

La importancia de las redes sociales para los profesionales de la salud en la educación sanitaria

The importance of social media for health education professionals

Autora:

Gómez Cordero, Esther¹



1. Profesora asociada del departamento de enfermería, Facultad de Medicina. Universidad autónoma de Madrid. España. Creadora del canal de divulgación sanitaria: "Mi Enfermera Favorita". Email: esther.gomezc@uam.es.

Palabras clave: Redes sociales; enfermería; educación para la salud.

Keywords: *Social media; nursing; education for health.*

Puede citar este artículo como: Gómez Cordero E. La importancia de las redes sociales para los profesionales de la salud en la educación sanitaria. RECIEN. Revista Científica de Enfermería. 2022; 23: 1-5. <https://recien.ua.es/article/view/23943>



Este trabajo se publica bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

© Gómez Cordero E.

La comunicación se ha ido transformando a lo largo de la historia y desde el inicio del desarrollo de la tecnología ambas han ido siguiendo un camino paralelo. Uno de los principales hitos que supuso un punto de inflexión fue el invento de la imprenta en 1440, donde la transmisión de la información pasa a cobrar gran importancia a través del papel.

La sociedad actual está marcada en todas las esferas por el continuo desarrollo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (en adelante, TIC). Estas tecnologías marcan la forma en la que nos comunicamos, nos informamos y desarrollamos nuestro conocimiento. Hoy en día, nos encontramos ante el reto que supone que incluso las tecnologías han llegado a suprimir y acabar con algunas de las vías tradicionales de transmisión de la información que conocíamos hasta el momento. Igual que la imprenta supuso en parte, la pérdida de la tradición oral, la humanidad está en la disyuntiva nuevamente de perder una parte de ésta debido a la necesidad de las personas en obtener la información lo más rápido posible e incluso a veces con el menor esfuerzo.

Con respecto al contexto sanitario, podemos afirmar que incluso la relación sanitario-paciente se ha visto drásticamente afectada. Esto se explica no solo por la evolución de las tecnologías y del uso de internet sino también por la situación generada por la pandemia mundial. Estos cambios que han surgido y que nos hemos visto forzados a asumir parece que además han llegado para quedarse de forma permanente. Uno de los datos que llama la atención es que el uso del teléfono se ha visto aumentado un 90% en los últimos 10 años en todo el mundo. Los teléfonos móviles se han convertido en un utensilio indispensable en la gran mayoría de las actividades que realizamos en nuestro día a día: un 37% de las personas utiliza sus teléfonos para comprar; el 76% para controlar sus finanzas; el 63%, para hacer ejercicio y el 68% recurre a su teléfono para realizar transacciones bancarias. En cuanto a uso de entretenimiento, las cinco categorías que podríamos clasificar son: consulta y uso de las diferentes redes sociales, visualización de videos y contenido por Internet, música, aplicaciones de juego y envío de mensajes.

HMD Global junto con Fly Research ha publicado un estudio en el que determina que dependemos tanto de nuestros teléfonos que los tocamos una media de 142 veces al día, pasando una media de 18 horas y 12 minutos a la semana mirando sus pantallas.

De hecho, sitúa a España como el país que más tiempo usa el móvil, con 3 horas y 27 minutos al día, mientras que Alemania y Portugal son los que menos, con dos horas diarias respectivamente.

Estos datos deben tomarse en cuenta para entender por tanto que las redes sociales y los dispositivos electrónicos son una herramienta más que puede resultar útil para la divulgación sanitaria y la ejecución de ciertas intervenciones contempladas en los proyectos educativos.

Sabemos que incluso antes de visitar un profesional sanitario, la mayoría de las veces la población consulta diferentes recursos en internet para solventar sus dudas o en búsqueda de información. En el informe elaborado en 2016 y publicado por red.es para el ONTSI “Los ciudadanos ante la e-sanidad” obtuvo como conclusión que más de un tercio de los pacientes buscan información sobre problemas de salud, o dudas relacionadas con síntomas en Internet, antes de pasar por consulta dónde les atienda un profesional sanitario. Este dato además se ha visto absolutamente disparado en los últimos meses debido a la situación originada por el coronavirus. Asimismo, otro de los datos que llama la atención de este informe es que el 26% de las personas, comparten esa información que han encontrado en internet con su médico y/o enfermera. También sabemos gracias a este informe que más del 45% de los pacientes utilizan Internet frecuentemente como fuente para buscar información adicional sobre su salud, los medicamentos o diagnósticos tras una consulta con un profesional sanitario. Cada vez más los pacientes utilizan Internet y las Redes Sociales para buscar, encontrar y agrupar a personas que tienen su misma patología.

