



# La salud pública del futuro

# ¿Hacia donde se dirige la SALUD PÚBLICA?

@joancmarch

ACTO DE CLAUSURA DEL MÁSTER EN SALUD PÚBLICA 2023-2024

CONFERENCIA DE CLAUSURA  
¿Hacia dónde se dirige la salud pública?

PONENTE  
Joan Carles March

VIERNES, 27 DE SEPTIEMBRE DE 2024  
SALÓN DE ACTOS ERNEST LLUCH. ISCIII



RETRANSMISIÓN EN DIRECTO: <https://youtube.com/live/O0yDpl689HQ?feature=share>

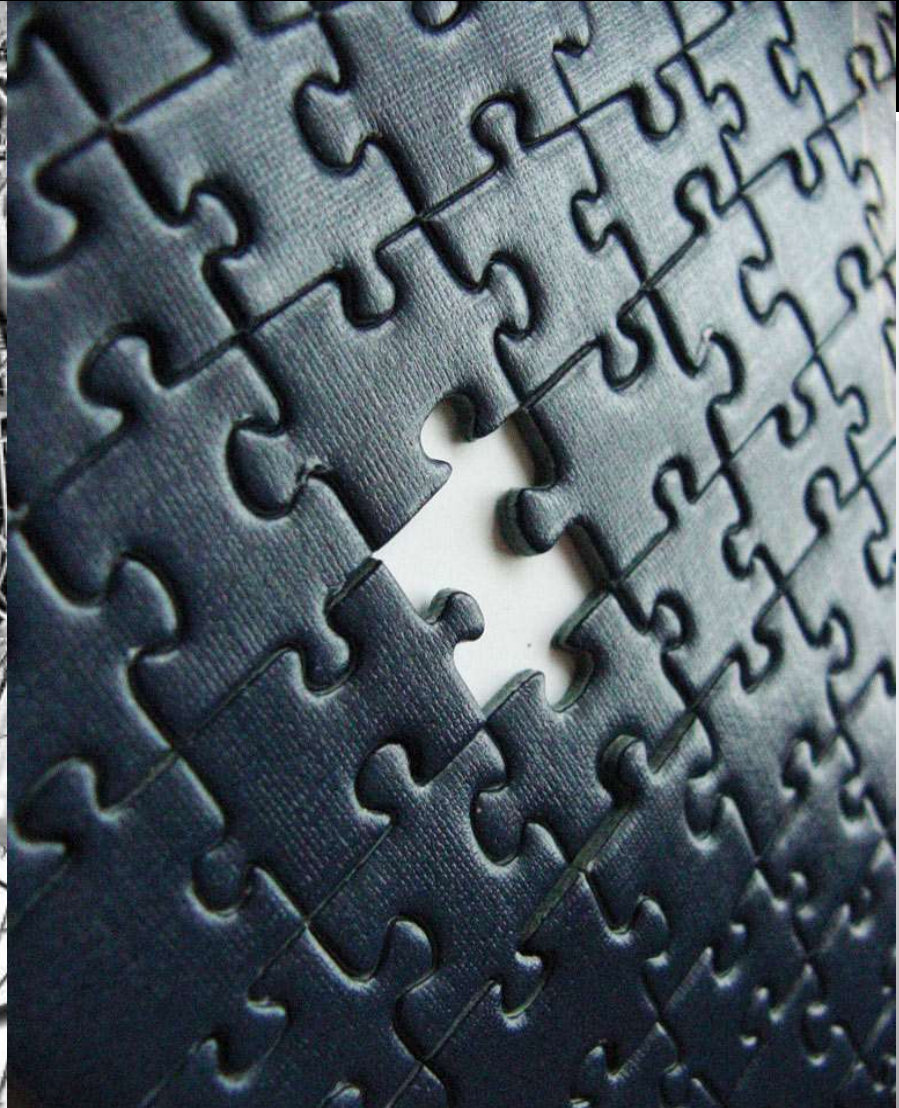
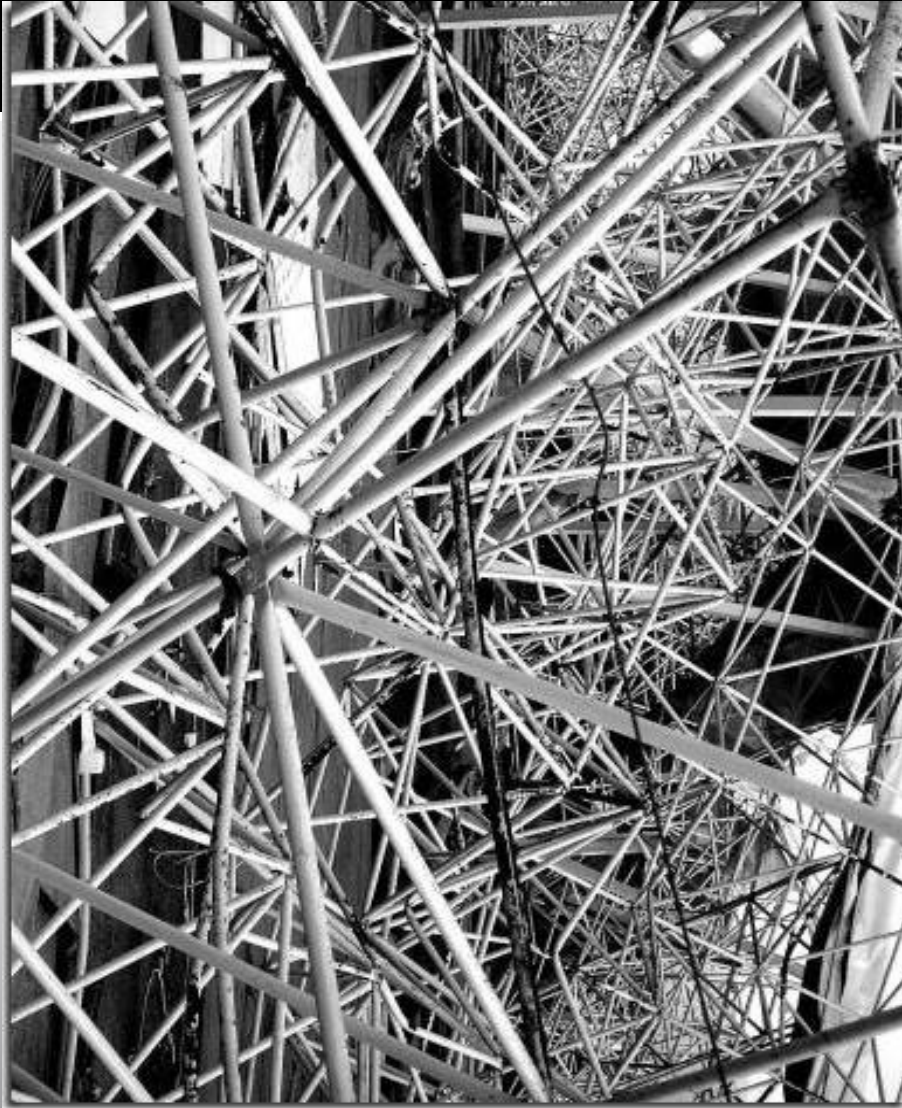


**No vivimos una  
época de cambios...  
sino un cambio de  
época**

El futuro no está  
escrito en piedra



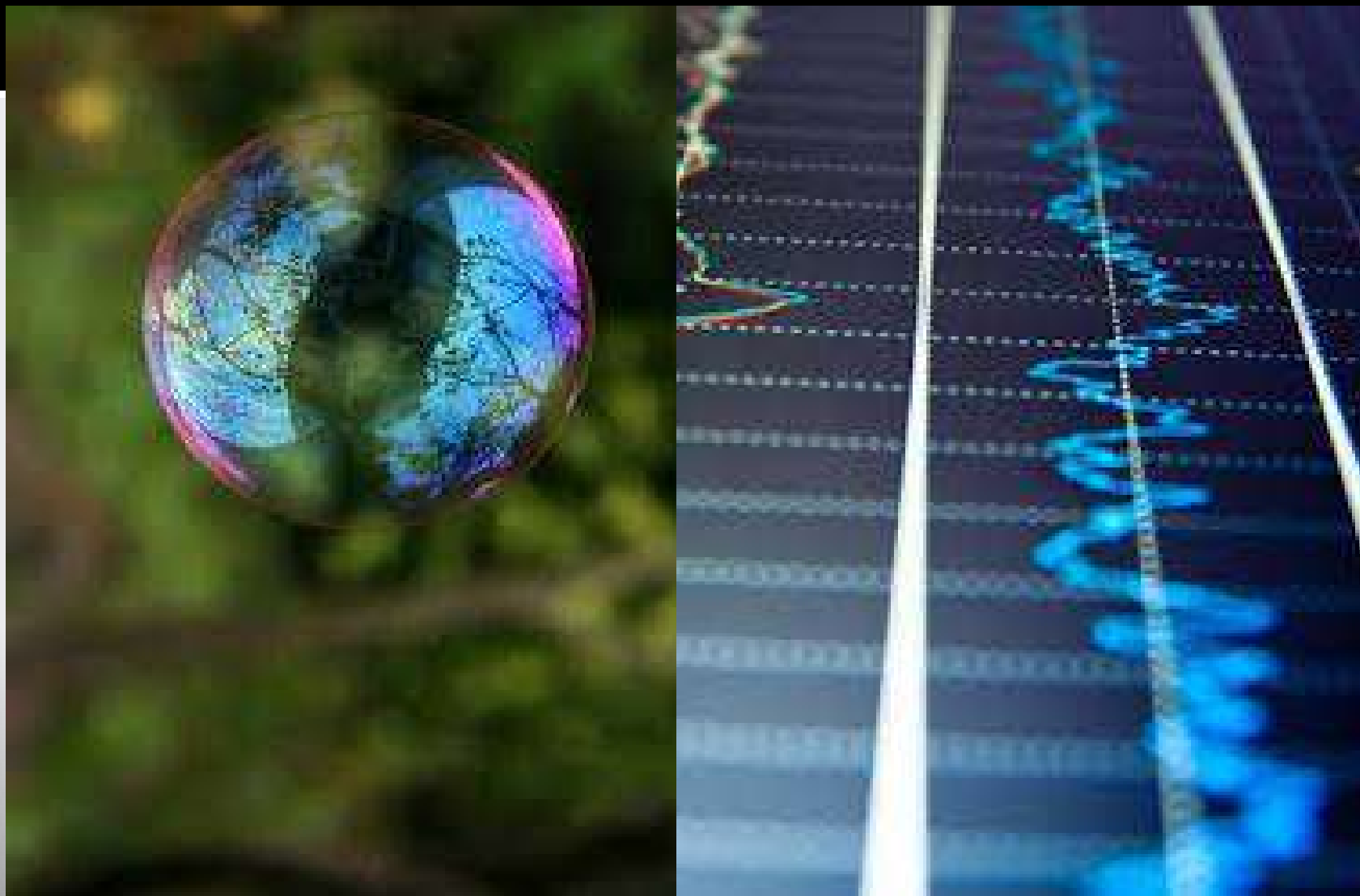
# Complejidad



# Hiperconectividad



# Volatilidad





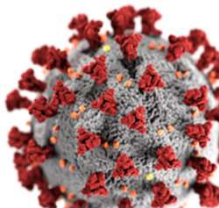
La COVID-19 ha mostrado, con toda crudeza, cómo la **seguridad, la salud y la prosperidad económica** de un país dependen de su **capacidad para impedir (o minimizar) los efectos de algunas amenazas para la salud** potencialmente devastadoras



Esa **capacidad protectora** está construida sobre la **suficiencia, aptitud y talento** de su sistema de salud pública



La pandemia ha puesto de relieve el papel crítico de la **salud pública** abriendo una **ventana de oportunidad** para abordar su **mejora** y **reenfocar su arquitectura** y muchos de sus componentes



La pandemia nos ha mostrado la necesidad de mejora de la salud pública en:

- su capacidad anticipatoria
- su aptitud de coordinación en la recolección, el manejo y el análisis de datos con la suficiente prontitud
- su atención sobre los determinantes sociales de la salud o
- su calidad y solvencia en materia de comunicación





¿Para qué?

