

UTILIDAD PERCIBIDA DE LAS TIC EN EL COLECTIVO DE PERSONAS MAYORES UNIVERSITARIAS EN RELACIÓN CON SU CALIDAD DE VIDA

Alfonso Javier García González

Universidad de Sevilla, España

Facundo Froment

Universidad de Extremadura, España

María Rocío Bohórquez Gómez-Millán

Universidad de Sevilla, España

1. INTRODUCCIÓN

Las redes sociales son un componente del capital social de las personas (Paxton, 1999). Son estructuras constituidas por individuos que interactúan a través de relaciones basadas en el intercambio emocional y material por medio del cual se ofrece apoyo social (Ávila-Toscano, 2009). En este sentido, podría decirse que el capital social no es otra cosa que el valor de las relaciones sociales de los individuos (Burt, 2001). En esta línea, las redes sociales no son otra cosa que un grupo de personas (familia, vecinos, amigos, compañeros, etc.) capaces de aportar un apoyo real y duradero a una persona (Chadi, 2000). Instrumentalmente no son otra cosa que un conjunto claramente definido de personas vinculados a través de lazos o relaciones.

No obstante, no hay que confundir el concepto de red social, referido a los aspectos más estructurales de las relaciones sociales (número de personas con las que interactúa, frecuencia de la interacción, centralidad, vínculos), con el concepto de apoyo social, alusivo a las interacciones de un individuo dentro de su red social (apoyo instrumental, emocional, social (Escobar et al., 2008). Pero no hay que olvidar que también son una estructura social en la que los individuos encuentran apoyo. Esto significa que en una red social podemos distinguir su forma o elementos estructurales y su fondo o elementos de relación (Chadi, 2000). La forma sería el resultado del esquema de todos los integrantes de la red y está

determinado por sus interacciones; el fondo estaría constituido por las experiencias, valores y creencias de los conjuntos que respaldan las dinámicas de integración y apoyo.

La funcionalidad de una red social depende del grado de vinculación y compromiso entre los integrantes de la red en virtud del rol que cumpla cada miembro. También dependería de la cercanía o distancia, y de la independencia o dependencia de la red social (Chadi, 2000). A este respecto, se pueden distinguir redes sociales primarias, caracterizadas por aportar relaciones cercanas o significativas, afectivas e íntimas y ser básicas en el proceso de socialización (familia y personas muy cercanas), de las redes sociales secundarias las cuales, sin dejar de ser relaciones cercanas, no son tan significativas como las primarias (amigos, vecinos, profesionales a los que recurre, etc.).

Los cambios fisiológicos y sociales experimentados con el aumento de la edad y el deterioro biológico, o los sociales relacionados con el nivel de ingresos o pérdidas de elementos de las redes sociales por defunción u otros motivos, son limitaciones de las personas mayores que le restan oportunidades de interacción con familiares y amigos (Nimrod, 2007). Eso hace que se incremente la dependencia de las redes conformadas por los familiares -primarias- y disminuya lo que les aportan otras redes secundarias. Los vecinos son importantes en las redes sociales de las personas en tanto que proporcionan la primera ayuda en momentos de crisis o emergencias; las redes de amigos proporcionan afecto y ayudan a mantener una autoestima positiva (Botero de Mejía y Pico, 2007). Aun constanding que las redes sociales de las personas mayores están compuestas mayoritariamente por familiares, también forman una parte importante de la misma los amigos, vecinos, colegas y personal profesional a los que éstos recurren habitualmente (Phillipson et al., 2001), hay evidencias que sugieren que las redes sociales dominadas por amigos tienen un impacto más fuerte en el bienestar psicológico que las fundamentadas en la familia (Pinquart y Sörensen, 2000).

