

Mayores sin miedo a la tecla

Usuarios de la residencia Ballesol se ponen al día con los "smartphones" y las "tablets" después de los 80

LORENA COCHÓN

La pandemia ha demostrado que darle a una tecla en el móvil o en el ordenador se tornó fundamental para seguir conectado, no solo con el mundo, sino con las necesidades vitales. Hablar con la familia, con el médico o hacer una compra *online* se convirtió en algo indispensable. Después de haber pasado la cara más amarga del COVID, lo cierto es que esta tendencia ha llegado para quedarse. Los mayores, sobre todo los de 70 en adelante, son conscientes de ello y no quieren quedarse atrás. Residencias como la de Ballesol, situada en pleno centro de Vigo, ha puesto en marcha en todos sus centros de Galicia un programa de capacitación digital bajo el lema *Tablets y móviles: ¿les das una oportunidad?*, y que permiten a sus residentes participar en una escuela digital en la aprenden a encender el teléfono móvil, hacer una llamada, utilizar aplicaciones o comunicarse por videoconferencia. Todo ello gracias a la red gallega de voluntarios senior, Secot. "Más del 90% de las personas mayores de 80 años no han podido enviar correctamente un *whatsapp* en el último mes. Y, en contra de lo que suele pensarse, más del 60% hace uso de las videollamadas más de

dos veces por semana", apunta Ramón Antonio Santorio, presidente de Secot Galicia y encargado de impartir estos talleres.

Y lejos de asustarse, los veteranos se han apuntado de forma masiva. De tal forma, que el antiguo teléfono para llamar y descolgar se les ha quedado obsoleto y algunos han decidido reemplazarlo por un *smartphone*. "Yo tenía el teléfono de toda la vida. Y todo para mí era nuevo porque nunca había manejado un móvil con pantalla de estos, pero oye, ¡fue empezar el curso y que me acabé comprando uno! Me entretiene muchísimo. Yo he sido profesora toda mi vida y me pongo a buscar las cosas que me interesan como las druidas o la historia. La verdad es que no entiendo como los estudiantes de hoy en día suspenden tanto... Es que ahí -internet- les vienen todas las respuestas", relata Conchita Taboada (78), residente de Ballesol Vigo.

Voluntarios, psicólogos y terapeutas se han puesto manos a la obra en un taller que no ha parado de crecer. Tanto Javier Fernández como Paloma García, terapeuta y psicóloga, respectivamente, acompañan diariamente a los residentes en las distintas terapias que realizan en el centro para conseguir retrasar el deterioro cognitivo que muchos de ellos su-



Usuarios de la residencia Ballesol Vigo, durante el curso de "Tablets y Móviles". // Alba Villar



Orlando Rodríguez y Joseph Pascual en plena clase. // Alba Villar

fren con el paso de los años. "Son muchos los beneficios que tienen este tipo de talleres para ellos. Mejora y reduce el aislamiento social, los convierte en más autónomos, y comienzan a hacer cosas que para ellos an-

tes era impensables, como pedir una cita, mandar fotos y videos, hacer videollamadas. Estimula su memoria y mejora las funciones ejecutivas de razonamiento", destacan.

La brecha digital está dejando de

ser un problema para convertirse en un valor añadido para las personas que han atravesado el umbral de los 70 años. "Las perspectivas son muy buenas. Me encantaría aprender a sacar y mandar fotografías y mensajes a mis hijos a Nueva York", añade Orlando Rodríguez (85), residente. "A mí me encanta el *whatsapp*, porque mi hija está en Argentina, me llamo con ella y no me cuesta nada", le responde Julia Vázquez (80).

Las nuevas tecnologías están al alcance de todos. Las brechas siempre son mentales si la voluntad está en no quedarse atrás y aprovechar los beneficios que pueden aportarnos. "Lo poco que aprendí hasta ahora ya me voy manejando. Ya sé mandar una nota de voz y buscar un mensaje. Hago también videollamadas", dice Isabel Franco a sus casi 95 años. El vivo reflejo de que si se quiere, se puede.