

metges al núvol

SER ELS REFERENTS DE SALUT, TAMBÉ A LES XARXES

Daniel Planchuelo Calatayud, Metge especialista en Medicina Familiar i Comunitària

Ens trobem en un moment amb una gran accessibilitat a Internet a causa de la ràpida connexió dels ciutadans mitjançant dispositius mòbils. Per aquest motiu, ara fa una mica més d'un any que al C.A.P. Roger de Flor vam decidir endinsar-nos al món de les xarxes socials. Molts ciutadans utilitzen les xarxes socials com a font d'informació de salut, però, de vegades, les fonts que utilitzen són d'origen dubtós, per això és necessari crear més canals d'informació amb continguts fiables de salut.

I ens vam preguntar, si som els seus referents de salut en el seu dia a dia perquè no ser-ho també a les xarxes? L'eina escollida va ser el Twitter [@caprogerflor](#). Tenir un perfil social com Twitter augmenta de forma exponencial tant la difusió de recomanacions de salut, com la promoció de les activitats de medicina comunitària del centre d'atenció primària, millorant l'accessibilitat en sectors de la població que normalment no vénen al centre.

Un altre dels seus avantatges és la capacitat que ens dona de poder interaccionar amb altres entitats o professionals de referència amb un perfil sanitari o social de forma ràpida i sense límit geogràfic.

A Catalunya, l'ús del Twitter en el món sanitari està força estès, tant a nivell de perfils de professionals com de centres sanitaris. A nivell hospitalari, segons les darreres dades del "Top 10 d'hospitals espanyols a Twitter 2017", 7 hospitals catalans es troben entre els 10 centres amb més seguidors i/o influència a la xarxa social. A nivell de centres d'atenció primària, tot i que no s'ha publicat detalladament, s'objectiva una gran presència de centres catalans.

US HI ANIMEU?

Crear un perfil de Twitter és molt senzill, només és necessària una adreça de correu electrònic i realitzar el registre a la web de [Twitter](#). És important escollir un nom adequat per a el perfil que ens representi i pel qual siguem coneguts (de vegades el nom d'un centre i de l'equip d'atenció primària no coincideixen).

També són importants tant la imatge del perfil (normalment seria el logo del nostre centre), com la nostra descripció, on posem qui som, on som, els idiomes en què podem publicar els nostres tuits i, si en tenim, la nostra pàgina web. (Fig. 1).

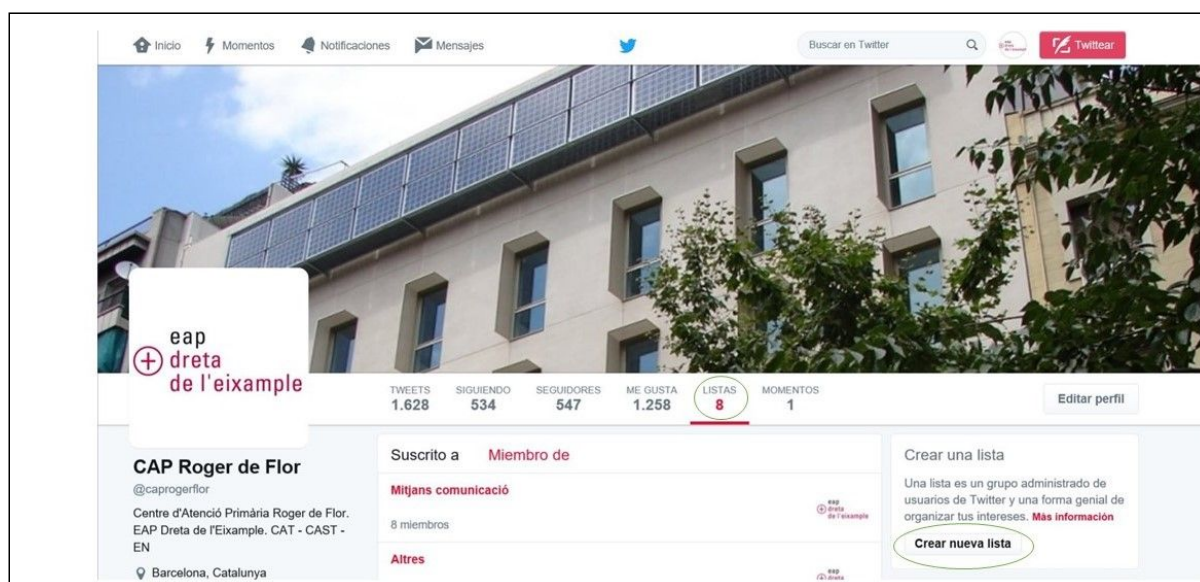


* Figura 1: Descripció pàgina de perfil.

