



**UNIVERSIDAD DE OVIEDO**  
**FACULTAD DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO Y EDUCACIÓN**  
**MÁSTER EN INTERVENCIÓN E INVESTIGACIÓN SOCIOEDUCATIVA**

**REDES SOCIALES Y MUJERES MAYORES:  
ESTUDIO SOBRE LA INFLUENCIA DEL USO DE  
LAS REDES SOCIALES EN LA CALIDAD DE VIDA.**

**María Fernández Campomanes**  
**Tutora: Aquilina Fueyo Gutiérrez**



Imagen cedida por María Fúnez y el colectivo Blogueras.As



# 1 ÍNDICE

1	ÍNDICE.....	2
2	AGRADECIMIENTOS.....	4
3	PRÓLOGO .....	5
4	PRESENTACIÓN DEL ESTUDIO .....	6
4.1	Justificación .....	6
4.2	Estructura del trabajo.....	7
4.3	Objetivos del estudio .....	7
5	DISEÑO METODOLÓGICO .....	10
5.1	Descripción de la investigación.....	10
5.2	Población y muestra .....	10
5.3	Técnicas e instrumentos de recogida de información.....	12
5.3.1	Entrevistas .....	12
5.3.2	Grupo de discusión .....	13
5.4	Técnicas de análisis de los datos obtenidos.....	14
6	MARCO TEÓRICO .....	16
6.1	La web 2.0 .....	16
6.2	La brecha digital o las brechas digitales.....	18
6.3	La brecha digital de género .....	20
6.4	Envejecimiento activo .....	26
6.5	Calidad de vida .....	28
6.6	Autoestima de género y sororidad .....	32
6.7	Cuidado y calidad de vida .....	33
6.8	Mujeres mayores en Asturias .....	35
7	ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	39
7.1	Respecto del acceso.....	39
7.2	Sobre la dificultad.....	42
7.3	Sobre el miedo .....	43
7.4	Sobre los usos .....	45
7.5	Sobre el uso político de las redes sociales.....	50
7.6	Sobre los blogs .....	52
7.7	Sobre las políticas y los políticos en las redes sociales .....	53
7.8	Sobre el 15 M y la primavera árabe.....	55
7.9	Sobre la brecha digital de género .....	56
7.10	Relación entre el uso de Internet y las redes sociales y la mejora de la calidad de vida. ....	60
7.10.1	Respecto del bienestar emocional.....	60
7.10.2	Respecto de las relaciones personales .....	62
7.10.3	Respecto del bienestar material .....	63



7.10.4	Respecto del desarrollo personal .....	64
7.10.5	Respecto del bienestar físico. ....	65
7.10.6	Respecto de la autodeterminación .....	66
7.10.7	Respecto de la inclusión social .....	67
7.10.8	Respecto de los derechos .....	68
8	CONCLUSIONES .....	71
9	ANEXO 1. GUIÓN DE ENTREVISTA .....	76
10	ANEXO 2. GUION DEL GRUPO DE DISCUSIÓN .....	79
11	ANEXO 3. FICHA PERMISOS .....	81
12	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	82
12.1	Metodología.....	82
12.2	Web 2.0.....	82
12.3	Envejecimiento y calidad de vida.....	83

### ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Informantes.....	12
Tabla 2	Expertas .....	14
Tabla 3	Categorías de análisis .....	15
Tabla 4	Brecha digital de género 1 .....	22
Tabla 5	Brecha digital de género 2 .....	22
Tabla 6	Tareas por sexos .....	23
Tabla 7	Redes sociales por sexos .....	24
Tabla 8	Dimensiones centrales de la calidad de vida .....	31
Tabla 9	Encuesta TIC Asturias .....	38
Tabla 10	Usos de Internet.....	45
Tabla 11	Usos de las redes sociales.....	46

### ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1	Indicadores por sexo .....	23
Gráfica 2	Población por sexo y edad .....	35
Gráfica 3	Calidad de vida. Estado de salud .....	36

### ANEXOS DIGITALES

Grabación de las entrevistas	
Transcripción de las entrevistas	
Grabación del grupo de discusión	
Transcripción del grupo de discusión	



## 2 AGRADECIMIENTOS

Esta es la primera vez que escribo un capítulo de agradecimientos con lo que corro el riesgo de no saber delimitar las fronteras de mi gratitud y aprovechar la ocasión que este Trabajo Fin de Máster me brinda para dar las gracias a todas las personas que han querido ser alguien en mi vida. Como no se trata de esto, voy a intentar concretar:

A Queli Fueyo, por querer ser mi tutora, por su compromiso con la educación y por su activismo feminista y TIC.

A mis compañeras y compañeros de Máster. Jamás me callaré cuando me vuelvan a decir que la juventud “pasa de todo”. Suerte, chic@s.

A Ana Rey, por su colaboración imprescindible para este trabajo, en la selección de informadoras, en el grupo de discusión y por los pies de página. Por su amistad y su generosidad.

A Belén Suárez Prieto, por su participación en el grupo de discusión y por ser mi socia de la vida y de la política.

A Amelia Fernández, Concejala de Igualdad del Ayuntamiento de Carreño, por su participación en el grupo de discusión y por su compromiso con el impulso de la igualdad y el desarrollo de la sociedad de la información en condiciones de equidad.

A las informadoras: Carmen Arena Paduano, Nieves Blanco Mateos, Margarita Campomanes Custardoy, Mari Díaz Morán, Pily Fernández, Antonia García Arbolea, María Luisa Pérez González y Maruja Zapico. Por su desinteresada colaboración, por su sabiduría y por todo lo que han aportado a nuestra sociedad y nunca podremos llegar a pagarles.

A Miriam Ruiz, por enseñarme algunas cosas sobre Google Ad Planner; a María Fúnez, por la imagen de la portada, y a Lucia Falcón, por estar dispuesta siempre a echar un cable. A las tres, por haber aparecido en mi vida.

A Blogueras.As, por su generosidad, por su sororidad, por el cariño de sus “miembras”, por ilusionarme y por reforzar mi compromiso político.

A María José Ramos y a Begoña Fernández, sin ellas probablemente nunca me hubiera llegado a plantear el problema de este trabajo.

A mi madre, por todo y por los bombones; a mi padre, por todo y por el coche.

A Carlos, por quererme, por su apoyo incondicional, por los formatos y el índice.

A Lola y a Marta, por lo que ellas saben.



### 3 PRÓLOGO

“No se trata de que nos amemos, podemos hacerlo. No se trata de concordar embelesadas por una fe, ni de coincidir en concepciones del mundo cerradas y obligatorias. Se trata de acordar de manera limitada y puntual algunas cosas con cada vez más mujeres. Sumar y crear vínculos. Asumir que cada una es un eslabón de encuentro con muchas otras y así de manera sin fin. Al pactar el encuentro político activo tejemos redes inmensas que conforman un gran manto que ya cubre la tierra, como el que pintara Remedios Varo”.

Marcela Lagarde y de los Ríos, 2006, p.12.



Bordando el manto terrestre.  
Remedios Varo: Pintora surrealista hispano-mexicana.  
España 1908-México 1963



## **4 PRESENTACIÓN DEL ESTUDIO**

### **4.1 Justificación**

En los últimos tiempos hemos asistido a un importante proceso de desarrollo y democratización de la sociedad de la información, ligado al auge de lo que se ha venido a denominar la web 2.0, término que se utiliza para referirse a las posibilidades de participación e interacción de las personas en la Internet y en la propia construcción de ésta.

Podemos considerar la red, Internet o la web 2.0 como la nueva dimensión del espacio público, donde todo aquel o aquella que quiere o tiene algo que decir está, y donde todo lo que ocurre no solo se narra, sino que además pasa. Haciendo un símil teatral, la Web 2.0 es a la vez teatro y escenario, donde las y los internautas han ido cambiando su papel y, de ser de forma mayoritaria público observador que ha pagado su entrada, han pasado a desempeñar el papel de actores y actrices con pretensiones de guionistas. La dirección del espectáculo está, eso sí no lo olvidemos, en manos de las grandes corporaciones tecnológicas.

La información, el conocimiento y la comunicación son nuevos derechos de ciudadanía y las tecnologías de la información y la comunicación (en adelante TIC) son las herramientas que posibilitan su ejercicio. En este contexto, paradójicamente, la brecha digital de género no solo se perpetúa, sino que tiende a incrementarse a medida que la sociedad de la información se desarrolla y las posibilidades de participación en la red se incrementan, persistiendo de forma especial entre las mujeres mayores.

Es preciso, pues, realizar un análisis de género, una reflexión sobre cómo las TICs cambian la vida de mujeres y hombres, sobre su influencia en la mejora del bienestar de unas y otros y en la calidad de la ciudadanía de unas y otros, sobre si su uso y la participación en su construcción se está produciendo en condiciones de igualdad.

Además, en una población como la española y, de manera especial, como la asturiana, en la que podemos hablar de una correlación directa entre el proceso de envejecimiento y la feminización del colectivo de personas mayores, puede resultar especialmente relevante avanzar en el conocimiento sobre en qué medida las mujeres mayores se están beneficiando del acceso a Internet y de todas las posibilidades que la web 2.0 ofrece de cara a la mejora de la calidad de vida, en el marco además de un contexto político y social de promoción del envejecimiento activo.



Por último, nos identificamos plenamente con McMillan y Schumacher (2005, pp. 106 y 107) en su afirmación al respecto del origen del interés investigador en los estudios cualitativos,

La mayor parte del interés por la investigación cualitativa procede de las experiencias personales y de un fuerte empeño en un tema desarrollado a partir de las oportunidades de la biografía y de la historia personal. Estas oportunidades proporcionan al investigador (o investigadora) acceso físico y/o psicológico a los escenarios sociales presentes o pasados (Riemer, 1977). Tal acceso se convierte en un punto de partida para la investigación cualitativa significativa sólo cuando va acompañado por algún grado de interés o compromiso.

#### **4.2 Estructura del trabajo**

Este trabajo se organiza según el orden lógico de un proceso investigador. Tras este apartado se presentan sus objetivos y estos dan paso a un capítulo quinto que recoge los elementos principales del diseño metodológico, desde la descripción de la investigación, la selección de la muestra y las técnicas de recogida de información y análisis de datos.

Seguidamente, se presenta un capítulo amplio que hace referencia al marco teórico en el que nos ubicamos, tanto en materia de sociedad de la información como en lo que tiene que ver con el envejecimiento, la calidad de vida y las mujeres mayores, todo ello dentro de la epistemología feminista y desde una perspectiva de género.

En el capítulo quinto analizamos de manera detallada los datos recogidos y los presentamos agrupados en función de las categorías de análisis establecidas, de tal modo que nos permitirán, a renglón seguido, en el apartado sexto, relatar las conclusiones de este trabajo.

Finalmente, como anexos se ofrecen los guiones de las entrevistas realizadas y del grupo de discusión y en formato digital todas las grabaciones y transcripciones.

#### **4.3 Objetivos del estudio**

Abordamos, pues, un estudio de carácter cualitativo al objeto de comprender “una situación social desde la perspectiva de los (y las) participantes” (McMillan y Schumacher, 2005, p.18).

Son objetivos generales de este estudio los siguientes:



1. Describir y explicar los usos que las mujeres mayores hacen de Internet en general y de las redes sociales en particular y los beneficios que de ellos obtienen.
2. Dilucidar si el acceso a Internet y a las herramientas de la web 2.0 influye en la mejora de la calidad de vida de las mujeres mayores, entendiendo que ésta incluye la calidad del ejercicio de la ciudadanía.
3. Avanzar en el conocimiento sobre si el desarrollo de la sociedad de la información se está produciendo en condiciones de igualdad en lo referente a la participación de mujeres y hombres.

Para guiar la consecución de los objetivos 1 y 2 hemos planteado las siguientes preguntas específicas, que a su vez nos permitirán dar respuesta al tercero de los objetivos del trabajo:

1. Describir y explicar los usos que las mujeres mayores hacen de Internet en general y de las redes sociales en particular y los beneficios que de ellos obtienen.
  - ¿Cómo se produce el acceso de las mujeres mayores a la red?
  - ¿Qué o quiénes facilitan el acceso de las mujeres mayores a las red?
  - ¿Cuáles son sus principales motivaciones?
  - ¿El uso de las TIC resulta fácil o difícil a las mujeres mayores?
  - ¿Por qué es tan frecuente hablar de miedo a la tecnología?
  - ¿Qué usos hacen las mujeres mayores de Internet?
  - ¿Qué usos hacen las mujeres mayores de las redes sociales?
  - En concreto, ¿hacen las mujeres mayores un uso de carácter político de las redes sociales?
  - ¿Cómo de avanzado es este uso? ¿Qué saben de los blogs? ¿Los usan, los siguen? ¿Siguen a políticos y políticas en las redes sociales? ¿Se han informado de movimientos como el 15M o la primavera árabe a través de la red?
  - ¿Qué opinan las mujeres mayores de la brecha digital de género? ¿Qué razones le encuentran?
2. Dilucidar si el acceso a Internet y a las herramientas de la web 2.0 influye en la mejora de la calidad de vida de las mujeres mayores, entendiendo que esta incluye la calidad del ejercicio de la ciudadanía..





- ¿Mejoran Internet y las redes sociales la calidad de vida de las mujeres mayores?
- ¿Tiene incidencia el acceso a la web 2.0 en el bienestar emocional de las mujeres mayores?
- ¿El acceso a la web 2.0 mejora las relaciones personales de las mujeres mayores?
- ¿Tiene incidencia el uso de herramientas de la web 2.0 en el incremento del bienestar material de las mujeres mayores?
- ¿Influye el acceso a Internet y a la web2.0 en un mayor bienestar físico o en una mejor salud de las mujeres mayores?
- ¿Incide en una mayor autodeterminación?
- ¿El acceso a Internet y a las redes sociales actúa promoviendo la inclusión social?
- ¿Tiene relación con el ejercicio de los derechos fundamentales y de los derechos de ciudadanía?



## 5 DISEÑO METODOLÓGICO

### 5.1 Descripción de la investigación

Un diseño de investigación es, según McMillan y Schumacher (2005, p. 131), un “plan para la selección de sujetos, de escenarios de investigación y de procedimientos de recogida de datos que respondan a las preguntas de investigación”. El detalle y la clarificación del diseño de la investigación inciden en la credibilidad de los resultados de la investigación en tanto que los dota de mayor fiabilidad, ya que ayuda a proporcionar una mayor validez a las respuestas obtenidas.

Realizaremos un estudio que se puede enmarcar dentro de la investigación aplicada, porque se centra en un campo concreto del conocimiento, la pedagogía social, y pretende obtener información relevante en dicho campo para dar “solución (generalizable) a un problema general” (McMillan y Schumacher, 2005, p. 23).

Así mismo, este trabajo tiene un carácter cualitativo e interactivo y en él quien investiga ha de construir “un dibujo holístico y complejo, con descripciones detalladas de las perspectivas de los (y las) informantes” (p. 45), interpretando el fenómeno o problema estudiado a la luz de los significados que se derivan de la información ofrecida por las personas que participan en el estudio. Dichos significados incluyen sentimientos, ideas, creencias, valores, actitudes, comportamientos y pensamientos.

Pretendemos, a nuestra vez, incluir el trabajo dentro del ámbito de los estudios críticos feministas y de la fenomenología al tratar de describir “los significados de una experiencia vivida”. El estudio debe permitir a quien lo lee comprender mejor un fenómeno que tiene que ver con una experiencia que han sentido y vivido las informantes.

### 5.2 Población y muestra

La población objeto de estudio son las mujeres mayores asturianas. De entre ellas hemos realizado un muestreo intencionado seleccionando casos con abundante información.

“El poder y la lógica del muestreo intencionado consisten en que, con pocos casos estudiados en profundidad, se obtienen muchas aclaraciones sobre el tema” (McMillan y Schumacher, 2005, p. 407). Lo haremos además mediante la selección de casos típicos, es decir, de casos cargados de información y representativos del problema sobre el que se quiere arrojar luz.



Los sujetos de la muestra serán elegidos intencionalmente en diferentes municipios asturianos, variando suficientemente sus características en términos de tamaño, población, condiciones socioeconómicas y carácter urbano o rural, como para que permitan la triangulación y los datos extraídos puedan considerarse válidos.

El perfil ha de responder al de mujeres asturianas de más de 55 años que, aunque pueden haber accedido al empleo, este no ha supuesto su liberación del papel de cuidadoras y de responsables principales, si no únicas, de las tareas domésticas. Han de ser además usuarias de las redes sociales que hayan accedido recientemente a las nuevas tecnologías, a Internet y a las redes, bien a través de algún programa formativo o bien por cualquier otra vía de acceso, pero no a través de una aproximación vinculada al empleo o al mundo académico.

Respondiendo a este perfil se han seleccionado 8 informantes que responden a las siguientes características:

Nombre	Nacimiento	Municipio	Estudios y trabajo	Familia	Formación en TICs
E1	1947	Mieres	Estudios elementales Ama de casa No tuvo empleo	Casada Una hija	No
E2	1957	Castrillón	Bachiller Ama de casa Emigrante retornada de Alemania, donde trabajó en el departamento de compraventa de una fábrica de herramientas hasta hace unos 15 o 16 años.	Casada Una hija y un hijo Dos nietas	Sí
E3	1943	Castrillón	Bachiller Ama de casa. Trabajó en un taller de confección	Casada Una hija y un hijo Una nieta y dos nietos	Sí
E4	1947	Lena	Estudios básicos y de peluquería Ama de casa Peluquera hasta que tuvo el segundo hijo	Viuda Dos hijas y un hijo Vive con dos hijas	No



Nombre	Nacimiento	Municipio	Estudios y trabajo	Familia	Formación en TICs
E5	Gijón	1955	Estudios básicos y de peluquería Ama de casa Peluquera	Casada Un hijo	Sí
GD1	Oviedo	1956	Estudios medios Ama de casa	Casada Un hijo y una hija	No
GD1	Siero	1956	Estudios primarios Ama de casa	Casada Dos hijas con las que convive	Sí
GD3	Carreño	1954	Bachiller elemental Administrativa Ama de casa	Casada Un hijo	Sí

**Tabla 1** Informantes

Para acceder a ellas, se ha recurrido al profesorado del taller de Internet del programa Tiempo Propio, del Instituto Asturiano de la Mujer, para mujeres mayores de 50 años, así como a contactos personales de la autora del trabajo. Los criterios para su selección responden a la tipicidad de los sujetos y a la riqueza de la información que puedan aportar.

### **5.3 Técnicas e instrumentos de recogida de información**

Para la recogida de información hemos utilizado dos tipos de técnicas: la entrevista en profundidad y el grupo de discusión; de tal modo que la combinación de estrategias nos permita recopilar mayor cantidad de información y a su vez corroborar los datos obtenidos para darles mayor validez y fiabilidad.

Para ello se ha procurado la triangulación de técnicas, escenarios (municipios) e informadoras y se ha procedido a la repetición de preguntas y temas a distintas personas, en diferentes contextos y con formulaciones diversas.

#### **5.3.1 Entrevistas**

Hemos optado por realizar entrevistas en profundidad de tipo guiado, donde establecemos a priori los temas que se van a abordar y un posible orden, pero dejaremos al albur de cómo se desarrolle la charla y sus circunstancias la formulación definitiva de las cuestiones y su orden.



Según la clasificación de preguntas propuesta por McMillan y Schumacher (2005), hemos optado por preguntas formuladas con *tanteos y pausas*, que recogerán información sobre la experiencia vivida por las informadoras en su uso de las TIC, su concepción del mundo, sus opiniones, reflexiones, valores, sentimientos y sensaciones.

En la medida de lo posible y para evitar respuestas previstas, hemos tratado de utilizar preguntas de carácter abierto, que sostengan una conversación fluida más que un cuestionario, desde el presupuesto de que la confianza, la espontaneidad, el contacto visual y personal, la elección de las palabras, el tono de voz y los gestos de la investigadora proporcionan mayor información que el acercamiento rígido (McMillan y Schumacher, 2005, p. 460).

Se han realizado y grabado cinco entrevistas a las informantes denominadas anteriormente como E1, E2, E3, E4 y E5, cuyo guión se incorpora como anexo 1. También se proporcionan grabaciones y transcripciones en formato digital.

Aunque el guion y los temas principales de este no han variado a lo largo del tiempo en que se realizaron las diferentes entrevistas, en el transcurso de estas la entrevistadora ha ido *de manera natural* alterando el orden de las preguntas y su propia formulación a la luz de su eficacia en entrevistas anteriores.

También ha ido mejorando su técnica y ha ido dándose cuenta de forma progresiva de la importancia del uso de un lenguaje y una actitud cercanas y cálidas con las entrevistadas y de la necesidad de guardar silencio, alejarse de sus prejuicios y del lenguaje más técnico o académico.

### 5.3.2 Grupo de discusión

El grupo de discusión se entiende como un proyecto de conversación socializada en el que la producción de una situación de comunicación grupal sirve para la captación y análisis de los discursos ideológicos y de las representaciones simbólicas que se asocian a cualquier fenómeno social.

(Alonso, 1998, en Fueyo, 2000, p. 135).

Según McMillan y Shumacher 2005, los grupos de discusión son un buen complemento para las entrevistas en profundidad, como técnica para aumentar su validez y para dotar de mayor credibilidad al estudio.