La percepción de buenas relaciones sociales supone un requisito previo de la calidad de vida en las personas mayores debido a que éstos informan que sus relaciones sociales les aportan más aspectos positivos que negativos (Rook, 2019). De hecho, la participación de los mayores en organizaciones formales (clubes, grupos, aulas de la experiencia, etc.) les permite mejorar las relaciones sociales, redefinir su identidad y nuevos roles y, en definitiva, la creación de un nuevo marco de relaciones entre mayores. En general, el apoyo social derivado de las redes sociales afecta el bienestar psicológico de las personas, incluso más que su estado civil o ingresos económicos (Siebert et al., 1999) dado que, gracias a él, pueden afrontar eficazmente los eventos estresantes (Antonucci y Akiyama, 1991), fortalecer el autocontrol y la autoestima (Krause, 1987), fomentar la esperanza y el optimismo (Nunn, 1996), mejorar la estimulación mental y el compromiso social activo (Rowe y Kahn, 1997), y tienen un impacto positivo en el estado físico y de salud (Avlund et al., 2004).

Por último, es importante señalar que el deterioro que se puede alcanzar en momentos avanzados de la vejez no se asocia tan sólo con el envejecimiento propiamente dicho, sino también con el estilo de vida del mayor y las características de su entorno (Macintyre y Ellaway, 2000; Puime et al., 2006). Igualmente, es evidente la implicación directa de la estructura de la red social en la salud; por ejemplo, Escobar et al. (2008) muestran cómo por cada unidad que disminuye el indicador de diversidad de red social de las personas mayores, aumenta la probabilidad de padecer una discapacidad instrumental frente a no padecer ningún tipo de discapacidad.

Por otro lado, y respecto a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), diferentes variables psicosociales han sido reconocidas como predictores importantes de la adopción de éstas por parte de las personas mayores (Chopik et al., 2017). En este sentido, las variables psicosociales son mejores predictores de la adopción de las TIC que los factores actitudinales (Chen y Chan, 2014). Así, diversos estudios destacan que variables psicosociales como la satisfacción con la vida (Guner y Acarturk, 2020), la autoeficacia (Jokisch et al., 2020), la ansiedad tecnológica (Peral-Peral et al., 2020) y la tecnofobia (Di Giacomo et al., 2019) predicen la adopción y uso de las TIC. De la misma manera, diversos estudios señalan que la autoestima afecta la forma en la que los usuarios emplean las redes sociales (Arafaet al., 2019).

Dada la creciente investigación sobre el uso de las TIC por parte de las personas mayores, es fundamental comprender los factores que influyen en su adopción (Mitzner et al., 2019). Como señalan Seman et al. (2020) es crucial identificar los posibles factores que afectan a la adopción de las TIC para desarrollar estrategias que permitan mejorar la aceptación de la tecnología por parte de las personas mayores. En este sentido, sería útil, por un lado, ofrecer apoyo para aumentar su autoeficacia y habilidades de alfabetización digital (Schlomann et al., 2020) y, por otro lado, promover actitudes positivas hacia el uso de las TIC (Seifert y Schelling, 2018). En definitiva, la promoción del uso asequible de las TIC y la minimización de las barreras psicosociales para la participación digital podrían ayudar potencialmente a promover una vida saludable en la vejez (Lam et al., 2020), y facilitar así el mantenimiento y la influencia de sus redes de apoyo social.

El objetivo principal de esta investigación consistió en indagar en la relación entre diferentes variables psicosociales y el uso de las TIC en personas mayores. De este objetivo general se desprenden los siguientes objetivos específicos: (1) analizar los niveles de bienestar psicológico, autoestima, calidad de vida y utilidad percibida de las TIC por parte de las personas mayores, y (2) examinar las relaciones entre el bienestar psicológico, la autoestima y la calidad de vida con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC.

Atendiendo al segundo objetivo específico planteado, se formulan las siguientes hipótesis: (H1) El bienestar psicológico se asocia positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC; (H2) La autoestima se relaciona positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC y (H3) La calidad de vida correlaciona positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC.

2. METODOLOGÍA

Para llevar a cabo el presente estudio se ha aplicado una metodología cuantitativa de carácter transversal, basado fundamentalmente en métodos correlacionales (Cubo-Delgado et al., 2011).

