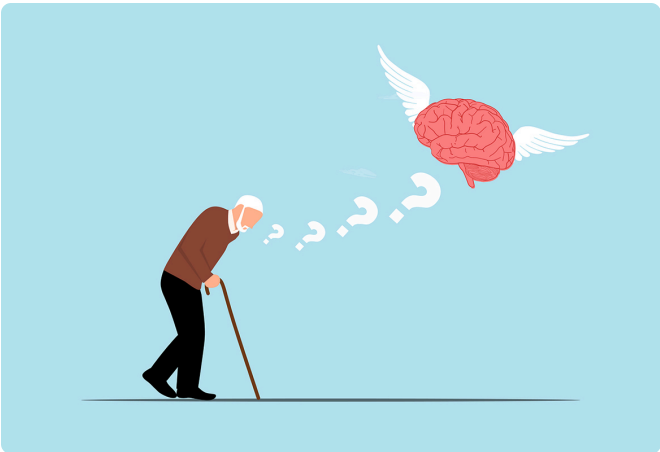




DIARIO MÉDICO |

Guía DigiMental: criterios profesionales para una salud digital significativa en personas mayores

La transformación digital también está redefiniendo la salud mental en la vejez. La Guía DigiMental nace como una herramienta práctica para ayudar a profesionales sanitarios, sociales y comunitarios a incorporar la tecnología de forma útil, segura y personalizada, poniendo el foco en la autonomía, el bienestar emocional y el valor real para las personas mayores



Guía DigiMental: criterios profesionales para una salud digital significativa en personas mayores

Ofrecido por Fundación Neurociencia

Actualizado Mar, 23/12/2025 - 13:54

-
-
-
-
- La digitalización de los servicios sanitarios y sociales está modificando de forma profunda la manera en que las personas mayores se relacionan con su entorno, acceden a la atención y mantienen su bienestar emocional. En el ámbito de la salud mental, este proceso abre oportunidades relevantes para reforzar la autonomía, la conexión social y el seguimiento clínico, pero también introduce riesgos cuando no se consideran adecuadamente las capacidades funcionales, cognitivas y emocionales de cada persona.

La [Guía de Buenas Prácticas y recomendaciones DigiMental](#) se plantea como un marco técnico orientado a profesionales de la salud mental, del ámbito social y comunitario. Su objetivo no es promover un mayor uso de tecnología, sino facilitar **decisiones fundamentadas que generen valor clínico, emocional y funcional real**, evitando la sobreexposición digital o la adopción de herramientas sin sentido práctico.

Tecnología con impacto real en la práctica profesional

La guía propone una clasificación de soluciones tecnológicas basada en criterios de utilidad, accesibilidad y aplicabilidad clínica. Entre los ámbitos prioritarios se incluyen:

- **Seguridad y autonomía**, mediante sistemas de teleasistencia avanzada, sensores de caídas, recordatorios de medicación y monitorización pasiva.
- **Relaciones sociales**, a través de plataformas de videollamada accesibles, mensajería simplificada y dispositivos adaptados.
- **Acceso a la atención sanitaria**, con teleconsulta, portales del paciente y herramientas de gestión de citas y adherencia terapéutica.
- **Bienestar emocional y cognitivo**, mediante aplicaciones de hábitos saludables, estimulación cognitiva, *wearables* orientados a la actividad física y propuestas de ocio digital significativo.

En este enfoque, DigiMental incorpora recursos especializados como [Vadimecum.com](#), un buscador desarrollado por la [Fundación de Neurociencias](#) que permite a profesionales, cuidadores y pacientes identificar productos de salud digital según criterios de evidencia, accesibilidad y aplicabilidad clínica.

El papel del ecosistema de apoyo

La guía subraya que la adopción digital depende de forma crítica del ecosistema que rodea a la persona mayor. Cuidadores, familia, profesionales sanitarios, servicios sociales y espacios comunitarios influyen de manera directa en la continuidad del uso tecnológico. Cuando este apoyo es insuficiente o discontinuo, incluso herramientas bien diseñadas tienden a abandonarse.

Los espacios comunitarios -centros de día, bibliotecas, asociaciones vecinales y programas municipales- se identifican como entornos clave de aprendizaje seguro. La coordinación entre estos espacios y los profesionales de salud mental resulta esencial para **detectar barreras, reforzar la adherencia y acompañar procesos de cambio conductual asociados al uso digital**.

Diversidad de perfiles y adaptación clínica

DigiMental destaca que no existe un único perfil de persona mayor digital. A partir de arquetipos basados en casos reales, **la guía describe situaciones frecuentes con implicaciones clínicas claras**: personas que utilizan videollamadas pero presentan ansiedad anticipatoria ante el error, usuarios que no encuentran



Este enfoque permite ajustar herramientas, tiempos de implementación y estrategias de seguimiento, reduciendo riesgos como la frustración, el aumento de ansiedad o el aislamiento.

La guía establece recomendaciones aplicables a la práctica clínica, social y comunitaria, entre ellas:

- La Guía DigiMental surge del **proyecto de investigación** del mismo nombre, **desarrollado por la Fundación de Neurociencias con financiación del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030**, y se consolida como un recurso técnico para avanzar hacia una salud digital inclusiva, centrada en la persona y alineada con la práctica profesional real.



Este contenido ha sido desarrollado por FUNDACIÓN NEUROCIENCIA.



Daratumumab con VRd, disponible en España para pacientes con mieloma múltiple de nuevo diagnóstico desde el inicio

Ofrecido por Johnson & Johnson

Para completar la imagen, incluso la tinción más débil puede marcar la diferencia.

La FDA autoriza lerodalcibep, un tratamiento mensual que no requiere refrigeración, al tiempo que se desarrollan los primeros orales.



LOGARSE

PUBLICIDAD

Dakle-Sankyo AstraZeneca

	VISIBIL LE	NIR	SOLAR
A			
B			
C			
D			
E			
F			
G			
H			
I			
J			
K			
L			
M			
N			
O			
P			
Q			
R			
S			
T			
U			
V			
W			
X			
Y			
Z			

Para completar la imagen,
incluso la tinción más débil puede marcar la diferencia.

[Considera todo el espectro HER2]