



# Envejecer en la era digital: retos y oportunidades para la inclusión

# Introducción

## Objetivos y metodología

## Objetivos

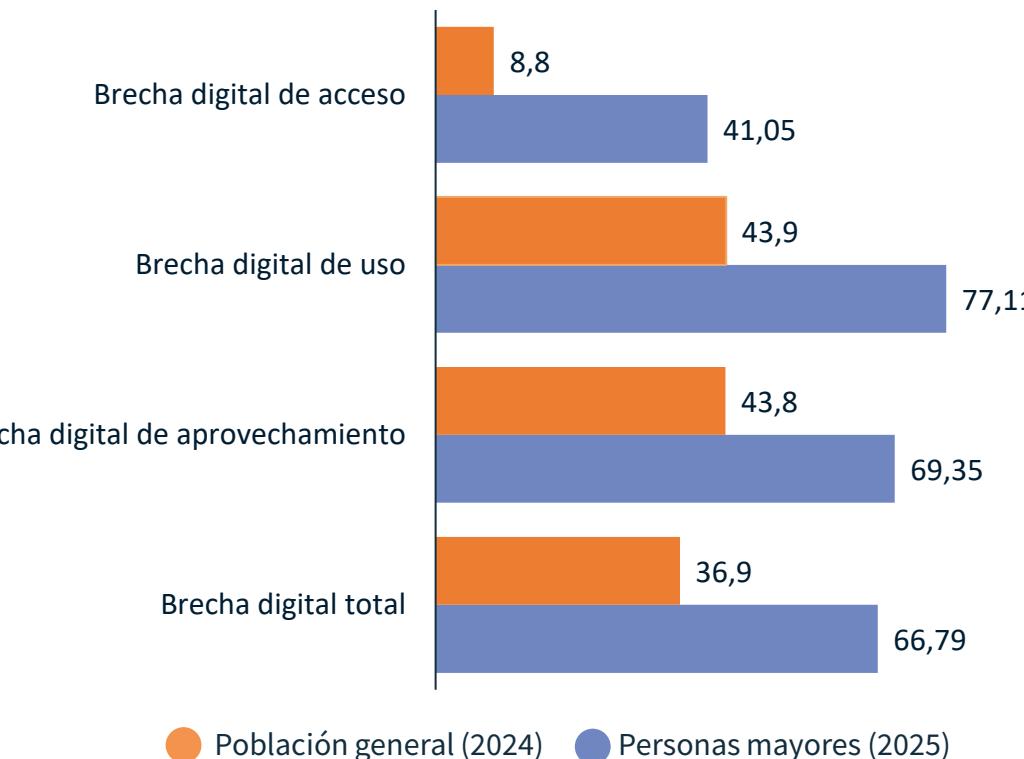
- ➔ Analizar las **desigualdades sociodigitales** entre la población española mayor de 60 años.
- ➔ Generar una base de datos primarios suficiente para el **análisis de las brechas digitales**. Incluyendo grupos de edad no representados en las estadísticas oficiales (+75 años).
- ➔ Aplicar el **Índice IDAUA** al caso concreto de los colectivos de personas mayores.
- ➔ Analizar los discursos en torno a las **desigualdades sociodigitales**.
- ➔ Crear un **decálogo para la inclusión digital** de las personas mayores.