- Para abordar riesgos históricos y emergentes
- Para proteger y mejorar la salud, prevenir la enfermedad y reducir las desigualdades

La pandemia ha hecho emerger una problemática



que **conecta:**

- .salud pública
- .control de zoonosis
- .seguridad alimentaria
- .resistencias bacterianas
- .cambio climático
- .calidad del aire y
- .desigualdades sociales



en un contexto de envejecimiento poblacional e  
incremento de la cronicidad

# OPORTUNIDAD



## OPORTUNIDAD



- de **abandonar el prolongado descuido** que ha ido reduciendo las capacidades de respuesta de la salud pública en España, mientras dormitaba sin desarrollo la Ley de Salud Pública de 2011

# OPORTUNIDAD



- para que los sistemas de salud pública (del Estado, las comunidades autónomas, las corporaciones locales) dispongan de una financiación suficiente, previsible, flexible y transparente para abordar la provisión de servicios de protección, promoción y prevención, las actuaciones sobre los determinantes sociales de salud y los asociados al envejecimiento y la cronicidad

# OPORTUNIDAD

- Una oportunidad también los problemas emergentes:
  - la violencia, incluyendo la de género
  - las nuevas adicciones (juego, pantallas, redes sociales, drogas de diseño, de prescripción, etc.)
  - los efectos adversos de los medicamentos
  - los derivados del cambio climático o,
  - la desinformación en aspectos de salud



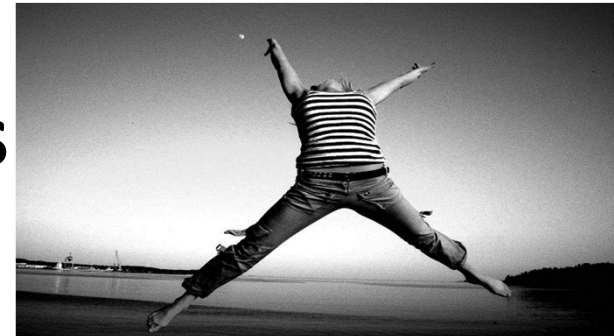


## OPORTUNIDAD

- La Agencia Estatal de Salud Pública: una oportunidad para el sistema de Salud Pública en España

(con la globalización, la perspectiva de *Una Salud* o la necesidad de una permanente innovación tecnológica y reflexividad estratégica como elementos a tener en cuenta)

- **Para promover acciones innovadoras públicas y bien evaluadas**





## OPORTUNIDAD



- **La Agencia Estatal de Salud Pública,** como generadora y gestora de conocimiento, debería trabajar en las 3 dimensiones que apoyan las políticas en salud:
  - 1) la evaluación de la mejor evidencia (*assessment*)
  - 2) la adecuación de la evidencia al caso concreto o valoración (*appraisal*), permitiendo establecer directrices adaptadas al contexto de acción; y
  - 3) el sustento de la deliberación o el poder ofrecer alternativas al decisor final (*deliberative processes for decisión-making*)



No es sólo  
un  
problema  
de  
financiación



En las comunidades autónomas, los servicios de salud pública reciben habitualmente **menos del 2% del presupuesto destinado a sanidad**, y con una proporción mayoritaria de este (pudiendo llegar hasta el 80%) destinado a la compra de vacunas



Los *Objetivos de Desarrollo Sostenible* y la catástrofe climática exigen constituir inmediatamente:

1. Un modelo de provisión de servicios en salud preventivo y salutogénico, en su definición más holística
2. Un sistema de gobernanza que priorice en la agenda pública la salud de las personas, en comunidades sanas y dentro de un mundo sano



# FACTORES DETERMINANTES DE LA SALUD



REDES SOCIALES Y COMUNITARIAS



AMBIENTE LABORAL

AGRICULTURA Y PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS



SITUACIÓN LABORAL



CONDICIONES ECONÓMICAS, CULTURALES Y MEDIOAMBIENTALES



EDUCACIÓN



Y SOLO UN POCO\*  
CON EL SISTEMA SANITARIO

06.Abril Día Mundial de la Salud

@mlalanda

# TU SALUD ES UNA GRAN RESPONSABILIDAD



WÍDALA EN TODAS LAS ETAPAS

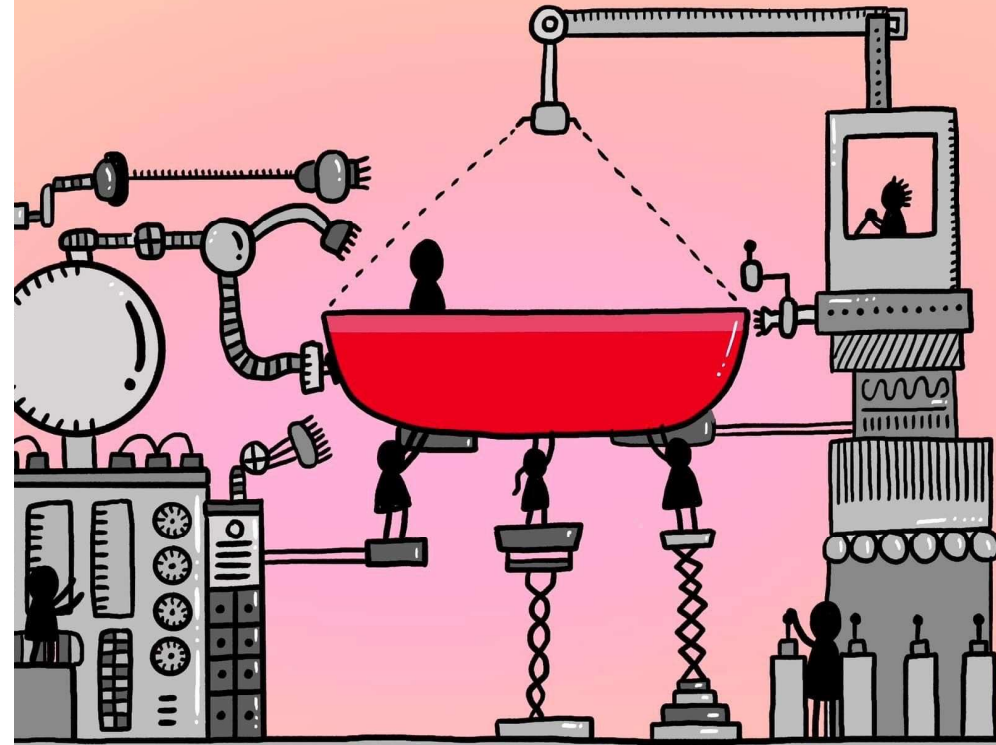


BUSCA EL CAMINO PARA  
PREVENIR ENFERMEDADES.

EL OTRO CAMINO  
ERA PELIGROSO.



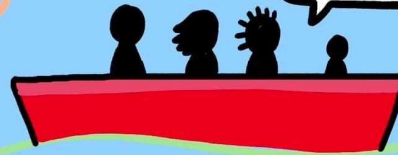
PARA CUIDAR DE TU SALUD,  
RODÉATE DE BUENAS MANOS  
Y LA MEJOR TECNOLOGÍA.



DÉJATE ACOMPAÑAR  
CON CARINO Y HUMANIDAD.

NO SON OLAS.

SON CARICIAS.



Enfocar bien



# Los riesgos emergentes y buena parte de los tradicionales



Van a requerir en muchos casos nuevos o renovados abordajes, como:

- Estrategias transversales (salud en todas las políticas)
- Una mayor responsabilidad comunitaria e individual
- Cambios radicales en los sistemas de información de salud pública (que no son sólo los de vigilancia epidemiológica de enfermedades transmisibles)
- Cambios en la inteligencia de salud pública, entendida como la capacidad de incorporar las evidencias científicas para identificar y anticipar riesgos y
- Las estrategias más efectivas para abordarlos

# Determinantes políticos de la SALUD





1. La Salud Pública es necesario que esté basada en la ciencia, en la epidemiología
2. La salud pública tiene que incluir a todos/as (las políticas que excluyen a los inmigrantes son incompatibles con la salud pública)
3. La justicia y la ética: derechos a todos/as para tener salud y un desarrollo físico y mental, además de social. El racismo, problema de salud pública
4. La democracia: CON la participación de la gente



DESIGUALDADES



**Tercera edad y dependientes**



**Adolescentes frágiles**



**Personas con enfermedad mental y/o físicas.**



**Víctimas de maltratos, abusos y traumas**



**Supervivientes de suicidio**



**Minorías en exclusión social**



**Población reclusa, migrantes,**



**Sanitarios**



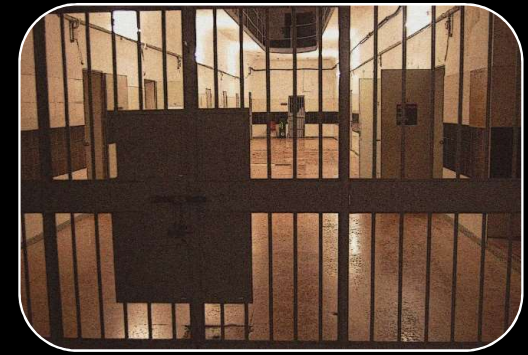
Problemas familiares



Adicción y consumo de drogas



Trastorno Mental Grave



Conducta delictiva



Violencia familiar



Migrantes

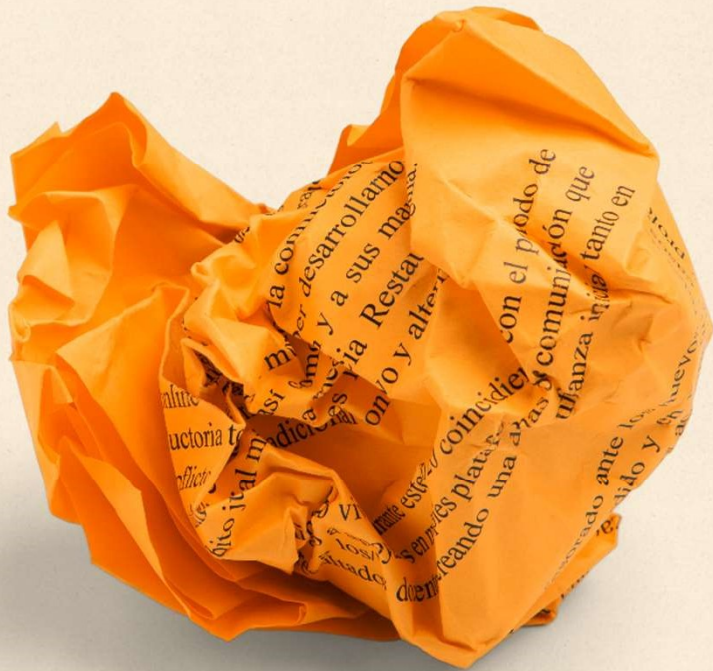


Malas condiciones socio-económicas familiares



Abuso infantil, violencia

# Percepción de riesgos ambientales



# La perspectiva de género





Aprendo a mirar las cosas,  
desde una perspectiva  
distinta.

