

Plataforma Online Dirigida para la Promoción de la Salud*

Online Platform for Promoting Health

Rodrigo Lupercio Riaño Pineda¹

¹Director del Departamento Académico de Psicología. Politécnico Gran-colombiano, Bogotá (Colombia).

*El proyecto de investigación del cual es producto este documento, ha sido financiado por la Fundación Politécnico Grancolombiano Institución Universitaria, mediante el contrato de investigación 2011FCSCCNBC-65

Resumen / Abstract

Resumen. Se presenta el proyecto de una plataforma online dirigida a la Promoción de la Salud Mental y la Salud Sexual y Reproductiva en la población universitaria del Politécnico Grancolombiano de la ciudad de Bogotá – Colombia.

Abstract. A project led to the Promotion of Mental Health and Sexual and Reproductive Health in the university population of the Politécnico Grancolombiano from Bogotá – Colombia was presented.

Antecedentes

Desde algunas entidades de funcionamiento distrital como la Secretaría Distrital de Salud (SDS) de Bogotá se busca garantizar el derecho a la salud de todas y todos quienes habitan en Bogotá y buscar la satisfacción de las necesidades individuales y colectivas de la población, a través de un enfoque promocional de calidad de vida con equidad, integralidad y participación. Específicamente la Dirección de Salud Pública de la

SDS tiene como objeto social el buscar y garantizar la salud de la población del Distrito de manera integrada y por medio de acciones individuales y colectivas, mejorar las condiciones de vida, el bienestar y propender por el desarrollo social de todos los habitantes.

Por su parte la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano, además de la Misión que tiene con respecto a la formación de Profesionales idóneos e integrales para los diferentes sectores de la sociedad, tiene como fin el velar por la Salud de toda la comu-

nidad educativa. Para conseguir este objetivo, la Institución se apoya en la Decanatura del Medio Universitario y su Departamento de Bienestar Universitario, que es el órgano institucional encargado de brindar a los estudiantes y al resto de la comunidad servicios de apoyo y acompañamiento para que su estancia y permanencia en la Institución sea una experiencia agradable y formativa en lo referente a hábitos saludables.

Adicionalmente, el Departamento Académico de Psicología de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano, a través de su Grupo de Investigación "Comportamiento, Cognición y Neurociencias", específicamente desde la Línea de Investigación en Psicología, Salud y Nuevas Tecnologías, viene desarrollando diferentes tipos de estudios que se centran en analizar las posibilidades de implementación de programas de intervención psicológica (principalmente programas de prevención y promoción) haciendo uso de las nuevas tecnologías como Internet, Telefonía Móvil, Dispositivos Electrónicos, entre otros.

Teniendo en cuenta el interés que existe por parte del Distrito para crear estrategias de promoción de la salud, y los intereses propios de las unidades de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano se plantea un proyecto en el que se diseñe e implemente una plataforma online, a través de la cual se promueva la Salud (Mental, Sexual y Reproductiva), entre los estudiantes de la Institución; principalmente entre aquellos que pertenecen a los programas de educación virtual.

Objetivo

Diseñar e Implementar una Plataforma Online a través de la cual se promuevan los la Salud (Mental, sexual y Reproductiva), dirigido a los estudiantes de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano;

principalmente a la población estudiantil que hace parte de los programas de educación virtual.

Aspectos Teóricos

Cuando se habla de Promoción de la Salud es imperativo hacer referencia a los conceptos trabajados y desarrollados por la Organización Mundial de la Salud. La OMS (1) señala que: "La Promoción de la Salud ha sido concebida por Baum 1998 como la "Nueva Salud Pública" y adicionalmente hace énfasis en que "La promoción de la salud ha sido definida como acción y abogacía para abordar el rango completo de los determinantes de la salud que son potencialmente modificables"

Los determinantes de la salud son los factores que pueden amenazar o mejorar el estado de salud, por lo tanto el concepto de promoción da cabida a la posibilidad de educar y orientar a los individuos acerca de cómo manejar estos factores en su entorno, de tal manera que se logre el bienestar y la calidad de vida.

Desde la perspectiva Sociocognitiva, la calidad de vida está fuertemente influenciada por los hábitos de vida, lo cual abre la posibilidad a que las personas puedan ejercer un control sobre su salud. Según Bandura, es imperativo que las sociedades reorienten sus esfuerzos en lo que concierne al automanejo de la propia salud, lo cual evitará que a futuro los gobiernos tengan que asumir los costos por la presencia de una gran cantidad de enfermedades, desperdiciando de esta manera recursos que son valiosos para la comunidad (2).

