

**INFLUENCIA DEL USO DE LA TECNOLOGÍA EN LA AUTOESTIMA
DE ADULTOS MAYORES DE LEÓNIDAS PLAZA
INFLUENCE OF TECHNOLOGY USE ON THE SELF-ESTEEM OF
OLDER ADULTS IN LEÓNIDAS PLAZA**

María Eugenia Pazmiño Quintero¹

Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí

<https://orcid.org/0009-0004-7819-4738>

Bahía de Caráquez, Ecuador

María Carmen Patiño López²

Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí

<https://orcid.org/0000-0002-7843-3282>

Bahía de Caráquez, Ecuador

Resumen

la influencia del uso de tecnología en la autoestima de adultos mayores, es relevante en la actualidad, debido a la rapidez con la que crecen los avances tecnológicos, formando parte de la vida cotidiana; el uso de estos aparatos en esta parte de la población puede generar nuevas habilidades, independencia e integración tanto familiar como social; así como también puede causar frustración y exclusión. Este estudio se centra en la brecha digital como una barrera que limita el acceso, uso y manejo de aparatos tecnológicos; lo que en ocasiones afecta el bienestar de los adultos mayores. Esta investigación tuvo como objetivo determinar el impacto del uso de la tecnología en la autoestima de los adultos mayores del sitio “Los Caras” de Leónidas Plaza; para ello se utilizó un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de campo, donde se aplicó una encuesta de preguntas estructuradas a 40 adultos mayores mediante la escala de Likert y la escala de la autoestima de Rosenberg. En los resultados se pudo evidenciar que existe acceso limitado a dispositivos, además que poseen un nivel de conocimiento medio-bajo; pero consideran que, es importante aprender el uso de tecnología, aunque existen niveles moderados de frustración debido a que no saben utilizarlo, ya que en su mayoría viven solos y no cuentan con una persona más joven que les guíe en el aprendizaje. Concluyendo que la

¹ Maestrante en Educación con mención en Innovaciones Pedagógicas

² Docente tutor – Maestría en Educación con mención en Innovaciones Pedagógicas

tecnología tiene una influencia importante en la autoestima de los adultos mayores, y que ofrecen diversas oportunidades de comunicación que mejoran la autoestima.

Palabras clave: Tecnología, Autoestima, Digital, Adultos mayores

Abstract

The influence of technology use on the self-esteem of older adults is relevant today due to the rapid pace of technological advancements, which have become an integral part of daily life. The use of these devices by this population group can foster new skills, independence, and integration both within families and socially; however, it can also lead to frustration and exclusion. This study focuses on the digital divide as a barrier that limits access to, use of, and management of technological devices, which sometimes affects the well-being of older adults. This research aimed to determine the impact of technology use on the self-esteem of older adults in the "Los Caras" neighborhood of Leónidas Plaza. A quantitative, descriptive, and field-based approach was used, employing a structured survey of 40 older adults using the Likert scale and the Rosenberg Self-Esteem Scale. The results revealed limited access to devices and a low to medium level of technological knowledge. However, they believe it is important to learn how to use technology, although there are moderate levels of frustration because they don't know how to use it, since most of them live alone and don't have a younger person to guide them in learning. They conclude that technology has a significant influence on the self-esteem of older adults and offers various communication opportunities that improve self-esteem.

Key words: Technology, Self-esteem, Digital, Older adults

Introducción

A nivel mundial, la población adulta mayor enfrenta importantes desafíos frente al avance acelerado de las tecnologías digitales. La denominada brecha digital no solo se limita al acceso a dispositivos tecnológicos, sino que constituye una barrera psicosocial relacionada con habilidades, motivación y confianza en el uso de herramientas digitales, generando sentimientos de exclusión social y tecnológica. Según Verasto et al. (2025), el envejecimiento poblacional exige una respuesta más coordinada, debido a la necesidad de inclusión de este grupo etario; la cual se debe entender como un imperativo para el entretenimiento o comodidad dentro de la vida diaria, debido a que perciben apartados en una sociedad cada vez más mediada por las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC).

