

Tecnología Social para abordar la Soledad No Deseada



Una guía con ideas y soluciones prácticas

Tecnología Social para abordar la Soledad No Deseada

Autor:

Cruz Roja Española



Con la colaboración de Fundación Tecnologías Sociales (TECSOS)



Personas que han trabajado en la elaboración del contenido:

Álvaro Sánchez García

Carmen Cárdenas García

Ana Cristina Hidalgo Montero

Cristina Mexía Belda

Genaro Rodríguez Calatayud

Cristina Álvarez Romero

Depósito legal: M-17981-2024

(©) 2024 . Cruz Roja Española.

Licencia Creative Commons Reconocimiento (CC BY)



Con el apoyo de:



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



Plan de
Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

Tecnología Social para abordar la Soledad No Deseada

Una guía con ideas y soluciones prácticas

Apartados

1

¿Por qué hacemos esta guía? ¿Quiénes somos? ¿Qué te vas a encontrar?

pág. 1

2

La Soledad No Deseada y las personas que la viven.

pág. 7

3

La Tecnología Social como aliada.

pág. 15

4

10 herramientas tecnológicas que ayudan a aliviar la Soledad No Deseada.

pág. 19

5

4 herramientas específicas pilotadas por Cruz Roja Española.

pág. 41

6

Retos para el futuro en este campo.

pág. 45

1

**¿Por qué hacemos
esta guía?
¿Quiénes somos?
¿Qué te vas a
encontrar?**

¿Por qué hacemos esta guía? ¿Quiénes somos?

En esta era digital, donde la conectividad aparentemente lo abarca todo, la soledad persiste como un desafío significativo que afecta a un número creciente de personas.

La **Soledad No Deseada (SND)**, entendida como la falta de conexiones sociales significativas para una persona, ha emergido como una preocupación que afecta a la salud mental y el bienestar emocional de las personas en todo el mundo y nuestro país no es una excepción.

Sin embargo, en este mismo contexto tecnológico, surge una prometedora familia de **soluciones**, las **tecnologías sociales**, que integradas en una **intervención personal, grupal y comunitaria** pueden ser una potente herramienta para abordar las diferentes necesidades expresadas por las personas que viven la SND.

Éste es el planteamiento con el que hemos trabajado en el **proyecto “CRECE: Impulsando las capacidades, competencias y empoderamiento de las personas para la prevención de la institucionalización y la desinstitucionalización”**, un proyecto experimental liderado por **Cruz Roja Española** [1].

CRECE está enfocado a reducir la vivencia de SND en personas que se encuentran en riesgo o situación de exclusión: mujeres víctimas de violencia de género o en riesgo de serlo, jóvenes en situación de extutela, personas mayores y personas sin hogar principalmente.

Entendemos **la SND como un factor de vulnerabilidad**, que puede intensificar factores/condiciones de vulnerabilidad ya existentes. Esta interrelación puede incrementar el riesgo de institucionalización de una persona, especialmente de aquellas en situación o riesgo de exclusión social.

Por ello planteamos que la SND ha de ser tenida en cuenta en **un nuevo modelo de cuidados** así como en las políticas y estrategias dirigidas a prevenir la institucionalización o potenciar la desinstitucionalización en nuestra sociedad.



En Cruz Roja Española, en el proyecto CRECE hemos abordado la SND poniendo a **la persona en el centro de la intervención**, diseñando respuestas (individuales y grupales) enfocadas específicamente a aminorar o reducir esta vivencia e incorporando a otros agentes comunitarios de las **52 localidades** en las que se ha desarrollado el proyecto.

En esta **intervención individual-grupal-comunitaria**, la tecnología social ha jugado un importante papel a través de:

- El **diseño** de las **respuestas tecnológicas** para el abordaje de la SND que más adelante se presentan en este documento.
- **“Orientatech lab”** que nos ha permitido incorporar la experiencia de **Orientatech**, iniciativa de la **Fundación Tecnologías Sociales (TECSOS)** [2] a **CREDEI EspacioCRECE**, una de las líneas de trabajo del proyecto CRECE, físicamente ubicada en el Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas en Situación de Dependencia (Credei) en la ciudad de León [3].

Desde **“Orientatech Lab”**, hemos desarrollado una **doble línea** de trabajo:

- **Asesoramiento** sobre los diferentes productos de tecnología social que pueden cubrir las necesidades de diferentes grupos de personas vulnerables poniendo un especial énfasis en aquellos productos destinados a paliar la Soledad No Deseada y sus consecuencias.
- **Divulgación**, entre grupos de población alejados de la tecnología preferentemente personas mayores, sobre cómo determinados dispositivos tecnológicos pueden ayudarles en su vida cotidiana no sólo en relación a la SND sino también respecto a otras dificultades vinculadas a reducción de autonomía, dificultades sensoriales, etc.

Paralelamente al trabajo desarrollado desde “Orientatech Lab”, la **Fundación TECSOS** ha **analizado** durante el último año numerosos **productos tecnológicos destinados a mitigar las causas de la SND**, la reducción de la autonomía personal o la mejora de la salud emocional.

1

¿Por qué hacemos esta guía? ¿Quiénes somos?

Los resultados de los análisis de productos son publicados en la web www.orientatech.es sirven como referencia para la elaboración de algunos capítulos de esta publicación.

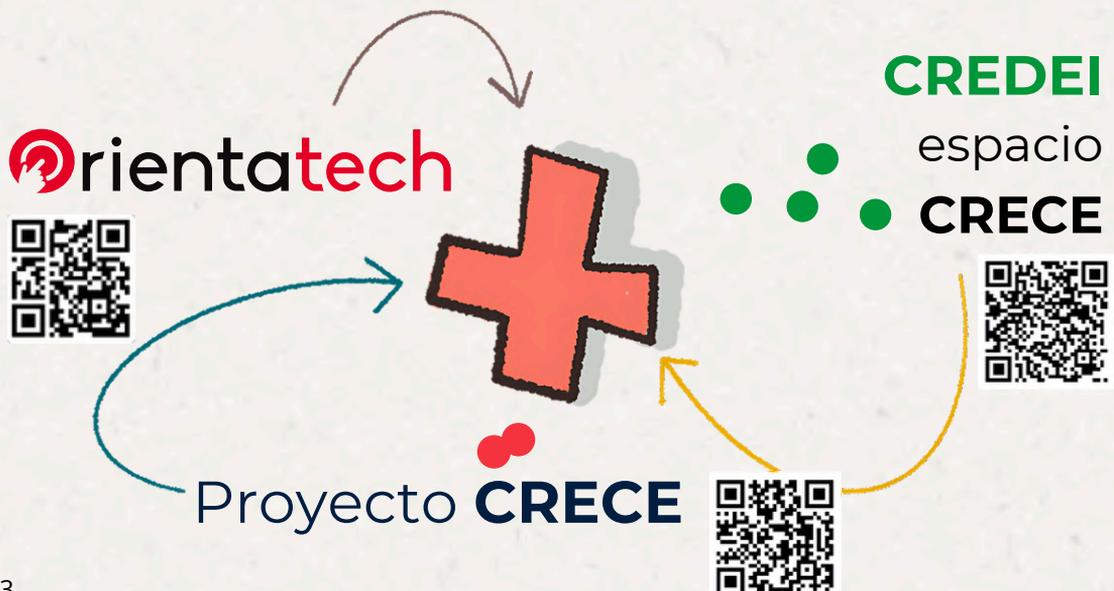
Esta guía busca explorar y presentar un **conjunto diverso de productos y herramientas tecnológicas diseñadas con el propósito de abordar la SND.**

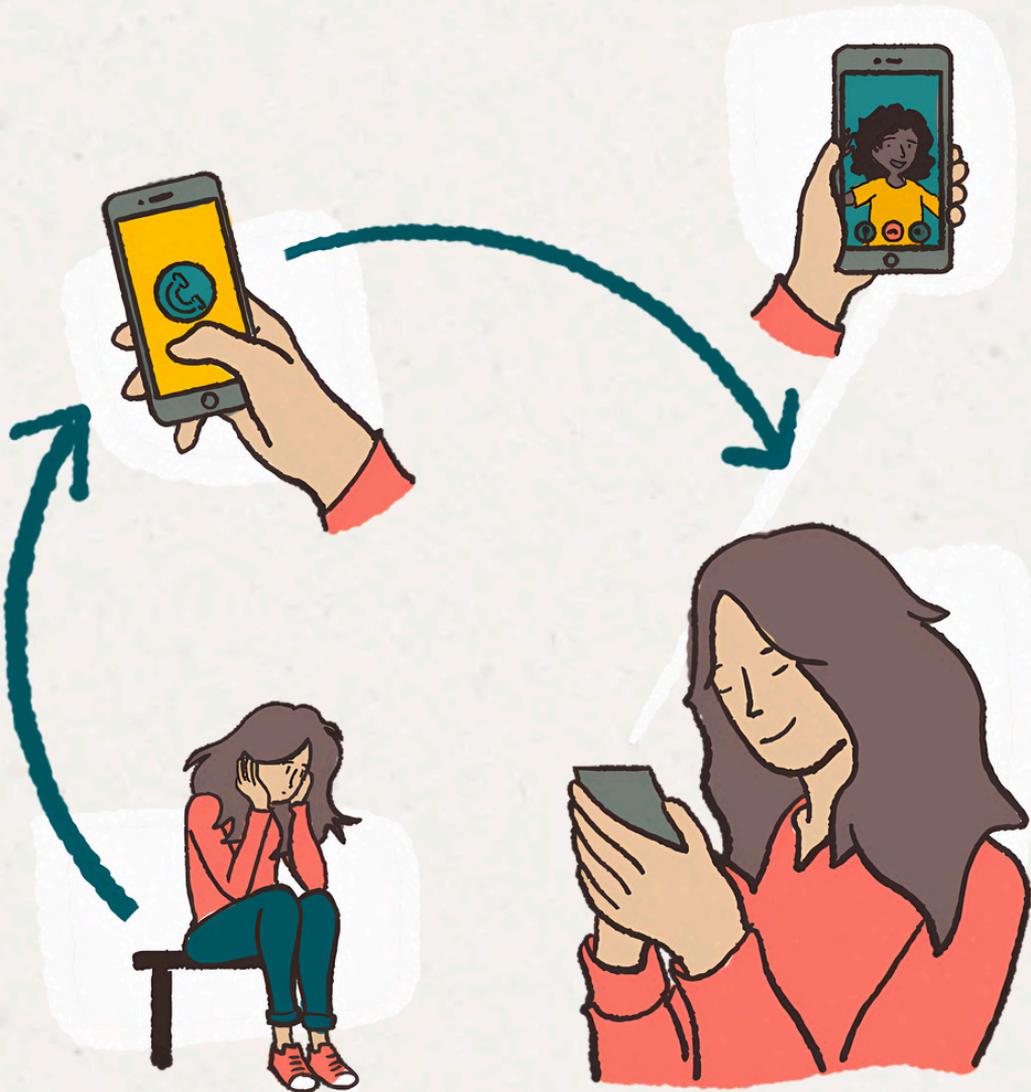
En sus páginas, nos adentraremos en cómo la **tecnología** puede convertirse en una poderosa **aliada** para fomentar la **conexión humana** y construir **relaciones significativas** o en cómo puede aportar soluciones a las consecuencias físicas, mentales o emocionales generadas por la SND.

Inicialmente, nos asomaremos a algunos de los **aspectos más relevantes de la vivencia de SND** y destacaremos **soluciones específicas** que comienzan a demostrar efectividad.

Encontraremos **soluciones diseñadas** no solo para aliviar la soledad, sino para **construir puentes hacia una conexión más auténtica y significativa.**

Este viaje nos invita a reflexionar sobre el **papel transformador** que la **tecnología social** puede desempeñar en la construcción de una sociedad más conectada y solidaria.





[1] Financiado por fondos Next Generation de la Unión Europea a través del plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia y el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

[2] La Fundación Tecnologías Sociales (TECSOS) es una iniciativa de Cruz Roja Española y Fundación Vodafone España que tiene una trayectoria de más de 20 años tratando de abordar este tipo de problemáticas. A través de su proyecto Orientatech, ha realizado un trabajo exhaustivo en el análisis y difusión de productos que pretenden solventar las necesidades de las personas mayores, personas con discapacidad u otros grupos de personas vulnerables.

[3] En el marco del proyecto CRECE, CREDEI EspacioCRECE es el resultado de un protocolo de colaboración firmado entre el IMSERSO y Cruz Roja Española.

1

¿Qué te vas a encontrar?



Te ayudarán a la lectura los siguientes elementos:

- Cada apartado tiene un color que verás en los laterales de las páginas y te ayudará a situarte:



- Hay iconos que simbolizan cosas importantes que te ayudarán a comprender los apartados.



Puntuación que se da a cada herramienta



Explicación de para qué sirve cada herramienta



Forma de registrarse en cada herramienta



Dónde se puede descargar cada herramienta

- Encontrarás ilustraciones y pequeños esquemas que explicarán ideas importantes de una forma sencilla.



- Cada vez que veas un código QR podrás escanearlo para descargar una herramienta tecnológica, para ir a una web... y si estás viendo esta guía en formato digital, podrás pinchar en el enlace que estará al lado para hacer lo mismo.



2

**La Soledad No
Deseada y las
personas que la viven**

2

¿Qué es la SND?

Según el **Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada**, podemos definirla como “la experiencia personal negativa en la que una persona tiene necesidad de comunicarse con otras y percibe carencias en sus relaciones sociales, bien porque tiene menos relación de la que le gustaría o porque las relaciones que tiene no le ofrecen el apoyo emocional que desea”.

El Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada es una iniciativa creada por la **Fundación ONCE** en colaboración con otras entidades, como **Cruz Roja Española**, la **Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP)**, el **Consejo de la Juventud de España** y diversas **organizaciones del Tercer Sector**.

Su objetivo principal es **visibilizar y analizar el problema de la soledad no deseada en España**, proporcionando datos e información de calidad a la sociedad, a las administraciones públicas y a los profesionales que trabajan en este ámbito.

Es precisamente ese **carácter subjetivo y ligado a lo emocional**, lo que diferencia principalmente a la **Soledad No Deseada** del **aislamiento social**, siendo este último más objetivo y por lo tanto más fácil de identificar y cuantificar.

Algunas personas pueden sentirse solas sin estar socialmente aisladas.



Según el **censo de población y viviendas** del Instituto Nacional de Estadística (INE) del año **2021**, el porcentaje de **mayores de 65 años** que viven solos en España se ha disparado más de un 20% en la última década.

Este número llega a superar los **2 millones de personas** siendo más significativo en el caso de las **mujeres** al ser estas un **70%** del total de personas en esta situación.

No son los mayores de 65 los únicos afectados por la SND ya que existen **otros grupos poblacionales** a los que les afecta.

Tampoco podemos afirmar lógicamente que este sentimiento de SND tenga lugar en todas las personas mayores de 65 que viven solas. Muchas cuentan en mayor o menor medida con una **red de familiares o amigos satisfactoria** o simplemente no se ven afligidos por ausencia de la misma.

Este sentimiento puede surgir también en personas institucionalizadas que comparten residencia y actividades diarias con numerosas personas como se aprecia en estudios como '**La soledad no deseada en las personas mayores que viven en residencias: Un estudio exploratorio en la Comunidad Valenciana**' (Vanessa Ibáñez-de Valle y Silvia Corcho et al. 2022).

En dicho estudio se apunta a que esta sensación puede aflorar en estos entornos debido a la **falta de conexiones emocionales profundas**, la **ausencia de familiares y amigos** cercanos o a **dificultades de adaptación** a un nuevo entorno entre otros factores.

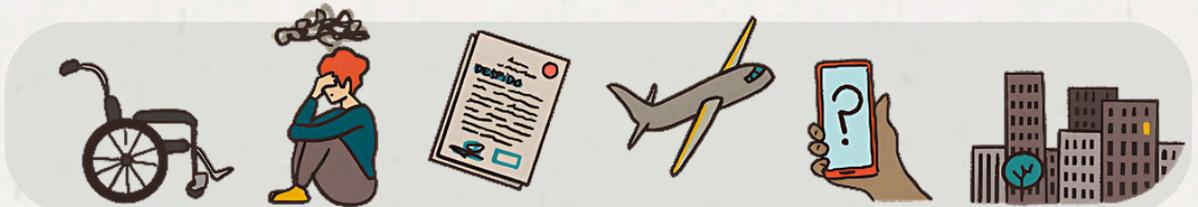
Dentro de aquellas personas que experimentan este sentimiento, se dan a su vez ciertos **condicionamientos sociales** que **dificultan la detección temprana** y la realización de **intervenciones** que faciliten la mitigación.

“La detección de la soledad se enfrenta al gran obstáculo de la **ocultación** por la **vergüenza** de **no haber “conseguido” lo que los modelos sociales preponderantes esperan**: la vinculación saludable y satisfactoria al mundo, el éxito constante. Esto conlleva poner en jaque la posibilidad de normalizar el sentimiento de soledad en cualquier momento del ciclo vital, siendo una barrera que complica profundamente su identificación” (Martinez Pascual.R y Sala Mozos. E 2023).

Existen diversos **factores** que pueden contribuir a **incrementar el sentimiento de SND** de las personas en la sociedad actual, algunos de ellos pueden ser:

- Pérdida de autonomía personal
- Vulnerabilidad económica
- Problemas de salud mental y emocional
- Cambios en la vida laboral
- Ausencia de red familiar o cambios en la estructura familiar
- Barreras en el uso de la tecnología y las nuevas formas de comunicación
- Procesos de migración o cambio de entorno
- Deterioro y abandono de los espacios y servicios en el ámbito rural
- Gentrificación de las ciudades y desaparición de espacios comunitarios

A su vez la SND también conlleva una serie de **consecuencias** en las personas que la sufren entre las que destaca el deterioro de la **salud física, mental y emocional**, y el aumento de **comportamientos y situaciones de riesgo**.



Algunas situaciones cotidianas habituales para las personas que sufren la SND, se corresponden con:

- No tener a quien contarle cómo te sientes de verdad.
- No tener quien te apoye en los momentos difíciles.
- No tener quien te acompañe cuando lo necesitas.
- No tener en quien confiar cuando más te hace falta.



En resumen, la **SND** tiene un **impacto directo en el deterioro de la calidad de vida** de las personas que la padecen y algunas de las casuísticas que la rodean pueden ser a su vez tanto causas como consecuencias de la misma, por ejemplo, el deterioro de la salud emocional.

Con todo lo anteriormente expuesto, se hace evidente **desasociar el sentimiento de SND del grupo de población formado por las personas mayores**, aun siendo éste uno de los grupos en los que la prevalencia de la SND resulte más significativa.

2

¿Quiénes viven la SND?

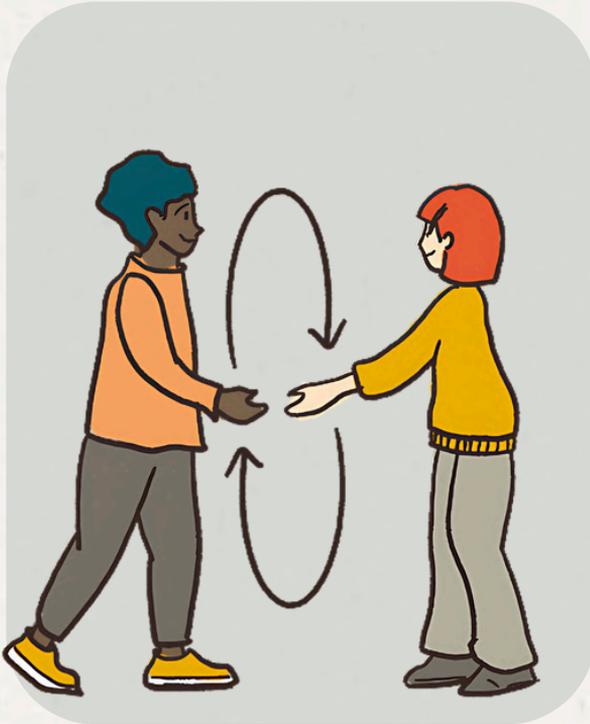
Muchas personas experimentan eventos en su trayectoria vital que pueden interrumpir sus conexiones sociales:

- La maternidad joven
- El desempleo
- La aparición de problemas de movilidad o dependencia
- La jubilación
- El hecho de que los hijos abandonen el hogar
- El duelo por la pérdida de un ser querido
- El divorcio
- La emigración
- La falta de vivienda
- La entrada en prisión
- El ingreso en una residencia o un centro de acogida
- Entrar en situación de pobreza

... entre otros, que pueden ocasionar una pérdida de contacto con el entorno, debilitando las relaciones sociales como son la red social, el apoyo y la participación sociales:

Las redes sociales son las estructuras de las relaciones sociales, donde además del tamaño y la frecuencia de los contactos que tenemos, resulta fundamental tener en cuenta la calidad de estos. Es decir, no sólo es importante la cantidad de contactos que tenemos y las veces que interactuamos, sino la profundidad de la relación que mantenemos y si esta relación es satisfactoria o no para nosotros.





El apoyo social es un proceso transaccional que implica dar y recibir, a través del cual nuestras relaciones nos proporcionan un “espacio” para el intercambio tanto de experiencias emocionales como de apoyo en cuestiones instrumentales del día a día.

La participación social se relaciona con la frecuencia y la calidad de las actividades formales e informales que una persona realiza con los miembros de su red social.



También puede ocurrir que **no exista una causa específica o concreta** y responda únicamente a un estado circunstancial, aun así, la sensación puede ser de incomprensión y desasosiego.

2

Necesidades específicas

Desde el punto de vista de la generación de **soluciones tecnológicas**, las personas que las idean y desarrollan suelen partir de **necesidades del público objetivo** a la hora de implementar soluciones persiguiendo la satisfacción del mismo.

Es infinitamente **complejo** desarrollar soluciones que puedan **resolver de manera integral la totalidad de necesidades** ya que gran parte del éxito de dichas soluciones es que sean **usables, accesibles** y sean **fácilmente aceptadas y aplicadas** por las personas usuarias en su vida diaria.

Para ello, en ocasiones es **necesario acotar el número de funcionalidades, simplificar** las formas de interacción o **segmentar** el público y las casuísticas sobre las que se quiere actuar.

En este **mapa de necesidades** de las personas que sufren **SND** podemos encontrar entre otras las siguientes:

- Conexiones sociales significativas
- Apoyo emocional y en salud mental
- Participación en actividades sociales, recreativas y culturales
- Promoción de la autonomía, confianza y capacidad para crear conexiones sociales por sí mismas
- Integración en grupos o comunidades
- Desarrollo de habilidades sociales
- Acceso a recursos comunitarios
- Autoconocimiento y realización personal
- Alfabetización digital y/o vínculo con las nuevas formas de comunicación e información
- Reducción del estigma

Si bien la anterior lista no recoge todas las necesidades, ya que estas pueden ser muy particulares en función de cada persona, ofrecen una **amplia variedad de líneas** que puede **abordar la tecnología** de cara a mejorar la vida de las personas que sufren la SND.

Un resumen en 5 puntos...

1



La **SND** tiene un carácter subjetivo y está más ligada a lo emocional, mientras que el **aislamiento social** es más objetivo, y por tanto más fácil de identificar y cuantificar.

2

No son los **mayores de 65** los únicos afectados por la Soledad No Deseada ya que existen **otros grupos poblacionales** a los que les afecta.

3



la **SND** tiene un **impacto directo** en el deterioro de la **calidad de vida de las personas** que la padecen y algunas de las casuísticas que la rodean pueden ser a su vez tanto **causas** como **consecuencias** de la misma.



4

Muchas personas experimentan **eventos en su trayectoria vital** que pueden **interrumpir** sus **conexiones sociales**, como la maternidad joven, el desempleo, el divorcio, la jubilación, la emigración, la pobreza...



5

Es infinitamente complejo desarrollar **soluciones tecnológicas** que puedan abordar de manera integral la totalidad de **necesidades de las personas que sufren SND**, como la de conexiones sociales significativas, apoyo emocional, reducción del estigma o alfabetización digital entre otras.



3

La Tecnología Social como aliada

La Tecnología Social como aliada

Existen múltiples campos de **aplicación** de la **tecnología** en el **ámbito social**, entre los que podemos destacar:

- Salud y bienestar
- Educación
- Medio ambiente y sostenibilidad
- Gobernanza y participación ciudadana
- Comunicación y conexión social
- Cultura y patrimonio
- Accesibilidad e inclusión
- Acceso a la información
- Gestión de emergencias

No obstante, en el ámbito del tercer sector y gracias al trabajo desarrollado por sus organizaciones, en los últimos años se han terminado por acuñar los términos de **“Tecnología Social”, “Tecnologías Sociales ”** o **“Tecnología Humanitaria”** para designar al **conjunto de herramientas, aplicaciones, plataformas digitales y soluciones tecnológicas** diseñadas y aplicadas con el propósito específico de **abordar y resolver problemas sociales y humanitarios**.

Estas tecnologías están orientadas a...

- Mejorar la calidad de vida de las personas
- Promover la inclusión social
- Facilitar el acceso a servicios básicos como educación, salud o vivienda
- Contribuir al desarrollo sostenible de comunidades y sociedades

La Tecnología Social busca generar un impacto positivo en la sociedad, y prioriza la equidad, la justicia social y el bienestar de los más vulnerables.

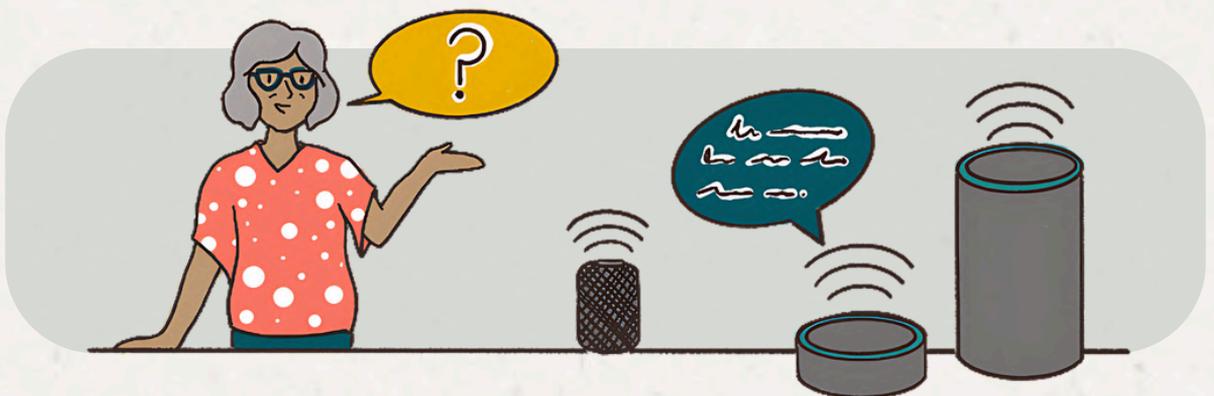
Aunque como se puede intuir no toda la Tecnología Social está basada en los dispositivos móviles, el amplio **desarrollo y despliegue de la tecnología móvil** ha permitido que muchos desarrolladores se basen en esta tecnología para crear de forma más rápida y eficiente aplicaciones que resuelven las **necesidades** de las **personas vulnerables**.

La tecnología móvil es la **plataforma más versátil y rápida para crear soluciones** de tecnología social gracias a su **amplia accesibilidad**, conectividad constante, sensores integrados, facilidad de desarrollo y distribución, **interacción intuitiva** y capacidad de **escalabilidad**. Esto la hace ideal para llegar a una amplia gama de personas usuarias, ofrecer funciones avanzadas y adaptarse a las necesidades cambiantes de las comunidades y personas usuarias.

Es por este motivo que **casi la totalidad de las soluciones** que se presentan en esta guía están **basadas en esa tecnología** o hacen uso de la misma en algún punto de sus procesos de instalación, configuración o gestión.

A pesar de ello, **algunas** pueden encontrar **barreras en su uso** debido a los problemas de **alfabetización digital**. Sin embargo, existen proyectos, líneas de trabajo y soluciones tecnológicas para superar estas barreras, como los asistentes de voz.

Los **asistentes de voz**, como **Siri de Apple, Google Assistant y Amazon Alexa**, ofrecen una forma intuitiva y accesible de interactuar. Permiten a las personas usuarias realizar tareas y acceder a información utilizando **comandos de voz simples**, lo que elimina la necesidad de usar interfaces complejas de pantalla táctil.



La Tecnología Social como aliada

A pesar del progresivo desarrollo del sector de la tecnología social, por el momento **no existe un número muy extenso de productos tecnológicos que aborden de manera directa e integral el problema de la SND.**

Sin embargo, **en los últimos 5 años** debido al esfuerzo de asociaciones, entidades y administraciones por elevar la alerta y poner de relevancia este fenómeno, han comenzado a surgir **soluciones que intentan abordarla** de forma parcial o mitigar alguna de sus causas y consecuencias.

Podríamos agrupar los diferentes productos que existen en las siguientes categorías:

- Comunidades virtuales
- Plataformas informativas sobre eventos y ocio
- Asistentes virtuales
- Aplicaciones de video comunicación y chat
- Restablecimiento o mantenimiento del contacto familiar
- Plataformas de Apoyo emocional
- Mitigación del impacto en la autonomía personal
- Plataformas de juegos y entretenimiento

Adicionalmente, la **tecnología de uso comercial** que no ha sido diseñada para este propósito puede servir en algunos casos para mitigar la SND, facilitar la comunicación o aportar formas de entretenimiento y conexión con otras personas.

Según el estudio '**La tecnología como herramienta de conexión social**' publicado por el Observatorio de la Soledad No Deseada (Joy González-Güeto et al., 2024) "**La mitad de la población española considera que la tecnología sí es útil para que las personas se sientan más y mejor acompañadas.** De las personas entrevistadas, el 50,1% se mostró de acuerdo con ello. Contrariamente a lo que se suele pensar, las **personas con bajo nivel de habilidad digital** tienen una percepción más positiva del potencial de las tecnologías para generar compañía. El 62,3% de las **personas de 65 y más años** creen que puede generar compañía, mientras que solo el 37,9% de los **jóvenes entre 18 y 29 años** piensa lo mismo".

Esto pone de manifiesto la **importancia de abordar la brecha digital** entre los colectivos más propensos a sufrir la SND. Son por tanto la **alfabetización digital y el acceso a la tecnología** algunos de los retos más importantes de cara a abonar el terreno para la adquisición y adopción de posteriores soluciones tecnológicas.

En el siguiente apartado de esta guía se enumeran algunas de las **soluciones concretas** con una explicación detallada sobre sus funcionalidades y características.

En resumen...



1

Se conoce como **Tecnología Social** al conjunto de **herramientas, aplicaciones, plataformas digitales y soluciones** tecnológicas diseñadas y aplicadas con el **propósito** específico de **abordar y resolver problemas sociales y humanitarios**.

2

La **tecnología móvil** es la **plataforma más versátil y rápida** para crear soluciones de tecnología social gracias a su amplia **accesibilidad, conectividad** constante, **sensores** integrados, **facilidad** de desarrollo y distribución, interacción **intuitiva** y capacidad de **escalabilidad**.



3

En los últimos **5 años** han comenzado a surgir **soluciones tecnológicas** que intentan **abordar la SND** o abordar algunas de sus causas y consecuencias.



4

Algunas de las **categorías** en las que se podrían enmarcar los diferentes productos que existen son: **comunidades y asistentes** virtuales, restablecimiento o mantenimiento del **contacto familiar**, plataformas de **apoyo emocional**...



5

Dos de los **retos** más importantes a abordar con los colectivos más propensos a sufrir **SND** son la **alfabetización digital** y el **acceso a la tecnología**.



4

**10 herramientas
tecnológicas que
ayudan a aliviar la
Soledad No Deseada**

4

10 herramientas tecnológicas para la SND

En esta sección, se presentan **diez productos tecnológicos** de diferentes empresas, que en mayor o menor medida son útiles para abordar la SND desde diversas perspectivas.

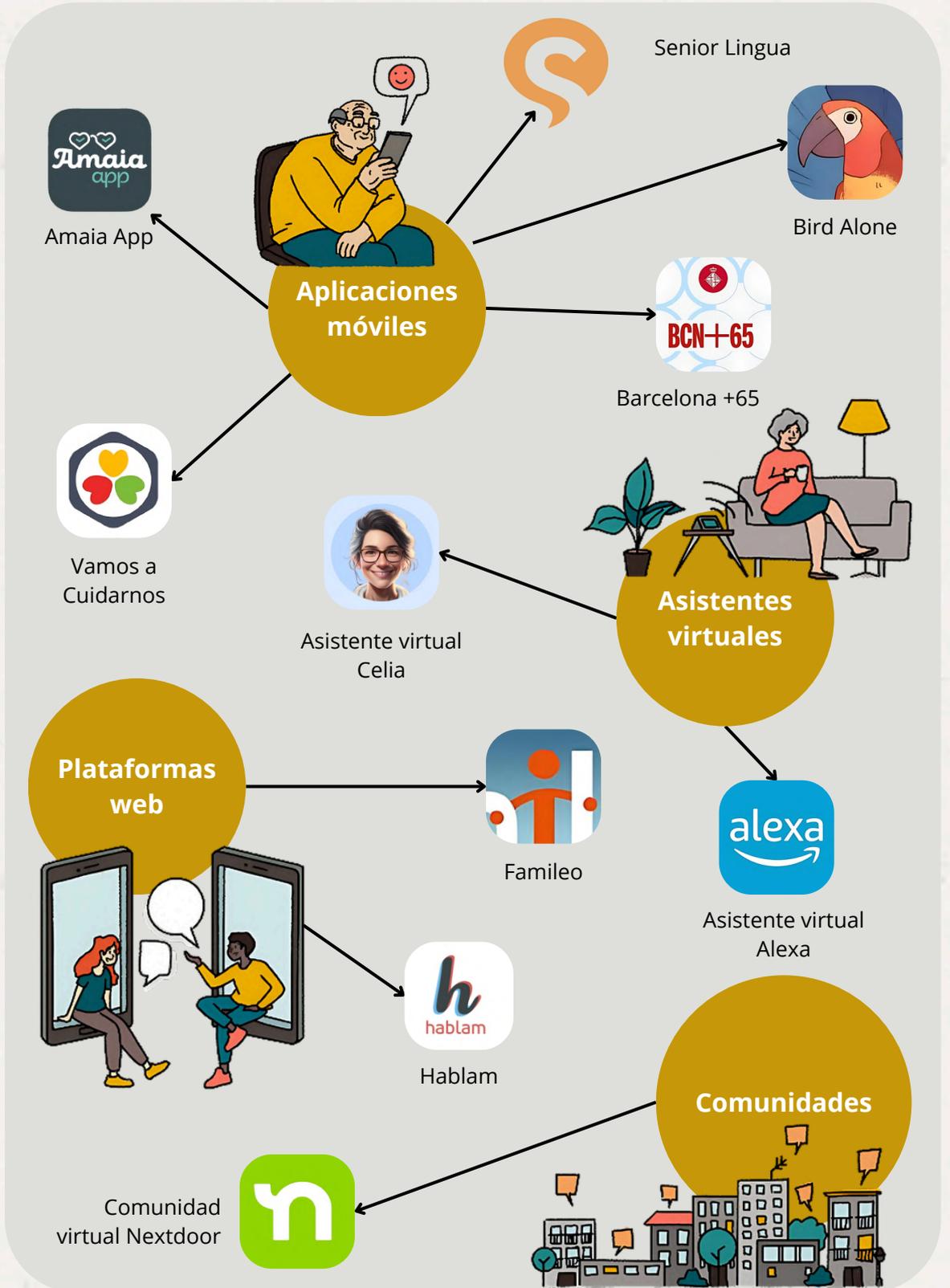
Estos productos **incluyen aplicaciones móviles, asistentes virtuales o comunidades virtuales** que facilitan la conexión social, promueven la autonomía o proporcionan apoyo emocional.

Todos estos productos han sido **probados y evaluados** en el proyecto **Orientatech**, donde se realizaron pruebas exhaustivas para garantizar su eficacia, fiabilidad, accesibilidad y utilidad.

Para una consulta más detallada, se adjuntan **enlaces a las revisiones completas** de cada producto en Orientatech, donde se pueden encontrar más detalles sobre sus características y resultados de sus pruebas.

Es importante destacar que, aunque estos productos ofrecen herramientas prácticas y accesibles, **su efectividad depende en gran medida del apoyo y la intervención humana.**

La tecnología, por sí sola, puede ofrecer soluciones innovadoras, pero es la interacción humana la que realmente potencia sus beneficios. Las **personas detrás de la tecnología son esenciales** para personalizar la experiencia, y fomentar un uso adecuado y sostenido de estas herramientas. Sin este **componente humano**, los efectos de la tecnología en la lucha contra la SND pueden ser muy reducidos.



Amaia App



1 Qué es

Amaia es un conjunto de dos aplicaciones, **Amaia App** y **Amaia Conecta**, cuyo objetivo principal es prevenir la soledad no deseada en las **personas mayores**.

Amaia facilita la **conexión** de estas personas **con sus seres queridos**, especialmente familiares, a través de una tecnología accesible.

2 Para qué sirve

Para que familiares y personas mayores puedan compartir contenido usando su propia aplicación adaptada. En el caso de **Amaia Conecta**, se enfoca a usuarios/as en residencias.

En Amaia App

- Se pueden **compartir fotos y mensajes** y ver las imágenes que se van subiendo. La app da **sugerencias** sobre contenido a compartir, ideas y motivación.
- Se puede crear una **historia de vida** de la persona mayor y subir fotos y vídeos de momentos significativos de su vida.
- Se muestra el **álbum de fotos y vídeos compartidos**, la **lista de las personas** componentes del grupo familiar y un **chat** donde pueden comunicarse entre todos.

En Amaia Conecta



- Cada residente tiene un usuario y puede acceder a su propio contenido, haciendo clic en él. **Se garantiza la privacidad** del acceso a través de un código que sólo tiene el personal de la residencia.
- Hay una **sección de consulta para el personal**, donde aparecen los gustos, preferencias y datos de interés de la persona mayor para lograr una atención más personalizada. Son los familiares quienes incluyen estos datos.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 5/5 

Las aplicaciones Amaia están diseñadas para personas con poco manejo de la tecnología, son **muy intuitivas** y usan **imágenes** e **iconos** explicativos.

Para **personas con visión reducida o nula**, se han testado mediante el lector de pantallas de Android (Talk Back) y el de iOS (Voice Over).

Para **personas con dificultades auditivas** no presenta barreras significativas.

Es apta para las personas mayores con **dificultades para comprender** una aplicación tecnológica, ya que tienen los botones grandes y diferenciados.



QUÉ DESTACAMOS

- La **interfaz** de usuario está **muy cuidada** para facilitar el entendimiento de las personas mayores.
- Los **botones** son grandes, bien indicados y coloridos.
- La constante **actualización** de contenidos.
- Lo **útil** que resulta en la gestión de las personas usuarias de las **residencias** y el seguimiento de su bienestar.

4 Cómo registrarse



En Amaia App

Mediante un correo electrónico y una contraseña. Una vez dentro, se asigna un código a cada familia y se puede elegir entre:

- **Crear una familia:** Se da un código para crear un grupo familiar y asociar a la persona mayor.
- **Unirse a una familia:** Otros familiares pueden unirse con el mismo código.

La aplicación permite más de un grupo familiar por usuario.

En Amaia Conecta

El personal de las residencias debe contactar con el Equipo de Amaia a través de su página web:

<https://amaia-app.es/>.

5 Dónde conseguirla



AMAIA APP

Android



iOS



AMAIA CONECTA

Android



iOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Hablam



1 Qué es

Hablam es una **plataforma web** diseñada para **facilitar la comunicación entre personas**, conocidas o desconocidas, a través de mensajes y videollamadas.

La persona usuaria debe crear una cuenta y completar su perfil con datos relacionados con sus **gustos, intereses y disponibilidad**.

2 Para qué sirve

Hablam ofrece a las personas usuarias la posibilidad de **conversar** de manera fluida dentro de un **entorno confiable**. La comunicación es **entre personas conocidas o desconocidas**.

Este entorno confiable se consigue gracias a que existe la **posibilidad de opinar sobre las demás personas**, consultar las opiniones sobre ellas y sobre una misma, y está **limitada** la posibilidad de **compartir multimedia**, con lo que se mantiene la plataforma libre de contenido inapropiado.

Las **videollamadas** son una característica destacada, muy simples de iniciar desde el registro de conversaciones, tanto para iniciar una nueva como para continuar con las anteriores.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 4/5 



La persona usuaria encuentra una interfaz clara y llamativa donde puede visualizar perfiles recomendados. Los perfiles incluyen pequeñas descripciones para poder conocerse mejor.

Algunas personas usuarias han experimentado dificultad con el contraste de letras blancas sobre fondos claros, que complica la lectura de los mensajes.

También señalan como mejorable que las videollamadas comienzan con la cámara encendida por defecto, lo que puede resultar incómodo en ocasiones.

Se señalan como puntos a mejorar que en los dispositivos móviles el aumento de tamaño de la letra con el zoom de la pantalla es menos efectivo y hay que cambiar a la vista de ordenador.

También hay varios botones sin etiquetar, lo que hace ineficiente el uso de Talkback del lector de pantalla en dispositivos móviles y esto dificulta la navegación a personas con visibilidad reducida o nula.



QUÉ DESTACAMOS

- La **navegación** es **intuitiva** y facilita la comprensión de las funciones disponibles.
- **Botones grandes y bien diferenciados**, lo que simplifica el uso para quienes no tienen mucha experiencia con la tecnología.
- El **acceso al registro y a las conversaciones** anteriores en la parte superior derecha es **muy fácil**. Se pueden seguir con fluidez las comunicaciones ya iniciadas.

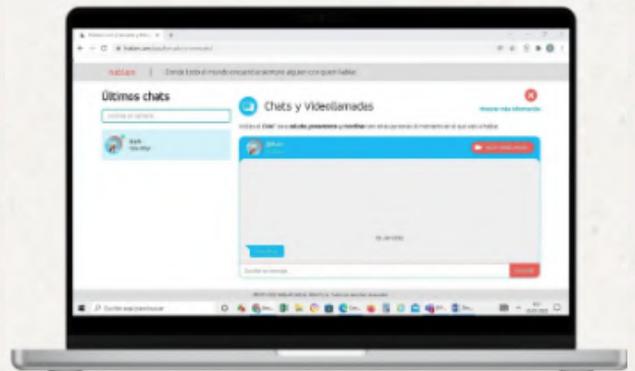
4 Cómo registrarse



Para empezar a utilizar la plataforma, cada persona crea una cuenta con su perfil donde introduce sus gustos, disponibilidad e intereses.

Una vez hecho esto, la aplicación presenta un registro accesible desde el icono del mensaje en la parte superior derecha de la pantalla principal.

Aquí se inician las conversaciones o se accede con facilidad a las conversaciones anteriores de una manera fluida.



5 Dónde conseguirla



Para poder acceder a la plataforma o contactar con las personas responsables para alguna aclaración, es necesario crear una cuenta en ella a través del QR o mediante el siguiente enlace: <https://hablam.com>



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Bird Alone



1 Qué es

Esta aplicación, sin ser un asistente virtual al uso, ofrece a la persona usuaria generar un **vínculo emocional con una mascota virtual** representada por un loro a través de distintas **actividades** y **conversaciones**.

La **experiencia interactiva** que se genera es **única**, ya que cada persona puede nombrar al loro como desee y explorar actividades y juegos con él. El loro responde de manera inteligente y tiene su propia personalidad.

2 Para qué sirve



El propósito de Bird Alone es **acompañar a la persona usuaria** a mitigar la soledad, mediante una solución novedosa en cuanto a su implementación.

Gracias a la rápida evolución de la **Inteligencia Artificial** puede ser mejorada para adaptarse a cada casuística.

Aunque algunos de los **temas de conversación** que se establecen con el loro son cuestiones muy sensibles y complejas, la **estética** y la **forma de interacción** es fresca e innovadora.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 3.5/5

Ofrece una experiencia de usuario **simple** y **dinámica**. La interfaz es intuitiva y el acceso a todas las funciones desde la pantalla principal es muy fácil.

Las actividades interactivas incluyen dibujo o escritura, con temas propuestos por el loro para que la persona usuaria se exprese.

Los diálogos abarcan temas diversos y a veces espinosos como la vida, la muerte y la soledad, para fomentar la reflexión.

La inteligencia artificial del pájaro se adapta a las interacciones del usuario y desarrolla su propia personalidad basada en ellas.

Como área mejorable, la aplicación no se ajusta automáticamente a cambios en el tamaño del texto y es incompatible con lectores de pantalla, lo que supone una dificultad para personas con problemas de visibilidad.



QUÉ DESTACAMOS

- Ofrece mucha claridad, sin ninguna saturación de información.
- Proporciona opciones de personalización en la pestaña de ajustes, como la vibración al tocar la pantalla.
- No contiene información compartida mediante audio, lo que facilita el acceso para personas con problemas de audición.

4 Cómo registrarse



El registro es simple y rápido, sin necesidad de datos personales.

La aplicación pregunta el nombre de la persona usuaria para un trato personalizado y sus preferencias en el tratamiento recibido.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación es de **descarga gratuita**, aunque cuenta con una **versión premium** con un coste aproximado de **3,5€**.

Se puede adquirir tanto para sistema Android como IOS utilizando los siguientes **enlaces** o **códigos QR**:

Android



IOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Asistente virtual Alexa



1 Qué es



Alexa es el **asistente virtual de Amazon**, integrado en dispositivos (altavoces inteligentes) como Amazon Echo Dot (altavoz y micrófono) y Echo Show (incorpora pantalla y cámara).

Permite la **interacción** mediante **comandos de voz**. Ofrece comunicación mediante videollamadas, entretenimiento, ayuda a la organización diaria, control de dispositivos inteligentes...

Hay varios modelos con diferentes tamaños y características.

2 Para qué sirve



Entre las diferentes funcionalidades que permite realizar Alexa podemos destacar las siguientes:

- **Respuestas a Preguntas** con información inmediata sobre casi cualquier tema.
- **Llamadas y Mensajes** a través de comandos de voz, lo que facilita la comunicación con amigos y familiares.
- **Reproducción de Música** de varios servicios de streaming.
- **Podcasts y Noticias** para informarse o entretenerse.
- **Recordatorios y Alarmas** para mantener una rutina organizada.
- **Lectura de Audiolibros** a través de Audible.
- **Crear y gestionar listas de Tareas y Compras** con comandos de voz.
- **Control de Hogar Inteligente**: puede controlar luces, termostatos, cerraduras y otros dispositivos inteligentes, lo que hace el hogar más cómodo y seguro.
- **Rutinas Automatizadas** que se pueden configurar para que realicen varias acciones con un solo comando (por ejemplo, encender luces y reproducir música por la mañana).
- **Usar Skills** (aplicaciones de terceros para integrarse con Alexa) para realizar múltiples tareas como meditación guiada, recetas de cocina, gestión de servicios, juegos interactivos y otras muchas.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 5/5 

En algunas personas mejora su sensación de acompañamiento y tienen un recurso en caso de necesitar información o contacto.

Para personas con discapacidad visual, la navegación es compatible con lectores de pantalla, etiquetas en todos los elementos, avisos sonoros y buen contraste de colores.

Una vez hechas las pertinentes configuraciones en la aplicación, el resto de la interacción será mediante voz lo que facilita mucho el uso para este colectivo.

Sin embargo, las personas con discapacidad auditiva pueden encontrar dificultades debido a la falta de alternativas a los comandos de voz, aunque pueden ver las respuestas de Alexa si su dispositivo cuenta con pantalla y se activa esta opción dentro del menú de configuración.



QUÉ DESTACAMOS

- Comunicación natural y respuestas rápidas y precisas.
- Navegación fluida para personas con discapacidad visual gracias a diferentes elementos.
- Supone bastantes ventajas para personas con discapacidad física al no tener que interactuar manualmente y poder controlar otros dispositivos mediante comandos de voz.

4 Cómo registrarse



En la propia app de Alexa en tu teléfono se puede crear una cuenta para poder usar los dispositivos Alexa. En ocasiones es necesario asociar un número de teléfono donde se recibirá un SMS de confirmación.

5 Dónde conseguirla



Los dispositivos Amazon Echo se pueden adquirir en diferentes establecimientos o tiendas online. Alexa viene integrada en ellos.

La aplicación se puede adquirir tanto para sistema Android como IOS, mediante los siguientes enlaces o códigos QR:

Android



IOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Asistente virtual Celia



1 Qué es

Un **asistente conversacional avanzado** diseñado para **centros de atención a personas mayores, con dependencia o que viven solas**.

Utiliza **Inteligencia Artificial** para ofrecer **cuidado y diagnóstico preventivo** a través de juegos, recordatorios, conversaciones y alertas para familiares y servicios médicos. Fomenta la **interacción** para comprender las necesidades de la persona y proporcionar entretenimiento y compañía.

2 Para qué sirve



Celia pone énfasis en la personalización y la detección temprana de problemas de salud. Para ello, ofrece una completa gama de funcionalidades con objeto de mejorar la calidad de vida de las personas mayores en diferentes aspectos como la salud cognitiva, física, emocional y social:

- **Salud cognitiva:** Estimula las habilidades mentales a través de juegos y ejercicios de memoria, lo que ayuda a detectar posibles anomalías y alerta sobre potenciales problemas neurológicos o mentales.
- **Salud física:** Facilita la gestión de citas médicas y el seguimiento de la medicación, para la prevención y detección temprana de problemas de salud.
- **Cuidadores y familia:** Permite la creación de cuentas para cuidadores o familiares, brindándoles acceso a información sobre el estado del usuario y estadísticas de interacción.
- **Entretenimiento:** Ofrece numerosas actividades lúdicas como juegos de memoria, adivinanzas, recetas y noticias del día, lo que fomenta el ocio activo y la conexión con el entorno.
- **Noticias:** Proporciona acceso a noticias a través de periódicos digitales, lo que mantiene a las personas informadas de la actualidad.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 5/5 ★ ★ ★ ★ ★

Accesible a través de la **web, app móvil o WhatsApp**, presenta información de manera auditiva y visual.

La interfaz **permite ajustar** el tamaño del texto, activar sugerencias en conversaciones, desactivar la salida de audio y ajustar la sensibilidad del micrófono.

Puede ser una herramienta útil para un **envejecimiento activo, saludable y conectado**, clave para cuidar la calidad de vida de las personas mayores. Promueve la **interacción social y el entretenimiento**, lo que puede contribuir significativamente a combatir la SND.

Para personas con **dificultades visuales**, todas las respuestas incluyen un mensaje de audio y la aplicación es compatible con lectores de pantalla.

No depende exclusivamente de medios auditivos para las respuestas, lo que facilita la interacción para personas con **dificultades auditivas**.

Además, utiliza un lenguaje sencillo y una interfaz organizada, facilitando la interacción para personas con **dificultades cognitivas**.



QUÉ DESTACAMOS

- Interfaz de usuario sencilla y dinámica.
- Enfoque integral, su accesibilidad y personalización: ofrece opciones para adaptar su contenido a necesidades diversas, como la modificación de la velocidad de reproducción de las respuestas y botones de sugerencias e indicaciones de ayuda activadas por defecto.

4 Cómo registrarse



La cuenta de usuario puede ser creada desde la propia aplicación. Permite integrar todas las cuentas de usuario para una experiencia unificada, y se puede vincular la cuenta con un cuidador o familiar, quien también debe ser usuario de la plataforma simplemente ingresando su nombre de usuario.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación gratuita se puede adquirir para sistema Android utilizando el siguiente enlace o código QR:

Android



Es posible comenzar a utilizar Celia de manera directa a través de un chat de WhatsApp, disponible en este código QR:



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Comunidad virtual Nextdoor



1 Qué es



Aplicación **móvil** de uso comunitario que fomenta la **interacción entre personas vecinas** de un mismo barrio, a quienes permite **intercambiar información, servicios y ayuda**.

Las personas pueden organizar **actividades y encuentros** para conocerse mejor, lo que requiere respeto y compromiso a la hora de usar la aplicación.

También pueden incluir **contactos de emergencia** en su cuenta y consultar el perfil de otras personas, así como recibir **reconocimientos** por su actividad, ser anfitrión de eventos, generar conversaciones, recomendar comercios locales y crear contenido creativo.

2 Para qué sirve



Nextdoor fomenta la socialización y la solicitud de ayuda entre personas vecinas. No es solo una aplicación tradicional de compra y venta de productos y servicios como otras que existen en el mercado.

Está alcanzando un número de usuarios más elevado que otras plataformas similares y esto hace que la interacción y propuestas sean más elevadas y satisfactorias para la comunidad.

Cuenta con las siguientes pantallas:

- **Inicio:** Muestra publicaciones de vecinos, y abarca temas como ayuda, comentarios sobre la ciudad, ventas, recomendaciones y eventos. Permite unirse a grupos de personas con intereses similares.
- **Descubre:** Ofrece un mapa para localizar productos, servicios y demandas de vecinos, con filtros para visualizar contenido como comercios locales, eventos o solicitudes de ayuda.
- **Publicar:** Permite compartir ventas, eventos, encuestas o recomendaciones, seleccionando la audiencia deseada entre la comunidad o barrios específicos.
- **'A la venta':** Muestra anuncios de productos y servicios en venta, con opciones de filtro por categorías y productos gratuitos. Las personas pueden publicar sus propios artículos.
- **Notificaciones:** Proporciona una visualización actualizada de publicaciones relevantes de vecinos cercanos o conectados.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 4/5 

Nextdoor ofrece secciones organizadas para explorar información relevante del vecindario.

En términos de accesibilidad, la navegación mediante lectores de pantalla es adecuada aunque algunos elementos podrían mejorar, como la falta de texto alternativo en algunos botones e imágenes. Tampoco presenta barreras para personas con dificultades de audición.

La plataforma ofrece beneficios significativos para una amplia gama de personas usuarias, incluidas aquellas que buscan ayuda o desean ofrecer su apoyo a colectivos vulnerables.



QUÉ DESTACAMOS

- Interfaz intuitiva y fácil de usar, asumible para personas con dificultades cognitivas leves.
- Funciones de búsqueda y filtrado facilitan la localización de temas específicos y eventos locales, e invitan a las personas usuarias a participar en actividades comunitarias.

4 Cómo registrarse



Al hacerse una cuenta en Nextdoor, el usuario debe verificar su código postal y dirección para unirse a la comunidad de vecinos, lo que garantiza que solo las personas que viven en un vecindario determinado tengan acceso a él.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación es gratuita y se puede adquirir tanto para sistema Android como para iOS utilizando los siguientes enlaces con código QR:

Android



iOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Vamos a Cuidarnos



1 Qué es



Aplicación móvil diseñada para brindar apoyo a **personas mayores** y que puede facilitar conexiones y soporte a aquellos sufren **SND**. Ofrece herramientas como listas de la compra, actividades en comunidad y acceso a información sobre eventos y programas sociales.

Su objetivo es proporcionar un **espacio seguro y acogedor** donde las personas puedan conectarse, participar y sentirse parte de una comunidad.

2 Para qué sirve



Ofrece un abanico amplio de funcionalidades con una organización y usabilidad cuidadas. Aún se necesita ampliar el número de municipios disponibles, pero en aquellos en los que ya está, es una herramienta comunitaria muy útil para las personas mayores y su socialización.

La pantalla principal muestra la fecha y un menú completo de opciones:

- **Actividades:** Lista extensa de opciones para la comunidad de las ciudades adscritas. Al seleccionar una actividad, se muestra toda la información relevante, como ubicación, horario, contacto, modalidad y descripción. Se puede preinscribirse y marcar como favorita.
- **Bienestar:** Ofrece lista de compras que facilita su organización, lista de teléfonos útiles que proporciona acceso rápido a servicios importantes y alarmas personalizadas que ayudan a recordar eventos importantes.
- **Noticias:** Muestra novedades sociales relevantes en el barrio o localidad.
- **Servicios:** Proporciona información sobre servicios municipales, espacios públicos, servicios sanitarios y servicios a domicilio.
- **Utilidades:** Ofrece una lupa para ampliar la pantalla, juegos y una linterna para situaciones de baja visibilidad.



3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 4.5/5 

La aplicación es adecuada para personas usuarias con visión reducida, pero limitada para aquellas con visión nula en donde debe mejorar la interacción con lectores de pantalla.

Sin embargo, es muy accesible para personas con dificultades de audición, al no depender de funciones auditivas.

Además, su diseño simple y lenguaje claro la hace accesible para personas con leves dificultades cognitivas.

Para aquellas con dificultades físicas o de manipulación, los botones grandes e interactivos mediante pulsadores facilitan la navegación.



QUÉ DESTACAMOS

- La aplicación destaca por su simplicidad y facilidad de uso, con acceso rápido a todas las funcionalidades.
- La letra grande mejora la accesibilidad y la inclusión de pictogramas facilita la comprensión.

4 Cómo registrarse



Para utilizar la aplicación, solo se requiere tener activada la ubicación en el dispositivo, ya sea de forma precisa o aproximada.

Al iniciar la aplicación, se recibe un mensaje amigable en un cuadro de texto.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación es gratuita y se puede adquirir para sistema Android utilizando el siguiente enlace o código QR:

Android

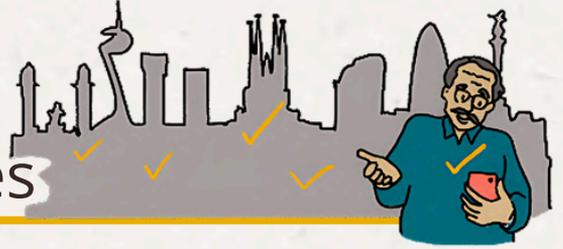


¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



BCN +65



1 Qué es

Aplicación **móvil gratuita** creada por el **Ayuntamiento de Barcelona** dirigida a personas **mayores de 65 años** que residen en la ciudad.

Su objetivo principal es **facilitar el acceso a toda la información y servicios** municipales de interés para este colectivo, de manera clara y adaptada a sus necesidades.

Existen diversas aplicaciones móviles desarrolladas por **otros ayuntamientos** con objetivos similares, como Madrid Te acompaña.

2 Para qué sirve



Facilita la **conexión social** mediante chats, foros, grupos y el programa VinclesBCN, y promueve la autonomía con acceso a trámites online y avisos personalizados. Como herramienta integral para combatir la SND, **se complementa con otras acciones** para el bienestar emocional, social y físico de las personas que la sufren.

La aplicación facilita el acceso a diferentes funcionalidades como:

- **Página de inicio:** Ofrece noticias, clima y acceso al menú.
- **Avisos:** Contiene notificaciones municipales.
- **Salud y bienestar:** Proporciona información sobre salud y ejercicio.
- **"Cerca de mí":** Lista lugares de interés con iconos para fácil identificación.
- **Formación:** Ofrece cursos del Ayuntamiento, de diferentes niveles.
- **Seguridad:** Da consejos de seguridad y derechos del consumidor, y redirige a la web municipal.
- **Viviendas y residencias:** Informa sobre opciones de vivienda, con necesidad de mejorar presentación y traducción.
- **Actividades y talleres:** Con datos de contacto y filtro automático por proximidad.
- **Participación:** Ofrece opciones de participación activa.
- **Ocio y cultura:** Eventos culturales y de ocio con enlaces directos a más info.
- **Transporte y movilidad:** Información general y de la Tarjeta Rosa de prestación social.
- **Aplicaciones municipales:** Muestra aplicaciones disponibles de interés.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 4/5 

Aunque es una enorme **fuentes de información y enlaces de interés**, la aplicación BCN +65 se enfrenta a **algunos desafíos** en términos de usabilidad y accesibilidad.

Su **estructura de menús**, aunque completa, resulta **compleja y poco intuitiva**, lo que dificulta la navegación eficiente y rápida por la aplicación.

Además, el **tamaño pequeño de la letra** limita la legibilidad, especialmente para aquellos con problemas de visión.

Mejorar la organización de los menús, aumentar el tamaño de la letra y **simplificar la presentación de la información** son aspectos clave que podrían hacer que la aplicación sea más accesible y fácil de usar para **un público más amplio**.



QUÉ DESTACAMOS

- La aplicación es una vía muy útil para el **acceso fácil a información y servicios** municipales relevantes.
- Además, **fomenta la conexión social** a través de herramientas como chats, foros y grupos, así como el programa VinclesBCN. Esto es crucial para **combatir la SND** a nivel municipal.

4 Cómo registrarse



No es necesario.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación gratuita se puede adquirir para sistema Android e IOS utilizando los siguientes enlaces y códigos QR:

Android



IOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Famileo



1 Qué es

Famileo es una solución para **mantener a las personas mayores conectadas** con sus familiares y seres queridos. Esta aplicación permite **crear una revista familiar** para que las personas mayores puedan tener acceso a la información que el resto de miembros de la familia compartimos de forma habitual por otros canales, y que algunos de ellos y ellas, al no manejarlos, se pierden.

2 Para qué sirve



A través de la aplicación, los distintos miembros que componen la familia pueden ir subiendo publicaciones, que están formadas por fotografías acompañadas de un breve texto. Posteriormente, estas publicaciones son impresas en una revista en papel y enviadas al domicilio de la persona mayor por correo postal periódicamente.

Durante el periodo entre la impresión de una revista y el cierre de la siguiente, los miembros de la familia pueden añadir hasta 30 publicaciones por revista, que pueden ser visibles o no para el resto de la familia. Las que sí lo son generan una notificación en la app para los demás miembros.

Tres días antes del cierre de la revista, la aplicación envía un recordatorio a los miembros.

En la web se puede acceder al perfil e invitar a familiares mediante correo electrónico. El muro familiar permite añadir nuevas publicaciones y consultar las anteriores. La interfaz de la aplicación móvil es similar a la de la web y cuenta con menú desplegable en la parte superior izquierda.



3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 5/5 ★ ★ ★ ★ ★

La aplicación no presenta excesivas complicaciones: está **bien diseñada** para personas usuarias con **problemas de visión**, con un contraste adecuado entre texto y fondo, y texto generalmente grande que puede ampliarse usando las funcionalidades de zoom o lupa en los dispositivos móviles.

Las pruebas con lectores de pantalla han confirmado el correcto etiquetado de iconos y botones.

Para las personas mayores que reciben la **revista**, el **formato A4 con fotografías grandes** es adecuado, aunque los **textos** pueden ser **pequeños**. Aumentar el tamaño de la letra en textos cortos podría optimizar el espacio en blanco y mejorar la legibilidad.

La **aplicación** es **accesible para personas con dificultades de audición**, ya que no incluye contenido en vídeo o audio ni hace uso de notificaciones sonoras.



QUÉ DESTACAMOS

- Este concepto de solución facilita que la **persona usuaria mayor no necesite usar un dispositivo para consumir el contenido**.
- El resultado final de la **revista**, una vez impresa, es un **producto de alta calidad** visual.
- Además del servicio para familias, Famileo ofrece una **versión para residentes de centros de mayores**, donde las publicaciones se imprimen y distribuyen directamente en las residencias.

4 Cómo registrarse



Una vez seleccionado el plan de suscripción en Famileo, se recibirá un correo electrónico con las condiciones y una explicación del funcionamiento del servicio.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación gratuita se puede adquirir para sistema Android e IOS utilizando los siguientes enlaces y códigos QR:

Android



IOS



La forma para poder contratar el plan que mejor se adapta a las necesidades de la familia es a través de la página web de Famileo a través de www.famileo.com

¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



Senior Lingua



1 Qué es

Senior Lingua es un servicio mediante el que **estudiantes de idiomas, mayores de 18 años**, practican una lengua extranjera con **personas mayores nativas**.

La aplicación ofrece beneficios significativos, tanto para los estudiantes de idiomas como para las personas mayores participantes, y su **planteamiento intergeneracional** ya se ha demostrado **acertado** en muchos otros proyectos.

2 Para qué sirve



Los **estudiantes mayores de 18 años** pueden **practicar una lengua extranjera** con hablantes **nativos**, mejorando sus habilidades lingüísticas y su confianza, además de aprender sobre la cultura y costumbres del país. Para las **personas mayores nativas**, participar en estas conversaciones les permite mantenerse **activos y socialmente conectados**, compartiendo sus conocimientos y experiencias, lo que les proporciona una sensación de utilidad y propósito. La interacción con jóvenes de diferentes partes del mundo es enriquecedora y ayuda a combatir la soledad.

La aplicación estructura las conversaciones con **temas semanales y preguntas sugeridas**, asegurando que cada llamada sea significativa y productiva. La **evaluación anónima** después de cada llamada mantiene la calidad del servicio y proporciona feedback constructivo para ambos participantes. Si la **valoración es inferior a 3 de 5 estrellas**, aparecerá un cuadro de diálogo solicitando el **motivo** de la **baja calificación**. Esto ayuda a que la otra persona sea consciente de lo que debe mejorar.

La aplicación funciona de forma **muy simple**: se entra en la aplicación y se hace clic en el botón de «**Iniciar llamada**», se accede a una **sala de espera** donde se puede ver el tema de la semana y las preguntas que se pueden hacer mientras se hace el emparejamiento con el otro hablante y al poco tiempo empezará una **videollamada de una duración limitada** en la que se puede hablar sobre el tema sugerido o sobre lo que se prefiera.

3 Experiencia de usuario

Puntuación de usuarios 5/5 ★ ★ ★ ★ ★

Aunque los contrastes se podrían mejorar, las **letras grandes** y los **botones destacados** facilitan la navegación y el uso de la aplicación, asegurando que sea **fácil de usar** incluso para aquellos con menos experiencia en tecnología.

La aplicación destaca por su **simplicidad y facilidad** de uso. Sin embargo, los botones **no** están adaptados con **texto alternativo**, lo que limita la accesibilidad para personas con visión nula y los contrastes de color en algunos podrían mejorar. La **simplicidad del lenguaje** y la **organización eficiente** de la interfaz la hacen accesible para personas con dificultades cognitivas leves.

Lo importante ahora es que la aplicación **aglutine** a un **número suficiente de personas** de uno y otro perfil para que la experiencia resulte fluida y satisfactoria. Aquí se sustentará su **éxito**, pues permitirá formar una gran **comunidad**.



QUÉ DESTACAMOS

- La **interfaz** es visualmente **clara** y **no** está **sobrecargada** de información, lo que facilita la comprensión.
- Es **compatible con audífonos**, lo que permite a las personas con dificultades auditivas que los usan disfrutar de todas sus características.
- Su **planteamiento intergeneracional** ya se ha demostrado como acertado en otros proyectos.

4 Cómo registrarse



La aplicación es gratuita para las personas mayores.

Para los estudiantes ofrece dos modalidades de uso: una forma gratuita, que permite realizar una llamada al mes, y una opción de pago, que ofrece un mayor número de llamadas.

Todas las llamadas tienen un tiempo máximo de 15 minutos.

Durante las mismas, aparece un cronómetro en pantalla para que los usuarios puedan ver el tiempo restante.

5 Dónde conseguirla



Esta aplicación gratuita se puede adquirir para sistema Android e IOS utilizando los siguientes enlaces y códigos QR:

Android



IOS



¿Quieres saber más?

En la web de Orientatech te contamos:



5

**4 herramientas
específicas pilotadas
por Cruz Roja
Española**

4 herramientas pilotadas por Cruz Roja Española

Cruz Roja Española, en su afán por **mejorar la autonomía y seguridad de las personas vulnerables que viven solas**, ha tenido en cuenta la tecnología como una herramienta en la que apoyar sus intervenciones.

En **1992** la organización pone en marcha el **servicio de teleasistencia**, convirtiéndose en pionera en este campo. La teleasistencia ha permitido a miles de personas vulnerables **vivir en sus hogares con mayor tranquilidad**, sabiendo que cuentan con un apoyo inmediato en caso de necesidad.

Con el paso del tiempo, Cruz Roja Española ha ido **adaptando sus servicios** a las nuevas tecnologías y necesidades de las personas usuarias.

Este compromiso se refuerza como ya se ha mencionado en secciones anteriores en su apuesta desde hace más de 20 años por la **Fundación Tecnología Sociales (TECSOS)** como vía para realizar innovación aplicada a la resolución de las necesidades de las personas vulnerables mediante la tecnología.

En la actualidad, la organización ofrece el servicio multicanal **'Te Acompaña'** que es un servicio mediante teléfono, WhatsApp y redes sociales de información, orientación y acompañamiento frente a la SND.

En el marco del compromiso de Cruz Roja Española con la innovación y la transformación social, **se han creado y se están realizando pilotajes con varias soluciones específicas** en proyectos financiados por los fondos Next Generation de la Unión Europea.

Estos proyectos, enmarcados en la **Estrategia Next Generation EU**, tienen como objetivo principal mejorar la calidad de vida de las personas en situación de vulnerabilidad.[1]

A continuación, se detallan sus líneas de trabajo y algunas de las soluciones tecnológicas que se han implementado bajo su paraguas.

[1] Junto con CRECE, Cruz Roja ha desarrollado el proyecto Reforzando Vínculos: promoción de la autonomía en entornos comunitarios. Este proyecto busca impulsar una comunidad que apoye a las personas mayores en su autonomía personal. Con la visión de que una comunidad es más fuerte, resiliente y humana cuanto más fuertes son los lazos entre quienes la componen, desde el proyecto se busca generar un tejido social donde todas y todos tengan un lugar. Donde las personas mayores participan y aportan.



Skill de Alexa
para abordar la
SND



Plataforma
EnRED



Aplicación
Llum

Plataforma de
vídeo
multidispositivo



4 herramientas pilotadas por Cruz Roja Española

Skill de Alexa para abordar la SND

Como se ha detallado en secciones anteriores, **Alexa** es un asistente virtual que puede suponer una gran ayuda para personas en situación de soledad. En este sentido, **Cruz Roja Española** está realizando un numeroso **despliegue** de este tipo de dispositivos **en diferentes proyectos**, pilotando los casos de uso en los que puede aportar más a la persona usuaria tales como video llamadas con voluntarios o familiares o la utilización de skill (Aplicaciones para Alexa) para abordar vulnerabilidades específicas.

La **Skill 'Selene Cruz Roja'** para Alexa está diseñada para proporcionar **apoyo a los usuarios de Cruz Roja** que se encuentran en situaciones de **vulnerabilidades** como la **pérdida de autonomía personal** o que puedan estar experimentando **sensación de SND**. Esta herramienta permite a las personas usuarias acceder a **itinerarios personalizados y contenidos multimedia** que pueden ayudarles a superar o minimizar esta sensación.

Las personas usuarias pueden **interactuar** con la skill mediante **comandos de voz** o utilizando la **pantalla táctil** del dispositivo Alexa. Esta herramienta se conecta a los **servicios de Cruz Roja** y utiliza una **plataforma de backoffice** para configurar y gestionar los contenidos e itinerarios asignados a cada persona usuaria o revisar la información procedente de cuestionarios.

Para utilizar la skill, las personas usuarias deben simplemente decir: **"Alexa, abre Selene Cruz Roja"**. Una vez invocada, la skill identifica al usuario y muestra los itinerarios disponibles.

Otra de las **piezas claves** de esta skill es la inclusión de **cuestionarios** cada vez que se consume una sesión de tal forma que el personal de Cruz Roja puede conocer el **impacto de las sesiones** y tener información en tiempo real sobre el **estado emocional** de los usuarios en relación con la temática abordada en cada sesión.



Aplicación Llum

Las **personas sin hogar** son uno de los grupos de personas atendidas por el **proyecto CRECE** dentro del abordaje de la **SND**.

Se estima que **más del 60%** de las personas sin hogar en España tienen un **smartphone** por lo que se convierte en una herramienta crucial para canalizar soluciones. En base a estas premisas, el Proyecto CRECE está **pilotando el uso** de la aplicación Llum Social.

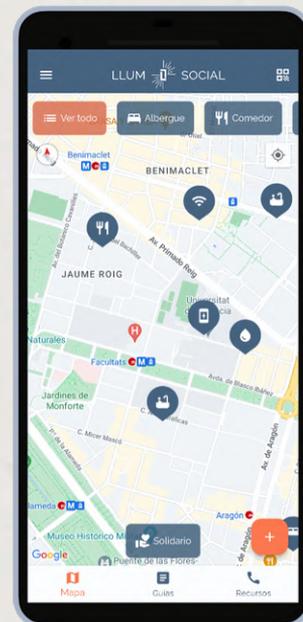
Llum es una aplicación **ganadora del Premio de Tecnología Humanitaria de Cruz Roja en 2022**. Esta aplicación es una herramienta diseñada para **centralizar información crucial y servicios esenciales** dirigidos a aquellos en situación de **vulnerabilidad**.

A través de la app, las personas usuarias pueden **acceder rápida y fácilmente a recursos vitales** como albergues, comedores sociales y servicios prepagados como cafés o comidas en comercios solidarios. Las personas usuarias pueden **consumir** estos **servicios prepagados** simplemente mostrando un código QR en el establecimiento indicado de tal forma que este es leído por la app por parte del responsable del establecimiento facilitando la transacción.

Al utilizar esta plataforma, las personas pueden encontrar de manera **eficiente la ayuda** que necesitan, impactando positivamente en sus vidas. Además la aplicación trata de **fomentar las**

relaciones y el sentimiento comunitario al facilitar que los comercios solidarios y ciudadanos con ganas de ayudar puedan establecer vínculos menos estigmatizantes con las personas usuarias.

Adicionalmente la aplicación cuenta con una **sección informativa** que trata de responder a cuestiones de interés y desmontar bulos antes de que se extiendan entre estas personas.



4 herramientas pilotadas por Cruz Roja Española

Plataforma EnRED

La plataforma EnRED es una **herramienta tecnológica innovadora** diseñada para fomentar la **intervención comunitaria**, con un enfoque específico en el proyecto CRECE. Este proyecto busca **prevenir la institucionalización de personas y facilitar su desinstitucionalización** mediante la promoción de la **participación activa en la comunidad**. EnRED surge como una respuesta a la necesidad de **conectar a personas, entidades y diversos agentes comunitarios**, proporcionando un **espacio digital** donde puedan interactuar, ofrecer y consumir servicios y recursos, y expresar demandas no cubiertas.

En el contexto de la **SND**, EnRED tiene una relevancia especial. La **plataforma** está concebida para ser **intuitiva y accesible**, permitiendo a los usuarios participar de manera fácil y directa en la vida comunitaria. Uno de los objetivos principales de EnRED es **fortalecer el sentido de pertenencia y comunidad**. Al proporcionar un **espacio de encuentro**, facilita que los miembros de la comunidad se sientan parte de su entorno cercano, lo cual es esencial para combatir la soledad. A través de EnRED, las **personas** pueden **proponer y ofrecer servicios comunitarios**, visibilizando y accediendo a recursos que de otra manera podrían pasar desapercibidos. Esta capacidad de intercambio no solo cubre **necesidades prácticas** sino que también fomenta la **interacción social** y el **apoyo mutuo**.

Si un usuario no encuentra el servicio que busca, EnRED le ofrece la posibilidad de **registrar y describir esa demanda**, incentivando la aparición de nuevos proveedores y la adaptación de la oferta a las necesidades reales de la comunidad.

La comunicación es otro pilar fundamental de EnRED. La plataforma incluye **foros y chats**, tanto generales como específicos para cada servicio, que facilitan la interacción entre los miembros de la comunidad.

Para asegurar un **entorno seguro y respetuoso**, EnRED implementa mecanismos de **control y dinamización**. La plataforma cuenta con procesos de verificación de identidad, sistemas de denuncia y bloqueo, y una moderación activa para mantener la integridad de la comunidad y promover interacciones positivas. Estos mecanismos son esenciales para crear un **ambiente de confianza** donde los usuarios se sientan cómodos y protegidos, lo cual es crucial para fomentar la participación y el compromiso comunitario.

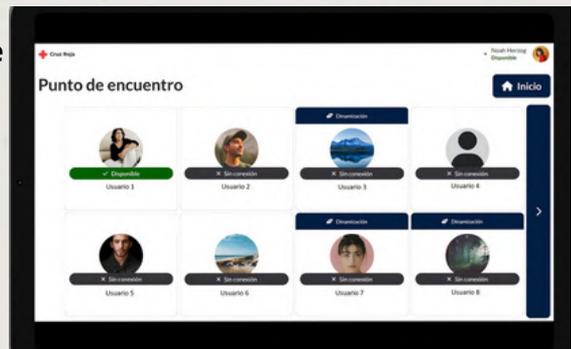
Plataforma de vídeo multidispositivo

Esta plataforma se ha desarrollado en el marco del **proyecto Reforzando Vínculos** citado anteriormente.

La plataforma de video multidispositivo es una **evolución de diferentes soluciones** de video desarrolladas en el pasado por **Cruz Roja Española**. En este caso la plataforma se basa en **tecnología web**, de tal forma que puede ser ejecutada **desde cualquier tipo de dispositivo** ya sea PC, Smartphone o Tablet.

Los propósitos de esta plataforma son múltiples, por una parte cuenta con un **punto de encuentro** que permite a las personas usuarias realizar llamadas entre sí. En base a una **descripción y lista de aficiones y gustos** de cada persona pueden evaluar si les interesa realizar ese contacto y establecer una llamada de video.

Adicionalmente, **el personal laboral y voluntario de Cruz Roja Española puede agendar sesiones** de llamada con personas usuarias con diferentes propósitos como el seguimiento y conversación o el trabajo de contenidos concretos relacionados con las vulnerabilidades que puedan estar afectando a estas personas.



Este **trabajo en base a contenidos y ejercicios** se apoya en un sistema de **fichas interactivas** que permite interactuar en pantalla.

Una de las funcionalidades que posibilita la plataforma es poder realizar **sesiones híbridas** en las que se pueda trabajar con algunas personas usuarias en presencial y que otras personas con movilidad reducida o dificultad para desplazarse puedan asistir de forma virtual.

Las **personas usuarias disponen de una Tablet** desde la que acceden a la aplicación de forma **sencilla e intuitiva** gracias a que esta ha sido diseñada basándose en **criterios de usabilidad y accesibilidad**.

Para las personas usuarias supone una **vía alternativa para el contacto social y el acceso a servicios de apoyo**. La capacidad de realizar llamadas de video basadas en intereses compartidos fomenta la creación de **relaciones significativas** y el **sentimiento de pertenencia**. Además, el sistema de fichas interactivas y la posibilidad de agendar sesiones con personal de Cruz Roja Española proporcionan una **estructura de apoyo personalizada y efectiva**, abordando de manera directa las vulnerabilidades específicas de cada persona.

6

**Retos para el futuro
en este campo**

Las **organizaciones** y la **Administración** han dado prioridad a las Tecnologías Sociales como solución efectiva al problema de la SND y han dotado con recursos diferentes programas.

Ahora **es necesario evaluar el impacto real** de esos proyectos con el fin de optimizar las formas de intervención.

La **evaluación** constante de las soluciones es **clave** y el **factor humano** no puede faltar en su desarrollo.

Desafíos y Oportunidades

La tecnología tiene mucho más que aportar y las líneas de trabajo iniciadas tienen todavía que evolucionar en muchos sentidos.

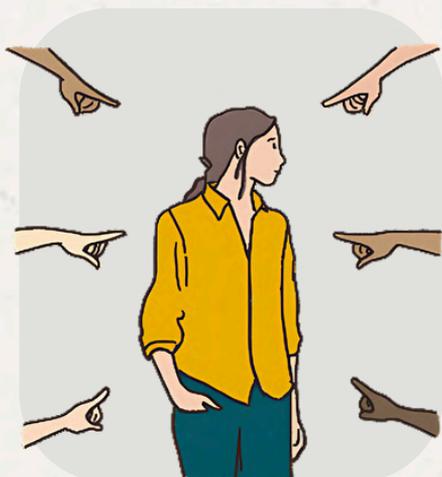
Algunos de los **campos donde más se puede profundizar** son:

1

Detección temprana y seguimiento.

Es fundamental incluir en las soluciones desarrolladas formas de identificar y abordar de forma temprana la SND.





2

Eliminación del estigma.

Necesitamos cambiar la percepción de la SND como un problema personal estigmatizado y fomentar la apertura y la conversación sobre el tema. Los programas y soluciones tecnológicas pueden ir incluyendo este enfoque.

3

Apoyo Emocional y Psicológico.

Las Tecnologías Sociales pueden incorporar vías de autoayuda, servicios de profesionales y acceso a comunidades de apoyo virtuales.



4

Participación Comunitaria.

Las soluciones pueden incluir funcionalidades que promuevan eventos sociales de ámbito local, la participación en grupos de interés común y oportunidades de voluntariado.



5

Superar la Brecha Digital.

Avanzar en la sencillez y simplificar las formas de interacción tecnológica es clave. Las Tecnologías Sociales pueden fomentar vías para la alfabetización digital que incluyan capacitación en dispositivos móviles, navegación por internet y cuidar la seguridad en línea. Además, se pueden ofrecer programas de acceso a dispositivos tecnológicos asequibles.



Invitamos a las administraciones, entidades y empresas a **intensificar** sus **esfuerzos** en la **exploración y desarrollo de soluciones tecnológicas innovadoras** para combatir la SND.

La tecnología tiene un **potencial inmenso** para transformar la manera en que abordamos este problema, pero no debemos olvidar que el factor humano es esencial en este proceso.

Hagamos una llamada a la **colaboración intersectorial** y al **compromiso sostenido** para que, juntos/as, desarrollemos y perfeccionemos **herramientas** que promuevan el **bienestar** y la **conexión social**.

Solo así podremos **enfrentar de manera efectiva la SND** y construir una **sociedad más inclusiva, conectada y solidaria**.

La sociedad actual podrá hacer frente de forma efectiva a la SND mediante la combinación de esfuerzos intersectoriales y el desarrollo continuo de soluciones innovadoras.

La tecnología será una vía importante para ello, pero la presencia del factor humano es imprescindible.

¡Amplía esta guía!

Seguro que poco a poco vas encontrando nuevas herramientas tecnológicas que pueden ayudar a abordar la Soledad No Deseada y sus efectos. Así que, cuando lo hagas, las puedes registrar aquí para ir completando este “banco de recursos” de Tecnología Social:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

¡Amplía esta guía!

Seguro que poco a poco vas encontrando nuevas herramientas tecnológicas que pueden ayudar a abordar la Soledad No Deseada y sus efectos. Así que, cuando lo hagas, las puedes registrar aquí para ir completando este “banco de recursos” de Tecnología Social:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

NOMBRE:

TIPO:

App móvil Asistente virtual Web Comunidad Otros

QUÉ PUNTUACIÓN LE DOY:     

QUÉ DESTACO:

QUÉ PUEDE MEJORAR:

Si quieres ampliar información sobre alguna de las herramientas puedes entrar en nuestra web orientatech.es o escanear este código QR y encontrarás un análisis más extenso de cada una de ellas y de otras que ha probado nuestro equipo de expertos/as y el grupo de voluntarios/as y usuarios/as potenciales que colabora en el proyecto:



