



# PRIMER DE SOCIAL MEDIA PARA REUMATÓLOGOS

**CARLO V. CABALLERO** @carvicab

Profesor Asociado de Medicina, Unidad de Reumatología HUN  
Presidente Electo PANLAR. Barranquilla, Colombia

**LILITH STANGE** @MedReuma

Reumatóloga Clínica Ciudad del Mar  
Directora Sociedad Chilena de Reumatología

**JUAN ARZUZA P** @IntViral

MBA en Dirección de Empresas.  
CEO & Founder de @inteligenciaviral. Colombia

## PRÓLOGO

La forma de ejercer la medicina, y todas las áreas del saber, enfrenta cambios de tal magnitud que a veces logra sobrepasar nuestra capacidad de adaptación.

Es claro el valor agregado que tiene incluir las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) en el portafolio personal y su capacidad de ayudarnos a convertirnos en médicos del nuevo milenio, con habilidades diferenciales capaces de seguir vigentes.

Los eventos médicos son uno de los escenarios en los que han irrumpido con fuerza los cambios, particularmente en materia de interacción en las conferencias y en la forma de hacer las presentaciones.

Los médicos hoy contamos con herramientas como Symplur, a través de la cual podemos hacer seguimiento a los eventos de la profesión, a las conversaciones en torno a ellos, a los tópicos de salud que son tendencia y a las personas influyentes en el tema, que podemos seguir a través de redes sociales.

Symplur es, entre todas las herramientas de medios sociales, la que más favorece la interacción y tiene mayor cantidad de líderes innovadores (recomiendo seguir #hcldr los martes y #MedEd). Permite registrar gratuitamente chats de salud, conferencias (#PanlarEdu, por ejemplo), enfermedades (#Diabetes ) y clubes de revista (#RheumJC).

Se han registrado más de 6.000 etiquetas de salud y más de 13.000 tópicos que pueden archivar y revisarse. Toda una biblioteca de tendencias en salud.

Ya es usual que la primera decisión de una gran conferencia sea la etiqueta que se va a usar en redes para poder seguir las estadísticas; la segunda está orientada a la interacción a través de esa etiqueta con otros asistentes del evento y con quienes, desde cualquier lugar del mundo, siguen su dinámica por Twitter.

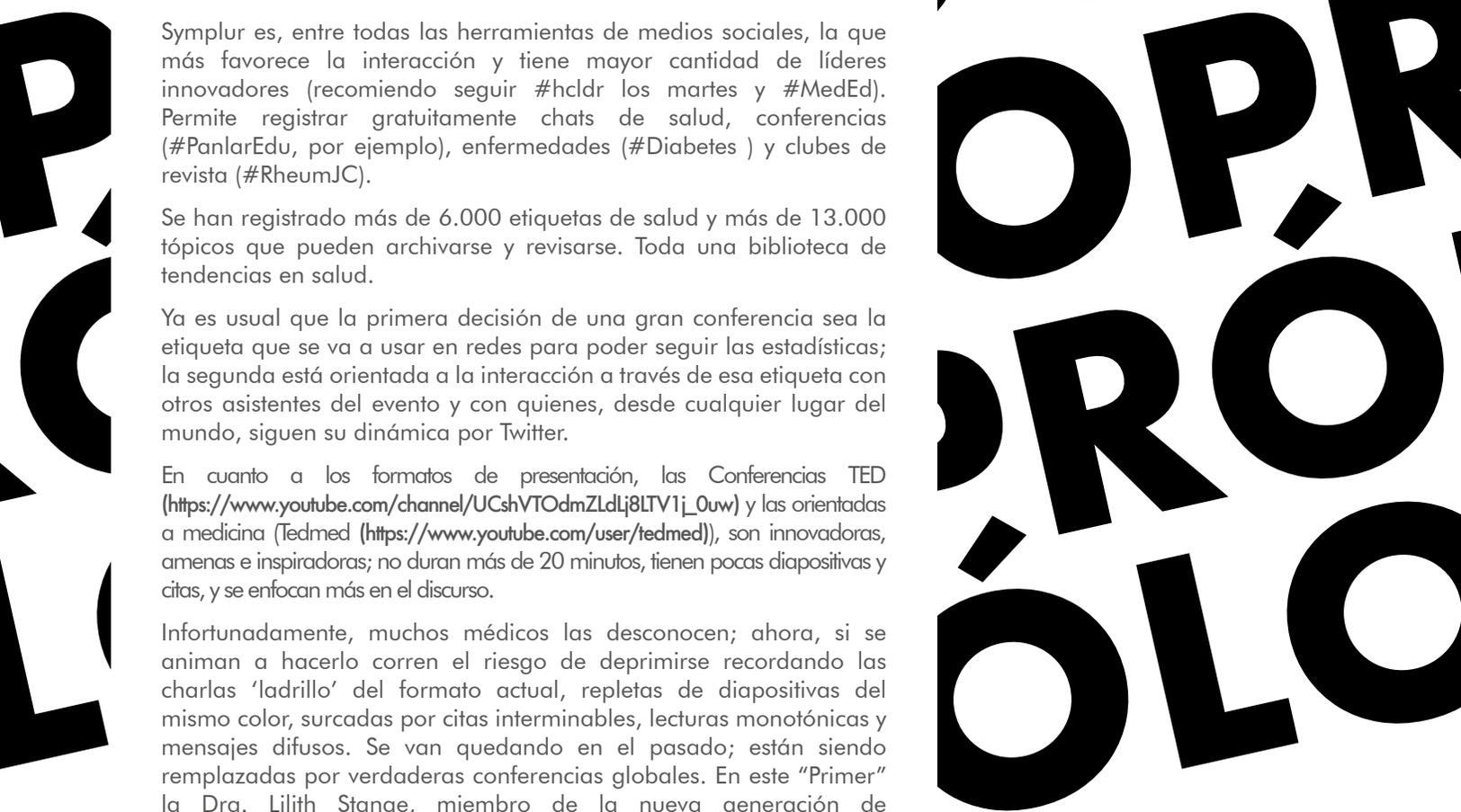
En cuanto a los formatos de presentación, las Conferencias TED ([https://www.youtube.com/channel/UCshVTOdmZLdIj8LTV1j\\_0uw](https://www.youtube.com/channel/UCshVTOdmZLdIj8LTV1j_0uw)) y las orientadas a medicina (Tedmed (<https://www.youtube.com/user/tedmed>)), son innovadoras, amenas e inspiradoras; no duran más de 20 minutos, tienen pocas diapositivas y citas, y se enfocan más en el discurso.

