquier otra condición o circunstancia personal, familiar o social*”.

También define en su artículo 14: “...*los servicios sociales especializados como instrumentos para la atención a las personas mayores dirigidos a posibilitar su integración social, estructurándose, entre otros, a través de los Centros de Día para personas mayores*”.

Por ello, la red de Centros de Día para personas mayores da respuesta a la necesidad de afrontar el proceso del envejecimiento de una forma activa desde la perspectiva del cambio de actitud de los usuarios, configurándose en los centros

programas de envejecimiento activo en los que se promueve el envejecimiento activo y en los que se fomentan la convivencia, la integración, la solidaridad y la participación de los mayores.

MARCO TEÓRICO.

Envejecimiento activo

Una cuestión clave en el envejecimiento activo es que el descenso de la mortalidad y de la natalidad, trae consigo el aumento de la esperanza de vida. Como todos sabemos, los avances en medicina, en sanidad, en educación, en tecnologías y en definitiva, en el campo científico, han provocado un descenso de la tasa de mortalidad en todas las edades, provocando un gran aumento de la esperanza de vida. “Esta característica sociodemográfica, la esperanza de vida junto a los otros efectos, dará lugar a que durante los primeros 50 años del S.XXI el mundo experimente una nueva revolución: la población mayor de 60 años pasará de 600 millones en el año 2000 a casi 2000 millones en 2050; lo que hará que el número de personas en el mundo con más de 60 años sea superior al de las personas con menos de 15. El grupo que más rápido crecerá entre el grupo de edad será el de los más viejos (80 años y más)”. (Fernández-Ballesteros, 2009).

Esperanza de Vida de la población residente en España						
Años	Al nacimiento			A los 65 años		
	Ambos			Ambos		
	sexos	Varones	Mujeres	sexos	Varones	Mujeres
1991	77,1	73,5	80,7	17,6	15,6	19,2
1995	78,1	74,5	81,7	18,2	16,1	20,0
2000	79,3	75,9	82,7	18,8	16,7	20,6
2001	79,7	76,3	83,1	19,0	16,9	20,8
2002	79,8	76,4	83,1	19,0	16,9	20,9
2003	79,7	76,4	83,0	18,9	16,8	20,8
2004	80,3	77,0	83,6	19,4	17,2	21,2
2005	80,3	77,0	83,5	19,3	17,1	21,1
2006	80,9	77,7	84,2	19,8	17,7	21,7
2007	81,0	77,8	84,1	19,8	17,6	21,7
2008	81,3	78,2	84,3	20,0	17,9	21,8
2009	81,7	78,6	84,7	20,2	18,1	22,1
2010	82,1	79,1	85,1	20,6	18,4	22,4
2011	82,3	79,3	85,2	20,7	18,6	22,6
2012	82,2	79,3	85,0	20,5	18,4	22,4
2013 ^(*)	82,8	80,0	85,6	21,1	19,0	22,9

(*) 2013 Datos provisionales

Nota: la esperanza de vida es el número de años que vivirían, de media, las personas de una generación sometida, en cada edad, a la tasa de mortalidad que se observa en el periodo analizado.

Figura1. Fuente: Indicadores Demográficos Básicos de 2013 (INE)

Como podemos comprobar en la anterior tabla, la esperanza de vida va aumentando progresivamente a lo largo de los años. En este caso podemos ver como por lo general, la esperanza de vida va aumentando desde 1991 hasta 2013. La esperanza de

vida al nacimiento de ambos sexos (parte izquierda de la tabla), aumento en 2013, un 0,6 más respecto al año anterior y se situó en 82,8 años. De forma separada, en varones alcanzó la cifra de 80 años en 2013 con un crecimiento de 0,7 años; y en las mujeres alcanzó los 85,6 años con un crecimiento de 0,6 años.

Conocidos los efectos que se producirán, la importancia del envejecimiento activo radica en que la vejez causa dependencia, fragilidad y exclusión social, además de enfermedad y/o discapacidad. Por ello, las personas mayores merecen una mención especial en las políticas sobre envejecimiento activo, favoreciendo la decisión de poder envejecer en casa, donde tenga derecho a contar con la atención a domicilio, o en su defecto o de forma complementaria disponer de nuevas tecnologías de la información o comunicación. Para ello, una pauta importantísima es la de escuchar sus demandas y tenerlas en consideración.

El Instituto Nacional de Estadística ha llevado a cabo a lo largo de los últimos veinte años tres macro encuestas sobre la discapacidad y el estado de salud. Estas son: la Encuesta sobre discapacidades, deficiencias y minusvalías (1986), la Encuesta sobre discapacidades deficiencias y estado de salud (1999) y la Encuesta de discapacidad, autonomía personal y situaciones de dependencia (2008). Otras encuestas son: la Encuesta nacional de salud (MSC, 1993, 1995 y avances de 2003), la encuesta sobre la soledad en las personas mayores (CIS, 1998).¹

Las conclusiones principales de estos estudios son las siguientes (CSIC, 2010):

- El desarrollo de la discapacidad y consecuentemente de la dependencia en el envejecimiento se está produciendo en edades cada vez más avanzadas.
- El aumento en las tasas de prevalencia de la discapacidad no se produce a ritmo constante sino que es alrededor de los 80 años cuando esto se acelera.
- Una vez empezado el proceso de discapacidad se produce continuamente una mayor dificultad con respecto a las necesidades y cuidados requeridos por las personas dependientes. Esto se produce ya que conformen estas personas envejecen, la posibilidad de que adquieran enfermedades y/o necesidades nuevas

¹ Informe de la I+D+i sobre envejecimiento de la Fundación General CSIC de noviembre de 2010. Visto en <http://www.fgcsic.es/sites/default/files/InformeEnvejecimiento.pdf> (21/07/2014).

son mayores debido a la pérdida o alteración de las capacidades o debido a la propia diversidad funcional.

- Las mujeres son más propensas a tener discapacidad, tal vez debido a su mayor esperanza de vida.
- Las discapacidades más frecuentes y que comienzan antes respecto la edad son las relacionadas con la vista y el oído. Las discapacidades que más crecen respecto la edad son las relacionadas con las funciones cognitivas, así como las de relación y comunicación.

Dicho esto sobre el envejecimiento activo, vamos a darle definición. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el envejecimiento activo como: *“...es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. [...] se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población. Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia”*. (OMS, 2002).

De esta definición podemos identificar cuatro aspectos que intervienen en la configuración de los que es el Envejecimiento Activo.