En nuestro caso, por una razón de rentabilidad de recursos, esfuerzos y tiempo, y como una estrategia para a su vez tratar de enriquecer la discusión del grupo, se ha optado por un grupo de discusión de carácter heterogéneo, compuesto por tres usuarias, que



responden al perfil de las mujeres entrevistadas para este estudio, GD1, GD2 y GD3, y tres expertas en la promoción de las TIC entre las mujeres, en el uso de estas para el fomento de la igualdad de mujeres y hombres y en el impulso de la igualdad en la red, GD4, GD5 y GD6.

Nombre	Nacimiento	Municipio	Estudios	Empleo	TIC
GD4	1965	Oviedo	Licenciada en Geografía e Historia Técnica en informática	Docente TIC	Bloguera Activista en las redes sociales
GD5	1976	Carreño	Diplomada en Trabajo Social	Educadora Concejala de igualdad	Bloguera Usuaría de las redes sociales
GD6	1968	Oviedo	Licenciada en Filología Hispánica	Correctora de textos	Bloguera Activista en las redes sociales

**Tabla 2 Expertas**

Tal y como afirma Fueyo (2000, p. 137), en la discusión se buscan de forma intencional diferencias discursivas, “de ahí la heterogeneidad parcial y controlada de los miembros del grupo, pero estas diferencias no pueden obstaculizar el intercambio conversacional ni el principio de cooperación que debe funcionar como regulador de los actos comunicativos”.

Aunque el grupo de discusión puede ser considerado una modalidad de la entrevista, en el sentido de entrevista en grupo, creemos que en el caso de los grupos de discusión no se trata de interrogar a las personas reunidas, sino de hacer posible que se dé una conversación fluida, sincera y significativa entre quienes lo integran, y este ha de ser a su vez el papel de su moderadora, que ha de tratar de provocar el fluir del discurso espontáneo del grupo, tratando de pasar “desapercibida” en la discusión, evitando realizar juicios de valor y opiniones personales sobre las reflexiones vertidas por las informantes.

El guion utilizado para el grupo de discusión se adjunta como anexo 2. También se proporciona la grabación y la transcripción de esta en formato digital.

#### **5.4 Técnicas de análisis de los datos obtenidos**

Según McMillan y Schumacher (2005), “el análisis cualitativo es un proceso relativamente sistemático de selección, categorización, comparación, síntesis e interpretación, que nos proporciona explicaciones sobre el único fenómeno de interés”.



Compartimos con Tójar Hurtado (2005, p. 285) que, aunque es frecuente hablar del análisis de datos como una fase del proceso investigador, esta no es tanto un momento temporal independiente o diferenciado de este, sino más bien un continuo que se realiza de forma transversal, afectando a todo el proceso, desde la misma selección del problema y su formulación y también durante el periodo de recogida de datos, estableciéndose así “un flujo de información retroalimentada que debe enriquecer tanto la producción como el propio análisis de los datos” (p. 285).

Como procedimiento de análisis de los datos hemos utilizado la revisión sistemática y permanente de la información y la reducción de los datos hasta su saturación. Para ello, hemos usado un proceso emergente y recurrente de análisis inductivo.

A partir de las preguntas de investigación planteadas, hemos obtenido datos, de ellos hemos extraído categorías de análisis o temas recurrentes que nos han servido para ir dando progresiva respuesta a las preguntas planteadas, realizando varias veces *el camino de ida y vuelta*: preguntas – datos – categorías de análisis- respuestas.

<b>CATEGORÍAS DE ANÁLISIS</b>
Sobre la dificultad
Sobre el miedo
Sobre los usos
Sobre el uso político de las redes sociales
Sobre el 15M y la primavera árabe
Sobre la brecha digital de género

**Tabla 3** Categorías de análisis

A su vez, y para avanzar en la posible relación entre el uso de las redes sociales por las mujeres mayores y la mejora de su calidad de vida, hemos tomado como categoría de análisis las ocho dimensiones de la calidad de vida establecidas por Schalock y Verdugo (2003) y sus correspondientes indicadores a nivel de microsistema recogidos en la tabla 8 de este trabajo; realizando de nuevo el mismo proceso emergente y recurrente: de las preguntas a los datos, de los datos a las categorías de análisis y de ahí a las respuestas, y vuelta a empezar.

Aunque no hay reglas estrictas que puedan seguirse el investigador (o la investigadora) no se puede permitir poner límites a su inventiva. El análisis cualitativo debe llevarse a cabo ingeniosamente e, incluso, alegremente; pero requiere también una enorme cantidad de conocimiento metodológico y competencia intelectual.

McMillan y Schumacher (2005, p. 481).



## 6 MARCO TEÓRICO

El marco teórico de referencia de nuestro trabajo está conformado por las cuestiones relativas a la web 2.0 y la brecha digital de género, el envejecimiento activo, la calidad de vida y las ideas de autoestima de género y sororidad, concluyendo con una breve descripción de la situación de las mujeres mayores en Asturias, que ha de servirnos para contextualizar y poner de relieve la relevancia del problema que nos planteamos.

### 6.1 La web 2.0

El término web 2.0 lo usó por primera vez en el año 2004 Dale Dougherty, vicepresidente de O'Reilly Media Inc., en una discusión sobre el futuro de la red tras el estallido de la burbuja de las “puntocom”, haciendo referencia a la característica común de un buen número de nuevas aplicaciones que estaban apareciendo.

El concepto de web 2.0 tiene que ver con las posibilidades de participación e interacción de las personas en la red y en la propia construcción de ésta. En contraposición con la web 1.0, estática y de lectura, la web 2.0 es una web dinámica, de lectura y escritura, que incluye todo un conjunto de herramientas que nos permiten crear contenidos, información y conocimiento, que nos permiten informarnos e informar, formarnos y formar, educarnos y educar.

Según Wikipedia<sup>1</sup>, “el término Web 2.0 está asociado a aplicaciones web que facilitan compartir información, la interoperabilidad, el diseño centrado en el usuario y la colaboración en la World Wide Web”. Se refiere a los blogs, las redes sociales, las wikis, la sindicación, los escritorios virtuales, los servicios de alojamiento de vídeos y fotos, y otras herramientas que hacen que la red sea más social.

El concepto de web 2.0 se pone en cuestión desde diversos extremos. Hay quienes dicen que la web 1.0 tenía ya las características y posibilidades de la web 2.0 y que su auge tiene más que ver con la necesidad de impulso tecnológico, de generar nuevas necesidades y negocio tras el fracaso de las puntocom. También se pone en cuestión desde quienes afirman que el concepto, la teoría, va por delante de la realidad y que la mayoría de las webs y de usuarios y usuarias responden todavía en gran medida al modelo de web de lectura más que al de web de participación y creación.

---

<sup>1</sup> Web 2.0. (2012, 22 de mayo). *Wikipedia, La enciclopedia libre*. Recuperado el 24 de mayo de 2012, [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Web\\_2.0&oldid=56388484](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Web_2.0&oldid=56388484)





Tampoco podemos olvidar que la red no es neutral, que los proveedores de Internet son empresas, que los gobiernos pueden interferir en los servicios que prestan y que Google, Youtube y las redes sociales también lo son, de hecho, Facebook acaba de salir recientemente a bolsa en un proceso no exento de polémica y sospechas, empresas que han de obtener y obtienen grandes beneficios y para las que las usuarias y usuarios somos clientes, no ciudadanos o ciudadanas.

Eli Parisier (2011)<sup>2</sup> habla del concepto de burbuja de filtros, según el cual, atendiendo a la idea de “relevancia”, Internet nos muestra cada día en mayor medida aquello que previamente le hemos dicho que nos gusta o que nos interesa, lo que para nosotras o nosotros puede ser relevante.

Esto ya es así en las búsquedas de Google, en la publicidad de nuestras redes sociales, en las noticias que nos ofrece nuestro servidor de correo electrónico, etc., ocultándonos la diversidad de la realidad y haciendo que Internet pierda parte de su grandeza, esa que hace posible que un joven artista marroquí conozca el mundo, aprenda idiomas y venda su obra desde un cibercafé en el desierto de Zagora, como cuenta Fátima Mernissi (2005) en *El hilo de Penélope*.

Es cierto que ni las TIC, como herramienta, ni la web 2.0 como dimensión del espacio público, son la participación en si misma y que es necesario, en primer término, tener las ideas y la cultura política que permiten elaborar pensamientos, formular ideas y opinar y, al mismo tiempo, superar brechas y tener posibilidades de acceso a la red, pero las TIC son sin duda una herramienta que hace posible la participación y que articula el derecho a la comunicación.

Desde nuestra perspectiva, estas son tan importantes que se convierten en definitivas, entre otras razones porque al permitir que la información se amplifique, llegue a mucha más gente, aunque desafortunadamente no a toda y no a toda por igual (de ahí que haya que enfrentar las brechas digitales), y al hacer posible que muchas más personas puedan entrar en contacto, crear redes y actuar a un tiempo, están nutriendo el proceso y las posibilidades de participación.

La web 2.0 ha hecho posible que millones de personas puedan comunicarse y accedan al mismo tiempo y de manera inmediata a información. De este modo, se han creado

---

<sup>2</sup> Recuperado el 24 de mayo de 2012, [http://www.ted.com/talks/eli\\_pariser\\_beware\\_online\\_filter\\_bubbles.html](http://www.ted.com/talks/eli_pariser_beware_online_filter_bubbles.html)



espacios y herramientas como las redes sociales o los blogs que hacen posible que la ciudadanía opine, trabaje en red, aúne estrategias y debata a nivel planetario.

Asistimos, participamos en un proceso de democratización de la información y tanto es así que se han puesto más en cuestión que nunca los medios de comunicación y las formas de participación tradicionales y es posible que, millones de personas hayan accedido por primera vez a la participación sociopolítica a través de esta vía, como ha ocurrido en España con las y los jóvenes del movimiento 15M, y más recientemente con las protestas estudiantiles en Valencia.

Aceptando todos los cuestionamientos y teniéndolos en cuenta para comprender mejor la complejidad de Internet y de la web 2.0, no podemos obviar que, aunque pueda no estar aún en nuestras vidas o libremente optemos porque jamás lo esté, la web 2.0 ha llegado, incluso lo ha hecho la web 3.0. Tanto que, en torno a este concepto, hablamos ya de comunicación 2.0, de política 2.0, de feminismo 2.0, de periodismo 2.0, de comercio 2.0, de educación 2.0, etc., y los blogs, Twitter, Facebook, Tuenti, LinkedIn, Youtube, Flickr, Slideshare y Wikipedia son una realidad para millones de personas, aunque no para todas.

## **6.2 La brecha digital o las brechas digitales**

El concepto de brecha digital corre paralelo al de sociedad de la información y puede definirse como las diferencias entre quienes están conectados y conectadas y quienes no lo están; es la fractura, el gap, que se crea entre quienes tienen acceso a la información y la comunicación, a través de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, y quienes no.

La Cumbre Mundial de la Sociedad de la Información, celebrada por la Unión Internacional de Telecomunicaciones de Naciones Unidas en Ginebra y Túnez en 2003 y 2005, respectivamente, ya en su declaración de principios<sup>3</sup>, afirmaba la necesidad de “convertir la brecha digital en una oportunidad digital para todos (y todas), especialmente aquellos que corren peligro de quedar rezagados y aún más marginados”.

En su plan de acción<sup>4</sup> señalaba que “el objetivo convenido a nivel mundial es el de contribuir a colmar la brecha digital, promover el acceso a las TIC, crear oportunidades digitales y aprovechar los posibles beneficios que las TIC ofrecen para el desarrollo.”

---

<sup>3</sup> Recuperado el 24 de mayo de 2012, <http://lac.derechos.apc.org/wsis/cdocs.shtml?x=16224>

<sup>4</sup> Recuperado el 24 de mayo de 2012, <http://lac.derechos.apc.org/wsis/cdocs.shtml?x=16224>



La voluntad de participación de la sociedad civil en torno a esta cuestión y el deseo de enriquecer esta cumbre dio lugar a la puesta en marcha de la Campaña a favor de los derechos a la comunicación en la sociedad de la información<sup>5</sup>, con el objetivo de “construir una Sociedad de la Información basada en principios de transparencia, diversidad, participación y justicia social y económica, e inspirada por la equidad entre los géneros y entre las diversas perspectivas culturales y regionales”.

Según Wikipedia<sup>6</sup>, “para Pippa Norris, se trata de un fenómeno que implica tres aspectos principales: la brecha global (que se presenta entre distintos países), la brecha social (que ocurre al interior de una nación) y la brecha democrática (que se refiere a la que existe entre quienes participan y quienes no participan de los asuntos públicos en línea)”.

En palabras de Cecilia Castaño (2009), “podemos definir la brecha digital en términos de amantes de Internet, a los (y las) que les gusta utilizarlo (o no pueden, añadiría yo) y sacan provecho de ella, frente a otros más distantes, que están en desventaja relativa respecto a Internet”.

El acceso desigual a los recursos, al poder y a la educación, el idioma, la privatización del *software* y el control de las grandes empresas sobre este y sobre su desarrollo son elementos que nutren la brecha digital. Podemos hablar de diferentes tipos de brecha digital en función de dónde centremos nuestro punto de interés, existe una brecha digital geográfica, una brecha digital generacional o de edad y también una brecha digital de género, a la que nos referiremos por su interés de forma específica más adelante.

Antes de continuar hay dos conceptos clave que conviene diferenciar: son la brecha digital de acceso y la brecha digital de uso. La brecha digital de acceso se relaciona con la conectividad de personas, grupos de personas o países a la red. La brecha digital de uso es un concepto más complejo y tiene que ver con cómo personas en iguales condiciones de conectividad utilizan, mejor o peor, más o menos, las posibilidades que la red, hablando en términos más actuales, la web 2.0, nos ofrece.

No se trata, pues, solo de poner en marcha políticas para mejorar la conectividad de ciudadanos y ciudadanas, hogares, grupos de personas, países o regiones, esto es relativamente sencillo. Se trata de impulsar los medios, los conocimientos y las

---

<sup>5</sup> Recuperado el 24 de mayo de 2012, <http://derechos.apc.org/lac/wsis/cris.shtml>

<sup>6</sup> Brecha digital. (2012, 20 de mayo). *Wikipedia, La enciclopedia libre*. Recuperado el 24 de mayo de 2012., [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Brecha\\_digital&oldid=56329328](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Brecha_digital&oldid=56329328)



habilidades necesarias para que la ciudadanía, todas las personas, pueda comunicarse y construir conocimiento en la red. Es necesario además desarrollar políticas de igualdad de oportunidades, políticas de acción positiva, tendentes a superar desigualdades para evitar que se perpetúen.

### **6.3 La brecha digital de género**

Adelantábamos líneas atrás que de entre las brechas digitales nos centraríamos de manera específica, por su importancia para este trabajo de cara a clarificar la relación entre el uso de las redes sociales y la calidad de vida de las mujeres mayores, en abordar el concepto y las implicaciones de la brecha digital de género, aquella que se da por el acceso y uso diferenciado que mujeres y hombres hacemos de la red y de las TIC. Lo haremos además por su carácter universal, al afectar esta a más de la mitad de la población mundial y no únicamente a un grupo o colectivo de esta.

Nos atrevemos a afirmar que el feminismo y el movimiento organizado de mujeres han sido, sino los primeros, de los primeros grupos sociales en percibir el concepto de brecha digital y la importancia del acceso y uso de los medios de comunicación. Ya en la Plataforma de Acción de la IV Conferencia Mundial de las Mujeres, celebrada en Pekín en 1995, se identifican los medios de comunicación con una de las doce esferas de especial importancia para avanzar en materia de igualdad de mujeres y hombres.

Las Resoluciones aprobadas por la Conferencia, en su punto J, Mujer y Medios de Difusión (p. 107), señalan:

Debería potenciarse el papel de la mujer mejorando sus conocimientos teóricos y prácticos y su acceso a la tecnología de la información, lo que aumentará su capacidad de luchar contra las imágenes negativas que de ella se ofrecen a escala internacional y de oponerse a los abusos de poder de una industria cada vez más importante. Hay que instaurar mecanismos de autorregulación en los medios de difusión y fortalecerlos, así como idear métodos para erradicar los programas en los que haya sesgo de género. La mayoría de las mujeres, sobre todo en los países en desarrollo, carecen de acceso efectivo a las infopistas electrónicas, que están en vías de expansión y, por lo tanto, no pueden crear redes que les ofrezcan nuevas fuentes de información. Así pues, es necesario que las mujeres intervengan en la adopción de las decisiones que afectan al desarrollo de las nuevas tecnologías, a fin de participar plenamente en su expansión y en el control de su influencia.



En nuestro país, por ejemplo, Montserrat Boix (2006) explica en su artículo *Hackeando el patriarcado* cómo

el movimiento artístico ciberfeminista evoluciona a comienzos del siglo XXI hacia el ciberfeminismo social que tiene como objetivo difundir información, generar redes de activismo y solidaridad, coordinar iniciativas para mejorar de manera concreta la vida de las mujeres además de servir de freno a las acciones de abuso de un patriarcado también globalizado,

y cómo Internet fue definitiva para visibilizar la violencia machista en nuestro país y articular el trabajo de las organizaciones de mujeres en torno a la Red Feminista contra la Violencia de Género, a favor de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de medidas protección integral contra la violencia de género,

También en España, en diciembre de 2010, el Observatorio de e-igualdad (<http://www.e-igualdad.net/>) de la Universidad Complutense de Madrid, sostenido con la colaboración del Instituto de la Mujer, diferencia, en su informe *La Inclusión digital de mujeres y hombres en España* (2010), tres tipos de brecha digital de género.

Tal y como habíamos adelantado, el estudio subraya la existencia de una brecha de acceso de carácter cuantitativo y una brecha de uso relacionada con la intensidad y las pautas de utilización, que señala la incorporación efectiva a las TIC y goza de mayor alcance y carácter cualitativo. Finalmente, el informe señala una tercera brecha digital de género, que tiene que ver con el uso de los servicios, herramientas y medios más innovadores.

A grandes rasgos podemos señalar que la brecha digital de acceso, aunque persiste (tabla 4), se ha ido acortando y es inexistente, incluso vuelca a favor de las chicas, con gran probabilidad debido a su mejor rendimiento académico, entre las personas de menos edad (tabla 5). Vemos por tanto cómo el motivo de la existencia de la brecha digital de género por acceso es su persistencia entre las mujeres y los hombres mayores de 45 años (tabla 5).



Ha usado alguna vez	Hombres	Mujeres	Total	BDG Brecha digital de género <sup>7</sup>
Móvil	90,9 %	90,1 %	90,5 %	-0,9
Ordenador	72,0 %	66,4 %	69,2 %	-7,9
Internet	67,6 %	61,3 %	64,5 %	-9,2

Nota: Signo positivo indica BDG con ventaja femenina; signo negativo indica BDG con ventaja masculina.  
Fuente: La inclusión digital de mujeres y hombres en España. UCM. 2010

**Tabla 4 Brecha digital de género 1**

BDG Ha usado alguna vez (por grupo de edad)	16-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74
Móvil	0,5	0,8	-1,0	-1,0	3,0	-5,3
Ordenador	2,3	0,0	- 2,7	-11,1	- 19,4	- 46,0
Internet	2,0	-2,7	-3,8	-13,1	-24,3	-46,0

Nota: Signo positivo indica BDG con ventaja femenina; signo negativo indica BDG con ventaja masculina.  
Fuente: La inclusión digital de mujeres y hombres en España. UCM. 2010

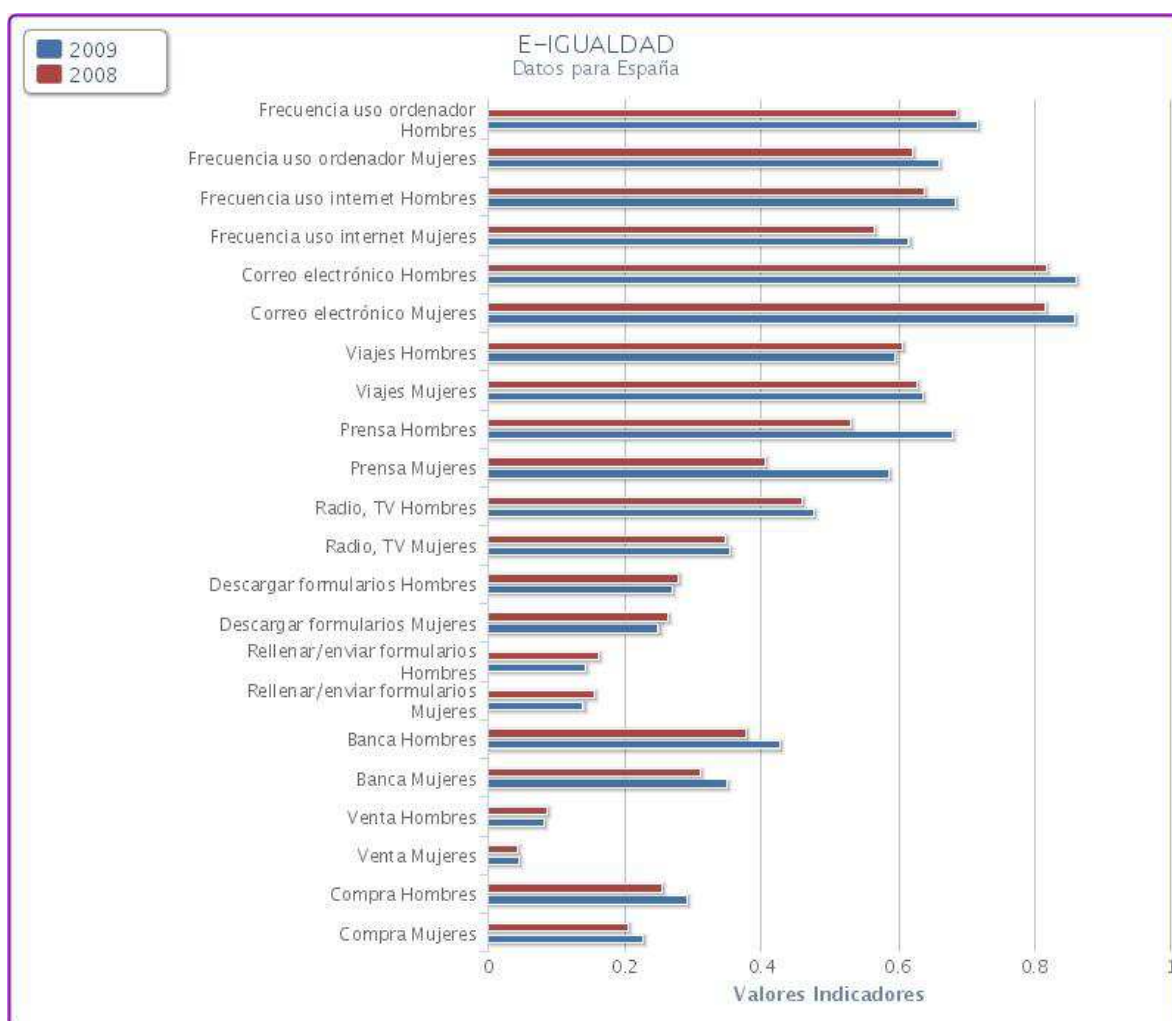
**Tabla 5 Brecha digital de género 2**

La brecha digital de uso se observa fácilmente en la gráfica 1 elaborada con la herramienta del Observatorio de e-igualdad para los años 2008 y 2009<sup>8</sup>, donde se ve que los hombres no solo usan con más frecuencia los ordenadores e Internet, sino que, con excepción de la información sobre viajes, hacen un uso mayor de todos servicios electrónicos.