Infelizmente, muchos médicos las desconocen; ahora, si se animan a hacerlo corren el riesgo de deprimirse recordando las charlas 'ladrillo' del formato actual, repletas de diapositivas del mismo color, surcadas por citas interminables, lecturas monotónicas y mensajes difusos. Se van quedando en el pasado; están siendo remplazadas por verdaderas conferencias globales. En este "Primer" la Dra. Lilith Stange, miembro de la nueva generación de reumatólogos latinoamericanos comparte con nosotros las herramientas fundamentales para introducirnos y mantenernos actualizados en este nuevo mundo. Espero sea de mucho provecho.

PANLAR seguirá apoyando este tipo de proyectos de innovación y tecnología.

Por **CARLO VINICIO CABALLERO**

Ph. D. (c), Profesor Asociado de Medicina,  
Universidad del Norte.  
Presidente Primer Curso de Revisión en  
Reumatología .



## Distribución de la Audiencia Digital Online

Asia Pacífico y Europa lideran el universo online

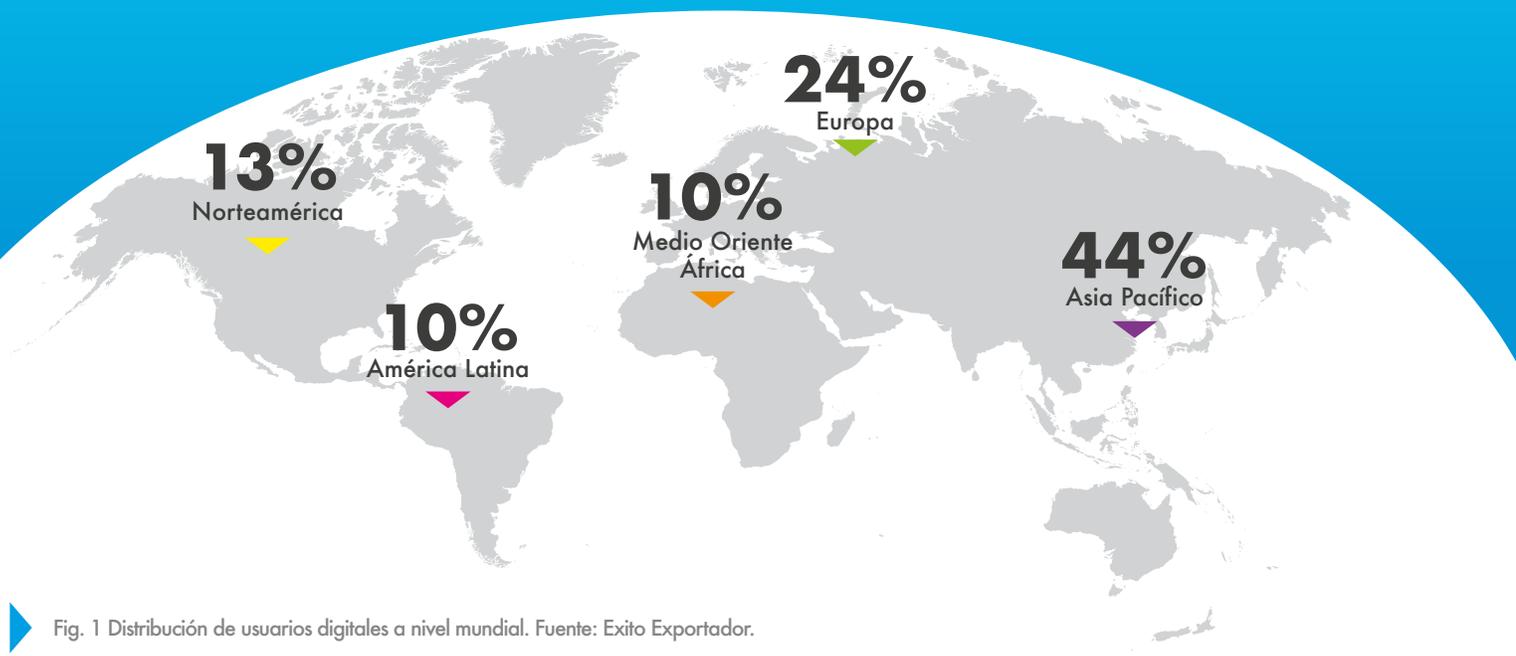


Fig. 1 Distribución de usuarios digitales a nivel mundial. Fuente: Exito Exportador.

# INTRODUCCIÓN

Internet es una herramienta de información que ha alcanzado un alto nivel de penetración en Latinoamérica y en el mundo entero, estimándose, hasta marzo de 2016, 3.631 millones de usuarios a nivel mundial, de los cuales un 10% pertenece a América latina (Fig.1). Esta penetración es mayor en países con mejores ingresos<sup>8</sup>.

Hoy las personas acceden a internet no sólo desde los computadores en los escritorios de sus hogares, sus lugares de trabajo o de educación, sino también desde una serie de dispositivos móviles portátiles como tablets y teléfonos mientras se desplazan.

Vivimos en medio de una sociedad permanentemente conectada. El uso de internet ha ido evolucionando de

tal forma junto con sus usuarios, que se ha dejado atrás la transmisión pasiva y unidireccional del conocimiento para establecerse una red de comunicación social en la que las personas comparten información y colaboran dinámicamente en la creación de los contenidos de manera multidireccional.