- Seguridad.
- Salud.
- Participación Activa.
- Formación y educación.

Seguridad.

La seguridad es primordial para garantizar el envejecimiento activo en cuanto a la protección en situaciones de riesgo o necesidad de las personas mayores. Hay que reconocer que la noción de seguridad es relativa según se trate de unos individuos u otros, pero el Estado debe de establecer los recursos necesarios para salvaguardar el interés de la comunidad de la que depende.

De esta manera hay muchas disposiciones de las cuales el Estado debe de tomar decisiones para asegurar la seguridad de sus ciudadanos y su comunidad, como son los servicios sociales relacionados fundamentales para conseguir el bienestar social. Por ello, el estado otorga seguridad a través de las pensiones y prestaciones económicas, seguridad en cuanto a la participación en la vida pública, en cuanto a persona consumidora, en cuanto a la protección de su imagen,... También protege la seguridad en relación al acceso de los servicios, mediante la protección de derechos frente a las barreras del entorno.

Los mayores, debido a su mayor dependencia comparada con otros sectores de la población, son los que más sufren la falta de un diseño ergonómico en el entorno por donde se mueven.

Según el I Plan Nacional de Accesibilidad 2004-2012, casi el 40% del total de la población española, más de 40 millones de personas según el INE, podrían beneficiarse de la eliminación de las barreras que causan inaccesibilidad.

Otro dato a tener en cuenta es que en 1,2 millones de hogares con personas con movilidad limitada hay barreras de acceso en sus edificios, como escaleras sin rampas o sin plataformas móviles. Y, al menos la mitad de las personas con discapacidad declaran encontrar una serie de elementos en la calle que les impide el paso o desplazamiento (farolas, aceras con bordillo, papeleras, estrechez,...) (Grupo de Trabajo del LBA, 2010).

Por consiguiente para dar seguridad a las personas mayores y para dar solución a los datos presentados es muy importante tener en cuenta el concepto de accesibilidad. Según la Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad, la accesibilidad universal es: *“Accesibilidad universal: la condición que deben cumplir los entornos, procesos, bienes, productos y servicios, así como los objetos o instrumentos, herramientas y dispositivos, para ser comprensibles, utilizables y practicables por todas las personas en condiciones de seguridad y comodidad y de la forma más autónoma y natural posible. Presupone la estrategia de «diseño para todos» y se entiende sin perjuicio de los ajustes razonables que deban adoptarse”* (LIONDAU).

Por ello, las personas mayores que no se adaptan a su entorno debido a la relación entre sus capacidades funcionales y los bienes y servicios inaccesibles de los que tiene a su alrededor, tienen como consecuencias negativas el incremento del aislamiento social, y en consecuencia, el incremento de la vulnerabilidad de verse envueltas en caídas, accidentes y enfermedades o discapacidades.

Según el Libro Verde de la Accesibilidad en España existen diferentes tipos de barreras los cuales diagnostica y analizan, los cuales explican la baja accesibilidad en España. Estos tipos de barreras son:

- Barreras en la edificación, referida a la inaccesibilidad que hay dentro de los edificios.
- Barreras urbanísticas, inaccesibilidad que presentan los diferentes espacios de las ciudades o puntos de interés que son públicos y/o privados, referidos a su mobiliario y/o itinerario urbano.
- Barreras en los medios de transporte: dificultades que presentan para los usuarios los diferentes medios de transporte que debida a su falta de ergonomía en el diseño provoca una falta de accesibilidad y un impedimento en la utilización del servicio para algunas personas.
- Barreras en la información y en la comunicación: se refiere a aquellos problemas de accesibilidad que provocan una dificultad para la comprensión de la información y la comunicación, o aquellas dificultades técnicas que impiden la utilización del medio de comunicación.
- Barreras en el turismo y ocio: debido a la falta de adaptación de establecimientos de ocio (como hoteles), y a las barreras en los medios de transporte.

Las causas generales de la baja accesibilidad se explican, según el Libro Verde de la Accesibilidad en España porque existe una falta de formación y un desconocimiento de la normativa por parte de los profesionales responsables de los diferentes ámbitos de actuación, unido a la poca conciencia social sobre la importancia y lo imprescindible

que es la accesibilidad, y a la falta de capacidad financiera pública para ajustar lo inaccesible en accesible.

Salud.

Según la Organización mundial de la Salud (OMS): “...*la salud es un estado de bienestar físico, psíquico y social. El envejecimiento normal se caracteriza por la pérdida de capacidad de adaptación y de reserva del organismo ante los cambios.*”

Para propiciar un envejecimiento activo, como hemos dicho antes, es necesario que el estado disponga de normativas que obliguen a actuar a favor de este concepto que nos ocupa, pero también, es responsabilidad de la persona, cuidarse de forma saludable, a través de la puesta en práctica de conductos adecuadas, como la alimentación y el deporte. Por lo tanto, es necesaria una educación de la salud para enseñar hábitos y conductas adecuadas, como qué hábitos alimenticios son los más adecuados y cuáles los inadecuados, la importancia de la actividad física como hábito de prevención de enfermedades propias en personas mayores, la importancia de la higiene (corporal, bucal, íntima, etc.), la peligrosidad de las drogas y el alcohol, etc.

De los cambios que ocurren con el envejecimiento, se calcula que aproximadamente un tercio obedece a enfermedad, otro tercio a desuso por falta de actividad y sólo otro tercio en relación con el proceso normal de envejecimiento (Montoya y Fernández, 1999:84).

Por esto, es importante el autocuidado. Se ha demostrado que el concepto de sí mismo se relaciona positivamente con las prácticas de autocuidado (Smits y Kee, 1992) ya que, si la persona tiene clara su autoeficacia será capaz de desarrollar sus capacidades de autocuidado. Es decir, la persona mayor tiene que ser consecuente y tiene que mirar por sí misma para la prevención de riesgos y problemas que le puedan suceder, por ello, es importante saber que después de la formación viene la práctica, y de ahí de la importancia del autocuidado.

Participación Activa.

Tomando parte de la vida política, económica, social y cultural de una forma activa se incentiva el envejecimiento activo. Esto quiere decir, que hay que participar de

forma activa en la toma de decisiones que tiene que ver en la sociedad, que comporta tanto decisiones individuales como decisiones colectivas de todos los ámbitos, que tienen que ver con la comunidad. La participación activa requiere la participación de todos, no solo de los mayores, sino la participación de éstos junto a la interacción de los más jóvenes.