---

<sup>7</sup> Para calcular la BDG el estudio efectúa en cada caso un cociente entre el valor más bajo y el más alto y a continuación se resta 1, para obtener valores negativos, más "acordes" con la idea de brecha. Cuanto más aproximado a 0 menor es la brecha. En los casos en que la brecha se produce a favor de las mujeres, entonces se cambia el signo. Para más información, ver páginas 16 y 17 del estudio que se cita en las referencias bibliográficas.

<sup>8</sup> <http://e-igualdad.net/estadisticas-observatorio-igualdad-ucm>,



Gráfica 1 Indicadores por sexo

O bien en la tabla 6 en la que se observa cómo, a medida que la complejidad de las tareas es mayor o éstas requieren más habilidades técnicas, el nivel de uso de las mujeres disminuye más que el de los hombres y la brecha de género se incrementa.

Tareas relacionadas con la informática	Hombres	Mujeres	Total	Brecha
Copiar o mover ficheros	83,7 %	80,1 %	82,0 %	-4,3
Usar copiar/cortar y pegar	82,3 %	79,8 %	81,1 %	-3,0
Usar fórmulas simples	54,7 %	49,7 %	52,3 %	-9,2
Comprimir ficheros	61,0 %	49,4 %	55,4 %	-19,0
Conectar/instalar dispositivos	71,5 %	56,5 %	64,3 %	-21
Usar lenguaje programación	19,7 %	12,4 %	16,2 %	-37,3

Fuente: La inclusión digital de mujeres y hombres en España. UCM. 2010

Tabla 6 Tareas por sexos



Para hablar de la tercera brecha digital de género, nos referiremos a partir de ahora a la brecha 2.0 y nos centraremos en las diferencias en el uso que mujeres y hombres hacen de las diversas herramientas de la web 2.0. Por ejemplo, los blogs y las redes sociales.

Comenzando por las redes sociales, en la tabla 7 llama poderosamente la atención, y en nuestro caso preocupa, el bajo nivel de participación femenina. Según datos propios, tomados de Google Ad Planner en mayo de 2012, esta es del 37.3 % en las redes sociales más conocidas.

REDES SOCIALES	MUJERES %	HOMBRES %
TWITTER	30	70
LINKEDIN	28	72
FLICKR	34	66
TUENTI	41	59
FACEBOOK	43	57
SLIDESHARE	48	52
<b>TOTAL</b>	<b>37.3</b>	<b>62.6</b>

Fuente: Elaboración propia a partir de Google Ad Planner. Mayo 2012

**Tabla 7 Redes sociales por sexos**

Es de destacar cómo en aquellas redes sociales más prestigiosas, más vinculadas con la participación sociopolítica o el empleo, como Twitter o LinkedIn, la presencia de las mujeres es de un exiguo 30 %, por ejemplo, en las más populares, como Tuenti, las chicas alcanzan solo el 40 %. Mención aparte requiere, a nuestro entender, Slideshare, donde la participación de mujeres y hombres se aproxima mucho, con toda probabilidad por el carácter más académico de esta aplicación.

Si bien la cara de las redes sociales permite la comunicación inmediata, simultánea y universal de las personas, su cruz es lo efímero de lo que allí ocurre y la necesidad de simplificar los mensajes. Por eso, los blogs son una herramienta de información y comunicación excelente en la web 2.0, porque en ellos la información tiene mayor *esperanza de vida* y su formato permite comunicar, informar y debatir con mayor profundidad. Pues bien, en la blogosfera en lengua castellana, según datos del *Informe sobre el estado de la blogosfera hispana Bitácoras.com 2011*<sup>9</sup>, la participación femenina, la presencia de la voz, de la palabra, de la opinión de las mujeres es del 22 %.

---

<sup>9</sup> Informe sobre el estado de la blogosfera hispana Bitácoras 2011. Recuperado el 24 de mayo de 2012, <http://bitacoras.com/informe#sexo>





De este modo, si hacemos un promedio de la presencia de mujeres en las redes sociales y en los blogs, vemos cómo esta se sitúa en el 29,6 %, poniendo de manifiesto que la brecha digital no solo se perpetúa, sino que tiende a incrementarse a medida que la sociedad de la información se desarrolla y las posibilidades de participación en la red se multiplican, de tal modo que podemos hablar ya de una tercera brecha digital de género o de una brecha 2.0 de género.

Datos como estos, diferencias tan significativas en el uso que mujeres y hombres hacemos de algo tan actual como las herramientas de la web 2.0, no hacen más que poner de relieve el espejismo de igualdad en el que vivimos en general las sociedades occidentales más desarrolladas.

La brecha digital de acceso se intuye a primera vista, es fácilmente previsible y su evolución entra dentro de lo esperable, persistiendo únicamente entre las mujeres mayores. No así la brecha de uso y mucho menos la brecha 2.0. Ambas indican claramente, las dos alertan de la persistencia de la desigualdad, y en un análisis más profundo habría que dilucidar sus motivaciones, su relación con la carga del cuidado, con el alejamiento de las chicas de los estudios de carácter técnico, con la falta de referentes, con el poco entrenamiento femenino para la participación sociopolítica, etc.

Sea cual sea el motivo o sean cuales sean los motivos, parece claro que la participación de las mujeres en el desarrollo de la sociedad de la información siempre ha sido una preocupación del movimiento feminista y ha sido identificada como un espacio de desigualdad, pero también como una herramienta fundamental para combatir la desigualdad.

La web 2.0 es una gran oportunidad para las mujeres y para las organizaciones de mujeres de la sociedad civil, para acceder a la información y al conocimiento, para construirlo, para aprovechar mejor los novedosos y numerosos servicios que se ofrecen a través de la red, para participar en los debates que se están desarrollando a nivel local e internacional, para trabajar en red y fortalecer el movimiento organizado de mujeres y el pensamiento feminista. En definitiva, se constituye en una herramienta que permite a las mujeres no solo ser usuarias de la red y de las TIC, sino también para participar en la construcción de la sociedad de la información.

A modo de síntesis de lo hasta ahora descrito podríamos destacar las siguientes ideas:

- Internet, la web 2.0 es la nueva dimensión del espacio público.



- La información, el conocimiento y la comunicación son nuevos derechos de ciudadanía y las TIC son las herramientas que posibilitan su ejercicio.
- Hemos visto que la brecha digital no solo se perpetúa, sino que tiende a incrementarse a medida que la sociedad de la información se desarrolla y las posibilidades de participación en la red se incrementan.
- Hemos señalado que la brecha digital de acceso persiste de forma especial entre las mujeres mayores.

En este contexto, es preciso realizar un análisis de género, una reflexión sobre cómo las TIC cambian la vida de mujeres y hombres, sobre su influencia en la mejora del bienestar y calidad de vida de unas y otros, y en la calidad de la ciudadanía de unas y otros, sobre si su uso y la participación en su construcción se está produciendo en condiciones de igualdad.

#### **6.4 Envejecimiento activo**

El concepto de envejecimiento activo fue adoptado por la Organización Mundial de la Salud (en adelante, OMS) a mediados de los años noventa, al objeto de ampliar y enriquecer la idea de envejecimiento saludable, y se basa en el reconocimiento de los derechos humanos y civiles de las personas mayores. Supone avanzar desde una perspectiva de satisfacción de necesidades de sujetos pasivos hacia una óptica de reconocimiento de los derechos de igualdad de trato, igualdad de oportunidades y participación sociopolítica de las personas mayores.

Aunque el concepto no es nuevo, por ejemplo, ya en 1970, en su obra *La vejez*, la filósofa Simone de Beauvoir (1983, p. 639) adelantaba:

Para que la vejez no sea una parodia ridícula de nuestra existencia anterior no hay más que una solución, y es seguir persiguiendo fines que den sentido a nuestra vida: dedicación a individuos, colectividades, causas, trabajo social o político, intelectual, creador. (...) Lo deseable es conservar a una edad avanzada pasiones lo bastante fuertes como para que nos eviten volvernos sobre nosotras y nosotros mismos. La vida conserva valor mientras se acuerda valor a la de los otros, a través del amor, la amistad, la indignación, la compasión. Entonces sigue habiendo razones de obrar o de hablar.

Según Peggy Edwards (2002, p. 79) en un trabajo para la OMS, el envejecimiento activo es entonces “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación



y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”. La idea de actividad tiene que ver no solo con la capacidad de movilidad, sino con el “bienestar físico, social y mental” y con el derecho a la participación sociopolítica, todo ello en un entorno que “proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados”.

Tal y como comentaba la Premio Nobel de Medicina Rita Levi-Montalcini, en una entrevista concedida en 2009 con motivo de su centenario<sup>10</sup>: "El secreto reside en mantener activo el cerebro si no están presentes patologías particulares. La vejez debe ser proyecto de futuro, programa de la propia vida, desde la juventud, en previsión del mañana".

El concepto de envejecimiento activo se relaciona, según el Libro Blanco del Envejecimiento Activo del Imsero (2011, pp. 267 y 268), con la buena salud, la actividad física, la capacidad mental y de aprendizaje, la independencia y la autonomía y la participación social. Cabe destacar, dentro del concepto de envejecimiento activo, la idea de actividad, y su relación con la participación sociopolítica, la ciudadanía activa, el reconocimiento de la diversidad de las personas y de las personas ancianas, el enfoque comunitario, la libertad y la autonomía, y las posibilidades de promoción y desarrollo personal hasta nuestros últimos días (Imsero, 2011, p. 287).

En este trabajo abordamos el concepto de envejecimiento activo de la OMS desde una perspectiva de género, entendiendo, como ya hemos apuntado, que la desigual situación de mujeres y hombres en la sociedad condiciona procesos de envejecimiento diferenciados para unas y otros.

Como apunta la gerontóloga Pilar Rodríguez (2002, p. 90):

En los ya abundantes estudios sociológicos del envejecimiento con que contamos, la norma es que no se identifique el género como factor explicativo de las enormes diferencias que se producen entre los sexos al analizar la situación de las mujeres en la edad avanzada. Tampoco resulta fácil encontrar, dentro de la elaboración teórica del feminismo, aportaciones que indaguen sobre la situación de las mujeres en proceso de envejecimiento. Y si esto es cierto en la literatura internacional con excepciones bien conocidas (Arber y Ginn, 1996; Friedan, 1994), lo es mucho más en la española, donde resulta difícil encontrar

---

<sup>10</sup> Entrevista concedida a la agencia EFE el 22 de abril de 2009. Recuperado el 19 de marzo de 2012, <http://www.publico.es/agencias/efe/220725/levi-montalcini-dice-que-la-vejez-debe-ser-un-proyecto-de-futuro>



bibliografía en la que se establezcan relaciones entre género y edad, tal como lo hace Anna Feixas (1991, 1993).

Pese a ello, entendemos que esta perspectiva es ineludible cuando se quiere observar, analizar y comprender la realidad de la ancianidad, ya que podemos hablar de una correlación directa entre el proceso de envejecimiento y la feminización del colectivo de personas mayores, del mismo modo que, y de nuevo tal y como señala Pilar Rodríguez (2002, p. 80):

Las diferencias que se registran en cualquiera de los indicadores clásicos que se analizan no encuentran una ajustada interpretación si no se relacionan los factores de desigualdad que el sistema de género, sobre cualquier otro aspecto, introduce en cuestiones como la división entre trabajo retribuido y trabajo doméstico, el acceso a los bienes culturales, la utilización de los espacios de participación social y de ocio, el acceso a los puestos de poder y decisión, la oportunidad de recibir apoyo y cuidados en situaciones de dependencia, etc.

## 6.5 Calidad de vida

Según la OMS (1995), la calidad de vida es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas y sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno.

El significado de la idea de calidad de vida difiere del contexto en el que esta se utilice. En ámbitos académicos se discute entre lo subjetivo y lo objetivo del concepto (Schalock y Verdugo, 2003), entre lo que en ella proviene de la percepción individual y el peso que el contexto socioeconómico o cultural tiene en la idea individual de calidad de vida, aunque sí hay unanimidad en que la mejora de las circunstancias ambientales influye de manera positiva en la calidad de vida de las personas.

Partiendo de la idea de que para nosotras el contexto es determinante en la autopercepción de la calidad de vida, hablaríamos siempre de una *subjetividad relativa* en la medida en que esta estará siempre determinada por el ambiente, los valores, la cultura, y de manera especial también por el género. Asumimos el principio de Schalock y Verdugo (2003) de que la calidad de vida se experimenta cuando las necesidades de la persona se ven satisfechas y tienen la oportunidad de mejorar en áreas vitales más importantes.



Estos autores refieren ocho dimensiones centrales de la calidad de vida: bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos. Para cada una de estas dimensiones se definen múltiples indicadores en función de tres niveles: el microsistema o contexto inmediato (la familia, el grupo de iguales, etc.), el mesosistema o entorno cercano (barrio, la ciudad, las organizaciones y administraciones próximas), y el microsistema o entorno político o social más amplio. Todo ello queda reflejado en la tabla 8.



<b>DIMENSIONES CENTRALES DE LA CALIDAD DE VIDA</b>			
	<b>MACROSISTEMA</b>	<b>MESOSISTEMA</b>	<b>MICROSISTEMA</b>
<b>BIENESTAR EMOCIONAL</b>	Libertad religiosa Vida familiar Legislación	Seguridad Ausencia de estrés Libertad de culto Apoyos	Autoconcepto Felicidad Espiritualidad Alegria Satisfacción Sentimiento de bienestar Estado de salud mental
<b>RELACIONES PERSONALES</b>	Seguridad pública	Interacciones Vida familiar Afectos Pertenenca a un grupo Apoyos sociales Estado civil	Amistad Intimidad
<b>BIENESTAR MATERIAL</b>	Ayuda económica Legislación sobre rehabilitación profesional Nivel socioeconómico	Propiedades Oportunidades de empleo Empleo con apoyo protegido	Pertenencias Ingresos Ahorros Inversiones Nivel de vida
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Legislación sobre igualdad de oportunidades Legislación / Financiación sobre rehabilitación educativa Estadísticas educativas	Planificación centrada en la persona Oportunidades de mejora Oportunidades de desarrollo Programas educativos y rehabilitadores Tecnología aumentativa	Nivel educativo Habilidades conductuales adaptativas Habilidades en actividades de la vida diaria Actividades instrumentales de la vida diaria Competencia personal
<b>BIENESTAR FÍSICO</b>	Estadísticas sobre vivienda Seguro de salud	Atención sanitaria Rehabilitación física Alimentación y nutrición Ocio y tiempo libre	Estado de salud Estado nutricional Movilidad



<b>DIMENSIONES CENTRALES DE LA CALIDAD DE VIDA</b>			
	<b>MACROSISTEMA</b>	<b>MESOSISTEMA</b>	<b>MICROSISTEMA</b>
<b>AUTO- DETERMINACIÓN</b>	Leyes sobre tutores legales Capacitación del consumidor	Oportunidades para la elección/toma de decisiones Posibilidad de elección / control personal Planificación centrada en la persona	Autonomía Autodirección Control personal Preferencias Elecciones
<b>INCLUSIÓN SOCIAL</b>	Leyes sobre espacios reservados para personas con minusvalía (alternativas)	Acceso a la comunidad Entornos libres de barreras Entornos normalizados e integrados Oportunidades para la participación en la comunidad Aceptación social Transporte Roles Apoyos en la comunidad	Participación en actividades en la comunidad Círculo de amigos Oportunidades de acceso/participación Apoyos naturales Roles sociales aceptados
<b>DERECHOS</b>	Legislación sobre derechos humanos.	Autocontrol y responsabilidad Políticas de protección y defensa Procesos legales Defensa, entrenamiento y desarrollo de la autodefensa	Voto Privacidad Autodeterminación Propiedades Valores personales Sentido de la dignidad Libertad personal
Fuente: Literal de Schalock y Verdugo (2003, p. 38)			

**Tabla 8 Dimensiones centrales de la calidad de vida**



## 6.6 Autoestima de género y sororidad

También dentro del marco teórico del feminismo, asumimos los conceptos de autoestima y sororidad de la antropóloga mexicana Marcela Lagarde de los Ríos. Uno de los conceptos clave de Lagarde (2000) es la idea de autoestima de género, que esta autora contrapone al concepto tradicional y patriarcal de autoestima, vinculado al individualismo y al psicologismo.

Según la idea que Marcela Lagarde (2000 p. 7) desarrolla en torno a la autoestima, esta está en estrecha relación con el empoderamiento personal y colectivo de las mujeres y con la necesidad de depositar su estima en sí mismas y no en los otros:

La conciencia de la autoestima conduce a que cada mujer visualice y aprecie sus cualidades y habilidades vitales, las potencie y las comparta en procesos pedagógicos con otras mujeres. Destacamos la importancia de una pedagogía entre mujeres en la que cada una puede ser maestra de otras y a la vez ser discípula de otras maestras. Esta visión en que se reconoce la posibilidad de aprender algo de las otras, tiene por lo menos dos bases: una consiste en reconocer los saberes de las mujeres y los saberes concretos de cada una; la otra consiste en conceder rango de autoridad a las mujeres por su sabiduría intelectual, sus conocimientos, sus habilidades subjetivas para vivir, sus hallazgos y sus descubrimientos. Implica también la visibilización de los aportes de cada mujer a su propia vida y a su mundo. Como el esfuerzo es grupal y colectivo, al valorar y reconocer a cada mujer y sus aportes, contribuimos a crear la autoridad de las mujeres: dimensión simbólica legítima de identidad, cimiento de autoestima personal y colectiva.

Como decíamos, también tomamos de Marcela Lagarde (2006, p. 2) el concepto de sororidad, en el sentido de alianza entre mujeres,

de experiencia de las mujeres que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y la alianza existencial y política, cuerpo a cuerpo, subjetividad a subjetividad con otras mujeres, para contribuir con acciones específicas a la eliminación social de todas las formas de opresión y apoyo mutuo para lograr el poder genérico de todas y el empoderamiento vital de cada mujer.

De tal modo que, entendiendo la calidad de vida desde una perspectiva feminista, pensamos que esta noción ha de entrar en relación con las ideas de autoestima de género y sororidad de esta autora.





## 6.7 Cuidado y calidad de vida

Las mujeres cuidan desde el nacimiento hasta la tumba, asistiendo a la sociedad en la niñez, en la vejez, en la enfermedad, en la discapacidad, etc. Se trata de tareas que se prolongan a lo largo de toda la vida, como madres, hijas, abuelas o hermanas.

Además, el cuidado, su ejercicio y su planificación, está cargado de costes personales y conflictos, frustraciones y consecuencias negativas para la salud y la calidad de vida. En palabras de Murillo (2003, p. 162), “el tiempo del cuidado es máximo, se resiste a una contabilización, puesto que se transforma en actitud: la actitud responsable”.

La influencia de las peores condiciones de vida de las mujeres o, dicho de otro modo, de los factores socioeconómicos (menores ingresos, menos coberturas sociales, mayor precariedad laboral, atribución en solitario del cuidado, etc), en la salud de las mujeres tiene como consecuencia que, pese a su mayor esperanza de vida, estas presenten una mayor morbilidad, mayores niveles de enfermedad crónica, ansiedad y trastornos nutricionales.