A tenerlo en cuenta

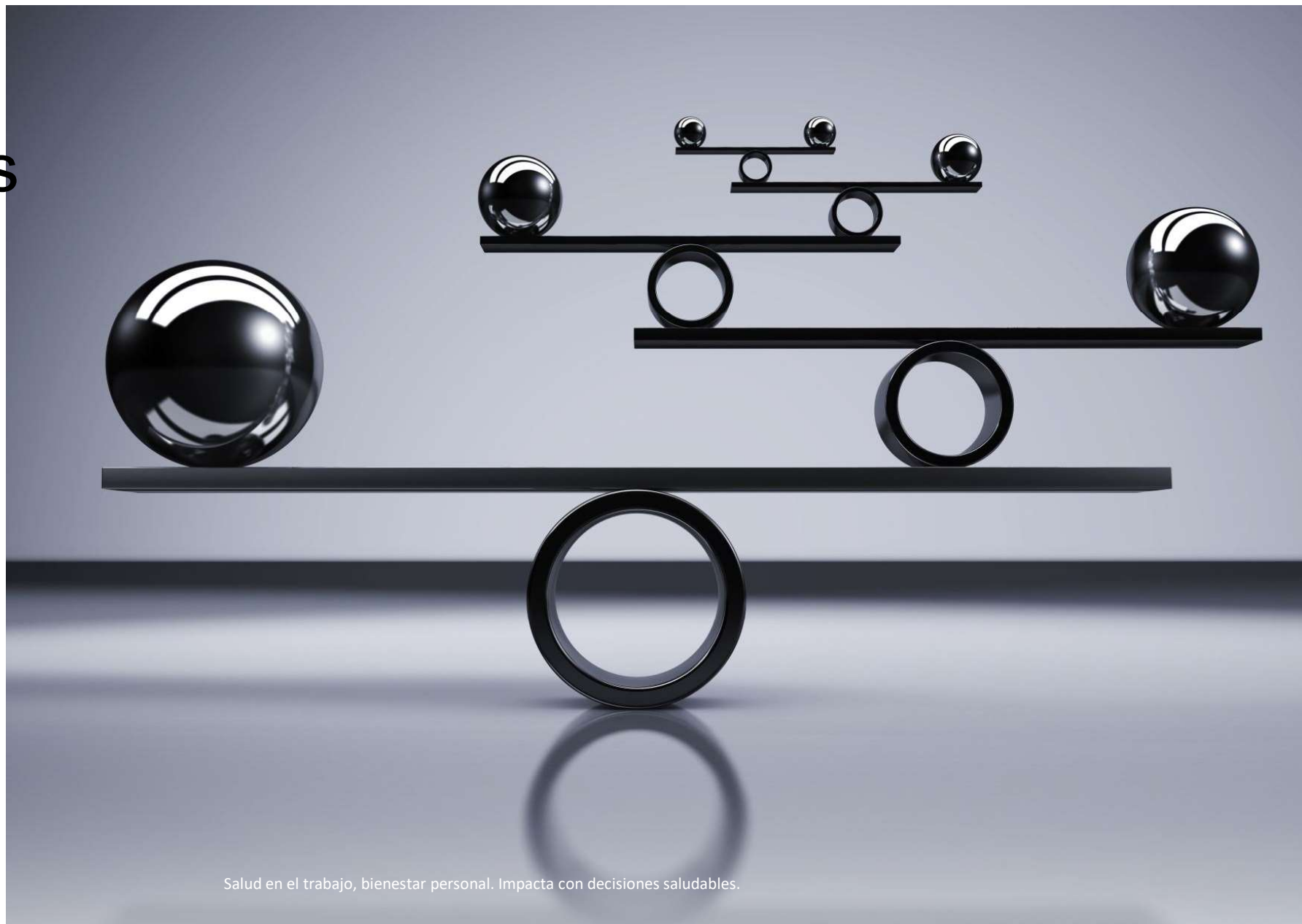
# DESAPRENDER





# Reflexiones

- Ética
- Valores



Salud en el trabajo, bienestar personal. Impacta con decisiones saludables.

**La cooperación: ¿es suficiente para adoptar una innovación?**



**En una Salud Pública y una Sanidad sensible a las necesidades de las personas: IMPRESCINDIBLE**

1

# Desarrollo de renovados sistemas de información

- Robustos, modernos, interoperables y seguros
- Capaces de proporcionar datos fiables en tiempo-real sobre potenciales amenazas e identificar grupos de riesgo, para orientar una rápida toma de decisiones. Implica el enlace con otros sectores (incluyendo la atención sanitaria y sociosanitaria) y con otras jurisdicciones, reduciendo los intercambios fragmentados, la insuficiente granularidad de los datos (especialmente en determinantes socioeconómicos) y las demoras en su disponibilidad.
- La inteligencia natural (los recursos humanos altamente competentes, incluida la investigación), para transformar los datos en información capaz de orientar la toma de decisiones.

Los seres humanos nos estamos llenando de sensores que captan y transmiten información

Nuestros móviles dibujan mapas de movilidad colectiva. Con esa riqueza de datos, es posible sofisticar los modelos epidemiológicos para monitorizar mejor las pandemias

Necesitamos nuevos métodos de evaluación que separen el grano de la paja

Necesitamos también un control efectivo del mal uso de los datos individuales de salud, e inteligencia de salud pública para nadar contracorriente en un mar de datos más sanitario que de salud y más individual que poblacional



El uso de la inteligencia artificial en la **salud pública**, en **epidemiología** y en la **prevención** está creciendo y necesita ganar cada vez más presencia

# ¿Cuáles son los principios rectores del uso de las intervenciones de inteligencia artificial para la salud pública?

- 1. Centrada en las personas.** Las acciones y soluciones deben estar centradas en las personas y no usarse como un fin en sí mismas. Como una de las muchas tecnologías para facilitar el trabajo en el ámbito de la salud pública, la IA debe respetar los derechos de la persona.



**2. Fundamentada en la ética.** Los debates, el desarrollo y la aplicación deben basarse en los principios éticos acordados a escala mundial de dignidad humana, beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia.



**3. Transparente.** Siempre deben usarse enfoques transparentes, que deben comunicarse al desarrollar algoritmos de IA.

**4. Protección de los datos.** La privacidad, la confidencialidad y la seguridad en el uso de datos deben ser fundamentales para toda IA que se desarrolle.

**5. Integridad científica.** Las intervenciones de IA deben ceñirse a prácticas científicas óptimas: deben ser confiables, reproducibles, justas y honestas y posibilitar la rendición de cuentas.

**6. Abierta y compartible.** Todo debe ser lo más abierto y compartible posible. Las herramientas y el concepto subyacente de apertura<sup>1</sup> deben ser una característica y un factor de éxito crucial de toda IA que se desarrolle.



**7. No discriminatoria.** La justicia, la igualdad y la inclusión en el impacto y el diseño deben constituir siempre la base de toda iniciativa de IA para la salud pública.

## 8. Tecnología controlada por humanos.


Es obligatorio que haya procesos formales de control y revisión por seres humanos de las decisiones automatizadas.



2

Establecer y reforzar las alianzas y colaboraciones con las administraciones públicas de otros sectores y con otros agentes para mejorar, mantener y proteger la salud de las poblaciones

- La coordinación con sectores no directamente sanitarios (*vivienda/urbanismo, infraestructuras y transportes, servicios sociales, educación, trabajo, inmigración/interior, medio ambiente, economía, industria, ocio, alimentación, agricultura, hacienda...*) son necesarias para abordar estrategias clave de salud pública, incluyendo actuaciones sobre la desinformación



**Inteligencia colectiva: creación  
de conocimiento a partir de la  
colaboración.**


*"Social Origins of Good Ideas"* Ronald S. Burt (2003)

3

# Reclutar, contratar, desarrollar, desplegar y retener un personal altamente competente, diverso y resistente

- Formación adecuada y con mayores capacidades en las diferentes áreas que componen la salud pública
- Trabajar contra cargas burocráticas, por un buen clima laboral y cultura organizativa abierta y una carrera profesional más técnica
- Planificación, actualización de perfiles laborales (no sólo salubristas, sino comunicación, ciencias de datos, competencias culturales y lingüísticas, ...), y de una formación reglada adaptada a los perfiles y competencias necesarios en la salud pública del siglo XXI

# Profesionales con h-alma



Honestidad  
Humildad  
Hechos  
Habilidad  
Humor  
Heroísmo

Los pacientes no sólo buscan  
información

**BJUI**  
BJUI INTERNATIONAL

## Decision-making in localized prostate cancer: lessons learned from an online support group

Johannes Huber, Andreas Ihrig\*, Tim Peters†, Christian G. Huber\*, Anja Kessler, Boris Hadaschik, Sascha Pahernik and Markus Hohenfellner

Department of Urology, \*Division of Psychooncology, Department for General Internal Medicine and Psychosomatics, University of Heidelberg, Heidelberg, Germany, †Institute for Medical Ethics and History of Medicine, Ruhr-University Bochum, Bochum, Germany and ‡Centre for Psychosocial Medicine, University Medical Centre Hamburg-Eppendorf, Hamburg, Germany

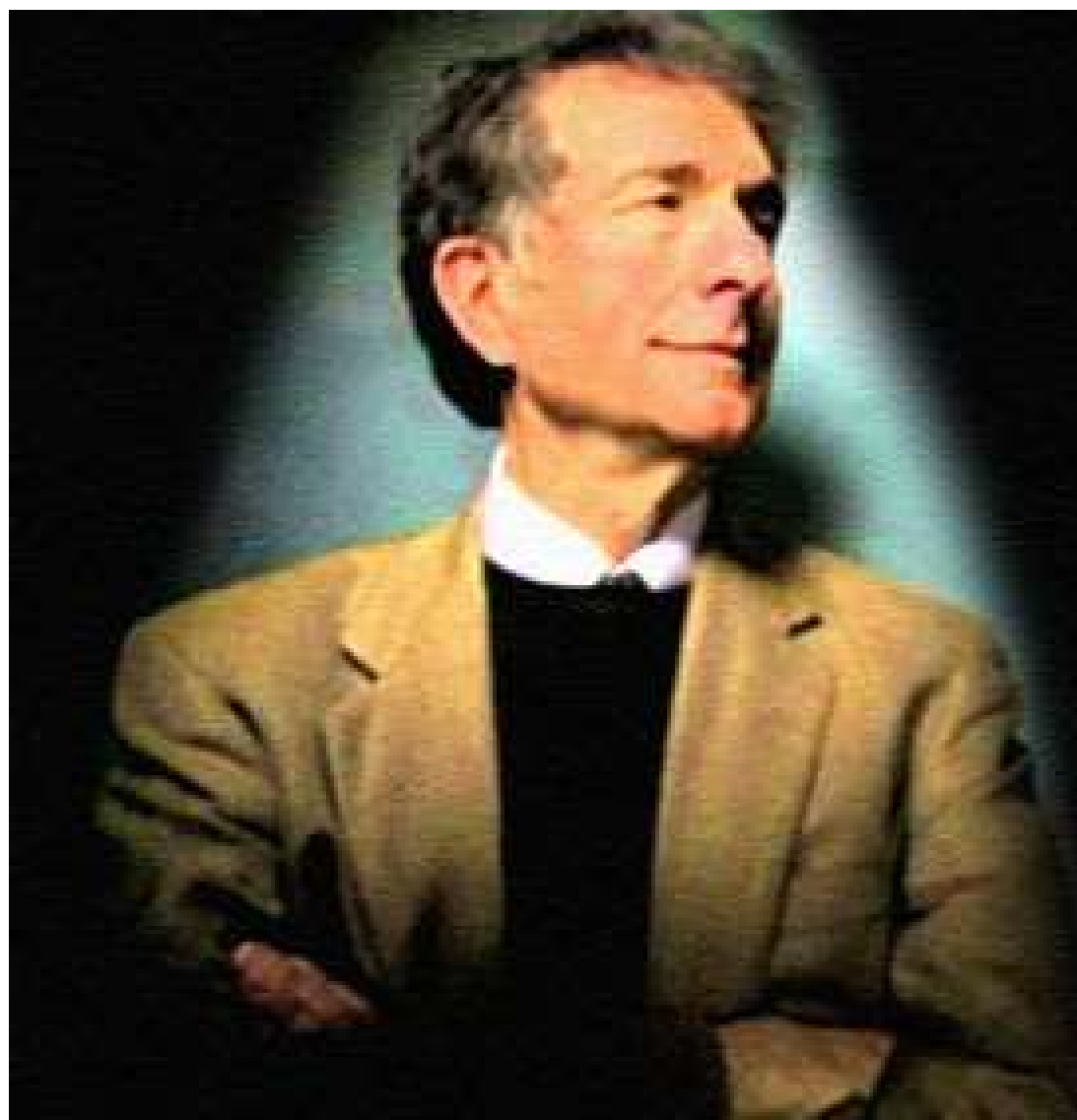
Accepted for publication 25 May 2010

**APOYO  
EMOCIONAL**

De @Ebevidencia

### RESULTS

- Threads were most commonly started to ask for therapy recommendations (66%), information on the course of treatment (46%) and **emotional support (46%)**.
- Answers consisted of treatment recommendations (40%), emotional support (37%) and personal experiences (28%).
- A second opinion on the biopsy cores (51%) and additional imaging (40%) were



"...las malas personas  
no pueden ser  
profesionales excelentes.  
No llegan a serlo nunca.  
Tal vez tengan pericia técnica,  
pero no son excelentes."