Se pretende no desperdiciar el tiempo, aprovechándolo de forma productiva y qué mejor modo que la participación en la sociedad en la que vives, aportando experiencia, pensamientos, ilustraciones, puntos de vista,... No hay que olvidar que ellos han vivido más que nosotros y conocen el mundo mejor que nadie. Por eso, es muy importante tener esto en consideración.

El funcionamiento social no sólo es esencial para el bienestar psicológico a lo largo de la vida, sino que desempeña además un papel importante en la longevidad y la supervivencia (Fernández-Ballesteros, 2009) , por eso, la participación de la que trata esta revisión bibliográfica ha de ser preventiva porque nos permite de forma saludable aumentar nuestras posibilidades de envejecer.

Formación y educación a lo largo de la vida.

Para conseguir un alto grado de envejecimiento activo, un requisito inamovible es hacer una actividad útil, y sentirse importante, realizado, no un estorbo. El aprendizaje mejora las capacidades y conocimientos de las personas y hace estar activos, aprendiendo, integrándose en la sociedad para una vida satisfactoria.

Nuestra sociedad actual, se acoge a la premisa de la educación a lo largo del ciclo vital, por ello, es importante que los mayores continúen aprendiendo para adaptarse a la nueva sociedad que va surgiendo, con la incorporación de las nuevas tecnologías que tan importantes son, y que gracias al continuo aprendizaje, estén capacitados y adaptados para usarlos y participar con una mayor calidad de vida en la sociedad actual, incrementando así, su autoestima y independencia a la hora de enfrentarse a situaciones adversas.

Para todo adulto es importante su autoimagen, la manera que se ve así mismo frente la sociedad (Escobar, 2001). Estar seguros de sí mismos con un alto nivel de autoestima es imprescindible y conlleva abarcar una línea educativa que lleve a las

personas a completar su autodesarrollo mediante la formación, aumentando de esta manera sus posibilidades de integración en la sociedad.

La educación también sirve para informar de los hábitos saludables que se deben de seguir para promover el envejecimiento activo a través de una vida saludable y sana, una vida segura, etc. La educación es el motor de cambio a través del cual, las personas mayores tiene que avanzar hacia su desarrollo personal.

En definitiva, estamos en una sociedad de la comunicación y de la información, y para que haya una positiva integración de todos, hay que contar con este grupo de la población, haciendo especial énfasis en las personas mayores. Para ello, un punto primordial es que la formación destinada a las personas mayores sea accesible, de modo que se les facilite el acceso a la formación con ayuda de la motivación, para que se les devuelvan a los mayores las ganas de vivir, de integrarse, de aprender y de renovarse para un envejecimiento mejor.

En resumen, en los campos de educación, cultura y ocio deben tenerse presentes las demandas de los mayores, dado que como señala el “Libro Blanco del Envejecimiento Activo” (documento fundamental para entender el envejecimiento activo y las barreras que tiene que debe superar), este nuevo concepto “termina con la política para las personas mayores – y, a menudo, incluso por encima de ellas- y potencia la política desde y con las personas mayores”. (Grupo de Trabajo del LBA, 2010).

Envejecimiento Activo y las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Como bien subraya el informe Contribución de la UE al envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional perteneciente al Año europeo de envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional de 2012, la importancia de los sectores de las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) y de los medios de transporte, son importantísimos para mejorar el envejecimiento activo, ya que son considerados primordiales para mejorar la calidad de vida, autonomía e independencia en el entramado social, político, laboral, educacional y/o de ocio.

Mario Piattini Velthuis en su artículo “Papel de las TIC en el envejecimiento” en la revista LYCHNOS, señala la importancia del I+D+i en el campo del envejecimiento a través de estudios ya probados como, en la *Agenda de Investigación sobre el Envejecimiento para el Siglo XXI*, un proyecto conjunto del Programa de Envejecimiento de las Naciones Unidas y de la Asociación Internacional de Gerontología y Geriatria publicado en 2007, se destacan que en las áreas de participación e integración social, envejecimiento saludable, funcionamiento físico y mental, calidad de vida, etc. las TIC pueden desempeñar una labor crucial. Otro estudio, es el *Informe de la I+D+i sobre envejecimiento* de la Fundación General CSIC de noviembre de 2010 en la que subraya la necesidad de impulsar investigaciones sobre aspectos tecnológicos para combatir y erradicar los efectos del envejecimiento humano.

Como hemos visto, la tendencia al aumento de la esperanza de vida genera problemas en cuanto a la disposición de recursos humanos y económicos, con motivo de que cada vez es mayor la demanda de estos recursos ya que la decadencia que presentan las personas mayores en sus diferentes funciones y capacidades cognitivas, motoras, visuales y auditivas, o bien, por enfermedades crónicas, hacen que se produzca un mayor gasto para satisfacer los problemas de los mayores. En el marco del Envejecimiento Activo y personas mayores, las TIC son herramientas esenciales para mejorar la calidad de vida de la persona mayor o para estimular el crecimiento del aprendizaje y de la educación social, mejorando así su envejecimiento y en definitiva, su salud.

Por este motivo, en consonancia con la importancia de la utilización de las TIC, también es muy importante la innovación como método para satisfacer necesidades sociales, creando, renovando o actualizando productos, sean o no relacionados con las TIC, que satisfagan cada vez con más facilidad las necesidades de las personas dependientes que necesitan estos productos. Las tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) van renovándose, actualizándose y evolucionando conforme va pasando el tiempo. De este modo, nos encontramos con dispositivos tecnológicos que son cada vez más novedosos, pasando de ser de más grandes a más pequeños, de más simples a más complejos, de menos eficaces a más eficaces, etc. Hoy en día son protagonista en todo nuestro entorno, ya que se encuentran presentes en los aparatos y objetos que utilizamos en casa, el igual que en los medios de transporte que tenemos o utilizamos de dominio público y en aparatos de ocio que sirven para entretenernos.

