

Guía para Diseñar Cursos de Alfabetización Digital en Salud para Adultos 50+



Liter **AGE4ALL**

Fomentar la e-inclusión para mejorar la alfabetización digital en salud y el envejecimiento saludable en adultos mayores de 50 años

Guía para Diseñar Cursos de Alfabetización Digital en Salud para Adultos 50+

Liter **AGE4ALL**

Fomentar la e-inclusión para mejorar la alfabetización
digital en salud y el envejecimiento saludable en
adultos mayores de 50 años

Resumen

“Guía para Diseñar Cursos de Alfabetización Digital en Salud para Adultos 50+” ayuda a mejorar la alfabetización digital en salud de las personas mayores de 50 años. Utilizando una metodología de “Pensamiento de diseño”, o “Design Thinking” en inglés, esta guía ayuda a los creadores de cursos a elaborar un plan de estudios inclusivo y eficaz que aborde las necesidades específicas de los adultos mayores. El objetivo principal es proporcionar a los grupos interesados las herramientas necesarias para diseñar contenidos de cursos que capaciten a los adultos mayores, dotándoles de las habilidades y la confianza necesarias para navegar por las tecnologías digitales en salud. Esto, a su vez, mejorará su acceso a la atención sanitaria y su bienestar general. Este entregable incluye:

- Finalidad de la Guía
- Definición de la audiencia clave
- Fundamentos de la metodología “Design thinking”
- Características de la población destinataria
- Marco del curso

Contenidos

1. Introducción	1
2. Definiciones clave	3
. Alfabetización	4
. Habilidades y competencias digitales	4
. Alfabetización en salud	4
. Alfabetización digital en salud	4
3. Cómo se desarrollaron las directrices	5
3.1. Población objetivo	7
3.2. Barreras para la inclusión digital	8
3.3. Características asociadas a las personas poco cualificadas	9
3.3.1. Desafío cognitivo	9
3.3.2. Confianza	9
3.3.3. Social	10
3.3.4. Motivación	10
3.3.5. Recursos	10
4. Marco de Competencias Digitales	11
4.1. Contenido del curso	14
4.1.1. Alfabetización en información y datos	14
. Navegación, búsqueda y filtrado de datos, información y contenidos digitales	14
. Evaluación de datos, información y contenidos digitales	15
. Gestión de datos, información y contenidos digitales	15
4.1.2. Comunicación y colaboración	16
. Interactuar a través de las tecnologías digitales	16
. Compartir a través de las tecnologías digitales	16
. Participación ciudadana a través de las tecnologías digitales	17
. Colaborar a través de las tecnologías digitales	17
. Netiqueta	18

4.1.3. Seguridad	19
. Protección de dispositivos	19
. Protección de los datos personales y de la privacidad	19
4.1.4. Resolución de problemas	21
. Resolución de problemas técnicos: Identificar problemas técnicos al manejar dispositivos y utilizar entornos digitales, y resolverlos (desde la identificación hasta la resolución de problemas más complejos)	21
. Identificar necesidades y respuestas tecnológicas	21
. Identificar carencias en la competencia digital	22
5. Conclusión	23
Referencias	25



Introducción

1. Introducción

La transición digital avanza rápidamente, dejando a varios grupos vulnerables, sobre todo a los adultos mayores de las zonas rurales, con dificultades para seguir el ritmo. Sin los conocimientos y la alfabetización digitales necesarios para trabajar, vivir, aprender y comunicarse eficazmente, estas personas se enfrentan a la marginación no sólo en el mundo físico, sino también en el ámbito digital. Además, a medida que se desarrolla la transformación digital de la asistencia sanitaria, las competencias digitales inadecuadas de los grupos vulnerables, como los mayores de 50 años que residen en zonas rurales, pueden conducir a la exclusión sanitaria.

