Puntos de vista

La comunicación con adultos mayores: desafíos y estrategias en un contexto cambiante

Communication with Older Adults: Challenges and Strategies in a Changing Context

Daylén Montenegro Lleó[1] Vivian Bárbara González Curbelo[1] Madeleidy Rodríguez Hidalgo[1]

[1] Universidad Carlos Rafael Rodríguez, Cienfuegos, Cienfuegos, Cuba

Cómo citar este artículo:
Montenegro-Lleó D, González-Curbelo V, Rodríguez-Hidalgo M. La comunicación con adultos mayores: desafíos y estrategias en un contexto cambiante. **Revista Finlay** [revista en Internet]. 2025 [citado 2026 Nov 4]; 15(0):[aprox. 0 p.]. Disponible en: https://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/1535

Resumen

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que plantea desafíos únicos. Según la Organización Mundial de la Salud para 2050 se estima que una de cada seis personas en el mundo poseerá más de 60 años. Este cambio demográfico acentúa la importancia de estudiar cómo la comunicación puede empoderar a los adultos mayores e integrarlos plenamente en sus comunidades. Lograr una comunicación efectiva con los adultos mayores constitiye un elemento imprescindible para atender sus necesidades emocionales, promover su integración social y mantener su salud física. Por tal motivo, se analizan los principales desafíos de la comunicación con adultos mayores y se identifican intervenciones, basadas en investigaciones recientes, para fomentar interacciones significativas.

Palabras clave: comunicación en salud, adultos mayores, inclusión social, tecnologías sanitarias

Abstract

Population aging is a global phenomenon that poses unique challenges. According to the World Health Organization, by 2050, it is estimated that one in six people worldwide will be over 60 years old. This demographic shift emphasizes the importance of studying how communication can empower older adults and fully integrate them into their communities. Achieving effective communication with older adults is essential for addressing their emotional needs, promoting their social integration, and maintaining their physical health. Therefore, the main challenges of communicating with older adults are analyzed, and interventions, based on recent research, are identified to foster meaningful interactions.

Key words: health communication, older adults, social inclusion, health technologies

Recibido: 2025-01-29 00:44:49
Aprobado: 2025-04-28 19:07:39

Correspondencia: Daylén Montenegro Lleó. Universidad Carlos Rafael Rodríguez. Cienfuegos. vivianbarbaragonzalez@gmail.com

INTRODUCCIÓN

Lograr una comunicación efectiva con los adultos mayores constitiye un elemento imprescindible para atender sus necesidades emocionales, promover su integración social y mantener su salud física. En un mundo en constante cambio, las brechas generacionales pueden dificultar el entendimiento recíproco, sin embargo, una comunicación adecuada puede ser el puente que conecte las generaciones y ofrezca a los adultos mayores la oportunidad de expresarse, sentirse escuchados y valorados, lo que mejora su calidad de vida, fortalece sus lazos familiares y sociales y crea una red de apoyo que favorece su integración a la sociedad.

A medida que se envejece, surgen desafíos como la disminución de la audición, la memoria o la capacidad de expresar pensamientos complejos. Por ello, emplear un lenguaje claro, ser pacientes, utilizar gestos o apoyos visuales, crear un ambiente de respeto y empatía, valida las experiencias y conocimientos acumulados de los adultos mayores, estas constituyen estrategias que favorecen la interacción. En este contexto, la comunicación se convierte en herramienta poderosa para preservar la dignidad y fomentar su participación activa en la sociedad.

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que plantea desafíos únicos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), para 2050, se estima que una de cada seis personas en el mundo poseerá más de 60 años. Este cambio demográfico acentúa la importancia de estudiar cómo la comunicación puede empoderar a los adultos mayores e integrarlos plenamente en sus comunidades. Por tal motivo, se analizan los principales desafíos de la comunicación con adultos mayores y se identifican intervenciones, basadas en investigaciones recientes, para fomentar interacciones significativas.

DESARROLLO

Definición de adulto mayor

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a los adultos mayores como personas de 60 años o más. Plantea, además, que el envejecimiento implica cambios físicos, psicológicos y sociales que afectan la calidad de vida e interacciones comunicativas que incluyen: deterioro auditivo y visual, disminución de la memoria y habilidades cognitivas. Desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es el resultado de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, a un mayor riesgo de enfermedad y, en última instancia, a la muerte.[1]

Relación entre comunicación y adulto mayor

La comunicación desempeña un papel crucial en la vida de los adultos mayores, no solo para transmitir información, sino para reafirmar su identidad y fomentar relaciones significativas.

La relación entre comunicación y adulto mayor es vital para su integración social, favorece su autonomía y autoestima. Un diálogo claro y respetuoso mejora su participación en decisiones cotidianas.

Estudios recientes destacan que interacciones comunicativas de calidad reducen la incidencia de depresión y ansiedad en adultos mayores, lo que mejora su bienestar emocional y mental.[1,2]

Desafíos en la comunicación con adultos mayores

- Problemas sensoriales: aproximadamente el 20 % de los adultos mayores presenta pérdida auditiva, lo que dificulta su participación en conversaciones grupales o la comprensión de información compleja.[3]
- Estigmas sociales: las actitudes negativas hacia el envejecimiento pueden acarrear que los adultos mayores sean ignorados o tratados de modo condescendiente.
- Brecha tecnológica: la falta de acceso o conocimiento sobre cómo usar dispositivos modernos limita su capacidad para mantenerse conectados con familiares y amigos. Los dispositivos móviles pueden ayudar a las personas mayores a mantenerse en contacto con sus seres queridos.[4]