Estos son los usuarios de la web 2.0. Y sus canales de comunicación son las redes sociales o Social Media (Fig.2).

La comunicación efectiva es una parte fundamental del quehacer médico tradicional.

Sin embargo, aún no se ha masificado la utilización de Social media en salud.

El empleo de las tecnologías de información y comunicación (TIC) en salud permite entregar

## Usuarios de redes sociales en las Américas



**FACEBOOK**

1.860.000.000 Usuarios



**YOUTUBE**

1.325.000.000 Usuarios



**INSTAGRAM**

600.000.000 Usuarios



**LINKEDIN**

467.000.000 Usuarios



**GOOGLE +**

375.000.000 Usuarios



**TWITTER**

317.000.000 Usuarios



**SNAPCHAT**

301.000.000 Usuarios

información adecuada con capacidad de diseminación a gran número de usuarios interesados, acercando el conocimiento sanitario a la comunidad.

Permite también la interacción entre colegas de distintos países que estudien temas específicos.

A su vez, agrupaciones de pacientes encuentran en la red una forma de expresión y relación con la comunidad, visibilizándose, obteniendo conocimientos y trabajando en conjunto con las sociedades médicas respectivas.

Panlar League busca disminuir la brecha digital de utilización de las redes sociales, aumentando la "alfabetización digital" de sus miembros y promoviendo la e-health (aplicación de las TIC en todos los aspectos que afectan el cuidado de la salud.).

Por ello nos ha parecido relevante elaborar este Primer sobre el uso adecuado de redes sociales en reumatología para ponerlo a disposición de los miembros de PANLAR.

La comunicación en redes sociales es horizontal, pública, inmediata, interactiva y viral. Por ello debe regirse por ciertas normas básicas de comportamiento cuya importancia se realza si nos presentamos en la red como médicos.

# NORMAS DE COMPORTAMIENTO EN SOCIAL MEDIA



La comunicación en redes sociales carece de privacidad. En pocos minutos cientos de personas pueden acceder al contenido compartido.

Por eso hay que tener presente que cuando discuta casos clínicos, aún con fines de docencia, al igual que en la medicina tradicional, no debe divulgar el nombre ni otros datos que permitan identificar a un paciente.

Tampoco subir archivos como radiografías, análisis de laboratorio u otros que contengan esta información. Si los va a utilizar (teniendo la precaución de no mostrar los datos personales), siempre debe contarse con la autorización explícita del paciente.

Debe recordar que para cada país existe un marco legal que protege la intimidad de las personas. Por otra parte hay que considerar que terceras personas pueden burlar la seguridad informática de las contraseñas de nuestras redes sociales o dispositivos móviles, accediendo a los mensajes privados que se envíen por las primeras y a los archivos o imágenes almacenados en los segundos.

Permanentemente debe anteponer el resguardo de la privacidad de sus pacientes.



El médico puede expresarse en redes sociales como profesional o como ciudadano. Sin embargo es muy difícil que la sociedad separe su opinión personal de la puramente profesional.

La participación del médico en redes sociales es más transparente cuando ha creado una cuenta donde se identifique su nombre, apellido, credenciales como profesional de la salud y una foto suya clara y formal.

Debe comportarse en redes ajustándose a las normas de educación y cortesía que cabría esperar en su desempeño habitual.

Mantener un comportamiento online que no perjudique la reputación de sus colegas. No participar en controversias descalificando o faltando el respeto.

Establecer límites en la relación médico – paciente en redes sociales. Se sugiere restringir las relaciones online con pacientes actuales o antiguos, y que éstas se mantengan en un ámbito profesional.

Consultar en el reglamento de la institución a la que pertenece las restricciones que pueda tener en su expresión en redes sociales si se identifica como funcionario, especialmente si tiene cargos directivos, ya que también podría considerarse un representante de ésta ante la comunidad.

No usar la red social para publicidad de productos o tratamientos. En las redes sociales escribir bien se vuelve la carta de presentación de las personas, por lo que se recomienda hacerlo con buena ortografía y sin abusar de las abreviaturas.

Nunca escribir solamente con mayúsculas porque eso se interpreta como estar gritando.

# NORMAS DE COMPORTAMIENTO EN SOCIAL MEDIA



La información médica que es difundida en redes sociales debe ser considerada una extensión del acto clínico.

Por lo mismo, ha de transmitirse de manera fácilmente comprensible, prudente y sustentada en evidencia clínica demostrable.

El médico que opina en la red social sobre un tema de su dominio es referente de opinión.

Debe evitarse emitir información que ocasione alarma o confusión social sin tener un fundamento potente para ello.



La exposición pública inherente a la comunicación en redes sociales, en ocasiones expone al médico situaciones peculiares, como ser requerido profesionalmente por un paciente aquejado por un problema de salud puntual.

Debe actuar con cautela, ya que usted no cuenta con la información completa del caso y además se encuentra en un ambiente sin confidencialidad.

Las redes sociales no reemplazan la consulta médica presencial. Nunca haga diagnósticos o indique tratamientos online.

Lo más adecuado es indicar a quien le haga requerimientos que consulte personalmente al médico indicado o redirigirlo a una fuente fiable (ejemplo página web de una sociedad médica) donde pueda resolver sus dudas.

Si la consulta es de carácter general, (más que una pregunta médica sobre un caso concreto), esta entrada puede usarse como una verdadera herramienta de educación (por ejemplo ante una pregunta como: ¿cuál es la diferencia entre artritis y artrosis?).



# TIPOS DE REDES SOCIALES

- ▶ Existen diferentes plataformas en medios sociales para que usted se informe, interactúe, desarrolle sus ideas, se mantenga actualizado, oriente a la comunidad sobre temas de reumatología y difunda las actividades que hace su sociedad médica.

No se sienta abrumado por ingresar a la web 2.0. Las redes tienen interfaces amigables que no requieren un tutorial complejo para usarlas y dominarlas es parte de la curva de aprendizaje que exige cualquier nuevo desafío. Use aquella en la que se sienta más cómodo (no tiene que dominarlas todas). Ocúpela frecuentemente. La práctica es el mejor maestro.