Es decir, las TIC están disponibles en todos los ámbitos de nuestra vida, caracterizándose por su importancia y por la gran ayuda que nos aportan en todos los aspectos de nuestra vida. Dicho de otra manera, se considera necesaria la participación activa de las personas mayores en el uso de las TIC, de manera que adquieran conocimientos para utilizar bienes y servicios que ayuden a mejorar su calidad de vida. De esta manera, mediante el uso de Internet o del teléfono móvil, por ejemplo, no solo mejoran su relación con el entorno o su accesibilidad a distintos medios o disposiciones, sino que debido a los diversos avances que cada día se hacen en materia de tecnologías en las que cada vez se abarcan aspectos más novedosos, las TIC pueden contribuir a mejorar la vida de las personas mayores, mitigando los efectos del envejecimiento y mejorando su calidad de vida, disminuyendo con ello el nivel de dependencia que tienen. Por ello, la importancia de un envejecimiento activo radica en la inclusión de este colectivo en el mundo de las nuevas tecnologías fomentando su uso, y así optar por una ruptura de la brecha digital existente entre personas mayores y TIC.

Los mayores, debido a los recuerdos, sensaciones, experiencias,... quieren seguir envejeciendo en sus hogares. Por este motivo, envejecer en casa es lo más adecuado para la gran mayoría de ellos, obviamente, siempre que sean en condiciones seguras, saludables y participativas y para ello, resulta esencial y de gran ayuda la utilización de la domótica en el hogar y la utilización de productos de apoyo.

Domótica y productos de apoyo.

A modo de recordatorio, de lo visto anteriormente, y para lograr que sea la persona mayor la que planeé su toma de decisiones, se debe de buscar en la innovación en el diseño de productos de apoyo, al igual que con la domótica, unos objetivos que cumplir que estén en concordancia con los principios y derechos que tienen las personas. Por lo tanto, los objetivos tienen que estar alrededor de los siguientes principios que tiene las personas a fin de promover y alcanzar un envejecimiento activo. Los principios son: (Rodríguez, 2010).

- Autonomía
- Participación.
- Integralidad

- Individualidad
- Inclusión social
- Interdependencia
- Continuidad.

Por lo tanto, los objetivos que persiguen la domótica y los productos de apoyo tienen que ver con el cumplimiento de la autonomía personal, con la percepción de seguridad dentro de la vivienda o fuera de ella, con la comunicación y la información adecuada, con la facilitación de tener relaciones sociales, con la formación y desarrollo, con la atención en el hogar y su cuidado, con la movilidad fuera y dentro del hogar y con el fomento de hábitos saludables vida.

Domótica.

Como hemos dicho la domótica proporciona a las personas un aumento en su calidad de vida. En primer lugar, el término domótica proviene de la unión de la palabra latina “domus” y la palabra griega “automática”, que significan respectivamente en castellano, casa y que funciona por sí solo.

Según la RAE define la domótica: “Conjunto de sistemas que automatizan las diferentes instalaciones de una vivienda” (Real Academia Española, 2001, 22º ed.).

Por otro lado, tal y como define la Guía “La Domótica Como Solución de Futuro” (2007) la domótica consiste en dotar de inteligencia a una vivienda o edificio mediante la aplicación de tecnología en ella. Ésta integra la automatización de dispositivos o procesos, informática y nuevas tecnologías de comunicación, con el fin de mejorar la comodidad, la seguridad y combatiendo las situaciones de dependencia de las personas en sus hogares, mejorando su bienestar en el hogar.

“La vivienda domótica es, por lo tanto, aquella que integra una serie de automatismos en materia de electricidad, electrónica, robótica, informática y telecomunicaciones, con el objetivo de asegurar al usuario un aumento del confort, de la seguridad, del ahorro energético, de las facilidades de comunicación, y de las posibilidades de entretenimiento. La domótica, pues, busca la integración de todos los aparatos del hogar, de forma que todo funcione en perfecta armonía, con la máxima

utilidad y con la mínima intervención por parte del usuario”. (Huidobro, Novel, Calafat, Suller, Nogales, Toledano, Santamaría y Lastres, 2007)

Términos que serían sinónimos en este contexto, sería el de hogar digital (debido a la presencia de las digitalizaciones en domótica) o hogar inteligente, el cual era utilizado con asiduidad antes que surgiera la domótica.

Según el Informe de Vigilancia Tecnológica “El Hogar Digital como solución a las necesidades de las personas mayores el Hogar Digital se define como: *“una disciplina tecnológica que se desarrolla en los lugares de residencia con el fin de aumentar la seguridad, mejorar el confort y favorecer las comunicaciones, al mismo tiempo que permite obtener un mayor ahorro energético. Todo ello se consigue mediante las TIC, mediante la integración de servicios e interconexión de equipos e instalaciones”* (Portillo, Bermejo, Bernardos y Casar, 2005). Dicho de otra manera, la domótica planteada como tecnología y el hogar digital tiene como virtud el poder satisfacer las demandas y necesidades de las personas mayores. Así, teniendo en cuenta desde un primer momento que conforme la edad avanza surgen problemas relacionados con la dependencia y discapacidad a causa de la pérdida de capacidades funcionales, se tiene como objetivo la convergencia de las demandas de las personas de las personas mayores y las soluciones relacionadas con TIC para tener como fin las mejora o satisfacción de estas necesidades sociales para obtener un bienestar y una calidad de vida óptimas, reduciendo la dependencia de las personas mayores, con el consiguiente incremento de su autonomía personal.

De lo anterior podemos sonsacar que si la domótica y el hogar digital conlleva a una aumento de la calidad de vida es porque a posteriori existen unas necesidades, y obviamente, si llegamos a satisfacer las necesidades, es porque existen unos beneficios.

Estas necesidades y demandas de las personas mayores son, como no aquellas que buscan el desarrollo de las personas, mejorando su independencia y su calidad de vida. Según aparecen en el Informe de Vigilancia Tecnológica, “El Hogar Digital como solución a las necesidades de las personas mayores” estas necesidades se clasifican según el estudio realizado por BIS en 2002 en:

- El control de la seguridad.
- Movilidad y confort.

- El control de la climatización.
- La realización de las tareas domésticas.
- La salud y los cuidados asistenciales.
- La información y la comunicación.
- La educación y la formación.
- El ocio y el entretenimiento.

Los beneficios que podemos obtener de los dispositivos domóticos los podemos diferenciar entre: seguridad, ahorro energético, comodidad y ocio.