La Comisión de Banda Ancha para el Desarrollo Sostenible (2017) destaca que las competencias digitales abarcan no solo las habilidades técnicas, sino también la concienciación y las actitudes que los individuos tienen hacia el uso de la tecnología [1]. Esta perspectiva más amplia de las competencias digitales subraya la necesidad de comprender las implicaciones de la tecnología en nuestra vida cotidiana. Es significativo que los usuarios con bajo nivel de alfabetización se encuentren a menudo principalmente en la fase de concienciación; pueden reconocer la existencia de la tecnología pero carecen de las habilidades y la confianza necesarias para un uso eficaz. En consecuencia, estas personas necesitan un apoyo sustancial y específico para desarrollar sus capacidades digitales, lo que les permitirá utilizar la tecnología con mayor destreza y participar plenamente en una sociedad impulsada por la tecnología.

La tecnología digital puede ayudar a las personas, incluso a aquellas con niveles de alfabetización muy bajos y conocimientos tecnológicos limitados, a navegar por los espacios digitales y beneficiarse de las aplicaciones relevantes, como las que conectan a los usuarios con los servicios sanitarios.

Esta guía ofrece directrices para desarrollar un curso de programación destinado a mejorar la capacidad de los adultos mayores para utilizar eficazmente las herramientas digitales, incluidas las herramientas digitales de salud y el acceso a la información en línea. Proporciona las herramientas y metodologías esenciales para crear una experiencia de aprendizaje eficaz e inclusiva para adultos mayores de 50 años. Al emplear un enfoque de diseño centrado en la persona, las directrices garantizan que el contenido del curso se adapte a las necesidades, preferencias y retos específicos de los adultos mayores de 50 años. Además, la incorporación del “Pensamiento de diseño” o “Thinking design” como base para el desarrollo del programa garantiza que el contenido sea relevante, accesible y atractivo, al tiempo que se adapta al ritmo y estilo de aprendizaje de cada alumno.



Definiciones clave

2. Definiciones clave

Alfabetización

Según la Organización Mundial de la Salud, la alfabetización es la capacidad de identificar, comprender, interpretar, crear, comunicar y calcular utilizando materiales impresos y escritos en diversos contextos. Abarca un continuo aprendizaje que capacita a las personas para alcanzar sus objetivos, mejorar sus conocimientos y su potencial y participar plenamente en sus comunidades y en la sociedad [2].

Capacidades y competencias digitales

La UNESCO, en colaboración con la Unión Internacional de Telecomunicaciones, define las capacidades y competencias digitales como multidimensionales y existentes en un espectro [3]. Este espectro incluye:

- Competencias digitales funcionales básicas: Estas competencias permiten a los usuarios acceder a las tecnologías digitales y realizar operaciones básicas.
- Competencias digitales genéricas: Consisten en utilizar las tecnologías digitales de forma útil y provechosa, como la creación de contenidos y la colaboración en línea.
- Competencias de alto nivel: Estas competencias implican el uso de la tecnología digital con fines de capacitación y transformación, como el desarrollo de software.

Alfabetización en salud

La OMS define la alfabetización en salud como la capacidad de las personas para acceder, comprender, evaluar y utilizar la información y los servicios de salud de forma que promuevan y mantengan la buena salud y el bienestar. Esto abarca no sólo la capacidad de leer y comprender información de salud, sino también las habilidades de pensamiento crítico e interacción para expresar las necesidades personales y sociales que mejoran la salud [4].

Alfabetización digital en salud

Según la OMS, es la capacidad de buscar, encontrar, comprender y valorar información de salud procedente de fuentes electrónicas y de aplicar los conocimientos adquiridos para abordar o resolver un problema de salud [5].



Cómo se elaboraron las directrices

3

3. Cómo se elaboraron las directrices

Las directrices se elaboraron mediante un esfuerzo de colaboración entre los socios del consorcio, comprometidos con el análisis de la bibliografía existente y el intercambio de estrategias para promover la inclusión digital de los adultos de las zonas rurales, en particular para mejorar su alfabetización digital en materia de salud. Para garantizar que estas directrices sean inclusivas y se adapten a las necesidades individuales, el consorcio llevó a cabo un total de dieciséis grupos de discusión: diez con adultos de 50 años o más y seis con profesionales sanitarios y de asistencia social. En total, 74 participantes contribuyeron al estudio, entre ellos 51 adultos mayores de 50 años y 23 médicos.

