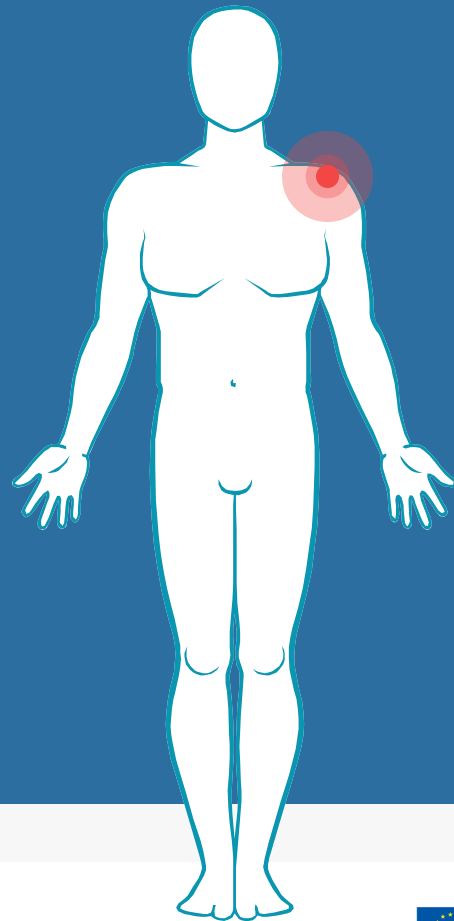


On-call

I01: Doradcy społeczni ds.
zdrowia

Rozdział 4.1: Media społecznościowe
w sektorze zdrowia



4.1 MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE W SEKTORZE ZDROWIA

Treść

4.1.1 Media społecznościowe: definicja

4.1.2 Media społeczne i komunikacja w zakresie zdrowia

4.1.3 Jak przeszukiwać Internet?

4.1.4 Ocena informacji

4.1.5 Strony internetowe i aplikacje mobilne związane ze zdrowiem

PO UKOŃCZENIU TEJ JEDNOSTKI EDUKACYJNEJ, UZYSKASZ



WIADOMOŚĆ:

- ▶ Podstawowa wiedza o tym, jak i gdzie szukać informacji na temat zdrowia w Internecie
- ▶ Podstawowa wiedza na temat oceny źródeł informacji w Internecie
- ▶ Podstawowa wiedza na temat stron internetowych i aplikacji mobilnych związanych ze zdrowiem

UMIEJĘTNOŚCI:

- ▶ Wyszukiwanie informacji na temat zdrowia w krajowych i międzynarodowych zasobach sieci internetowych
- ▶ Oceniać krytycznie zasoby sieciowe i wiarygodność stron internetowych, stosując określone kryterium oceny
- ▶ Korzystanie z różnych aplikacji internetowych w celu uzyskania dostępu do usług mediów społecznościowych skierowanych do sektora zdrowia

ODPOWIEDZIALNOŚĆ I AUTONOMIA:

- ▶ Wziąć odpowiedzialność za dzielenie się wiarygodnymi informacjami





Źródło obrazu: Unsplash.com

DYSKUSJA GRUPOWA:
Z jakich kanałów Social Media korzystasz?

4.1.1 MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE: DEFINICJA

"Grupa aplikacji internetowych, które opierają się na ideologicznych i technologicznych podstawach Web 2.0 i umożliwiają tworzenie i wymianę treści generowanych przez użytkowników".

Kaplan i Haenlein

"Formy komunikacji elektronicznej (takie jak strony internetowe dla portali społecznościowych i mikroblogów), poprzez które użytkownicy tworzą społeczności internetowe w celu wymiany informacji, pomysłów, osobistych wiadomości i innych treści (takich jak filmy wideo)" *Merriam-Webster*

4.1.2 MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE I KOMUNIKACJA ZDROWOTNA

- ▶ Zdrowie jest jedną z najczęściej wyszukiwanych kategorii w Internecie
- ▶ Ogólna publiczność, pacjenci i pracownicy służby zdrowia wykorzystują media społecznościowe do komunikacji związanej ze zdrowiem.
- ▶ Media społecznościowe zmieniają sposób, w jaki się komunikujemy. Każdy może tworzyć informacje o zdrowiu:
 - Rola eksperta i konsumenta informacji zaciera się.
 - Ważność i aktualność informacji?

KORZYŚCI PŁYNĄCE Z MEDIÓW SPOŁECZNOŚCIOWYCH DLA KOMUNIKACJI ZDROWOTNEJ

- ▶ Szybka komunikacja
- ▶ Tematyka dyskusji
- ▶ Wszechstronne metody komunikacji: wideo kontra tekst w celu dotarcia do różnych grup docelowych
- ▶ Zwiększanie interakcji z innymi
- ▶ Więcej dostępnych, wspólnych i dostosowanych do potrzeb informacji
- ▶ Zwiększanie dostępności i poszerzanie dostępu
- ▶ Wsparcie rówieśnicze/społeczne/emocjonalne
- ▶ Nadzór nad zdrowiem publicznym
- ▶ Potencjał w zakresie wpływu na politykę zdrowotną

OGRANICZENIA MEDIÓW SPOŁECZNOŚCIOWYCH W ZAKRESIE KOMUNIKACJI ZDROWOTNEJ



- ▶ Brak wiarygodności
- ▶ Kwestie jakości
- ▶ Brak poufności i prywatności
- ▶ Często nieświadomi ryzyka związanego z ujawnianiem danych osobowych w Internecie
- ▶ Ryzyko związane z przekazywaniem szkodliwych lub nieprawidłowych porad za pośrednictwem mediów społecznościowych
- ▶ Przeciążenie informacyjne
- ▶ Nie wiadomo, jak prawidłowo zastosować informacje znalezione w Internecie do swojej osobistej sytuacji zdrowotnej
- ▶ Niektóre technologie mediów społecznościowych mogą być bardziej skuteczne w zmianie zachowań niż inne
- ▶ Niekorzystne skutki zdrowotne
- ▶ Negatywne zachowania zdrowotne

4.1.3 JAK PRZESZUKIWAĆ INTERNET?

- ▶ Internet to ogromne repozytorium informacji
- ▶ Łatwy i szybki dostęp, przy prawidłowym wyszukiwaniu
- ▶ Wyszukiwarki:
 - ▶ Google
 - ▶ Bing
 - ▶ DuckDuckGo
- ▶ Możesz wyszukiwać informacje za pomocą słów kluczowych i znaków:
- ▶ Nie ma znaczenia, czy użyjesz dużych czy małych liter.
- ▶ Użycie kilku słów kluczowych daje bardziej dokładne wyniki
- ▶ Przykłady wyszukiwanych fraz i znaków:
 - ▶ "objawy grypy"
 - ▶ symptomy grypy
 - ▶ Napływ*
- ▶ Możesz ograniczyć wyszukiwanie do określonych typów zawartości, takich jak zdjęcia, filmy lub strony internetowe napisane w wybranym języku.
- ▶ Więcej informacji można znaleźć na stronach internetowych wyszukiwarek





Źródło obrazu: Unsplash.com

DZIAŁALNOŚĆ 1: WYSZUKIWANIE W INTERNECIE

4.1.4. OCENA INFORMACJI

Pytania, które należy zadać przed zaufaniem do strony internetowej

1. Czy sponsor/właściciel strony internetowej jest agencją federalną, szkołą medyczną lub dużą organizacją zawodową lub non-profit, czy też jest związany z jedną z nich?
2. Jeśli nie jest sponsorowana przez agencję federalną, szkołę medyczną lub dużą organizację zawodową lub non-profit, to czy strona jest napisana przez pracownika służby zdrowia, czy też odwołuje się do jednego z tych godnych zaufania źródeł dla swoich informacji zdrowotnych?
3. Dlaczego strona została stworzona? Czy misja lub cel sponsora strony jest jasny?
4. Czy widzisz, kto pracuje dla agencji lub organizacji i kto jest autorem informacji? Czy istnieje sposób na skontaktowanie się ze sponsorem strony internetowej?
5. Kiedy ostatnia aktualizacja informacji została napisana lub strony internetowej?
6. Czy twoja prywatność jest chroniona?
7. Czy strona oferuje niewiarygodne rozwiązania Twoich problemów zdrowotnych? Czy obiecane są szybkie, cudowne lekarstwa?



NEWS

Is Drinking Wine Better Than Going To The Gym? According To Scientists, Yes!

Natalie Roterman | Sep 15 2014, 04:51PM EDT



DZIAŁALNOŚĆ 2:
OCENA WIARYGODNOŚCI STRON INTERNETOWYCH

Źródło obrazu:
latintime.com



4.1.5 STRONY INTERNETOWE I APLIKACJE MOBILNE ZWIĄZANE ZE ZDROWIEM

Wiarygodne informacje na temat zdrowia są tworzone na przykład przez okręgi szpitalne, ośrodki zdrowia, organizacje pacjentów, instytuty badawcze i gminy, których materiały są tworzone przez ekspertów.

Międzynarodowe strony internetowe poświęcone zdrowiu:

- ▶ Światowa Organizacja Zdrowia: <https://www.who.int/>
- ▶ The Health Europa: www.healtheuropa.eu
- ▶ NICE <https://www.nice.org.uk/>
- ▶ NHS: www.nhs.uk
- ▶ Narodowe Instytuty Zdrowia: <https://www.nih.gov/>
- ▶ PubMed: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
- ▶ Pacjent: <https://patient.info/>
- ▶ Healthtalk.org : <http://www.healthtalk.org/>
- ▶ Pacjenci tacy jak ja: <https://www.patientslikeme.com/>

STRONY INTERNETOWE DOTYCZĄCE ZDROWIA

Krajowe strony internetowe (Finlandia) [proszę zastąpić je odpowiednimi źródłami z pańskiego kraju].

- ▶ Terveyskirjasto: www.terveyskirjasto.fi
- ▶ Terveysten ja hyvinvoinnin laitos: <https://thl.fi>
- ▶ Työterveyslaitos: ttl.fi
- ▶ Käypähoitosuositukset: <https://www.kaypahoito.fi/>
- ▶ Fimea: www.fimea.fi
- ▶ Hengityслиitto: www.hengityслиitto.fi
- ▶ Suomen mielenterveysseura ry: <https://mieli.fi>
- ▶ Sydänliitto: sydan.fi

Current Care Guidelines are independent, evidence-based clinical practice guidelines

These national guidelines cover important issues related to Finnish health, medical treatment as well as prevention of diseases.

➤ Read more

Źródło obrazu:
Kaypahoito.fi



RESEARCH & INNOVATION NEWS

Discover the self-testing pathway for patients with long term heart conditions

20th June 2019

MEDICAL CANNABIS NEWS

Could medical cannabis company, Leafcann, set up their first legal cannabis farm in Scotland?

20th June 2019

DISEASES & CONDITIONS NEWS

IBD standards launching today aim to drastically improve how we care for those suffering

20th June 2019

DZIAŁALNOŚĆ 3:
PRZEGLĄD STRON INTERNETOWYCH DOTYCZĄCYCH
ZDROWIA

Źródło obrazu:
healtheuropa.eu



APLIKACJE MOBILNE ZWIĄZANE ZE ZDROWIEM

- ▶ Aplikacje mobilne są, jak sama nazwa wskazuje, używane z telefonem komórkowym lub tabletem
- ▶ Istnieje szereg zastosowań dla wszystkich mobilnych systemów operacyjnych
- ▶ Można je pobrać za pomocą udostępnionych sklepów z aplikacjami
- ▶       według ich przeznaczenia, na

1) Fitness - *MyFitnessPal, Endomondo, Fitocracy, Yoga Daily Fitness*

2) Śledzenie i analiza - *Chwilowy rytm serca, kardiogram*

3) Żywność i odżywianie - *Lifesum, Roślinna Niania, Fooducate, Lose it!, Mój*

Trener Diety

4) Umysł i mózg - *lepiej spać, Cykl snu, Przestrzeń na głowę, Buddyfikuj,*

Szczęśliwy

5) Ogólny stan zdrowia - *Apple Health, HealthTap*



Fitness starts with what you eat.

Take control of your goals. Track calories, breakdown ingredients, and log activities with MyFitnessPal.

[START FOR FREE](#)



DZIAŁALNOŚĆ 4:
ZAPOZNAWANIE SIĘ Z APLIKACJAMI MOBILNYMI

Źródło obrazu:
MyFitnessPal.com



Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot
be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



2018-1-UK01-KA204-048095