Según Mosquera Tenreiro (2004, p. 19), en el grupo de discusión de profesionales de la salud del estudio *La salud de las mujeres en Asturias: reflexiones desde las propias mujeres*,

Las profesionales de atención primaria estaban, mayoritariamente, de acuerdo en que uno de los principales problemas de salud de las mujeres entre 30 y 60 años, es el de su papel de cuidadoras en la familia, el desgaste que ello supone y las repercusiones sobre su salud física y mental, que las profesionales perciben como cuadros clínicos diversos: depresión, agotamiento, lumbalgia, ansiedad, tristeza..., que algunos autores denominan “síndrome de la cuidadora”. Se hizo mención especial al caso de las abuelas cuidadoras, mujeres de 80 años. Se señaló la enorme sobrecarga de trabajo y responsabilidad a su edad y las repercusiones en su salud.

Según Valls-Llobet (2007 p. 11), estudios sobre población anciana han encontrado síntomas de depresión en el 46 % de las mujeres, frente al 19.6 % de los hombres, y entre las causas de estas diferencias se señala cada vez con más frecuencia la doble jornada. “Las mujeres con una posición baja en las escalas de ocupación, que tiene un bajo control sobre el trabajo doméstico y bajo control en el trabajo asalariado se encuentran con mayor riesgo de sufrir depresión y ansiedad”.

La misma autora (2007, pp. 38 y 39) afirma que a cualquier edad el dolor en el sistema músculo-esquelético es la primera causa de consulta en atención primaria en la vida de



las mujeres. Frente a ello y ante la poca formación médica en cuestiones de género, los psicofármacos acaban convirtiéndose en la respuesta que acalla el dolor de las mujeres.

El dolor, durante siglos silenciado e invisible como la misma historia de las mujeres, se ha encarnado en el propio cuerpo, capa tras capa, a través de los abusos y agresiones psíquicas, físicas y sexuales en la infancia; a través del "cuerpo trabajado" desde los nueve años, por ejemplo, transportando leche o cuidando los hijos de la propia madre que trabaja de sol a sol para alimentar a los suyos; el dolor se ha introducido hasta la capa más profunda de los huesos a través de unas condiciones ergonómicas de trabajo, que torturan con la monótona repetición de movimientos, y a través de una represión emocional que contrae la musculatura del trapecio hasta producir cambios en los discos vertebrales; se ha introducido a través, también, del sesgo de género en la investigación médica del dolor crónico, que ha producido una falta de ciencia en el diagnóstico diferencial de las enfermedades biológicas que pueden causar dolor (que son muchas), y a través de la falta de escucha, del error de diagnóstico y tratamiento que acaba silenciando con psicofármacos la queja, el malestar, el dolor que se encarna, capa tras capa, en lo más profundo de los músculos y de los huesos de las mujeres.

De nuevo es necesario recurrir a las clásicas y recordar “el malestar que no tiene nombre” que Betty Friedan (2009, p. 56, 68 y 69) acuñó en Estados Unidos en los años sesenta con la publicación de *La mística de la feminidad*:

Pero una mañana de abril de 1959, oí a una madre de cuatro hijos, que estaba tomando café con otras cuatro madres en un barrio residencial a unos veinticinco kilómetros de Nueva York, referirse en un tono de resignada desesperación al “malestar”. Y las otras sabían, sin mediar palabra, que no estaba hablando de un problema que tuviera con su marido, ni con sus hijos, ni con su casa. De repente se dieron cuenta de que todas compartían el mismo malestar, el malestar que no tiene nombre. (...)

Si no me equivoco, el malestar que no tiene nombre que perturba las mentes de tantas mujeres estadounidenses de hoy en día no es una cuestión de pérdida de feminidad ni de demasiados estudios ni de las exigencias de la vida doméstica. Es mucho más importante que lo que nadie reconoce. Es la clave de esos otros problemas nuevos y viejos que llevan años torturando a las mujeres y a sus maridos e hijos, y desconcertando a los médicos y a los responsables del mundo educativo. Bien pudiera ser la clave de nuestro futuro como nación y como

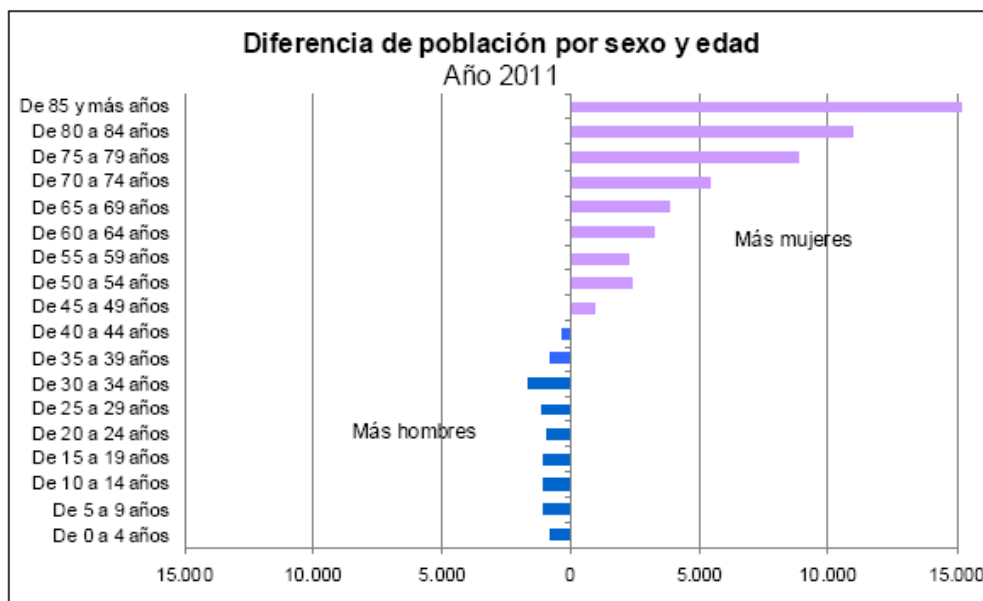


cultura. No podemos seguir ignorando esa voz que resuena en el interior de las mujeres y que dice: “Quiero algo más que mi marido, mis hijos y mi hogar”.

## 6.8 Mujeres mayores en Asturias

Según datos del padrón del año 2011 la población asturiana es de 1.081.497 personas, de las que un 52 % son mujeres. Las personas de más de 65 años suponen el 22 % del total de la población asturiana, lo que pone de manifiesto la importancia del envejecimiento de nuestra población.

Si abundamos en el análisis de la población por sexos, veremos además, de acuerdo con la información ofrecida por el Instituto Asturiano de la Mujer en un trabajo de Uría Urraza (2012, p. 16), cómo “la patente feminización” es un rasgo característico de dicho envejecimiento, puesto que las mujeres suponen el 59 % de la población asturiana de más de 65 años.



Gráfica 2 Población por sexo y edad

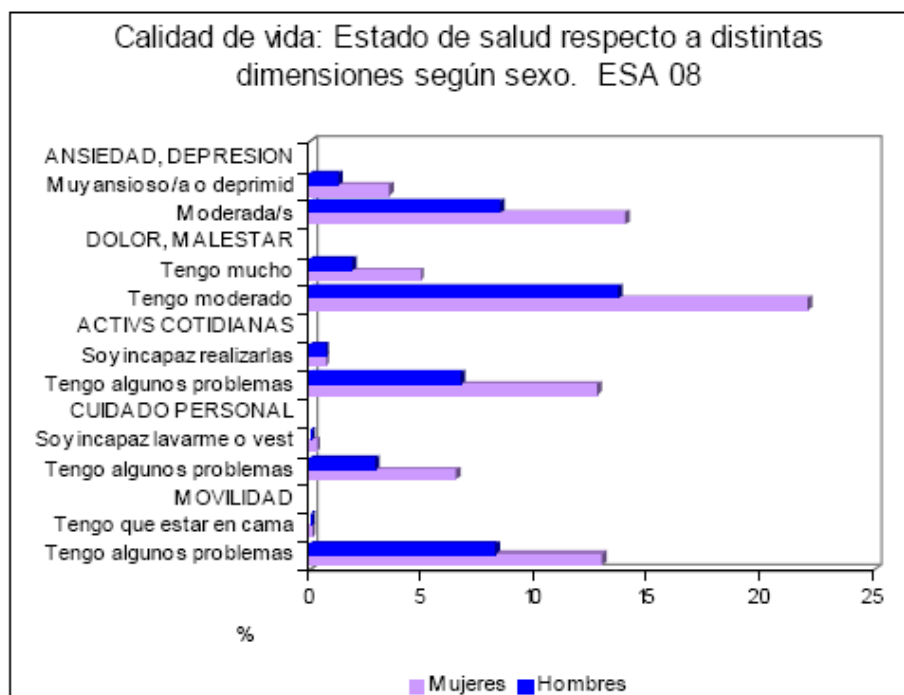
Fuente INE e IAE. Padrón 2011. Tomada literal de Uría Urraza (2012, p 16).

El índice de envejecimiento, que relaciona la población de 65 y más años con la población menor de 15, es de 2,5 para las mujeres, lo que significa que las mujeres mayores representan más del doble de las jóvenes. Esto ocurre también con los varones, pero de una forma mucho menos marcada: 1,7 hombres mayores por cada uno menor de



15 años. Dicho índice es mucho más alto para Asturias que para el conjunto del país, donde para las mujeres es de 1,4 y para los hombres de 0,96. “Es decir que el envejecimiento en Asturias es sensiblemente mayor, llamando especialmente la atención el envejecimiento de la población femenina” (Uría Urraza, 2012, p. 17). Estos datos contribuyen a evidenciar el interés de nuestro trabajo dentro de nuestra comunidad autónoma.

Especial relevancia tiene para este estudio la información tomada de la Encuesta de Salud de Asturias del año 2008 y recogida más adelante en Uría Urraza (2012) en referencia a la calidad de vida de las mujeres mayores asturianas, en la que para la valoración de la calidad de vida desde una perspectiva de salud pública se toma la escala EuroQol5d, que valora cinco apartados, conforme puede observarse en la gráfica 3, y en la que para cada una de las cinco dimensiones estudiadas, ansiedad o depresión, dolor o malestar, actividades cotidianas, cuidados personales y movilidad, los resultados resultan más desfavorables para las mujeres.



**Gráfica 3** Calidad de vida. Estado de salud

Fuente encuesta de Salud para Asturias 2008. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.  
Tomada literal de Uría Urraza (2012, p. 137)

En consecuencia, las mujeres valoran peor su salud y se sienten menos felices (Uría Urraza, 2012, p. 138):



un 14 % se consideran poco felices frente a un 8 % de hombres, siendo esta diferencia estadísticamente significativa. Estas diferencias también se agravan con la edad: un 83 % de los hombres de 65 y más años se considera bastante o muy feliz, frente a un 68 % de las mujeres. A su vez un 6 % de estas no se considera nada feliz, mientras que esto solo lo señala un 1 % de los hombres.

Si, a lo descrito hasta el momento, incorporamos la información ofrecida por IAM (2011, pp. 6 y 8) en referencia a las mujeres mayores españolas, obtenemos una aproximación al perfil de las mujeres mayores asturianas:

- Tienen un poder adquisitivo menor que el de los varones. “En Asturias, según un estudio del Instituto de Estudios Fiscales, Empleo, salarios y pensiones en fuentes tributarias 2007, la pensión media anual de las mujeres era de 9.305 euros, mientras que la de los hombres era de casi el doble, 16.943 euros”.
- Persiste de manera especial la atribución a las mujeres mayores en solitario de la carga del cuidado.
- Por ello, emplean menos tiempo en actividades saludables, de disfrute, de ocio y tiempo libre.
- La mayor esperanza de vida de las mujeres hace que estas vivan solas, a veces también en soledad, más años que los hombres.

En consecuencia, su calidad de vida y su percepción de la salud es peor, advierten menos energía y más desánimo, y , aunque su esperanza de vida es, como decíamos, más elevada, padecen más enfermedades crónicas y su calidad de vida es peor.

Al respecto del uso de las TIC por parte de las personas mayores los datos de la Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares 2011, del Instituto Nacional de Estadística, ratifican la existencia de la brecha digital de género entre las personas mayores, confirmando que las mujeres mayores de 55 años acceden con menor frecuencia que los varones de su misma edad a Internet, con una diferencia de 7,2 puntos porcentuales, y que esta desigualdad se incrementa con la edad, alcanzando para las personas de más de 65 años los 9,3 puntos.



<b>Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares 2011</b>	
<b>Resumen de datos de personas por sexo, características demográficas y tipo de uso de TIC</b>	
	<b>Personas que han utilizado Internet al menos una vez por semana en los últimos 3 meses. Asturias</b>
<b>Hombres</b>	
Edad: De 55 a 64 años	35,9
Edad: De 65 a 74 años	17,6
<b>Mujeres</b>	
Edad: De 55 a 64 años	28,7
Edad: De 65 a 74 años	8,3

Elaboración propia. Fuente: Instituto Nacional de Estadística

**Tabla 9 Encuesta TIC Asturias**

Concluyendo con palabras de la antropóloga Dolores Juliano,<sup>11</sup> “las mujeres no vivimos más, tardamos más en morir”, y en la idea de que las redes sociales pueden ser útiles para que las mujeres en la última etapa de su vida llenen los años de vida y no solo la vida de años, se inspira este trabajo.

---

<sup>11</sup> Frase textual anotada por la autora de este trabajo en la conferencia ofrecida por la antropóloga en el marco de las jornadas “Maternidad y paternidad. Reflexiones desde el feminismo”, organizadas por el Instituto Asturiano de la Mujer en el año 2007.



## 7 ANÁLISIS DE RESULTADOS

Como hemos explicado ya en el apartado correspondiente a la metodología, a partir de las preguntas de investigación planteadas, hemos obtenido una serie de datos que hemos analizado agrupándolos en torno a una serie de categorías o temas recurrentes que nos han servido para ir dando progresiva respuesta a las preguntas planteadas.

Como ya habíamos visto en la tabla 3, estas son las categorías de análisis establecidas a partir de las cuales organizamos los datos analizados:

CATEGORÍAS DE ANÁLISIS
Sobre la dificultad
Sobre el miedo
Sobre los usos
Sobre el uso político de las redes sociales
Sobre el 15M y la primavera árabe
Sobre la brecha digital de género

Copia de tabla 3

### 7.1 Respeto del acceso.

La puerta de acceso de las mujeres entrevistadas, tanto de aquellas que han accedido a través de un curso de formación como de las que lo han hecho por otras vías, a las nuevas tecnologías es el correo electrónico, que sirve de vía de comunicación con familiares que residen lejos, siendo esta además una de las principales motivaciones de acceso las TIC.

Así lo expresa, por ejemplo E3, al tiempo que destaca la importancia de un ordenador propio y de una conexión a Internet en el hogar:

Lo primero el correo. Fuimos dándonos los correos de todas las compañeras del curso y empezábamos a mandarnos alguna cosa: “hola, qué tal, qué haces”. Y después ya algunas ya te mandaban alguna cosa, y tú les mandabas a ellas...y así. Y cuando llegábamos a casa las que sabíamos algo y teníamos ordenador en casa, porque no todas lo teníamos, había dos que tenían ordenador, pues ya nos mandábamos alguna cosa, y cuando volvíamos a los dos o tres días, porque teníamos clase dos o tres días a la semana, pues ya: “ay, que me mandaste aquello”, y ya sabíamos algo, aunque fuera poco.

Una puerta fundamental de acceso o *elemento facilitador* son los programas de formación en TIC:



(...) hicimos, un curso con Ana Rey, que para mí fue el no va más. Yo creo que debería darnos mucho más porque quedamos en nada, al principio. Porque nos enseñó en esas ocho horas muchísimo. Por lo menos para mí fue una experiencia, a mí me enseñó mucho.

E2

Cuando empecé con Tiempo Propio, empecé en el Ayuntamiento viejo de Castrillón a las clases del ordenador y fui con una libreta de apuntes por ir apuntando todas las cosas por si se me olvidaba algo. Dibujaba hasta el maximizar y el minimizar y todo lo llevaba dibujado a casa.

E3

Soy de Siero y tengo que estar muy agradecida a los cursos estos del Instituto Asturiano de la Mujer, que fue donde yo aprendí, gracias a Ana (la monitora de los talleres de nuevas tecnologías del programa del IAM). Yo estaba pez, yo hace dos años no me atrevía ni a mirar para él, tenía en casa a las crías que por los estudios tenían el ordenador y yo ni limpiar el polvo, porque si borro algo de las oposiciones...

GD3

Yo es que por aquí entré, y muchas compañeras mías también, y si no es por ahí no entraríamos nunca, nunca, porque vas al telecentro, sí, y estás allí, pero ¿qué haces? ¿molestar continuamente al trabajador? Lo vuelves loco... No puedes, tienen que te enseñar y luego ya vas poco a poco, y luego ya es vivir otra vida.

GD3

Otra vía de acceso son las *iguales facilitadoras*, coetáneas que animan y ayudan en los primeros pasos en la red:

La primera vez fue porque me regalaron un ordenador en Reyes y sin saber ni encender ni apagar con unas lecciones que me dio una **cuñada** empecé a funcionar con el ordenador.

E1

La primera vez de la primera vez fue porque compramos un ordenador porque tenemos nietas fuera para poder verlas crecer, porque, claro, al estar fuera no las ibas a ver nada más que los veranos que vienen a... No sabía ni encender, a mí me dijeron “ratón, mouse”, yo dije “¿esto qué es?” y me costó muchísimo.





Menos mal que tengo **una amiga** que ella me iba enseñando un poquitín, pero me costaba muchísimo y yo decía cómo puedo ser tan burra. Y esto de corta y pega, y corta y pega...tardé yo creo que tres meses en aprenderlo.

Y entrar en el correo electrónico... claro, no fui a ningún sitio a aprender. Hasta que empecé y dije “esto no puede ser”, e hice un cursillo para principiantes, porque es que yo no me enteraba y tuve que formatear dos veces el ordenador. No voy a decir la palabrota, pero hay una amiga mía que dice “aprendiendo a cortar..., aprendes a capar”. Y entonces poco a poco fui aprendiendo, estropeé muchas cosas, me metía por aquí, me metía por allí, y fui aprendiendo, pero me costó.

E2

Bueno, aparte de lo que ya te comenté, yo creo que fue en 2008 cuando abrí mi cuenta de Facebook. Me acuerdo que me ayudó **mi hermana y**, a partir de ahí, eché a andar. Por una parte, tuve la desgracia de tener que dejar de trabajar y esto me valió muchísimo, descubrí un mundo nuevo que no sabía que existía porque no había tenido tiempo de ello, mi vida no me permitía más que trabajar y entonces cambié de zona de vivir, me apunté a la asociación vecinal y ahí descubrí un mundo completamente nuevo, que me permitió salir de donde yo estaba guardada tantos años.

E5

En ocasiones, los hijos y las hijas actúan también como *elementos facilitadores*, bien directamente, animando y acompañando a sus madres en sus primeros pasos, bien de forma indirecta, porque, aún sin hacer una invitación explícita, han introducido las TIC en sus hogares, despertando la curiosidad y el interés de sus madres:

Yo empecé en las redes sociales a través de **mi hija**, no sabía ni encender el ordenador y, bueno, me puse un día, hice una cuenta de Facebook y ahí estoy, ya tengo como 600 agregados.

GD1

(...) Hasta que por culpa de que tenía que estar mucho en casa pendiente de mi padre, que estaba enfermo, pues me tiraba muchas horas allí. Entonces fue **el chiquillo** el que me abrió la cuenta y por ahí yo empecé a ver.

GD2

(...) Además tampoco fue que me chocase mucho, porque estaba acostumbrada a ver a **mi hija**, que tuvo siempre ordenador, desde muy joven, y entonces yo



estaba acostumbrada a ver el aparato y a ver cómo funcionaba y tampoco fue que me causase mucha impresión.

E1

Aunque no siempre la familia favorece el acceso a las TIC y en algunos casos adopta una actitud más bien de tipo disuasorio, alimentado el miedo a lo desconocido y los tópicos de la dificultad de la tecnología y de su asociación con la juventud:

Pues porque me gusta mucho aprender cosas y eso para mí era una novedad muy grande. Yo tener siempre tuve ordenador en casa, por los hijos, por los nietos, pero nunca se me ocurrió... ni ellos nunca me quisieron enseñar nada., porque yo decía: “¿cómo es este tal?, y ellos decían: “nada, nada, deja ...”. No me atendían, no me hacían caso. Y en cuanto fui, enseguida ya... empecé a hacer cosas.

E3

## 7.2 Sobre la dificultad

Sin embargo, la impresión de dificultad en el aprendizaje señalada anteriormente por E2 no es lo más frecuente, el resto de entrevistadas, incluso las de más edad, no relatan que haya sido esta su experiencia:

Fácil... yo creo que está hecho para todo el mundo, que si fuese complicado la gente no lo utilizaría, sobre todo gente de mi edad o mayores que yo. Tampoco es difícil, esta cuñada mía vino una vez, aprendí a encender, a apagar, a hacer un correo, y a partir de de ahí mi hija me mandaba correos, yo contestaba, y fue saliendo todo de una manera natural, sin ningún problema. Luego llegó la segunda fase, que fue otra segunda clase de las dos que recibí. Volvió mi cuñada, para poder comunicarme con sobrinos y con familia que tenía fuera, me abrió una cuenta en Facebook, y bien. Empecé a funcionar en Facebook.

E1

No, no es complicado, suele poner nerviosa a la gente porque yo lo veo por otra gente. Yo por ejemplo ya lo básico ya lo manejo, pero de un principio el problema está en que no recuerdas los pasos, pero a fuerza de práctica te va quedando.

