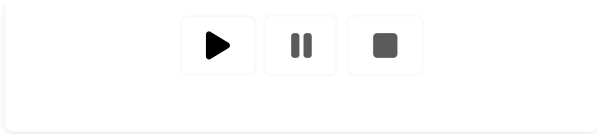


Actualidad y Artículos | Salud mental

Seguir 136

Compartir Me Gusta 2 Comentar 2 PUBLICAR

Guía DigiMental: Buenas Prácticas para una Salud Digital Inclusiva en Personas Mayores



Noticia | Contenido publicitario
Fecha de publicación: 11/12/2025
Artículo revisado por nuestra redacción

La digitalización está transformando la forma en que las personas mayores acceden a servicios sanitarios, sociales y comunitarios. En el ámbito de la salud mental, esta transición abre oportunidades para mejorar la autonomía, la conexión social y el seguimiento clínico, pero también plantea desafíos relacionados con brechas digitales, habilidades limitadas, barreras cognitivas y falta de acompañamiento.

La Guía ofrece un marco técnico, basado en evidencia y orientado a profesionales, para promover una salud digital accesible, segura y centrada en la persona.

1. Comprender el ecosistema de apoyo
La guía destaca que la adopción de herramientas digitales depende de manera crítica del ecosistema que rodea a la persona mayor, un concepto ampliamente respaldado por estudios sobre adherencia y continuidad tecnológica en esta población. Este ecosistema incluye cuidadores, familia, profesionales sanitarios, servicios sociales y actores

Áreas temáticas

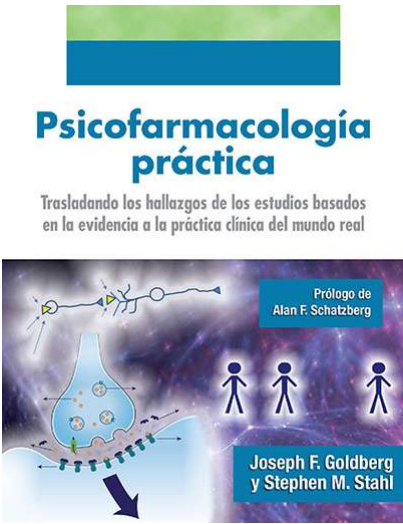
Salud mental..



Inteligencia Artificial y Psiquiatría, Psicología y Salud Mental. Aplicaciones, Desafíos y Futuro

CURSO ONLINE MUY PRONTO

Recomendamos



GOLDBERG, STAHL. PSICOFARMACOLOGÍA PRÁCTICA

Goldberg y Stephen M. Stahl. Prologo de Alan F. Schatzberg. Durante las últimas cuatro décadas, l...

VER MÁS

VER TODO

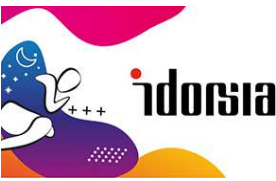
Explora el artículo con IA



2. Diversidad en las personas mayores y sus implicaciones clínicas

La guía enfatiza que no existe un único perfil de persona mayor digital. Para profesionales de salud mental, esta diversidad tiene relevancia directa en la planificación de intervenciones y en la detección de riesgos asociados al aislamiento, la ansiedad tecnológica o la baja autoeficacia digital.

A través de arquetipos basados en casos reales, se describen patrones frecuentes: Personas que utilizan videollamadas pero experimentan ansiedad anticipatoria ante el error. Mayores que no encuentran sentido práctico en lo digital, especialmente cuando existe aislamiento social o deterioro motivacional. Usuarios intermitentes que abandonan aplicaciones por ausencia de refuerzo o acompañamiento. Personas con soledad no deseada que requieren intervenciones digitales y presenciales combinadas. Estos perfiles permiten adaptar herramientas, tiempos de implementación y estrategias de seguimiento clínico.



20 años investigando cómo tratar el insomnio crónico



Descubre más

ES-IDO-00047 Agosto 2023

PUBLICIDAD

3. Tecnología con valor real: criterios para la práctica profesional

La Guía propone una clasificación de soluciones tecnológicas basadas en su utilidad clínica, accesibilidad y evidencia disponible.

Entre los ámbitos más relevantes se incluyen:

Seguridad y autonomía: teleasistencia avanzada, sensores de caídas, recordatorios de medicación y monitorización pasiva.

Relaciones sociales: plataformas accesibles de videollamada, mensajería simplificada y dispositivos adaptados.

Acceso a salud: teleconsulta, portales del paciente, herramientas de gestión de citas y adherencia terapéutica.

Bienestar emocional y cognitivo: aplicaciones de hábitos saludables, apps de estimulación cognitiva, wearables orientados a actividad física y ocio digital significativo.



Publicidad

Próximos cursos

Evaluación y psicoterapia del duelo complicado

Inicio: 25/02/2026 |Precio: 150€

Ver curso

Explora el artículo con IA



aplicabilidad clínica.

4. Comunidad y profesionales: un puente para la adopción digital

Los espacios comunitarios —centros de día, bibliotecas, asociaciones vecinales y programas municipales— funcionan como entornos de aprendizaje seguro para personas mayores, y constituyen una vía de entrada frecuente hacia el uso estable de tecnologías. La guía señala que la coordinación entre estos espacios y los profesionales de salud mental es esencial para detectar barreras, promover adherencia y acompañar procesos de cambio conductual asociados al uso digital. Asimismo, se destaca la importancia del acompañamiento continuado. La evidencia muestra que la práctica digital sostenida depende de refuerzos periódicos, apoyo emocional y adaptación progresiva, elementos clave para evitar abandono, frustración o aumento de ansiedad en personas con vulnerabilidad psicosocial.

5. Recomendaciones clave para la práctica profesional

DigiMental establece un conjunto de recomendaciones aplicables en la intervención clínica, social y comunitaria: Priorizar el acompañamiento continuado frente a la instrucción puntual. Seleccionar herramientas adaptadas a capacidades funcionales y cognitivas reales. Integrar el componente emocional en la alfabetización digital. Mantener programas comunitarios estables que funcionen como espacios seguros. Formar a cuidadores y profesionales en competencias digitales aplicables a la clínica. Fomentar la interoperabilidad entre servicios sociales, sanitarios y tecnológicos para mejorar continuidad asistencial.

La guía surge del [proyecto de investigación DigiMental](#), elaborado por [Fundación de Neurociencias](#) con financiación del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030



DESCARGAR

Palabras clave: salud digital inclusiva

Explora el artículo con IA



Sobre psiquiatria.com

- Quienes Somos
- Patrocinio y Publicidad
- Contactar
- Aviso legal
- Proyecto Solidario

Sobre Bibliopsiquis

- Glosario
- Aplicaciones
- Guías Clínicas
- Psicofármacos
- Directorio

Contenido y Formación

- Bibliopsiquis
- Cómo Publicar
- Revistas
- Congreso
- Últimas noticias y artículos
- Libros
- Cursos

Cuenta y Servicios

- Psiquilink
- Tienda
- Oferta/Demada de empleo
- Consulta Online
- Agenda
- Beneficios Premium

La información contenida en este sitio web está dirigida exclusivamente a profesionales sanitarios y tiene como objetivo complementar, no sustituir, la relación entre el profesional de la salud y su paciente o visitante. En caso de duda, se recomienda consultar con su profesional de salud de referencia. Este sitio cumple con las normativas aplicables a la información sanitaria en Internet y la protección de datos personales. Para más información, consulte nuestras Condiciones de uso y Política de privacidad.