## Metodología



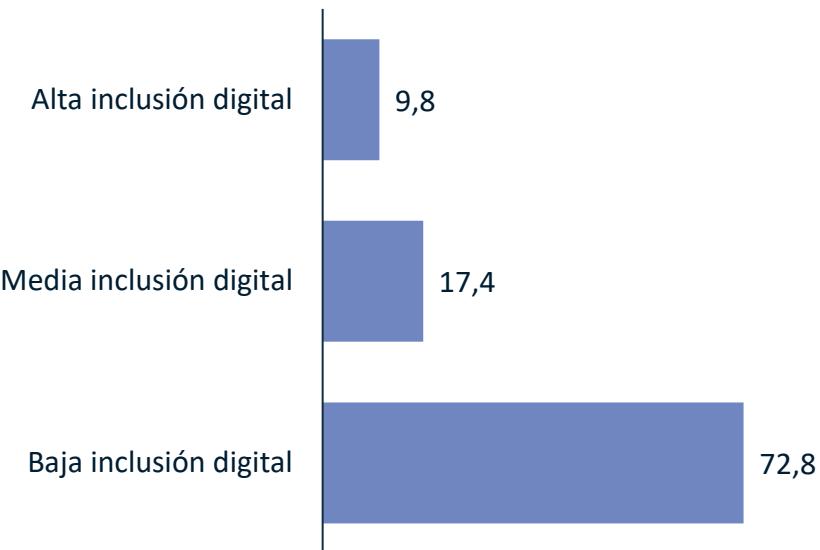
índice  
**IDAU**A

**Comparativa de la magnitud de las brechas digitales según el índice IDAUA entre población general (2024) y población mayor de 60 años (2025) (%)**



Fuente: Encuesta Brecha Digital 2025 y Encuesta Brecha Digital 2024

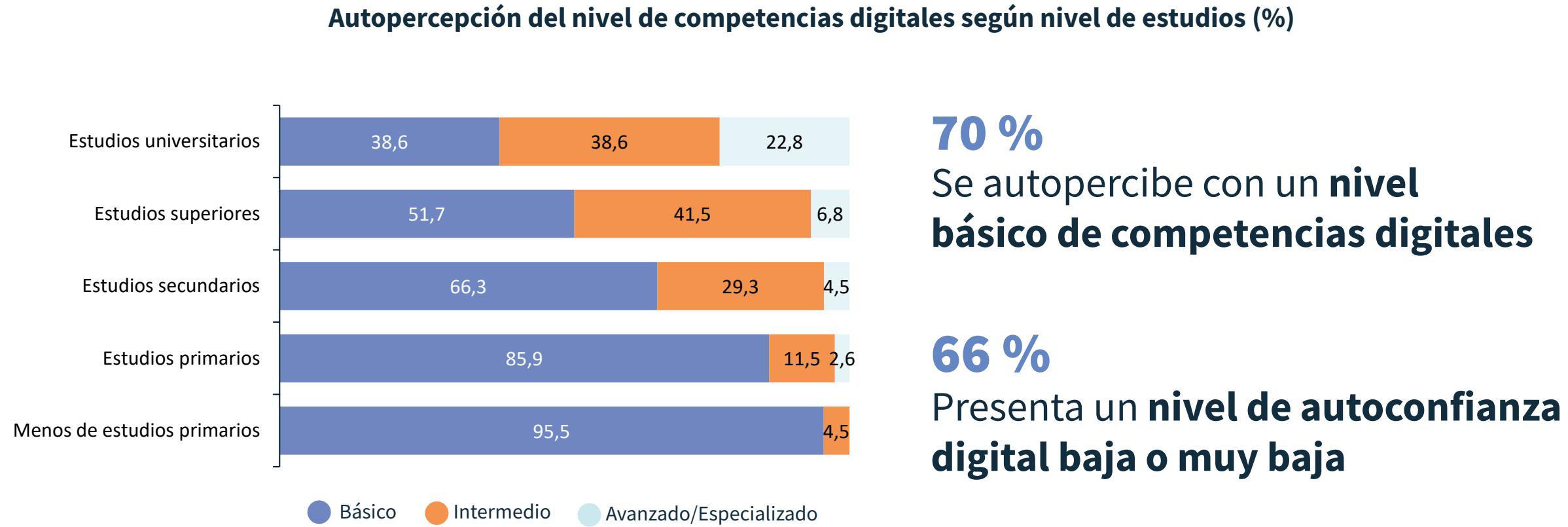
**Distribución de la población de más de 60 años según perfil de inclusión digital (%)**



Fuente: Encuesta Brecha Digital 2025

- ➔ **Acceso:** “**Hace cuatro años nos pusieron una antena de Movistar, parece que va mejor, pero te obliga a ser de Movistar.**” (hombre, 60-70 años, Extremadura)
- ➔ **Uso:** “**Con la edad que tenemos nos estamos quedando analfabetos. Como no nos pongamos al día, nos quedamos atrás.**” (hombre, 60-70 años, Extremadura)
- ➔ **Aprovechamiento:** “**Me gusta entrar al banco por ahí, controlo lo que hay. Estoy muy contenta con eso.**” (mujer, 60-70 años, Extremadura)