# + GENTE QUE SUMA



ENTUSIASTA



APORTA  
OPINIONES



RESPETA  
OPINIONES



ASERTIVA



ACTIVA



POSITIVA

# Practicar la GENEROSIDAD se contagia





**GRACIAS**

# El Poder de Pensar Positivo

---

Cambia tu vida desde dentro

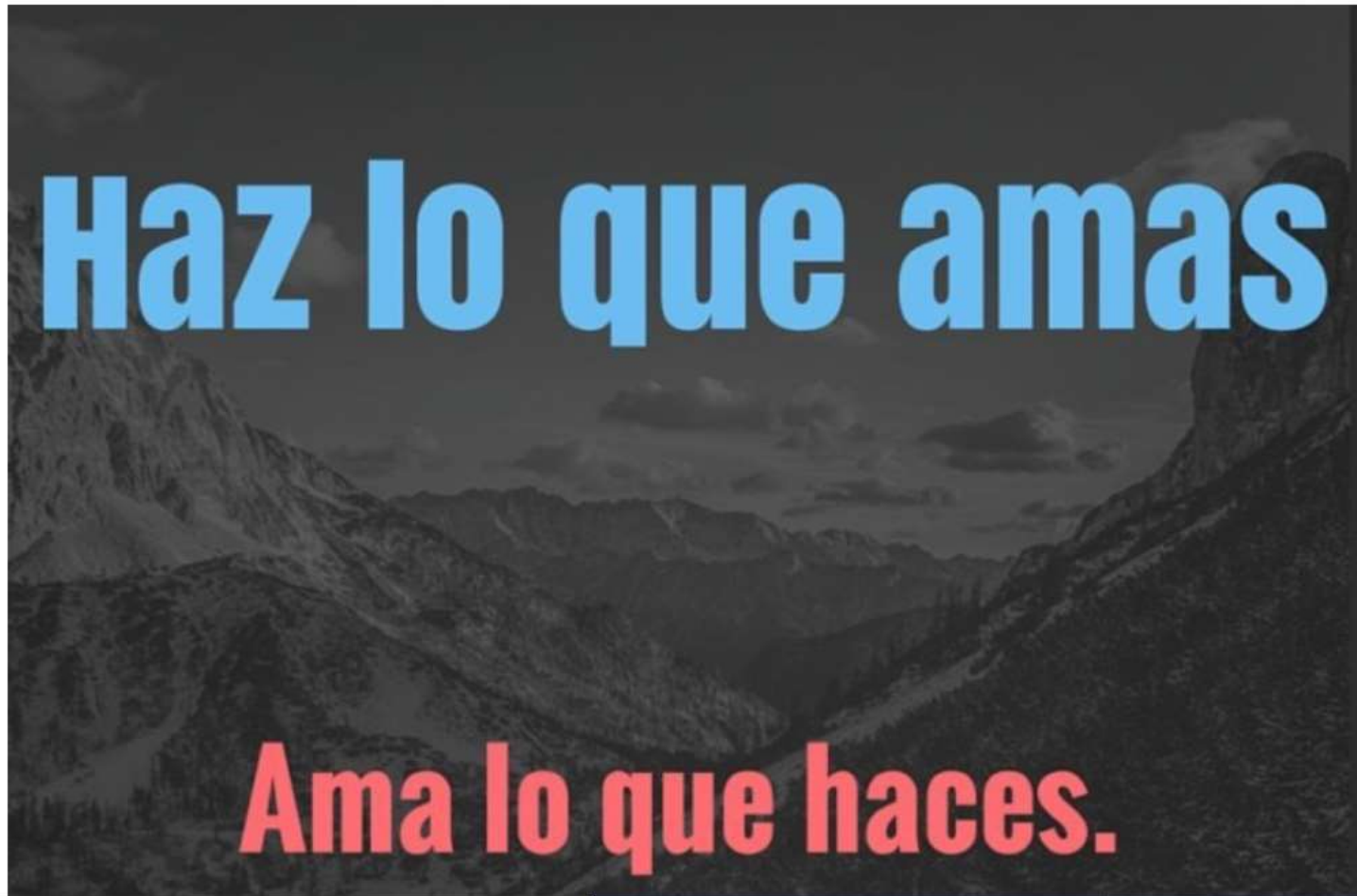
**Lo positivo abre y construye,  
lo negativo cierra**



# CONFIANZA



**El entusiasmo como electricidad de la vida y  
la pasión como condimento nos dan alas  
para el éxito**



**Haz lo que amas**

**Ama lo que haces.**

# El poder curativo y terapéutico del perdón



4

# Rediseño de las estructuras, procesos, roles y responsabilidades del Estado y de las CCAA

- No sólo en situaciones de emergencia, y no tanto para recentralizar
- Para mejorar la colaboración, la coordinación y la suficiencia en todas las jurisdicciones.
- Desarrollar la independencia de las estructuras de salud pública

# One Health *para* *combatir futuras* *pandemias*



5

# Mirar al espacio europeo

(EU4Health Programme, Europe's Beating Cancer Plan, Transformación digital de los sistemas sanitarios, además de la ECDC y la OMS)

6

Repensar la salud  
pública = contar

**con** los y las  
pacientes

# con

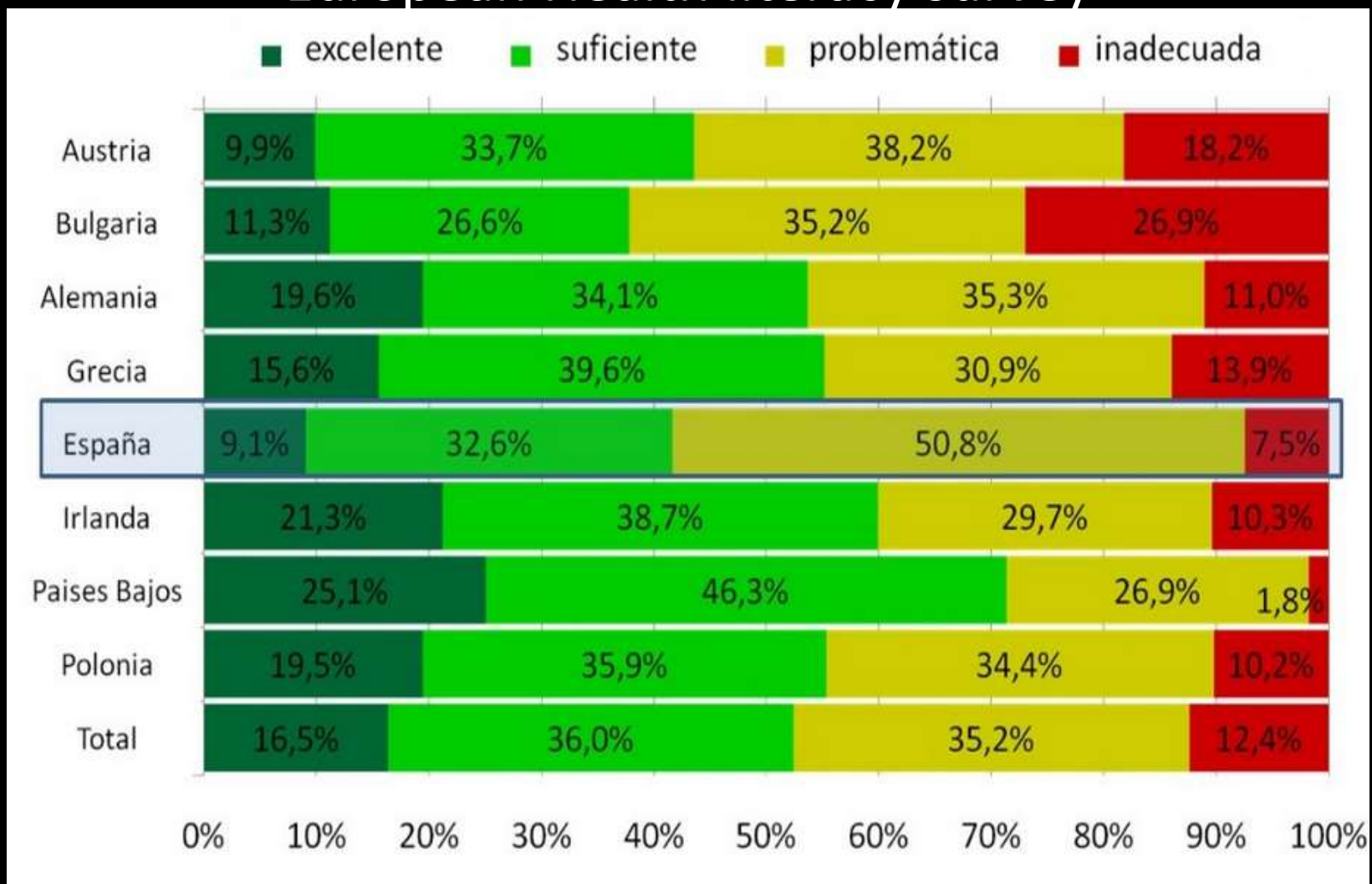


A vintage-style microphone is positioned on the left side of the frame. The background is a blurred scene of a person, possibly a performer, in a dimly lit environment with purple and blue lighting. The overall mood is artistic and dramatic.