Los profesionales de atención sanitaria y social aportaron valiosas ideas sobre sus percepciones y creencias en relación con la alfabetización en salud y el uso de las tecnologías digitales de salud entre los adultos mayores de 50 años. Mientras tanto, se invitó a los adultos de este grupo de edad a compartir sus experiencias cotidianas y sus preferencias relacionadas con la tecnología digital.

Las sesiones de los grupos de discusión se grabaron en audio y, tras transcribir y codificar los debates, se realizó un análisis temático para identificar los temas clave que surgieron de los datos.



3.1. Población objetivo

Estas directrices van dirigidas principalmente a todos los grupos interesados en la mejora de la alfabetización digital en salud de los adultos mayores de 50 años. Dado que un curso eficaz de alfabetización digital en salud debe ser completo, accesible e impactante, las directrices se dirigen a los siguientes grupos profesionales:

- Profesionales de la salud: para garantizar que el contenido de salud impartido sea preciso y pertinente para las necesidades de la audiencia.
- Especialistas en educación de adultos: para diseñar la estructura del curso de manera que sea fácilmente comprensible y atractivo para los participantes.
- Especialistas en tecnologías de la información: para supervisar el desarrollo de los componentes técnicos del curso, incluidas las plataformas de aprendizaje electrónico y los recursos digitales interactivos.
- Psicólogos: para incorporar metodologías de aprendizaje que aborden las dimensiones cognitivas y emocionales de las experiencias de los alumnos.
- Expertos en comunicación: para garantizar que el lenguaje utilizado a lo largo del curso sea claro, preciso y accesible para todos los participantes.
- Representantes de la población adulta de 50 años o más: para contar con personas del grupo demográfico destinatario que puedan evaluar el curso y aportar comentarios constructivos sobre su eficacia y accesibilidad.

Este enfoque integral pretende fomentar un entorno de aprendizaje inclusivo que mejore la alfabetización digital en salud entre los adultos mayores de 50 años, mejorando en última instancia su compromiso con los recursos digitales de salud.

3.2. Barreras para la inclusión digital

Los participantes mayores de 50 años en varios grupos de discusión no representan un grupo demográfico homogéneo, y no todas las personas poseen las competencias necesarias para la participación digital. No obstante, es fundamental identificar los principales obstáculos a la inclusión digital en este grupo de edad.

Las observaciones de las sesiones de grupos de discusión en las que participaron personas mayores de 50 años indican que, aunque un número considerable de ellas están actualizadas, aún es necesario mejorar significativamente su participación digital. Los que están conectados infrutilizan con frecuencia el potencial de Internet, debido sobre todo a una alfabetización digital insuficiente. La mayoría de los participantes tienen dificultades para localizar y evaluar críticamente la calidad y credibilidad de la información en línea. Aunque suelen utilizar motores de búsqueda como Google para obtener información, rara vez verifican la fiabilidad de los resultados obtenidos. De hecho, sólo una minoría de los participantes comprendió la importancia de verificar si el contenido encontrado tiene validez científica. Además, casi todos los participantes mostraban escasas habilidades de comunicación digital. Muchos tenían dificultades para utilizar las redes sociales y las plataformas de mensajería; a varios jubilados les resultaba difícil redactar y enviar correos electrónicos, y aunque algunos podían leerlos, encontraban obstáculos para formular respuestas. Esta deficiencia en la competencia digital se debe en gran medida a la falta de familiaridad con diversos dispositivos, incluidos los ordenadores y los teléfonos inteligentes. Esta falta de familiaridad se ve a menudo exacerbada por la falta de motivación para utilizar las herramientas digitales, propiciada por el temor a amenazas en línea como los virus y la suplantación de identidad, así como por la creencia generalizada de que no es necesario adquirir competencias digitales.