# Actitudes hacia las tecnologías



**“Me gusta entrar en internet y resolver gestiones porque no hace falta desplazarse.”** (mujer, 60-70 años, Extremadura)

**“Estoy muy contenta de poder controlar el banco por ahí.”**  
(mujer, 60-70 años, Extremadura)

**“Perdemos la confianza incluso en nosotros mismos, pensamos que no somos capaces.”** (hombre, 60-70 años, Castilla la Mancha)

# Edadismo

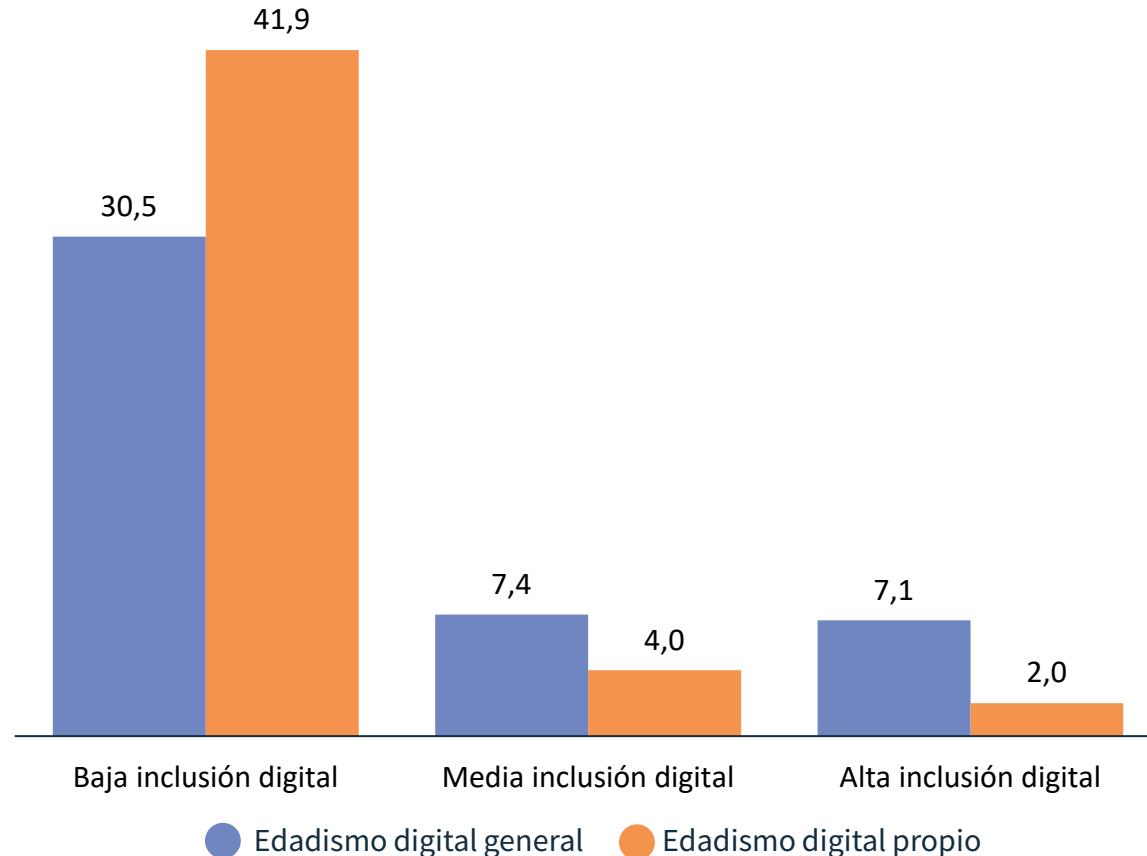
### Edadismos digitales según el grupo de inclusión digital (%)

#### Edadismo propio: 31%

considera que a su edad ya no puede manejarse con la tecnología.

#### Edadismo general: 24%

cree que las personas mayores no pueden aprender.