# Con los medios sociales digitales, no se practica la medicina en línea, se comparte información de salud en línea.



## GENÉRICAS

Son las más numerosas y conocidas. Las comunidades iniciales de conversaciones y discusión por Internet dieron origen a sitios como Facebook, Twitter y Google+, los que permiten crear una cuenta, compartir contenidos, reacciones, fotos, opiniones personales y enlaces.



## PROFESIONALES

Sus miembros están relacionados laboralmente. Pueden servir para conectar compañeros o para la búsqueda de trabajo. Ejemplo: LinkedIn



## TEMÁTICAS

Pueden relacionar personas con el mismo hobby o la misma actividad. La más famosa es Flickr.



## BLOGS

Las bitácoras o cuadernos digitales que nacieron como diarios personales online, permiten publicar extensas entradas de contenido, ya sea simple o especializado.



## SITIOS DE INTERCAMBIO DE VIDEOS

Por ejemplo, Youtube.



## SITIOS DE PUBLICACIÓN DE FOTOGRAFÍAS

Por ejemplo, Instagram.



## SITIOS DE INTERCAMBIO DE PRESENTACIONES

Por ejemplo, SlideShare



## PROYECTOS COLABORATIVOS

En que cada usuario puede aportar en la publicación de contenidos a través de Internet. Ejemplo: Wikipedia.



## HERRAMIENTAS COLABORATIVAS

Cuentas para almacenamiento de datos en “nubes virtuales” a la que podemos tener acceso desde cualquier dispositivo con internet. Ejemplo: Dropbox, Google Drive.



## REVISTAS EN LÍNEA

Aparecen periódicamente publicando información relevante sobre la especialidad. Ejemplo: Rheumatology 2.0 (<http://paper.li/carvicab/1325594128>).



## CURSOS MASIVOS ABIERTOS EN LÍNEA (CEMA O SU SIGLA EN INGLÉS MOOC)

Modalidad de educación abierta ofrecida a través de plataformas gratuitas de internet. Ejemplo: Curso de Planificación Estratégica en Salud, ofrecido por la Universidad de Chile en 2014 <http://www.ehealthreporter.com/es/noticia/verNoticia/3134/curso-gratuito-internacional-planificacion-estrategica-en-salud>.

## VENTAJAS

Hacer y mantener el contacto con amigos, familiares, etc.

Poseen herramientas como chat, videoconferencias, que permite comunicarse con otro usuario conectado.

Es fácil sumar nuevos miembros.

Permiten compartir conocimientos. Además ofrecen aplicaciones como juegos y la posibilidad de realizar compras en tiendas virtuales.

## INCONVENIENTES

Exposición de la información personal que puede terminar siendo perjudicial para el usuario, existiendo incluso el riesgo de ser hackeado o estafado.

Un exceso de tiempo destinado a la red social puede hacer que se descuiden otros ámbitos de la vida o que se transformen en un hábito francamente adictivo.

La discusión en los grupos en que se habla de muchos temas puede desviarse de los objetivos sanitarios iniciales y o terminar siendo poco veraz.



Es la red más grande a nivel mundial, con 1.860 millones de usuarios activos a la fecha. Gratuita. Requiere inscripción en la que solicitan datos personales. Se puede acceder a ella desde página web en un computador o a través de aplicaciones instaladas en tablets o teléfonos.

## CARACTERÍSTICAS

- ▶ Una cuenta personal (ejemplo: Juan Díaz). Permite límite de 5000 amigos.
- ▶ Una página de una organización (ejemplo: Panlar League); permite número ilimitado de seguidores.
- ▶ Un Grupo que es una comunidad con intereses compartidos (ejemplo: Amigos EA). Las cuentas personales y páginas se estructuran de manera similar: tienen un perfil con información del miembro, un muro donde escribir e interactuar y pueden subir fotos o videos. La información puede restringirse en opciones de privacidad para que sea pública o compartida por algunas otras cuentas. Las cuentas personales interactúan con otras convirtiéndose en "amigos". Los seguidores que usted tiene y con los que se puede comunicar en esta red se identifican en su número de amigos.
- ▶ Las páginas ganan seguidores según el número de personas que presionan el botón "Me gusta" en su perfil.
- ▶ Los grupos pueden ser: - Abiertos: cualquiera ve el grupo y lo que publican sus miembros. - Cerrados: cualquiera ve el grupo pero solo los miembros ven las publicaciones. - Secreto: solo los miembros ven el grupo y las publicaciones.

Ejemplo de página Facebook de Eular.



# RANKING DE PÁGINAS DE REUMATOLOGÍA EN FACEBOOK

- 1 Rheumatoid Arthritis**  
18,3K Usuarios
- 2 Reuma ¿quién sos?**  
17,9K Usuarios
- 3 American College of Rheumatology**  
17,6K Usuarios
- 4 World Arthritis Day**  
11,5K Usuarios
- 5 Panlar**  
8,2K Usuarios
- 6 Artritis reumatoide**  
7,3K Usuarios
- 7 EULAR - European League Against Rheumatism**  
7K Usuarios
- 8 Reumatología y pacientes**  
4,6K Usuarios
- 9 Reumatología**  
4,3K Usuarios
- 10 Fundación Me Nuevo**  
4,1K Usuarios



Tiene 560 millones de usuarios en la actualidad. Twitter es un sitio de microblogging (variante de los blogs), en el que cada entrada es muy corta, limitada a 140 caracteres. Es gratuita. Instantánea. Los usuarios crean cuentas personales o institucionales, cuyo nombre siempre va precedido del símbolo @ (ejemplo @PanlarLeague). En el perfil puede incorporar una foto que lo identifique (avatar) y una presentación como usuario (biografía).