2.1. Participantes

La muestra está formada por 340 personas mayores con edades comprendidas entre los 63 y 97 años ($M=78.61$, $DT=6.80$), de los cuales 222 son mujeres (65.3%) y 118 hombres (34.7%). En relación al nivel académico, la mayoría de los participantes cuentan con estudios primarios (41.8%), seguidos de los que no tienen estudios (32.4%), de los que cuentan con estudios secundarios (13.8%) y, por último, se encuentran los que poseen estudios universitarios (12.1%). Atendiendo al estado civil, la mayoría de los participantes son viudos (48.5%), seguidos de los que están casados (47.4%), de los que están divorciados (3.2%) y, finalmente, de los que tienen pareja de hecho (0.6%) o están solteros (0.3%).

Con respecto al uso de las TIC, las personas mayores que participan en el estudio utilizan principalmente el teléfono móvil (83.8%) para estar en contacto con familiares o amigos (75.9%). Asimismo, atendiendo a la formación en las TIC de las personas mayores, cabe señalar que la mayoría de los participantes se han formado en las TIC por medio de familiares y amigos (72.1%) mientras que un 24.4% no han recibido formación alguna al respecto, un 18.8% se han formado de manera autodidacta y un 2.1% han recibido formación a través de la asistencia a congresos o cursos especializados.

2.2. Instrumentos

El bienestar psicológico se ha evaluado por medio de la adaptación española de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et al., 2006), aplicándose las subescalas de Autoaceptación (4 ítems), Relaciones Positivas (5 ítems) y Crecimiento Personal (4 ítems). Para contestar a los ítems, los participantes debían escoger valores que comprendidos entre el 1 = Totalmente en desacuerdo hasta el 5 = Totalmente de acuerdo. La escala ha sido sometida a un análisis de

consistencia interna obteniéndose los siguientes valores de Alpha de Cronbach: .77 para Autoaceptación; .76 para Relaciones Positivas y .70 para Crecimiento Personal.

La autoestima se ha medido a través de la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965), en su versión española validada por Vázquez et al. (2004). La escala presenta un único factor y consta de 10 ítems que permite medir la autoestima del individuo de acuerdo a los siguientes criterios: autoestima elevada (considerada como autoestima normal), autoestima media (no presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla) y autoestima baja (exhibe problemas significativos de autoestima). Para responder a los ítems, los participantes debían seleccionar valores que van desde el 1 = Totalmente en desacuerdo hasta el 5 = Totalmente de acuerdo. La escala ha sido sometida a un análisis de consistencia interna obteniéndose un valor de alpha de Cronbach de .83.

La calidad de vida se ha valorado mediante la Escala de Calidad de Vida "WHOQOL-BREF", validada en España para personas mayores por Lucas-Carrasco et al. (2011). De este instrumento se han extraído los siguientes ítems: (1) ¿Cómo calificaría su calidad de vida?, con opciones de respuesta que van desde el 1 = Muy mala hasta el 5 = Muy buena, y (2) ¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?, con valores que van desde el 1 = Muy insatisfecho/a hasta el 5 = Muy satisfecho/a. La escala ha sido sometida a un análisis de consistencia interna obteniéndose un valor de alpha de Cronbach de .70.

Las percepciones de las personas mayores acerca de la utilidad de las TIC se ha evaluado por medio de la Escala de Opinión sobre la Utilidad de las TIC (Pino-Juste et al., 2015). Este instrumento unifactorial está compuesto de 14 ítems, debiendo elegir los participantes valores que van desde el 1 = Totalmente en desacuerdo hasta el 5 = Totalmente de acuerdo. La escala ha sido sometida a un análisis de consistencia interna obteniéndose un valor de alpha de Cronbach de .89.

De acuerdo a los valores de consistencia interna obtenidos, se concluye que los instrumentos empleados son fiables al presentar valores de alpha de Cronbach iguales o superiores a .70 (Nunnally y Bernstein, 1994).