Desde la perspectiva de los servicios sanitarios y sociales, los adultos mayores, en particular los que residen en zonas rurales, perciben que los bajos niveles de ingresos, junto con la falta de motivación para aprovechar los recursos digitales, obstaculizan considerablemente la alfabetización y la inclusión digitales. Los profesionales de la salud han informado de que casi la mitad de los adultos mayores sólo poseen conocimientos tecnológicos básicos, lo que dificulta especialmente el acceso a aplicaciones institucionales como las plataformas de los servicios nacionales de salud y las aplicaciones bancarias.

3.3. Características asociadas a las personas poco cualificadas

3.3.1. Desafío cognitivo

A muchas personas mayores de 50 años, sobre todo a las de más de 65, les puede resultar difícil transferir los conocimientos adquiridos de un contexto a otro. Por ejemplo, pueden tener dificultades para aplicar lo que aprenden en los vídeos de formación en línea a situaciones de la vida real. Además, navegar por jerarquías de información, como los menús de las aplicaciones, puede resultarles complicado.

3.3.2. Confianza

Las personas con escasas competencias digitales que participaron en las sesiones de los grupos de discusión expresaron su falta de confianza en el uso de los dispositivos digitales. Muchos declararon temer dañar un dispositivo o ser víctimas de suplantación de identidad y virus. Además, dijeron sentirse confundidos por la tecnología y expresaron desconfianza hacia ella, a menudo restando importancia a su impacto en sus vidas.



3.3.3. Social

Los participantes en los grupos de discusión declararon a menudo necesitar ayuda de amigos o familiares para manejar sus dispositivos digitales. Mencionaron que si tienen problemas con la tecnología y no tienen a alguien físicamente presente para ayudarles, tienden a rendirse, lo que les lleva a devaluar la importancia de los tutoriales en línea en el proceso de aprendizaje.

3.3.4. Motivación

Los participantes en las sesiones de los grupos de discusión indicaron que la motivación desempeña un papel importante en su capacidad para utilizar eficazmente los dispositivos digitales. Por ejemplo, aprenden a navegar por plataformas de redes sociales como Facebook y WhatsApp para comunicarse con familiares y amigos. Además, muestran un gran interés por aprender a manejar aplicaciones de salud para supervisar mejor su salud.

3.3.5. Recursos

Los profesionales sanitarios y sociales indican que las personas mayores de 50 años de las zonas rurales tienen más probabilidades de enfrentarse a una conectividad a internet limitada o poco fiable y pueden ser sensibles al uso de datos o verse limitadas por él.



Marco de competencias digitales

4. Marco de competencias digitales

Los debates de los grupos de discusión revelaron que muchos participantes experimentan dificultades a la hora de enviar mensajes de texto y correos electrónicos, lo que enfatiza su necesidad de apoyo para navegar por plataformas digitales esenciales. En respuesta, el plan de estudios del curso proporcionará competencias digitales destinadas a abordar el “nivel básico” en consonancia con el marco establecido por la Unidad de Capital Humano y Empleo del Centro Común de Investigación para la Dirección General de Empleo, Asuntos Sociales e Inclusión de la Comisión Europea [5].

El marco digital define las competencias digitales en cinco áreas clave:

1. Alfabetización en información y datos
2. Comunicación y colaboración
3. Creación de contenidos digitales
4. Seguridad
5. Resolución de problemas

Tras analizar los resultados de los grupos de discusión y las motivaciones individuales compartidas por los participantes, hemos decidido no incluir la tercera área de competencia -la creación de contenidos digitales- en esta guía. Esta decisión se basa en una evaluación exhaustiva de las necesidades y prioridades del grupo, lo que nos permite centrarnos en los temas que más se ajustan a sus intereses y objetivos. Además, introduciremos una sesión inicial en la que los participantes aprenderán sobre la importancia de la alfabetización sanitaria digital, así como a utilizar teléfonos inteligentes y ordenadores de forma eficaz.