## CARACTERÍSTICAS

- ▶ Cada entrada que se escribe en el muro es un “tweet” o “tuit” o “trino”. Las personas o instituciones en Twitter refieren a sí mismos y unos a otros, por el nombre de su cuenta, por ejemplo, @PanlarLeague.
- ▶ La red se establece siguiendo otras cuentas y siendo seguido por otros usuarios (seguidor o follower).
- ▶ En el muro de nuestra cuenta aparece una línea de tiempo conformada por todos los “tuits” de las cuentas que seguimos (Cronología o Timeline, TL).
- ▶ Para guardar tuits destacados, nuestros o de otros autores, se puede marcar como “favorito” presionando un símbolo de estrella en la zona inferior del tuit. También ofrece la opción de mandarlo a un correo electrónico, lo que es útil sobretodo si el tuit contiene enlaces (a un blog o página web).
- ▶ Para involucrar a otros usuarios en una entrada, se le “menciona” citando su cuenta (ejemplo: “¿Habría llegado @luisliraw a Bogotá? ”). La respuesta o reply del aludido aparecerá generando una notificación.
- ▶ Para manifestar que una entrada leída es interesante, se retuitea (RT), es decir, se republica en nuestro muro, así todos nuestros seguidores podrán leerlo en su TL aunque no sigan al autor original. La acción se realiza

presionando el símbolo o se cita de la siguiente forma: "RT @PanlarLeague PANLAR les desea un Muy Feliz Día del Médico".

- ▶ Si se quiere modificar con una opinión propia un tuit leído en el timeline se antepone MT (modified retweet): "Revisar y discutir MT @kevinmd : Court and Social Media: Implications for physicians buff.ly/1G5HQ1S".
- ▶ En twitter pueden enviarse mensajes privados entre usuarios: DM o mensaje directo.
- ▶ Se puede bloquear a otro usuario para que éste no pueda seguirlo, añadirlo en sus listas o citarlo.
- ▶ Para comentar un tema específico se crearon las "etiquetas" o "hashtags" HT (#) sirve para categorizar los mensajes, realizar búsquedas por tema y evaluar las tendencias.
- ▶ Etiquetas populares en reumatología son #rheum (temas de reumatología para la comunidad) , #rheumEdu o #MedEd (temas de educación médica), #arthritis, #hcmsla (Health care social media o interacción entre medios sociales y salud en América latina), #FOAMed (recursos de acceso abierto).
- ▶ A través de aplicaciones se puede identificar el número de entradas que tiene un determinado tema y el número de usuarios conectados que están comentando el mismo tema según la etiqueta (HT) de los tuits. Así sabemos que un tema es el más popular en el momento revisando las Tendencias o **Trending Topics (TT)**.
- ▶ Se pueden realizar "Tweetchats" que son foros en línea, de acceso universal sobre un tema específico, donde una organización o persona convoca a los usuarios y actúa como moderador, un día preciso y por un período limitado de tiempo.
- ▶ Para organizar la información que aparece en su muro o timeline, puede crear listas por temas, cada una de las cuales contiene cuentas que publican sobre un área específica y así usted puede acceder rápidamente a información de ese ámbito en particular.
- ▶ En su misma cuenta puede tener listas con distinta temática, por ejemplo una lista de reumatología, otra de fotografía y otra de golf. Las listas pueden ser públicas o privadas. No es necesario seguir a un usuario para estar incluido en una lista, lo que amplía la posibilidad de leer las actualizaciones de muchos usuarios en un tema sin necesidad de que aparezcan en nuestro TL.
- ▶ Una costumbre tuitera es destacar cada viernes los usuarios que consideramos que merecen la pena ser seguidos. Estos usuarios se recomiendan con el HT #FF (**Follow Friday**) seguido de la cuenta.
- ▶ Ejemplos de cuentas de interés en reumatología con sus respectivas "biografías": @PanlarLeague (The Pan American League os Associations of Rheumatology (PANLAR), founded in 1943, gathers the Pan American scientific societies of rheumatology).



## ¿PARA QUÉ NOS SIRVE TENER UNA CUENTA EN TWITTER?

- 1. Para estar actualizado:** las principales revistas y sociedades tienen una cuenta. Cada vez que publican algo nuevo, lo comparten en twitter y como la entrada es breve, rápidamente uno puede revisar si la entrada le interesa y acceder a los enlaces que trae (por ejemplo, la publicación del abstract del artículo).
- 2. Para compartir información con sus seguidores:** al retuitear entradas que ya haya filtrado, comentar artículos que leyó, subiendo los mensajes importantes de ponencias en algún congreso con su respectivo HT, o dirigiendo mensajes educativos a pacientes.
- 3. Para crear redes de profesionales:** twitter permite conocer otros reumatólogos, intercambiar ideas, experiencias clínicas, participar de debates médicos con colegas de distintas partes del mundo.
- 4. Para conocer las inquietudes de los pacientes:** prestando atención a las publicaciones de agrupaciones y activistas. Muchos están muy bien informados y organizados, lo que nos permite aprender de su experiencia y visualizar sus necesidades.
- 5. Para entretenernos:** es una manera divertida de intercambiar información.



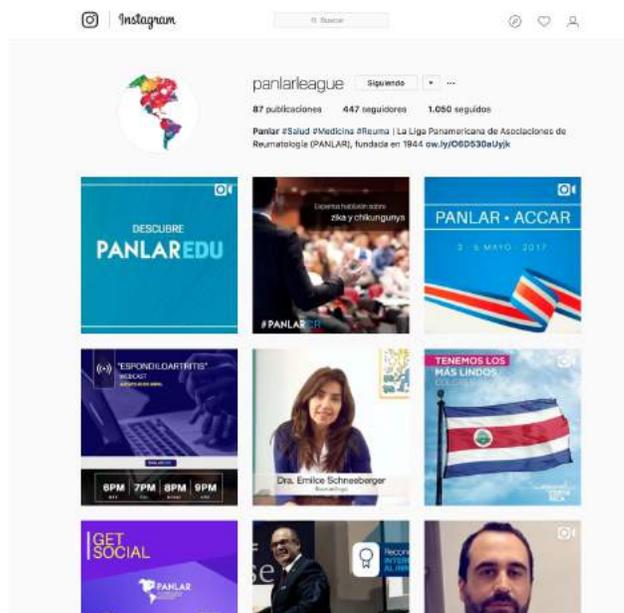
# INSTAGRAM

Instagram es una red social que inicia como aplicación móvil para subir fotos y en la actualidad permite compartir videos. El éxito de Instagram se viraliza gracias a los efectos fotográficos que permiten embellecer las imágenes publicadas por sus usuarios. Hoy día los contenidos de esta aplicación se pueden compartir en otras redes sociales como Facebook, Tumblr, Flickr y Twitter. Una característica que incorporara una de las ultimas actualizaciones es el espacio para las historias, las cuales "desaparecen" del dispositivo a las 24 horas después de haberlas publicado.

