

<https://doi.org/10.51234/aben.22.e10.c15>

REFLEXIONES SOBRE ESTRATEGIAS DE CUIDADO DEL ADULTO MAYOR DE LA INFODEMIA DEL COVID-19

Maria del Pilar Gómez-Luján^I

ORCID: 0000-0003-0429-5873

Márcia de Assunção Ferreira^{II}

ORCID: 0000-0002-6991-7066

Sofía Sabina Lavado Huarcaya^{III}

ORCID: 0000-0002-5755-3066

Reyna Ysmelia Peralta Gomez^{IV}

ORCID: 0000-0001-6673-7513

^IUniversidad Nacional de Trujillo.
Trujillo, La Libertad, Perú.

^{II}Universidade Federal do Rio de Janeiro.
Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

^{III}Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
Chiclayo, Lambayeque, Perú.

^{IV}Universidad Nacional San Agustín de Arequipa.
Arequipa, Arequipa, Perú.

Autor Correspondiente:

Maria del Pilar Gómez-Luján
mpgomez2001@hotmail.com



Como citar:

Gomez-Lujan MP, Ferreira MA, Huarcaya SSL, Gomez RYP. Reflexiones sobre estrategias de cuidado del adulto mayor de la infodemia del Covid-19. In: Cavalcante RB, Castro EAB, (Org.). Infodemia: gênese, contextualizações e interfaces com a pandemia de covid-19. Brasília, DF: Editora ABEN; 2022. p. 132-9 (Serie Enfermagem e Pandemias, 7) <https://doi.org/10.51234/aben.22.e10.c15>

Revisor: Raúl Fernando Guerrero Castañeda.
Universidad de Guanajuato-Celaya.
Guanajuato, México.

INTRODUCCIÓN

Desde diciembre de 2019 el mundo vive una grave crisis de salud debido a la propagación de un virus de alta morbilidad, mortalidad e infecciosidad. La pandemia generada por el virus SARS-CoV-2, además de asolar el mundo, también trajo a colación un fenómeno denominado infodemia, una mezcla de “información” y “epidemia”, la información errónea, la desinformación y los rumores durante una emergencia de salud, las medidas preventivas falsas, los remedios falsos, las teorías de la conspiración y otra información incorrecta pueden tener consecuencias más allá de la salud pública⁽¹⁾.

Con la aparición del COVID-19, la infodemia y la situación de emergencia condujo a una reacción desesperada por transmitir datos que pudieran dar origen a consejos de tratamientos y conductas tendientes a evitar la catastrófica evolución y el penoso número de seres humanos fallecidos que se fueron sucediendo en los últimos meses en todo el mundo⁽²⁾. Mantenerse informado de todo lo que ocurre con el COVID-19, en relación a evolución de las cifras de contagios y muertes, puede ser una buena estrategia para algunas personas o mala para otras, ya que resulta incontrolable la irracional cantidad de información difundida en los medios de comunicación y redes sociales⁽³⁾.

Las noticias falsas durante la pandemia COVID-19 son un desafío para la mitigación de la pandemia, ya que generan confusión sobre el origen de la enfermedad y los cuidados que se deben tomar y se convierten en riesgo porque las personas acceden a tomar medicamentos no autorizados⁽⁴⁾. La difusión de esta información perjudica la respuesta al brote de COVID-19, induciendo a la permanente modificación de las medidas de protección; aumento de la confusión pública sobre las fuentes de información en las que confiar; generando miedo y pánico por rumores exagerados sin prueba científica que afecta la vida, la



salud e incluso la salud mental de las personas, que en el caso de COVID-19, creció de 50% a 70%, debido a la facilidad de publicar contenidos en redes sociales⁽⁵⁾.