# Pacientes **PROTAGONISTAS**

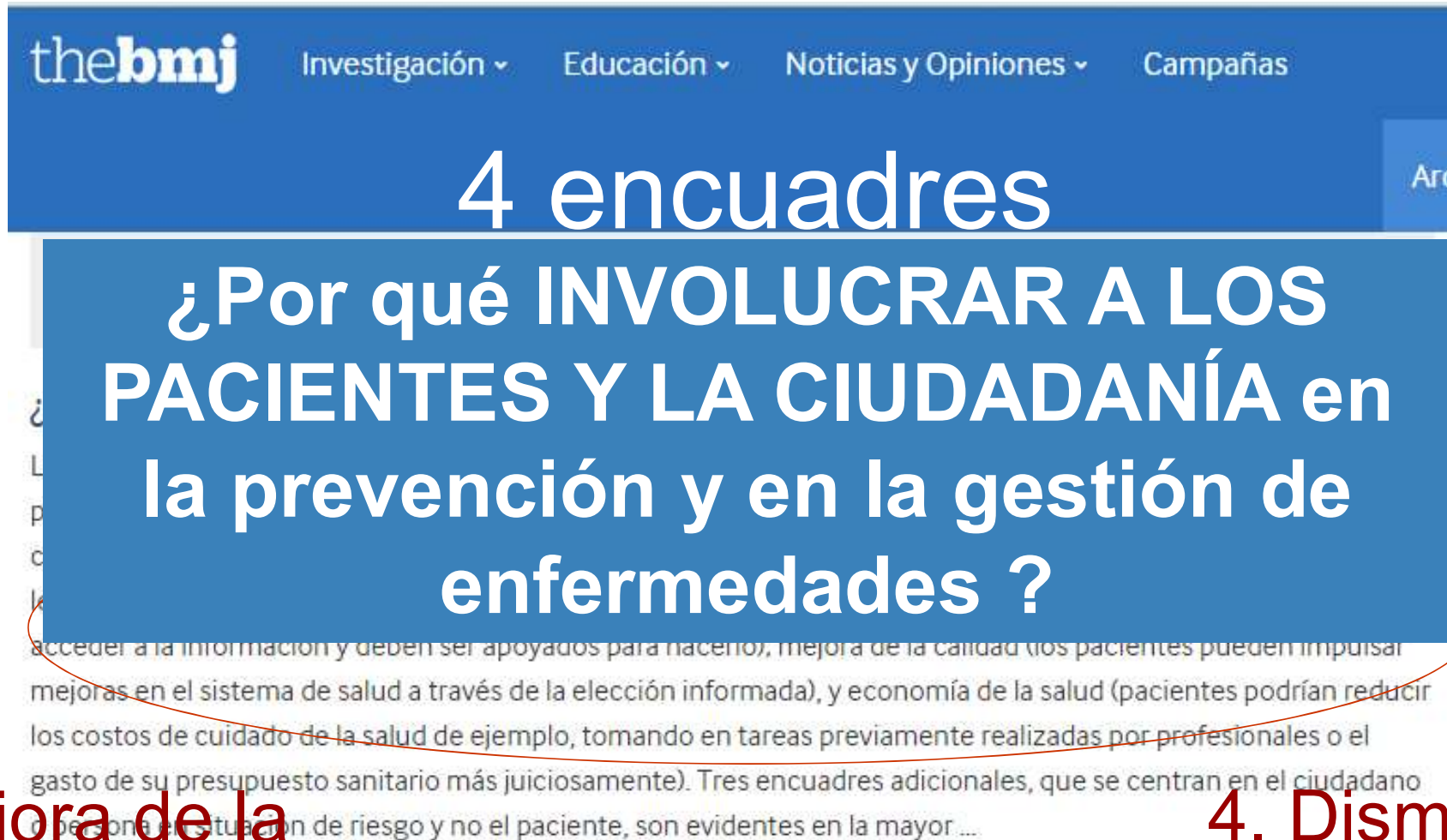
# NECESITAMOS + ALFABETIZACIÓN en SALUD

## European Health literacy survey



## 1. Ley y ética

## 2. Conocimiento e información



The image shows a screenshot of the BMJ (British Medical Journal) website. The top navigation bar is blue with the 'thebmj' logo on the left and menu items 'Investigación', 'Educación', 'Noticias y Opiniones', and 'Campañas' on the right. A large blue rectangular box is overlaid on the page, containing the text '4 encuadres' at the top, followed by the question '¿Por qué INVOLUCRAR A LOS PACIENTES Y LA CIUDADANÍA en la prevención y en la gestión de enfermedades ?' in white. Below this box, a red circle highlights a paragraph of text from the website, which discusses the benefits of patient involvement, such as improved quality of care and cost reduction. The text is partially obscured by the blue box and the red circle.

thebmj Investigación ▾ Educación ▾ Noticias y Opiniones ▾ Campañas

4 encuadres

¿Por qué INVOLUCRAR A LOS PACIENTES Y LA CIUDADANÍA en la prevención y en la gestión de enfermedades ?

acceder a la información y deben ser apoyados para hacerlo), mejora de la calidad (los pacientes pueden impulsar mejoras en el sistema de salud a través de la elección informada), y economía de la salud (pacientes podrían reducir los costos de cuidado de la salud de ejemplo, tomando en tareas previamente realizadas por profesionales o el gasto de su presupuesto sanitario más juiciosamente). Tres encuadres adicionales, que se centran en el ciudadano o persona en situación de riesgo y no el paciente, son evidentes en la mayor ...

## 3. Mejora de la calidad

## 4. Disminución de costes

DOWN IS  
THE NEW UP

**El poder y el conocimiento  
nacen de cualquier sitio.**





Los **cuidados sanitarios** ocurren en el **mundo real**, donde el paciente pasa la mayor parte del tiempo y toma decisiones sobre su salud.

# PRESCRIBIR ASOCIACIONES DE PACIENTES

## V CONGRESO NACIONAL 2023 Día 27 Octubre Día 28

### PONENTES:

10:30 a 11:30. *Dr. Francisco Mera Cordero. ¿Qué sabemos de la fibromialgia y de su tratamiento ?*  
11:30 a 12:00. *Dra. Mª Argentina Rey Fernández. "Sensibilidad química múltiple: una enfermedad cada vez más frecuente que todos debemos conocer"*  
12:00 a 13:00. *Dña. Leo. Mª Perez de la Vega. "El dolor sí tiene nombre"*  
13:00 a 14:00. *Pepa Sánchez / Gelis Ferrol.*  
16:00 a 17:00. *Dra. Mª Carmen Torrijos Villegas. Enfermedades Medicamente Inexplicables (MUS) – La carrera moral de estos pacientes en su construcción biosicosocial como enfermos mentales.*  
17:00 a 18:00. *Dr. Luis Felipe Castillo Riestra. "El abordaje integral de la enfermedad crónica. La experiencia del terapeuta y enfermo de fibromialgia"*  
18:00 a 19:00. *Irene Blanco del Río. "Mitocondrias y homeostasis*

### PONENTES:

10:30 a 11:15. *Dr. Ximo Esteve i Vives. "Educación en Neurociencia del Dolor para pacientes con fibromialgia"*  
11:15 a 12:00. *Dr. José Vigaray Conde. "Atención multidisciplinar en la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica"*  
12:00 a 12:45. *Dr. Joan Carles March Cerdá "Recetar asociaciones de pacientes para una mejor salud"*  
13:00 a 13:45. *Joan Carles López Sancho. "La importancia de una vivienda sin contaminación electromagnética"*  
16:00 a 17:00. *Dña. Elisa Oltra. "Hypotiroidismo autoinmune en enfermos de EM/SFC: comorbilidad o error diagnóstico?"*  
17:00 a 18:00. *Josefina y otras compañeras en tertulia.*  
18:00 a 19:00. *D. Angel García García. "Novedades legales en incapacidad temporal e incapacidad permanente"*

FIBRO PROTESTA YA

# Pacientes Expertos.....por la experiencia



# Claves para **sobre** – **vivir** con nuestra enfermedad



## 1. Las Emociones:

esperanza, motivación,  
calma, confianza,

### **Pensar en positivo:**

puedo hacer mucho por  
controlar, detener y  
superarla enfermedad

# Claves para sobre – vivir con nuestra enfermedad

## 2. Activos para la salud

- Nuestra dieta mediterránea
- La actividad física
- Musicoterapia, risoterapia
- Cuidados estéticos
- Relajación
- Meditación...



# Claves para **sobre** – vivir con nuestra enfermedad



## 3. El apoyo entre **iguales** no estamos solos

*“No esperes que todos  
entiendan tu viaje especialmente  
si nunca han tenido que recorrer  
tu camino”*

# ¿Qué necesitan aprender las personas con Demencia... para su cuidado/autocuidado?

Evitar/disminuir factores de riesgo	Realizar actividad física	La vida cotidiana
Uso adecuado de medicamentos	Alimentación saludable	Relaciones familiares, sociales
Prevenir complicaciones	Cuidados cotidianos	Mejorar autoestima
Controles y seguimiento	.....	Pensamiento positivo

empoderado

experto

engaged

equipado

enabled

educado

“si el paciente  
no quiere hacer  
algo, no lo hará”

Kate Lorig

7

La nueva salud pública  
será orientada a la  
salud comunitaria

## Las etapas son:

- 1.Preparación y contextualización.
- 2.Recogida de la información: identificación de activos (intangibles, personas, instituciones, asociaciones formales, asociaciones informales, activos físicos, económicos y culturales)
- 3.Análisis, interpretación y presentación de la información recogida.
- 4.Difusión de los activos para la salud.
- 5.Conexiones y dinamización de los activos.
- 6.Evaluación.

# **Recuperar el vínculo intergeneracional**

---

"En una sociedad acelerada, no se les respeta como ancianos y sabios, sino que se los abandona como no pertenecientes al tiempo presente"

8



# La salud son conversaciones

Y ahora cualquiera puede hablar...

**Cuidar también es saber comunicar**

Diálogo técnicamente

riguroso, en la

cooperación

horizontal y vertical

Acciones de **abogacía**  
en ámbitos de poder

# COMUNICANDO a BESOS

**B**ásico: sin palabras técnicas y **B**reve

**E**xperiencia:

**S**encillo: con ejemplos, con demostraciones

**O**rdenado, con la lógica de la vida real, de quien lo practica

**S**ugerente, contando las ventajas, lo que voy a ganar, a conseguir

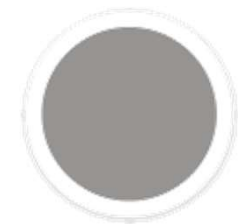


**“La mejor tecnología disponible...  
... sigue siendo la comunicación”**

**“Y el mejor procedimiento para  
favorecerla es...  
... la confianza mutua, basada en  
el respeto, la comprensión .....  
y el afecto”**



**(Jovell)**



# Trasparencia





**TALK**



**LISTEN**

Buena información

Quitando  
bulos

**Cuéntaselo**  
**a alguien:**  
tener algo que  
decir y decirlo



9

# R-evolución tecnológica



## Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías

Tecnologías  
motor de  
cambio





La compañía de **taxis** más grande del mundo no posee TAXIS (uber)



El proveedor de **hostelería** más grande no posee inmuebles (Airbnb)



La compañía más grande no tiene infraestructura de **telecomunicaciones** (Skype)



Los **almacenes** más grandes no tienen inventario (amazon)



El poseedor más popular de **media** no produce contenido (Facebook)



Los **bancos** que más rápido crecen no tienen dinero de verdad (Paypal)



El proveedor de **cine** más grande del mundo no tiene cines (Netflix)



El proveedor de **música** más grande del mundo no produce música (Spotify)

# **Una digitalización irreversible**

---

“Es preciso mejorar la alfabetización digital de poblaciones desfavorecidas”

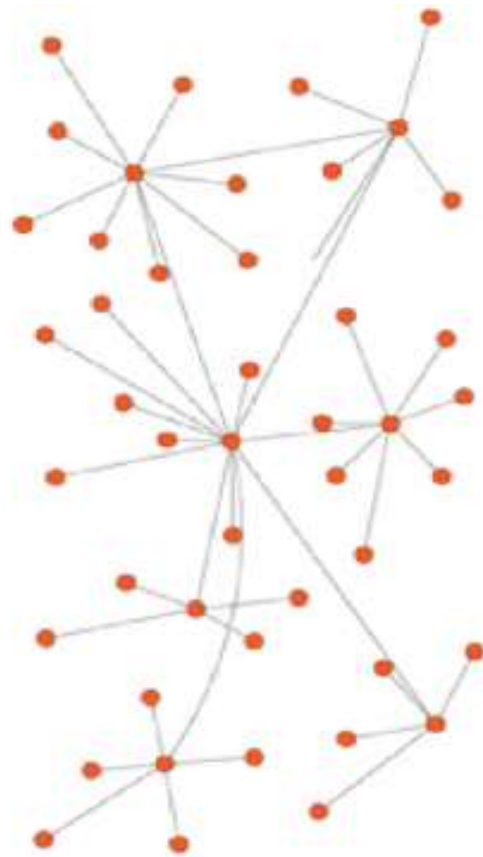
# **El lado humano de la conectividad**

---

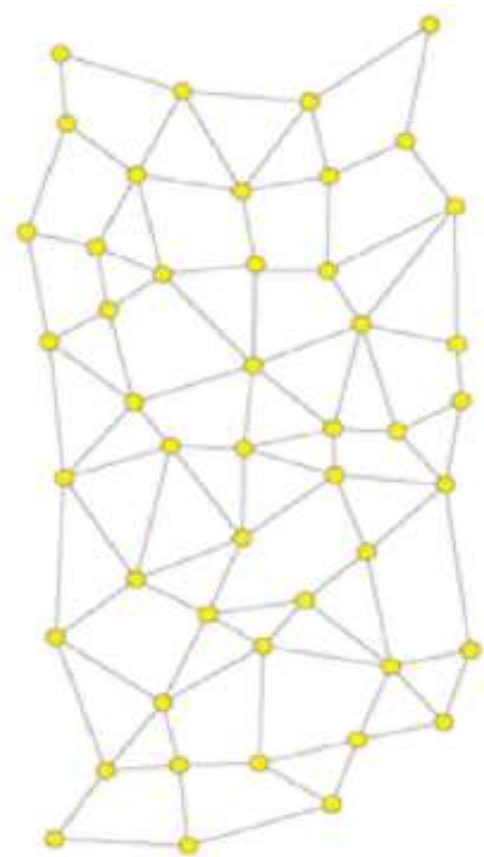
"No perdamos esta creatividad, esta noción de que podemos hacer que el mundo digital funcione como nosotros queramos, y no como algún emprendedor piense que debería funcionar"