Es importante que hablemos además no solo de las tecnologías como parte de la comunicación que existe entre paciente y profesional sanitario, sino que también, las redes sociales se han convertido en un canal muy importante dónde pacientes con una misma patología se encuentran y comparten información de utilidad para sus enfermedades que puedan así mejorar su salud y ayudar en su día a día.

Como sabemos, una vez que la población infantil y adolescente termina sus revisiones habituales según indica el sistema sanitario español, es complicado que los jóvenes acudan de nuevo a los centros sanitarios para recibir consejos de salud o información y consejos generales sobre los problemas o las dudas que puedan surgir en torno a su salud. La tecnología y más concretamente el uso de las redes sociales y los distintos canales que existen gracias a internet, suponen la oportunidad de poder abordar y llegar a la población con el fin de educar y empoderar en su autocuidado para obtener los mejores resultados. Y es que debemos tener en cuenta que no hay mejor prevención para la enfermedad que la educación sanitaria desde edades tempranas.

Otra de las ventajas que ha supuesto el uso de las redes sociales por parte de los sanitarios ha sido la desmitificación de mitos o bulos en salud que siempre han existido a través de la divulgación de contenido basado siempre en evidencia científica, pero con un formato más creativo y fácil de comprender.

Una de las claves que ha hecho que las redes sociales se conviertan en un medio cada vez más utilizado por la población como fuente de información con respecto a su salud ha sido sin duda el hecho de usar un lenguaje coloquial y al alcance de toda la población que les ha ayudado a comprender su salud y el funcionamiento del organismo de forma más sencilla.

Así mismo, el uso de las redes sociales por parte de pacientes ha sido también una oportunidad para la puesta en común de diferentes puntos de vista con respecto a una misma enfermedad dónde cada paciente ha compartido sus inquietudes, miedos o incertidumbres resolviéndose así en muchas ocasiones distintas dudas gracias a la creación de estas “comunidades” de pacientes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Del Prete A., Redon Pantoja S. Las redes sociales on-line: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, Valparaíso, v. 19, n. 1, p. 86-96, marzo 2020. Disponible en http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242020000100086&lng=es&nrm=iso. Accedido en 24 oct. 2021. Epub 15-Mar-2020. Recuperado de: <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol19-Issue1-fulltext-1834>
2. Elsevier [Internet]. Ámsterdam (Países Bajos): Elsevier; c2021. Gamificación: posibilidades y ventajas de los videojuegos y otros enfoques “gamer” en el ámbito de la salud. 21 ene 2021 [citado 25 jun 2021]; [aprox. 6 pantallas].
3. Future health index 2017. Care that delivers. How can global health systems use digital technology to help prepare for the future? Accedido en 24 oct. 2021. Recuperado de: http://images.philips.com/is/content/PhilipsConsumer/Campaigns/CA20162504_Philips_Newscenter/future-health-index-report-2017-care-that-delivers.pdf?_gl=1*18j8xlp*_ga*MTk2NDk1MzczNi4xNjM1MTgwMDE0*_ga_2NMXNNS6LE*MTYzNTE4MDAxMy4xLjAuMTYzNTE4MDAxMy42MA..&_ga=2.39996706.1029312270.1635180014-1964953736.1635180014
4. Ministerio de Industria, Energía y Turismo. Entidad Pública Empresarial Red.es. Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información –

ONTSI. Área de Evaluación: Ricardo Vázquez Martínez y María Martínez López. Empresa colaboradora OESÍA NETWORKS. Oficina de Estudios y Evaluaciones – Centro de Competencia en Big Data. abril 2016. Estudio sobre opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y la aplicación de las TI en el ámbito sanitario Edición 2015. Los pacientes y la e-Sanidad. Accedido en 24 oct. 2021. Recuperado de: https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/los_ciudadanos_ante_la_e-sanidad.pdf

5. Statista GmbH portal de estadística internacional. Accedido en 24 oct. 2021. Recuperado de: <https://es.statista.com/estadisticas/636569/usuarios-de-telefonos-inteligentes-a-nivel-mundial/>