A diario los medios de comunicación ganaron mucho terreno, lo mismo que denota que el 42% de las personas pasan más tiempo en redes sociales, ven TV y leen más diarios. Particularmente los adultos mayores ven más noticias en un 59 %. En Perú los medios de comunicación son 96% más consumidos en este contexto, mientras que el tiempo de navegación en las redes sociales se incrementó en 2 horas y 49 minutos respecto del tiempo utilizado para dicho fin antes de la cuarentena⁽⁶⁾. Esto permite que los medios reconfiguren la realidad mediática y pública, y en ella, establecen percepciones en las que cada grupo social tiene una identidad y un rol que cumplir⁽⁷⁾.

En Latinoamérica y particularmente en Perú el envejecimiento es acelerado así, el 12.7% de la población tiene 60 años o más y en el año 2050 este grupo representará el 22% de la población nacional⁽⁸⁾. Asimismo, el 43.9% de las familias peruanas tiene entre sus miembros a una persona adulta mayor y 27.4% de estos núcleos familiares tiene a una de estas personas como jefe o jefa de hogar⁽⁸⁾. Esta población representa una carga más aún si no cuentan con seguro y afrontan analfabetismo y violencia⁽⁸⁾. Hay muchos desafíos que enfrentar, especialmente en países de ingresos bajos y medianos, y en el caso de los adultos mayores, la tríada de aislamiento social, exclusión digital, infodemia y discriminación por edad son cruciales en esta pandemia, que también tiene un impacto en la salud mental de la población⁽⁹⁾.

Por eso, el presente capítulo tiene como objetivo reflexionar sobre las estrategias de cuidado para el adulto mayor frente a infodemia por COVID-19

LA INFODEMIA: OTRA PANDEMIA QUE AFRONTAR EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PERÚ

De acuerdo al Índice de Riesgo infodémico COVID-19 cuyo objetivo es identificar los países en riesgo de impactos sanitarios y humanitarios por COVID-19,

El Perú se ubica a nivel de Latinoamérica como el país con mayor riesgo de recibir información engañosa, lo cual exige que el gobierno asuma una política nacional e internacional para enfrentarla⁽¹⁰⁾. Este índice refleja la realidad de las poblaciones con mayor vulnerabilidad (bajo nivel educativo, pobre análisis crítico, precario dominio de las habilidades de lectura y escritura), que no son capaces de poder discriminar las noticias falsas de aquellas confiables y/o verdaderas⁽¹¹⁾.

En el Perú, estos déficits son encontrados frecuentemente en los adultos mayores, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática⁽⁸⁾, más del 50% de este grupo etario tienen mínimamente nivel primario (14,6 % sin nivel inicial; 39,8% nivel primario). Sin embargo, un alto porcentaje de estos adultos mayores cuentan con celular, ya sea quienes residen en la zona urbana (90,4%) o en el área rural (68,9%). Por otro lado, los medios de comunicación son 96% más consumidos en este contexto, e igualmente el tiempo de navegación en las redes sociales se incrementó en 2 horas y 49 minutos respecto del tiempo utilizado para dicho fin antes de la cuarentena⁽⁶⁾.

El clima de incertidumbre que rodea a la pandemia de COVID-19, alcanza a los adultos mayores por diversas formas y medios de comunicación, sobre todo, a través de la televisión, radio, periódicos y redes sociales, teniendo la capacidad de llegar a diversos públicos. Sin embargo, existen fuertes diferencias intergeneracionales en la valoración de la información en las redes sociales como fuente primaria de información. Solo el 8% de las personas de 66 años o más conceden a esta fuente la condición de fuente principal. Esta proporción se eleva al 26% para las personas de 26 a 65 años y alcanza el 42% para las de 16 a 25 años. Las personas de 66 años o más son las que tienen menos probabilidades de preguntar al respecto a los profesionales de la salud como una fuente principal de información⁽¹²⁾ (22% en comparación con 36% de las personas de 26 a 65 años)

Este constante bombardeo se relaciona tanto con el hecho de que el volumen de información (verdadero o falso) es muy elevado y que además su difusión es sumamente rápida, pero efímera en particular, a la

existencia de las redes sociales o canales continuos de noticias, y que, entre la información difundida, una significativa proporción resulta ser de mala calidad, o incluso falsa⁽¹²⁾.