Estrategias para enfrentar los desafíos

- Capacitación en tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC): la educación digital ha demostrado ser efectiva para reducir el aislamiento social y mejorar la autoestima de los adultos mayores. La brecha digital en las personas mayores representa una de las desigualdades más visibles en nuestra sociedad digitalizada.[5]

- Adaptación del entorno: crear espacios médicos y comunitarios que minimicen distracciones auditivas y visuales que faciliten la comunicación cara a cara.
- Empleo de tecnologías asistenciales: audífonos y dispositivos de amplificación pueden ser claves para mejorar la comunicación en contextos médicos y sociales.[6]

Bases teóricas de la comunicación intergeneracional

La teoría de la acomodación comunicativa indica que las personas ajustan su estilo de comunicación según las características del interlocutor, ello implica utilizar un lenguaje claro y respetuoso con los adultos mayores, adaptarlo a sus capacidades sensoriales y cognitivas.[7] Las teorías del ciclo vital enfatizan cómo el envejecimiento afecta la producción y comprensión del lenguaje.

Importancia de la comunicación afectiva y familiar

La comunicación afectiva y familiar es fundamental para el bienestar emocional y físico de los adultos mayores, proporciona soporte emocional y refuerza los lazos interpersonales. Las familias que mantienen una comunicación abierta con sus adultos mayores observan un aumento en el bienestar psicológico y una reducción en los sentimientos de exclusión.[8] Asimismo, la participación en decisiones sobre su cuidado fortalece su sentido de autonomía y respeto. Un entorno donde predomina la comunicación cálida, empática, constante, fortalece los vínculos familiares y proporciona sentido de pertenencia y apoyo, elementos cruciales para reducir sentimientos de soledad, ansiedad o depresión, comunes en esta etapa de la vida.

La familia, pilar cercano, resulta esencial en la mejora de su salud mental y física mediante la comunicación efectiva y afectuosa.

Intervenciones en el ámbito médico

El sector de la salud es clave para garantizar la comunicación efectiva con adultos mayores. Entre las estrategias significativas se encuentran:

- Capacitación en habilidades comunicativas: esenciales para abordar necesidades comunicativas de adultos mayores.[9]
- Adaptación del lenguaje y herramientas: utilizar diagramas y folletos informativos facilita la comprensión.
- Tecnologías inclusivas: diseñar plataformas digitales adaptadas a adultos mayores garantiza su acceso a información y servicios.[10]

CONCLUSIONES

La comunicación efectiva con adultos mayores requiere un enfoque multidimensional que considere barreras individuales y sociales. La capacitación en las TIC, adaptación de entornos, uso de tecnologías asistenciales e intervenciones sostenibles y accesibles son pasos claves para fomentar interacciones significativas que promuevan su bienestar integral.

Conflicto de intereses:

Las autoras declaran la no existencia de conflictos de intereses relacionados con el estudio.

Los roles de autoría:

1. Conceptualización: Daylén Montenegro Lleó.

2. Curación de datos: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo .

3. Análisis formal: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo, Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

4. Adquisición de fondos: Esta investigación no contó con adquisición de fondos.

5. Investigación: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo, Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

6. Metodología: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo, Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

7. Administración del proyecto: Vivian Bárbara González Curbelo.

8. Recursos: Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

9. Software: Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

10. Supervisión: Vivian Bárbara González Curbelo.

11. Validación: Vivian Bárbara González Curbelo.

12. Visualización: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo.

13. Redacción del borrador original: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo, Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

14. Redacción – revisión y edición: Daylén Montenegro Lleó, Vivian Bárbara González Curbelo, Madeleidy Rodríguez Hidalgo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud. Datos y cifras[Internet]. Ginebra:OMS;2024[citado 11/1/2025]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health.

2. Harwood J, Kunkle C. Understanding communication and aging: Developing knowledge and awareness[Internet]. San Diego:Cognella Academic Publishing;2017[citado 11/1/2025]. Disponible en: https://us.sagepub.com/en-us/nam/understanding-communication-and-aging/book241672.

3. Perrin A, Anderson M. Social media use in 2019[Internet]. Washington:Pew Research Center;2019[citado 11/1/2025]. Disponible en: https://www.pewresearch.org/internet/2019/04/10/social-media-use-in-2019/.

4. Ilunion Vida Sénior. El uso de la tecnología en las personas mayores[Internet]. Barcelona: Ilunion;2023[citado 6/1/2025]. Disponible en: https://www.ilunion.com/es/blog-puntoilunion/tecnologia-personas-mayores.

5. Bonadea. Todo sobre la brecha digital en personas mayores[Internet]. Valencia:Bonadea;2024[citado 28/1/2025]. Disponible en: https://www.bonadeacare.com/brecha-digital-personas-mayores/.

6. Chen YR, Schulz PJ. The effect of information communication technology interventions on reducing social isolation in the elderly: A systematic review. J Med Internet Res. 2016;18(1):e18.

7. McKee M, James TG, Helm KVT, Marzolf B, Chung DH, Williams J, et al. Reframing Our Health Care System for Patients with Hearing Loss. J Speech Lang Hear Res. 2022;65(10):3633-45.

8. Bražinová I, Chytil O. The family as a source of social support for older adults: Implications for gerontological social work. J Social Work. 2024;24(3):394-400.

9. Gao Y, Deng Z, Liu S. Medical professionals' communication skills with older adults: A review. BMC Geriatr. 2021;21(1):112.

10. Red Social Innovation. Facilitar la inclusión digital de las personas mayores[Internet]. Madrid:RSI;2024[citado 11/1/2025]. Disponible en: https://red-social-innovation.com/es/solution/facilitating-digital-inclusion-for-the-elderly/.