- En seguridad destacamos las alarmas sin cables, sistemas de acceso de control, cámaras de seguridad, detectores de incendios, de gas, de agua, de electricidad, dispositivos de teleasistencia, etc.
- En comodidad a través del teléfono móvil, tablet u ordenador se puede gestionar los dispositivos o electrodomésticos domóticos de forma remota, como por ejemplo, el dispositivo para correr o abrir cortinas. También se encuentran en este apartado los robots inteligentes.
- En cuanto al ahorro energético, los dispositivos domóticos cuentan con sistemas inteligentes de control en el hogar permitiendo la optimización y la regulación eficiente del consumo en sus diferentes funciones.
- En el ocio, gracias a estos dispositivos se permite el aumento de la red de comunicaciones: teletrabajo, la formación no presencial, el comercio a través de Internet, etc. permitiendo obtener mayor flexibilidad y comodidad a las personas. Además, en cuanto a la diversión, la radio, la televisión, juegos a través de la red, etc.

Productos de apoyo.

En la norma UNE-EN ISO 9999:2012 se encuentran clasificados los productos de apoyo. Tal y como aparece en el apartado “correspondencia” esta norma es la versión oficial, en español, de la Norma Europea EN ISO 9999:2011, que a su vez adopta la Norma Internacional ISO 9999:2011. (UNE-EN ISO 9999:2012, 2012).

Antes de nada, en la sociedad, en cada ámbito donde nos desenvolvemos, las personas utilizan recursos y/o herramientas para poder realizar sus acciones de la forma

más fácil posible. Las personas con diversidad funcional, mayores (como es el caso que nos ocupa) o no, debido a la falta de capacidad de sus funcionalidades, dependen de estos utensilios para compensar su discapacidad y poder desenvolverse en la sociedad con plena autonomía. Estos utensilios o herramientas son los productos de apoyo.

Por producto de apoyo se entiende (UNE-EN ISO 9999:2012, 2012): cualquier dispositivo, equipo, instrumento y software destinado para el uso y consumo de las personas discapacitadas, los cuales se encuentran en el mercado, y que están destinados a proteger, apoyar, entrenar, medir o sustituir funciones y/o estructuras corporales para prevenir deficiencias, restricciones o limitaciones en las actividades; facilitando de este modo la participación de esta persona en su entorno personal y social. Ejemplos de productos de apoyo serían: silla anfibia, silla bipedestadora, dispositivo eléctrico para la autoalimentación, almohada terapéutica postural, asiento con ruedas, lupas, alzas para inodoro, etc.

En esta norma actual podemos comprobar cómo el concepto “Ayudas Técnicas” pasa a denominarse “Productos de Apoyo”, respecto a la norma anterior, UNE-EN ISO 9999:2007.

Según UNE-EN ISO 9999:20012: *“Los productos de apoyo (incluyendo software) se clasifican de acuerdo con su función. La clasificación consta de tres niveles jerárquicos y cada código consta de tres pares de dígitos. Como para otras clasificaciones, para cada nivel se proporcionan códigos, títulos, notas aclaratorias, inclusiones, exclusiones, referencias cruzadas. Además de texto explicativo y de la clasificación en sí misma, se facilita una tabla de conversión entre la edición previa (2007) y la edición actual de esta norma internacional y se incluye un índice alfabético para facilitar el uso y para mejorar la accesibilidad de la clasificación”*.

Por lo tanto, existen una gran variedad de productos de apoyo que podemos ver en el catálogo² de productos de apoyo del ceapat³, y en la que su primera clasificación es la siguiente⁴:

² Ver: <http://www.catalogo-ceapat.org/> Visualizado (23/07/14)

³ El Centro de Referencia estatal de Autonomía y Ayudas Técnicas se crea mediante Orden Ministerial de 07/04/1989 como centro dependiente del Imsero.

http://www.ceapat.es/ceapat_01/el_ceapat/presentacion/index.htm

- Productos de apoyo para tratamiento médico individualizado (04).
- Productos de apoyo para el entretenimiento/aprendizaje de habilidades (05).
- Ortesis y prótesis (06).
- Productos de apoyo para el cuidado y la protección personal (09).
- Productos de apoyo para la movilidad personal (12).
- Productos de apoyo para actividades domésticas (15).
- Mobiliario y adaptaciones para viviendas y otros locales (18).
- Productos de apoyo para la comunicación y la información (22).
- Productos de apoyo para manipular objetos y dispositivos (24)
- Productos de apoyo para la mejora y evaluación del ambiente/entorno (27).
- Productos de apoyo para el empleo y la formación personal (28)
- Productos de apoyo para el esparcimiento (30).

La enumeración de esta clasificación no sigue un orden, pero no se realiza de forma arbitraria. Se debe que al seguir los criterios de la clasificación internacional puede haber variaciones o cambios, como por ejemplo, la antigua clase 21 “Ayudas técnicas para la comunicación, la información y la señalización”² se reemplaza por la nueva clase 22 “Productos de apoyo para la comunicación y la información”. (Fernández, 2011).

En los productos de apoyo hay que tener en cuenta la percepción de la realidad para propiciar un diseño para todos ya que, este debe de estar orientado hacia las personas, por eso, su diseño debe ser inclusivo y ergonómico para que el producto sea accesible integralmente y sea usable para las personas.

Función del trabajador social en el envejecimiento activo.

El trabajador social combina dos elementos diferentes: por un lado, el Trabajo Social es una profesión que exige contacto, relación, comunicación con los usuarios con los que se interviene. Y por otro lado, la actuación del trabajador social está comprometida con la transformación social, con la modificación de las situaciones de malestar, dependencia, insatisfacción. Bajo esto, se recogen las dos dimensiones básicas

⁴ Por motivos de extensión solo se mostrará la primera clasificación. Para más información sobre las demás clasificaciones visitar el catálogo del ceapat pinchando en el siguiente enlace: http://www.catalogo-ceapat.org/UNE-EN_ISO_9999-2012_V2.pdf

de actuación del Trabajo Social: la individual, refieras a la superación de problemas a personas concretas; y la grupal o comunitaria, porque la solución a los problemas exige pequeñas o grandes transformaciones en el entorno donde las personas se ubican. (Vázquez, 2009).