Teniendo en cuenta lo anterior y las posibilidades que nos brinda la sociedad actual en donde el conocimiento se difunde en grandes cantidades y a una gran velocidad, Internet se convierte en una posibilidad para promover y contribuir al auto-gerenciamiento de

la propia salud de los individuos.

La idea de usar el Internet como una herramienta para la promoción de la salud ha venido creciendo en los últimos años, la red se ha convertido en un universo de información al cual puede acceder cualquier persona haciendo uso de un computador y adicionalmente es un entorno en donde se permite la interacción y el contacto entre personas independiente del tiempo y el espacio; lo más interesante es la posibilidad que tiene Internet para empoderar a las personas, en la medida que da más poder y control a personas corrientes (3).

El concepto de Empoderamiento que se vislumbra en el párrafo anterior, es considerado por muchos uno de las variables fundamentales cuando se habla de Promoción de la Salud y también es un concepto que han trabajado múltiples autores que han desarrollado trabajos que relacionan Salud e Internet (4,5,6,7,8).

Las comunidades virtuales se entienden como como "agregaciones sociales que emergen de la red cuando un número suficiente de personas entablan discusiones públicas durante un tiempo lo suficientemente largo, con suficiente sentimiento humano, para formar redes de relaciones personales en el ciberespacio (9)". Esta definición, nos permite identificar tres elementos fundamentales en una comunidad virtual: la presencia de interactividad, manifestaciones afectivas y la concepción de tiempo.

Por su parte, Pazos y cols (10) definen a la comunidad virtual como un entorno que se estructura sobre la Web, a través del cual se agrupan personas que tienen intereses comunes en una temática específica, a través de las cuales se generan listas de distribución de información y adicionalmente se comparten otros elementos como documentos o recursos de utilidad.

En cuanto a las ventajas que tiene el interactuar a través de estas comunidades Cabero (11) señala que:

- Las comunidades virtuales son flexibles en cuanto facilitan la comunicación sincrónica y asincrónica, esto permite la interacción de sus miembros sin necesidad de estar en un mismo tiempo y espacio.
- Facilita generar conocimiento, en la medida que se puede revisar el histórico de interacciones.
- Permiten el flujo de grandes cantidades de información a una velocidad mínima y conectando espacios geográficos distantes.
- El entorno de la comunidad virtual permite que las interacciones entre sus miembros sea ilimitada.
- La comunicación tan solo depende de la disponibilidad de una conexión a la red, es por ello que puede hacerse prácticamente desde cualquier lugar.

No obstante, a pesar de las posibilidades que brindan estas características de las comunidades virtuales, se ha encontrado que en entornos como el de las asociaciones de pacientes por grupos de enfermedades, dichas ventajas se han sub-estimado, desperdiándose de esta manera el potencial que tiene la red para generar vínculos entre pacientes y profesionales (12).

Al considerar la temática de cómo se pueden clasificar o generar una taxonomía de las comunidades virtuales, se encuentran múltiples tipologías. Sin embargo, Salinas (13) propone una clasificación de cuatro tipos:

1. De discurso: Compartir intereses y establecer diálogos mediados por la red y los ordenadores.
2. De práctica: En donde se forman grupos de trabajos a partir de una asigna-

ción de roles específicos.

3. De construcción de conocimiento: Se usa la actividad social para construir conocimiento.

4. De Aprendizaje: Cuando los miembros comparten el objetivo de aprender mancomunadamente sobre algunos aspectos.

Estrategias de análisis de las interacciones y los procesos de aprendizaje en una comunidad virtual

Una forma de estudiar la construcción de conocimiento que se lleva a cabo en la interacción social que tienen los miembros de una comunidad virtual es el sistema propuesto por Gunawardena y cols, citado por Gairin y Muñoz (14), a través del cual se identifican cinco fases en el proceso de evolución de un debate online. Dichas fases son: Compartir y comparar información, Descubrimiento y exploración de disonancia e inconsistencia, Negociación y exploración de disonancia y consistencia, comprobación y modificación de la síntesis y construcción propuesta y finalmente, acuerdo y aplicación de nueva construcción.