E4

Luego cuando llegaba a casa y los nietos me dejaban un poco libre, ya empecé a hacer alguna cosa. Al principio costó trabajo pero, bueno, tampoco... Yo pensé que iba a ser mucho más difícil de lo que en realidad fue.



E4

La informante GD3 en el grupo de discusión habla del miedo a lo desconocido y concreta sus motivaciones para participar en la red:

Normal, miedo a lo desconocido, es una cosa nueva para ti, pero cuando la conoces es una amiga más la tecnología esta, ¡vaya qué sí! Pero, claro, también se nos hace muy difícil, yo en mi caso con la edad que tengo y solo estudios primarios, trabajé toda la vida, tiempo para mi cero, dos hijas que se llevan once meses, y ahora yo soy libre, con esto me considero libre total.

Estoy muy agradecida por eso, tengo mi momento y además estoy informada, no estoy como una tonta viendo lo que pongan en la tele porque les da la gana a ellos, yo escojo, lo que quiero ver y lo que quiero hacer.

### 7.3 Sobre el miedo

En muchos casos, los prejuicios y mitos en torno a la complejidad tecnológica, el miedo creado por el entorno familiar y social influyen de manera negativa desmotivando a las mujeres mayores al respecto de sus posibilidades de desenvolverse en la sociedad de la información. La palabra “miedo” aparece de forma recurrente, en concreto lo hace catorce veces durante las entrevistas y en el grupo de discusión, tal y como se ve en esta conversación:

Mucha gente es por desconocimiento, por miedo, que piensan que no pueden con ello, y no es tan complicado una vez que te pones, para hacer virguerías no, pero para lo más... Y sí que al principio da miedo, pero, ya ves, luego engancha.

GD3

En tu caso tuviste una actitud muy positiva de la gente que tenías en casa, (...) pero la mayoría de la gente que a mí llega con ese miedo tan tremendo es porque oyeron muchísimas cosas negativas sobre la tecnología, que no era para ellas, no lo toques que lo vas a estropear, que si tengo este trabajo y lo voy a perder, por eso os preguntaba que si alguna vez os habían llegado comentarios de ese tipo.

GD4

O en la siguiente, más breve, entre la entrevistadora y E2, en la que esta explica cómo accedió a las redes sociales con gran temor, sin saber muy bien qué o a qué temía:



E2: Entonces, me mandó, porque ella me decía vas a aquí y...Pero yo no sabía entrar y dije, no, así no puede ser, tiene que haber otra manera, entonces me mandó un correo donde traía una foto de ella...

E: Una especie de invitación.

E2: Sí, efectivamente, para que yo entrase, y entonces yo misma me dijo cómo tenía que hacer y creé una cuenta y a raíz de ahí ya empecé la primera vez, pero con mucho miedo, porque tenía un miedo.

E: ¿De qué tenías miedo?

E2: Yo qué sé...

Al respecto de los tópicos imperantes en torno a la dificultad del uso de las TICs, resulta clarificadora y desmitificadora la experiencia de G2, que se inicia en las nuevas tecnologías animada por su hijo en los momentos libres que le dejan las largas horas del cuidado de su padre enfermo:

Yo ya llevo muchos años en el tema del ordenador, creo que desde el año 95 ó 94. El asunto es que había un ordenador e Internet en casa por mi hijo, pero yo no miraba para ello. Hasta que por culpa de que tenía que estar mucho en casa pendiente de mi padre, que estaba enfermo, pues me tiraba muchas horas allí. Entonces fue el chiquillo el que me abrió la cuenta y por ahí yo empecé a ver. Y lo clásico, te metes en chats y cosas de esas al principio, y entonces veía que firmaban con unos muñequinos y unas letras que me llamaban mucho la atención.

Empecé a investigar y resulta que se hacían con un programa que se llama Paint Shop Pro, y buscando grupos encontré uno que resultó ser una de Noreña que ponía a disposición de todo el que quisiera tutoriales para aprender a manejar ese programa. Entonces yo, poco a poco, como tenía mucho tiempo, todas las tardes allí (cuidando a su padre), pues fui aprendiendo, bajé el programa, me lo instaló mi hijo, que yo no sabía entonces, y empecé a manejar ese programa.

Luego, en el mismo grupo, había tutoriales para aprender a hacer páginas web y poco a poco, chaca, chaca, chaca, chaca, aprendí y tengo una página web en la que luego colgué todos los trabajos que hice con el Paint Shop Pro.



A continuación de eso vino lo del blog y el blog ya nada, era pan comido, comparado con la página web era fácil, porque en el Blogspot te lo ponen fácil, y lo hice en principio para los trabajos de Paint Shop Pro, pero después apareció en mi vida el *patchwork*, y ahora lo que cuelgo en el blog son los trabajos que hago en *patchwork* (...).

GD2

Y la de E1, que comienza a usar el ordenador gracias a un regalo de su hija y a un par de clases de su cuñada, y en pocos días relata la siguiente rutina:

Al principio tenía mis favoritos, y allí tenía los periódicos regionales, algún periódico nacional y poco más, Facebook, la cuenta del banco y con eso pues por la mañana, primero, miraba los periódicos. Si tenía algún problema y para coger agilidad pues fui entrenándome también en funcionar con la cuenta del banco, ya usaba el correo, y nada más. No tenía ningún problema y se convirtió en una rutina que hago todos los días cuando me levanto por la mañana, si tengo tiempo al mediodía y no salgo a caminar porque llueve y luego algunos días por la noche, pero por la noche menos.

E2

#### 7.4 Sobre los usos

Para analizar los usos de Internet y de las redes sociales que desarrollan nuestras informadoras, hemos utilizado una clasificación propia de estos usos que identificamos en la población en general y que recogemos en las tablas

Establecidos a priori para la población en general los siguientes usos de Internet y de las redes sociales, recogidos en las tablas 7 y 8, se observa que las informadoras practican en mayor o menor medida la diversidad de usos tanto de la red como de las redes sociales.

USOS DE INTERNET	
<b>Comunicación</b>	Leer y escribir correo, mantener videoconferencias, chatear.
<b>Información</b>	Acceder a medios de comunicación, consultar webs o blogs, usar buscadores.
<b>Gestión</b>	Compras, consultas o trámites bancarios, trámites administrativos.
<b>Entretenimiento</b>	Ver televisión, jugar, ver películas o series, programar viajes.
Elaboración propia	

Tabla 10 Usos de Internet



<b>USOS DE LAS REDES SOCIALES</b>	
<b>Comunicación</b>	Contactar con personas conocidas y con las que puedes estar más en contacto, hacer nuevas amistades.
<b>Información</b>	Estar al día de la actualidad social y política, acceder a noticias y a la opinión de otras personas.
<b>Entretención</b>	Pasar el tiempo, disfrutar de un rato ameno, jugar.
<b>Uso político</b>	Tejer redes, relaciones con personas con las que compartes compromisos de tipo político o social. Opinar, comunicar y compartir, expresar opinión al respecto de lo que ocurre, de las noticias u opiniones de las y los demás. Hacer activismo.
Elaboración propia	

**Tabla 11** Usos de las redes sociales

Todas las personas entrevistadas y las informadoras del grupo de discusión realizado afirman conectarse al menos una vez al día y consultar el correo electrónico a diario, siendo esta y las posibilidades de comunicación con los seres queridos que brindan los programas de videoconferencia algunas de las principales motivaciones para el acceso a Internet.

Destaca especialmente el caso de E2, emigrante retornada de Alemania, que utiliza Internet y las redes sociales para mantener el contacto con su familia y sus amistades:

La primera vez de la primera vez fue porque compramos un ordenador porque tenemos nietas fuera, para poder verlas crecer, porque, claro, al estar fuera no las ibas a ver nada más que los veranos que vienen a (...).

E3 señala al respecto del contacto con sus nietos que gracias al uso de una aplicación de videollamada gratuita *cena a diario* con su nieta y su nieto, dos jóvenes estudiantes que residen en Madrid:

Yo lo que más utilizo ahora es el Skype para hablar con los nietos, que los tengo en Madrid. Por eso estoy encantada porque es como si los tuviera en casa. La nieta mía está cenando y al mismo tiempo, a la hora de cenar, ya la llamo yo y parece que está cenando conmigo en casa. (...) Para mí el Skype es ideal, como tenerlos en casa, no los echo de menos.



El explica además cómo utiliza diversos medios y aplicaciones en función de las necesidades comunicativas:

El correo electrónico lo uso con una sobrina que está en Boston y un sobrino que tengo en Alemania, que me mandan fotografías de sus hijos (no textual). Y si considero que tengo que poner dos letras, les contesto.

Pero normalmente utilizo más Facebook y el Skype con mucha frecuencia...  
Con mi hija con mucha frecuencia.

El acceso a la información es uno de los usos principales que las informantes refieren:

Poner una dirección de la que quisiera la información y luego quedas maravillada porque ya tienes ramificaciones, como digo yo. De un sitio entras a otro, y a otro. Yo creo que es muy entretenido para la gente porque yo misma me mandan correos, de paisajes del mundo, de información de medicina, y yo lo mando a gente que yo las animé y que son bastante mayores y están en casa y les viene muy bien para distraerse.

E4

Tenemos.., no sé cómo decirlo, que nos gusta enseñar lo que hacemos, no sé cómo explicarlo. Entonces todo aquel que haga joyas de esas o labores, le hace mucha ilusión enseñarlo por Internet y entonces está así, plagado de blogs para mostrar las cosas, y luego por lo que hizo una hace la otra y (...) Lo vuelvo a decir, un pozo sin fondo de información, o sea que, nada, no se puede prescindir.

GD2

Hombre, yo digo que eso está muy bien, pero, por ejemplo, para mi hija que hizo laboratorio diagnóstico clínico, la pequeña, para tener información de los estudios tienes de todo, hoy lo tienen todo masticado, eso sí lo encuentro muy bien. Ahora a mí no me gusta chatear, ni chatear, ni cartearme, no, eso no. A mí me gusta la información.

E4



En concreto, la búsqueda de información a través de la lectura de la prensa es una de las utilidades con mayor frecuencia aludidas. En este sentido, E2 explica:

Leo el periódico a diario. Ya no compro la prensa. Eso también lo hace mi marido. Estamos al quite a ver quién va primero a leer la prensa. La prensa la leemos toda en español y en alemán, las dos, que es una maravilla. Antes para comprar un periódico en alemán lo había aquí, en Avilés donde está el Alsa, ahora ya no los hay, no sé dónde los hay que comprar ahora. Antes íbamos allí, ahora lo tienes todo, hasta la ciudad donde yo me crié, que es una cosa pequeña, así, como Piedras Blancas... Y leemos toda la prensa, y después para meternos en la ciudad, ver cómo va evolucionando, y después para buscar información, toda clase de información, para eso lo utilizamos los dos mucho.

Son infrecuentes, tal y como esperábamos por la desconfianza relativa a la seguridad, las compras a través de Internet, los trámites administrativos y las gestiones bancarias, aunque sí se dan algunos. No son poco citados usos relacionados con el entretenimiento, el acceso a la televisión, al cine o a los juegos.

Al respecto ahora de los usos de las redes sociales, de nuevo el contacto y la comunicación con los seres queridos son unas de las principales motivaciones:

Cuando me dijeron vamos a abrir una cuenta en Facebook yo creí que había que pagar y dije “no, no, si hay que pagar...” y me dijeron “no, no, una cuenta es... como una especie de ficha donde...” pero casi me lo impusieron porque la familia se relacionaba mediante Facebook. Tenía un sobrino en Alemania, y estaban todos metidos allí, y con mi hija, y era la manera de comunicarnos.

E1

Y la tenía también (familia) en Tailandia, pero ahora se vino a Alemania. Mis hermanos nacieron en Alemania, yo no, yo marché con cuatro años, y ya vine casada y con hijos, pero ellos nacieron allí y siguen allí, solo que mi hermano ahora, por una cuestión de trabajo, se quedó sin trabajo, es ingeniero y se marchó para Inglaterra. Entonces, por Facebook, aunque nos llamamos mucho también, es a diario, a diario, a diario (...).

E2

Empecé pues por eso, tengo un hermano que por motivos laborales tuvo que marchar de España a trabajar a Andorra, y tengo dos sobrinas, una está en





(Universidad de Teesside) Middlesbrough, haciendo CSI (criminología), que acaba ahora, por cierto, y tengo otra que está trabajando en Tarragona, luego tengo familia en México, tengo gente esparcida por el mundo, y entonces empecé teniéndolos a ellos de amigos, luego alguna amiga muy cercana que estaba metida en las redes. No dispongo de muchas amigas más personales que estén metidas en este rollo, solo se dedican a pasear a los nietos y a esas cosas que a mí me aterran, yo soy muy niñera, de hecho si Dios quiere, voy a ser abuela, pero de eso a ser una servil abuela y no tener vida propia... pues entonces a eso me niego rotundamente.

E5

Sobre las amistades o personas agregadas en las redes sociales es representativo lo que afirma E1, el círculo de relaciones virtuales no es demasiado amplio ni excede normalmente el de las amistades reales:

No, no, no muchas (amistades en Facebook). Yo no suelo pedir amistad porque considero que una persona de mi edad, de 65 años, no anda pidiendo amistad por ahí a nadie. Las amigas de mi hija, que se extrañan, está E1 ahí, no suelo decir que no a nadie. Y las amigas que tengo es gente que me lo pidió, no gente que yo pida a nadie.

El acceso a la información, estar al corriente de las noticias y de la actualidad política y social son también usos reiterados, al tiempo que una motivación importante para el acceso a las redes sociales:

Yo voy más allá, para mí ahora mismo las redes sociales son la única fuente de información. Solo hay una. Os voy a poner un ejemplo: el día que se aprobaron los recortes en Grecia, dije, vamos a poner la tele, porque estaban incendiando cosas, había manifestaciones enormes. Telecable, 25.000 cadenas...y no salía en ninguna, tuve que ir a Twitter, a ver cómo la gente de allí ya estaba contando las cosas, subiendo fotografías, expresando sus sentimientos y contando los hechos, y en los medios de comunicación no había absolutamente nada. Yo pienso que es una tendencia que va a ir más allá.

GD4

Y la piscina pues pasado mañana se cierra, cosas que si a lo mejor no paso por allí no voy. Yo primero hago un repaso de todo lo que hay, y te enteras de todo lo que pasa a tu alrededor y de todo.

E2



Que no nos quiten una cosa como el derecho a Internet. (...) ¿Qué me ofrece el derecho a Internet? Pues ayer leí que el día 22 va a haber algo, y el día tal, tal, va a haber cosas, y si estoy en casa, fregando y planchando, y no salgo ese día porque me trae el pan el mi hombre, pues no me enteré de nada. Como la tele va por donde va. (...) Ando por el mundo, leo lo que me interesa, en todo no voy a estar de acuerdo, leo diferentes opiniones y no me quedo tonta.

GD3

Útiles, claro que son útiles, porque que estés en tu casa fregando los platos y en un descanso que te sientes mires y te enteres de lo que está pasando en el mundo, pues tampoco es muy normal porque encima yo no soy de televisión, sólo tengo tele en la habitación, no tengo tele en el salón ni veo la tele. Entonces pues a veces dejo el ordenador abierto y me informo de lo que pasa en el mundo.

E1

Es infrecuente el uso de juegos en las redes sociales, solamente referidos por E5 y GD3:

(...) soy una adicta de la granja de Farmville, que tengo una preocupación porque no se me queme la cosecha, por cumplir con los vecinos, mandándoles los regalos, que a veces... Estos días lo tengo un poco abandonado porque tengo poca gracia, y estoy un poco atorollada ya, y tengo que descansar, pero, sí, sí, también juego.

E3

Sin embargo, son más habituales respuestas como la de E2, en las que se explicita poco interés por este tipo de aplicaciones de entretenimiento:

En principio lo empecé a usar porque mi hijo me mandaba...y yo me cansé de recoger repollos y de que se me pudrieran si no entraba un día, y les dije no chicos. Sin embargo, hay uno que me mandaron el otro día que es para la memoria que es buscar, es también un juego, no me acuerdo ahora el nombre, me lo mandó antes de ayer una prima mía, es para buscar palabras y juegan unos contra otros. Yo nada más que entré una vez, como vea que es de mucho rollo, no, si es para aprender algo, vale, pero esto de buscar repollitos y... No.

## 7.5 Sobre el uso político de las redes sociales

El uso político de las redes sociales tiene para este estudio especial interés por su relación con el ejercicio de la ciudadanía y la de este con la calidad de vida, tal y como se pone de manifiesto en la tabla 5, tomada de Schalock y Verdugo (2003, p. 38), si



atendemos a los indicadores relativos a las dimensiones de la calidad de vida referentes a autodeterminación, inclusión social y derechos:

Desde que estoy en la asociación estoy muy implicada en el tema de mujeres, siempre tratas de lograr cosas para tu barrio, haces actividades, y todo eso yo lo publico. Tenemos una página que se llama Amigos de Prau Pachón, que es de la asociación, y allí publicamos todas las salidas que hacemos, bien viajes de la vocalía, bien reuniones, bien cursos o talleres, todo lo publicamos y casi siempre soy yo la que tiendo a hacer las publicaciones. Por ejemplo hago también los manifiestos cuando hay algún crimen de violencia de género.

(...)

También protesto porque creo que tengo todo el derecho a protestar cuando me veo masacrada, y entonces utilizo las redes sociales para eso, y opino, puesto que mantengo a un montón de gente, considero que tengo todo el derecho de opinar, y de poner a cada uno en su sitio como ellos me ponen a mí, como ahora, por ejemplo. Entonces utilizo el Facebook para todo eso que nos viene muy bien porque te quedas muy pancha. A veces quedas todo el día roncándolo, pero, bueno por lo menos. Eso es a lo menos que tenemos derecho, ¿no?

E5

Y lo que más me interesa del Facebook, es que a mí la política siempre me gustó y fue una manera de entrar en política, y participar y enterarme de cosas.

GD1

(...) la información es un derecho, opinar es un derecho, y luego me fui convenciendo también por otras mujeres que no solo es un derecho, sino que es una obligación, creo que tenemos la obligación de estar ahí, igual que están ellos, decir lo que nos pasa, decir lo que opinamos, cada una como nos parezca, como mejor sepamos.

GD6

Otra cosa es que, aunque yo no sea política, utilizo políticamente las redes sociales todos los días. Por ejemplo, cuando Carmen decía que va a haber una manifestación a favor de la enseñanza pública, pues yo estoy absolutamente de acuerdo con la enseñanza pública, y sé que hay gente que le puede interesar la convocatoria... Bueno, pues ese tipo de cosas, si veo un artículo que es interesante para el resto lo difundo, y eso va haciendo mucha red, sobre todo entre mujeres, porque muchas veces no... O porque estás muy ocupada o porque estás en otras cosas, muchísima gente no se entera de las convocatorias hasta que alguien personalmente las avisa, entonces le prestas más atención.



GD4

## 7.6 Sobre los blogs

Abundando en el uso de carácter político de las redes sociales, por su interés como plataforma estable, en la que es posible expresar opinión u ofrecer contenidos, en un contexto como el de las redes sociales, en el que prima la inmediatez y la brevedad, nos interesa abundar en el conocimiento que las personas objeto de este estudio tienen sobre esta herramienta y sus utilidades.

En este sentido hemos sabido que, aunque alguna de las entrevistadas ha construido su propio blog durante la participación en alguna acción formativa, ninguna lo mantiene activo:

El blog es que hice, hicimos un curso con Ana Rey, que para mí fue el no va a más. Yo creo que debería darnos mucho más porque quedamos en nada, al principio. Porque nos enseñó en esas ocho horas muchísimo. Por lo menos para mí fue una experiencia, a mí me enseñó mucho.

Al principio contábamos así chorradinas, pocas cosas, pero ahora yo quiero empezar a escribir, porque como mucha gente aquí, en España, yo tengo una abuela desaparecida de la guerra y estuve busca, busca, busca y ahora ya la encontré en la memoria histórica y sale como asesinada y son dos hermanas a la vez el mismo día. Entonces ahora que la encontré me gustaría empezar a escribir sobre ello. A eso, a ella y no solamente a ella, también a mas gente que hay desaparecida, un poco así sobre la guerra, la posguerra y más cosas. El blog es muy interesante, puedes escribir muchas cosas, hay mucha gente...

E2

Aunque todas incluso quienes no lo tienen saben qué es un blog y para qué sirve:

Sí, es algo que tiene una persona pública para escribir lo que quiere que se sepa o que le interesa que la gente lea, puede servir para hacerse propaganda o para relacionarse con los demás. Creo que un blog no es una cosa personal, que tiene acceso todo el mundo.

E1

Algo que tienes tú y la gente te escribe a ti. O tú escribes información. Sí, pero, no, no lo tengo.

E4



Y es frecuente que se tengan algunos blogs de cabecera, que se leen con frecuencia y que sirven como fuente alternativa de información:

Entro en el blog de una compañera que escribía cartas al director en LNE y allí pude ver que tenía blog, y entré, me interesa y me gusta, los domingos suelo entrar y leer lo que escribe. Se llama Isabel Fernández Bernaldo de Quirós y la conozco de niña, del colegio.

(...) Antes entraba por su trabajo en el de mi hija, también en el de amigas de mi hija, ue escribían cosas interesantes y bonitas y entraba. También sigo a una nieta de unos amigos que conocí en mis paseos que se dedica al mundo del periodismo y escribe cosas bonitas y que me gustan y también de vez en cuando entro y leo porque es agradable.