4.1. Contenido del curso

4.1.1. Alfabetización en información y datos

Este dominio ayudará a los participantes del curso a desarrollar las habilidades necesarias para identificar y articular claramente las necesidades específicas de información relacionada con la salud en diversos contextos. Los participantes aprenderán a encontrar y recuperar eficazmente datos digitales, información de salud y contenidos relevantes. También serán formados para evaluar críticamente la idoneidad y credibilidad de las fuentes, así como la calidad de su contenido. Además, los participantes adquirirán la capacidad de organizar, almacenar y gestionar sistemáticamente la información digital de salud de forma que se fomente la accesibilidad y la facilidad de uso en el marco de la alfabetización digital en salud. En este ámbito se abordarán las competencias descritas anteriormente:

. Navegar, buscar y filtrar datos, información y contenidos digitales

Al principio del programa, los participantes explorarán el uso de los dispositivos y las técnicas de navegación. Aprenderán a utilizar eficazmente los navegadores web para acceder a Internet y a emplear motores de búsqueda, como Google, para encontrar información pertinente. Además, los participantes aprenderán a articular sus necesidades de información de forma clara y precisa, lo que les ayudará a realizar búsquedas de datos eficaces en entornos digitales.

Por ejemplo, los participantes podrán identificar sitios web, blogs y bases de datos digitales relevantes a partir de una lista cuidadosamente seleccionada incluida en el sitio web LiterAGE4ALL. Esto les permitirá revisar bibliografía sobre un tema relacionado con la salud. Desarrollarán las habilidades necesarias para encontrar y evaluar bibliografía dentro de estos recursos, facilitando una navegación eficiente entre ellos.

Además, los participantes aprenderán a elegir y modificar las palabras clave más eficaces proporcionadas durante el curso de formación. Esto mejorará sus resultados de búsqueda y su capacidad para encontrar información de salud pertinente.

. Evaluación de datos, información y contenidos digitales

Esta competencia está diseñada para dotar a los participantes de las habilidades esenciales necesarias para analizar, comparar y evaluar críticamente la credibilidad y fiabilidad de diversas fuentes de datos, información y contenidos digitales relacionados con la alfabetización digital en salud. Por ejemplo:

Con autonomía y la orientación adecuada, los participantes serán capaces de:

- Evaluar la credibilidad y fiabilidad de las fuentes de datos, la información y los contenidos digitales relacionados con la salud que se utilizan habitualmente.

Con el apoyo de un tutor, los participantes serán capaces de:

- Identificar la credibilidad y fiabilidad de blogs, bases de datos digitales y otras fuentes bibliográficas de uso frecuente en el sector sanitario.

. Gestión de datos, información y contenidos digitales

Este módulo se ha diseñado estratégicamente para dotar a los participantes de las habilidades necesarias para organizar, almacenar y recuperar datos e información relacionados con la salud utilizando tecnologías digitales, al tiempo que se fomenta la comprensión de cómo gestionar estos recursos de forma eficaz en el ámbito de la alfabetización digital en salud.

A nivel básico, con autonomía y la orientación adecuada, los participantes serán capaces de:

- Identificar las herramientas y aplicaciones digitales básicas para organizar y almacenar información relacionada con la salud.
- Recuperar eficazmente los datos sanitarios almacenados para tareas específicas relacionadas con la salud.

Con el apoyo continuo, los participantes también pueden:

- Reconocer APPs y servicios sanitarios fiables que faciliten la gestión personal de la salud.
- Utilizar tecnologías digitales sencillas para empoderarse y participar activamente en decisiones y actividades relacionadas con la salud.

4.1.2. Comunicación y colaboración

Este dominio permitirá a los participantes en el curso desarrollar competencias en comunicación y participación a través de las tecnologías digitales.

. Interactuar a través de las tecnologías digitales

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de las habilidades esenciales para interactuar a través de diversas tecnologías digitales, al tiempo que dominan métodos de comunicación eficaces aplicables tanto en contextos personales como sanitarios. Los participantes empezarán por conocer a fondo las principales funciones del correo electrónico, incluido cómo enviar, recibir y gestionar mensajes de forma eficaz. También adquirirán destreza en la navegación por plataformas de redes sociales y aplicaciones de mensajería.