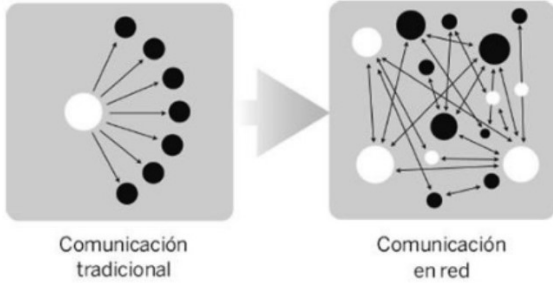
RED CENTRALIZADA



RED DESCENTRALIZADA



RED DISTRIBUIDA



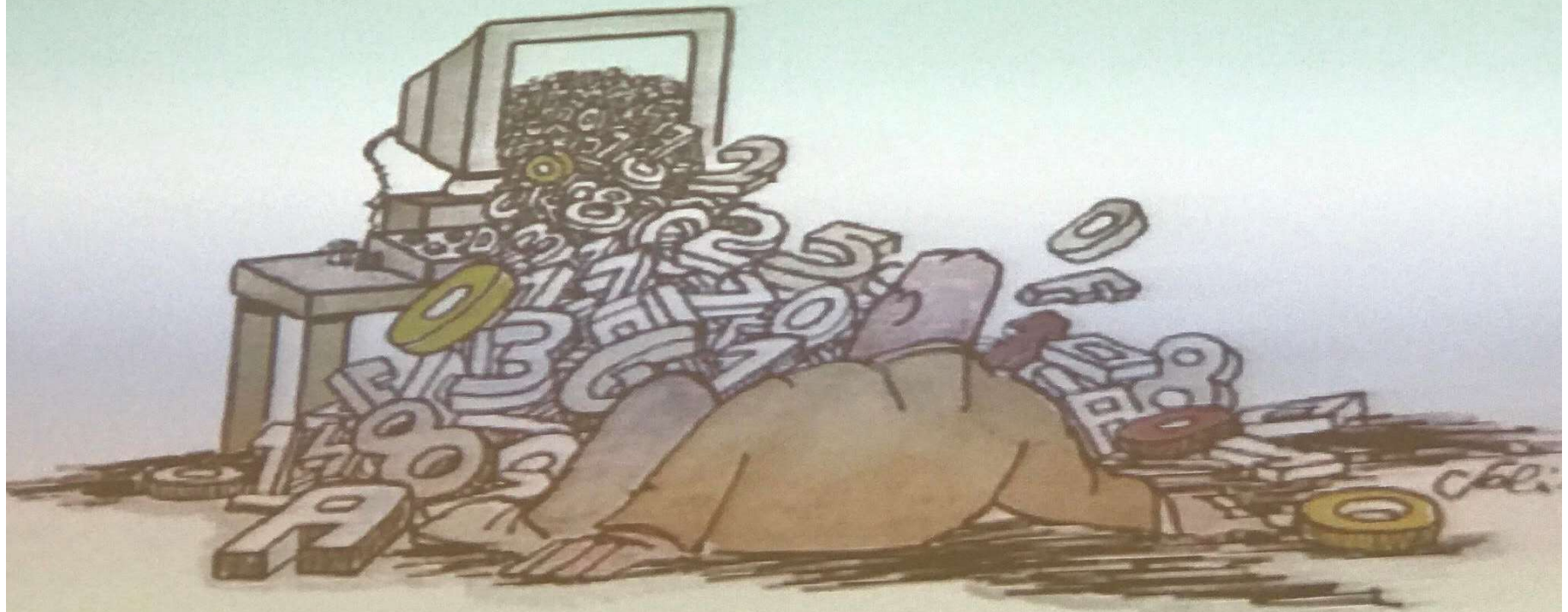
1. Ya no somos el centro, somos una parte más.
2. Es tan importante hablar como escuchar.

# Redes globales eficaces

---

"Las formas de control del presente funcionan cada vez más a través de nodos estratégicos, y no de los gobiernos nacionales. Estos nodos surgen en gran medida de las transacciones privadas que tienen lugar en las principales ciudades"

# INFOXICACION



## Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías



Falta de  
heterogeneidad y  
Falta de veracidad de  
la información

# Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías

Brújula

## Beneficios y riesgos del uso de Internet y las redes sociales

TikTok desarrolló en la pandemia un CENTRO de INFORMACIÓN para analizar el discurso de 8 agencias de salud pública y de la ONU para recabar datos epidemiológicos y ser un ACTIVO de la comunicación en salud y del riesgo



Algunas de las imágenes que han compartido los menores en su cuenta de Instagram

### Instagram contra Instagram: pacientes con anorexia abren cuenta terapéutica

Treinta jóvenes entre 9 y 17 años participan activamente en las publicaciones

CRISTINA ORDÓVAL

Barcelona

“Estoy aprendiendo a sobrellevar la enfermedad y a normalizarla todo”. Estas son las palabras de Laia, una niña de 13 años que, desde hace cuatro meses, acude cada tarde a la Unidad de Día de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Sant Joan de Déu. Como ella, una treintena de niños y adolescentes asisten al servicio para poder tratar su anorexia bulimia.

Los profesionales del Área de Salud Mental del Hospital, cansados de ver cómo en internet se hace apología de la monedera la bulimia, han decidido pasar a la acción y utilizar el mismo canal. La Unidad ha

creado una cuenta de Instagram para dar un mensaje con otro discurso para informar y concienciar sobre la gravedad de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Actualmente, Instagram es la red social más utilizada por niños y adolescentes y, a la vez, la que más repercute en su salud mental. Por este motivo, el personal sanitario ha decidido crear esta cuenta llamada @gestora\_sjd, cuya finalidad es terapéutica y se incluye dentro del tratamiento que reciben los pacientes atendidos por este trastorno.

Treinta jóvenes entre los 9 y 17 años participan activamente en la publicación de contenidos para tener conciencia del problema y aumentar la motivación para realizar

cambios —dos ejes fundamentales en el proceso terapéutico—. Los menores que acuden a este servicio tienen un máximo de 18 años, aunque la media de edades de 14 años y en 9 de cada 10 casos son mujeres. Eduard Serrano es doctor en psicología y coordinador del hospital de la unidad de día de TCA y cuenta con preocupación que, desde hace algunos años, han aumentado los casos en la propiedad. ¿Por qué? Los orígenes son multifactoriales. Se juntan aspectos genéticos y biológicos, y otros de personalidad como la autoexigencia y el perfeccionismo. Todos estos factores, sumados a los socioculturales y el contacto con las redes sociales, provocan que los jóvenes interioricen

modelos erróneos. “Hay una brecha entre el ideal de belleza y la apariencia corporal, y es allí donde nace la insatisfacción hacia el propio cuerpo”, explica Serrano. “La clave del éxito es que los protagonistas son los pacientes y generan ellos mismos todos los contenidos. Son los encargados de decidir qué escribir y qué foto mostrar en cada publicación”, observa a La Vanguardia Jordi Mitjà, enfermero del hospital de la unidad de TCA. Además, intentan ofrecer un discurso alternativo al de otros perfiles de redes sociales y publicaciones digitales que fomentan la anorexia y otros TCA como estilos de vida. “No hay ninguna foto de comida ni hablamos del peso, y todas las

publicaciones se supervisan previamente por los profesionales del servicio”, añade Mitjà.

“Me gusta llegar a la gente y explicarles que es una enfermedad como cualquier otra y que con ayuda todo se puede superar. Anteriormente era un tema más tabú, que pasaba desapercibido, pero era algo que le puede pasar a cualquier persona”, cuenta Laia con una madurez que asombra. Esta niña y el resto de sus compañeros eligen el tema del que quieren hablar, así como la imagen, a partir de los talleres que realizan diariamente.

Aunque Laia no publicaba muchas fotos en Instagram, se pasaba horas pegada a la pantalla siguiendo

“Quien piense que esta red social es un simple álbum de fotos está muy equivocado”, dice Jordi Mitjà, enfermero

de los *influencers* a los que pretendía parecerse. “Muchas veces, miraba fotos en los que me comparaban”, Jordi Mitjà, como enfermero de la unidad, habla de cómo llega a influir esta red social en una edad tan vulnerable. “En Instagram se vive la cultura del *like*, es decir, la autoestima depende de los *likes* que recibes. Si se juntan los factores de riesgo como baja autoestima, dificultad comunicativa, casos de *bullying*, etcétera. Hace que se genere una insatisfacción corporal que se alimenta de los factores socioculturales para acabar desarrollando la enfermedad”. Y concluye con rotundidad: “El que piense que Instagram es un simple álbum de fotos, está muy equivocado”.

La creación de esta cuenta supone una medida terapéutica para los pacientes y, al mismo tiempo, para toda la sociedad. Las personas confunden que es una enfermedad mental grave y con mayor índice de mortalidad sobre la población general. “Nos llegan mensajes diarios de agradecimiento en los que nos confiesan que también están sufriendo la misma enfermedad”, cuenta Mitjà. Los jóvenes ven los mensajes de la gente y, a la hora de construir el mensaje en los agran, se involucran.

El perfil @gestora\_sjd se lanzó oficialmente el 20 de marzo y en dos meses ya ha superado los 2.500 seguidores. ■

Un estudio muestra que la etiqueta #Pérdidade peso en TikTok tiene más de 10.000 millones de visitas y solo el 1,4% de los consejos nutricionales son publicados por nutricionistas titulados

**El uso de redes sociales y la comunicación online produce efectos positivos en la salud del paciente (o en su estado emocional, al menos). Mejora autocuidados y conocimiento de la patología.**



de Jong CC, Ros WJ, Schrijvers G. The Effects on Health Behavior and Health Outcomes of Internet-Based Asynchronous Communication Between Health Providers and Patients With a Chronic Condition: A Systematic Review. *J Med Internet Res* 2014;16(1):e19

Merolli, M., Gray, K., & Martin-Sanchez, F. (2013). Health outcomes and related effects of using social media in chronic disease management: A literature review and analysis of affordances. *Journal of Biomedical Informatics*, 46(6), 957-969.

# Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías

Moorhead A et al, en J Med Internet Res 2013, estableció 6

**beneficios** de las redes sociales  
para la comunicación en Salud:

1. Incremento de la **interacción** con otros usuarios
2. Información más **personalizada**
3. Aumento de la **accesibilidad** a ésta
4. Soporte **emocional** para los usuarios
5. **Vigilancia** de la salud pública y
6. Potencial para influir en las políticas de salud.