Por otra parte, Garrison, Anderson y Acher (15), proponen un sistema definido por 3 dimensiones que son:

- La dimensión socio-personal: Constituida por las presentaciones de los participantes y aquellas declaraciones que promueven las relaciones sociales.
- La dimensión didáctica: Es el espacio en donde los miembros comparten experiencias.
- La dimensión cognitiva: Es la generación de significados que tiene lugar a través del discurso sostenido y el uso de

un pensamiento crítico por parte de los miembros.

La figura 1, muestra la forma en la que el sistema propone la interacción entre las tres dimensiones:

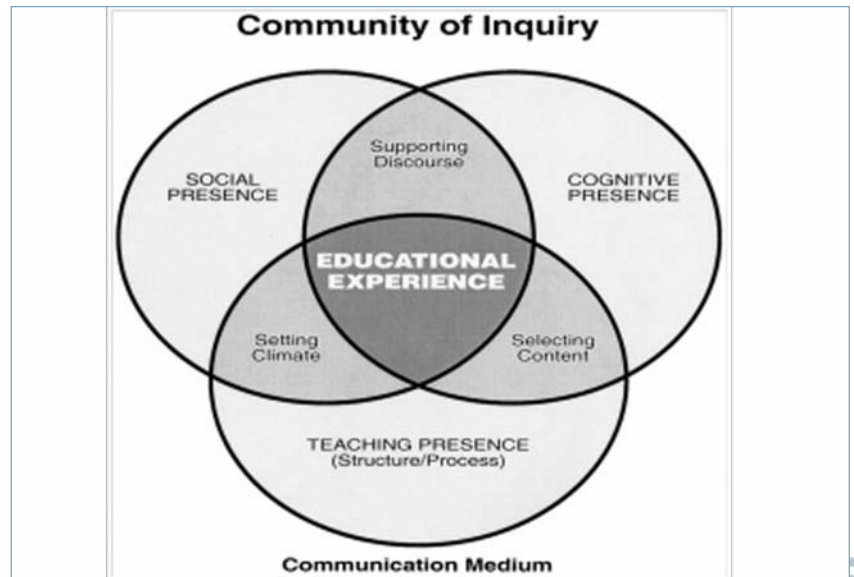


Figura 1. Dimensiones del sistema de Garrison, Anderson y Archer (2000).

Se identifican cinco fases en el proceso de evolución de un debate online: Compartir y comparar información, Descubrimiento y exploración de disonancia e inconsistencia, Negociación y exploración de disonancia y consistencia, comprobación y modificación de la síntesis y construcción propuesta y finalmente, acuerdo y aplicación de nueva construcción

Cada una de estas dimensiones cuenta con unas categorías y unas dimensiones que serán tenidas en cuenta para la organización de la información y los espacios de interacción de la plataforma online, la cual llevará el nombre de "Las Mejores notas de tu Vida".

A continuación se presenta una tabla en donde se muestran las dimensiones, categorías e indicadores del modelo:

Elements	Categories	Indicators (examples only)
Cognitive Presence	Triggering Event	Sense of puzzlement
	Exploration	Information exchange
	Integration	Connecting ideas
	Resolution	Apply new ideas
Social Presence	Emotional Expression	Emoticons
	Open Communication	Risk-free expression
	Group Cohesion	Encouraging collaboration
Teaching Presence	Instructional Management	Defining & initiating discussion topics
	Building Understanding	Sharing personal meaning
	Direct Instruction	Focusing discussion

Tabla 1. Dimensiones, categorías e indicadores del sistema de análisis de Garrison, Anderson y Archer (2000)

Grancolombiano, para crear el concepto y la imagen de la Plataforma, a través de la cual los estudiantes entrarán en contacto con el proyecto y podrán elegir entre 12 temáticas.

Inicialmente se llevará a cabo una campaña de expectativa a través de mailing, tal y como se muestra en las imagen 1.

Las temáticas entre las que podrán elegir los usuarios son:

- Sexualidad de los hijos
- Pautas de crianza
- Resolución de problemas
- Manejo de estrés
- Relaciones de pareja
- Noviazgo y sexo 24 horas
- Habilidades rumberas
- Competencias antes, durante y después de la cama
- Tips de conquista
- Somos diversos
- Revitalizar la sexualidad en el matrimonio

Metodologías y Fases del Proyecto

Fase I. Acercamiento, Alistamiento e Indagación

Durante esta primera fase se establecieron los contactos institucionales que permitieron la generación de la propuesta del proyecto. Inicialmente se propuso que por tratarse de un espacio creado para los estudiantes, era importante considerar antes de poner en marcha la plataforma con algún tipo de información, que se llevará a cabo una indagación entre los miembros de la comunidad educativa acerca de los temas que para ellos era más interesante crear un espacio de dialogo, debate y profundización.