Para Hernández (2023), la brecha digital trasciende el acceso a la tecnología y se transforma en una barrera de exclusión psicosocial que deteriora la autoconfianza, fortalece el aislamiento y genera dependencia en adultos mayores. Esta situación se agrava cuando ellos necesitan del apoyo de familiares más jóvenes o con conocimientos en tecnología para el manejo de dispositivos, lo que provoca incomodidad, inseguridad y desesperación cuando no pueden manejar la tecnología, generando malestar en los adultos mayores cuando el acompañamiento no está disponible.

En el contexto nacional, un estudio desarrollado en la provincia de Manabí evidenció que el impacto del uso de la tecnología en la autoestima de los adultos mayores es bidireccional: puede constituirse en un factor de exclusión que debilita la autovaloración personal o, por el contrario, convertirse en un elemento de integración social que fortalece el núcleo familiar y el sentido de pertenencia (Toala de la Cruz et al., 2020). Estos hallazgos permiten comprender que la relación entre tecnología y autoestima depende de variables Psicosociales, familiares y educativas.

A nivel local, en la parroquia de Leónidas Plaza del Cantón Sucre, se observa que los adultos mayores presentan limitada participación en entornos digitales, lo cual podría influir en su autoconcepto, autonomía y bienestar emocional, ya que se sienten excluidos y eso les puede generar sentimientos de inferioridad, dependencia y aislamiento social. En un contexto donde la tecnología ocupa un papel central e importante para la comunicación, el trabajo y la educación.

En este sentido surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la influencia del uso de la tecnología en el mejoramiento de la autoestima de los adultos mayores de Leónidas Plaza, cantón Sucre? Por consiguiente, el objetivo general de esta investigación es determinar el impacto del uso de la tecnología en la autoestima de los adultos mayores de Leónidas Plaza, identificando el nivel de acceso, el uso de herramientas digitales y los efectos positivos y negativos asociados a su bienestar psicológico.

El presente estudio se justifica en la necesidad de abordar la brecha digital no solamente como una limitación en la falta de acceso a dispositivos tecnológicos, sino como una barrera psicosocial que incide directamente en el estado emocional de los adultos mayores. En la

parroquia Leónidas Plaza, la escasa participación digital puede limitar oportunidades de aprendizaje, interacción social y autonomía personal en los adultos mayores, especialmente en un entorno donde la tecnología forma parte esencial de la vida cotidiana.

Diversas investigaciones respaldan esta problemática. Sunkel & Ullmann (2019) señalan que, el deterioro del bienestar psicológico en adultos mayores puede manifestarse en una disminución de la autoestima asociada a la persistente brecha digital, la falta de motivación, y otras variables como la economía y la demografía, también influyen. De igual forma, Cerillo & Beluschi (2024) identifican como factores limitantes al miedo al uso de herramientas tecnológicas, falta de recursos, desconocimientos, problemas de alfabetización y la complejidad percibida en su manejo, lo que refuerza sentimientos de exclusión y falta de oportunidades de aprendizaje, especialmente en aquellos adultos mayores con bajo nivel educativo. También una causa muy importante la resistencia al proceso de digitalización.

En contraste, Molano et. al (2021), destacan que actualmente el desarrollo de la tecnología ha aumentado de manera rápida, donde los adultos mayores se han visto presionados a aprender de manera acelerada; la alfabetización digital constituye un factor determinante para el bienestar social y psicológico, ya que el aprendizaje progresivo fortalece la autonomía, la participación social y la autoestima. Asimismo, Arroyave et al (2020), indican que el envejecimiento de la población y la digitalización van de la mano, debido a que las TIC son considerado como un derecho humano, por lo que la participación activa en entornos digitales favorece el sentido de competencia y utilidad social en las personas mayores, y a su vez debe estudiarse para que la población adulta mayor no quede aislada con el paso del tiempo en el área tecnológica. Por tanto, esta investigación pretende generar evidencia empírica que contribuya al diseño de estrategias de inclusión digital acordes a las necesidades y capacidades de los adultos mayores, promoviendo no solo el acceso tecnológico, sino también el fortalecimiento de su bienestar emocional y autoestima.