En primer lugar, y centrándonos en el rol del trabajador social con la tercera edad, el trabajador social debe valorar la demanda del/los usuarios y realizar un diagnóstico para a posteriori diseñar una intervención en función de las necesidades detectadas y los recursos disponibles para ello. Las funciones del trabajador o trabajadora social con la tercera edad comprender tanto la atención directa como la indirecta (Filardo, 2011):

- Funciones de atención directa.
 - Función preventiva: se refiere a la detección precoz y prevención de los problemas sociales que impidan la integración social de los mayores.
 - Función promocional: se refiere al desarrollo de las capacidades de los mayores para prevenir o paliar su problemática social.
 - Función asistencial: se refiere al aumento de la capacidad de la persona mayor y promoción de la utilización de recursos para satisfacer sus necesidades sociales.
 - Función rehabilitadora: se refiere a la rehabilitación y reinserción social de aquellas personas mayores que han sufrido algún tipo de disminución física, psíquica o social.
 - Función informativa: se refiere a la información sobre derechos y recursos sociales que son más beneficiosos para las personas mayores, así como asesoramiento ante las demandas plantadas.
- Funciones de atención indirecta.
 - Coordinación: se refiere a la búsqueda de los mejores recursos y la mejor planificación de alternativas de intervención.
 - Trabajo Comunitario: se refiere a la utilización de los recursos de la comunidad para la positiva resolución y prevención de las problemáticas sociales.
 - Tramitación de los recursos demandados para la atención e intervención social.

- Documentación: se refiere al diseño, elaboración y cumplimiento de los diferentes instrumentos propios del trabajo social, como son la utilización de la ficha social, historia social, informes sociales, registro de intervenciones...
- Planificación y evaluación en servicios y políticas sociales, diseños de planes...
- Formación, docencia e investigación.
- Dirección, gestión, planificación y organización de centros de mayores.

Todas estas funciones, se desarrollan en la intervención socio-sanitaria teniendo como objetivo dar calidad a las demandas y necesidades relacionadas con la prevención e incremento de la discapacidad, y así promover el envejecimiento activo.

Por ello, el trabajador social en este contexto debe de tratar de transformar la mentalidad y actitud de las personas de la tercera edad para que evolucionen en su desarrollo personal con la utilización de las TIC mediante un cambio de conducta que tomen ellos propios, para que así, contribuyendo a la búsqueda de su bienestar individual, a la potenciación de sus capacidades y a la prevención de sus problemas sociales, los mayores caminen hacia un envejecimiento activo dejando atrás, la soledad y la exclusión social.

METODOLOGÍA.

La información y recogida de datos en este trabajo de revisión bibliográfica se ha realizado a través de la búsqueda de libros, análisis de sitios web, informes y medios electrónicos y documentos de sitios web. El objeto de estudio ha recaído en la población de personas mayores (tercera edad) relacionada con el envejecimiento activo con la ayuda de las TIC, como la domótica y los productos de apoyo. Por lo general, ha sido un tema difícil de encontrar en libros, salvo en los libros *Libro Blanco de Envejecimiento Activo* y *Envejecimiento Activo. Contribuciones de la psicología*. Por eso, los demás materiales que se han necesitado para la elaboración de esta revisión bibliográfica han recaído en recursos electrónicos y otros libros relacionados con la accesibilidad, con una antigüedad a partir de 1999 hasta la actualidad.

Para conocer el tema en cuestión, es necesario ponerse en situación sobre todos aquellos aspectos que afectan a este sector poblacional, evolución demográfica, situación actual, leyes y normativas sobre personas mayores y envejecimiento activo, las TIC, etc.

Se ha comenzado realizando una recogida de información sobre que aspectos son los más importantes para promover el envejecimiento activo, los cuales son la tenencia de seguridad, salud, participación activa y formación junto con la utilización de las TIC y su aplicación en productos de apoyo y domótica, reseñado la importancia de la accesibilidad, usabilidad y diseño para todos en los productos TIC.

Para concluir, se ha reflejado en esta revisión bibliográfica las funciones del Trabajo Social respecto a los mayores para promover el envejecimiento activo respecto las TIC.

OBJETIVOS

Objetivo general.

- Dar a conocer y promover las condiciones precisas para que las personas mayores desarrollen un envejecimiento activo desarrollando sus potencialidades, mejorando su calidad de vida e independencia con la ayuda de los recursos TIC, como la domótica y los productos de apoyo.

Objetivos específicos.

- *Concienciar a la sociedad en general de los beneficios del envejecimiento activo en la sociedad e incrementar con ello, el rol de las personas mayores en la sociedad.*

Con esta revisión bibliográfica se pretende que tanto las personas mayores como el resto de la sociedad, desde los puestos de trabajos e/o instituciones más importantes hasta los ciudadanos de a pie, tomen conciencia del concepto de envejecimiento activo para que conozcan su concepto y fin. Como hemos podido comprobarlo a lo largo del trabajo, envejecer manteniendo ciertos niveles de participación activa en la sociedad, en el plano individual y colectivo, fomenta la calidad de vida de los mayores, beneficiándose psíquicamente y físicamente.

Dada la importancia de este concepto, cada vez se tienen en cuenta el envejecimiento activo y las personas de la tercera edad en las políticas de servicios sociales y de acción social, y es por ello, es necesario transmitir los beneficios del envejecimiento activo porque al mejorar la calidad de vida en el ámbito personal, también tiene consecuencias positivas para las instituciones públicas, debido a la relación calidad de vida-enfermedad o discapacidad. Un aumento de la calidad de vida provocará por lo general un descenso de los problemas relacionados con la enfermedad o discapacidad, lo que provocará un menor gasto asociado a la atención de la enfermedad o discapacidad.

En cuanto al ámbito personal se pretende dar a conocer que mediante un envejecimiento activo se mejorará la calidad de vida mediante la optimización de las

oportunidades de salud, participación y seguridad a través de una adecuada formación y educación.

- *Identificar y valorar la importancia de la domótica en el envejecimiento activo.*

Mediante esta revisión bibliográfica se pretende dar a conocer la importancia de las nuevas tecnologías en el fomento del envejecimiento activo como vehículo hacia la mejora de la calidad de vida mediante el uso y utilización de los productos domóticos en el hogar. Al avance tecnológico que se ha producido en los últimos años se le atribuye la evolución en domótica, donde mediante la automatización y la informatización del hogar inteligente, aspectos como la comunicación, la seguridad, la climatización, la iluminación... son gestionados por las personas usuarias, con una comodidad y una independencia enorme.

- Identificar y valorar la importancia de los productos de apoyo en el envejecimiento activo.

Igual pasa con los productos de apoyo, mediante esta revisión bibliográfica se pretende dar a conocer que multitud de productos de apoyo son de gran ayuda para el desarrollo de la vida personal de las personas mayores o discapacitados. Así se pretende dar a conocer la gran importancia que tienen y tal vez, lo poco conocidos que son algunos.

Con ellos se mejora la comodidad y la calidad de vida de las personas fomentando un envejecimiento activo más saludable.

- Dar a conocer el papel del Trabajo Social en el envejecimiento activo y en las TIC.

