



Original

El blog como herramienta de educación para salud en atención primaria

Nerea García Granja^a, Verónica García Ramos^b, Alba Hidalgo Benito^b,
 María Hernández Carrasco^b, Sara Leticia de la Fuente Ballesteros^b, Elpidio García Ramón^b

^aCentro de Salud Circunvalación. Valladolid. ^bCentro de Salud Arturo Eyries. Valladolid.

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 13 de diciembre de 2018

Aceptado el 4 de enero de 2019

On-line el 23 de abril de 2019

Palabras clave:

Blog

Educación en salud

Atención primaria de salud

R E S U M E N

Objetivo. Aumentar la difusión de la educación para la salud a través del uso de un blog: valorar su utilidad y la satisfacción de su utilización.

Método. Estudio descriptivo longitudinal de una intervención educativa sobre la población del centro de salud. Además de las variables sociodemográficas, se analizó la utilidad y grado de satisfacción de los usuarios.

Resultados. El blog fue utilizado por más del 21 % de los pacientes del centro durante los 33 meses en funcionamiento. El grado de satisfacción, valorando contenido, utilidad y aclaración de dudas, obtuvo una puntuación superior a 9 en una escala de 1 a 10.

Conclusión. La utilización del blog demuestra un elevado nivel de satisfacción. También está siendo accesible desde otras provincias y países, con un incremento progresivo del número de visitas al mes. Además, ayuda a resolver problemas de salud y generar tranquilidad y satisfacción en los usuarios.

© 2019 Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia.

Publicado por Ergon Creación, S.A.

The blog as an education tool for health in Primary Care

A B S T R A C T

Objective. Increase the dissemination of Health Education through the use of a blog, its usefulness and the satisfaction level of its use.

Method. Longitudinal descriptive study of an educational intervention on the population of the health center. In addition to the sociodemographic variables, they included the utility and degree of satisfaction.

Results. the blog was used by more than 21% of the health center's patients for the 33 months in operation. The degree of satisfaction assessing content, utility and clarification of doubts obtained a score higher than 9 in a scale from 1 to 10.

Keywords:

Blog

Health education

Primary health care

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: elpiyo127@hotmail.com (E. García Ramón).

<http://dx.doi.org/10.24038/mgyf.2019.004>

2254-5506 / © 2019 Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia

Conclusion. The use of the blog shows a high level of satisfaction. Outside of our territory is also visited with a progressive increase in the number of visits. In addition, it helps to solve health problems and to produce tranquility and satisfaction in the users.

© 2019 Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia.
Published by Ergon Creación, S.A

Las tecnologías de la información y comunicación (TIC) se han convertido en una gran fuente de conocimientos y promoción de la salud. Desde internet, existen diversos formatos para compartir conocimientos de salud: correo electrónico, páginas web, redes sociales, blogs... A esta nueva forma de utilizar la red se le llama web 2.0 o *web social*¹ y se crean los conceptos de eSalud y eSanidad². Cada vez son más las personas que buscan información a través de estas vías; desde atención primaria se puede aprovechar para difundir conocimientos de manera clara y cercana.

El Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud (PAPPS) es una herramienta básica para el trabajo en atención primaria. El 18 de diciembre de 2013, el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (SNS) emitió las recomendaciones para el desarrollo de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud³. Esta estrategia propone el desarrollo progresivo de intervenciones identificadas como buenas prácticas y basadas en la experiencia científica, dirigidas a promocionar la salud, prevenir las enfermedades y actuar de manera integral durante todo el curso de la vida. El informe conjunto de la Organización Mundial de la Salud y de la Unión Internacional de Telecomunicaciones demuestra el papel fundamental de las TIC y, en particular, de la eSalud para lograr estos objetivos⁴.

El Observatorio Nacional de Telecomunicaciones y la Sociedad de la Información (ONTSI)⁵ realizó en 2015 una investigación a través de encuestas dirigidas a la población española sobre el uso de las aplicaciones TIC. Según este estudio, en los últimos diez años se ha duplicado el número de internautas; el 74,7 % de la población española accede semanalmente a internet y el 67,7 % lo hace para buscar información sobre problemas de salud.

Los avances técnicos, internet y las nuevas tecnologías derivadas y aplicadas a ello están emergiendo como una alternativa viable y favorecedora de la comunicación del médico con sus pacientes^{3,6}. Un blog de salud puede contribuir a la accesibilidad y a reforzar la relación médico-paciente⁷.