El uso de las (TIC) en adultos mayores constituye un factor importante para el fortalecimiento de la autoestima y la percepción social. Loaiza y Velásquez (2020) señalan que la comunicación mediante dispositivos tecnológicos permite a las personas mayores mantener vínculos sociales, acceder a información y participar en procesos de autoformación, lo cual favorece su inclusión social y emocional.

Con el paso de los años las personas envejecen, y los espacios de interacción laboral, social o comunitaria, tienden a reducirse afectando su autoconcepto. Por lo que, el desarrollo de competencias digitales contribuye a disminuir la brecha digital y potenciar el bienestar psicológico. Según Luque et al. (2006), el temor hacia el uso de aparatos tecnológicos no responde únicamente a la edad, sino a otras variables como la experiencia previa, el acceso a recursos y las oportunidades de aprendizaje.

Sin embargo, diversos factores influyen en la inclusión digital de este grupo poblacional, entre ellos: acceso limitado a dispositivos, falta de alfabetización digital, limitaciones físicas, ansiedad tecnológica, bajo nivel educativo, limitaciones económicas, escaso apoyo social y factores sociodemográficos (Kuong y Chaparro, 2024). Estos elementos pueden incidir directa o indirectamente en la autoestima, al reforzar sentimientos de dependencia o inseguridad.

La autoestima constituye un factor esencial del bienestar psicológico en las personas, sobre todo en adultos mayores. Roncero (2019) sostiene que el uso de las TIC puede estar influenciado por la satisfacción personal, familiar y la calidad de las relaciones interpersonales. Cabe destacar que el apoyo emocional y la adaptación conjunta a los cambios tecnológicos fortalecen la confianza y la seguridad personal, mejorando la autoestima y fortaleciendo relaciones con las demás personas.

Por el contrario, la ausencia de apoyo familiar puede generar inseguridad, frustración y dependencia, afectando negativamente la autoestima. Rivoir et al. (2019) destacan que, aunque el aprendizaje digital puede resultar desafiante, el proceso de adquisición de habilidades tecnológicas fortalece la autonomía, la autoconfianza y mejora la calidad de vida de las personas mayores.

Materiales y métodos

La presente investigación se desarrolló dentro de un enfoque cuantitativo, donde se buscó medir la relación que existe entre la autoestima y el uso de tecnología en adultos mayores de la parroquia Leónidas Plaza, específicamente del sector “Los Caras”. Mediante este enfoque se pudo recolectar y analizar datos numéricos, lo que facilitó la comprobación de la hipótesis planteada y dando como resultado una información generalizada dentro del contexto que se

estudió; para Cruz (2024) el enfoque cuantitativo realiza un estudio más amplio y generalizado de los resultados, analizando el comportamiento de la población y centrado en una causa y un efecto. Este estudio es descriptivo porque permitió conocer el nivel de acceso y al uso de tecnología, así como conocer el nivel de estimulación de los adultos mayores al utilizar dichos aparatos tecnológicos.

La investigación fue de campo, los datos se recolectaron directamente a los adultos mayores del sector “Los Caras” en la parroquia Leónidas Plaza, del cantón Sucre; la técnica utilizada fue la encuesta estructurada, la cual se aplicó de manera presencial a los participantes utilizando la escala de Likert, lo que permitió conocer el nivel de acceso y uso de tecnología y la escala de Autoestima de Rosemberg, fundamental para evaluar la parte emocional de la población de estudio. Para la validez y confiabilidad del instrumento el contenido fue determinado por algunos expertos en el área de psicología y metodología de la investigación, la escala de Autoestima de Rosemberg cuenta con una validación internacional y ha demostrado en diversos estudios que es muy confiable.