Un estudio francés determinó que cuatro de cada diez personas mayores (38%) han compartido información en las redes sociales y, proporcionalmente, es más probable que admiten haber compartido contenido falso en las redes sociales (25%)⁽¹²⁾. Estas estadísticas demuestran que la presencia del adulto mayor como usuario de la telefonía móvil y el uso de las redes sociales cada vez es mayor, situación que los torna, tantas víctimas cuánto propagadores⁽¹¹⁾.

En su condición de víctimas, los adultos mayores sufren por la crisis causada por la pandemia, que en sí misma provoca altos niveles de inseguridad, estrés, ansiedad y depresión, pero además pueden ser agravadas por la proliferación de noticias falsas o informaciones sin la debida base científica, generando un impacto emocional y mental, hasta pánico e incapacidad para responder a las demandas que se presentan, por la cantidad de noticias que circulan en su entorno⁽¹¹⁾.

La epidemia de COVID-19 va acompañada de una infodemia, es decir, un enorme e incesante flujo de información, verdadera y falsa, difícil de manejar para las personas. Esta infodemia se torna un gran problema porque puede generar incomprensión del virus, pero también ansiedad y sobre todo impide la adopción de prácticas efectivas de control pandémico en los adultos mayores. Tornándose cierto que el grupo de mayor riesgo en la infodemia es el mismo que el más expuesto a la epidemia de COVID-19, estos son los de 66 años y más⁽¹³⁾.

En el Perú, se identificó que frente a la presencia de la pandemia por COVID-19, los medios de comunicación han reforzado una construcción de la representación del adulto mayor como un grupo homogéneo caracterizado por la acción del cuidado que recibe de(los) otro(s), enfocando una pasividad simbólica y social del adulto mayor. En esta imagen se diluye su individualidad, su capacidad de toma de decisiones y consecuentemente, agudiza una imagen de seres que deben ser únicamente protegidos y cuidados⁽¹⁴⁾.

Más allá de la diferencia intergeneracional en la valoración de la información, la naturaleza efímera de esta información que se difunde en los medios de comunicación, se centra en la rápida calificación, descalificación o contradicción del contenido, según los avances de la ciencia. Las posiciones, a veces divergentes, entre los diversos expertos ampliamente solicitados en los medios de comunicación son también una de las dimensiones de la infodemia^(9,12).

Esta realidad se ve caracterizada en las opiniones respecto la vacunación al adulto mayor, sus marchas y contramarchas en los argumentos dados por los investigadores y los representantes del gobierno, aporta al gran volumen de información, que desestabiliza y fragiliza e incluso lo coloca en una posición de duda e incertidumbre al adulto mayor, frente a las controversias todavía existen en cuanto a su efectividad.

No cabe duda, que la infodemia sobre COVID-19 desencadena una contaminación de las ideas, lo que refuerza su efecto negativo en la salud, sobretodo, porque ambos fenómenos aún están en curso, lo que representa una amenaza para la salud pública, no solo por la dificultad en el acceso de las personas mayores a fuentes adecuadas para prevenir COVID-19, sino también porque reproduce estereotipos negativos de los adultos mayores, provoca un contexto de pánico o de conductas inadecuadas que acaban por limitar la promoción del cuidado de sí mismo e incluso altera la gestión del tiempo que restringe la vida de las personas mayores^(9,15).

La pandemia de COVID-19 está causando un gran miedo y sufrimiento a las personas mayores en todo el mundo, el virus continúa propagándose rápidamente en la mayoría de los países, abrumado los sistemas de protección social y de salud. Menos visibles, pero no menos preocupantes son los efectos más generales: atención médica negada por condiciones no relacionadas con COVID-19; negligencia y abuso en instituciones y centros de atención; un aumento de la pobreza y el desempleo; el impacto dramático en el bienestar y la salud mental; y el trauma del estigma y la discriminación. Los esfuerzos para proteger a las personas mayores no deben pasar por alto las muchas variaciones dentro de esta categoría, su increíble resiliencia y positividad, y los múltiples roles que tienen en la sociedad. Debemos ver la diversidad total de personas dentro de la categoría de personas mayores⁽¹⁶⁾

