

# PRESENTACIÓN DE CANDIDATURA PREMIOS ENFERMERÍA EN DESARROLLO 2015.

## CATEGORÍA

Promoción del Autocuidado

## TÍTULO:

██████████.org: Prescripción de información sobre salud fiable y de calidad a través de Internet.

## RESUMEN:

Internet y las redes sociales forman parte de nuestra vida. El uso que hacemos de estas herramientas es diverso, aunque un volumen importante de ciudadanos lo utilizan para **buscar información sobre salud**. La mayoría de las búsquedas se relacionan con enfermedades, nutrición, alimentación, estilos de vida saludables y medicamentos.

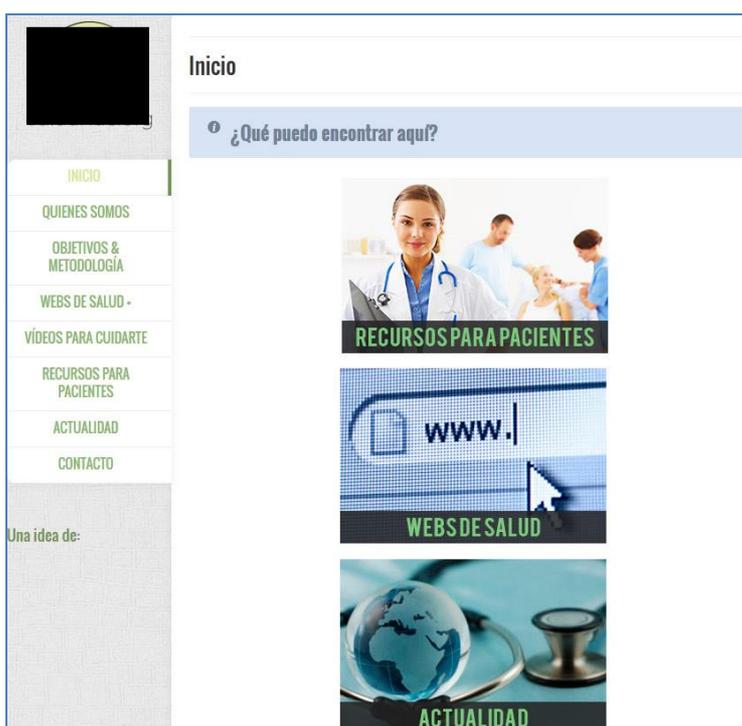
A pesar de las ventajas que a priori puedan tener estas herramientas, **su uso no está exento de problemas**, principalmente relacionados con la identificación por parte de los ciudadanos, de una falta de fiabilidad de la información y el riesgo a la mala interpretación de la misma.

Ante esta situación se plantea un reto para las organizaciones sanitarias, los profesionales y también los ciudadanos: ser **capaces de identificar fuentes fiables y de calidad sobre salud en Internet**.

Para ello, la prescripción o recomendación de estas fuentes (páginas web, aplicaciones móviles, redes sociales, etc.) **debe implementarse en la práctica clínica**, incorporándola a las actividades de educación y promoción de la salud e incluso en los informes clínicos, como el informe de continuidad de cuidados. Esta implementación debe contar con el apoyo de las organizaciones, la implicación de los profesionales

y con la generación de recursos que permitan identificar las fuentes de una manera fácil.

En este sentido, la herramienta que les presentamos, “**[REDACTED].org**” **trata de facilitar este proceso**, reuniendo en un espacio web recursos y fuentes sobre salud fiables y de calidad, con una metodología clara, útil y sencilla.



## JUSTIFICACIÓN:

### Análisis de la situación

Internet se está convirtiendo en una fuente donde los pacientes y profesionales de la salud buscan información de manera habitual. Esta realidad seguramente esté motivada por la mayor universalidad del acceso de los últimos años. En el tercer trimestre de 2012, el 66,9% de los hogares españoles disponía de acceso a Internet y el 62,5% de los individuos de 15 y más años se había conectado a Internet en el último mes (1). Por otro lado, y según el estudio, “Los Ciudadanos ante

la e-Sanidad”, elaborado por el Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (2), en el que se analizan las opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicación de las TIC en el ámbito sanitario, el 48,3% de internautas utilizan Internet como fuente de información para temas de salud. Principalmente son mujeres con un rango de edad de entre 25 y 49 años.

