



INSTITUTO QUIRÚRGICO
DE ANDALUCÍA
Andalusian Surgical Institute

Mesa redonda “Medicina y Sociedad: El protagonismo de las redes sociales”

Dr. César P. Ramírez Plaza.

Cuando empecé a cursar la especialidad como residente de Cirugía en “Carlos Haya”, allá por 1995, aún no tenía cuenta de correo electrónico ni teléfono móvil, y cuando quería o necesitaba consultar una referencia bibliográfica la alternativa era bajarme a la biblioteca, dónde con la venia de mi querido Pepe Vallejo (hoy día Director de la Unidad Integrada de Formación) fotocopiaba uno tras otro todos los artículos de las revistas disponibles que tenía en la biblioteca. Todavía en 1999, cuando estuve en el Memorial de Nueva York recuerdo que traje más de 300 artículos en papel fotocopiados en mi equipaje de vuelta, como oro en paño, de los que presumí a mi llegada como algo que aquí en España no se podía conseguir. De mi tesis doctoral, que leí en el año 2001, guardaba copia de seguridad en un disco de 3 ½.

En aquellos años era ya todo un logro poder disponer, con sólo 2 meses de decalaje, de la llegada a nuestro Hospital de algunas de las revistas de más prestigio e impacto mundial. Las que no estaban físicamente se podían conseguir, previa solicitud y pago, y te mandaban 3-5 semanas después la fotocopia desde Córdoba, Madrid o, a veces, desde el extranjero. Esta disponibilidad de información permitió el desarrollo y la irrupción en la sociedad médica de un cirujano con un mayor acceso a la información, con un conocimiento más inmediato de los refinamientos técnicos y

mejoras en la atención al paciente quirúrgico y, en definitiva, de un paradigma de profesional vinculado al quirófano moderno, actualizado, con potencialidad de dominio del saber más reciente y con una percepción más global del concepto de enfermo. Ello supuso un despegue y un alejamiento definitivo de la idea del cirujano como un especialista que desarrollaba técnicas concretas ajustadas a patologías a demanda de los especialistas médicos.

La primera década del siglo XXI ha establecido internet como la biblioteca médica global, la vía de comunicación y difusión estándar de la información médica y entre médicos, y ha generado una cultura relacional absolutamente diferente a lo antes existente. La información que antes era escasa y en papel, ahora es electrónica y abrumadora, de modo que saber filtrar y seleccionar lo que tienes que leer y estudiar en un tiempo limitado ha pasado a ser un nuevo arte. La Medicina Basada en la Evidencia aportada por el más alto nivel científico disponible se ha impuesto como una exigencia, dándose con ello cuerpo y nombre a lo que antes era excelencia en la práctica médica. Las revistas y publicaciones electrónicas se han multiplicado por cien, por mil, y en este mundo en el que la visibilidad te otorga poder y prestigio la medicina no es una excepción: todo el mundo quiere ser visible. Nos estamos pasando y llegando a la "infoxicación". El órgano de expresión escrita de la Asociación Española de Cirujanos, la revista "Cirugía Española" ha dejado de existir en formato físico hace 18 meses y ya sólo se edita en formato electrónico "on-line"; si la crisis económica ha sido responsable en mayor o menor grado de este fenómeno al hacerse los costes de edición, impresión y distribución inasumibles es algo que se podría discutir. No paran de surgir nuevas publicaciones con edición únicamente digital. Está claro que se ha impuesto un nuevo tiempo y unas nuevas exigencias para los profesionales de la nueva Medicina que estamos viviendo. ¿Qué excusa sino la nostalgia nos lleva detrás de un tratado de Medicina o de Cirugía hoy en día cuando por un precio simbólico podemos acceder a alguna web seria y de calidad que nos ofrece en tiempo real y paso por paso en video la técnica que antes teníamos que estudiar en un libro?

El mayor acceso a la información médica se ha integrado dentro de un incremento global de la accesibilidad de la gente, del pueblo, a la información en general: el siglo XXI es el siglo de la información. Una nueva forma de desarrollo de la relación médico-paciente se ha impuesto. El paciente ya no es alguien huérfano de conocimiento médico sino una persona con frecuencia bien formada

e informada que quiere respuestas a sus problemas al más alto nivel y de la forma más inmediata posible; y aquí, los profesionales no podemos fallar y debemos responder a las expectativas: un examen continuo. La información que el paciente aporta ya no sólo abarca el espectro del padecimiento, sino que incluye el perfil del profesional por el que quiere ser tratado. El boca a boca funciona aún, es indudable; pero el arropa-experiencia va ganando terreno y los pacientes buscan un terreno previo de encuentro en el que conocen ya quien los va a tratar y dan el primer paso. Ser visible y accesible al máximo debe ser una obligación indiscutible del médico del siglo XXI. Visibilidad desde la sinceridad y la transparencia, desde la objetividad de nuestra formación y experiencia, y poniendo a disposición de los pacientes de forma abierta quienes somos y que podemos ofrecerle.