Finalmente, con este trabajo no solo se pretende dar a conocer el rol del trabajador social respecto a este tema, sino el de alabar la importante acción social que no solo realiza con los mayores, sino con cada uno de los ámbitos donde tiene competencia su profesión, sea cual sea.

El trabajador social, a raíz del diagnóstico social y la captación e identificación de cuáles son los problemas y necesidades necesarias que provocan dicho problema, tiene que desarrollar su conocimiento en la búsqueda y movilización de recursos (sean productos de apoyo, domóticos, seas cuales sean...) para intentar provocar un cambio

en la realidad del mayor y sea éste el que se percate de su cambio de conducta para su mejor desarrollo.

DISCUSIÓN

Como bien se ha demostrado en la figura 1, en nuestra sociedad cada vez hay más mayores debido al incremento de la esperanza de vida, y debido a este motivo, el futuro de los mayores no es una cuestión a dejar de lado sin prestarle un índice de atención porque es un tema muy importante para el devenir de las generaciones futuras.

Por ello hay que fomentar el envejecimiento activo, para tener una longevidad más saludable, y como no fomentarla a través de la utilización de las TIC, tan novedosas en nuestra sociedad de la información y la comunicación. Pero, para que se produzca un envejecimiento activo gracias a la utilización de las TIC, domótica y los productos de apoyo, tienen que intervenir y coincidir varios factores.

Uno de ellos, es el relacionado con la disposición que tienen los mayores al cambio. Hay mayores que se desentienden de la sociedad, de la vida social y entran en la dejadez y sedentarismo, quedándose excluidos socialmente y en soledad, bien sea por propio deseo suyo, o por la verdadera exclusión a que se ven envueltos, ya sea por motivos raciales, culturales, económicos, etc. Para que se produzca un cambio de actitud en los mayores, el trabajador social debe de trabajar para buscar el método de asaltarlos intentado hacerle ver la realidad en la que se encuentran y que al fin, sean conscientes del problema que tiene provocando su cambio hacia una mejor calidad de vida y envejecimiento activo.

Otro factor, se relaciona con los productos y servicios TIC, domóticos y/o de apoyo que se ofrecen. En lo relacionado se refiere a las empresas productoras, ya que su forma de actuación y de fabricación no es la idónea en muchos casos, fabricando y lanzando al mercado productos inaccesibles para la mayoría de las personas. No es la idónea porque en muchos productos el diseño es inaccesible para ciertas personas, como son los mayores, las personas con diversidad funcional, etc. “.... Para ello, el criterio de Accesibilidad Universal debe de estar patente en el proceso de diseño, teniendo en cuenta la heterogeneidad de los diferentes tipos de personas que utilizarán el producto. El producto debe de ser un “producto para todos”, debido a que ha sido sometido a un “diseño para todos” siendo este universalmente accesible y usable, siendo para ello, necesario la presencia de la ergonomía en fabricación de los productos. Por ergonomía,

se entiende según la RAE: *“Estudio de datos biológicos y tecnológicos aplicados a problemas de mutua adaptación entre el hombre y la máquina”*.

El tema de la accesibilidad no queda solo en lo relacionado con los productos de apoyo y domóticos y de cualquier TIC. Según el I Plan Nacional de Accesibilidad 2004-2012, casi el 40% del total de la población española, más de 40 millones de personas según el INE, podrían beneficiarse de la eliminación de las barreras que causan inaccesibilidad. (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, 2003). Y, otro dato a tener en cuenta es que en 1,2 millones de hogares con personas con movilidad limitada hay barreras de acceso en sus edificios, como escaleras sin rampas o sin plataformas móviles. Y, al menos la mitad de las personas con discapacidad declaran encontrar una serie de elementos en la calle que les impide el paso o desplazamiento (farolas, aceras con bordillo, papeleras, estrechez,...) (Grupo de Trabajo del LBA, 2010). Por esto, es clave fomentar la accesibilidad y la ergonomía en los espacios públicos, edificios públicos, comunidades,...para dotarlos de una visión integradora, accesible y usable “para todos”.

Otro punto a discutir es que existen varios problemas relacionados con las TIC. Por un lado, uno de ellos es que, pese a la mejora en estos últimos años, el sector de la tercera edad utiliza menos las TIC que cualquier otro grupo de edad, la cual, provoca una situación negativa, ya que los mayores están menos integrados en su uso en relación con el resto de la población. Por otro lado, ya conocemos los beneficios y usos que tienen las TIC, la domótica y los productos de apoyo en el envejecimiento activo. Sin embargo, la tecnología es cara, y no todas las personas se la pueden permitir. O sea que, está claro que algunos productos de apoyo son asequibles a todos, pero hay otros más costosos, encontrándose en un escalón superior los productos domóticos instalados en un Hogar Digital.

CONCLUSIONES

El progresivo aumento de la esperanza de vida está, consecuentemente, creando un sector poblacional cada vez más grande, como es la tercera edad. Al igual que con todo tipo de personas, las personas mayores tienen unas necesidades, pero es en este grupo poblacional, donde se agravan y son más importante debido a la falta de capacidades que limitan la movilidad, la pérdida de visión, la pérdida auditiva,...; debido al gran tiempo ocioso que disponen y que les hace estar o sentirse en soledad; y también, debido al miedo de manejar las TIC.

El crecimiento en las TIC ha generado una evolución en productos domóticos y de apoyo disponibles para conformar lo que se denomina el Hogar Digital. El Hogar Digital permite a la personas mayores avanzar en su envejecimiento activo ya que con la ayuda de sus servicios se fomenta una mayor autonomía y una mejor calidad de vida en cuestiones tan importantes, y vistas en el marco teórico, como el control de la seguridad, movilidad y confort, el control de la climatización, la realización de las tareas domésticas, la salud y los cuidados asistenciales, la información y la comunicación, la educación y la formación y el ocio y el entretenimiento.(Portillo, Bermejo, Bernardos y Casar, 2005).

Es necesario por ello dos puntos importantes. Uno de ellos es que, estos productos TIC, deben de estar fabricados mediante el principio de la ergonomía y accesibilidad para todos, con lo que hay que tener en cuenta la heterogeneidad de necesidades variadas que tienen las personas mayores, discapacidad o no. Otro punto no menos importante, es que los fabricantes, tengan en cuenta a los mayores, en el sentido de que ofrezcan a los demandantes unos servicios que beneficiará su forma de vivir, y que no vendan una mera TIC, y por ello, deben de buscar diseños sencillos y sencillos para el uso y disfrute del mayor.