Fuente: Encuesta de Brecha Digital 2025

## Elementos condicionantes del edadismo digital

1. El acompañamiento  
digital

3. Respuestas institucionales  
a las desigualdades

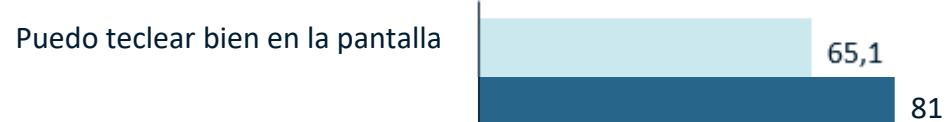
2. Diseño y  
estructuras digitales

**“A veces te lo hacen ellos directamente.  
Dicen: ‘déjalo, ya lo hago yo’. Pero así no  
aprendes.”** (mujer, 60-70 años, Euskadi)

**“Parece que esto no está hecho para  
nosotros.”** (hombre, +70 años,  
Extremadura)

# Accesibilidad y usabilidad

## Accesibilidad: Porcentaje de personas que están Bastante y Muy de acuerdo (%)

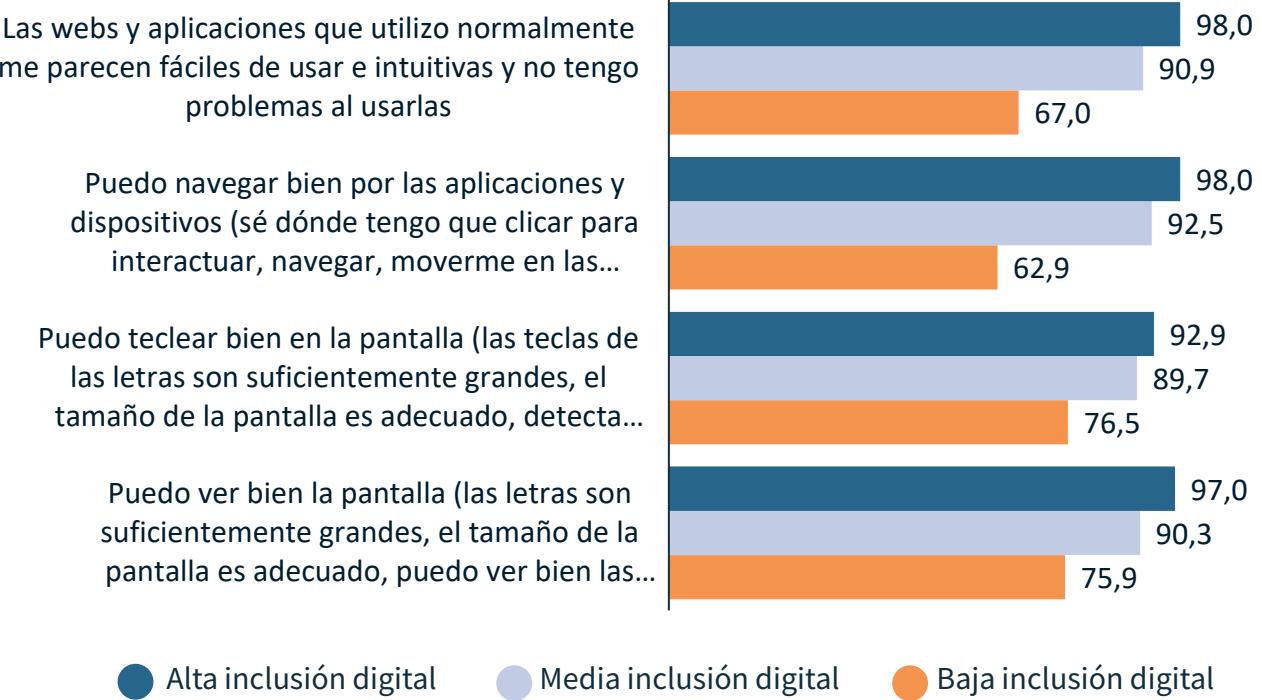


● Población con dificultades para usar las manos

● Población con dificultades para ver

● Población general

## Usabilidad según el grupo de inclusión digital (%)



● Alta inclusión digital

