

Estudi descriptiu de l'ús de xarxes socials online per la
promoció de l'alimentació saludable en hospitals dels Estats Units.

Carles Rios Fernández-Pacheco

Estudiant de Psicologia

Universitat Oberta de Catalunya

RESUM

Fonaments: Internet i les xarxes socials online s'estan mostrant com a útils en la promoció de la salut i en la difusió d'hàbits saludables, degut a l'increment d'usuaris i a l'interès que aquests mostren per obtenir informació sobre temes relacionats amb la salut. Es considera, així mateix, que l'alimentació saludable té una influència important sobre la salut de les persones.

Objectius: Observar el grau d'utilització que es fa de les xarxes socials online per la promoció d'hàbits d'alimentació saludable en una mostra d'hospitals dels Estats Units.

Disseny: Estudi observacional descriptiu transversal.

Mètodes: S'ha agafat una mostra de 14 hospitals dels Estats Units, considerats dels millors, i s'ha fet una recerca per observar si utilitzen o no les xarxes socials online. Les dades s'analitzen mitjançant freqüències percentuals.

Resultats: S'ha trobat una bona freqüència d'utilització dels canals que ofereix la xarxa però una baixa freqüència per fer promoció d'hàbits saludables en alimentació.

Conclusions: Hi ha una pobre utilització de les xarxes socials Facebook i Twitter per fer promoció i difusió d'hàbits saludables en alimentació.

Paraules clau: Internet. Web 2.0. Xarxes socials online. Promoció de salut. Alimentació saludable.

INTRODUCCIÓ

La eclosió de les web 2.0 i de les xarxes socials online ha significat un canvi molt important en la comunicació humana. Podem llegir: “Vamos a vivir un cambio sin precedentes en la Humanidad, centrado en el definitivo apoderamiento del ciudadano. Las no ya tan nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones -en especial herramientas como los blogs, wikis, chats, personal broadcasting y en general el fenómeno 2.0-, están transformando el papel de los usuarios que han dejado de ser sólo consumidores para emerger como prosumidores. Este cambio implica hoy una participación activa de las personas en la creación de bienes y servicios, en lugar de limitarse sólo a su consumo” (Redes sociales: Descripción del fenómeno, situación actual y perspectivas).

Hi ha molts estudis que analitzen l'ús de les tecnologies de informació i comunicació (TIC) i conclouen que s'està produint un us creixent de les mateixes.

Presentem alguns d'aquests estudis que ens permetran situar-nos:

- La “Encuesta sobre equipamiento y uso de las tecnologías de información y comunicación en los hogares” efectuada per el Instituto Nacional de Estadística l'any 2008 (INE, 2008), conclou que el 51% de les llars espanyoles tenen accés a internet, amb un creixement superior a un milió de llars en un any. Els usuaris freqüents de la xarxa superen els 17 milions de persones i el número total d'internautes creix un 11%.
- El “Estudio sobre redes sociales en Internet” de novembre de 2009 fet per *iab Spain Research (Estadísticas sobre el uso de las redes sociales en 2009)*, indica que les xarxes socials es un dels canals més utilitzats d'internet. Un 60,6%

d'usuaris l'utilitza cada dia, un 23,3% varies vegades a la setmana i un 10,7% al menys una vegada a la setmana. Així mateix, els usuaris de xarxes socials utilitzen més aquest mitjà que altres com televisió, radio o blogs. L'estudi dona les següents dades: les xarxes socials online tenen un grau d'utilització d'un 41% en front del 6% dels blogs, l'11% dels fòrums i el 17% de diaris digitals.

Altres estudis ens mostren la utilitat de les xarxes socials per produir canvis conductuals i l'interès dels seus usuaris per obtenir informació sobre la salut:

- Un estudi fet per Damon Centola (Centola, 2010), conclou que les xarxes socials on els participants es coneixen (per exemple Facebook) són més adients per propagar conductes que necessiten d'un cert reforç social, (com per exemple la modificació d'hàbits alimentaris).
- Una enquesta efectuada per la empresa biomèdica Pfizer (Pfizer, 2010) dona com a resultats que el 80% de internautes consulten en internet per informar-se sobre temes relacionats amb la salut.

A la vista d'aquests resultats les xarxes socials semblen adients per portar a terme tasques de promoció de la salut, per lo que hem volgut saber quin nivell d'utilització tenen amb aquesta finalitat, entenent per promoció de la salut el que ens defineix la llei de la Salut Pública de Catalunya: “el conjunt d'actuacions, prestacions i serveis destinats a fomentar la salut individual i col·lectiva i a impulsar l'adopció d'estils de vida saludables per mitjà d'intervencions adequades en matèria d'informació, comunicació i educació sanitària” i especialment en la vessant de la promoció d'hàbits d'alimentació saludable, ja que, segons els experts, es una variable molt important en la prevenció de la malaltia (OMS).