Existe una necesidad imperiosa de acción inmediata para proteger a las personas mayores y preservar sus derechos y dignidad en todo momento, ya que los desafíos causados por la pandemia no tienen precedentes y muchos de ellos no son nuevos. La prevención del COVID-19 depende del autocuidado que cada persona realiza a su favor y lo mantiene en el contexto de las relaciones sociales. Y estas acciones preventivas necesitan ser conocidas por su implementación para alcanzar sus objetivos. Esta tarea tiene que ser sumada por el Estado, las empresas, las organizaciones internacionales, las comunidades, amigos y familiares, pero sobre todo canalizarlo en la misma persona mayor^(9,15).

DESAFÍOS DEL CUIDADO PARA EL ADULTO MAYOR FRENTE A INFODEMIA EN UN CONTEXTO DE PANDEMIA POR COVID-19

Como se aprecia, la pandemia e infodemia de COVID-19 son fenómenos de reciente desarrollo, con preocupación continúan vigentes, en tanto, se incrementa la morbilidad y letalidad de la población de muchos países por las nuevas variantes del Coronavirus⁽¹⁵⁾, las mismas que dan lugar a especulaciones y deformación de la información en los diferentes medios y por ende, la infodemia se convierte en un aspecto que influye en la letalidad.

Así, el incremento del uso de las redes sociales y su fácil acceso a éstas en un mundo globalizado, durante la pandemia del COVID-19 emerge el fenómeno de las noticias falsas sobre esta enfermedad, que influyen en la opinión de la población en general y en especial con las poblaciones vulnerables, como los adultos mayores que confunden, o consideran difícil distinguir las informaciones falsas de las verdaderas. En este contexto de pandemia, la infodemia es un desafío para las instituciones de salud, con el uso de estrategias para monitorear, controlar, verificar, bloquear y prohibir los entornos de páginas que alojan noticias o contenidos falsos⁽¹¹⁾. Al respecto, enfermería tiene como propósito educar a la población adulta mayor con noticias verdaderas de fuentes autorizadas, sobre vacunación, cuidados cotidianos de bioseguridad, aclarando dudas entre otros, utilizando las redes sociales que más usan.

Los profesionales de salud y la nueva generación tienen una importante responsabilidad en la deconstrucción de los mitos, rumores, desinformación, porque las noticias falsas se consideran inevitablemente un problema social; por tanto, también de seguridad pública⁽¹⁷⁾ por la desinformación de los diferentes medios de comunicación, sin tener en cuenta los principios éticos y científicos que impactan en la dimensión emocional y espiritual de las personas⁽¹⁸⁾.

En esta perspectiva, es una exigencia aprender a cuidarnos y cuidar a las personas, familias y grupos sociales en tiempos de pandemia, de infodemia de COVID-19, en situaciones de distanciamientos sociales, cuarentenas, restricciones que se impone desde el estado, como medidas sanitarias para evitar la propagación de la infección por el Coronavirus.

La enfermedad por COVID-19 implica un daño a la totalidad de la existencia de la persona, no solo afecta a un órgano o sistema del cuerpo, sino afecta su vida misma, la familia, el trabajo, en el sentido global de la vida⁽¹⁹⁾. En esta convivencia humana en un contexto de pandemia por COVID-9 se suma la infodemia de esta enfermedad, difundida a la población en redes sociales, radio, televisión, prensa escrita entre otros.

Situación de cuidado, para las enfermeras que se torna imperativo cuidar la salud y la vida desde paradigmas emergentes que permitan entender la complejidad de vivir en incertidumbre, en una sociedad del conocimiento con cambios profundos para la sobrevivencia del ser humano, de cambiar, adaptar nuevos estilos de vida, de comunicarnos, conversar en todas sus formas, de establecer interrelación con la naturaleza y humanizar los servicios del sistema de salud, cuidar del legítimo otro con amor, respeto y solidaridad, siendo necesario (re)crear las nuevas formas, modos o estilos de cuidar, de manera particular al adulto mayor, como grupo de riesgo.