● Media inclusión digital

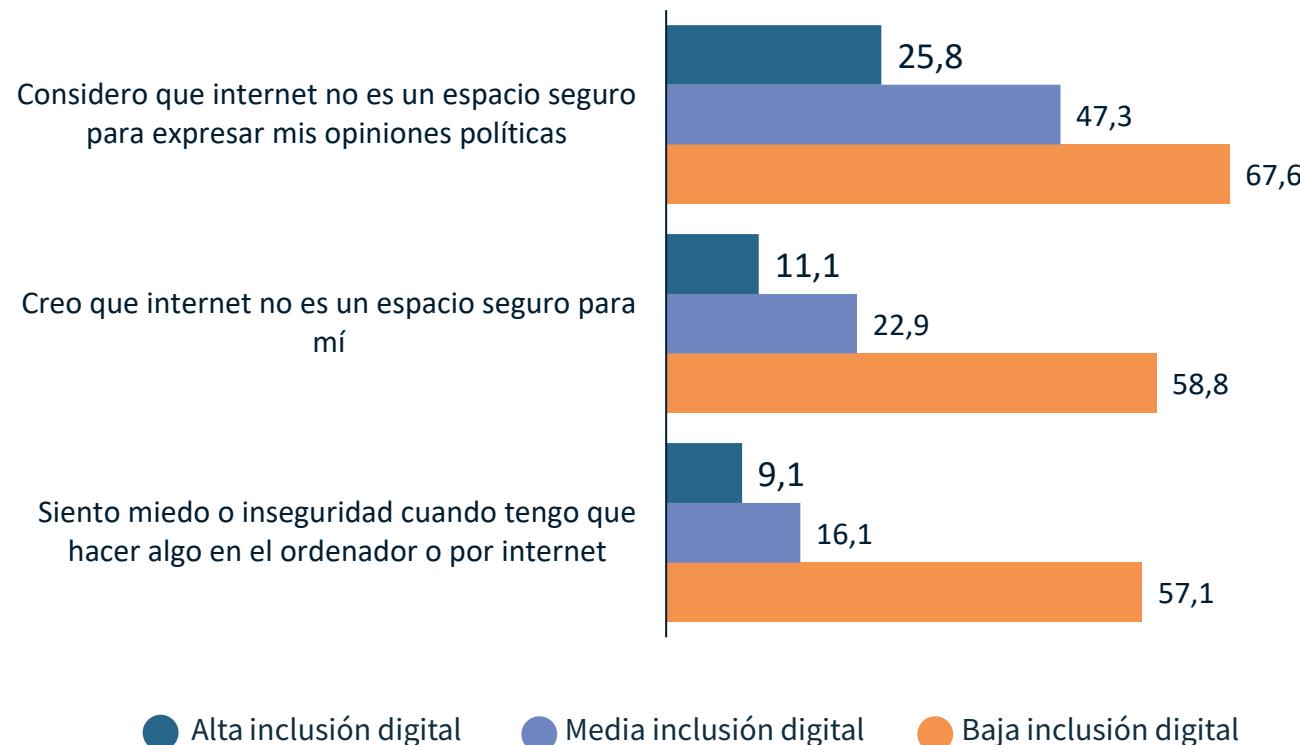
● Baja inclusión digital

**“La tecnología es un beneficio para la sociedad, pero las plataformas y páginas web no son intuitivas para nada. Cualquier trámite que queremos hacer nos tenemos que bajar una aplicación. Cada aplicación es diferente. Para nosotros es farragoso.”** (hombre, 60-70 años, Castilla la Mancha)

**“No son accesibles para nosotros, necesitamos a alguien a nuestro lado diciéndonos y ayudándonos.”** (mujer, 60-70 años, Extremadura)

# Seguridad

## Percepciones sobre seguridad según el grupo de inclusión digital (%)



Fuente: Encuesta de Brecha Digital 2025

**“El miedo hace mucho, te bloquea, sientes frustración y te ves desplazado, excluido.”** (hombre, 60-70 años, Castilla la Mancha)