2.3. Procedimiento

Se elaboró un cuestionario con la aplicación Google Forms que contenía en primer lugar un consentimiento informado a participar en la investigación; la aceptación era el único modo de acceder al total de la encuesta. En el formulario se incluyeron algunas preguntas de carácter sociodemográfico, así como diversas preguntas relacionadas con el uso que hacen las personas mayores de las TIC. Igualmente, se incluyeron dentro de este cuestionario los siguientes instrumentos: la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la Escala de Autoestima

de Rosenberg, la Escala de Calidad de Vida “WHOQOL-BREF” y la Escala de Opinión sobre la utilidad de las TIC. Para garantizar la homogeneidad e integridad del instrumento, se señalaron todas las preguntas del cuestionario con la opción respuesta obligatoria. El instrumento estuvo a disposición de estudiantes del Grado en Educación Infantil y Grado en Educación Primaria de la Universidad de Sevilla, a quienes se les facilitó un enlace web, de forma que pudiesen compartirlo con sus abuelos y abuelas para que éstos lo cumplimentasen.

2.4. Análisis de datos

Para analizar los niveles de bienestar psicológico, autoestima, calidad de vida y utilidad percibida de las TIC por parte de las personas mayores se han calculado los estadísticos descriptivos media y desviación típica. Posteriormente, para examinar las relaciones entre el bienestar psicológico, la autoestima y la calidad de vida con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, se aplicaron análisis no paramétricos de correlación entre variables ordinales de Rho de Spearman.

Para la interpretación de los coeficientes de correlación de Spearman se han tenido en consideración los siguientes criterios establecidos por Tabachnick y Fidell (2013): $0 < r < 0,2$ (correlación muy baja); $0,2 < r < 0,4$ (correlación baja); $0,4 < r < 0,6$ (correlación moderada); $0,6 < r < 0,8$ (correlación alta) y $0,8 < r < 1$ (correlación muy alta).

El análisis de los datos se ha llevado a cabo por medio del paquete estadístico SPSS 26.0 (IBM Corporation, 2016).

3. RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos

En relación al primer objetivo específico, en la Tabla 1 se puede apreciar que, con respecto al bienestar psicológico, las personas mayores tienen una autoaceptación alta; consideran que tienen relaciones positivas con los demás y hacen una valoración favorable de su crecimiento personal. Asimismo, exhiben niveles medios de autoestima y un alto grado de calidad de vida. Por último, tienen una percepción positiva sobre la utilidad de las TIC.

Variables	Media	Desviación típica
Autoaceptación	15.66	2.55
Relaciones positivas	19.94	3.59
Crecimiento personal	16.72	2.40
Autoestima	37.66	6.20
Calidad de vida	7.49	1.53
Utilidad percibida de las TIC	52.05	7.92

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables objeto de estudio

3.2. Resultados correlacionales

Atendiendo al segundo objetivo específico, en la Tabla 2 se puede observar que el bienestar psicológico se asocia positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, por lo que se acepta H1. Igualmente, la autoestima se relaciona positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, de modo que se acepta H2. Finalmente, la calidad de vida correlaciona positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, de manera que se acepta H3. Cabe destacar en último lugar que, teniendo en consideración los niveles de correlación encontrados, las relaciones entre las variables son muy bajas (H2) y bajas (H1 y H3).

Utilidad percibida de las TIC	
Bienestar psicológico	.305**
Autoestima	.113*
Calidad de vida	.310**

Tabla 2. Correlaciones de las variables psicosociales con la utilidad percibida de las TIC

4. DISCUSIÓN

El objetivo principal de esta investigación consistió en indagar en la relación entre diferentes variables psicosociales y el uso de las TIC en personas mayores; este objetivo se concretaba en los objetivos específicos (1) analizar los niveles de bienestar psicológico, autoestima, calidad de vida y utilidad percibida de las TIC por parte de las personas mayores, y (2) examinar las relaciones entre el bienestar psicológico, la autoestima y la calidad de vida con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC.