Desde esta perspectiva, la enfermera asume el compromiso de cuidar, educar al adulto mayor que requiere de ser respetado por ser un sujeto de derechos. Cuida de la corporeidad del adulto mayor, cuerpo-mente-espíritu,

el objeto que se transforma durante el proceso de cuidado en sujeto, quien se manifiesta que requiere ser atendido y escuchado⁽¹⁹⁾.

Este compromiso profesional lleva a la reflexión de priorizar, transformar las formas de cuidar la educación de salud de un modelo tradicional, presencial, lineal, para un modelo virtual de aprendizaje centrado en el cuidado del adulto mayor, la familia con adulto mayor, cuidadores familiares, instituciones gerontológicas, usando herramientas digitales pertinentes para el aprendizaje del cuidado cotidiano para contribuir a mejorar la calidad de vida del adulto mayor y tenga una información segura del COVID-19.

Las estrategias para la educación en salud deben ser pertinentes, seguras, (re)creadas, construidas a la luz de bases científicas, teóricas, filosóficas del cuidado humano y sus resonancias⁽¹⁹⁾, la espiritualidad que revela la capacidad de dialogar consigo misma, sensibilidad, compasión, de escucha, paz, de fomentar el perdón, es decir es el cuidado esencial que se asume con compromiso, responsabilidad⁽¹⁹⁾. Cuidar con empatía, orientado en los principios de singularidad e identidad del cuidado del adulto mayor.

Desde la mirada de la atención primaria renovada, componente clave para la efectividad del sistema de salud, se sostiene que los elementos educativo e informativo son esenciales, más aún, cuando el desarrollo científico y tecnológico en el campo de la comunicación social puede ser un vehículo “eficaz” de información y no solo de desinformación o manipulación⁽²⁰⁾.

USO DE TECNOLOGÍA E INFORMACIÓN EN SALUD (TICS) EN LA LUCHA DE LA INFODEMIA DEL COVID-19

En el Perú en el marco de la Ley N° 30421 se establece a nivel nacional la Telesalud, como el servicio de salud a distancia prestado por personal de salud competente, a través de las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) y accesibles a los usuarios en áreas rurales o con limitada capacidad resolutive. El Ministerio de Salud, ente rector del sector salud formula, planea, dirige, coordina, ejecuta, supervisa y evalúa la política nacional y sectorial de telesalud, elabora el Plan Nacional de Telesalud, define los estándares de calidad de la provisión de los servicios de telesalud. Los Ejes de desarrollo de telesalud (art 8) incluyen la prestación de los servicios de salud; la gestión de los servicios de salud; la información, educación y comunicación a la población sobre los servicios de salud y el fortalecimiento de capacidades del personal de salud, entre otros. Así mismo, en el art 12 se establece en las normas complementarias la seguridad de la información para la implementación de la telesalud en el sistema nacional de salud.

De esta manera a nivel de país se oficializa legalmente el uso de la Telemedicina, entendida como la provisión de servicios de salud a distancia en los componentes de promoción, prevención, diagnóstico, recuperación o rehabilitación prestados por profesionales de la salud que utilizan tecnologías de la información y de la comunicación (TIC), con el propósito de facilitar el acceso a los servicios de salud a la población⁽²¹⁾.

En tiempos de pandemia en el Perú existen iniciativas de utilizar la práctica de Telesalud como una herramienta útil para el cuidado socio-emocional de adultos mayores. En EsSalud se estableció durante los seis primeros meses de la pandemia por COVID-19 el telemonitoreo, fue convertido en una herramienta eficaz para garantizar que la salud social y emocional de los adultos mayores no quede desatendida⁽⁷⁾.

