Health and Care Research Wales Evidence Centre
Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government
Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
Health and Care Research Wales
GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Adolygiad cyflym o effeithiolrwydd ymyriadau ar gyfer mynd i'r afael ag allgáu digidol mewn oedolion hŷn

Chwefror 2024

Alesha Wale, Jordan Everitt, Toby Ayres, Chukwudi Okolie, Helen Morgan, Hannah Shaw, Elizabeth Doe, Bets Ingram, Mel McAulay, Ruth Lewis, Alison Cooper, Adrian Edwards

Cefndir

Mae allgáu digidol yn cynnwys rhannau o'r boblogaeth **na allant neu sy'n penderfynu peidio manteisio ar fuddion technolegau digidol.**

Oedolion hŷn yw'r gyfran fwyaf o bobl nad ydynt yn defnyddio'r rhyngrwyd.

Mae'n bwysig deall **y ffordd orau o gefnogi oedolion hŷn** i oresgyn yr heriau maen nhw'n eu hwynebu wrth gyrchu neu ymgysylltu â'r byd digidol.

Nod

Nod yr adolygiad cyflym hwn yw asesu effeithiolrwydd ymyriadau i **fynd i'r afael ag allgáu digidol mewn oedolion hŷn.**

Sylfaen Dystiolaeth

Cafodd cyfanswm o **21 o astudiaethau sylfaenol cymharol** eu cynnwys yn yr adolygiad ar draws **14 gwlad**, a gyhoeddwyd rhwng 2018 a 2023.

Canfyddiadau Allweddol

Yn gyffredinol, mae'n ymddangos bod y dystiolaeth sy'n ymwneud ag effeithiolrwydd o blaid yr ymyriadau.

Mae tystiolaeth **sicrwydd isel** o effeithiolrwydd y canlynol:

- Ymyriadau llythrennedd digidol traddodiadol
- Ymyriadau sydd wedi'u hymgorffori mewn gwasanaethau presennol
- Ymyriadau sy'n ymgorffori adnoddau â nodweddion gêm
- Meddalwedd cyfrifiadurol wedi'i deilwra
- Dulliau pontio'r cenedlaethau
- Addysgu sgiliau llythrennedd digidol penodol fel canfod twyll

Mae tystiolaeth **sicrwydd isel** y gall ystod o ymyriadau wella **llythrennedd digidol, cynyddu'r nifer sy'n manteisio ar dechnoleg, gwella hunan-ganfyddiadau o alluoedd a derbynioldeb technoleg ei hun.**

Mae tystiolaeth sicrwydd isel hefyd yn awgrymu bod oedolion hŷn yn **derbyn ymyriadau i wella eu sgiliau digidol.**

Goblygiadau Ymchwil

- **Mae angen ymchwil pellach o ansawdd uchel yn y DU** er mwyn deall effeithiolrwydd a chost-effeithiolrwydd ymyriadau yn well.
- Mae rhoi ymyriadau ar waith yn gofyn am **werthuso trylwyr**

Bylchau Tystiolaeth

Diffyg **astudiaethau cost-effeithiolrwydd**

Dim ymyriadau i fynd i'r afael â **rhwystrau iaith** (e.e. ar gyfer y rhai Cymraeg iaith gyntaf)

Nid oes unrhyw astudiaethau wedi'u hanelu'n benodol i fynd i'r **afael â materion hygyrchedd a fforddiadwyedd** allgáu digidol

Goblygiadau Polisi ac Ymarfer

Er mwyn **lleihau allgáu digidol ymhlith oedolion hŷn**, mae tystiolaeth yn awgrymu:

- Mae'n bwysig mynd i'r afael â rhwystrau strwythurol, megis **mynediad i'r rhyngrwyd a fforddiadwyedd dyfeisiau.**
- **Gall ymyriadau addysgol helpu i leihau rhwystrau canfyddiadol sy'n cyfrannu at** allgáu digidol (gan gynnwys diffyg hyder, ofn a phryder, neu ddiffyg gallu canfyddedig i ddefnyddio technolegau digidol.)
- Dylai oedolion hŷn gael y **dewis** i ryngweithio â gwasanaethau hanfodol yn gorfforol (all-lein) neu'n ddigidol.

Mae'r adroddiad llawn i'w weld yma:
https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2024.03.21.24304670v1