Al finalizar esta formación, los participantes poseerán con seguridad las habilidades necesarias para elegir las tecnologías digitales adecuadas que mejoren la interacción y para identificar métodos de comunicación eficaces adaptados a escenarios de salud específicos, con orientación disponible cuando sea necesario.

. Compartir a través de las tecnologías digitales

Este módulo se centra en dotar a los participantes de habilidades críticas para compartir eficazmente datos, información y contenidos digitales relacionados con la salud a través de tecnologías digitales adecuadas. En concreto, mejora la comprensión de los participantes de sus funciones vitales como intermediarios y hace hincapié en la importancia de las prácticas de referenciación y atribución en el ámbito de la alfabetización digital en salud.

Al final de esta formación, los participantes realizarán con confianza:

- Identificar y utilizar las tecnologías digitales más adecuadas para controlar su salud y difundir datos, información y contenidos digitales relacionados con la salud.
- Reconocer y aplicar prácticas esenciales de referenciación y atribución al compartir información sanitaria.

Además, los participantes desarrollarán sólidas capacidades para:

- Utilizar herramientas digitales básicas para actuar eficazmente como intermediarios en la difusión de contenidos digitales relacionados con la salud a otras personas.
- Aplicar sistemáticamente prácticas de atribución precisas para reconocer las fuentes de los datos y la información relacionados con la salud.

. Participación ciudadana a través de las tecnologías digitales

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de los conocimientos esenciales necesarios para participar activamente en actividades relacionadas con la salud utilizando servicios sanitarios digitales tanto públicos como privados. Además, fomenta la autonomía y promueve una ciudadanía sanitaria activa aprovechando las tecnologías digitales adecuadas.

Al final de esta formación, los participantes serán capaces de:

- Identificar los servicios sanitarios digitales clave para participar en iniciativas relacionadas con la salud.
- Reconocer y utilizar las tecnologías digitales adecuadas para fomentar la autonomía y tomar decisiones informadas sobre su salud.

. Colaborar a través de las tecnologías digitales

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de las competencias esenciales necesarias para controlar eficazmente las herramientas y tecnologías digitales para los procesos de colaboración en el ámbito de la salud, así como para la organización y gestión de sus datos relacionados con la salud. Fomenta una mejor comunicación entre los profesionales sanitarios y los participantes.

A nivel básico, los participantes serán capaces de seleccionar y utilizar de forma autónoma herramientas y tecnologías digitales básicas para actividades relacionadas con la salud, incluida la organización y gestión de su información sanitaria, con la orientación adecuada cuando sea necesario.

. Netiqueta

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de las competencias esenciales para navegar por las normas de comportamiento y las mejores prácticas en el contexto de las tecnologías digitales y las interacciones relacionadas con la salud.

El marco subraya la importancia de adaptar las estrategias de comunicación a públicos diversos, reconociendo al mismo tiempo las diferencias culturales y generacionales dentro de los entornos sanitarios digitales.

A nivel básico, y con la autonomía y orientación necesarias, los participantes serán capaces de:

- Identificar las normas básicas de comportamiento y las mejores prácticas para utilizar las tecnologías digitales en contextos de salud digital.
- Seleccionar métodos y estrategias de comunicación adecuados para públicos específicos en entornos relacionados con la salud.
- Reconocer los elementos clave de la diversidad cultural y generacional que influyen en la participación en las interacciones sanitarias digitales.

Por ejemplo, en este nivel básico, los participantes demostrarán la capacidad de:

- Identificar su propia identidad de salud digital.
- Describir estrategias básicas para proteger su reputación sanitaria en línea.
- Reconocer los datos de salud generados a través de su uso de diversas herramientas, entornos o servicios digitales.

4.1.3. Seguridad

. Protección de dispositivos

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de los conocimientos necesarios para proteger sus dispositivos y contenidos de salud digitales, comprender los riesgos y amenazas presentes en los entornos digitales en salud, y estar informados sobre las medidas de seguridad y protección, todo ello dando prioridad a la fiabilidad y la privacidad.