En las instituciones de salud del país, hacen uso de la TICs, de herramientas digitales con poblaciones vulnerables de enfermar y morir, como es la población de adultos mayores. En este sentido se ha incrementado la atención por servicios remotos, la estrategia de teleconsultas, entre otras, como alternativas necesarias que surgen por las restricciones sanitarias presenciales de lucha contra el Covid-19.

Debido a todos los problemas que involucran a la infodemia y especialmente a la difusión de noticias falsas, la educación para la salud se vuelve primordial. La enfermera es una educadora por excelencia, debe enfocarse en el proceso de aprendizaje de las personas que cuida, y este contexto de crisis de salud requiere de una acción eficaz y eficiente con las personas mayores, sus familias y cuidadores, con el fin de promover la salud y evitar daños mayores por noticias falsas que impactan en la salud y cuidado de las personas mayores.

Al respecto, sobre el cuidado del adulto mayor, en el marco de la pandemia por COVID-19 se plantea la propuesta de algunos lineamientos de cuidados para orientar a las familias con adultos mayores, cuidadores familiares y a toda persona que esté en contacto con ellos, en el cuidado de vida cotidiana.

ESTRATEGIAS PARA CUIDAR DEL ADULTO MAYOR EN UN CONTEXTO DE INFODEMIA POR COVID-19

- Promover el uso de carteles informativos en lugares visibles, con mensajes informativos claros, cortos, respetuosos, de preferencia con imágenes sobre recomendaciones generales de medidas sanitarias preventivas.
- Seleccionar y limitar el uso masivo y permanente de información de la televisión sobre el COVID-19. Reemplazar con programas informativos oficiales confiables sobre la situación de la pandemia.
- Brindar información sostenida, clara sobre cómo prevenir el riesgo de infección del COVID-19.
- Promover actividades saludables que disfruten y encuentren relajantes, manteniendo en todo momento las medidas de distanciamiento social.
- Promover la realización de actividades colaborativas en el hogar y recreativas respetando las normas de prevención del COVID-19.
- Llamarles por su nombre y respeto a su persona
- Promover y mantener las demostraciones de afecto, ternura, contacto visual, verbal, en el saludo, en la conversación familiar, amical a través de medios virtuales o por vía telefónica, evitando así el acercamiento físico.
- Compartir información oficial, actualizada, basada en el conocimiento científico, medicina complementaria para contrarrestar las constantes desinformaciones, noticias falsas noticias sobre el Covid-19 para evitar desencadenar ansiedad, miedo, temor.
- Practicar la escucha atenta a sus temores, inquietudes o preguntas sobre el Covid-19 y/o de otras enfermedades que le afecten.
- Promover el compromiso de la familia y otras redes de apoyo para proporcionarles información segura y ayudarlos a practicar medidas de prevención del Covid-19.
- Promover el fortalecimiento de la dimensión espiritual del adulto mayor con actitudes de cuidado de esperanza y fe, expresadas en diversas estrategias, incluso la oración, agradecimiento, el sentido de la vida; promover la reconciliación y el perdón con las personas significativas, prepararse para aceptar la muerte como parte de la vida. Así mismo, respetar sus creencias y valores religiosos.
- Promover reuniones sociales a distancia con su familia, amigos, pares a través de videollamadas.
- Promover los estilos de vida saludable: favorecer rutinas de sueño regulares, ingesta de alimentos saludables, disminuir el estrés atendiendo sus necesidades y sentimientos.
- Promover el ejercicio físico saludable de acuerdo a sus posibilidades, evitar la inactividad con reposo prolongado en cama o sentados.

CONSIDERACIONES FINALES

La pandemia de COVID-19 provocó una grave crisis de salud y puso de relieve varias debilidades políticas y sociales en varios países, que tenían poca capacidad para responder a la crisis. También evidenció la vulnerabilidad de los ancianos, quienes fueron los más afectados y los que más murieron con la infección por coronavirus, especialmente al inicio de la propagación de la infección. Como nueva enfermedad generó muchas dudas y necesidades de adaptación por parte de las instituciones y equipos de salud para enfrentarla y fuertes medidas de los países para mitigar la propagación de la epidemia y controlarla.