Para lo anterior, se trabajo aunadamente con la Agencia Trompo de la Institución Universitaria Politécnico

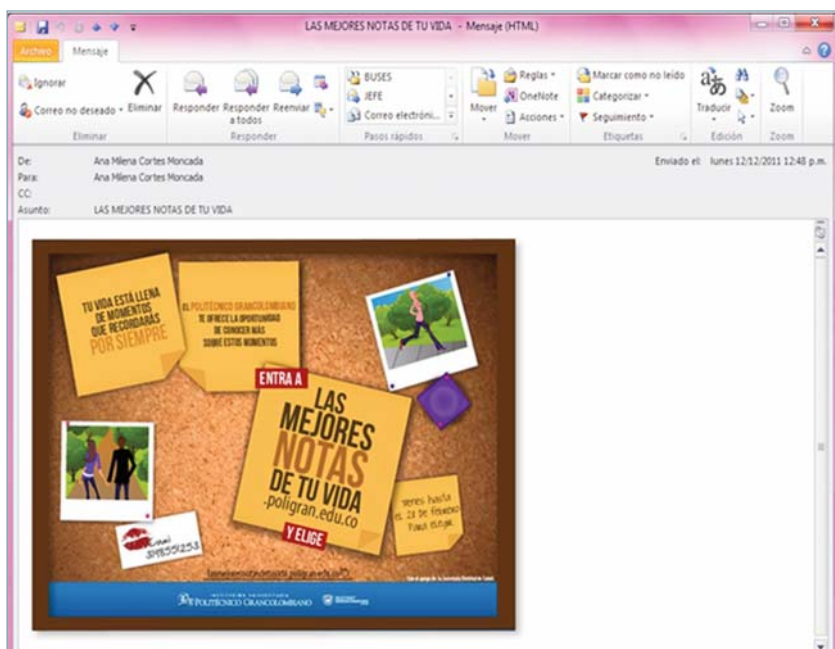


Imagen 1. Mailing expectativa para la puesta en marcha de la plataforma

Posteriormente, se llevará a cabo la invitación para que los estudiantes entren al sitio web lasmejoresnotasdetuvida.poligran.edu.co, para que puedan votar y elegir los temas de su interés. Dicha invitación se llevará a cabo a través de la siguiente campaña.

Adicionalmente al mailing, la campaña se acompañará con cuñas de radio, pendones, afiches, sellos, postit en cuadernos institucionales, entre otros.

Los estudiantes podrán votar en una plataforma, cuya interfaz contiene iconos que se relacionan con

cada una de las temáticas. En el momento en que los usuarios poseen el cursor sobre cada icono, aparecerá el título de la temática y una pregunta que lleva a la reflexión y orienta al votante para que tome su decisión. En la Imagen 3 se muestra la interfaz de la plataforma para votar.

Como resultado de esta fase se obtendrá la selección de los temas de mayor interés entre la comunidad de estudiantes del Politécnico Gran Colombiano y a partir de allí se dará inicio a la segunda fase.



Imagen 2. Muestra de campaña para inicio de la selección de temas



Imagen 3. Interfaz con iconos para votar

Adicionalmente al mailing, la campaña se acompañará con cuñas de radio, pendones, afiches, sellos, postit en cuadernos institucionales, entre otros

Fase II. Puesta en Marcha de la Plataforma Online

A partir de la información obtenida en la Fase I, se habilitará la plataforma online, teniendo como insumo información y material relacionado con los hábitos saludables que se quieren promover y que servirá como recurso de consulta e indagación para los estudiantes participantes, al mismo tiempo que los documenta para generar comentarios en los espacios que la plataforma tiene destinados para la interacción.

