



¿Muy Viejo para Usar las Computadoras?

Por: Elsa M. Orellano, MOT, OTR/L, ATP

¿Es usted un adulto en la edad dorada interesado en aprender a utilizar las computadoras, pero cree que las computadoras solo las pueden entender los jóvenes? ¿Es usted de los que piensa que “no se le puede enseñar trucos nuevos a perros viejos”? Pues sepa usted que las investigaciones indican que los adultos de edad avanzada pueden aprender con éxito nuevos conocimientos. Las mismas indican también que su cerebro puede convertirse más creativo en la edad adulta que cuando era joven. Y si aún no está convencido, piense con qué facilidad usa usted el horno microondas, el celular, la ATH o la cafetera eléctrica. La tecnología ha llegado para quedarse y usarse por todos los ciudadanos, siendo los adultos de edad avanzada mayores de 65 años el grupo de mayor crecimiento en el uso de las computadoras y el Internet.

El uso del Internet por el adulto de edad avanzada resulta en el disfrute de muchos beneficios. Por ejemplo, el uso del correo electrónico permite mantenerse en contacto con los familiares y amigos, disminuyendo la tendencia al aislamiento social y la soledad experimentada por muchos. El navegar por el Internet permite también buscar información específica de temas relevantes al adulto de edad avanzada y participar de grupos de discusión con otras personas que posean intereses similares. Otro uso que se está volviendo muy popular son las compras electrónicas a través de centros comerciales

virtuales. Estas compras a través del Internet eliminan el impacto de tener un impedimento físico, por medio de facilitar el obtener los artículos necesarios, evitando los problemas de accesibilidad a centros comerciales, las largas filas y los problemas en la transportación y estacionamiento. El uso del Internet también le provee acceso a la información de los servicios de agencias gubernamentales y privadas tales como el seguro social, Departamento de Haciendas, Rehabilitación Vocacional, asociaciones y leer las últimas noticias de los periódicos locales e internacionales, entre muchas otras. Otras actividades que se pueden realizar desde la comodidad de su hogar y en el momento del día que usted lo prefiera, son las transacciones bancarias, la obtención de información sobre el estatus de sus cuentas y el pago de agua, luz y teléfono, entre otros. El navegar por el Internet también permite expandir sus horizontes, a través de participar de “tours” virtuales a cualquier lugar del mundo y comprar boletos de viaje en avión o cruceros luego de investigar las mejores ofertas.

Ahora bien, si usted es una persona que tiene un impedimento visual que le limita ver el teclado y el monitor, o tiene un impedimento físico, como el temblor en las manos que no le permite usar el teclado o el ratón, o tiene problemas en la memoria que le dificulta el seguir secuencias múltiples, me place decirle que estas limitaciones no constituyen una barrera para utilizar con éxito las computadoras. Afortunadamente existe una amplia gama de equipos y servicios que permiten el acceso a las computadoras por las personas con impedimentos. Por ejemplo, las personas con limitaciones visuales pueden utilizar un programa que trabaja como una lupa. Estos programas agrandan lo que aparece en la pantalla o magnifican solo una porción de la misma para aumentar la legibilidad. Las personas no videntes pueden utilizar programas lectores de pantalla que verbalizan o

“hablan” todo lo que aparece en la pantalla del monitor, incluyendo los menus, el texto, las puntuaciones y las graficas. Las personas con problemas en el control de sus movimientos pueden utilizar teclados y teclas agrandadas para facilitar el golpear las teclas con mayor precisión. También pueden utilizar ratones adaptados como los “trackballs”, los cuales son una esfera que el usuario hace girar con su mano. Los “trackballs” requieren menor coordinación y destreza que un ratón regular. Las personas con dificultades en la memoria logran éxito en el uso de las computadoras cuando se simplifica y disminuye la cantidad de iconos e información que aparece en la pantalla del monitor. De esta forma solo se deja visible los programas más utilizados por el usuario de la computadora, evitando la confusión y la navegación por menús de secuencias múltiples. También se facilita el acceso a las computadoras a las personas con limitaciones en la lectura, cuando se representa en la pantalla los programas más utilizados con retratos o símbolos. Esta representación elimina la necesidad del usuario de tener que leer para poder acceder sus programas o páginas electrónicas favoritos.

En fin, el aprender a utilizar las computadoras y el navegar por el Internet le provee al adulto de edad avanzada oportunidades para el aprendizaje y crecimiento continuo, facilita la vida independiente, facilita el combatir el aislamiento, crea oportunidades para proveer trabajo voluntario y facilita la obtención de empleos desde la comodidad de su hogar. El acceso que le permite las alternativas de la asistencia tecnológica hace de las computadoras una herramienta efectiva para retomar el control de la vida de los adultos de edad avanzada con impedimentos y ampliar el límite de sus capacidades.