Durante el año y medio en el que el mundo convive con la pandemia, no solo se ha destacado el poder del virus, sino también de las tecnologías de la información y las redes sociales. Un poder que bien podría

ser utilizado como aliado en la lucha contra la pandemia y sus nefastas consecuencias, con la difusión de información sobre cuidados preventivos y la importancia de la cuarentena para prevenir la propagación de la infección; sin embargo, estamos asistiendo a su mal uso con la generación de daños inimaginables. La infodemia resulta de la circulación excesiva de información con reproducciones automáticas en alta cantidad y de baja calidad, con contenidos no basados en la ciencia, sin fuentes confiables, sustentados en opiniones personales y con intenciones políticas en ocasiones ocultas, que han venido causando graves daños a la salud de la población.

El fenómeno de la infodemia es una enfermedad que hay que afrontar, como es el caso de la propia epidemia de COVID-19, que también potencia los efectos nocivos de la infección. A partir de informaciones falsas, desalentó la aplicación de medidas de protección y fomento del uso de medicamentos ineficaces, parte de la población se vuelve vulnerable y muchos enferman porque no saben cómo cuidarse y se exponen a infecciones. La infodemia compromete la salud en su conjunto, sobrecargando psicológicamente a las personas, especialmente a las personas mayores, ya que la mayoría de ellas no dominan las tecnologías y no pueden protegerse de este exceso de información que les llega a través de las redes sociales.

En este sentido, es necesario asistir a las personas mayores acogiendo y comprendiendo sus necesidades de cuidado, tanto por lo que surge de su condición psicológica como espiritual. Promover la inclusión digital con pautas adecuadas para el buen uso de las tecnologías de la comunicación y las redes sociales, alternándose de los múltiples beneficios que nos brindan, pero también de los potenciales riesgos que pueden traer. Finalmente, sobre la infodemia se les debe orientar sobre cómo encontrar fuentes de información confiables y trabajar con las familias y redes de apoyo a las personas mayores para que todos puedan aplicar bien los conocimientos a favor de la salud.

REFERENCIAS

1. Arroyo-Sánchez AS, Cabrejo J, Cruzado M. Infodemia, la otra pandemia durante la enfermedad por coronavirus 2019. *An Fac med.* 2020;81(2):230-3. <https://doi.org/10.15381/anales.v81i2.17793>
2. Marangoni A. En tiempos del COVID-19: pandemia e infodemia. *Rev Argentina Radiol.* 2020;84(4):113-114. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1714051>
3. Aleixandre-Benavent R, Castelló-Cogollos L, Valderrama-Zurián J-C. Información y comunicación durante los primeros meses de Covid-19. Infodemia, desinformación y papel de los profesionales de la información. *Profesional de la información.* 2020;29(4):e290408. <https://doi.org/10.3145/epi.2020.jul.08>
4. Limaye RJ, Sauer M, Ali J, Bernstein J, Wahl B, Barnhill A. Building trust while influencing online COVID-19 content in the social media world. *Lancet Digital Health.* 2020;2(6):277-278. [https://doi.org/10.1016/S2589-7500\(20\)30084-4](https://doi.org/10.1016/S2589-7500(20)30084-4)
5. Organización Panamericana de la Salud OPS. Entender la infodemia y la desinformación en la lucha contra la COVID-19 [Internet]. 2021 [cited 2021 May 15]. Available from: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52053/Factsheet-Infodemic_spa.pdf?sequence=14&isAllowed=y
6. DATUM. Comportamiento online ante coyuntura COVID-19 [Internet]. Lima; 2020 [cited 2021 May 30]. Available from: https://www.datum.com.pe/new_web_files/files/pdf/2020%20Comportamiento%20online%20ante%20coyuntura%20Covid-19.pdf
7. Angulo M. La construcción de la macroidentidad de Perú: patria y nación en la prensa limeña del proceso de independencia (1811-1813 y 1821-1822) [Dissertação] [Internet]. Foz do Iguazu (PR): Universidade Federal da Integração Latino-Americana; 2018 [cited 2021 May 30]. Available from: https://dspace.unila.edu.br/bitstream/handle/123456789/3642/Disserta%C3%A7%C3%A3o_MiguelAngulo.pdf?sequence=5&isAllowed=y
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI. Informe Técnico: Situación de la población adulta mayor [Internet]. Lima; 2020 [cited 2021 May 30]. Available from: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-tecnico-poblacion-adulta-mayor.pdf>
9. Alonso V, Cipolli G, Flauzino K, Cachioni M. Pandemic of COVID 19 and old adults Brazilians: a reflection on social isolation, infoexclusion, infodemia and idadism. *Rev Kairós: Gerontol.* 2020;23:355-64. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2020v23i0p355-364>