Respecto de la información consultada, principalmente, se buscan contenidos relacionados con enfermedades, su tratamiento o prevención. Sin embargo entre los inconvenientes que encuentran los ciudadanos están la falta de fiabilidad (54,4%) y el riesgo a una mala interpretación de la información obtenida (28,7%) (2). De hecho, el médico (profesional sanitario) sigue siendo la fuente en la que más confían los ciudadanos (un 88,1% frente a un 29,9% de Internet).

### **Acceso a información sobre salud fiable y segura**

Pero este aumento en el acceso a la información a través de Internet conlleva ciertas situaciones paradójicas. Un exceso de información, lejos de ayudar, puede confundir al ciudadano pudiendo provocar una intoxicación informativa, denominada “infoxicación” (3). A esto debemos sumar, la ausencia, en muchos casos, de filtros que permitan separar la información fiable de la que no lo es, pudiendo llevar a los ciudadanos a conclusiones erróneas sobre un determinado aspecto de salud.

Por tanto, se plantea un **objetivo para los ciudadanos y para los profesionales** ante esta nueva situación consistente en tener acceso a información sobre salud que sea útil, rigurosa y relevante. En lo que respecta a los profesionales sanitarios, estos son los que deben asumir el rol de transmitir a los pacientes enlaces a lugares Web en los que su contenido esté derivado de resultados de investigación (fuentes verificadas, basadas en evidencias y con resultados probados)

consiguiendo así implantar buenas prácticas relacionadas con la educación sanitaria del paciente (3). Por otro lado, debemos señalar que los propios pacientes son los que demandan que sean los profesionales sanitarios los que se impliquen en este asunto. Hasta en un 72,8 % de las ocasiones se desearía que el médico (u otro profesional sanitario) recomendase recursos en Internet en los que consultar información sanitaria (páginas Web, foros, etc.); e incluso, para un 71,9 % sería interesante que el médico gestionase un blog o página Web con consejos e información sobre salud (1).

### **Prescripción de información sobre salud a través de Internet**

La prescripción de páginas Webs o de Apps sobre salud fiables exige de ciertos conocimientos y actitudes que no todos los profesionales sanitarios, de manera individual, tienen en este momento y las cuales no se relacionan exclusivamente con competencias informáticas, o bien con competencias digitales en salud.

En la actualidad, la brecha digital es demasiado grande. En las organizaciones sanitarias conviven profesionales que manejan con soltura herramientas 2.0, que acceden a información científica por diferentes vías y que, incluso, se relacionan con los pacientes a través de la Red, con otros profesionales que ni tan siquiera utilizan de manera habitual el correo electrónico. Por otro lado, y a pesar de los esfuerzos de las organizaciones, las competencias en investigación, lectura crítica o práctica basada en evidencias, continúan siendo escasas, por lo que si el consumo de literatura científica es mínimo por parte de los profesionales (4), quizás la identificación de lugares rigurosos, fiables y de calidad en la red, también pueda resultar complicado. A la suma de estas dos cuestiones, debemos añadir otra más: la lentitud de las organizaciones sanitarias. Tal y cómo muestran los últimos datos del Observatorio Permanente de las TIC en Salud aún existen en nuestro país muchos centros sanitarios, que ni tan siquiera tienen página Web (5).

## Repositorios Web sobre salud fiables y de calidad

Desde nuestro punto de vista, un buen comienzo para que la prescripción de links y de Apps se hiciera realidad, podría ser la creación de **un repositorio Web** donde se incluyan las páginas y aplicaciones consideradas como fiables y seguras.

Habitualmente, las organizaciones sanitarias poseen diferentes recursos que están dispersos, y que ni el ciudadano ni el profesional sanitario conocen. Un repositorio común permitiría construir un punto de convergencia que centralice la información y optimice la difusión de los mismos. Se conseguiría así un doble objetivo, por un lado la existencia de un lugar de referencia para los ciudadanos con información fiable y por otro lado a los profesionales clínicos se les facilitaría esta nueva intervención clínica, ya que solo necesitarían recordar un único sitio Web en lugar de múltiples sitios. En este repositorio deberían destacarse aquellos recursos que estén basados en resultados de investigación y que estén dirigidos y con un lenguaje adaptados a los ciudadanos (6).



## DESARROLLO

### La idea

██████████.org surge tras la lectura del Estudio Los Ciudadanos ante la e-Sanidad (2). Estudio sobre opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicación de las TIC en el ámbito sanitario.

En dicho estudio se visibiliza una reflexión que muchos ya pensábamos y que nos parece muy importante y es la que nos da la clave para crear ██████████.org:

*“El paciente siempre busca mejorar la información que le permita conocer mejor su estado de salud, y el uso de fuentes de información seguras y adecuadas se convierte en una solicitud básica dirigida a los profesionales sanitarios sobre los que han depositado su confianza”.*

Desde este punto de vista, pensamos en crear una Web que nos permitiera ayudar a las personas que deseen mejorar sus conocimientos sobre salud, facilitándoles enlaces y recursos Web de calidad contrastada.

Como profesionales sanitarios y usuarios activos en las Redes, somos conscientes de que en Internet puede encontrarse gran cantidad de información sobre salud que, en ocasiones, puede no cumplir unos mínimos requisitos de calidad y fiabilidad.

### **Los objetivos**

- Crear un repositorio de materiales sobre salud que puedan ser utilizados por los ciudadanos.
- Disponer de un banco de enlaces web para consultas sobre salud
- Habilitar un lugar donde converjan tanto materiales, como webs sobre salud fiables y con calidad, para que los profesionales puedan prescribir links con ciertas garantías de calidad.

### **La esencia del proyecto**

La fiabilidad y calidad de los recursos y Webs recomendadas es otro de los puntos fuertes de este proyecto. Desde este punto de vista, para la selección de los contenidos se utilizaron los Criterios de Credibilidad de la Información en Páginas Webs sobre la Salud que elabora la Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía (7)

A dichos Criterios, los editores de la Web han incorporado tres más, por lo que para que en [REDACTED].org se recomiende una Web sobre Salud, dicha página tiene que superar, al menos, 8 de los 11 Criterios.

Además, desde Cuidando.org se ofrece la posibilidad a otros espacios de solicitar su inclusión en la Web, siempre y cuando, superen los Criterios de Credibilidad mencionados con anterioridad.

## **El Diseño**

La sencillez es una de las características esenciales de este espacio, con un lenguaje y diseño adaptado para los pacientes, menú de navegación fácil y teniendo en cuenta las dificultades que tienen algunas personas para acceder a la información.

## **La difusión**

[REDACTED].org no se centra solo en un espacio web, sino que la difusión e implantación del proyecto se ha realizado a través de diferentes momentos y medios:

- Sinergias con organizaciones científicas: colaboración con el Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento de las Heridas y Úlceras por presión, generando un documento técnico sobre esalud en Heridas y una web, dirigidas a pacientes sobre el cuidado de las heridas (8).
- Publicaciones científicas, comunicaciones en congresos, conferencias, talleres, etc (Anexo I).

- Utilización de medios audiovisuales, Vídeo "Porque en salud, no todo vale en Internet" (Anexo II).
- Medios de comunicación (Anexo III).



## CONCLUSIONES

### Visitas de la Web:

Desde su creación en 2012, [REDACTED].org ha recibido más de 260.000 visitas y cerca de 100.000 usuarios distintos de diferentes países, principalmente, España, Estados Unidos, Reino Unido, México y Colombia.

En la actualidad, contienen más de 80 recursos sobre salud, fiables y de calidad, organizados en 2 categorías principales: webs de salud y recursos para pacientes, entre los que se incluyen vídeos, aplicaciones móviles y fichas técnicas de medicamentos.

La web, en constante actualización, se nutre de contenidos que los editores evalúan, y también los que remiten desde diferentes

organizaciones, que tras su evaluación y si cumplen los requisitos establecidos en la metodología, se incluyen en el repositorio.

### **Implicaciones para la práctica clínica**

La prescripción de links o Apps sobre salud debería ser a corto o medio plazo una realidad. Es una práctica fácil, sencilla y que puede incorporarse fácilmente en los documentos clínicos habituales que se realizan tras la asistencia a un paciente: informes de continuidad de cuidados, informes médicos de alta, etc, pero para ello debe existir un compromiso institucional que respalde estas iniciativas y provea de herramientas a los clínicos para poder llevarlas a cabo.

Desde el punto de vista de la práctica enfermera, la prescripción de links o aplicaciones puede ser un complemento muy acertado en una de sus principales actividades: la educación para la salud (9). Debemos pensar que entre las ventajas que obtienen los recursos electrónicos está la posibilidad de incorporar recursos multimedia y la disponibilidad las 24 horas del día de los mismos. Así podemos encontrar un abanico de instrumentos e intervenciones clínicas que complete tanto a la prescripción médica como a la farmacológica. Además supone un reto para los investigadores evaluar el impacto en términos de resultados en salud tras la aplicación de prescripción de links con la combinación del resto de prescripciones, generando así un cuerpo de evidencias que avale la efectividad de este tipo de intervenciones y de sus distintas combinaciones.

Finalmente, y a pesar de las posibilidades que este tipo de prácticas pueden permitir, debemos tener presentes las limitaciones que tiene la utilización de este tipo de recursos y que no solo se relacionarían con la brecha digital, sino también con desigualdades respecto a la edad, la capacidad de acceso, las diferentes motivaciones, competencias y usos de internet, lo que se ha denominado como Ley de Cuidados Inversos 2.0 (10). Por ello, debemos entender, que la utilización de este tipo de recursos es un complemento más en nuestras intervenciones clínicas.

No debemos olvidar que los objetivos básicos que perseguimos con esta nueva práctica se relacionan con dos aspectos esenciales: el empoderamiento de los ciudadanos ante su salud y la potencial oportunidad que se nos brinda de poner al ciudadano como eje del sistema acercando de igual a igual a ciudadanos, administración y profesionales.

## **ANEXOS**

### **Anexo I, Publicaciones:**

Fernández-Salazar, S; Ramos-Morcillo, AJ. Prescripción de links y de aplicaciones móviles fiables y seguras, ¿estamos preparados para este nuevo reto?. Evidentia. 2013 abr-jun; 10(42). Disponible en:

<http://www.index-f.com/evidentia/n42/ev4200.php>

Fernández-Salazar, S; Ramos-Morcillo, A.J.; López-Casanova, P. E-Salud en los Cuidados de las Heridas Crónicas. Serie Documentos de Posicionamiento GNEAUPP nº 12. Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en Úlceras por Presión y Heridas Crónicas. Logroño. 2014. Disponible en <http://es.slideshare.net/lopezcasanova/esalud-en-los-cuidados-de-las-heridas>

### **Anexo II: Vídeo:**

Enlace vídeo de Youtube "Porque en salud no todo vale en Internet"

(<https://www.youtube.com/watch?v=5tzVYIvipDc>)

### **Anexo III: Impactos en Prensa y medios de comunicación**

- [Información sanitaria en la red: fiable y para pacientes](#) [12/02/2015]. [abcblogs.abc.es](http://abcblogs.abc.es)
- [Consultamos mucho al doctor Google pero no todo es fiable en internet](#) [09/10/2014]. [DiariodeMallorca.es](http://DiariodeMallorca.es)

- Entrevista en IB3 Radio a Serafín Fernández Jornada La Salud del Adolescente a través de las TIC (1:21) [09/10/2014]. Enlace: <http://ib3tv.com/carta?type=RADIO>
- Entrevista en Última Hora Radio Hoy Me siento Bien a Serafín Fernández. [11/10/2014] Enlace: <http://www.podcastsuhradio.com/podcast/?C=M;O=D>
- [Enfermeros y blogueros: innovación a golpe de ratón](#). Revista Enfermería Facultativa. [16/12/2012]. enfermuni.com.
- Presentación de la Web en el [IV International Workshop on Technology for Healthcare and Healthy Lifestyle \(WTHS'12\)](#), Valencia. [30/11/2012].
- Presentación de la Web en el [I Congreso de Enfermería y Salud](#). León. [26/10/2012].
- [Salud fiable en Internet](#). Diario El Mundo - Andalucía. [16/09/2012]. elmundo.es
- [Cuidando.org en Guía Salud](#). Fuentes de Información. Guía Salud. [16/09/2012].
- [Entrevista en Canal Sur Radio Jaén](#). (A partir del minuto 5.50) Hora Sur Jaén [13/09/2012]. canalsurcarta.es
- [Una ventana digital con respuestas saludables](#). Diario Jaén. [10/09/2012]. diariojaen.es
- [Dos enfermeros crean una web para consultas de salud](#). Ideal Jaén. [07/09/2012]. Ideal Jaén.
- [Serafín Fernández y Antonio Jesús Ramos nos desvelan los secretos de Cuidando.org](#). Pr Salud. [07/09/2012]. prnoticias.com
- [Dos colegiados jiennenses crean "Cuidando.org", una web con información fiable en salud dirigida a pacientes](#). Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Jaén. [06/09/2012]. enfermeriajaen.com
- [Enfermeros crean una web de consulta sanitaria](#). Andalucía Información (Jaén). [06/09/2012]. andaluciainformacion.es
- [Dos colegiados jiennenses crean "Cuidando.org", una web con información fiable en salud dirigida a pacientes](#). Linares 28. El diario digital de Linares. [06/09/2012]. linares28.es