La población de estudio estuvo conformada por 40 adultos mayores del Sector “Los Caras” de la parroquia Leónidas Plaza, cantón Sucre. Se empleo un muestreo no probabilístico por conveniencia, tomando a los participantes que cumplan con lo establecido en los parámetros: ser un adulto mayor (edad 65 años en adelante), vivir en el sector “Los Caras” y que esté dispuesto a participar de manera voluntaria en la investigación. El procesamiento de la información se realizó mediante el programa Microsoft Excel, permitiendo generar tablas y gráficos estadísticos que ayudaron a realizar la interpretación y análisis de la información obtenida

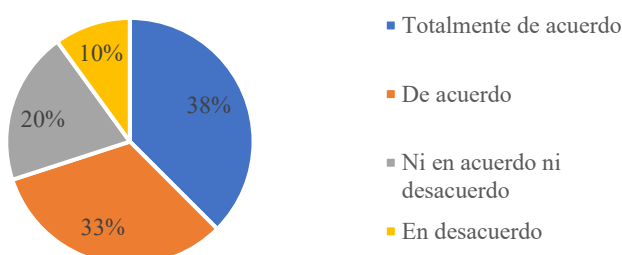
Resultados

En esta investigación se buscó determinar el impacto del uso de la tecnología en la autoestima de los adultos mayores del sitio “Los Caras” de Leónidas Plaza, identificando el nivel de acceso, el uso de herramientas digitales y los efectos positivos y negativos asociados a su bienestar psicológico. Entre los resultados de esta investigación se pudo observar que la muestra población esta equilibrada en cuanto al género, debido a que el 50% son de sexo

femenino y el otro 50% masculino; lo que indica que los resultados no están a favor o sesgados para cualquiera de los géneros.

Gráfico #1

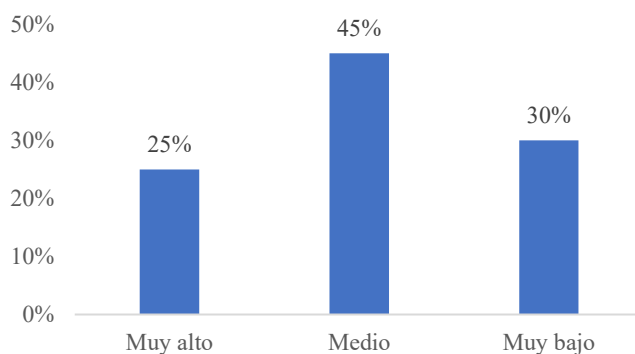
¿A qué tipo de dispositivo tecnológico usted tiene acceso?



La mayoría de los encuestados en un 45% tiene acceso a un teléfono inteligente, por lo aprovechan esta herramienta como medio de comunicación con sus familiares y para su entretenimiento, mientras que un 30% mencionó que no poseen ningún tipo de dispositivo, excluyéndose y quedando sin comunicación inmediata, o simplemente por falta de recursos, y un 25% tiene un teléfono básico que solo utilizan para llamadas. Lo que indica que existe una brecha digital fuerte en su mayoría; pero a su vez existen limitaciones educativas y tecnológicas como el acceso a los dispositivos, su edad, ya que son adultos mayores que muchas veces tienen dificultades en el manejo de estos aparatos y sobre todo la resistencia al cambio; por lo que se refleja una desigualdad en el acceso generando desconfianza y temor; por lo que es importante que se incluyan estrategias de inclusión digital y acompañamiento en el uso de herramientas tecnológicas en dichos grupos vulnerables.