El primer objetivo trataba de determinar el estado psicosocial de las personas mayores. Los resultados han mostrado que el bienestar psicológico de los participantes en este estudio es alto, teniendo una elevada autoaceptación, manteniendo relaciones positivas con los demás y haciendo una valoración favorable de su crecimiento personal. Además, los participantes mostraron tener niveles medios de autoestima y un alto grado de calidad de vida. Estos resultados son coherentes con los hallados por Mesa-Fernández et al. (2019) con población mayor española, quienes encontraron niveles elevados de bienestar psicológico en la mayor parte de sus participantes, bienestar inducido por su autoestima y otros factores como el tamaño y funcionamiento de su red de apoyo social. Sin embargo, los altos niveles de autoestima contrastan con los de estudios previos con población mayor española (Juanas et al., 2013); es posible que los altos niveles de autoestima detectados en nuestra población sean secundarios a circunstancias o factores psicológicos que no se han tenido en cuenta en este estudio como la actividad física (García et al., 2012; García y Troyano, 2013), salud percibida (de Juanas et al., 2013), la participación ciudadana (Lirio y Alonso, 2006), etc.

Por otro lado, los mayores participantes en esta investigación declararon tener una percepción positiva sobre la utilidad de las TIC, estos resultados refrendan los aportados por Cabero y Llorente-Cejudo (2020), o Murciano et al. (2022). Parece existir consenso en los hallazgos científicos en población mayor española acerca de su percepción de utilidad de las TIC. Es posible que estos hallazgos, encontrados de forma posterior a la pandemia por COVID-19, fueran diferentes sin la alfabetización digital a la que se obligó a la población en los periodos de confinamiento.

En relación al segundo objetivo específico, la primera hipótesis proponía que el bienestar psicológico correlacionaría positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, hipótesis que se confirma para nuestros participantes. Otras investigaciones ya incidieron en la importancia de esta relación tanto en población española (Murciano et al., 2022) como en las personas mayores de otros países (Guner y Acarturk, 2020). Aquellas personas, independientemente de la edad, que muestren un alto grado de autoaceptación y valoren positivamente su desarrollo personal, probablemente mostrarán actitudes positivas hacia el uso de las TIC (Seifert y Schelling, 2018); además, vista la influencia de las TIC en el mantenimiento de las relaciones sociales en el S. XXI, es lógico pensar que aquellas personas que mantengan relaciones positivas con los demás harán empleo también de la tecnología para ello.

La segunda hipótesis postulaba que la autoestima correlacionaría positivamente con la percepción de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC; los resultados invitan a aceptar la hipótesis propuesta. Esta relación ha sido anteriormente estudiada en personas mayores postulándose además una direccionalidad -sobre la que no hay acuerdo- en la relación: algunos estudios proponen que aquellas personas mayores que emplean TIC fomentan con ello una mejor autoestima (Agudo y Fombona, 2013) y autoeficacia (Jokisch et al., 2020), mientras que otros señalan que la autoestima afecta a la oportunidad y la forma en la que los usuarios emplean las redes sociales (Arafaet al., 2019).

La tercera y última hipótesis planteaba que la calidad de vida correlacionaría positivamente con las percepciones de las personas mayores sobre la utilidad de las TIC, postulado que se acepta a tenor de los resultados. La literatura científica refrenda y matiza este hallazgo: un uso adecuado de las TIC tendría un impacto positivo sobre la calidad de vida de las personas mayores (Murciano et al., 2022; Rivoir et al., 2019).

Esta investigación no está exenta de limitaciones. En primer lugar, el sistema de acceso a la muestra puede suponer un sesgo per se, puesto que es posible que tan solo aquellos estudiantes sensibilizados con el impacto del uso de las TIC en las personas mayores hicieran llegar el enlace a sus abuelos y abuelas (o les invitaran a complimentarlo juntos). Por otro lado, el análisis insulado de las variables puede afectar a la comprensión global de un fenómeno claramente

cambiante y sensible a multiplicidad de variables. Finalmente, las correlaciones halladas oscilaban entre niveles bajos y muy bajos, es posible que esto se deba a la gran cantidad de factores que, según señala la literatura científica (Murciano et al., 2022), influyen en la adopción de las TIC en mayores; esto es, quizás otros factores se encuentren modulando estas relaciones.

