

## metges al núvol

---

### APRENENTATGE 2.0 a PARTIR D'UN BLOG SANITARI

Marta Puig-Soler

Especialista en Medicina Familiar i Comunitària. CAP Casanova (CAPSBE). Barcelona

---

Poc podia imaginar-me fa un temps que obrir un compte a Twitter (@mpuigsoler) seria el primer pas per crear el meu propi blog professional. Fa cinc anys que estic present de manera activa a les xarxes socials i que faig un ús a nivell professional de Twitter (entre altres xarxes socials), **compartint informació** que considero rellevant predominantment per al professional sanitari d'Atenció Primària, **interaccionant** amb altres companys de l'àmbit sanitari i **coneixent** propostes molt interessants de i per als pacients.

L'entusiasme per compartir, no només informació, sinó també les meves experiències e inquietuds amb altres professionals sanitaris va fer que al març de 2015 decidís obrir el meu propi blog, '**Blog de Marta Puig-Soler**'. Com a professional sanitari, constantment aprenc molt d'allò que altres comparteixen a la xarxa. Aquest enriquiment és el que em va empènyer a compartir també informació, vivències i qüestions vinculades a la Salut 2.0 i a les eines de les Tecnologies de la Informació i Comunicació (TIC) aplicades a l'Atenció Primària i a la Medicina Familiar i Comunitària. Twitter se'm quedava curt, per tant, la millor opció era crear un blog.

Amb el temps, a més, he comprovat com és d'important tenir una bona presència i identitat digital a la xarxa, ja que això acaba configurant la teva marca personal. Tenir un blog sanitari t'ajuda a construir la teva identitat digital.

### L'ESCRITORI VIRTUAL, TOT A MÀ

---

Des del moment en que busquem i seleccionem informació, la classifiquem, generem nou contingut i el compartim, els professionals sanitaris ens convertim en autèntics curadors de continguts ("*content curator*"). La possibilitat que ens dona Internet d'utilitzar un conjunt d'eines gratuïtes, recursos i fonts d'informació i de fer contactes amb persones per aprendre i desenvolupar-nos professionalment configura el que s'anomena el nostre **Entorn Personal d'Aprenentatge (EPA)**. La forma en que s'ha materialitzat el meu EPA ha estat a través de la creació del que s'anomena un escriptori virtual de salut, un espai on qualsevol metge d'Atenció Primària podrà trobar enllaços a recursos útils per al desenvolupament de la seva tasca assistencial.

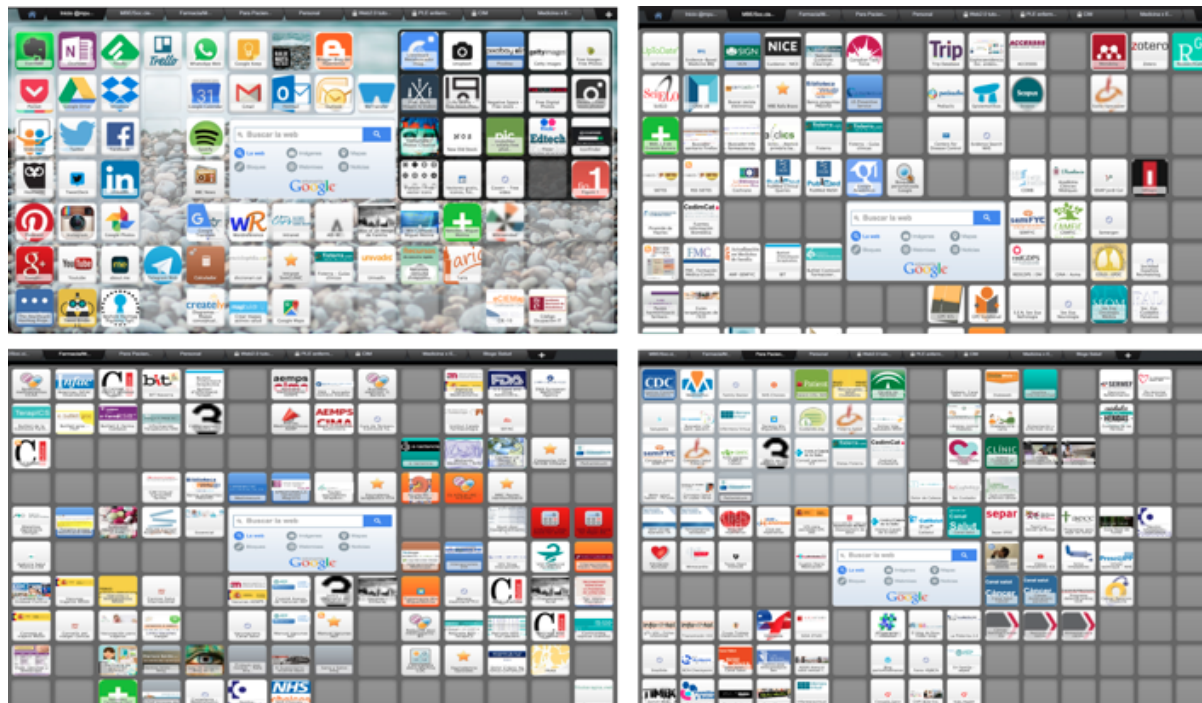
En el meu blog he volgut incloure dues pàgines específiques sobre eines que ajudaran al professional sanitari a configurar el seu propi EPA (Figura 1):

**Figura 1:** Pàgina d'inici del blog



<p>(1) <b>Eines TIC (Tutorials)</b>  <a href="https://martapuigsoler.com/herramientas-tic">https://martapuigsoler.com/herramientas-tic</a></p>	<p>Aquesta pàgina del blog recopila tutorials, la majoria en format vídeo, seleccionats de la xarxa i de diversos autors diferents, explicatius de les principals eines TIC que poden ser útils al professional sanitari. Inclou, per exemple, tutorials de funcionament de diferents gestors bibliogràfics (Mendeley i Zotero), de creació de cercadors personalitzats de Google, de creació d'un blog, etc.</p>
<p>(2) <b>Escriptori virtual de Salut</b>          (figura 2)  <a href="https://martapuigsoler.com/escritorio-digital-symbaloo-ple-epa">https://martapuigsoler.com/escritorio-digital-symbaloo-ple-epa</a></p>	<p>Avui dia recorrem a la xarxa per actualitzar-nos sobre qualsevol tema biomèdic i resoldre les preguntes clíniques que ens sorgeixen durant el desenvolupament de la nostra activitat assistencial. Una de les competències dels professionals sanitaris actuals radica en saber utilitzar els recursos de la web 2.0 i saber seleccionar i gestionar les nostres fonts d'informació, aprenentatge i coneixement, dissenyant un entorn personal d'aprenentatge.</p> <p>L'escriptori virtual creat constitueix un espai virtual únic on s'organitzen els enllaços web necessaris pel desenvolupament òptim de l'activitat assistencial. Des del <a href="#">blog</a> podeu consultar totes les seccions que inclou.</p> <p>L'enllaç directe per poder accedir i subscriure's a l'escriptori virtual de salut és <a href="#">aquest</a>. A títol personal, és una de les pàgines web que mantinc oberta durant la meva activitat assistencial al CAP. Té l'avantatge de ser multi plataforma i accessible des de mòbils o tauletes.</p>

**Figura 2:** Seccions de l'escriptori virtual de salut



A part d'aquestes 2 pàgines fixes, però a la vegada en constant actualització conforme vaig trobant nous recursos, l'essència del blog radica en crear i compartir novetats que es van publicant en format de post. En el meu cas publico sense una periodicitat fixe. La metodologia que utilitzo la podeu veure en el requadre 1.

## creació D'UN POST en 5 PASOS

requadre 1

### 1.Trobar una idea i desar-la

El contingut d'un post pot ser fruit d'una experiència a la consulta, d'informació trobada en el món real o digital o de qualsevol coneixement que desitjo compartir. Molts cops parteixo dels continguts que altres han mencionat a les xarxes socials o han abordat als seus blogs. En aquest últim cas, és molt útil [Feedly](#), ja que permet rebre noves entrades de blogs sense haver de consultar-los un a un. Els continguts interessants els guardo a [Pocket](#) i els etiqueto per a poder-los recuperar ràpidament en qualsevol moment.

2. Compartir o enriquir	Si només vull compartir un contingut rellevant, ho faig a través de Twitter ( <a href="#">@mpuigsoler</a> ). Si vull <b>aportar valor</b> a la informació decideixo redactar un post.
3. Cerca de dades	<p>Busco informació a la xarxa i a la literatura científica. M'ajudo dels recursos de cerca d'informació que tinc enllaçats al <a href="#">blog específic de l'escriptori virtual</a> amb enllaços a webs de Medicina basada en l'evidència, metacercadors sanitaris i altres fonts d'informació biomèdica.</p> <p>Per cercar el que s'ha publicat en altres blogs de professionals sanitaris de referència utilitzo el <a href="#">buscador personalitzat de Google</a> que he creat i que inclou aquests blogs en la seva cerca.</p>
4. Molt més que redactar	A l'hora de redactar un post, mai perdo de vista que aquest va dirigit al professional sanitari i tinc molt present que l'objectiu final és que el metge, o altre professional, conegui eines digitals que revertiran en benefici dels seus pacients. A banda d'això, enllaço i nombro les referències utilitzades i insereixo tots els hipervincles possibles. També penso un títol interessant i curt i sempre utilitzo imatges o vídeos.
5. Comparteixo i interactuo	Comparteixo el post per les xarxes socials i contesto els missatges rebuts, font de feed-back i millora inestimable.

## EL BLOG, EN XIFRES

A banda de la visibilitat, la construcció d'una identitat digital i el creixement professional que suposa la creació i manteniment d'un blog, podríem dir que un blog té vida pròpia. Aquestes són les dades més destacades del [Blog de Marta Puig-Soler](#).

<b>Visites</b>	<b>13.271 visites</b> des de la seva creació al març de 2015.
<b>Segells de qualitat</b>	<a href="#">HONCode</a> (el més complicat d'obtenir), <a href="#">WIS</a> (Web de Interés Sanitario) i <a href="#">Medicina 21</a> .

**Entrades més vistes:**

- ❑ [Material educativo para pacientes sobre uso de inhaladores](#)
- ❑ [Dónde conseguir imágenes para tus presentaciones](#)
- ❑ [Libretas de control para personas con diabetes](#)
- ❑ [Mi Escritorio Virtual de Salud \(Symbaloo\)](#)
- ❑ [Herramientas TIC para el profesional sanitario 2.0](#)

## CONCLUSIONS

Els professionals sanitaris no podem deixar escapar l'oportunitat que ens dona internet i les eines TIC de mantenir-nos actualitzats. Les xarxes socials i els blogs de professionals de la salut i dels diferents actors que formen part del sistema sanitari, pacients actius inclosos, són una font inestimable d'informació i de coneixement que val la pena conèixer i tenir present. Són un espai on poder compartir e interactuar amb altres professionals amb interessos afins. Tenir un blog sanitari suposa un compromís afegit amb la resta de professionals i amb els pacients que atenem. Un blog de salut ens atorga també un mitjà privilegiat per a difondre contingut sanitari d'interès per als ciutadans, ampliant i reforçant així els consells de salut i d'altre informació sanitària que donem des de les consultes.

## LECTURES D'INTERÉS

- Robert L, Llop R, Juárez J, Diego L. Mantener-se al dia en farmacoterapèutica: el paper del web 2.0 i les xarxes socials. Butlletí d'Informació Terapèutica. 2016, vol. 27, núm. 2, p- 9-15. Disponible a:  
[http://medicaments.gencat.cat/web/content/minisite/medicaments/professionals/6\\_publicacions/butlletins/butleti\\_informacio\\_terapeutica/documents/arxiu/BIT\\_v27\\_n2.pdf](http://medicaments.gencat.cat/web/content/minisite/medicaments/professionals/6_publicacions/butlletins/butleti_informacio_terapeutica/documents/arxiu/BIT_v27_n2.pdf)
- Robert, Laia. "Los recursos indispensables en información de medicamentos en un clic. Uso de Symbaloo como marcador social". Farmacia de Atención Primaria. 16 de setembre de 2015. Blog. Accés el 30 de setembre de 2016. Disponible a:  
<https://farmaciadeatencionprimaria.com/2015/09/16/los-recursos-indispensables-en-informacion-de-medicamentos-en-un-clic-uso-de-symbaloo-como-marcador-social>
- PLE en Salud: Olga Navarro. 2 de maig de 2013. PLE. [Arxiu de vídeo]. Recuperat de  
<https://www.youtube.com/watch?v=qD7NB5Wh5Oo>

## MARTA PUIG-SOLER



Metgessa especialista en MFiC. Desenvolupa la seva activitat assistencial al CAP Casanova (CAPSBE), Barcelona. Tutora de formació sanitària especialitzada (MIR) a la UD multiprofessional Clínic-Maternitat. Membre de la secció col·legial Metges e-salut del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona (COMB). Twitter: [@mpuigsoler](#). Contacte: [MPUIG1@clinic.cat](mailto:MPUIG1@clinic.cat)