La plataforma está organizada principalmente en tres secciones tal y como se muestra en figura 2:



Figura 2. Secciones de la Plataforma Online

- Espacio de Interacción: Se trata de un espacio de la plataforma que cuenta con material educativo preparado a partir del cual se generaran preguntas que activarán la discusión y la participación entre los participantes. Es importante señalar que un factor novedoso de esta plataforma, es la posibilidad que tienen los usuarios de valorar las participaciones de los otros, de tal manera que los miembros de la red podrán obtener un nivel en la medida que sus participaciones son mejor valoradas.
- Espacio Destinado a Programa de Radio: A través de Poliradio (la emisora virtual de la (Institución Universitaria) se

generará un Programa que tendrá transmisión en vivo a través de la red y que quedará grabado para que los usuarios de "lasmejoresnotasdetuvida.poligran.edu.co" puedan escucharlo desde la página del proyecto. El programa coincidirá con el material que se encuentra en el Espacio de Interacción y los usuarios podrán hacer comentarios acerca del programa de radio durante toda una semana.

- Espacio de Consulta Privada: Como producto de la profundización en temas de Salud Mental y Salud Sexual y Reproductiva, algunos estudiantes pueden tener el deseo de consultar con un Psicólogo Profesional acerca de alguna situación personal. Por ello habrá un Espacio de Consulta Privada, para que quienes lo deseen puedan consultar a un experto y obtener una respuesta que guíe adecuadamente sus acciones futuras.
- Es importante aclarar que no se trata de un espacio de consulta clínica, sino más bien de un servicio de acompañamiento y orientación, por ello, en caso que la situación lo amerite, el psicólogo remitirá al estudiante ante un profesional que pueda llevar su caso formalmente.

En resumen, la plataforma tendrá dos dimensiones y en cada una de ellas habrá un grupo de personas ejerciendo unos roles fundamentales para la dinamización de los debates, el control de los contenidos y la atención de los usuarios. Dichas dimensiones se explican mejor en la figura 3 y la tabla 2.

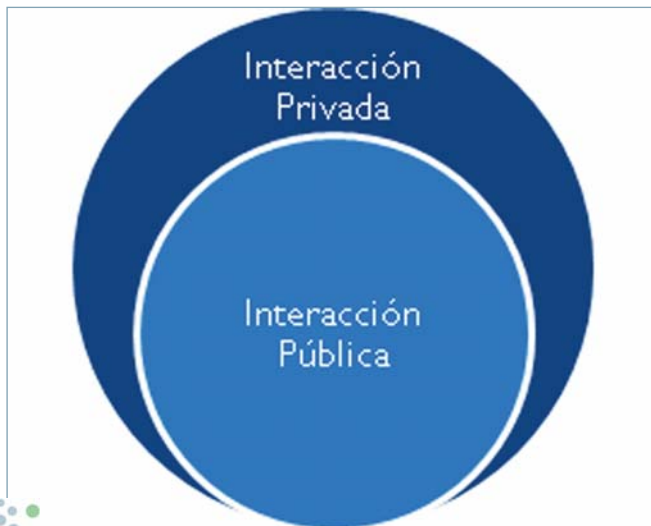


Figura 2.

DIMENSIONES	
PÚBLICA	PREDOMINA LA INTERACCIÓN SOCIAL
	ACTUAN LOS DINAMIZADORES
	ES GUIADA POR UN DISEÑO INSTITUCIONAL TÁCITO
	ESTA ORIENTADA A LA GENERACIÓN DE CONOCIMIENTO
PRIVADA	CENTRADA EN PERSONAS Y CASOS ESPECÍFICOS
	APOYADA POR EQUIPO PROFESIONAL
	ESTA ORIENTADA A LA CANALIZACIÓN Y EL SEGUIMIENTO

Tabla 2. Características de las dimensiones

La interfaz de la plataforma tendrá los siguientes componentes:

- Usuario
 - o Autenticación
 - o Nickname (aparece en los comentarios)
 - o Niveles de Valoración por parte de la comunidad (representado a través de Iconos)
- Materiales
 - o Grabaciones del programa de Radio
 - o Material informativo sobre la temática a desarrollar
- Temas
 - o Filtros de búsqueda para los materiales (TAGS)
 - o Inscripción a los temas
- Comentarios
 - o Comentarios de todos los materiales para cada tema
 - o Todo usuario puede participar
 - o Todo usuario puede valo-

rar la participación de otros (La valoración modifica el nivel).