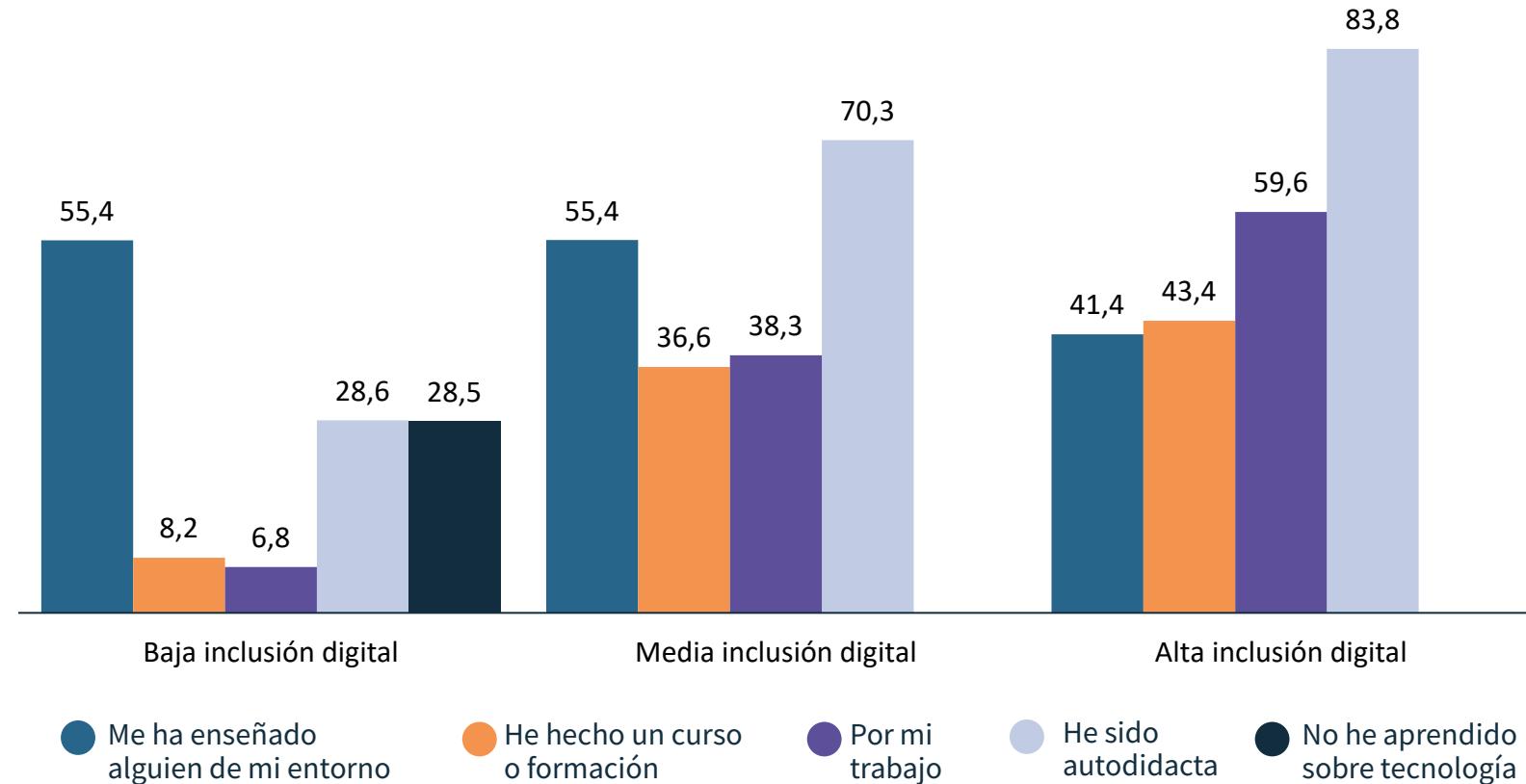
**“Cada día escuchas casos nuevos y te da miedo.”** (hombre, +70 años, Extremadura)

**“Una vez que has sufrido ese engaño, ¿dónde reclamas? En ningún sitio. Nadie nos da respuesta. Te roban y nadie te responde. Hay una falta de compromiso por parte de la administración, que se encarguen y no nos dejen a los más vulnerables solos”.** (hombre, 60-70 años, Castilla la Mancha)