E1

Si a diario, me gusta mucho, por ejemplo, Mariló, que escribe, pero, bueno ella es profesora y escribe distinto que yo, ella es profesora y a mí me falta mucho vocabulario, pero, como dice Ana “qué más da, tú escribes como sepas”. Y, sí, suelo leer *Asturianos por el mundo*, me gusta mucho.

Me gusta el blog, yo creo que ahí nos podemos expresar libremente. Y a veces digo yo, y si pongo, aunque todavía no lo empecé, pero es un proyecto que tengo ganas de hacer y si lo voy a hacer, y si me pongo a escribir y la gente me dice, como me dijeron, eso ya es tiempo pasado, bueno, qué más da...

E2

### **7.7 Sobre las políticas y los políticos en las redes sociales**

Para profundizar en el conocimiento acerca del uso de carácter político que las informadoras hacen de las redes sociales, hemos preguntado en concreto sobre la presencia de las políticas y los políticos en las redes sociales y hemos encontrado dos tipos de respuestas, en función del interés que la política tenga para las entrevistadas y de su cultura de participación.

Respuestas como las de E2 y E5, que muestran sus inquietudes por esta cuestión y que incluso siguen a algunas políticas:



(...) me imagino que las personas públicas en la época en que vivimos tienen que tener en las redes sociales... Ah, sí, claro que me comunico, con Diana, que fue la candidata a Alcaldesa de Mieres, ahora hace mucho que no, pero me llegaban las noticias y estaba al tanto de lo que pasaba en Mieres por Diana (...)  
E1

Sí, sí, eso sí lo suelo usar, suelo mirar cómo va el mundillo de la política. (..) Mira, la Alcaldesa de Piedras Blancas. Después hay otro que tiene, pero no me gusta mucho, qué quieres que te diga, es Cascos. Yo leo todo, todo lo que entra, hay una chica que entra mucho y pone todo de política y yo lo leo todo, todo está bien, leerlo y enterarse.  
E2

Sí, y me parece bastante positivo el intercambio de opiniones, aunque hay muchos políticos que solo se dedican a lanzar la pelota al aire y que tu la voltees, que eso no me gusta mucho tampoco, porque el se moja siempre es el de fuera y ellos preservan su... ¿Entiendes, no? Y eso no me gusta mucho.  
E5

Y respuestas del tipo de las de E3 y E4, que, sin embargo, rechazan taxativamente cualquier interés o relación con la política, las políticas y los políticos:

No, no me gusta la política nada.  
E3

Yo por la política no entro.  
E4

En el transcurso del grupo de discusión esta cuestión también fue debatida por GD5 que narra su experiencia como política, y GD4, que hace un análisis crítico de la participación de los políticos y políticas en la red:

Yo creo que ayuda mucho, por ejemplo, en el día a día, cuando haces propuestas de actividades, cuando te toca organizar cosas, es fundamental porque tú ves un poco por el “me gusta”, por los comentarios que te llegan de la gente, si las cosas que estás planteando en un territorio, si funcionan, si gustan o no. Y a mí lo que me permite, es que a veces, cuando una tiene ciertas responsabilidades, no tienes todo el tiempo para hacer esa vida social en la cual puedes hablar con la gente y te diga pues esta actividad no me gusta o no funciona, no la veo para



mí, y con las redes sociales, desde todas las parroquias que hay en el concejo, pues estás también como más accesible. (...) Entonces eso te permite llegar, eres una ventana abierta, es un buzón de las sugerencias, donde tú puedes también recoger opiniones de la gente y compartir.

Entonces cuando hay algunos mensajes, como por ejemplo en épocas como las de ahora, que tú puedes tener ciertos recortes, pues está bien también apretar “me gusta”, pues cosas que yo veo, que comparto, pues las pongo, y entonces también te llega la opinión de la gente, lo que está entendiendo la gente, si les gusta, y eso yo creo que también es fundamental, creo que permite verdaderamente hacer más accesible la democracia, en el sentido de que las personas pueden opinar directamente y si los cargos públicos están accesibles ahí pues podrán escuchar, si quieren, lo que les está diciendo la gente.

GD5

A mí me parece que el tuyo es uno de los pocos casos en el que estás permanentemente a la escucha. Yo estoy muy harta de ver en las redes sociales gente haciendo campaña electoral, y cuando finaliza la campaña electoral desmontan el tenderete, abandonan el blog, la cuenta, la red..., y se ve que eso era una estrategia puramente electoral y que no hay nada de verdad detrás, porque si te interesa la opinión de la gente te interesará siempre, eso en cuanto a la gente que se dedica a la política. No obstante, a mí me da igual y yo cuando les quiero comunicar o quiero expresar cualquier cosa aprovecho esa oportunidad que me dan, pero yo no dejo pasar ni una sola vez que vea a alguien que esté en las redes sociales y no recalárselo, siempre lo digo, porque es algo que no es honesto.

(...) GD6

## **7.8 Sobre el 15 M y la primavera árabe.**

Para seguir avanzando en el conocimiento en torno al uso político de las redes sociales en el caso de las mujeres mayores, nos hemos interesado en el grado de interés y de conocimiento de las entrevistadas al respecto de la utilización de las redes sociales por movimientos como el 15M o la primavera árabe:

De la primavera árabe, estuve informada, sí miraba porque sientes curiosidad, pero no sé si es porque es más cercano estuve más metida en el 15M. Era como una plaga. Allí escribía uno... Era para atraer a la gente joven, para que la gente que hace uso de estas redes estuviese informada de todo lo que pasaba en un minuto o en un segundo. Yo estaba metida en el ajo, vamos. Miraba el ordenador, incluso lo dejaba encendido para ver qué pasaba. Y también cuando



los disturbios en Valencia. Hay veces que tengo el ordenador encendido para ir informándome sobre la marcha.

E1

Sí, sí, claro, a raíz de todo esto fue cuando empezaron a levantarse sobre todo las mujeres de muchos sitios gracias a Twitter y Facebook... Sí, sí, claro. Eso sí que lo sigo, eso me interesa.

E2

Sí, claro que lo oí, estuve muy al loro, aunque era una cosa inevitable porque lo veías en todos los medios y en todos los sitios, veías cómo todo el mundo hablaba del tema. Yo pienso que ahí había mucha tela que cortar porque todo el mundo se aprovechó de ese asunto para reivindicar unos, una cosa y para remover otros, otra.

E6

En coherencia con su respuesta a las cuestiones relativas al uso político de las redes sociales, la respuesta de E3 tiene, sin embargo, otro cariz, explicitando que no tiene interés por seguir la actualidad política ni por movilizarse en este sentido:

No, yo de esas cosas que son de política y de eso yo paso de todo, porque no me gustan las cosas tristes, yo vivo tranquilamente y donde hay una comedia de esas de ir a hacer comedia y que se ría la gente ahí me tienes, ahora, no me mandes ir a un drama, que yo lo que me quede de vida, trabajé mucho, hasta los casi 60 porque lo tuve que dejar antes de tiempo por agotamiento, y ahora quiero vivir lo que me quede bien. No quiero preocupaciones. Está el marido mío que coge el periódico, que si Repsol...y yo no quiero saber nada de todos ellos, ya nos lo arreglarán y ya está.

## **7.9 Sobre la brecha digital de género**

La cuestión de la brecha digital de género fue abordada tanto en las entrevistas como el grupo de discusión, poniendo a debate una breve información referida a la desigual participación de mujeres y hombres en las redes sociales, y preguntado al respecto de la opinión de las informantes sobre esta cuestión y sus razones.

E1 se refiere a la ausencia de corresponsabilidad en el ámbito privado:

A que la mujer tiene menos tiempo, si la participación de las jóvenes es mayor será porque tienen menos responsabilidades, que una persona que sea





relativamente joven, que tenga hijos, que tenga una familia y que trabaje fuera del hogar, y que tenga que llegar a casa, atender a los hijos, hacer las cosas de casa y dejar organizada la casa para el día siguiente, pues poco tiempo va a tener para usar un ordenador.

E2 alude de nuevo al miedo, a la falta de formación e información, y al machismo:

Claro que importa, sobre todo, a partir de mi edad o antes, que no tenemos los críos en casa ya, es muy importante. Y mucha gente porque no sabe, tenemos miedo, tenemos miedo a meternos, porque igual estropeo el ordenador, que me meto aquí y no sé... Yo creo que debería haber más cursos, más información... Y creo que las mujeres deberíamos participar pero bastante más...

(...)

No sé, también puede ser que no las dejan, que digan este mundo es para los hombres y no para las mujeres, como hay tanto machismo... No sé si es por eso, porque por ejemplo mis nietas, la pequeña ya....

E4 se refiere también a la falta de corresponsabilidad en el hogar y en las tareas de cuidado:

Yo pienso que todo será una cadena, que se casan, tienen hijos y ya están... Una vez que tienes hijos estás bastante amarrada. Entre la casa, el cuidar los críos, todo... Porque la mujer no tiene unas horas, claro, si los críos despiertan de noche, si están malos...

Y E6 busca también las razones en la ausencia de hijos o hijas que puedan animar a las mujeres mayores a introducirse en la red, a la falta de una cultura de educación u aprendizaje a lo largo de la vida y al protagonismo que aún hoy tienen las actividades manuales de corte más tradicional en el ocio femenino:

El motivo de que sean muchas menos las mujeres que se dedican a esto es porque en su casa o no tienen hijos o tienen hijos que viven fuera o que ya son mayores, que no han tenido acceso porque creen que a su edad..., dónde voy yo a estas alturas y se acobardan a la hora de empezar a tener conocimientos nuevos respecto de este tema. No sé, la gente todavía no tiene la mentalidad de atreverse a ir a un sitio y de que porque seas mayor y no sepas no pasa nada.

Yo por ejemplo en mi profesión hace muchos años era una persona muy buena en mi profesión pero por ser yo una persona muy buena nunca me sentí endiosada y siempre pensé que es una profesión en la que nunca acabas de completarla porque



cada día aprendes cosas nuevas y una vez tuve una niña conmigo haciendo prácticas que hoy día es la dueña de mi anterior negocio y de ella incluso yo aprendí, y ella acababa de salir de una academia. Con esto quiero decirte que a mí no me avergüenza, y decir ¿yo ya no tengo nada que aprender, qué me van a enseñar a mí estas? No, siempre tienes algo que aprender y hay personas que por el hecho de tener cuarenta o cincuenta años no se atreven a ir a un sitio a aprender, inglés o informática u otra cosa que no sea bolillos, bordar o punto de cruz. Entonces es por eso por lo que hay pocas mujeres todavía que se meten en las redes sociales debido a eso, y a que tampoco tienen nadie que las anime, nadie que las impulse.

En la reunión del grupo de discusión, GD2 alude en concreto a los problemas de acceso y a la ventaja que supone para los varones su mayor presencia en el mercado de trabajo:

Yo creo que las mujeres no tienen acceso a un ordenador en tanta cantidad como los hombres. Hay mucha gente trabajando que tiene en su oficina un ordenador y la mujer en casa no lo tiene. Puede ser una de las causas. Hay mucha gente que en el mismo trabajo aprovecha y tiene su blog y sus cosas en el ordenador del trabajo. Mientras que las mujeres no tienen todas ordenador en casa o no tienen disponibilidad porque tienen que hacer otras cosas.

Cuando GD1 se muestra escéptica, GD 2 responde aludiendo a la ventaja que supone para los hombres haber accedido antes a la tecnología:

En el caso de las mujeres de mi edad, yo creo que somos más las mujeres que lo utilizamos que los hombres.

GD1

No, eso no, porque date cuenta de que empezamos hace cinco años a saber lo que era el ordenador y ellos ya están primero.

GD2

GD 6, por su parte, explicita las siguientes reflexiones al respecto, relacionando la brecha digital de género con la desigual distribución de la carga de cuidado, con la desigualdad y con la falta de referencias y entrenamiento de las mujeres para participar en el espacio público:

Yo creo que estamos menos en Internet por lo que decís, porque la carga del trabajo no remunerado no está repartida de igual manera ni muchísimo en ninguna de las generaciones. Creo que puede haber en algunas generaciones, lo



mejor los chicos de mi edad están más concienciados pero yo por lo que veo, por mi caso y por la gente que conozco, no está equilibrado.

Y por un lado hay otra cosa que en realidad es todo lo mismo, es la desigualdad en todos los aspectos, que las mujeres nos atrevemos menos a opinar porque nunca opinamos, siempre opinaron ellos, por la distinción tradicional de espacios público y doméstico o privado, y entonces estamos todavía haciendo ese camino, que se avanzó, desde luego, pero estamos todavía... E hizo falta, y yo que me consideraba que militaba y además cada vez más conscientemente en el feminismo, y llevo trabajando fuera de casa muchos años..., pero a mí me hizo falta que viniera Montserrat Boix, a mí y a otras más... Yo pensaba: ¿por qué voy a abrir yo un blog? Me parecía presuntuoso. A mí lo de la falta de intimidad me daba igual, porque además eso creo que tú lo manejas como te da la gana, pero me parecía presuntuoso. ¿Pero cómo voy a escribir yo? ¡Qué vanidosa soy!

GD4 hace el siguiente análisis sobre las diferencias entre la participación de mujeres y hombres en Twitter o la blogosfera, como espacios abiertos, y Facebook, como espacio cerrado:

La diferencia que hay entre la participación masculina y femenina en Twitter... Son ellos los que están todo el tiempo en Twitter y son ellos los que tienen los blogs, y nosotras estamos en las redes sociales más tipo Facebook, simplemente porque es un entorno más cerrado, que es al que culturalmente estamos acostumbradas, parece que tenemos una tertulia ahí, donde dejas entrar a quien quieres y a quien no, no. Mientras que cuando te pones a escribir un blog se lo estas contando a toda la humanidad si te quieren visitar y Twitter lo mismo, es un espacio abierto.

Y para concluir también se refiere al rechazo que provoca en muchas mujeres, el aire de masculinización con el que se reviste el mundo tecnológico:

No se organizó nunca una investigación del porqué, pero cuanto más perfil tecnológico, un curso de Linux, por ejemplo, yo ahora mismo tengo uno en marcha con un 10 % mujeres y un 90 % de hombres. Entonces, que hay por un lado esa tradición cultural, por otra parte que cuando muchas mujeres conocieron Internet la primera impresión que tuvieron fue que era un entorno absolutamente masculinizado, donde incluso entras en algunos foros, (...), en algunos entornos que pueden llegar hasta a ser hostiles. (...) Internet no deja de reproducir lo que tenemos en la sociedad, en la calle.



Idea reforzada por GD5, que añade que las mujeres al acceder a las redes, a Internet y las TIC en general ganan un espacio más para hacerse visibles y participar:

(...) y especialmente para las mujeres, que hay una discriminación clara en cuanto a que tardamos más en acceder, que quizá sea un espacio que en cualquier caso parece que informático-técnico-hombre, y no es frecuente que hubiese presencia femenina, claro, entonces también es un espacio que se está ganando y en el cual participamos.

### **7.10 Relación entre el uso de Internet y las redes sociales y la mejora de la calidad de vida.**

Durante las entrevistas y en la reunión del grupo de discusión, hemos encontrado referencias a cada una de las ocho dimensiones de la calidad de vida de Schalock y Verdugo (2003) y a sus respectivos indicadores a nivel de microsistema: bienestar emocional, relaciones personales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos. Véase tabla 8.

#### 7.10.1 Respeto del bienestar emocional

Respecto del bienestar emocional podemos encontrar referencias a la mejora del autoconcepto, la satisfacción, y alusiones a la felicidad y la alegría, todo ello relacionado desde nuestra perspectiva con las sensaciones y sentimientos que provoca la vivencia de una experiencia netamente empoderadora y con capacidad para activar la autoestima de género, definida por Lagarde (2000):

Yo estoy encantada, vaya, si me quitan el ordenador, y ahora que me voy a tener uno pequeñín, que me voy a llevar a todos los lados, a mí me quitan media vida.

E2

No, no, yo perder no pierdo el tiempo porque disfruto de lo que estoy haciendo, disfruto primero hablando con ellos (los nietos) y luego con eso... Yo quiero más, mucho más, que viendo la televisión de noche, yo la tele no la veo.

E3



Y bueno a partir de ahí descubrí un mundo que para mí hasta entonces no había... Ahora ya no recurro a mi hijo a nada, ya me dice él: “mamá, es que ya sabes más que yo”.

E5

Perdería mucha información, estar muy al día, tener mi actividad mental un poco más desarrollada, que ahora tiende a quedar aletargada, se me olvida muchísimo todo, más que lo normal a una mujer de mi edad, y eso también me preocupa. Entonces, por eso también yo trato de... Yo leo ahora un artículo y quiero explicarte dentro de tres cuartos de hora lo que leí y no me acuerdo, y eso me preocupa. Entonces para mí, si perdiera Internet... Es que hace poco no sé qué me pasó en el ordenador, y digo yo: “si me quedo sin ordenador me da mal”. Y dicen: “bueno, calla, mujer, si te quedas sin ordenador...”. Soy capaz de ir a fregar El Muro para comprar otro.

E5

La cafetera funcionando y yo ya estoy a ver qué pasa, realmente cuando se levanta mi marido ya le digo yo todo lo más importante. ¡Qué bueno! ¡Qué vida nos da!

GD3

Yo voy más lejos, mi marido quiere que le enseñe, y yo le digo: tienes que esperar, poco a poco. (...) El ve que es una cosa interesante porque yo no me paro en tonterías, y sabe que soy muy activa, y que eso que me enganchó, el también lo quiere. (...) Él no considera que yo pierda el tiempo, es una cosa buena para los dos.

GD3

Y te da mucha felicidad. Eso de saber, bueno, hoy no es un día aburrido, ya tengo el ordenador, a enchufar, venga la cafetera, y empieza un nuevo día. Y ya, yo soy feliz, que no me pase más nada que yo ya tengo mi vida. Después ya sigo con mis tareas, y después de comer pues ya sigo otro poquitín a ver cómo va el día, y al oscurecer pues ya remato (...).

GD3

Con nuestra edad, si algo supimos después de un tiempo pensamos que ya después no sabemos nada. En su momento supimos algo pero comparado con lo que saben los jóvenes de ahora eso no era nada. Entonces ya pensamos que somos muy ignorantes... Entonces esto, si te metes ahí y llegas a conseguir algo, pues te da como una autoestima muy grande. Eso solo lo reconocen algunos



porque yo por ejemplo con el mi hombre, todo lo que yo hice para él no tiene ningún valor porque lo desconoce, pero el que sabe lo que es dice: “¿pero qué hiciste aquí?”. Entonces eso a mí me da mucha estima o mucha autoestima y eso es una de las cosas que aporta el meterse en Internet.

GD2

#### 7.10.2 Respecto de las relaciones personales

Ya hemos avanzado que las relaciones personales y las cuestiones afectivas, el contacto con amistades y familiares, son algunos de los elementos motivadores principales del acceso a Internet y a las TIC. Esta motivación adquiere una relevancia especial en el caso de E2, por su condición de emigrante retornada:

Sí, compañeros míos de clase. Entonces la clase, que ahora cada tres meses o así hacen una comida, ahora los miro y digo “qué mayores están”, entonces, jolín, yo también estoy mayor y me miro al espejo... Pero claro, como hace tanto tiempo que no nos vemos... Y ves la escuela que la pusieron, ayer pusieron la escuela vieja donde yo estudié. Y son cosas que si no yo no accedería a ellos.

E2

Pero se da también en las demás personas entrevistadas, que aprecian el contacto con sus amistades y seres queridos, apareciendo con frecuencia en las conversaciones del grupo de discusión:

(...) luego he ido haciendo amigos en Facebook, porque no sé por qué la gente empezó a pedirme amistad, a lo mejor al principio no sabías configurar muy bien el tema, o leían comentarios tuyos, pues a lo mejor decían, ah pues esta me mola o esta... Y empecé a hacer muchísimos amigos, pero no tengo amigos de esos con los que nunca cruzas una palabra, esos no los quiero. (...) Pero tengo muchos amigos y creo que tengo muy buenos amigos, incluso. A veces los veo y cuando los miro a los ojos digo, iba a decir un taco..., si hasta te quiero un poco y todo, ya llevamos tres años o cuatro aquí todos los días, y hasta pues coges cariño a la gente, porque es verdad a veces te valen mucho esas personas que hablas cosas, que..., bueno, pues que me gusta.

E5

Por ejemplo, yo tengo ahora una sobrina que marchó para Inglaterra y la verdad es que parece que está en Gijón porque se conecta todos los días, todos los días charlamos un par de frases y no me parece que esté tan lejos. O sea que en ese sentido fenomenal Facebook.

GD2



En unas edades en que estás muchas horas en casa, los hombres salen, van al fútbol, y estás en casa sola, y ya te digo, con esto nunca estarías sola.

GD3

Me localizaron amigos de la infancia, quedamos en encontrarnos este verano, vamos a tener una reunión... !Qué felicidad! Yo el día que me encontré lloré y todo.

GD1

### 7.10.3 Respecto del bienestar material

Es evidente que disponer de cierto nivel de bienestar material, o de vida, es preciso para garantizar el acceso a las TIC, a Internet o a las redes sociales y, al menos, se precisa disponer de un ordenador y de una conexión a Internet. Por tanto, podemos afirmar que esta dimensión de la calidad de vida se da por satisfecha como punto de partida. Pero además, en el transcurso del estudio, las informadoras han hecho algunas alusiones a cómo el acceso a Internet permite un mayor ahorro:

Por ejemplo ahora, con el fallecimiento de mi padre, ellos como estuvieron en Alemania, hubo que hacer mucho papeleo, y a través de Internet, en lugar de andar mandándolo todo por correo, pues lo hicimos todo por Internet, y eso a mí me sirvió muchísimo, precisamente le llegaron a mi madre los papeles y todo para allá por Internet. Y, claro, eso me lo dices a mí hace un año y, buf, alucino en colores. No tenía ni idea. Y, vamos, eso ya lo aprendí, mandar todos los papeles, a la Administración, a mis hermanos, y todo a través de Internet, y, claro, nos ahorró mucho tiempo y también dinero.

E2

No, estaría peor, porque entonces esa cosa que tengo yo, de ir a las nueve a hablar con los nietos, claro..., hablaría por teléfono, pero, claro, lo primero lo que gasto y lo segundo que no los veo. Y ahora los veo, y digo: “ay, solo me falta tocarlos”. ¿Entiendes?

E3

Como bueno que te comunicas con otra gente, por ejemplo, con esa amiga que tengo en Puerto Rico que por teléfono no podría hablar tanto como le escribo, porque todo cuesta mucho, y así estamos en contacto, con los nietos, sobre todo,



porque yo los llamaba mucho y ellos a mi también, pero ahora nada, ahora no gastamos nada y nos vemos y todo, solo falta que nos olamos un poco.

E3

De repente a mí se me ocurre que no iba a gastar 1,20 euros en el periódico y que lo iba a leer (...).

E1

E incluso permite a alguna de las mujeres entrevistadas obtener unos pequeños ingresos, a través de la venta por Internet de sus viejos teléfonos móviles:

Sí, compré, e hice una cosa que nunca había hecho que me lo dijo un vecino mío que tiene quince años. Lo de los móviles, lo de vender los móviles y dije “igual me engañan” y por si acaso abrí una cuenta solo para eso que vendes los móviles viejos. No me acuerdo el nombre. (...) Lo anuncian mucho en la tele, los móviles viejos en vez de tirarlos, yo los mandaba siempre a una ONG, y ahora te dan dinero, pues 200 euros.

E2

#### 7.10.4 Respecto del desarrollo personal

También en lo relativo al desarrollo personal se han hallado coincidencias con los indicadores descritos por Schalock y Verdugo (2003), en lo que tiene que ver con la mejora del nivel educativo y las competencias personales:

Pues que la mujer esté informada y esté al día de lo que pasa en el mundo. Si tuviese tiempo para usar el ordenador y lo emplease para informarse debidamente de lo que pasa fuera de su entorno, de su casa, pues funcionaría mejor el mundo, y la gente sería más culta y estaría más preparada.

E1

Sí, sí, los dos, sí. Para mí fue buenísima la experiencia porque me entretengo mucho, aprendo otras cosas, porque siempre me gustó mucho saber.

E3

Toda la información que tienes, que es muy bueno, que te abre la mente, la comprensión hacia las cosas, es una especie de estudio. Yo estuve estos días analizando eso del aspartamo y quedé horrorizada. Tienes información sobre la leche y la calidad, hay una diferencia terrible de unas marcas a otras, como que unas tienen un 30 % de leche y otras llegan a tener un 90 %. Y es lo que me gusta. Y luego ya si te metes un poco en política mundial ya quedas horrorizada.





E4

Además pasa una cosa, a mí, por ejemplo, me costaba mucho expresarme, hablar en público y me di cuenta que escribiendo me expreso de maravilla, porque a la hora de hablar en público hasta se me olvida y pierdo el hilo, sin embargo si me pongo a escribir parezco una novelista, entonces, ahora observo que también me expreso mejor en público.

GD2

Yo pienso que con 50 años a lo mejor todavía no te conoces a ti misma y al conocer esos mundos que hay resulta que dices tú, yo no sabía que era todo así, o sea que vas descubriéndote a ti misma por medio de lo que lees y de los gustos que vas desarrollando. Se te abren los ojos y dices, pero, bueno, yo estaba aquí, como una tonta, y resulta que yo puedo dar más de sí.

GD2

Es media vida, ¿yo cómo pude vivir sin saber...? No lo sé, qué hice estos años, mucho tiempo perdí.

GD3

#### 7.10.5 Respecto del bienestar físico.

Nos referiremos más bien en este apartado a un concepto de salud más amplio y más relacionado con la calidad de vida y la salud pública que el de *mero* bienestar físico y para ello recogemos las intervenciones en el grupo de discusión de GD4 y GD6, en su calidad de expertas en la materia:

Si pudiéramos quitar prejuicios de muchas cabezas y sobre todo darle la vuelta a lo que muchas personas piensan que son las prioridades de la política, nos daríamos cuenta de que la inversión en esto es tan importante o más, aunque solo sea desde un punto de vista económico, que invertir en que Arcelor siga funcionando, invertir en que haya carreteras, porque, vamos a ver, esto es salud pública. Yo me estoy dando cuenta, vosotras decís, quita penas, quita depresiones... Esto es inversión en salud pública. Una inversión con un coste que al lado de... Ahora que tanto se habla del ahorro en gasto farmacéutico, del copago o del repago.

GD6

Yo estoy totalmente de acuerdo y absolutamente convencida por la experiencia de las clases, que van mujeres que no salían de casa, que no decían ni palabra,



que estaban absolutamente metidas en sí mismas, con pastillas, medicadas y gracias al contacto que fueron estableciendo (...).

GD4

#### 7.10.6 Respecto de la autodeterminación

En referencia a la idea de autodeterminación, de autonomía, de control personal o de capacidad de decisión también son diversas las alusiones encontradas:

Entonces desde que estoy ahí parezco otra mujer, tengo otra actividad, recuperé mi lugar, aquel que inicié con 15 años, y, bueno, me puse un poco más en la onda. Ya te digo que no pienso a veces en enfermedades porque no soy consciente de la edad que tengo, si es que no me entero de la edad que tengo.

E5

Muchas veces mi marido dice “las horas que te tiras ahí, estabas mejor aquí, conmigo” Pues no, yo tengo mi espacio, tú tienes el tuyo, vamos a hacer cosas juntos... Pero según lo mires, pero si no hiciese esto, haría otra cosa, pero yo siempre con mi espacio, pero sí que me faltaría algo muy importante, y no mejoraría, perdería.

E2

Que te abre una puerta al mundo, a todo. Si no quieres ir muy lejos, aquí mismo, a Castrillón, puedes enterarte de todo. Esta amiga mía que no sale mucho se entera de todo, de aquí, de Avilés. Vamos, es que lo que yo digo, te abre una ventana, no una ventana, no, una puerta inmensa, que puedes buscar sin moverte de casa.

E2

Estoy muy agradecida por eso, tengo mi momento y además estoy informada, no estoy como una tonta viendo lo que pongan en la tele porque les da la gana a ellos, yo escojo, lo que quiero ver y lo que quiero hacer.

GD3

Yo creo que se gana mucho en autonomía, por lo que tú comentabas, (GD3) que antes venía tu marido contándote la información que había leído en el periódico en el bar, (GD3: y ahora digo, llegas tarde) pero ahora dices tú: “oye, una manifestación en Oviedo, pues cojo y voy.”

GD6



### 7.10.7 Respecto de la inclusión social

La séptima de las dimensiones de la calidad de vida enumeradas por Schalock y Verdugo (2003) es la inclusión social. Entendiendo que de forma general calidad de vida e inclusión social son conceptos que han de ir necesariamente de la mano, lo dicho hasta ahora para la calidad de vida habría de ser válido para la inclusión social. Aun así, añadimos algunos indicadores específicos, como la participación en actividades de la comunidad y los apoyos encontrados en el entorno.

Al respecto de si las redes sociales facilitan la participación en actividades de la comunidad encontramos las siguientes reflexiones que indican que efectivamente esto es así e Internet sirve de vínculo con la comunidad y hace más accesible la participación en actividades comunitarias:

Sí, sí, aquí lo ponemos todo, por ejemplo, el otro día, yo suelo ir a clases de inglés y ahora hace una temporada que no voy, pues no me comunico con ellas, pues ponemos “mañana tenemos comida en La Dulcería”, y si no entro pues no lo sé. Y la piscina pues pasado mañana se cierra, cosas que si a lo mejor no paso por allí no voy. Yo primero hago un repaso de todo lo que hay, y te enteras de todo lo que pasa a tu alrededor y de todo.

E2

Ah, pues sí, ahora, últimamente puse unos vídeos, porque estamos haciendo una obra de teatro de *Parando en Villalpando*, de Maxi Rodríguez. Somos unas mujeres de aquí, de Piedras Blancas, que empezamos a hacer teatro con la Asociación Dulce Chacón aquí, y entonces todos los vídeos los envío y, bueno, me contestan, y me dicen: “Ah, qué bien lo hacéis.”

E3

Tenemos una página que se llama Amigos de Prau Pachón, que es de la asociación, y allí publicamos todas las salidas que hacemos, bien viajes de la vocalía, bien reuniones, bien cursos o talleres, todo lo publicamos y casi siempre soy yo la que tiendo a hacer las publicaciones. Por ejemplo, hago también los manifiestos cuando hay algún crimen de violencia de género.

E5

Mi madre dice que Internet es como el lavadero de antes.

GD4

Sobre la medida en que las redes sociales pueden ser fuente de apoyos y ayudas, destaca la conversación en el grupo de discusión que reproducimos a continuación y que se



refiere a una cierta cultura de generosidad y altruismo en torno a Internet que emana de la presencia de usuarias y usuarios, más o menos avanzados, ligados al movimiento de fomento del *software* y el conocimiento libres, y que algunos autores han denominado cultura de la participación<sup>12</sup> y otros inteligencia colectiva.<sup>13</sup>

Yo lo que observo en Internet también es que sobre todo hay mujeres, bueno, también hay hombres, que son muy espléndidas, cómo decirlo, que enseñan desinteresadamente, que te enseñan a hacer de todo y gratis.

GD2

Eso es una de las características de las redes sociales, esa red de ayuda mutua que se crea, que pasa cualquier cosa...

GD4

Tienes un problema y no sabes cómo seguir o mismamente se te estropea el ordenador, y dices: ¿yo qué hago ahora? Y entras en cualquier sitio y te dan la solución.

GD2

Hay un capital social importante, que es muy heterogéneo y al final siempre encuentras a alguien que te eche una mano.

GD4

Yo la primera vez que fui consciente de esa generosidad, de que las personas no estamos perdidas del todo, puede parecer una frivolidad, pero fue con Youtube. Hay gente que sube vídeos de música, al principio yo solo usaba Youtube para oír música, porque quiere, porque le apetece compartir. Ya sé que no es ningún esfuerzo, ya sé que es pinchar no sé qué, no sé cuánto, pero hay que hacerlo, para que lo veamos todo el mundo. Esto es a título anecdótico.

GD6

#### 7.10.8 Respecto de los derechos

La última de las dimensiones de la calidad de vida de Schallock y Verdugo (2003) es un concepto muy amplio que bajo la denominación de “derechos” abarca todo lo que tiene

---

<sup>12</sup> Henry Jenkins et al (2006) Recuperado el 3 de junio de 2012. <http://internetaula.ning.com/profiles/blogs/la-cultura-de-la-participacion>.

<sup>13</sup> Pierre Levy (2004). Recuperado el 3 de junio de 2012, <http://pedablogia.wordpress.com/2008/01/28/el-libro-inteligencia-colectiva-de-pierre-levy-ya-puede-leerse-en-la-web/>



que ver con los derechos elementales, entre ellos, la privacidad, la libertad y la dignidad, y en que además nosotras incluimos los derechos de ciudadanía.

La privacidad es un tema recurrente cuando se habla de Internet y las redes sociales, y de este modo ha surgido en las conversaciones con las informantes:

Entonces por Facebook, aunque nos llamamos mucho también, es a diario, a diario, a diario nos mandamos...a veces ponemos cosas si queremos que lo vean los demás familiares, porque lo tenemos muy controlado, por ejemplo, las cosas... A mí me gusta mucho la privacidad en mis cosas. Después las chorradas estas... Hice un bollo de Pascua y lo puse para que lo viera todo el mundo. El primer bollo de Pascua que hice yo, (risas) ahí, con los pitinos y todo el rollo, pero por lo demás sí que me gusta la privacidad.

E2

¡Qué libertad te da y qué intimidad a la vez! (...) Sí, porque dicen una puerta abierta que todo el mundo ve tu vida. No, porque tú tienes tu vida privada y pones lo que quieres.

GD3

GD3 vincula en la misma reflexión los conceptos de libertad e intimidad y reitera además en sucesivas ocasiones su sentimiento de disfrutar de una mayor libertad gracias a Internet y a las redes sociales:

Pero, claro, también se nos hace muy difícil, yo en mi caso con la edad que tengo y solo estudios primarios, trabajé toda la vida, tiempo para mí cero, dos hijas que se llevan once meses, y ahora yo soy libre, con esto me considero libre total. (...)

Pues yo diría, si queréis ser libres: ¡al ordenador! Que vueles todo lo que quieres.

Sobre los derechos de ciudadanía y para concluir este apartado nos parecen especialmente interesantes las siguientes reflexiones de GD4 y GD5, en referencia al derecho a la información, el derecho a la comunicación y el derecho a la participación, y, por último, la alusión a la presencia cada vez más habitual de los servicios electrónicos en la Administración y su relación con la mayor accesibilidad de los servicios públicos:

Yo creo que Facebook es rápido, es intuitivo y recibes de forma inmediata el *feedback*, con lo cual sabes si lo que estás haciendo tiene relevancia y enseguida



te retroalimenta. A la hora de recomendarlo a la gente, yo lo que destacaría es el derecho a la información, el derecho a participar y el derecho a descubrir (...).

GD4

Todo el mundo acaba usando las cosas para lo mismo, para informarse, para comunicarse y para participar, yo creo que esos son los pilares de la red, y de cualquier red, incluso generalizando hacia Internet. Después, con quién te comuniques, por qué y para qué, va mucho en función de los perfiles.

GD5

Y cada día más para acceder a servicios. Mi madre, por ejemplo, nosotras dependemos de un centro de salud periférico, y a hay un solo recepcionista, cuando llamabas aquello era la intemerata, ahora, desde que se puede pedir por Internet, lo entendió rapidísimo. O sea, cosas prácticas, el volante de empadronamiento, lo que sea.

GD4



## 8 CONCLUSIONES

El proceso de envejecimiento y la feminización del colectivo de personas mayores correlacionan de manera directa; a su vez, la calidad de vida está condicionada por el género y este condicionamiento tiene un peso mayor conforme avanzamos hacia y en la ancianidad. La esperanza de vida de las mujeres es mayor, pero también lo es la precariedad de las condiciones en las que estas llegan a la vejez. Son más pobres, más infelices y están más enfermas porque, conforme la vida se agota, pagan las consecuencias de haber entregado la suya al sostén de nuestra sociedad, a la dureza del trabajo que supone la atribución en solitario de la carga del cuidado.

La peor calidad de vida de las mujeres, la ausencia de corresponsabilidad en el espacio doméstico, los condicionantes económicos y sociales inciden en el bienestar, la autonomía y la participación social a medida que avanzamos en la ancianidad. Sin embargo, envejecer es un lujo del que no todas las personas ni todas las sociedades pueden disfrutar y esta etapa de la vida puede entenderse como una oportunidad que debe ser aprovechada en términos de enriquecimiento personal. Más aún en el caso de las mujeres, que en muchas ocasiones disponen casi por primera vez al llegar a la vejez, con la viudedad o la independencia de los hijos o hijas, de un tiempo que pueden dedicar a sí mismas.

Esta situación se produce en nuestros días en un contexto de políticas de promoción del envejecimiento activo — no en vano, 2012 ha sido declarado por la Unión Europea<sup>14</sup> “Año europeo del envejecimiento activo y de la solidaridad intergeneracional”— y de un auge y popularización desconocidos hasta la fecha de las tecnologías de la información y la comunicación, paralelo al desarrollo de lo que ha venido en denominarse la web 2.0.

Ante la existencia de una brecha digital de género, que persiste de forma especial entre las mujeres mayores, entendiéndose que el concepto de envejecimiento activo y la idea de web 2.0 guardan relación con la participación sociopolítica, la ciudadanía activa, el reconocimiento de la diversidad de las personas, la libertad y la autonomía, y las posibilidades de promoción y desarrollo personal, y estas son a su vez ideas implícitas también en la noción de calidad de vida, hemos considerado oportuno y relevante

---

<sup>14</sup> <http://europa.eu/ey2012/ey2012main.jsp?catId=971&langId=es>. Web creada por la UE con motivo de la declaración de 2012 como Año europeo del envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional. Accesible el 20 de marzo de 2012.



avanzar en el conocimiento sobre en qué medida las mujeres mayores se están beneficiando del acceso a Internet y de todas las oportunidades que la web 2.0 ofrece en términos de bienestar y de ejercicio de derechos de ciudadanía, y sobre la incidencia que ello tiene en la mejora de su vida.

Virginia Woolf dice en *Una habitación propia* que toda mujer necesita para escribir dinero y un cuarto propio, pero además hoy necesitaría para poder hacer escuchar sus palabras un ordenador propio y una conexión a Internet. Sin esto, según las propias usuarias reconocen, el acceso a la red, la participación en esta nueva dimensión del espacio público, se dificulta sobremanera.

La comunicación y el contacto con los seres queridos han resultado ser una de las principales motivaciones de las mujeres mayores para aproximarse a Internet y a las redes sociales. Los programas de formación en TIC destacan como *elementos facilitadores* y también lo hacen las coetáneas que actúan como *iguales facilitadoras*, sirviendo de apoyo durante los primeros pasos en la red. Por el contrario, esto no siempre ocurre con los hijos o hijas, que pueden suponer una ayuda pero también un obstáculo para el acceso a las nuevas tecnologías. Estas tres ideas son relevantes de cara a diseñar una estrategia política o un programa de formación para el acercamiento de las mujeres mayores a la Internet y a las herramientas de la web 2.0, enfrentando la brecha digital de género.

El miedo es una palabra recurrente cuando las mujeres mayores se refieren al acceso a las nuevas tecnologías, se habla del miedo a lo desconocido para aludir a los prejuicios, tópicos y mitos creados por el entorno social y familiar al respecto de la dificultad del manejo de los medios tecnológicos, cuestión esta que no afecta según parece a la capacidad de estas mujeres para hacer funcionar a diario un buen número de electrodomésticos, cada día más complejos.

Por el contrario, no es de dificultad la experiencia que relatan las mujeres mayores cuando acceden a las nuevas tecnologías, más bien al contrario, lo es de ausencia de problemas significativos y de rutinas fácilmente interiorizadas con no demasiado entrenamiento. Además, se observa cómo al cabo de un breve periodo, transcurrido tras el primer acceso, se narran usos con cierto nivel de refinamiento y especialización.

Es frecuente el uso del correo electrónico, de las aplicaciones de videoconferencia, tipo Skype, y el acceso a Facebook. Sin embargo, los blogs, como herramienta que permite comunicar, informar y debatir con mayor profundidad, y Twitter, como instrumento de comunicación e información en tiempo real y a nivel universal, aunque resultan conocidas, son asignaturas pendientes, lo que no quiere decir que con un mayor tiempo





de experiencia, tras más entrenamiento, su utilización acabe produciéndose de forma efectiva. Por razón de sus costes, no se da el uso de *smartphones* ni el acceso a Internet desde el móvil.

Además del uso comunicativo para estrechar las relaciones y el contacto con los seres queridos, al que nos hemos referido anteriormente, el acceso a la información es otro de los usos principales referidos y mejor valorados por las mujeres mayores. Abarca desde la lectura de la prensa al seguimiento de las noticias y sus comentarios a través de las redes sociales y el acceso a información en general sobre cuestiones de interés, como la salud y el consumo, o a actividades del entorno comunitario más próximo.

El uso informativo entra en estrecha relación con lo que podríamos denominar una utilización de carácter político de las redes sociales, que por su vinculación con el ejercicio de la ciudadanía activa y el de esta con la noción de calidad de vida nos interesa de manera especial.

Destaca cómo dicho uso de carácter político se da y se explicita con claridad, aunque no en todos, sí en la mayor parte de los casos; y cómo incluso entre aquellas mujeres que no lo verbalizan este se produce de igual modo, en la medida en que las redes sociales sirven de vínculo con la sociedad civil organizada o con problemas de relevancia social.

Opinar no es fácil. Este estudio revela que el poco entrenamiento de las mujeres mayores para la participación en la esfera de lo público (también de las más jóvenes, pero ello no es objeto de este trabajo) tiene su reflejo en el comportamiento de estas en Internet y en las redes sociales. Por ello, aunque de forma indirecta, a través, por ejemplo, de la selección de aquellas informaciones que se comparten, las mujeres mayores estén contribuyendo a la creación de opinión, no es fácil, salvo en aquellas con una abundante cultura política, que se lleguen a formular opiniones de forma explícita, de ahí la escasa participación en la blogosfera y en Twitter.

Sin embargo, queremos insistir en que el hecho de que, aunque formular opiniones no resulta sencillo, no solo es comprensible en las mujeres de las generaciones a las que nos referimos, sino que además puede ser generalizable a la mayoría de la población; y en todo caso, no quiere decir que las mujeres mayores no utilicen las redes sociales para la participación sociopolítica. Sí lo hacen, reiteramos, en la medida en la que se siguen y se difunden informaciones y opiniones de esta índole, y en la medida en la que las redes sociales actúan sirviendo de vínculo con organizaciones sociales, como las que integran el movimiento organizado de mujeres o el movimiento vecinal.