## Anexo IV: Bibliografía

1 Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI). Las TIC en los hogares españoles. Estudio de demanda y uso de Servicios de Telecomunicaciones y Sociedad de la Información. XXXVIII Oleada (Octubre- Diciembre 2012) Madrid, abril de 2013. [Internet]. España 2013 [citado 08 Jul 2013]. Disponible en: <http://www.ontsi.red.es/ontsi/es/estudios-informes/xxxviii-oleada-del-panel-hogares-4t2012>

2 Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI) y de la Dirección de Programas de la Entidad Pública Empresarial Red.es, del Ministerio de Industria, Energía y Turismo. Los Ciudadanos ante la e-Sanidad. Estudio sobre opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicación de las TIC en el ámbito sanitario [Internet]. España 2012 [citado 17 Jun 2013]. Disponible en: [http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/default/files/informe\\_ciudadanos\\_esanidad.pdf](http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/default/files/informe_ciudadanos_esanidad.pdf)

3 Navas-Martín MÁ; Albornos Muñoz L; Escandell-García C. Acceso a fuentes de información sobre salud en España: como combatir la infoxicación. *Enferm Clin* 2012;22(3):154-158. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcli.2012.04.001>

4 Moreno-Casbas T; Fuentelsaz-Gallego C; González-Marín E; Gil de Miguel A. Barreras para la utilización de la investigación. Estudio descriptivo en profesionales de enfermería de la práctica clínica y en investigadores activos. *Enferm Clin*.2010;20(3):153-164. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcli.2010.01.005>

5 Observatorio Permanente de las TIC. [Internet] ITACA: España 2010. [citado 08 Jul 2013]. Disponible en: <http://www.observatic.com/inicio.php>

6 Fernández-Salazar S., Ramos-Morcillo AJ. Cuidando.org [Internet] España 2012 [citado 08 Jul 2013] Disponible en: <http://www.cuidando.org/objetivos-metodologia>

7 Credibilidad de la Información en Páginas Webs de Salud. Sevilla: Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía, 2010. [citado 06 Abr 2014]. Disponible en: [http://www.juntadeandalucia.es/agenciadecalidadsanitaria/.content/galerias/documentos/recomendaciones/R09\\_Credibilidad\\_informacion\\_web\\_W.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/agenciadecalidadsanitaria/.content/galerias/documentos/recomendaciones/R09_Credibilidad_informacion_web_W.pdf)

8 Fernández-Salazar, S; Ramos-Morcillo, A.J.; López-Casanova, P. E-Salud en los Cuidados de las Heridas Crónicas. Serie Documentos de Posicionamiento GNEAUPP nº 12. Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en Úlceras por Presión y Heridas Crónicas. Logroño. 2014.

9 Manuel-Meijome X. Competencias digitales, deberes para el verano. 11 Jul 2013 [citado 08 Jul 2013]. En: Cuadernillo d@ Enfermeira [Internet] España 2011. Disponible en: <http://cuadernillosanitario.blogspot.com.es/2013/07/comptentecias-digitales-deberes-para-el.html>

10 Lupiáñez-Villanueva F. Salud e internet: más allá de la calidad de la información. Rev Esp Cardiol. 2011;64:849-50. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.recesp.2011.06.014>