# Formación

**Sólo un 7 % de las personas mayores han realizado algún tipo de formación digital en los últimos 5 años**

**Vía principal de aprendizaje sobre tecnología según el grupo de inclusión digital (%)**



Fuente: Encuesta de Brecha Digital 2025

# Autonomía y dependencia

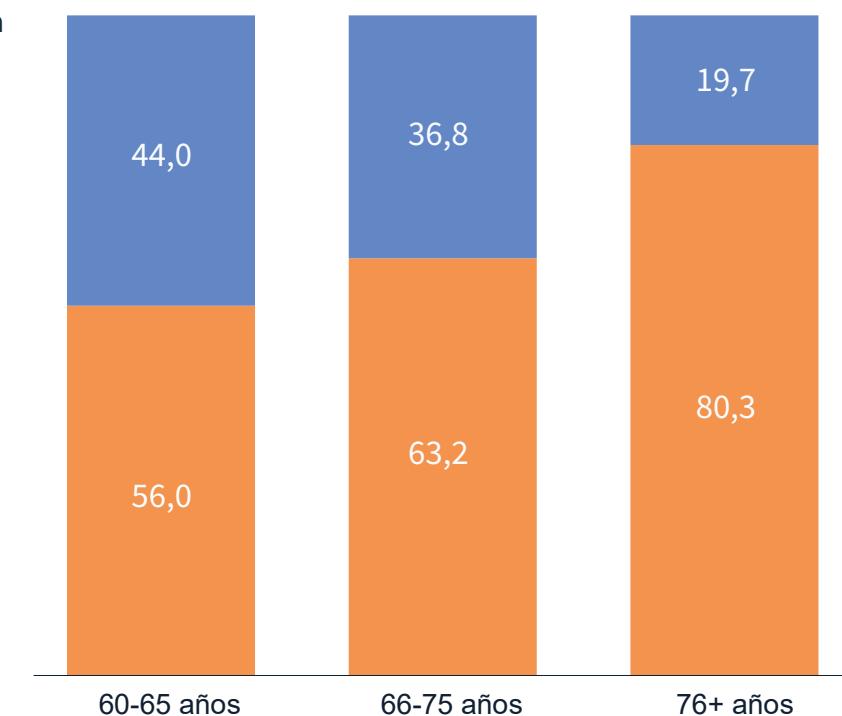
## Población en situación de dependencia digital:

**65,5% de la población mayor de 60 años**

**46% del conjunto de la población española (datos 2024)**

### Autonomía y dependencia digital según grupo de edad (%)

- Dependencia
- Autonomía



Fuente: Encuesta de Brecha Digital 2025

**“La formadora no nos lo hace, nos lo explica, y nos da deberes para casa. Cuando no entiendo algo, lo vuelvo a intentar. Soy machacona.”** (mujer, +70 años, Extremadura)

**“Cuando hago algo mal con el banco son mis hijas las que me lo solucionan. Lo que yo quiero es ir al banco y hablar físicamente con una persona. Dudo mucho y el miedo y la duda... prefiero que me lo hagan.** (hombre, +70 años, Extremadura)

**“Hoy en día no tienes que salir de casa para hacer un trámite, pero las actualizaciones constantes nos lo ponen aún más difícil. La tecnología va más rápido que nosotros, ya sabias hacerlo y de repente ya no”.** (mujer, 60-70 años, Cataluña)

# Mesa redonda



Con el apoyo de:



# Decálogo para la inclusión digital de las personas mayores

- 1. Garantizar** un acceso digital equitativo como derecho básico
- 2. Diseñar** entornos digitales accesibles, usables y pensados para la diversidad
- 3. Combatir** el edadismo digital y su impacto en la autoestima
- 4. Ofrecer formación** digital continuada, contextualizada y pedagógicamente cuidada
- 5. Promover** modelos de acompañamiento digital que generen autonomía, no dependencia
- 6. Desarrollar políticas públicas** sensibles al territorio y a las desigualdades estructurales
- 7. Asegurar una red** estable de puntos de atención y acompañamiento presenciales
- 8. Fortalecer** la seguridad digital como eje central de la inclusión
- 9. Visibilizar** la diversidad de las personas mayores en la cultura digital
- 10. Adoptar un enfoque feminista** e interseccional en la inclusión digital



Con el apoyo de:

