

La abuela de Michelle Schnitzer tiene 90 años y vive hace casi una década en una residencia de personas mayores. “El ir a visitarla regularmente me abrió los ojos a la inmensa soledad que la gran mayoría ahí enfrenta a diario. Fue un tema que me removió y por eso empecé a investigar más sobre la soledad y me di cuenta de que los efectos de esta eran muchísimo más graves de lo que yo pensaba. Pero también concluí que la soledad no era el problema, sino que era la consecuencia de la falta de herramientas que tiene esa generación para poder conectar con otros, hacer nuevos amigos y mantenerse activos”, cuenta Schnitzer, quien se inspiró en esta vivencia para crear la *app* BondUp (@bondupchile en Instagram).

La herramienta, que tiene un diseño similar a Facebook, con un chat como WhatsApp integrado, está pensada para que personas mayores de 55 años, jubiladas y autovalentes, puedan conocer a otros con intereses similares.

“Somos una red social que apunta a la interacción física, porque eso es lo que realmente buscan las personas mayores. BondUp es solamente la herramienta de conexión. Hoy ya contamos con 4 mil usuarios que, además de estar beneficiándose con toda la parte de entretenimiento y socialización, están aprovechando también los servicios de salud que entregamos dentro de la aplicación, como psicología *online* ilimitada, nutrición, kinesióloga, telemedicina y más”, afirma su creadora.

Sobre su impacto en los usuarios, Schnitzer detalla que “logramos bajar el índice de soledad. Según un estudio que nos hizo Impacta, un 67% de quienes declaraban sentirse solos, en un inicio, disminuyó ‘mucho’ su sensación de soledad desde que está en la *app*. Esto nos habla de la importancia de lo que estamos haciendo y cómo generamos un cambio real y directo en las personas y su entorno”.

Así como BondUp, hay otras aplicaciones chilenas —y extranjeras en castellano— que están pensadas específicamente para facilitar la vida de las personas mayores, segmento etario que, según los entrevistados, utiliza cada vez más innovaciones tecnológicas.

“La pandemia demostró que las personas mayores podían adaptarse muy bien a los nuevos formatos digitales, pero aún siguen siendo un público desatendido por las empresas *tech*. Sin embargo, en el marco de la ‘economía plateada’ y considerando que Chile es un país que envejece de forma acelerada, este se presenta como un mercado muy atractivo. De hecho, la población mayor de 50 años en el país fue la responsable del 46% de todo el consumo interno de 2020 y se espera que la cifra aumente al 60% en 2050”, explica Carlos Román, director ejecutivo de SeniorLab de la U. Católica.

En este contexto, el experto recomienda dos aplicaciones útiles para este segmento etario.

Consejos de diferentes expertos:

Estas cinco *apps* les facilitan la vida a las personas mayores

Ya sea para ayudar a los seniors en su proceso de jubilación o para que entrenen su cognición mediante juegos, estas herramientas digitales están pensadas específicamente para este segmento etario que cada vez más utiliza la tecnología.

Constanza Menares



El “mercado plateado” va en alza: la población mayor de 50 años en Chile fue la responsable del 46% de todo el consumo interno de 2020 y se espera que la cifra aumente al 60% en 2050, asegura un entrevistado.

“Durante la Cumbre de Economía Plateada que organizamos en la universidad conocimos a Socialup (www.socialup.app), una plataforma que ayuda a aquellos que están en el proceso de jubilación a transitar por esta fase, con más tiempo disponible, y ofreciendo actividades como talleres y clubes, otorgando espacios de aprendizaje, conexión, entretenimiento y búsqueda de propósito”, detalla Román.

Asimismo, cuenta que una que se lanzará

próximamente es Sensa Feet (www.sensafoot.com), un dispositivo que se ubica en el calzado de personas que tienen diabetes, y a través de la *app* que se descarga en el celular, se muestra la temperatura y la presión en diferentes zonas del pie, con la finalidad de evitar la generación de úlceras”.

Simple y amigable

Para los seniors que no están tan familiarizados con la tecnología aún, Conecta Mayor, en conjunto con el PNUD Chile, lanzó recientemente App Mayor (www.appmayor.cl), una aplicación para celulares Android que busca hacer más fácil el uso de los *smartphones*.

Consiste en una nueva interfaz que permite a los usuarios acceder a su teléfono de manera simple y amigable: por ejemplo, posee accesos directos a servicios como Metro, Chile Atiende, Fonasa y redes sociales, junto a guías explicativas de cómo utilizar un dispositivo inteligente.

“App Mayor es un tremendo avance para contribuir a reducir la brecha digital en las personas mayores y también fomentar su inclusión social. Es una herramienta gratuita, simple, amigable e inclusiva, con criterios de accesibilidad pensados específicamente para este grupo etario y que, además, busca empoderar a los adultos mayores con la tecnología”, puntualiza María Soledad González, coordinadora de Innovación de Conecta Mayor.

Por otro lado, María José Gálvez, psicóloga del Centro de Adulto Mayor de la Clínica U. de los Andes, señala que “las *apps* pueden marcar una diferencia si se enfocan en este segmento de usuarios. Antiguamente se creía que había una brecha generacional y digital más grande de la que realmente hay hoy, por lo que iniciativas de este tipo pueden ser muy útiles para mejorar los indicadores de soledad, de cognición, de pérdida de masa muscular, etcétera”.

En esta línea, la profesional sugiere Lumosity (lumo-

[lumosity.com](http://www.lumosity.com)), “para el entrenamiento cognitivo, porque tiene distintos juegos que permiten practicar procesos neurocognitivos como orientación, memoria, lenguaje y capacidad de organización. Cuando las personas hacen estimulación de memoria por sí mismas ocurre el gran problema de que suelen realizar un solo dominio cognitivo, por ejemplo, sudoku o crucigramas, que serían solamente atención visual. En esta *app*, en cambio, hay de todo un poco”.