Con todo esto, el sufrimiento de enfermar y la enfermedad en sí misma es algo que nos hace iguales a todos los seres humanos y provee al acto médico de un componente humanista diferencial. La irrupción de la información, de la técnica y del componente social de la medicina no pueden con el aspecto humano de la relación médico-paciente. Para mí, es algo que siempre ha definido a los mejores, a los verdaderos líderes de la Medicina que he conocido: el saber estar a la altura humana de cada paciente, el traspasar la piel de la enfermedad física y poder hacer que el paciente, el ser humano, te vea como un médico bueno. El necesitado de asistencia médica hoy día acude a un buen médico (ya se ha documentado, ya se ha informado, ya nos conoce) y yo quiero que del contacto tenga la idea que se encuentra, además, a un médico bueno. Esto es lo que marca la diferencia por intangible.

La segunda década del siglo XXI está marcada, por tanto, por la irrupción de las redes sociales (RRSS). Las RRSS constituyen un verdadero fenómeno social que está cambiando nuestra sociedad tal y como la conocemos y que sin duda comienza a afectar, de manera positiva, a la forma en la que los médicos nos relacionamos con la sociedad en general. Son un cambio cultural de tal calado en todos los ámbitos sociales que no podemos permanecer ajenos, y la Medicina como ciencia que busca lograr la salud, menos aún. No existen datos estadísticos fiables en nuestro país sobre el nivel de participación de los profesionales de la salud en redes sociales. En la población general americana, sabemos que más de la mitad es activa en redes y respecto a los médicos, más de un 90% haría un uso personal siendo algo más pequeña la cifra de los que las usan

con fines profesionales. Las RRSS son el siguiente paso evolutivo en la sociedad de la información y en las formas de comunicación y su impacto en la Medicina ha sido y esta siendo mayúsculo. Sin una adaptación secuencial a los que estos últimos años han supuesto a todos los niveles no se puede ser hoy en día un profesional competitivo en ningún campo, y menos aún en la Medicina. Con otros 25 años por delante, que espero que me queden, es de esperar que nuevos cambios y novedades aparezcan y habrá que buscar estar encima de ellas. En esta década, esa realidad novedosa son las RRSS.

Las formas de expresión de las RRSS son muchas pero las que más han calado e impactado en los profesionales de la Medicina, estando además muy desarrolladas ya, son Facebook y sobre todo Twitter, que desde su aparición en 2009 ha supuesto una verdadera revolución. Sus ventajas, para nuestra profesión, son muchas:

1.- Organización de información médica-bibliográfica de interés e intercambio de ideas entre profesionales; LA COMUNIDAD SANITARIA GLOBAL

- Twitter es un arma inigualable para filtrar todo lo que nos llega, ya que siguiendo a cuentas estratégicas de personas con nuestro mismo interés, páginas de colegios o especialidades o a cuentas de ciertas publicaciones, podemos abarcar a diario aquellos artículos que no nos debemos perder. Una demostración clara de la cantidad de producción científica que hay a día de hoy es el hecho de que solo en PubMed (el principal índice de abstractos bio médicos) entra un artículo por minuto. Con una cuenta de twitter y una vez pasadas las primeras semanas de rodaje, te aseguras que no te pierdes nada importante y disfrutas de tu pequeño tablón de artículos que merecen la pena y te permiten estar al día

- En Twitter se ha creado una verdadera comunidad sanitaria con un alto grado de solidaridad y ganas de compartir y aprender unos de otros. La posibilidad de compartir imágenes hace posible el buscar segundas opiniones en signos o síntomas clínicos, pedir enlaces relevantes sobre ciertas patologías o solicitar ayuda en la preparación de una charla o una clase. Twitter te proporciona acceso inmediato, directo y gratis a un montón de colegas en el mundo entero, dispuestos a echar una mano.

El “crowdsourcing” o búsqueda de respuestas en el grupo se convierte en una herramienta para acceder a “la inteligencia médica global” haciendo posible el compartir conocimientos enfocados a un problema particular.