Sobre aquestes bases hem plantejat un estudi que ens doni una idea inicial de com el sistema sanitari està utilitzant les xarxes socials online, Facebook i Twitter, per portar a terme aquesta tasca preventiva, analitzant 14 hospitals de la xarxa hospitalària dels Estats Units, entrant a les

seves pàgines web, veient quines eines de les TIC estan fent servir, i si aquestes s'aprofiten per fer promoció d'hàbits d'alimentació saludable.

METODES

Hem realitzat un estudi observacional descriptiu transversal dels hospitals que apareixen a la llista de “Best Hospitals 2010-11: The Honor Roll” de Estats Units (*Best hospitals 2010-11: The honor roll - US news and world report*) i dels que hi ha una ressenya de la utilització que fan de les xarxes socials en “Social Media and the U.S. News Hospitals” (*Social media and the U.S. news hospitals*), i que apareixen a les taules que incloem.

L'estudi s'ha limitat a l'ús que fan els hospitals de les xarxes socials online Facebook i Twitter per la promoció de l'alimentació saludable, considerant que analitzant els que estan considerats millors hospitals dels Estats Units podríem tenir una aproximació al fenomen estudiat. S'ha fet un anàlisi exhaustiu de la pàgina web de cada hospital per veure quins canals estan utilitzant, durant les dates del 25 de setembre de 2010 al 7 de novembre de 2010.

Els canals inclosos en l'estudi són pàgines web, Youtube, Facebook, Twitter i blogs, si bé l'estudi principal es fa únicament en els canals que considerem representatius de xarxes socials online (Wikipedia contributors, Red social) que són FACEBOOK i TWITTER, malgrat que hi ha controvèrsia envers la inclusió d'aquest últim com a xarxa social (Wikipedia contributors, Twitter; *¿Por qué twitter no es una red social? - Medios_Reddes - ABC.es*).

S'han efectuat dos tipus d'observació. El primer per determinar l'ús que fan els hospitals dels diferents canals que hem detallat, considerant dos categories: SI ó No utilitzen un canal determinat, mentre que el segon s'ha fet per determinar quin grau de promoció d'hàbits saludables en alimentació es fa dins de cada canal per part dels hospitals observats, considerant, com en el cas anterior, dos categories: SI ó NO fan promoció d'hàbits saludables en alimentació, i fent amb els resultats una distribució percentual de freqüències.

Posteriorment s'analitza en profunditat l'ús de les xarxes Facebook i Twitter en la promoció de l'alimentació saludable.

RESULTATS

L'anàlisi ens dona que els 100% dels hospitals observats tenen pagina web, el 85,71% estan utilitzant Youtube, el mateix percentatge del 85,71% estan utilitzant Facebook, el 100% estan utilitzant Twitter i el 28,57% estan utilitzant el canal Blog.

El resultat per hospitals es:

HOSPITALS/CANALS	WEB	YOUTUBE	FACEBOOK	TWITTER	BLOG
Barnes-Jewish Hospital/Washington University	SI	SI	SI	SI	SI
Brigham and Women's Hospital	SI	SI	SI	SI	NO
Cleveland Clinic	SI	SI	SI	SI	NO
Duke University Medical Center	SI	SI	SI	SI	NO
Hospital of the University of Pennsylvania	SI	SI	SI	SI	SI
Johns Hopkins Hospital	SI	SI	SI	SI	SI
Massachusetts General Hospital	SI	SI	SI	SI	NO
Mayo Clinic, Rochester, MN	SI	SI	SI	SI	SI
New York-Presbyterian Univ. Hosp. of Columbia and Cornell	SI	SI	NO	SI	NO
Ronald Reagan UCLA Medical Center	SI	SI	SI	SI	NO
University of California, San Francisco Medical Center	SI	NO	SI	SI	NO
University of Michigan Hospitals and Health Centers	SI	SI	SI	SI	NO
University of Pittsburgh Medical Center – UMPC	SI	NO	SI	SI	NO
University of Washington Medical Center	SI	NO	NO	SI	NO

En quant a la promoció d'hàbits saludables en alimentació s'ha observat que el 85,71% dels hospitals analitzats tenen un apartat destinat a la nutrició en les seves pàgines web, amb diferents graus de facilitat/dificultat per accedir-hi. En canvi, només el 14,29% utilitza el canal Youtube

per fer aquesta promoció, el 28,57% utilitzen Facebook , el 21,43% Twitter i només un 7,14% utilitzen el canal Blog.