Ejemplo: Perfil de Instagram de Panlar: <https://www.instagram.com/panlarleague/>



▲  
Versión móvil



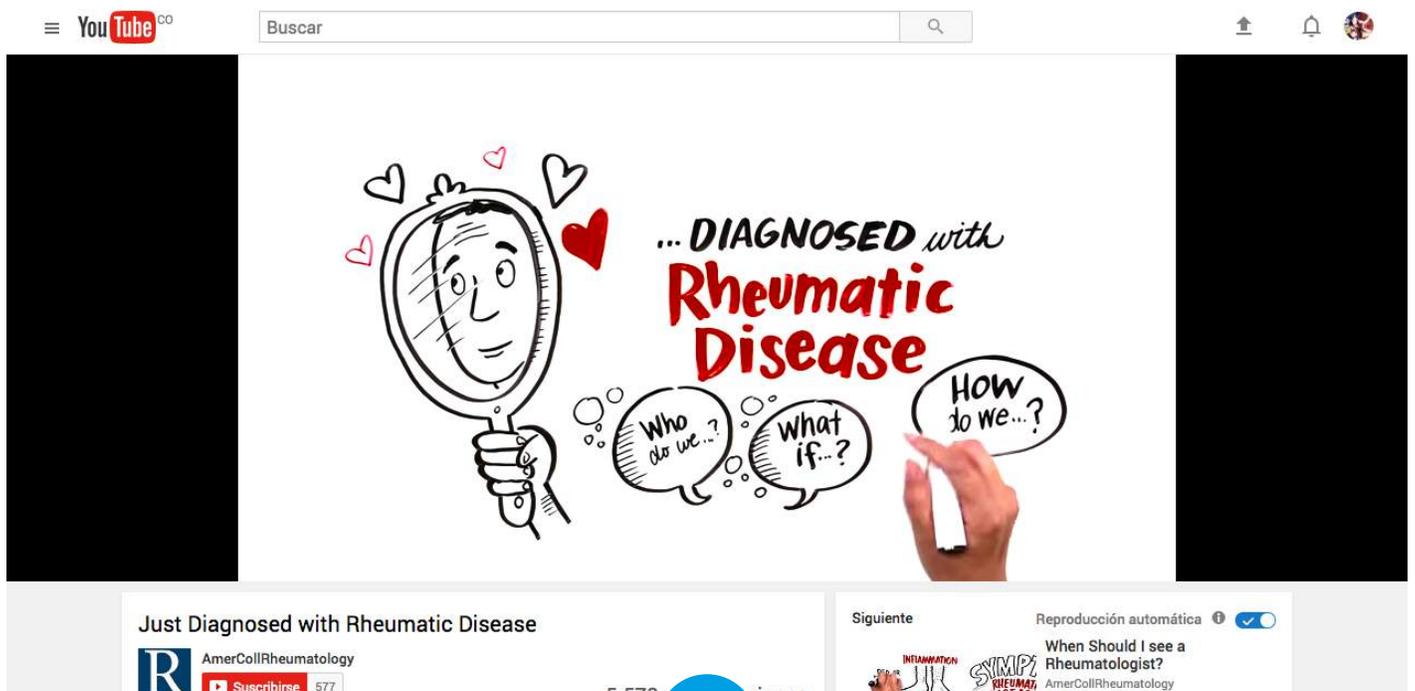
▲  
Versión para computador

# YOUTUBE

Youtube es un sitio web en el que cualquier usuario registrado puede subir y compartir videos. Para visualizarlos no se requiere registro. Existe en la red películas originales, videos musicales hasta videos caseros. Son de utilidad en reumatología cuando instituciones como sociedades médicas o universidades suben videos educativos con fines docentes (por ejemplo para enseñar técnicas) o para instruir a la comunidad.

Ejemplo de video para la comunidad de American College of Rheumatology: para pacientes a quienes se le ha diagnosticado una enfermedad reumatológica: [https://www.youtube.com/watch?v=yFVfkSYne\\_c](https://www.youtube.com/watch?v=yFVfkSYne_c)

Video de youtube de Oxford University Press sobre Infecciones en pacientes con artritis reumatoide: <https://www.youtube.com/watch?v=1XlyzjaqkQ0>



Just Diagnosed with Rheumatic Disease

AmerCollRheumatology

Suscribirse 577

5 578

13

Siguiente Reproducción automática

When Should I see a Rheumatologist?