**El uso de redes sociales y la comunicación online produce efectos positivos en la salud del paciente (o en su estado emocional, al menos). Mejora autocuidados y conocimiento de la patología.**



de Jong CC, Ros WJ, Schrijvers G. The Effects on Health Behavior and Health Outcomes of Internet-Based Asynchronous Communication Between Health Providers and Patients With a Chronic Condition: A Systematic Review. J Med Internet Res 2014;16(1):e19

Merolli, M., Gray, K., & Martin-Sanchez, F. (2013). Health outcomes and related effects of using social media in chronic disease management: A literature review and analysis of affordances. Journal of Biomedical Informatics, 46(6), 957-969.

Marta Romo

# ENTRENA TU CEREBRO

Neurociencia para la vida cotidiana



Saca el máximo partido a tu cerebro

Psicóloga de Laura Rojas-Marcos



**La mente funciona  
mejor** cuando le  
**decimos lo que es  
bueno HACER, en lugar  
de decir LO QUE NO  
DEBEMOS HACER**

Los cambios tecnológicos han provocado **cambios** en la forma de relacionarnos, obtener información, formación, trabajo y ocio.

## Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías



La transformación de la salud pública y la práctica clínica de resultados en salud solo puede ser

**digital**

## Salud Pública: Retos y Adopción de Nuevas Tecnologías

**¿Estamos preparados?**



10

Valores para un  
siglo XXI innovador  
basado en la  
tecnología en salud  
pública



# 1. No controlarás...

- Una cultura innovadora necesita espacios de confianza, porque, sin confianza, no se tiene la libertad para hacer cosas diferentes...



## 2. El error forma parte de la ecuación del cambio

- ❑ Dejar de penalizar el error y empezar a reconocer el valor que se esconde detrás.....

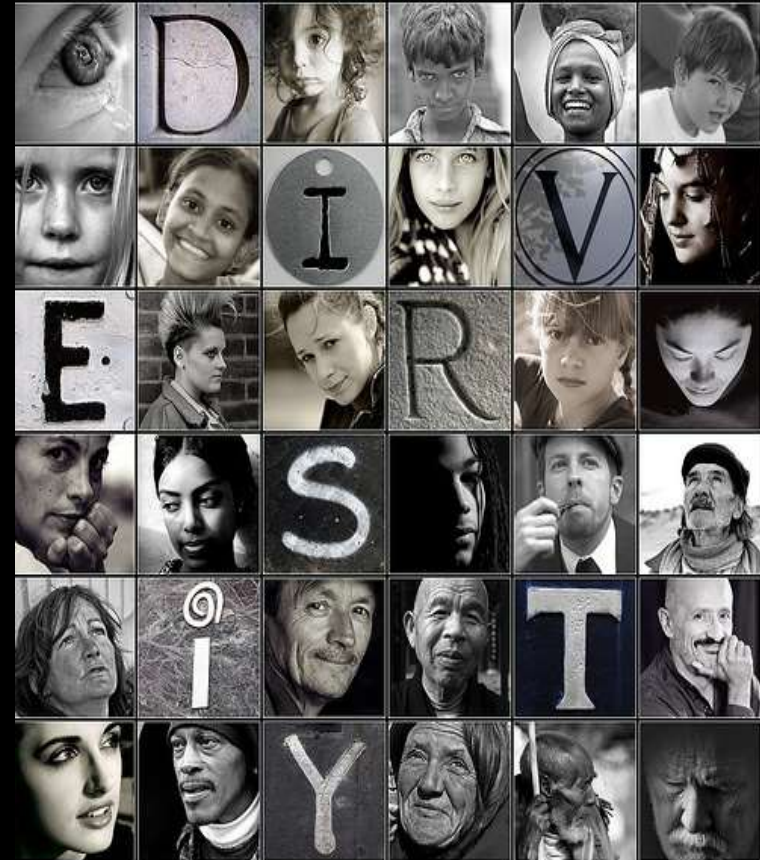
Sin error no hay innovación...



### 3. Desearás (y accederás) al conocimiento del prójimo ...

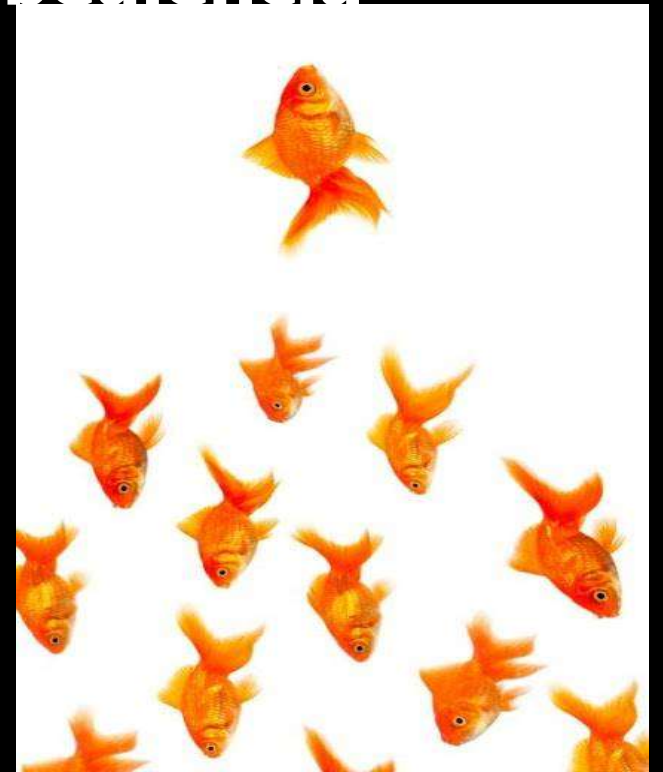
La **diversidad** ofrece perspectivas que invitan a ver la realidad desde otros ángulos.

Las **relaciones endogámicas** alientan el desarrollo de una cultura innovadora...



## 4. Practicarás y permitirás la desobediencia inteligente...

- Permitir y practicar la Inteligencia desobediente.
- La obediencia ciega es el freno de mano de la innovación



## 5. Conversarás por encima de todas las cosas...

- Incrementar la frecuencia de tus **conversaciones de valor** e incentivar que estas se produzcan en la Organización.
- Escuchar, preguntar...conversar. La interacción y la conversación son acciones inherentes a la innovación.



## 6. Abandonarás la adicción a tener razón...

- Incorporar nuevos enfoques es una condición *sine qua non* para desarrollar culturas proclives a la innovación.



## 7. Dejarás espacio para la intuición...

- El instinto es un socio imprescindible para fomentar las culturas innovadoras...



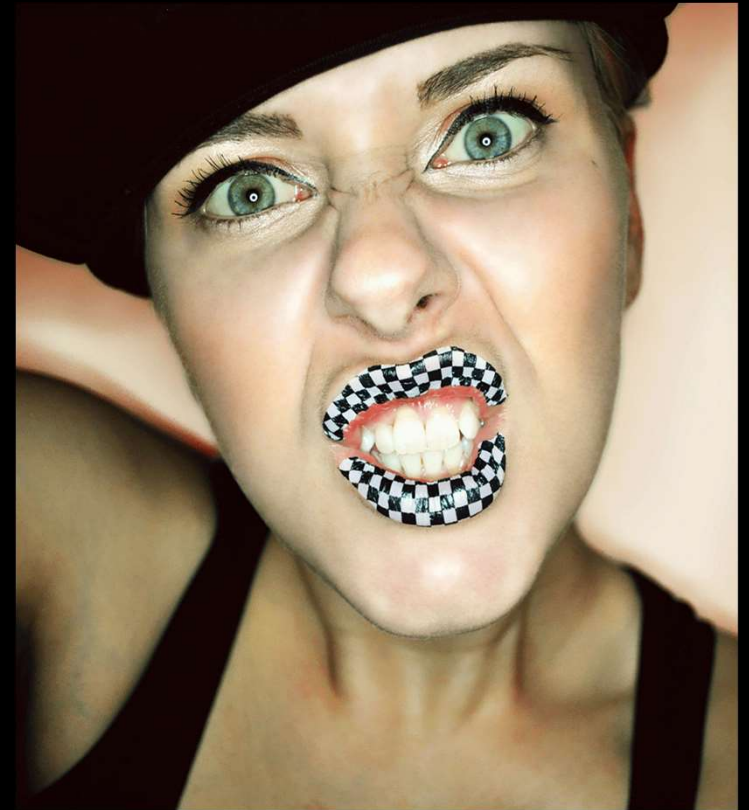
**8. Dejarás de buscar respuestas y empezarás a hacerte las preguntas adecuadas...**

- **Practicar el arte de hacer preguntas y abandonar el hábito de buscar y dar respuestas**



## 9. No estigmatizarás la excentricidad

- Cambiar implica ser original y ser original en ocasiones significa ser diferente.
- Innovación también tiene que ser sinónimo de diversión...



**10. “La mejor manera de empezar alguna cosa es dejar de hablar y empezar a hacerlo”.**



**STOP!**  
**RODANDO**  
**EL CAMBIO**

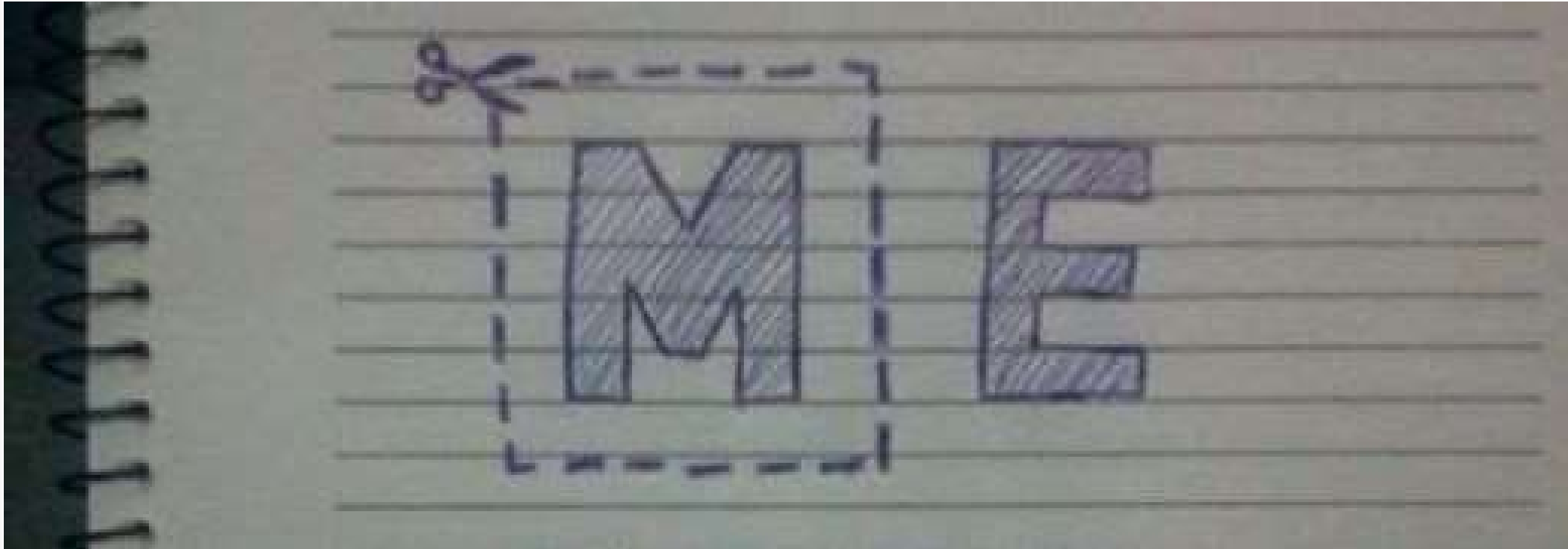
**Un líder que muestra  
empatía tiene más  
probabilidades de ganarse la  
confianza y el compromiso de  
su equipo**