Un cop tenim el perfil llest ja podem començar a navegar per la xarxa social, creant els nostres tuits, seguint altres perfils que siguin del nostre interès o retuitejant.

Una de les principals enemigues de Twitter és el que es coneix com a infoxicació, que segons la darrera actualització de la Viquipèdia es descriu com: "l'excés d'informació que provoca en el receptor una incapacitat per comprendre-la i assimilar-la, per prendre una decisió o per romandre ben informat sobre un tema concret". Això ens pot passar quan ja seguim un nombre considerable de perfils i a l'anar a la pàgina d'inici ens apareixen cada pocs segons diferents tuits, provocant-nos la sensació de no poder assimilar tanta informació a la vegada.

Per sort podem utilitzar una mesura anti – infoxicació molt efectiva, que consisteix en la creació de llistes. Dintre de l'apartat de llistes, anem a crear una llista, per exemple, d'altres centres d'atenció primària que seguim de forma habitual, on afegirem tots els perfils d'aquests CAP. Podem crear tantes llistes com vulguem i classificar-les segons les temàtiques, això ens facilita molt a l'hora de triar la informació, doncs un cop creada la llista, quan hi entrem només veurem els tuits publicats pels perfils introduïts en aquesta. (Fig. 2)



* Figura 2: Creació de llistes.

Una de les apostes que es va fer des del nostre centre va ser que el responsable (o community manager) fos un professional sanitari, amb la intenció de garantir al màxim la fiabilitat de la informació sobre salut. Per tal de no interferir en la tasca assistencial, és necessària una eina que ens permeti programar alguns tuits amb antelació i fixar un horari per a la seva publicació. Una de les més utilitzades és [Hootsuite™](#) que és un sistema d'administrador de xarxes socials amb la majoria d'utilitats gratuïtes que ens pot ser molt útil en aquesta tasca.

LES NOSTRES XIFRES

Des de la creació de [@caprogerflor](#) el 30 de març de 2016 fins a l'edició d'aquest article, segons les dades recollides a Twitter Analytics, tenim 556 seguidors, més de 11.779 visites al perfil i més de 537.000 visualitzacions de tuits.

La temàtica dels 5 tuits propis amb més visualitzacions comprèn:

- ❑ [La campanya de vacunació de la grip amb els treballadors del CAP com a exemple.](#)
- ❑ [La campanya de recapte d'aliments que es va realitzar al nostre centre.](#)
- ❑ [L'ús del sentit comú en la prevenció de la grip.](#)
- ❑ [La campanya de #seientreservat per al bon ús d'aquests seients als transports públics.](#)
- ❑ [Les mesures de conciliació familiar per als treballadors del nostre centre.](#)

CONCLUSIONS

L'experiència d'aquest poc més d'1 any del projecte ha sigut molt positiva, amb bona resposta per part de molts ciutadans i entitats que utilitzen el nostre perfil com a font d'informació en salut. Anem pel bon camí, però encara queda molt per fer. És clau seguir potenciant les sinergies entre els diferents perfils de centres d'atenció primària, sigui quin sigui el proveïdor. Catalunya està ple de professionals magnífics, amb ganes de treballar i demostrar la potència que podem arribar a ser en salut 2.0. Els nostres usuaris s'ho mereixen, som els seus referents de salut, i no podem deixar en mans de fonts poc fiables, els espais de salut de les xarxes socials.

LECTURES D'INTERÈS

* Puig-Soler, Marta. **"Mis 5 recomendaciones en el uso de Twitter como profesional sanitario (#enferetica17)"** . El Blog De Marta Puig-Soler. 22 de gener de 2017. Blog. Disponible a: <https://martapuigsoler.com/2017/01/22/mis-5-recomendaciones-en-el-uso-de-twitter-como-profesional-sanitario-enferetica17/>

* Fernández-Cid, Richard. **"TOP 10 Hospitales españoles en Twitter 2017"**. Socialmediatica. 28 de febrer de 2017. Blog. Disponible a: <http://socialmediatica.com/top-10-hospitales-espanoles-twitter-2017>

Daniel Planchuelo Calatayud

Metge de Família i responsable de xarxes socials de CAP Roger de Flor (EAP Dreta de L'Eixample),
Barcelona. Tutor de formació sanitària especialitzada a la Unitat Docent ACEBA

[MAIL](#) [TW](#)