A pesar de las limitaciones señaladas, caben destacar algunas aportaciones importantes: (1) se corrobora la relación entre la calidad de vida, el bienestar subjetivo, la autoestima y el uso de las TIC en personas mayores; (2) se actualiza la información acerca del estado de la calidad de vida, el bienestar subjetivo, la autoestima y el uso de las TIC en la vejez, que podrían estar en niveles mayores de lo que se ha postulado en algunas corrientes de la literatura.

Finalmente, este estudio enfatiza la importancia de comprender qué factores influyen y se ven influidos por el empleo de las TIC durante la vejez (Mitzner et al., 2019; Semana et al., 2020). En este sentido, sería útil, por un lado, ofrecer apoyo para aumentar su autoeficacia y habilidades de alfabetización digital (Schlomann et al., 2020) y, por otro lado, promover actitudes positivas hacia el uso de las TIC. En definitiva, la promoción del uso asequible de las TIC y la minimización de las barreras psicosociales para la participación digital podrían ayudar potencialmente a promover una vida saludable en la vejez y facilitar así el mantenimiento y la influencia de sus redes de apoyo social.

5. CONCLUSIONES

Es posible extraer de este estudio algunas conclusiones:

- Las personas mayores cuentan con una elevada autoaceptación, mantienen relaciones positivas con los demás, y hacen una valoración favorable de su crecimiento personal.
- Los mayores encuestados perciben las TIC como herramientas útiles.
- A mayor calidad de vida percibida, mayor utilidad percibida de las TIC.
- La promoción del uso asequible de las TIC y la minimización de las barreras psicosociales para la participación digital ayudan a promover una vida saludable en la vejez y facilitar así el mantenimiento y la influencia de las redes de apoyo social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agudo Prado, S., y Fombona Cadavieco, J. (2013). Impacto de las TIC en las personas mayores en Asturias: mejora del autoconcepto y de la satisfacción. *Edutec. Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, 44(a241). <https://doi.org/10.21556/edutec.2013.44.325>
- Antonucci, T., y Akiyama, H. (1991). Social relationships and aging well. *Generations: Journal of the American Society on Aging*, 15(1), 39-44.
- Arafa, A., Mahmoud, O., y Abu Salem, E. (2019). Excessive Internet use and self-esteem among Internet users in Egypt. *International Journal of Mental Health*, 48(2), 95-105. <https://doi.org/10.1080/00207411.2019.1611167>
- Ávila-Toscano, J. (2009). Redes sociales, generación de apoyo social ante la pobreza y calidad de vida. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 2(2), 65-74. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.2207>
- Avlund, K., Lund, R., Holstein, B. E., Due, P., Sakari-Rantala, R., y Heikkinen, R.-L. (2004). The impact of structural and functional characteristics of social relations as determinants of functional decline. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 59(1), S44-S51. <https://doi.org/10.1093/geronb/59.1.S44>
- Botero de Mejía, B. E., y Pico, M. E. (2007). Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS) en adultos mayores de 60 años: una aproximación teórica. *Hacia la Promoción de la Salud*, 12(1), 11-24.
- Burt, R. S. (2001). Attachment, decay, and social network. *Journal of Organizational Behavior*, 22(6). <https://doi.org/10.1002/job.106>
- Cabero, J., y Llorente, C. (2020). La adopción de las tecnologías por las personas mayores: aportaciones desde el modelo TAM (Technology Acceptance Model). *Publicaciones*, 50(1), 141-157. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v50i1.8521>
- Chadi, M. (2000). Redes sociales en el trabajo social. *Espacio*.
- Chen, K., y Chan, A. H. S. (2014). Gerontechnology acceptance by elderly Hong Kong Chinese: A senior technology acceptance model (STAM). *Ergonomics*, 57, 635-652. <https://doi.org/10.1080/00140139.2014.895855>
- Chopik, W. J., Rikard, R. V., y Cotten, S. R. (2017). Individual difference predictors of ICT use in older adulthood: A study of 17 candidate characteristics. *Computers in Human Behavior*, 76, 526-533. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.014>