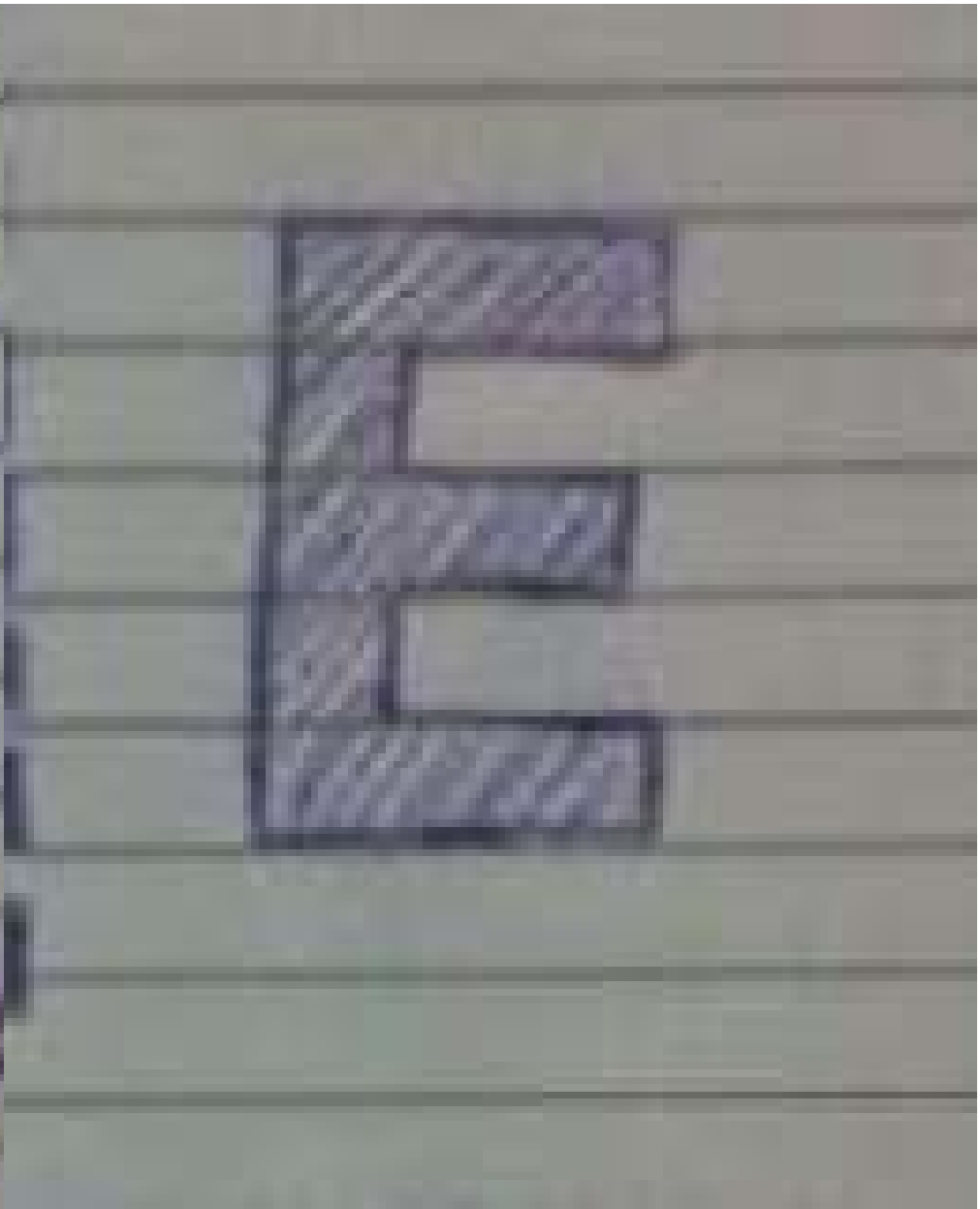
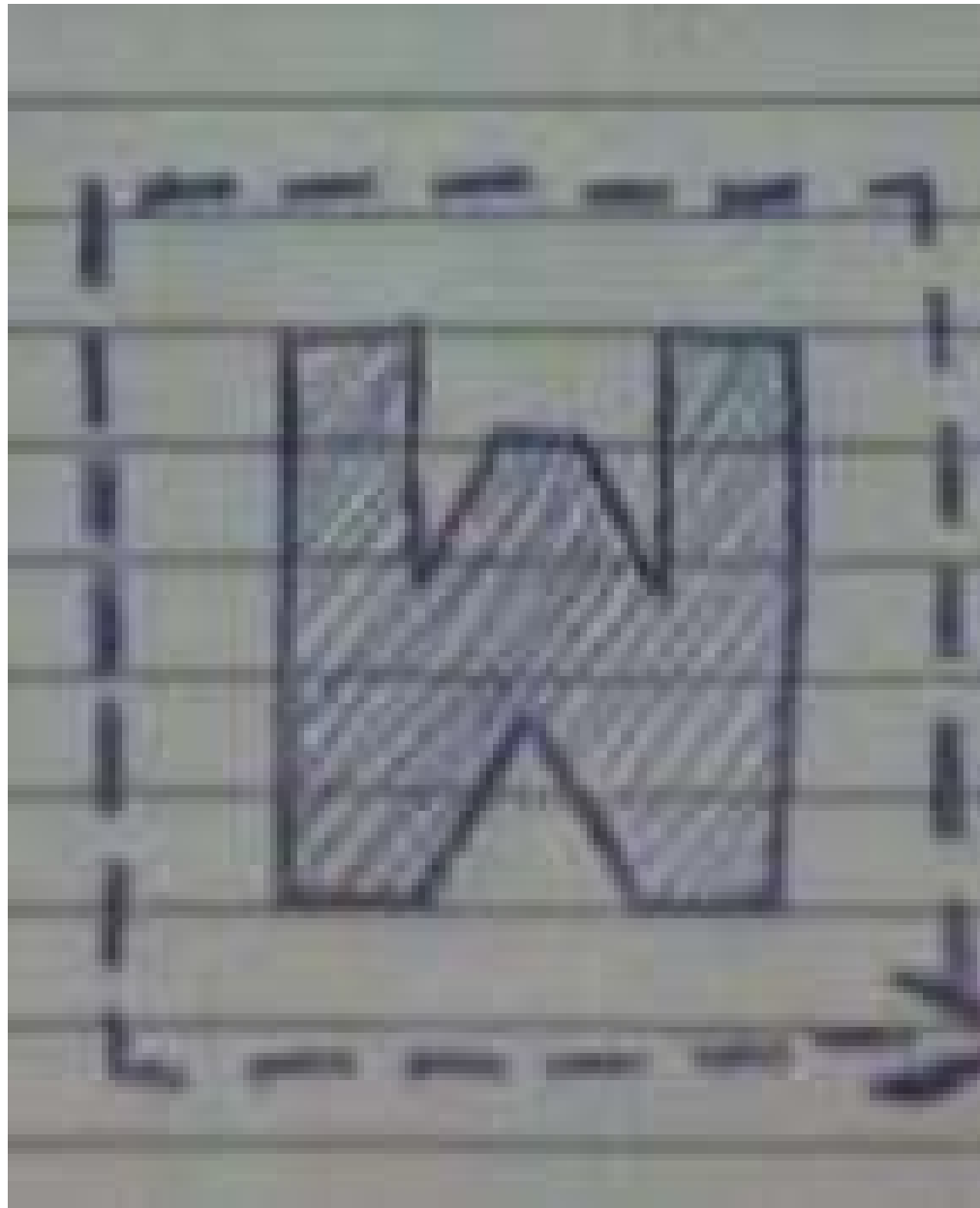
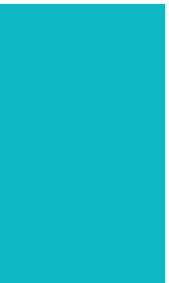
**La empatía produce resultados positivos**

**Un liderazgo con empatía  
contribuye a crear  
entornos de trabajo más  
positivos y con un mayor  
rendimiento**



**Hay que invertir la pirámide  
para mantener las dos visiones**





Las **5** competencias ligadas a la tecnología de un profesional de salud pública del siglo XXI



- **Orientación a la innovación**

- **Conectividad**

- Capacidad relacional sobresaliente
- Conectar nodos de conocimiento, creando espacios de conversación de forma natural.



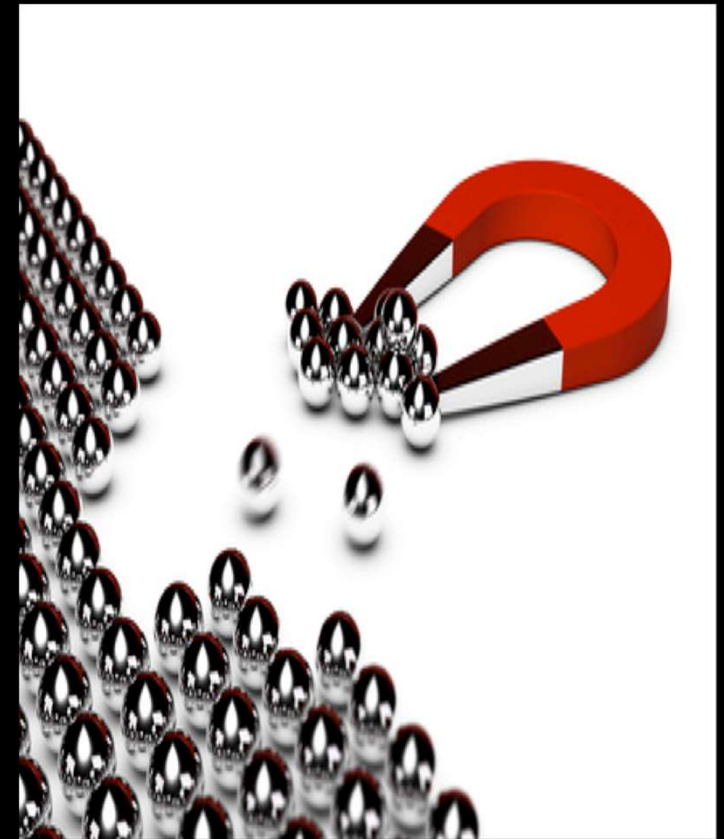
Inteligencia Colectiva

- **Desarrollador de la Inteligencia Colectiva**
- **agentes de cambio: catalizador y movilizador de inquietudes**



# • Influencia Social

- En un entorno hiperconectado la influencia deber ser redárquica y no lineal.
- Ya no es suficiente con Influir, es preciso influir socialmente en red, impactando e influenciando a los entornos, comunidades y lobbies de interés





**1. Crear redes**

**2. Conocer**

**3. Colaborar**

**4. Escuchar**

**5. Participar**

**6. Avanzar**



**1 Cambiar el TONO**



**2 Prestar ATENCIÓN a muchas más fuentes**



**3 Dar VISIBILIDAD a nuestros mensajes**



**4 Identificar otros REFERENTES**

¿Qué necesitamos?



# Apertura



# Participación



# Conversación



# Aprendizaje



# Flexibilidad



# Colaboración



# Adaptabilidad



# interacción



En España la salud pública es importante y necesario que pase a ocupar un lugar más central en las políticas públicas y privadas, en el sistema económico y en los valores ciudadanos

# Estamos aprendiendo





EL EXCITANTE  
**CAMINO AL ÉXITO**

Comienza hoy mismo a escribir tu futuro



|| JAIME SEGARRA ||

~~Reactivo~~

Proactivo!



I CAN

T





La ternura

cambia

el mundo

# Construir juntos



Nada

CAMBIA

si no cambiamos

NADA

A symmetrical image showing a group of people from behind, looking at a large mural on a wall. The mural depicts a landscape with a large white structure, possibly a mountain or a monument, and a body of water. The scene is mirrored across a central vertical axis. The quote is overlaid in the center of the image.

**No se trata sólo de prever el futuro,  
sino de hacerlo posible.  
Antoine de Saint-Exupéry**