Gráfico #2

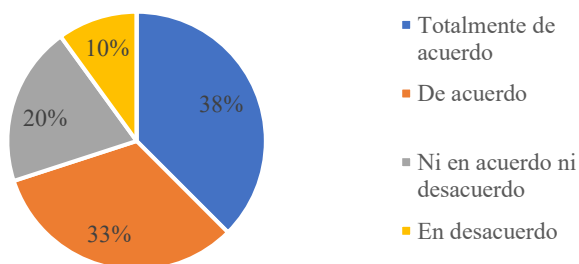
¿Cuál su nivel de conocimientos sobre el uso y funciones de los aparatos tecnológicos?



Dentro de la investigación los encuestados en un 45% mencionan que tienen un nivel de conocimiento medio, familiarizándose con el uso de las herramientas tecnológicas, pero sin dominar por completo su uso, un 30% tiene un conocimiento bajo, generado por situación económica, resistencia o dependencia a terceros en el uso y acceso a los dispositivos y un 25% tienen un conocimiento muy alto, este grupo de encuestados han logrado adaptarse a la tecnología, aprovechando los beneficios y demostrando que su edad no es un limitante para el uso de estas herramientas. Lo que indica que, en su mayoría, los adultos mayores poseen un conocimiento medio bajo, a pesar de que tienen acceso a herramientas tecnológicas no dominan su manejo; y no muestran un interés por adquirirlos, principalmente por la falta de recursos, formación o adaptación, ya que posiblemente también poseen otros tipos de limitaciones acordes a su edad como fallos en su visión, problemas de salud propios de su edad que les hacen perder el interés y excluirse de su uso.

Gráfico #3

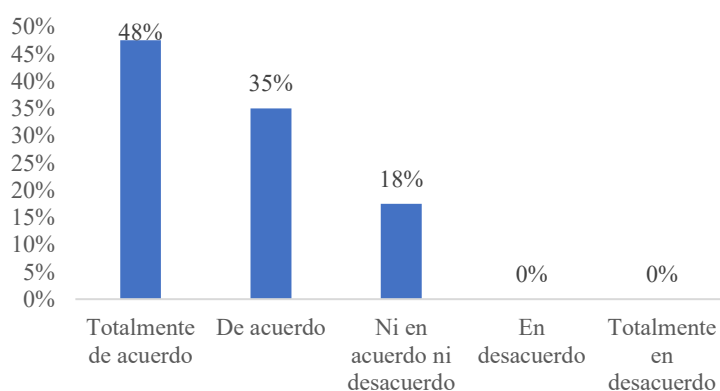
¿Considera necesario tener conocimientos sobre el uso de aparatos tecnológicos?



En su mayoría, los encuestados un 38% están totalmente de acuerdo en que es necesario tener conocimientos sobre aparatos tecnológicos, mientras que un 33% dicen estar solo de acuerdo, un 20% no están ni de acuerdo ni en desacuerdo y un 10% están en desacuerdo sobre los conocimientos en aparatos tecnológicos. Por lo que se considera que la mayoría cree que es fundamental e importante aprender tecnología, demostrando de que a pesar de que en ocasiones no tienen acceso a ella, se mantienen positivos y prestos a un mejor aprendizaje en el tema tecnológico, también se evidencia que tienen predisposición para adquirir nuevos conocimientos, lo que representa una oportunidad para que se puedan implementar diferentes programas de capacitación y alfabetización en el tema tecnológico, y que este sea acorde a sus necesidades para que puedan mejorar sus habilidades y sentirse incluidos dentro de la sociedad.

Gráfico #4

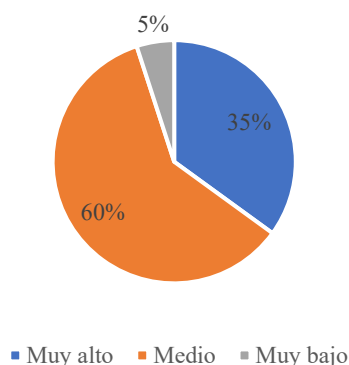
¿Se siente satisfecho con el conocimiento que posee sobre el uso de aparatos tecnológicos?