El acceso a las consultas de atención primaria se ha visto comprometido en los últimos tiempos por un escenario de sobrecarga asistencial y escasez de citas. Debido a la fuerte presión asistencial, se detectan necesidades de acceso a la población para facilitar mayor información sanitaria. Además, ante la excesiva información existente en la red, es necesario dar fiabilidad a la que reciben los pacientes. La aportada y firmada por profesionales sanitarios y, en muchos casos, conocidos por los pacientes, facilita y fomenta la confianza en la información recibida.

El objetivo de esta experiencia es fomentar la educación para la salud y que esta experiencia pueda extenderse a todos los usuarios con acceso a la red.

Objetivos

Objetivo general

Aumentar la difusión de la educación para la salud (EPS) a través del uso de herramientas de la Web 2.0.

Objetivos específicos

- Mejorar la información de salud y complementar las actividades de la consulta presencial.
- Aumentar la satisfacción de los usuarios al utilizar estos nuevos canales de EPS y atender a sus demandas y necesidades.
- Medir el impacto de un blog sanitario de EPS.

Material y métodos

Se trata de un estudio descriptivo longitudinal de una intervención educativa aplicada a la población de un centro de salud urbano y abierta al resto de la población mundial con acceso a la red durante 33 meses (febrero 2016-noviembre 2018).

El estudio se desarrolló en el Centro de Salud Arturo Eyries (Valladolid). Se trata de un centro urbano con una población de 19.356 personas, (10.102 mujeres y 9.254 hombres), de las cuales 17.162 son mayores de 14 años. Cuenta con la autorización del coordinador del centro de salud y está registrado en el Comité de Investigación del Área de Salud de Valladolid Oeste.

El material de estudio se basó en artículos del blog www.eyriesalud.com redactados por diferentes profesionales del área de salud. Además, el blog cuenta con el certificado de webs de salud de la *Fundación Health On the Net (HON)*, la acreditación de *Web de Interés Sanitario (WIS)* y el sello de calidad *Medicina 21*. Las variables analizadas han sido:

- Variables relacionadas con el flujo de comunicación del blog a través de la aplicación *Google Analytics* (número de visitas totales, número de visitas por meses, páginas por sesión, usuarios nuevos y revisitadores, procedencia de los usuarios, contenido más visitado, dispositivos y navegadores de acceso, acceso a través de redes sociales).
- Variables relacionadas con la satisfacción de los usuarios para valorar la utilidad y satisfacción del blog (encuesta aplicada a los pacientes del centro de salud en la que se recogen edad y sexo así como uso del blog, contenido, utilidad, comprensión, recomendación y satisfacción global, en una escala del 1 al 10).

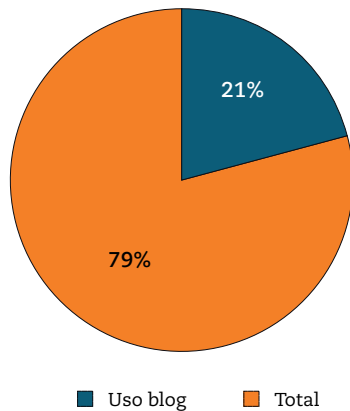


Figura 1 – Pacientes del centro que visitaron el blog.

Para el análisis estadístico se utilizó el programa SPSS para Windows (v.22).

Resultados

El blog se puso en funcionamiento en febrero del año 2016 y se ha evaluado su utilización hasta noviembre de 2018. Ha sido utilizado por más de 3.655 (21 %) pacientes mayores de 14 años del centro asistencial (Fig. 1); el 52,4 % de los internautas eran mujeres.

De los pacientes que utilizaban el blog, el 69,6 % declaraba utilizarlo todas las semanas y el 30,4 % lo utilizaba de forma ocasional. En el cuestionario realizado para valorar la utilidad del blog, el 70,1 % de los usuarios reflejaron que les había resultado útil la información encontrada para resolver dudas. En cuanto al grado de satisfacción (valorando el contenido, la utilidad y la aclaración de dudas, puntuado en una escala de 1-10), todos los apartados fueron superiores a 7; la satisfacción global fue superior a 9. Además, un 94 % de los encuestados aconsejarían a sus conocidos visitar el blog (Tabla 1).

Tabla 1 – Grado de satisfacción con el blog.

Cuestiones respecto al grado de satisfacción del blog	Sí
¿Le ha resultado útil la información del blog?	70,10 %
¿Le ha resultado interesante el contenido?	86,39 %
¿La información era fácil de comprender?	85,52 %
¿Recomendaría el blog a sus conocidos?	94,11 %
¿Está satisfecho con esta iniciativa?	90,06 %

Desde el inicio de la actividad del blog hace 33 meses, el número total de páginas vistas ha sido de 105.657. Se ha producido un crecimiento progresivo a lo largo de los meses, que se ha hecho exponencial en el último año (Fig. 2). El número de páginas vistas por sesión ha sido de 1,33.

El 86,4 % de los usuarios fueron nuevos visitantes y el 13,6 % ya lo habían visitado en otras ocasiones. El país del que provienen más visitas ha sido España, con 58,73 % seguido de México (10,24 %) y otros países hispanohablantes (Fig. 3).

Con 46.514 visitas, el 19,02 % procedía de Valladolid, frente a un 80,98 % que procedía de otras provincias; las visitas fueron más frecuentes en función del número de habitantes de cada provincia (Fig. 4).

Los contenidos más visitados han sido los referentes a la toma de omeprazol (17,12 %) y los antiinflamatorios (7,55 %).

Los principales navegadores utilizados fueron Chrome (64,01 %), Safari (14,74 %) y Android (4,51 %). De manera global, el 69,45 % accede desde dispositivos móviles o tablets.

La red social más utilizada por los internautas para visitar el blog fue Facebook, con 78 %, seguida por Twitter (22 %) e Instagram (2 %).

Comentario

El auge de internet y de las redes sociales está siendo espectacular en los últimos años. Existen varios estudios de investigadores que ponen de manifiesto la utilidad de los blogs como herramienta de comunicación⁸. El estudio publicado por el

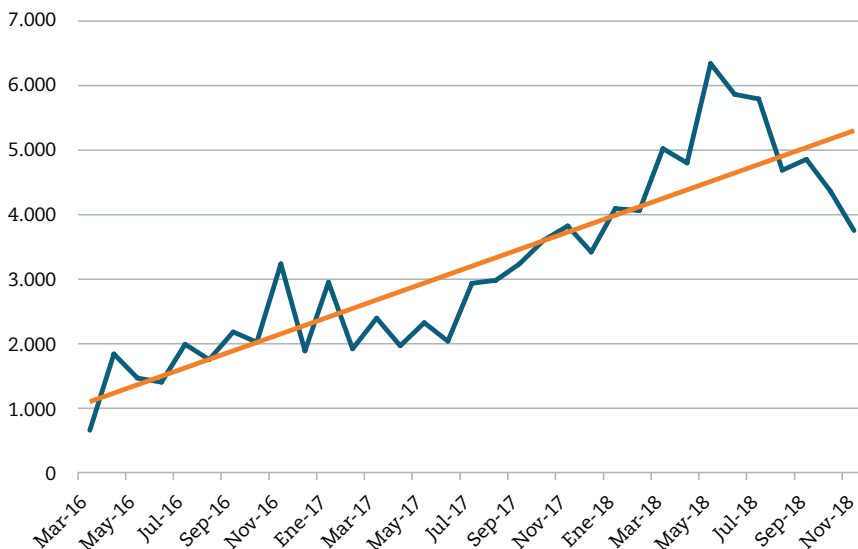


Figura 2 – Número de visitas al blog.

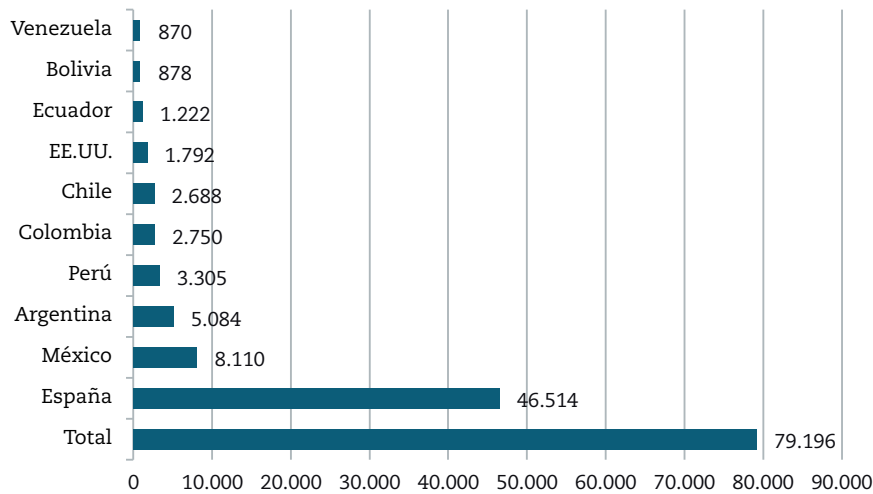


Figura 3 – Visitas por países.