A un nivel básico, los participantes serán capaces, con autonomía y la orientación adecuada cuando sea necesario, de:

- Identificar métodos eficaces para salvaguardar sus dispositivos y contenidos de salud digitales.
- Reconocer los riesgos y amenazas básicos en los entornos de salud digitales.
- Aplicar medidas sencillas de seguridad y protección en contextos digitales relacionados con la salud.
- Garantizar la fiabilidad y privacidad de sus datos de salud mediante prácticas sencillas.

. Protección de los datos personales y de la privacidad

Este programa está diseñado para dotar a los participantes de las competencias esenciales para salvaguardar los datos personales y la privacidad en los entornos digitales. Su principal objetivo es facilitar la comprensión del uso adecuado y el intercambio de información de identificación personal, protegiendo al mismo tiempo a uno mismo y a los demás de posibles riesgos. Además, los participantes conocerán el papel de las políticas de privacidad en los servicios digitales, que informan a los usuarios sobre el tratamiento de sus datos personales.

Al finalizar el programa, los participantes, ejerciendo cierto grado de autonomía y recibiendo la orientación adecuada, cuando sea necesario, serán capaces de:

- Identificar estrategias eficaces para proteger los datos personales y la privacidad en contextos digitales.
- Reconocer métodos seguros y responsables para utilizar y compartir información personal identificable, minimizando así el daño potencial para sí mismos y para los demás.
- Comprender las declaraciones fundamentales de política de privacidad que aclaran el uso de datos personales en los servicios digitales de salud.

A nivel básico, haciendo hincapié en la autonomía y la orientación adecuada, cuando sea necesario, los participantes serán capaces de:

- Identificar estrategias eficaces para proteger los datos personales y la privacidad en los entornos digitales.
- Comprender el uso y el intercambio de información personal identificable, garantizando al mismo tiempo su protección y la de los demás frente a posibles daños.
- Reconocer las declaraciones fundamentales de política de privacidad que articulan cómo se utilizan los datos personales en los servicios sanitarios digitales.

4.1.4. Resolución de problemas

. Resolución de problemas técnicos: Identificar problemas técnicos al manejar dispositivos y utilizar entornos digitales, y resolverlos (desde la identificación hasta la resolución de problemas más complejos)

Este módulo pretende cultivar las competencias de los participantes para reconocer y abordar los problemas técnicos que surgen al manejar dispositivos y navegar por entornos digitales de salud. El alcance de estas competencias abarca desde la resolución de problemas básicos hasta la resolución de problemas técnicos más complejos.

Diseñado específicamente para el contexto digital de salud, este marco dota a los participantes de las habilidades fundamentales necesarias para gestionar eficazmente los retos técnicos.

A nivel básico, los participantes adquirirán la capacidad de:

- Identificar y articular problemas técnicos básicos relacionados con el funcionamiento de dispositivos y la utilización de entornos digitales.
- Reconocer y proponer soluciones sencillas a estos problemas identificados, empleando cierto grado de autonomía y sabiendo al mismo tiempo cuándo buscar la orientación adecuada.

. Identificar necesidades y respuestas tecnológicas

Este módulo está diseñado para dotar a los participantes de los conocimientos necesarios para salvaguardar los datos personales y la privacidad en entornos digitales de salud. También ayuda a los participantes a evaluar sus necesidades, identificar, evaluar, seleccionar y utilizar herramientas digitales y soluciones tecnológicas, así como a resolver retos relacionados. Además, los participantes aprenderán a ajustar y personalizar los entornos digitales para satisfacer necesidades personales (por ejemplo, la accesibilidad).

En un nivel básico, con autonomía y la orientación adecuada cuando sea necesario, los participantes pueden:

- Identificar sus necesidades personales en contextos digitales.
- Reconocer herramientas digitales sencillas y posibles respuestas tecnológicas para abordar esas necesidades.
- Elegir formas básicas de ajustar y personalizar los entornos digitales para adaptarlos a las necesidades personales.

Ejemplo:

- Los participantes pueden adaptar una aplicación a sus preferencias (por ejemplo, idioma o funciones de accesibilidad).