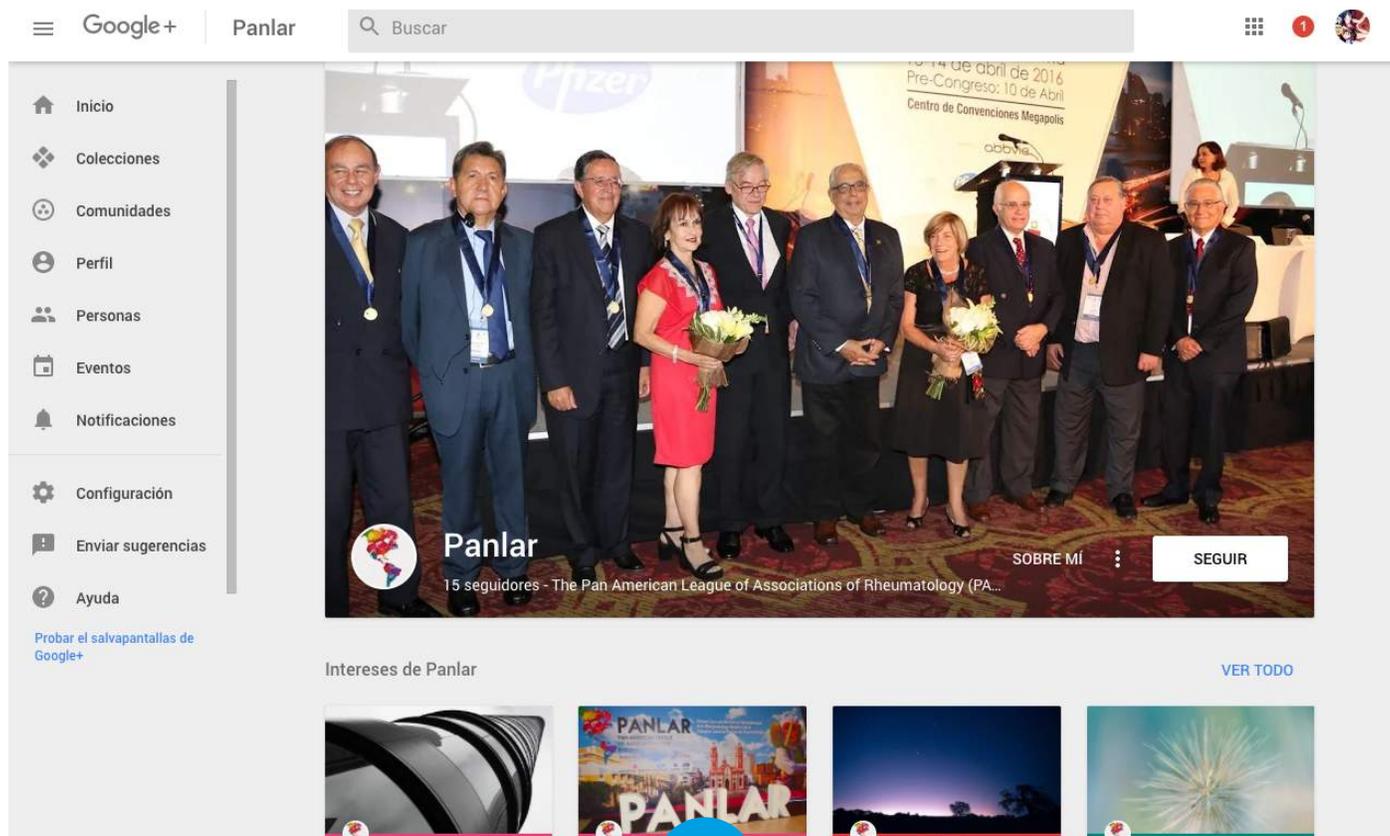
AmerCollRheumatology



# GOOGLE +

Es una capa social en la que se establece interacción con otros usuarios que tienen cuentas Google.

Integra otros servicios de Google como Gmail o Youtube. Se relaciona con los demás a través de círculos. El botón "+ 1" influye en el posicionamiento de la web en la red. Permite realizar videoconferencias con hasta 10 personas. Las notificaciones sobre invitaciones o incorporación en círculos de contactos aparecen al abrir el correo Gmail.



Google+ Panlar

Buscar

- Inicio
- Colecciones
- Comunidades
- Perfil
- Personas
- Eventos
- Notificaciones
- Configuración
- Enviar sugerencias
- Ayuda

Probar el salvapantallas de Google+

**Panlar**  
15 seguidores - The Pan American League of Associations of Rheumatology (PA...  
SOBRE MI SEGUIR

Intereses de Panlar VER TODO



# BLOGS

Actualmente existen 180 millones de blogs en el mundo. Son verdaderos cuadernos digitales en los que un usuario (blogger) se expresa sobre los más variados temas. Nacieron a fines de los años 90. Su nombre deriva del original "weblog" que es la combinación de las palabras "web" y "log" (diario). Permite incorporar en los posts texto, imágenes, enlaces a videos, una zona para comentarios de lectores, calendario de eventos, íconos para compartir su contenido en otras redes sociales. Pueden ser muy sencillos o sofisticados que incluyen enlaces a otras páginas y publicidad.

## CARACTERÍSTICAS

Los médicos crean blogs para:

- ▶ Compartir conocimientos con otros profesionales
- ▶ Formación y docencia
- ▶ Actualizaciones sobre un tema
- ▶ Educar en salud

Deben cumplir una serie de requisitos respecto a la fuente y origen de los datos publicados en el blog: información sobre el autor, institución a la que pertenece, formación.

- ▶ Página de contacto
- ▶ Barra de búsqueda
- ▶ Política de comentarios
- ▶ Política de privacidad

Desde las siguientes herramientas se pueden crear blogs:  
 Blogger (gratuita) <http://blogger.com> Servicio adicional a Google  
 Wordpress (gratuita con opción de pago) <https://wordpress.com/website/>

Algunos Blogs de reumatólogos son:  
 Blog del Dr. Ronan Kavanagh (Irlanda, inglés) <http://www.ronankavanagh.ie/>

Blog del Dr. Shanskank Akerkar (India, inglés) <https://doctorakerkar.wordpress.com/>

## El Blog de Carvica

Blog del Dr Carlo Vinicio Caballero-Urbe Reumatología/Medicina/Educación Médica/Web y Salud 2.0.