A modo de conclusión, en cuanto a las funciones del trabajo social en el papel del envejecimiento activo, uno de los lugares donde el trabajador tiene esta competencia es en los Centros de Día o de Participación Activa y/o Residencias. Menciono estos, y no otros, no por nada especial, sino porque como justico en *Introducción y Resumen*, en el Centro de Participación Activa de Lopera tuve la suerte de realizar las prácticas de “Prácticas Externas I”, asignatura perteneciente al 3 curso de Grado en Trabajo Social

de la Universidad de Jaén. En esta institución el trabajo social busca permanentemente el cambio de actitud en los mayores, convenciéndolos a participar en sus actividades y talleres formativos y de ocio, teniendo como fin, mejorar sus hábitos de vida de forma saludable, participativa y segura.

BIBLIOGRAFÍA.

Anónimo (s/n). Catálogos de productos de apoyo. *Ceapat*. Recuperado el 24 de julio de 2014 de <http://www.catalogo-ceapat.org/clasificacion/12>

BOE (2003). Ley 53/2003, de 10 de diciembre, sobre empleo público de discapacitados. *BOE* 296, pp. 44082 a 44083. Recuperado el 24 de julio de 2014 de <http://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2003-22717>

Escobar, M. (2001). *Pensar la práctica para transformarla*. Xátiva: Diálogos.

Fernández-Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento Activo. Contribución de la Psicología*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Fernández, M.C. (2011). Productos de apoyo a la edificación cit en García, C. (coord) *Accesibilidad Universal y Diseño Para Todos. Arquitectura y Urbanism*, pp. 106-121. Madrid: Fundación Arquitectura COAM.

Filardo, C. (2011). Trabajo Social para la Tercera Edad. *Revista de Trabajo Social y Acción Social*, nº 49, pp. 204-219. recuperado el 23 de julio de 2014 de http://www.trabajosocialmalaga.org/archivos/revista_dts_numeros/DTS_49.pdf

Grupo de Trabajo del LBA, (2010). *Libro Blanco del Envejecimiento Activo*. Sevilla: Junta de Andalucía.

Huidobro, J. M., Novel, B., Calafat, C., Suller, E., Nogales, A., Toledano, J.C., Santamaría, A. y Lastres, C. (2007). *La domótica como solución de futuro*, pp. 5-23. Madrid: Consejería de Economía e Innovación Tecnológica. Recuperado el 24 de julio de 2014 de <http://www.fenercom.com/pdf/publicaciones/la-domotica-como-solucion-de-futuro-fenercom.pdf>

López, F. A. (2002). *Libro Verde de la Accesibilidad en España: diagnóstico de situación y bases para elaborar un plan integrar de supresión de barreras*. Madrid: IMSERSO. Recuperado el 24 de julio de 2014 en <http://usuarios.discapnet.es/disweb2000/docu/LibroVerdeAccesibilidad.pdf>

Millán, R. J. (2003). *La vivienda domótica*. Recuperado el 23 de 07 de 2014, de <http://www.ramonmillan.com/tutoriales/domotica.php>

Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (2003). I Plan Nacional de Accesibilidad 2004-2012, pp. 7-16 Madrid: IMSERSO. Recuperado el 25 de julio de 2014 de <http://usuarios.discapnet.es/disweb2000/lex/AccePlan2004-2012.pdf>

Montoya, J. M. y Fernández, M. (1999): *Formas de vida en las personas mayores: propuestas educativas*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.

Parapar, C., Fernández, J.L., Rey, J. y Ruiz, M. (2010). Informe de la I+D+i sobre envejecimiento. *Fundación General CSIC*, pp 13-33. Recuperado el 22 de julio de 2014 de <http://www.fgcsic.es/sites/default/files/InformeEnvejecimiento.pdf>

Organización Mundial de la Salud (OMS), 2002. Envejecimiento Activo: un marco político, pp. 74-105. *Rev Esp Geriatr Gerontol* 2002;37(S2). Recuperado el 27 de julio de 2014 de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>

Portillo, J.I., Bermejo, A.B., Bernardos, A.M. y Casar, J.R. (2005). *El Hogar Digital como solución a las necesidades de las personas mayores*, pp. 9-43. Recuperado el 23 de julio de 2014 de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/asimelec-hogar-01.pdf>

Real Academia Española. (2001). Domótica. En *Diccionario de la lengua española* (22º ed.). Recuperado de: <http://lema.rae.es/drae/?val=dom%C3%B3tica>

Real Academia Española. (2001). Ergonomía. En *Diccionario de la lengua española* (22º ed.) <http://lema.rae.es/drae/?val=ergonomia>

Rodríguez, P. (2010). *La atención integral centrada en la persona*, nº116, pp. 1-15 Madrid: Informes Portal Mayores. Recuperado el 24 de julio de 2014 de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/atencion%20CENTRADA%20EN%20PERSONA%202010.pdf>

Serra, E. (2012). *Contribuir al envejecimiento activo desde el sector de las TIC*. Recuperado el 22 de septiembre de 2014, de <http://www.rcysostenibilidad.telefonica.com/blog/2012/09/10/contribuir-al-envejecimiento-activo-desde-el-sector-de-las-tic/>

UNE-EN ISO 9999:2007, (2007), *Productos de apoyo para personas con discapacidad. V1: Clasificación y terminología*, pp. 124. Madrid: AENOR. Recuperado el 23 de julio de 2014 de http://www.catalogo-ceapat.org/UNE-EN_ISO_9999-2007.pdf.

UNE-EN ISO 9999:2012, (2012), *Productos de apoyo para personas con discapacidad. V2: Clasificación y terminología*, pp.155. Madrid: AENOR. Recuperado el 23 de julio de 2014 de http://www.catalogo-ceapat.org/UNE-EN_ISO_9999-2012_V2.pdf

Vázquez, O. (2009). Naturaleza, fundamentos, concepto, principios, objetivos, objeto y sujetos del Trabajo Social cit. en Fernández, T. (coord), *Fundamentos del Trabajo Social*, pp. 133-159. Madrid: Alianza Editorial.

Velthuis, M. P. (Marzo de 2012). Papel de las TIC en el envejecimiento. *LICHNOS*, 8, pp 60-64. Recuperado el 25 de julio de 2014, de http://www.fgcsic.es/lychnos/es_ES/articulos/Papel-de-las-TIC-en-el-envejecimiento.