Nos interesaba a su vez conocer la opinión de las propias afectadas al respecto de la brecha digital de género. En este sentido, la ausencia de corresponsabilidad en el ámbito privado, las dobles o triples jornadas, la falta de información y formación, el machismo, la ausencia de una cultura de aprendizaje permanente, el protagonismo en el ocio femenino de las actividades manuales de corte más tradicional, el acceso de los hombres a la tecnología vinculado al empleo y la ausencia de referentes por la masculinización del mundo tecnológico son algunas de las razones citadas.

Sobre la influencia de Internet y las redes sociales en la mejora de la calidad de vida de las mujeres mayores, hemos encontrado referencias a cada una de las ocho dimensiones de la calidad de vida de Schalock y Verdugo (2003), bienestar emocional, relaciones personales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos.

Encontramos que el uso de las nuevas tecnologías, de Internet y de las redes sociales puede actuar de forma positiva en la mejora del autoconcepto y la satisfacción personal, en la medida en que se relaciona con las sensaciones y sentimientos que provoca la vivencia de una experiencia netamente empoderadora, con capacidad para aumentar la autoestima de género, en los términos en los que la define Lagarde (2000), y para crear redes de mujeres.

Ya hemos avanzado que las relaciones personales y las cuestiones afectivas, el contacto con seres queridos, familiares y amistades, son algunos de los elementos motivadores y de los usos principales que las mujeres mayores hacen de las redes sociales. En este sentido y desde una perspectiva crítica, cabría preguntarse si este es un uso emancipador o por el contrario refuerza los roles sociales tradicionales y apoya la construcción de la identidad femenina a través de “los otros”.

Entendemos que el bienestar material es más bien un punto de partida que una situación que se alcance gracias al acceso a la red, en tanto en cuanto solo cuando las necesidades básicas están cubiertas se puede prosperar en la satisfacción y mejora de otras áreas vitales. En cierto modo, lo mismo ocurre con la salud. Es necesario que se den unas condiciones mínimas de salud para acceder a las TIC, pero en este caso además se observa, y las expertas así lo relatan, que puede existir relación entre un mayor bienestar físico y emocional y la utilización de las herramientas de la web 2.0.

El acercamiento a la información, la aproximación al conocimiento, el desarrollo de nuevas y mejores competencias personales, la práctica del aprendizaje permanente también se intensifican con el desenvolvimiento de las mujeres mayores en las redes sociales. El desarrollo personal que de su uso se deriva tiene al tiempo como



consecuencia el refuerzo de la autodeterminación y el empoderamiento de las mujeres mayores, en la medida en que adquieren más autonomía, un mayor control personal o una mayor capacidad de decisión.

En este contexto, y lejos de lo que en ocasiones se afirma sin mayor fundamento en relación con el aislamiento, las redes sociales favorecen la inclusión social, en la medida en que sirven de vínculo con el mundo, al proporcionar tanto información sobre lo que ocurre en lugares muy alejados de aquel en el que nos encontramos como sobre lo que sucede en nuestro contexto próximo, facilitando la participación en actividades del entorno. Además, Internet permite el acceso a la red de apoyo y ayuda mutua creada entre las usuarias y usuarios de las redes sociales y, al mismo tiempo, hace posible que se geste un sentimiento de identificación y pertenencia a una comunidad que puede resultar altamente integrador y al tiempo muy gratificante.

La última de las dimensiones de la calidad de vida de Schalock y Verdugo (2003) es un concepto que, bajo la denominación de derechos, abarca lo que tiene que ver con el ejercicio de los derechos elementales y los derechos de ciudadanía. Referencias a la necesidad de cuidar la privacidad y a la mayor libertad y autonomía experimentadas se reiteran en el estudio. Del mismo modo, podemos afirmar, y además las expertas así lo relatan, que las herramientas de la web 2.0 hacen más accesible el derecho a la información, a la comunicación y a la participación a la población en general y a las mujeres mayores, objeto de este estudio, en particular.

Hasta aquí hemos tratado de dar respuesta a cada una de las preguntas planteadas al inicio de este estudio, concluyendo que, efectivamente, el acceso a Internet y a las herramientas de la web 2.0 influye en la mejora de la calidad de vida de las mujeres mayores. Podemos afirmar que esto es así al menos en el caso de nuestras informantes, pero todo apunta a que estas conclusiones puedan ser generalizables al colectivo de mujeres mayores que responden a este perfil, si bien somos conscientes de que este trabajo es tan solo nuestra primera aproximación al problema, y tal vez la única realizada hasta la fecha, por lo que sería necesario seguir profundizando en la investigación iniciada.



## **9 ANEXO 1. GUIÓN DE ENTREVISTA**

**Esta entrevista forma parte de un estudio que estoy realizando para el trabajo final del Máster en Intervención e Investigación Socioeducativa de la Universidad de Oviedo. Para poder analizar los datos más cómodamente, si das tu permiso, vamos a grabar la entrevista. Los datos serán siempre anónimos.**

**El estudio está centrado en mujeres mayores de 55 años, que fundamentalmente han sido “amas de casa” y que han accedido recientemente a las nuevas tecnologías. Con él pretendemos saber si el uso de las nuevas tecnologías, en concreto de algunas herramientas de Internet y de las redes sociales, mejora la calidad de vida de estas mujeres**

**Tema: Al respecto del acceso y los “disparadores de necesidad”, Castaño (2007). Utilizaríamos las siguientes preguntas alternativas o tanteos.**

Podrías contarme lo que recuerdes sobre la primera vez que usaste nuevas tecnologías. ¿Puedes hablar de tus primeras impresiones y sentimientos al acceder a Internet?

1. ¿Cuándo empezaste a usar las nuevas tecnologías?
2. ¿Cómo empezaste?
3. ¿Por qué empezaste?
4. ¿Quién te animó?
5. ¿Cómo aprendiste? ¿Fue fácil, difícil, trabajoso, lento, rápido, gratificante, frustrante...?
6. ¿Recuerdas qué hacías al principio cuando te conectabas?

**Tema: Sobre el uso de las TICs. Utilizaríamos las siguientes preguntas alternativas o tanteos.**

1. ¿Qué tipo de tecnologías utilizas?
2. ¿Desde dónde accedes a Internet?
3. ¿Tienes ordenador en casa?
4. ¿De qué tipo es? Portátil, PC, tableta...
5. ¿Quién lo usa además de ti? ¿Es tuyo? ¿Lo compartes? ¿Te lo prestan?
6. ¿Accedes a Internet desde el teléfono móvil?
7. ¿Con qué frecuencia te conectas a Internet?



8. ¿Qué haces cuando te conectas? (Más adelante hablaremos en concreto de las redes sociales).

**Comunicarte:** Leer y escribir correo. Mantener videoconferencias. Chatear. ¿Para qué utilizas el *e-mail*, la videoconferencia o los chats? ¿Con quién sueles hablar: familia, amistades, personas desconocidas...?

**Informarte:** Acceder a medios de comunicación, consultar webs o blogs, usar buscadores.

**Gestiones:** Compras, consultas o trámites bancarios, trámites administrativos.

**Entrenerte:** Ver televisión, jugar, ver películas o series, programar viajes.

9. ¿Recuerdas cuándo te conectaste la última vez y qué hiciste?

**Tema: Sobre las redes sociales y la mejora de la calidad de vida. Utilizaríamos las siguientes preguntas alternativas o tanteos.**

Intenta recordar tu primera vez con las redes sociales.

¿Puedes hablar de tus primeras impresiones y sentimientos al acceder a Internet?

1. ¿En qué redes sociales participas y desde cuándo?
2. ¿Tienes blog? ¿Para qué lo usas? ¿Crees que es importante tener un blog?
3. ¿Cómo supiste de las redes sociales?
4. ¿Cómo te animaste a entrar? ¿Quién te animó a entrar?
5. ¿Tienes muchas amigas o amigos?
6. ¿Por lo general es gente que ya conocías o personas con las que has contactado gracias a la red?
7. ¿Con qué frecuencia accedes a las redes sociales? ¿Cuándo fue la última vez que accediste? ¿Recuerdas lo que hiciste?
8. ¿Para qué usas las redes sociales?

**Comunicarte**, con personas a las que conoces y con las que puedes estar más en contacto, para hacer nuevas amistades.

**Entrenerte**, para pasar el tiempo, para jugar.

**Informarte**, estar al día de la actualidad social y política, acceder a noticias y a la opinión de otras personas.

**Tejer redes**, relaciones con personas con las que compartes compromisos de tipo político o social.

**Opinar, comunicar y compartir**, expresar tu opinión al respecto de lo que ocurre a tu alrededor, de las noticias u opiniones de las y los demás.



9. ¿Crees que son útiles las redes sociales?
10. ¿A ti para qué te han servido?
11. ¿Tú experiencia ha sido negativa o positiva?
12. ¿En qué crees que ha cambiado tu vida desde que accedes a Internet y usas las redes sociales?
13. ¿Crees que tu vida mejoraría o empeoraría si mañana perdieras el acceso a Internet y a las redes sociales?

Trataremos de llevar la conversación a términos de bienestar emocional, de aprovechamiento o pérdida de tiempo, de mayor autonomía e independencia, de más o menos libertad, de mayor o menor soledad, de sentirse más acompañada, de dependencia o “enganche”, de mayores posibilidades de expresar tus opiniones, de defender tus derechos, de poder hablar de las cosas que te importan, de expresar y defender tu ideología, de mayores posibilidades de participación en la comunidad...

14. En España la presencia de mujeres en las redes sociales se sitúa en una horquilla entre el 30 % y el 40 %, según la red social de la que se trate. ¿Qué opinas de esto? ¿A qué crees que es debido? ¿Crees que es necesario hacer algo para acortar esta diferencia?



## **10 ANEXO 2. GUION DEL GRUPO DE DISCUSIÓN**

### **1. Presentación y recuerdos sobre la primera vez que usaste las redes sociales.**

Se pedirá a las integrantes del grupo que se presenten y que para ello cuenten sus recuerdos sobre la primera vez que utilizaron las redes sociales. Cuándo fue, cómo, por qué, quién te animó, qué sentiste.

### **2. Diversos usos de Internet y de las redes sociales. Utilidad.**

- Comunicación, contacto con amistades y familiares.
- Entretenimiento, para pasar el tiempo, para jugar.
- Información, estar al día de la actualidad social y política, acceder a noticias y opiniones de otras personas.
- Tejer redes, relaciones con personas con las que se comparte un compromiso político o social.
- Hacer gestiones bancarias o administrativas.
- Comprar.
- Opinar, comunicar, compartir, participar, expresar y crear opinión.

Para provocar la conversación al respecto de estas cuestiones se utilizarán dos vídeos alusivos de corta duración.

El primero de ellos, de 1 minuto 40 segundos de duración, se ofrecerá íntegramente y muestra a mujeres mayores utilizando ordenadores y expresando con frases breves ideas que tienen que ver con el uso de las redes sociales:

- para enredar y enredarnos,
- para mejorar la autoestima,
- para contactar con Gijón,
- para demostrar a mi hija lo que valgo,
- para compartir lo que me interesa,
- para estar con mis compañeras,
- para saber y aprender más,
- para compartir mis aficiones.

<http://www.youtube.com/watch?v=Fc9uy1QpnEI>



Del segundo de ellos, tan solo se proyectará un extracto entre los minutos 2:50 y 3:08 en el que la periodista y creadora del portal *Mujeres en Red*, Montserrat Boix, reflexiona sobre el uso político de las redes sociales.

<http://www.youtube.com/watch?v=VC0QUuOrL7o>

- ¿Es importante este uso?
- ¿Es posible que las redes sociales abran la puerta a la participación sociopolítica o este uso no se va a dar si no hay una trayectoria previa de participación?

### **3. Participación de las mujeres en las redes sociales.**

- ¿Por qué la presencia de mujeres en las redes sociales es inferior a la de los hombres? ¿Por qué no usamos todas las posibilidades de las web 2.0?
- ¿Crees que es necesario impulsar políticas para acortar estas diferencias?
- ¿Qué se pierden las mujeres mayores que no usan Internet y las redes sociales?

En este caso usaremos una diapositiva con datos al respecto de la presencia de mujeres en las redes sociales.





## 11 ANEXO 3. FICHA PERMISOS

Oviedo, 9 de mayo de 2012

### GRUPO DE DISCUSIÓN: MUJERES MAYORES Y TICS

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Municipio: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Profesión: \_\_\_\_\_

Estudios: \_\_\_\_\_

Otra información relevante: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_

**Este grupo de discusión forma parte de un estudio para un trabajo final del Máster en Intervención e Investigación Socioeducativa de la Universidad de Oviedo. Para poder analizar los datos más cómodamente las conversaciones serán grabadas, respetando la confidencialidad de la información.**

**El estudio está centrado en mujeres mayores de 55 años, que fundamentalmente han sido “amas de casa” y que han accedido recientemente a las nuevas tecnologías. Con él pretendemos saber si el uso de las nuevas tecnologías, en concreto de algunas herramientas de Internet y de las redes sociales, mejora la calidad de vida de estas mujeres.**

Al respecto de tu aparición en el estudio, marca la respuesta que estimes oportuna:

- € No quiero que mi nombre aparezca en ningún momento.
- € En caso de que sea necesario usar mi nombre en algún momento, quiero ser citada del modo siguiente:

\_\_\_\_\_



## 12 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### 12.1 Metodología

Alonso, Luis Enrique (1998). *La mirada cualitativa. Una aproximación interpretativa. Fundamentos*. Madrid. Citado en Fueyo Gutiérrez, Aquilina (2000). *Imagen publicitaria y representaciones sociales sobre el sur. Implicaciones en la educación para el desarrollo*. Tesis doctoral. Universidad de Oviedo.

Fueyo Gutiérrez, Aquilina (2000). *Imagen publicitaria y representaciones sociales sobre el sur. Implicaciones en la educación para el desarrollo*. Tesis doctoral. Universidad de Oviedo.

Gil Flores, Javier (1993). *La metodología de investigación mediante grupos de discusión*. Enseñanza and teaching: revista interuniversitaria de didáctica. N°s 10-11. 1992-1993. Pp. 199-214. Recuperado el 1 de mayo de 2012, <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=95670>

Linares Cardoso, Covadonga (2011). *Innovando en el aula de ciencias. La experiencia Palacorre como uso educativo del blog*. Trabajo de investigación. Universidad de Oviedo.

McMillan, James y Schumacher, Rally (2005). *Investigación educativa. Una introducción conceptual*. Pearson. Addison Wesley.

Tojar Hurtado, Juan Carlos (2006). *Investigación cualitativa. Comprender y actuar*. Editorial La Muralla. Madrid.

### 12.2 Web 2.0

AA. VV. (2008). *Mujeres y Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación*. 106. Instituto de la Mujer. Ministerio de Igualdad.

AA. VV. (2010). *La inclusión digital de mujeres y hombres en España*. Universidad Complutense de Madrid. Instituto de la Mujer. Recuperado el 24 de mayo de 2012, [http://www.e-igualdad.net/sites/default/files/Inclusion\\_digital\\_mujeres\\_hombres\\_Espana\\_2010\\_0.pdf](http://www.e-igualdad.net/sites/default/files/Inclusion_digital_mujeres_hombres_Espana_2010_0.pdf)

Boix, Montserrat (2006). *Hackeando el patriarcado: La lucha contra la violencia hacia las mujeres como nexos. Filosofía y práctica de Mujeres en Red desde el ciberfeminismo*



social. Recuperado el 24 de mayo de 2011, <http://www.nodo50.org/mujeresred/spip.php?article880>

Boix, Montserrat (2011). *Enredadas 2.0*. Instituto Asturiano de la Mujer. Recuperado el 24 de mayo de 2011, <http://www.e-institutoasturianodelamujer.com/enredadas20/>

Castaño, Cecilia (2005). *Las mujeres y las nuevas tecnologías de la información. Internet y la trama de nuestra vida*. Alianza Editorial. Madrid.

Castaño, Cecilia (2008). *La segunda brecha digital*. Ediciones Cátedra. Col. Feminismos. Madrid.

Castaño, Cecilia y otros. (2009). *La brecha digital del género: amantes y distantes*. Universidad Complutense de Madrid.

Mernissi, Fatema (2005). *El hilo de Penélope*. Lumen. Barcelona.

ONU (1995). Resoluciones aprobadas en la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer. Recuperado el 25 de mayo de 2012, <http://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/pdf/BDPfA%20S.pdf>

Plant, Sadie (1997). *Ceros + Unos*. Ciencias Sociales. Destino .Barcelona.

Saffon, María Paula. (2007). *El derecho a la comunicación: un derecho emergente*. Bogotá. Centro de Competencia en Comunicación para América Latina. Recuperado el 24 de mayo de 2012, <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=explorer&chrome=true&srcid=0B7KzFi8T7SJqZjU4ZjMzOWItNzNiNi00MDU2LWE1YzctZjBIZWE1Yzk3ZTBm&hl=es>

### 12.3 Envejecimiento y calidad de vida

AA. VV. (2011). *Envejecimiento Activo. Libro Blanco*. Imserso.

Beauvoir de, Simone (1970). *La vejez*. Edhasa. Barcelona.

Edwards, Peggy (2002). *Envejecimiento activo: un marco político*. Organización Mundial de la Salud. Revista especializada de geriatría y gerontología, 37, 74-105. Madrid. Recuperado el 15 marzo de 2012,



<http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>

Freixas Farré, Anna (2002). “Las mujeres queremos ser mayores y poder parecerlo”. En Maquieira D’Angelo, Virginia y otras (2002). *Mujeres mayores en el siglo XXI: de la invisibilidad al protagonismo*. 251-271. Imsero.

Friedan, Betty (2009). *La mística de la feminidad*. Ediciones Cátedra. Col. Feminismos. Madrid.

Instituto Asturiano de la Mujer (2011). *Tiempo Propio: talleres para mujeres mayores de 50 años*. Recuperado el 20 de marzo de 2012, [http://institutoasturianodelamujer.com/iam/wp-content/uploads/2011/05/Tiempo-Propio-folleto-web\\_20112.pdf](http://institutoasturianodelamujer.com/iam/wp-content/uploads/2011/05/Tiempo-Propio-folleto-web_20112.pdf)

Lagarde y de los Ríos, Marcela (2000). *Autoestima y Género*. Cuadernos Inacabados 39, Claves feministas para la autoestima de las mujeres.

Lagarde y de los Ríos, Marcela (2006). *Pacto entre mujeres. Sororidad*. Ponencia. Coordinadora Española para el Lobby Europeo de Mujeres. Recuperado el 20 de marzo de 2012, <http://www.celem.org/pdfs/PONENCIA%20MARCELA%20LAGARDE.pdf>

Lasheras Pérez, Helena (2012). *La agenda de las mujeres 2012*. Horas y Horas Editorial. Madrid.

Maquieira D’Angelo, Virginia y otras (2002). *Mujeres mayores en el siglo XXI: de la invisibilidad al protagonismo*. Imsero.

Mosquera Tenreiro, Carmen, Uría Urraza, Marian, y García Ruíz, Mercedes (2004). *La salud de las mujeres en Asturias. Investigación Cualitativa con Grupos de discusión*. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. Principado de Asturias.

Murillo de la Vega, Soledad (2003). *Cara y cruz del cuidado que donan las mujeres*. En Emakunde (2003). Congreso internacional Sare 2003: Cuidar cuesta, costes y beneficios del cuidado. Recuperado el 15 de mayo de 2012, [http://www.emakunde.euskadi.net/u72-publicac/es/contenidos/informacion/pub\\_jornadas/es\\_emakunde/adjuntos/sare2003\\_es.pdf](http://www.emakunde.euskadi.net/u72-publicac/es/contenidos/informacion/pub_jornadas/es_emakunde/adjuntos/sare2003_es.pdf)



Rodríguez Rodríguez, Pilar (2002). “Mujeres mayores y sistema de género”. En Maquieira D’Angelo, Virginia y otras (2002) *Mujeres mayores en el siglo XXI: de la invisibilidad al protagonismo*. 85-137. Imserso.

Schalock, Robert L y Verdugo Miguel A. (2003). *Calidad de vida: manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales*. Alianza Editorial. Madrid.

Valls- Llobet, Carme, Ojuel Solsona, Julia, López Carrillo, Margarita, Fuentes Pujol, Mercé (2007). *Manifestación y medicalización del malestar de las mujeres*. En Ministerio de Sanidad y Consumo (2007). Programa de Formación de Formadores/as en Perspectiva de Género en Salud. Accesible el 25 de abril de 2012, [http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/05modulo\\_04.pdf](http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/05modulo_04.pdf)

Uría Urraza, Marian (2012). *Mujeres y hombres en Asturias 2012*. Instituto Asturiano de la Mujer. Accesible el 1 de junio de 2012, <http://institutoasturianodelamujer.com/iam/wp-content/uploads/2012/05/Situacion-Mujeres-y-Hombres-Asturias-2012.pdf>

WHOQOL Group (1995). *The World Health Organization Quality of life assessment (WHOQOL)*. Position Paper from the World Health Organization, *Soc. Sci. Med.*, Vol. 41, N.º 10, Pp. 1.403-1.409. Citado en Jiménez Romera, Carlos (2007). *Calidad de Vida*. Recuperado el 25 de mayo de 2012, <http://habitat.aq.upm.es/temas/a-calidad-de-vida.html>