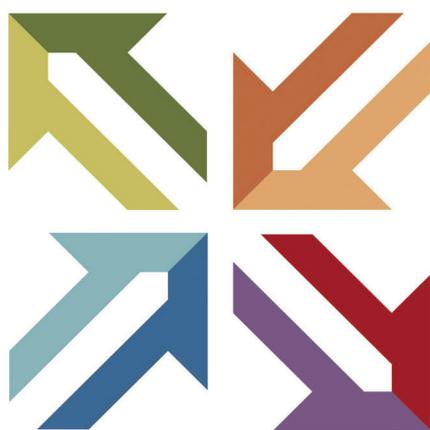


EXT



1º CONGRESO DE **EXTENSIÓN** DE LA **UNCA**

Miradas y aportes para la transformación académica
y social en el Centenario de la Reforma



UNCA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CATAMARCA

Apostamos al futuro

ORGANIZA: Secretaría de Extensión Universitaria / Consejo Asesor de Extensión

Primer Congreso de Extensión Universitaria / Cynthia Elizabeth Agüero ... [et al.] ;
coordinación general de Magini Pablo E.. - 1a ed . - Catamarca : Universidad Nacional de
Catamarca. Secretaría de Extensión Universitaria, 2018.
Memoria USB, Book "app" for Android

ISBN 978-950-746-265-8

1. Extensión Cultural. 2. Universidad. 3. Congreso. I. Agüero, Cynthia Elizabeth II. Pablo E., Magini, coord.
CDD 378.007

TÍTULO DEL TRABAJO:

AMPLIANDO LOS VÍNCULOS SOCIALES DE LOS ADULTOS MAYORES

DATOS DE LOS INTEGRANTES DEL TRABAJO.

INTEGRANTE N°1

Apellidos y Nombres completos: **Lazarte, Ivanna Maricruz**
Institución a la que pertenece: Facultad de Tecnología y Ciencias Aplicadas, UNCA
Correo electrónico: ilazarte@tecno.unca.edu.ar

INTEGRANTE N°2

Apellidos y Nombres completos: **Fernández, Natalia Edith**
Institución a la que pertenece: Facultad de Tecnología y Ciencias Aplicadas, UNCA
Correo electrónico: saa@tecno.unca.edu.ar

INTEGRANTE N°3

Apellidos y Nombres completos: **Cañas, Martha Susana**
Institución a la que pertenece: Facultad de Tecnología y Ciencias Aplicadas, UNCA
Correo electrónico: marthacanas@tecno.unca.edu.ar

RESUMEN DEL TRABAJO

Las redes sociales adquieren día a día mayor importancia en la vida de las personas y son el espacio de interacción social más relevante. A través de estas redes, se forman comunidades virtuales donde sus usuarios interactúan con personas de todo el mundo con quienes encuentran aficiones o intereses en común. Funcionan como una plataforma de comunicaciones que permite conectar gente que se conoce o que desea conocerse, y que les permite compartir fotos y vídeos, entre otros recursos. En sus comienzos, la utilización de las redes sociales se difundió entre los jóvenes, pero en la actualidad, y debido a la mayor disponibilidad que existe para acceder a Internet mediante diversos dispositivos, tales como celulares, netbook, etc., se incrementó notablemente la cantidad de usuarios y el rango de edades de los mismos, siendo el grupo de adultos mayores el de más rápido crecimiento.

El uso de las redes sociales tienen un fuerte impacto en la salud mental y física de las personas, especialmente de los adultos mayores quienes corren mayor riesgo de aislamiento social debido a la jubilación, limitaciones de movilidad que les impide salir más a menudo de sus casas, enfermedades crónicas y otros problemas relacionados con la edad, disminuyendo así la conexión física con los amigos, la familia y la comunidad. Participar en las comunidades virtuales puede ayudar a los adultos mayores a crear o mantener relaciones sociales, disminuyendo así el aislamiento social y la soledad.

Además, los adultos mayores tienen un riesgo elevado de padecer alguna enfermedad que repercuta en el estado de su cognición, y este riesgo aumenta cuando las condiciones ambientales son poco estimulantes. Un factor que puede desempeñar un papel importante en el mantenimiento o la mejora de las funciones cognitivas en los adultos mayores es la interacción social. Las interacciones sociales frecuentes crean una mayor sensación de bienestar, ya que participar en las redes sociales ayuda a los adultos mayores a evitar el deterioro cognitivo, la depresión y el aislamiento. Está demostrado que los adultos mayores que permanecen socialmente activos y cognitivamente involucrados tienen una mejor función cognitiva que los que están aislados y desvinculados. Por lo expresado, las redes sociales deben comenzar a jugar un papel más activo en mantener este grupo demográfico creciente socialmente conectado y así mantener o mejorar la función cognitiva en los adultos mayores.

Teniendo en cuenta los beneficios potenciales que tiene el uso de las redes sociales por parte de los adultos mayores, se requieren de soluciones que permitan la inserción de este grupo demográfico a estas comunidades virtuales para darles participación activa en las mismas, facilitándoles la convivencia y la adaptación a los cambios tecnológicos.

PALABRAS CLAVES

Adultos mayores; compromiso social universitario; redes sociales; Facebook