- Twitter tiene la ventaja de promover la horizontalización de los profesionales sanitarios; esto hace posible, por un lado el contacto con la comunidad médica a gran escala, permitiendo compartir perspectivas diferentes sobre temas comunes y también a pequeña escala, como es la promoción de especialidades médicas emergentes, un buen ejemplo de esto es la cuenta de @urgenciologos que agrupa información y actividades para los médicos, enfermeras y técnicos de urgencias y emergencias. Pero quizás lo más insólito de twitter está siendo el acercamiento y mutuo respeto que nace de los proyectos comunes que engloban a médicos de hospital con médicos de primaria y mas aun a enfermeras con médicos. Twitter está teniendo la capacidad de romper algunas jerarquías obsoletas poniendo a trabajar en equipo a personas con un interés común: el paciente.

2.- Contacto directo con los pacientes

Es mucho lo que podemos aprender de los pacientes en redes, twitter es una plataforma perfecta para acceder a una versión directa y con un perfil mas social de lo que significa vivir con ciertas enfermedades; twitter nos ayuda a ser capaces de ver mas allá del tiempo que compartimos con ellos en consulta. Nos permite conocer asociaciones de pacientes, blogs o tweets personales que nos dan una versión mas amplia de las patologías.

Por otra parte, twitter es una herramienta fantástica para dirigir a los pacientes a fuentes de información fiables. Por ejemplo a través del uso de este clasificador que aúna tweets del mismo tema #parapacientes conforma una pequeña librería de información de calidad.

3.- Visibilidad de “blogs” personales

Cada día son más comunes las bitácoras de médicos y otros profesionales de la salud en los cuales comparten ideas, emociones, información, noticias...etc con el resto de la comunidad virtual. Twitter sirve de ventana para lanzar al exterior su contenido. A través de las redes sociales, esos blogs que contengan entradas interesantes pueden llegar a un número mucho mayor de lectores. La capacidad exponencial de twitter hace posible un impacto inmediato y creciente que salta fronteras. Una entrada de un bloguero sentado en su ordenador puede atraer el interés de algunos tuiteros que la cuelguen como enlace en sus tweets, haciendo que en un rato esa entrada se extienda y salte de cuenta en cuenta sin importar fronteras. El efecto es mucho mayor que los e-mails de grupo, con un alcance previamente impensable, menos

perecedero y más inmediato.

4.- Asistencia virtual a reuniones médicas y congresos

Poder recibir desde la comodidad de tu sillón las “perlas” de las charlas impartidas en cursos o congresos en cualquier lugar del mundo, es otra de las joyas que ofrece twitter. Es ya casi la norma el tuitear bajo un código común (representado por este símbolo #, almohadilla o hashtag) durante cualquier reunión relevante. Los tuiteros entresacan frases o hacen micro-resúmenes de lo que allí se está contando bajo una frase común de manera que entrando a ese # se puede leer toda la variedad de comentarios que se realicen. Son además ya muchos los organizadores de congresos que reconocen el potencial de esta situación y proveen de pantallas en las que se va demostrando esta actividad que ocurre en twitter y que permite además una interacción real a través de preguntas planteadas por este medio a los ponentes “reales”.

Esto se ha extendido recientemente a procedimientos quirúrgicos que se retransmiten a través de las cuentas oficiales de los servicios u hospitales permitiendo a otros cirujanos en cualquier parte del mundo aprender o entender ciertas técnicas quirúrgicas.

En estos casos en particular twitter sirve de apoyo al uso de cámaras web y páginas oficiales en Internet desde las que se transmite el procedimiento quirúrgico con mayor amplitud.

5.- Aprendizaje de inglés médico

Comienzan a proliferar las cuentas de twitter que van soltando tweets interesantes para recordar o mejorar nuestro inglés pero además existen varias cuentas especializadas en inglés médico que usan tweets muy prácticos con frases médicas de uso diario. Si además uno se interesa por seguir a compañeros o a instituciones de origen anglosajón o que utilizan como idioma el inglés, se va produciendo una familiarización con términos que resultan útiles para mejorar el tan imprescindible manejo del inglés.

6.- Tiempo libre

No cabe duda que una de las claves de redes como Twitter es que su uso , además de ser extremadamente útil, es muy divertido; las interacciones con otros usuarios suelen ser amables, interesantes y con un aire de ocio que le hacen inmediatamente atractivo. Cualquier intercambio, carece de la formalidad propia de lo altamente académico, sin que por ello pierda su valor científico. El aire flexible y relajado que se respira en twitter y la sensación de horizontalidad le añaden un carácter amigable que propicia el

humor y la camaradería.

Estas son ventajas potenciales indudables que el uso de Twitter para los médicos plantea, pero nosotros no somos elementos dominantes de la vida informativa-social y es una herramienta, que aunque útil, va a ser secundaria: no es lo mismo que para un periodista o un personaje de imagen y vida pública habitual. Nuestra primera misión es la atención al paciente, somos en la mayoría de los casos recién llegados y con la intención de llegar y las preguntas y dudas que se nos plantean son muchas:

1.- ¿Actuar como un yo, una persona más de la sociedad, o en función de mi calidad profesional de médico, especialista o no?

El médico es persona, y como tal libre y capaz de expresar sus opiniones; es, además, enriquecedor hacerlo puesto que te desviste durante un rato de la bata blanca, ¡que no es bueno llevarla puesta todo el tiempo, hasta cuando no tienes pacientes delante! Pero, en mi opinión, hay todavía ciertos caracteres y comportamientos que la sociedad espera de nosotros de que no deben romperse.

La frontera entre lo profesional y lo personal ya de por sí es difusa en las RRSS, y hay que procurar que lo sea lo menos posible. Todo esto no es incompatible con el uso de un tono cercano y coloquial; la escucha y la interacción debe ser ágil y flexible, siempre manteniendo el tono profesional. Si damos a conocer algo puramente científico, debemos procurar que tenga el sustento de la mejor evidencia científica disponible. Debemos respetar los secretos y los principios de confidencialidad, y respetar al máximo a los colegas; cada vez que emitimos tuits, damos a escarapate la imagen y credibilidad del individuo y del colectivo médico: NO OLVIDAR.

En España, a día de hoy, no existe una guía para el uso de redes sociales por parte de los profesionales de la medicina. Otros países de nuestro entorno nos han tomado la delantera y tienen ya normas en vigor. La OMC hace unas semanas ha entendido que debe liderar un proyecto que derive en un manual de estilo para el médico y su relación con las redes sociales, y ha contado con profesionales de reconocido prestigio y experiencia, como el Dr. Trujillo, nuestro Brand Manager. Apoyamos esta iniciativa que seguro redundará en un uso más juicioso y amigable de las redes sociales.

2.- Cuando actúo como un profesional de la sanidad, ¿hasta que punto soy independiente y hasta que punto debo considerarme

vinculado a un sistema u organización sanitaria?

Uno debe tener claro si habla de forma personal o representas a una institución; es más, si representas a un organismo oficial de entidad y responsabilidad pública, debes evitar las opiniones personales conflictivas y ser responsable sabiendo a quién se representa y respetando los valores de la institución. El SSPA tiene una “Guía de uso y estilo de redes sociales” que es recomendable leer y que al menos deberían seguir todas las personas que tiene puestos de responsabilidad y cargos intermedios.

Cuando das información sanitaria, ten siempre en cuenta que te estás jugando tu prestigio. Transmite siempre información veraz, con adecuados niveles de evidencia científica y con la responsabilidad de que estamos haciendo, en ocasiones, Medicina por otra vía alternativa, pero Medicina.

3.- ¿Qué tiempo uso para las RRSS?

Esta es la pregunta del millón. Tenemos vidas profesionales absolutamente encorsetadas habitualmente, la mayoría familias en desarrollo y crecimiento que requieren nuestra atención (y la necesitan). Algún hobby se tiene siempre. Y de vez en cuando se descansa... Es la búsqueda de un nuevo espacio de tiempo todos los días para poder ser activo y estar participando, de un tiempo que hace 1 año no tenías que buscar. Supone un esfuerzo que hay que rentabilizar, hay que saber a quién merece la pena seguir de forma activa.

En este sentido, yo creo que podrían ser útiles actividades formativas por parte de expertos en RRSS que nos permitan conocer como rentabilizar el tiempo que invertimos en ellas y saquemos provecho profesional y, al mismo tiempo, como podemos aportar cosas a la sociedad científica y a la sociedad global en función de nuestros roles de médicos.

Quisiera finalizar mi intervención reafirmando el compromiso mío personal y el del Instituto Quirúrgico de Andalucía que dirijo, con el uso compartido y generoso de las redes sociales, ya que entiendo que son una oportunidad magnífica para acortar las distancias entre los pacientes y los médicos, bajo el nuevo paradigma de decisiones compartidas que deben caracterizar este tipo de relaciones, abandonando la corriente del paternalismo médico que tiene difícil encaje en el inicio de este siglo XXI.