- Cubo-Delgado, S., Martín-Marín, B., y Ramos-Sánchez, J. L. (2011). Métodos de investigación y análisis de datos en ciencias sociales y de la salud. Pirámide.
- De-Juanas, A.; Limón-Mendizábal, M. R., y Navarro-Asencio, E. (2013). Análisis del bienestar psicológico, estado de salud percibido y calidad de vida en personas adultas mayores. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 22, 153-168.
- Di Giacomo, D., Ranieri, J., D'Amico, M., Guerra, F., y Passafiume, D. (2019). Psychological Barriers to Digital Living in Older Adults: Computer Anxiety as Predictive Mechanism for Technophobia. *Behavioral Sciences*, 9(9), 96-102. <https://doi.org/10.3390/bs9090096>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Escobar-Bravo, M. Á., Puga, D., y Martín, M. (2008). Asociaciones entre la red social y la discapacidad al comienzo de la vejez en las ciudades de Madrid y Barcelona en 2005. *Revista Española de salud pública*, 82(6), 637-651.
- García, A. J., Marín, M., y Bohórquez, M. R. (2012). Autoestima como variable psicosocial predictora de la actividad física en personas mayores. *Revista de Psicología Del Deporte*, 21(1), 195-200.
- García, A. J., y Troyano, Y. (2013). Percepción de autoestima en personas mayores que realizan o no actividad física-deportiva. *Escritos de Psicología*, 6(2), 35-41. <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2013.1806>
- Guner, H., y Acarturk, C. (2020). The use and acceptance of ICT by senior citizens: a comparison of technology acceptance model (TAM) for elderly and young adults. *Universal Access in the Information Society*, 19(2), 311-330. <https://doi.org/10.1007/s10209-018-0642-4>
- IBM Corporation. (2016). IBM SPSS Statistics for Windows, Version 26.0. IBM Corporation.
- Jokisch, M. R., Schmidt, L. I., Doh, M., Marquard, M., y Wahl, H. W. (2020). The role of internet self-efficacy, innovativeness and technology avoidance in breadth of internet use: Comparing older technology experts and non-experts. *Computers in Human Behavior*, 111, 106408. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106408>
- Lam, S. S. M., Jivraj, S., y Scholes, S. (2020). Exploring the Relationship Between Internet Use and Mental Health Among Older Adults in England: Longitudinal Observational Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(7), 1-13. <https://doi.org/10.2196/15683>