Un 48% de la muestra mencionó que está totalmente satisfecho con el conocimiento que posee sobre el uso de aparatos tecnológicos, mientras que un 35% dijo estar de acuerdo, lo que evidencia que existe conformidad dentro de las habilidades tecnológicas que poseen, y se sienten satisfechos con su conocimiento, aunque no tengan un dominio perfecto del uso; y un 18% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo, manteniéndose de forma neutral, debido a que consideran que saben lo necesario para poder vivir. Los adultos mayores en su mayoría, a pesar de que en ocasiones tienen limitaciones, se sienten satisfechos con el conocimiento que poseen en tecnología, esto puede indicar que existe una pequeña baja exigencia en sus habilidades, puede ser por temor o desconocimiento, o en algunos casos debido a problemas como visión edad, u otros oportunos a su edad. Además, estos resultados evidencian que existe la necesidad de motivar a los adultos mayores a que se actualicen en el aprendizaje digital, para que puedan aprovechar sus beneficios y mejoren sus habilidades.

Gráfico #5

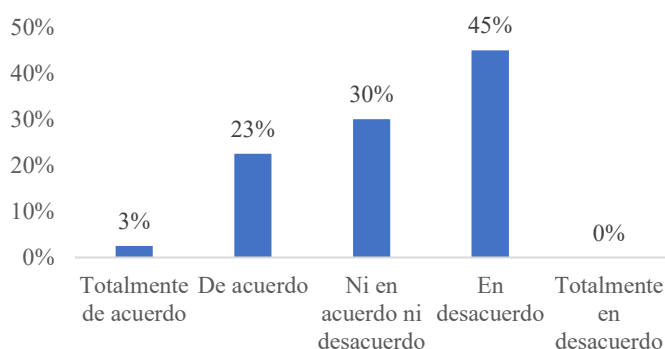
¿Cuándo se le presenta una dificultad con el uso de dispositivos tecnológicos, siente frustración?



Los encuestados en su mayoría (60%) indicó que se sienten medios frustrados cuando se les presenta alguna dificultad, un 35% muy alto y un 5% sienten muy baja frustración en cuánto a las dificultades que se presentan. En su mayoría los adultos mayores sienten frustración cada que se les presenta alguna dificultad, puede ser por acceso, desconocimiento o por su edad que a veces ellos ya no desean aprender, en ocasiones existe hasta resistencia, porque ellos mencionan que están en una edad muy avanzada para la tecnología. Esto también se debe a la falta de acompañamiento dentro de su aprendizaje, la complejidad del manejo y la rapidez con la que evolucionan las herramientas tecnológicas generan esa sensación de inseguridad y desmotivación, ya que para ellos el aprendizaje se torna un poco lento a causa de su edad, agilidad, problemas visuales y dificultades motrices, a esto se suma que algunos adultos mayores consideran que ya no están en edad para aprender este tipo de cosas, generando rechazo hacia su uso y acceso.

Gráfico #6

¿Considera que el uso de la tecnología le permite sentirse más motivado y participe de entornos sociales y familiares?



Los adultos mayores encuestados en un 45% mencionan que están de acuerdo en que el uso de la tecnología les permite más motivado y participé de entornos sociales y familiares,

un 30% dijo no estar ni de acuerdo ni en desacuerdo en sentirse motivados, un 23% está de acuerdo y un 3% está totalmente de acuerdo con sentirse motivado por el uso de la tecnología. La mayoría de los adultos mayores no percibe a la tecnología como una herramienta que ayude a la integración social o familiar, es decir que tener un dispositivo no les afecta la vida, pero en ocasiones se sienten excluidos debidos a que el círculo familiar es que esta más actualizado e inmerso en ella; por lo que en ocasiones se sienten desmotivados y esto les genera distanciamiento, por lo que no logran integrarse por completo la círculo familiar o social; por tanto es evidente que se debe fomentar un uso significativo de la tecnología, donde la comunicación y la interacción social sea fortalecida.