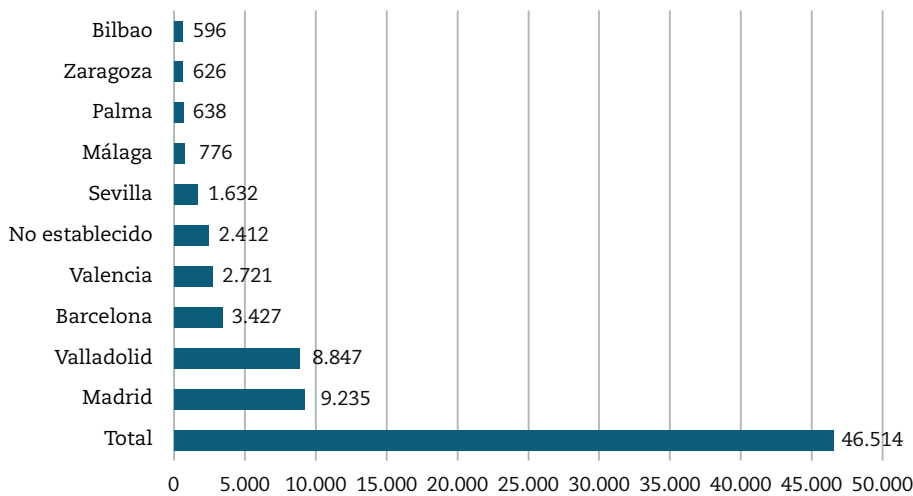


Figura 4 – Visitas nacionales.

ONTSI y la Entidad Pública Empresarial Red.es⁵ muestra que la herramienta informática es la fuente principal de búsqueda de datos para obtener información ante problemas de salud.

En nuestro estudio, se demuestra una gran aceptación del uso del localmente y también en distintas regiones de España y otros países del mundo, como revela la tendencia ascendente del número de visitas y nuevas visitas. La mayoría de las visitas nacionales proceden de nuestra ciudad, Valladolid; sin embargo, llama la atención el éxito internacional, con un alto porcentaje sobre todo en los países de habla hispana. Se trata de un dato refrendado por otros estudios que también ponen en evidencia el éxito de estas fuentes en internet⁹.

No obstante, es cierto que la utilidad y satisfacción del blog está sujeta a las limitaciones que genera demostrar a largo plazo efectos positivos en la salud de los individuos a los que va dirigido^{10,11}.

Aunque existen numerosas fuentes de información relacionadas con la atención a la salud, no son tantos los estudios que permiten analizar y comparar su potencial de comunicación^{7,9,12-14}; considerando el progresivo crecimiento de usuarios en estos servicios basados en internet, podemos decir que el potencial es alto y despierta interés en los usuarios. Además,

la sencillez y utilidad proporciona un alto grado de satisfacción^{15,16}.

Por último, no podemos olvidar el papel que desempeñan las redes sociales¹⁷. Cada vez son más los usuarios que acceden a la web a través de estas plataformas. En nuestro blog, aprovechamos la potencia que estas ofrecen (Facebook, Twitter, Instagram...) para difundir información de salud y recursos de calidad.

Conclusiones

Internet es una de las principales fuentes de búsqueda en cuestiones de salud. Un blog de salud complementa y profundiza la EPS poblacional; para ello se hace necesario que la información sanitaria a la que acceden los pacientes se base en la experiencia científica y, por tanto, sea útil, fiable y de calidad.

El blog *eyriesalud* está logrando ser un medio poderoso de comunicación de salud, así como un método para difundir conocimientos y crear cultura sanitaria. Proporciona información clara y de calidad orientada a ayudar a los pacientes a

conocer sus enfermedades, resolver dudas de problemas de salud y a contribuir en la promoción y prevención de la salud. Así lo demuestra la elevada satisfacción de los pacientes, la buena acogida tanto local como internacional y el progresivo incremento de visitas.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

BIBLIOGRAFÍA

- Cepeda Díez JM. Manual de Inmersión a la salud 2.0 para profesionales de salud [Internet]. Salud Conectada. 2014. Disponible en: <http://saludconectada.com/> [citado 23 de febrero de 2019].
- Eysenbach G. Medicine 2.0: Social networking, collaboration, participation, apomediation, and openness. *J Med Internet Res*. 2008; 10: e22.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía para la implementación local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS [Internet]. Madrid 2015. Disponible en: https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Guia_implementacion_local.pdf [citado 23 de febrero de 2019].
- World Health Organization and International Telecommunication Union. eHealth and innovation in women's and children's health: A baseline review [Internet]. Gèneve: OMS 2014. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/111922/9789241564724_eng.pdf;jsessionid=69B9245E-32FBEE4997F95225A7D2CE28?sequence=1 [citado 13 de febrero de 2019].
- Ministerio de Industria, Energía y Turismo, Observatorio Nacional de las telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI). Los ciudadanos ante la e-Sanidad. Opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicación de las TIC en el ámbito sanitario. [Internet]. 2016. Disponible en: https://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/ontsi/files/los_ciudadanos_ante_la_e-sanidad.pdf [citado 13 de febrero de 2019]
- Organización de Naciones Unidas. Estrategia Mundial de Salud de las Mujeres y los Niños [Internet]. Nueva York: ONU 2010 Disponible en: https://www.who.int/pmnch/activities/jointactionplan/201009_gswch_sp.pdf [citado 13 de febrero de 2019].
- Vázquez Fernández ME, Morell Bernabé JJ, Cuervo Valdés JJ, Fernández Segura E, Garrido Torrecillas FJ, López García R, et al. La web Familia y Salud como fuente de promoción de la salud de niños, familias y adolescentes. *Pediatría Aten Primaria*. 2015; 17: 117-24.
- Finn NB. E-patients live longer: the complete guide to managing health care using technology. iUniverse. 2011.
- Vázquez Fernández ME, González Hernando C, Sanz Almazán M, García Alonso MM, Puebla Nicolás E, Bartolomé Ferrero A, et al. Un blog materno-infantil como recurso de educación para la salud y complemento de la consulta: experiencia en un centro de salud. *Rev Comunidad SEMFYC*. 2016; 18: 7.
- Pfizer, The Cocktail Analysis. Encuesta Pfizer. El rol de Internet en el proceso de consulta de información sobre salud. [Internet]. 2010. Disponible en: https://www.pfizer.es/docs/pdf/noticias/Resultados_encuesta_Pfizer.pdf [citado 23 de febrero de 2019].
- Castells M, Tubella I, Sancho T, Meritxell R. La transición a la sociedad red. Barcelona: Ariel; 2007.
- Álvarez Rodríguez C, Aramburu Vilariño FJ, Fandiño Orgeira JM, Vázquez Lima MJ, Díez Lindín O, Bugarín González R. Valoración de la eficacia de un blog de medicina de urgencias como medio de comunicación. *Emerg Rev Soc Esp Med Urgenc Emerg*. 2007; 19: 180-6.
- Marín-Torres V, Valverde Aliaga J, Sánchez Miró I. Internet como fuente de información sobre salud en pacientes de atención primaria y su influencia en la relación médico paciente. *Aten Primaria*. 2013; 45: 46-53.
- Jadad AR, Enkin MW. Computers: transcending our limits? *BMJ*. 2007; 334(suppl 1): s8.
- Garvi Soler P, Villanueva Rodríguez C, Andrés Martínez E. Puesta en marcha de una consulta por correo electrónico, para dar soluciones y no para crear problemas. *Pediatría Aten Primaria*. 2014; 16: 311-6.
- Peleg R, Nazarenko E. Providing cell phone numbers and e-mail addresses to patients: The patient's perspective, a cross sectional study. *Isr J Health Policy Res*. 2012; 1: 32.
- Traver Salcedo V, Fernández-Luque L. El e-paciente y las redes sociales. [Internet]. Salud 2.0. Disponible en: http://www.fundacionvodafone.es/sites/default/files/el_epaciente_y_las_redes_sociales.pdf [citado 13 de febrero de 2019].