Fase III. Continuidad del proyecto

Posterior a las mediciones hechas posterior a la fase II, en donde se analizarán las dinámicas e interacciones que ocurrieron en la plataforma durante los primeros 3 meses, se estudiará la posibilidad de abrir la plataforma al público en general. Para esta fase se contará con la participación de grupos de estudiantes investigadores que analicen constantemente las dinámicas e interacciones que ocurren en la plataforma, para generar conocimiento de interés para investigadores e interesados en esta temática.

Agradecimientos

Agradezco a Sandra Rojas y Alvaro Quiroga del Departamento de Investigación, Desarrollo e Innovación por su constante colaboración en la construcción del presente artículo y el desarrollo de la investigación, a la creatividad y buena actitud de Ana Milena Cortés, Nelson Tamayo, Sindy Parra, Sharon Torres, Carolina Fer-

nandez y Carlos Huerfano quienes conforman el equipo de la Agencia Trompo que se ha hecho cargo de la imagen y difusión del proyecto, a Billy Escobar, Decano de la Facultad de Ciencias Sociales del Politécnico Grancolombiano por su apoyo incondicional y al grupo del Semillero en Psicología, Salud y Nuevas tecnologías por su paciencia y ánimo permanente.

Bibliografía

- OMS. Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica. OMS 2004. Recuperado de:
http://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf 08 - 01 - 2012.
- Bandura A. Health Promotion by Social Cognitive Means: *Health Educ Behav* 2004; 31: 143.
- Korp, P. Health on the Internet: implications for health promotion. *Health Education Research* 2006; Vol.21 no.1
- Tones, K. The anatomy and ideology of health promotion: empowerment in context. In Scriven, A. and Orme, J. (eds), *Health Promotion: Professional Perspectives*. Macmillan, Basingstoke 1996; pp. 9-21
- Rootman, I., Goodstadt, M., Potvin, L. and Springett, J.A framework for health promotion evaluation. In Rootman, I. (ed.), *Evaluation in Health Promotion: Principles and Perspectives*. WHO, Regional Office for Europe, Copenhagen; 2001
- Chin, R. The Internet: another facet to the paradigm shift in healthcare. *Singapore Medical Journal* 2000; 41, 426-429
- Eysenbach, G. What is e-health? *Journal of Medical Internet Research* 2001; 3, e20
- Metcalf, M.P., Tanner, T.B. and Coulehan, M.B. Empowered decision making. Using the Internet for health care information—and beyond. *Caring* 2001; 20, 42-44
- Rheingold H. *The virtual community*: Addison-Wesley. Reading, USA; 1993
- Pazos M, Perez A y Salinas J. Comunidades virtuales: De las listas de discusión a las comunidades de aprendizaje. *Edu-tec. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*; 2001.
- Cabero J. Comunidades virtuales para el aprendizaje: su utilización en la enseñanza. *Edu-tec. Revista Elec-*

trónica de Tecnología Educativa; 2006.

- Riaño R. Uso de nuevas tecnologías en Asociaciones de Pacientes con Enfermedades Crónicas de Bogotá – Colombia. Revista e-Salud 2011; 7 (25)
- Salinas, J. Comunidades Virtuales y Aprendizaje digital. Ponencia. EDUTECH'03. VI Congreso Internacional de Tecnología Educativa y Nuevas Tecnologías aplicadas a la Educación: Gestión de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en los diferentes ámbitos educativos. Universidad Central de Venezuela, 24-27 nov. Caracas; 2003
- Gairin J, Muñoz M. Análisis de la interacción en comunidades virtuales. Educar 2006; 32
- Garrison D, Anderson T, Archer W. Critical Inquiry in a Text-Based Environment: Computer Conferencing in Higher Education. The Internet and Higher Education 2000; 2(2-3)



RevistaeSalud.com es una publicación electrónica que intenta promover el uso de TICs (Tecnologías de la Información y las Comunicaciones) con el propósito de mejorar o mantener la salud de las personas, sin importar quiénes sean o dónde estén.

Edita: FESALUD – Fundación para la eSalud
Correo-e: cperez@fesalud.org
ISSN 1698-7969



Los textos publicados en esta revista, a menos que se indique lo contrario, están sujetos a una licencia de Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivadas 2.5 de Creative Commons. Pueden copiarse, distribuirse y comunicarse públicamente, siempre que se citen el autor y la revista digital donde se publican, RevistaeSalud.com. No se permite su uso comercial ni la generación de obras derivadas. Puede consultarse la licencia completa en: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/deed.es>