Discusión

En la investigación los resultados evidencian la existencia de una brecha digital que está marcada en los adultos mayores, ellos manifiestan que tienen conocimientos básicos, a su vez se sienten satisfechos con los conocimientos que poseen, debido a que se sienten frustrados cuando se les presentan algunas dificultades, por lo que no consideran tan necesario que a su edad sea obligatorio usar un dispositivo tecnológico; a veces por falta de acceso, por desconocimiento, por dificultad en el manejo u otras complicaciones complejas debido a su avanzada edad, ya que en ocasiones los que tienen dispositivos necesitan de una tercera persona que les ayude y para no sentirse mal en ocasiones prefieren no tener un celular o aparato tecnológico.

En relación con el acceso, se pudo evidenciar no todos los adultos mayores poseen un teléfono celular, lo que concuerda lo expuesto por Molano et al (2021), quienes indican que se percibe una complejidad en cuanto al uso de tecnología y la falta de recursos limitan el aprendizaje y fortalece la resistencia al cambio en ellos, así mismo los niveles de frustración reflejan la presencia de ansiedad tecnológica, que plantean Luque et al (2006), que afirmaron que el miedo e inseguridad que tienen los adultos mayores en cuanto a la tecnología afectan la autoeficacia y la disposición al aprendizaje, limitando las habilidades de la población de estudio.

Además, estos resultados confirman que la relación que existe entre la tecnología y autoestima pueden llegar a fortalecer la autonomía de los adultos mayores que se relacionan más con el uso de la tecnología, así como la resistencia puede generar dependencia, aislamiento

y sentimientos de exclusión, limitando el aprendizaje. Aunque los encuestados manifiestan que es importante conocer sobre tecnología, existe una pequeña contradicción al manifestar la satisfacción con las habilidades, esto se debe a los niveles de dominio y a las condiciones de adaptación, también se podría decir que aquellos adultos mayores que viven solos, son los que menos conocimientos y acceso tienen, mientras que los que viven con familiares están más actualizados.

Para Rivoir et al (2019), las personas mayores a través del uso de tecnología los adultos mayores pueden mejorar su calidad de vida, debido a que su uso facilita la comunicación, retaviliza relaciones interpersonales y provoca la autonomía a través de la superación de los desafíos que plantea la tecnología. también que el vínculo tecnológico se puede desarrollar mas cuando los adultos mayores están acompañados de personas más jóvenes que los influyen a su uso, apareciendo como una oportunidad dentro de la vida cotidiana. La autoestima y las habilidades tecnológicas se incrementan al aprovechar las oportunidades informativas, comunicativas y de ocio que presenta la tecnología, por lo que se entretienen, mejorando su aprendizaje.

Finalmente, en el estudio realizado por Granado et al (2025), se manifiesta que el uso de las TIC o el internet es positivo ante el bienestar psicológico de los adultos mayores, porque mejora su salud, y los distrae de los problemas cotidianos; aunque también se demostró que el uso excesivo tiene una relación inversa con el bienestar, debido a que disminuye su tiempo de relación con otras personas, interfiriendo en su relación interpersonal y dependencia a la tecnología. la investigación se refiere a que en periodos como los de la pandemia en donde se realizó este estudio si fue de mucha ayuda el uso de la tecnología, y que desde ahí para ellos se formó una oportunidad de inclusión y aprendizaje tecnológico.

Conclusiones

Hay una brecha digital existente en los adultos mayores, donde se pudo reconocer el acceso limitado a dispositivos y su nivel de conocimiento, lo que influye en la autoestima; fortaleciéndose mediante su acceso y habilidades o afectar de manera negativa la inclusión en diferentes contextos. Por lo que el miedo a equivocarse y el estrés que a veces sienten los hace alejarse de esta brecha digital, a su vez las complejidades debido a su edad también generan problemas en el aprendizaje y disminuir la confianza afectando la autoestima.