. Identificar carencias en la competencia digital

Este módulo pretende ayudar a los participantes a comprender en qué aspectos deben mejorar o actualizar sus competencias digitales. También permite a los participantes apoyar a otros en el desarrollo de sus competencias digitales y buscar oportunidades de autodesarrollo para mantenerse al día en el cambiante panorama de la sanidad digital.

En un nivel básico, con autonomía y la orientación adecuada cuando sea necesario, los participantes pueden:

- Reconocer las áreas en las que su competencia digital necesita mejorar o actualizarse.
- Identificar oportunidades de autodesarrollo y formas de mantenerse al día de los avances digitales.



Conclusión

5. Conclusión

Estas exhaustivas directrices esbozan un marco reflexivo y constructivo de recomendaciones y contenidos de cursos destinados a mejorar la inclusión digital de las personas mayores de 50 años, especialmente las que viven en zonas rurales. Los resultados de los grupos de discusión revelan importantes barreras a la inclusión digital, como la falta de competencias digitales básicas, el miedo y la desconfianza hacia la tecnología, la escasa motivación y problemas estructurales como el acceso limitado a Internet. Estos obstáculos impiden que las personas mayores utilicen plenamente los recursos digitales de salud y aprovechen los beneficios de las modernas tecnologías sanitarias.

Para hacer frente a estos retos, es esencial un planteamiento global e integrador. El curso de alfabetización digital propuesto pretende dotar a los participantes de competencias básicas en materia de alfabetización de información y de datos, comunicación digital, seguridad y resolución de problemas. Al dar prioridad a las experiencias prácticas de aprendizaje, el curso ayudará a las personas a navegar por la información de salud en línea, interactuar eficazmente en las plataformas digitales y proteger sus datos personales.

Una de las principales conclusiones del estudio es que la motivación desempeña un papel crucial en la participación digital. Los adultos mayores son más propensos a adoptar herramientas digitales cuando perciben beneficios directos, como permanecer conectados con la familia o gestionar su salud. Por lo tanto, es esencial fomentar la confianza y la autonomía en el uso de las tecnologías digitales de salud. La estructura del curso hará hincapié en las aplicaciones de la vida real, proporcionando un entorno de aprendizaje solidario e interactivo que fomente la exploración digital continua.

En conclusión, la reducción de la brecha digital para los adultos mayores requiere no sólo formación técnica, sino también una comprensión de sus retos cognitivos, sociales y emocionales. Al abordar estos factores, esta iniciativa pretende dotar a las personas de las habilidades necesarias para navegar por el mundo digital con confianza, mejorando su acceso a la información y los servicios de salud y aumentando al mismo tiempo su bienestar general. Esta competencia conducirá en última instancia a un medio de vida más enriquecedor y satisfactorio, fomentando una mayor independencia y participación en el mundo actual, cada vez más digital.

Referencias

- [1] La Comisión de Banda Ancha para el Desarrollo Sostenible | UNESCO
- [2] Comprender y definir la alfabetización | Biblioteca Digital de la UNESCO
- [3] Alfabetización en materia de salud | Organización Mundial de la Salud
- [4] Diseño de soluciones digitales integradoras y desarrollo de competencias digitales: directrices | Biblioteca Digital de la UNESCO
- [5] DigComp 2.2: El Marco de Competencia Digital para los Ciudadanos - Con nuevos ejemplos de conocimientos, habilidades y actitudes | Centro Común de Investigación de la Comisión Europea

POLI
TÉCNICO
GUARDA



Centro de Cirugía de Mínima Invasión
Minimally Invasive Surgery Centre
Jesús Usón

SPLS
SOCIEDADE PORTUGUESA
LITERACIA EM SAÚDE



stiftung
digitale
chancen



Politechnika
Śląska



Cofinanciado por la Unión Europea

Este proyecto está financiado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea como proyecto nº 023-1-PT01-KA220-ADU-000165655.

Duración: El proyecto se inició el 31 de diciembre de 2023 y tendrá una duración de 30 meses.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.