Blog del Dr. Carlo Vinicio Caballero (Colombia, español) <http://carvica1.blogspot.com/2014/11/ensenanza-de-la-reumatologia-de.html>

Este es un Blog sobre Medicina 2.0: Blog del Dr. Barci Meskó <http://sciencerooll.com/about/www.webicina.com>



# SLIDESHARE

60 millones de visitas mensuales. SlideShare es un sitio web gratuito de alojamiento de diapositivas que permite a los usuarios subir y compartir en público o privado presentaciones en PowerPoint, OpenOffice e infografías (PDF). Ofrece la posibilidad de hacer difusión de presentaciones para docencia en reumatología y educación a la comunidad.

Ejemplo de SlideShare con fines de docencia:

Exploración física en reumatología por la Sociedad Española de Reumatología:  
<http://es.slideshare.net/luisdel/exploracin-fsica-en-reumatologa>

Guía para usar y entender Social media:  
<http://www.slideshare.net/futuregp/the-health-educators-guide-to-social-media-anzahpe-amea-2015>



SlideShare interface showing a presentation titled "EXPLORACIÓN FÍSICA EN REUMATOLOGÍA" by Mónica Delgado Sánchez, MIR1 Reumatología HUNSC, dated 21/Marzo/2013. The slide content includes a blue-tinted image of a human skeleton with a red joint highlighted. The right sidebar shows a "Recomendado" section with several related presentations:

- HISTORIA CLÍNICA Y EXAMEN FÍSICO DEL PACIENTE REUMÁTICO - Jorge Fontalvo
- Semiología Reumatológica - Luis Pastor Vimos
- HISTORIA CLÍNICA Y EXPLORACIÓN FÍSICA - CFUK 22
- Artritis reumatoide (caso clínico) - Katito Molina
- HISTORIA CLÍNICA Y EXAMEN FÍSICO DEL PACIENTE REUMÁTICO

## CONCLUSIONES

- ▶ Social media o redes sociales son un elemento dinámico e interactivo de comunicación en la web, en el que los reumatólogos podemos contactarnos, difundir nuestro trabajo, educar a nuestros alumnos, instruir a la comunidad y hacer crecer nuestra comunidad científica.
- ▶ Para usarlas con tranquilidad debemos tener en cuenta ciertas precauciones generales de comportamiento y seguridad.
- ▶ Las redes sociales son el instrumento principal de la medicina 2.0 que se ha instalado entre nosotros, por lo que debemos familiarizarnos con su uso y terminología, para nuestro crecimiento personal y el beneficio de nuestros pacientes.

# BIBLIOGRAFÍA

- ▶ 1. "Ética y redes sociales. Manual de estilo para médicos y estudiantes de medicina" Consejo general de colegios oficiales médicos de España. 2014.
- ▶ 2. "Social media para médicos" A.G. Colegio Médico de Chile, noviembre de 2012.
- ▶ 3. "Surviving and thriving in a social health care environment". American College of Rheumatology 2014.
- ▶ 4. "Social media highway code" Royal College of General Practitioners. 2013.
- ▶ 5. "Social media in public health" National Collaborating Centre for Healthy Public Policy, 2015.
- ▶ 6. "Uso de las redes sociales en la Organización Panamericana de la Salud y su beneficio en la salud pública" OPS, 2011.
- ▶ 7. Cepeda, JM. Manual de Inmersión 2.0 para profesionales de salud. Salud Conectada. Recuperado el día 02-04-15 desde <http://saludconectada.com/>
- ▶ 8. Grajales FJ, Sheps S, Ho K, Novak-Lauscher H, Eysenbach G. Social media: a review and tutorial of applications in medicine and health care. J Med Internet Res. 2014;16(2):e13

# CUENTAS RECOMENDADAS EN TWITTER



**CARLO V. CABALLERO MD**  
@carvicab



**MEDREUMA**  
@MedReuma



**PANLAR**  
@PanlarLeague



**FUNDACIÓN ME NUEVO**  
@memuevoCL

## SOCIEDADES



**SOCIEDAD ESPAÑOLA DE REUMATOLOGÍA**  
@SEReumatologia



**SOCIEDAD COLOMBIANA DE REUMATOLOGÍA**  
@Asoreuma



**SOCIEDAD CHILENA DE REUMATOLOGÍA**  
@sochire



**SOCIEDAD VENEZOLANA DE REUMATOLOGÍA**  
@SvrOrg



**COLEGIO MEXICANO DE REUMATOLOGÍA**  
@ColMexReuma



**ASOCIACIÓN SALVADOREÑA REUMATOLOGÍA**  
@rgeumasv



**ARTHRITIS FOUNDATION**  
@ArthritisFdn



**AMERICAN COLLEGE OF RHEUMATOLOGY**  
@ACRrheum

### COLOMBIA



**DR. CARLOS E. TORO**  
@carlostor1978



**DR. WILSON BAUTISTA**  
@wabaustiamv

### VENEZUELA



**DRA. MARITZA QUINTERO**  
@maritzaqg



**DR. FRANZ OTAIZA**  
@reumaven

### ECUADOR



**DR. ANGEL LEIVA**  
@reumed123

### BRASIL



**DR. ROBSON GRANJA**  
@drrobsongc



**DR. ANDRÉ L.B. ADRIANO**  
@andrelbadriano

### CHILE



**DR. LUIS LIRA**  
@LFWeldt



**DR. CRISTIAN VERGARA**  
@vergara30

### ARGENTINA



**DR. LEANDRO FERREYRA**  
@LeoFerreyraG

### MÉXICO



**DR. MARIO CARDIEL**  
@cardielmh



**DR. JOSÉ LUIS MARTÍNEZ**  
@aMtzReuma



**DR. REINALDO ACOSTA**  
@reyah65

### URUGUAY



**DR. MIGUEL ALBANESE**  
@alibafer

### PANAMÁ



**DR. ENRIQUE GIRALDO**  
@dregiraldo

### ESPAÑA



**DRA. CRISTINA MACÍA**  
@reumacia



**DR. FRED PAGÉS**  
@ReumaStat

### COSTA RICA



**DRA. DINA ARRIETA**  
@DinaArr



**SÍGUENOS EN:**



@PanlarOrg



@PanlarLeague



@panlarleague



@Panlar



INTELIGENCIAVIRAL