A pesar de las limitaciones que en algunos casos poseen, muestran una actitud positiva, en el aprendizaje, reconocen su importancia y dificultades de manejo, pudiéndose identificar los niveles altos y moderados de frustración, la tecnología no es considerada como una herramienta de integración familiar o social, ya que para algunos de ellos la mayoría de las personas se sumergen en los aparatos tecnológicos, olvidándose del valor familiar y social, ya que están absorbidos por completo a la tecnología, encontrando a la tecnología como un distractor en algunas ocasiones.

Las herramientas digitales ofrecen diversas oportunidades para fortalecer la comunicación y la autoestima en adultos mayores, haciéndolos sentir útiles; a su vez también presenta dificultades como la dependencia y exclusión. En definitiva, garantizar el acceso equitativo y el uso adecuado a la tecnología reduciría la desigualdad, mejorando y fortaleciendo la integración social y familiar en los adultos mayores, garantizando el bienestar integral y sus necesidades mediante los ritmos de aprendizaje que ellos necesitan.

Referencias

- Arroyave, P., Ocampo, J., Sánchez, S., & Vega, O. (2020). Inclusión digital como opción aportante al envejecimiento activo. *Ciencias de la Información*, 123-136.
- Cerillo, J., & Beluschi, G. (2024). Resistencias, dificultades y miedos. Una aproximación a las causas de las brechas digitales persistentes. *European Public & Social Innovation Review*, 1-20.
- Cruz, A. (2024). *Enfoque cuantitativo, cualitativo y mixto*. Enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto.
- Granado, M., Lizarde, A., & González, J. (2025). El Impacto de las Tecnologías en el Bienestar Psicológico y el Apoyo Social de Adultos Mayores. *Revista Caribeña de Psicología*, 8785-8785.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2023). *Metodología de la investigación*. McGraw-Will.
- Hernández, P. (2023). Inclusión digital de personas adultas mayores. *Informatio*, 303-330.
- Kuong, M., & Chaparro, J. (2024). FACTORES QUE LIMITAN EL USO DE LAS TIC EN ADULTOS MAYORES. *Scielo*, 12.
- Loaiza, E., & Velásquez, A. (2020). *Tercera edad y nuevas tecnologías - Caso de estudio: Loja Ecuador*. Loja: Universidad Técnica Particular de Loja.
- Luque, L., Gonzalez, M., & Burba, M. (2006). *Estudio sobre el miedo a la tecnología en adultos mayores*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires.
- Molano, G., Rincón, D., Martinez, J., & Ramirez, F. (2021). Nunca es tarde para aprender: importancia de la alfabetización digital en adultos mayores. *Revista AREANDINA*.
- Rivoir, A., Morales, M., & Casamayou, A. (2019). Uso y percepciones de las tecnologías digitales en personas mayores. Limitaciones y beneficios para su calidad de vida. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, 295-313.
- Roncero, A. (2019). *El uso Problemático de las nuevas tecnologías en función de la autoestima y la satisfacción familiar*. Madrid: Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, universidad de Madrid.
- Sunkel, G., & Ullmann, H. (2019). Las personas mayores de América Latina en la era digital: superación de la brecha digital. *Revista de la CEPAL*, 243-268.
- Toala de la Cruz, O., & Grasst, Y. (2019). REPERCUSIÓN DE LAS RELACIONES FAMILIARES EN LA AUTOESTIMA DE. *Revista Cognosis*.
- Torres, J. (2025). Mediaciones y sinergias en la formación de habilidades digitales en adultos mayores. *European Public & Social Innovation Review*, 1-13.
- Verasto, E., Amaral, S., & Rivilla, A. (2025). Competencias Digitales para la Inclusión de Personas Mayores: Políticas, Desafíos, Innovaciones Tecnológicas y Reducción de Desigualdades. *Revista Derechos Humanos Y Educación*, 147-166.