- Lirio, J., y Alonso, D. (2006). Aumentar la calidad de vida de las personas mayores: un reto para las Universidades de Mayores. *Agathos: Atención sociosanitaria y bienestar*, 6(4), 30-37.
- Lucas-Carrasco, R., Laidlaw, K., y Power, M. J. (2011). Suitability of the WHOQOL-BREF and WHOQOL-OLD for Spanish older adults. *Aging & Mental Health*, 15(5), 595-604. <https://doi.org/10.1080/13607863.2010.548054>
- Macintyre, S., y Ellaway, A. (2000). Ecological approaches: rediscovering the role of the physical and social environment. *Social Epidemiology*, 9(5), 332-348.
- Mesa-Fernández, M., Pérez-Padilla, J., Nunes, C., y Menéndez, A. (2019). Bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autoeficacia. *Ciência e saúde coletiva*, 24(1), 115-124. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018241.35302016>
- Mitzner, T. L., Savla, J., Boot, W. R., Sharit, J., Charness, N., Czaja, S. J., y Rogers, W. A. (2019). Technology adoption by older adults: findings from the PRISM trial. *The Gerontologist*, 59(1), 34-44. <https://doi.org/10.1093/geront/gny113>
- Murciano, A., Martín-García, A. V., y Torrijos, P. (2022). Revisión sistemática de aceptación de la tecnología digital en personas mayores. *Perspectiva de los modelos TAM. Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 57(2), 105-117. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2022.01.004>.
- Nimrod, G. (2007). Retirees' leisure: Activities, benefits, and their contribution to life satisfaction. *Leisure Studies*, 26(1), 65-80. <https://doi.org/10.1080/02614360500333937>
- Nunn, K. P. (1996). Personal hopefulness: A conceptual review of the relevance of the perceived future to psychiatry. *British Journal of Medical Psychology*, 69(3), 227-245. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1996.tb01866.x>
- Nunnally, J. C., y Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. McGraw-Hill.
- Paxton, P. (1999). Is social capital declining in the United States? A multiple indicator assessment. *American Journal of Sociology*, 105(1). <https://doi.org/10.1086/210268>
- Peral-Peral, B., Villarejo-Ramos, Á. F., y Arenas-Gaitán, J. (2020). Self-efficacy and anxiety as determinants of older adults' use of Internet Banking Services. *Universal Access in the Information Society*, 19, 825-840. <https://doi.org/10.1007/s10209-019-00691-w>
- Pino-Juste, M. R., Soto-Carballo, J. G., y Rodríguez-López, B. (2015). Las personas mayores y las TIC. Un compromiso para reducir la brecha digital. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 26, 337-359.

- Pinquart, M., y Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis. *Psychology and Aging*, 15(2), 187-224. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0882-7974.15.2.187>
- Puime, Á. O., Pastor, M. V. Z., Béland, F., Laso, Á. R., y de Yébenes, M. J. G. (2006). Relaciones sociales y envejecimiento saludable. Fundación BBVA.
- Rivoir, A., Morales, M. J., y Casamayou, A. (2019). Usos y percepciones de las tecnologías digitales en personas mayores. Limitaciones y beneficios para su calidad de vida. *Revista Austral De Ciencias Sociales*, 36, 295-313. <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2019.n36-15>
- Rook, K. S. (2019). *Stressful Aspects of Older Adults' Social Relationships: Current Theory and Research*. Taylor & Francis.
- Rosenberg, M. (1965). La autoimagen del adolescente y la sociedad. Paidós.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Schlomann, A., Seifert, A., Zank, S., Woopen, C., y Rietz, C. (2020). Use of Information and Communication Technology (ICT) Devices Among the Oldest-Old: Loneliness, Anomie, and Autonomy. *Innovation in Aging*, 4(2), 1-10. <https://doi.org/10.1093/geroni/igz050>
- Seifert, A., y Schelling, H. R. (2018). Seniors online: Attitudes toward the Internet and coping with everyday life. *Journal of Applied Gerontology*, 37, 99-109. <https://doi.org/10.1177/07334648166669805>
- Seman, A. H. A., Ahmad, R., y Alhussian, H. S. A. (2020). Factors Influencing Acceptance of Technology by Senior Citizens: A Systematic Review. En Silhavy R. (Eds.), *Intelligent Algorithms in Software Engineering. Advances in Intelligent Systems and Computing* (Vol. 1224, pp. 352-365). Springer.
- Siebert, D. C., Mutran, E. J., y Reitzes, D. C. (1999). Friendship and social support: The importance of role identity to aging adults. *Social Work*, 44(6), 522-533. <https://doi.org/10.1093/sw/44.6.522>
- Tabachnick, F., y Fidell, L. (2013). *Multivariate statistics*. Pearson.
- Vázquez, A., Jiménez, R., y Vázquez-Morejón, R. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: Fiabilidad y Validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22(2), 247-255.

AGRADECIMIENTOS

Esta investigación ha sido apoyada en el marco de un proyecto I+D+I FEDER de la Junta de Andalucía 2014-2020 (INV-2-2020-T-056) acerca del fomento de relaciones intergeneracionales mediante las redes sociales en el marco de cofinanciación de la Unión Europea.