10. Alvarez-Risco A, Mejia CR, Delgado-Zegarra J, Del-Aguila-Arcentaes S, Arce-Esquivel AA, Valladares-Garrido MJ, et al. The Peru Approach against the COVID-19 Infodemic: Insights and Strategies. *Am J Trop Med Hyg.* 2020;103(2):583-6. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-0536>
11. Yabrude ATZ, Souza ACM, Campos CW, Bohn L, Tiboni M. Desafios das Fake News com Idosos durante Infodemia sobre Covid-19: Experiência de Estudantes de Medicina. *Rev Bras Educ Med.* 2020;44(Suppl 01):e140. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200381>
12. Lits G, Cougnon Louise-Amélie, Heeren A, Hanseeuw B, Gurnet N. Analyse de «l'infodémie» de Covid-19 en Belgique francophone. *DIAL.* 2020. 57 p. <https://doi.org/10.31235/osf.io/wsuj3>
13. UN. CEPAL. Subsele de México. El derecho a la vida y la salud de las personas mayores en el marco de la pandemia por COVID-19. Sede Subregional de la CEPAL en México (Estudios e Investigaciones) 45493, Naciones Unidas Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) [Internet]. 2020 [cited 2021 May 29]. Available from: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45493/S2000301_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
14. Béltran GR. Prácticas comunicativas y representación social de las edades en los medios. In: Dulcey-Ruiz E, Mantilla GM, Carvajal LMC (Edits.). *Periodismo y comunicación para todas las edades.* Bogotá: Ministerio de Comunicaciones, 2004. p.139-155.
15. Soares SSS, Carvalho EC, Varella TCMM, Andrade KBS, Souza TDO, Souza NVDO. Brazilian nursing in the fight against the infodemic during the covid-19 pandemic. *Cogitare Enferm.* 2020;25:e74676. <https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.74676>
16. World Health Organization WHO. Policy Brief: the Impact of COVID-19 on older persons [Internet]. 2020 [cited 2021 May 30]. Available from: <https://www.un.org/development/desa/ageing/wp-content/uploads/sites/24/2020/05/COVID-Older-persons.pdf>
17. Cantuário VAP. "Isso é verdade?" – a "infodemia" da pandemia: considerações sobre a desinformação no combate à COVID-19. *Investigação Filosófica.* 2020;11(2):175-188. <https://doi.org/10.18468/if.2020v11n2.p175-188>
18. Alencastro ASA, Melo ESJ. Reflections about COVID-19 "Infodemic". *Rev Min Enferm.* 2021;25:e-1360. <https://doi.org/10.5935/1415.2762.20210008>
19. Boff L. *El cuidado necesario.* Madrid: Editorial Trotta; 2012.172 p.
20. Tejada de Rivero DA. Lo que es la atención primaria de la salud: algunas consideraciones a casi treinta y cinco años de Alma-Ata. *Rev Perú Med Exp Salud Pública* [Internet]. 2013 [cited 2021 May 30];30(2):283-7. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342013000200020
21. Congreso de la Republica (PE). Ley n. 30.421 de 2 de abril de 2016. Ley Marco de Telesalud. [Internet], Lima. 2 abr 2016 [cited 2021 May 30]. Available from: <https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/Leyes/30421.pdf>