El resultat per hospitals es:

HOSPITALS/CANALS	WEB	YOUTUBE	FACEBOOK	TWITTER	BLOG
Barnes-Jewish Hospital/Washington University	SI	NO	NO	NO	SI
Brigham and Women's Hospital	SI	NO	SI	SI	NO
Cleveland Clinic	SI	NO	SI	NO	NO
Duke University Medical Center	SI	SI	SI	SI	NO
Hospital of the University of Pennsylvania	SI	NO	NO	NO	NO
Johns Hopkins Hospital	NO	NO	NO	NO	NO
Massachusetts General Hospital	SI	NO	NO	NO	NO
Mayo Clinic, Rochester, MN	SI	NO	SI	SI	NO
New York-Presbyterian Univ. Hosp. of Columbia and Cornell	SI	NO	NO	NO	NO
Ronald Reagan UCLA Medical Center	SI	NO	NO	NO	NO
University of California, San Francisco Medical Center	NO	NO	NO	NO	NO
University of Michigan Hospitals and Health Centers	SI	SI	NO	NO	NO
University of Pittsburgh Medical Center – UMPC	SI	NO	NO	NO	NO
University of Washington Medical Center	SI	NO	NO	NO	NO

En l'anàlisi de l'ús de les xarxes Facebook i Twitter, hem trobat els següents resultats:

El “Brigham and Women's Hospital” utilitza ambdós canals, Facebook (*Brigham and women's hospital news's facebook wall 2010*) i Twitter (*Brigham and women's on twitter*), als que s'accedeix amb facilitat des de la pàgina principal. En el període observat s'ha trobat en Facebook únicament un enllaç a un article on una nutricionista dona uns consells a estudiants universitaris per tal de menjar de forma saludable i no guanyar pes. En Twitter es fa referència al mateix article.

L'Hospital "Cleveland Clinic" utilitza exclusivament Facebook (*Cleveland clinic*), al que s'accedeix des de la seva pàgina principal, on en l'apartat "About Us" es publica el seu servei de Salut & Benestar amb un apartat important sobre menjar saludable. En canvi, en el canal de notícies no n'hi ha cap que faci referència al tema d'observació.

El "Duke Hospital Medical Center" utilitza Facebook (*Duke medicine*), tenint que retrocedir fins el 27 d'agost de 2010 per trobar un enllaç a informació sobre recomanacions nutricionals. També trobem un enllaç en Twitter (*Duke medicine on twitter*) de data 20 de setembre relacionat amb el tema que analitzem: "Need a nutritional hero? Check out these superfoods".

L'últim hospital que utilitza alguna xarxa social de les analitzades es el "Mayo Clinic". Des de la seva pàgina principal podem accedir a Facebook (*Mayo clinic*) on ens trobem un enllaç a la xarxa Facebook especialitzada en alimentació saludable "The Mayo Clinic Diet" (per promocionar un llibre amb el mateix títol) (*The mayo clinic diet's facebook wall 2010*) on, ara sí, trobem la utilització que es pot esperar d'una xarxa social, amb molta participació dels usuaris. Des de la pàgina principal podem accedir també al Twitter (*Mayo clinic on twitter*), on ens hem de remuntar al 16 de setembre per poder trobar un "twitt" relacionat amb la promoció d'hàbits d'alimentació saludable: "Foods that are heart healthy, anti-oxidants, exercise, mental stimulation all may help".

DISCUSIÓ

La pràctica totalitat d'estudis que hem consultat conclouen que les xarxes socials són una eina poderosa en la promoció de la salut (Centola, 2010; Nicholas A. Christakis; *The healthy living network.*), malgrat que algun no ho veu tan evident (Eysenbach, Powell, Englesakis, Rizo, & Stern, 2004).

Així mateix, estudis de experts valoren la dieta i la nutrició com una variable important en la prevenció de les malalties (OMS).

Això ens feia esperar que la utilització de les xarxes Facebook i Twitter fos més rellevant i freqüent en els hospitals que hem analitzat per la promoció d'hàbits saludables en alimentació.

Si bé hi ha un ús intens d'aquestes xarxes en altres àmbits (informatius, promoció del propi hospital...) aquest es torna gairebé simbòlic en l'àmbit que analitzem, tant per el nombre d'hospitals que les utilitzen com per el contingut que s'hi pot trobar, que considerem molt poc significatiu.

Malgrat haver-hi molts estudis que analitzen l'efectivitat de les xarxes socials on line, revisant la bibliografia no n'hem trobat de similars al que presentem, que analitza la seva aplicació pràctica, fet que no ens permet comparar els resultats. Haurem d'esperar a estudis posteriors per observar si els resultats d'aquest obtenen confirmació.

No podem acabar aquest article sense reconèixer que la mostra d'hospitals que s'ha triat, malgrat que la puguem considerar representativa, es molt limitada. Considerem que fora interessant fer més estudis amb hospitals d'altres països per veure si hi ha variables que influeixen en aquests resultats (per exemple, centres privats en front de centres públics, o d'altres) i fer-ne de longitudinals per observar si ha una tendència definida al llarg del temps.

Referències

- ¿Por qué twitter no es una red social? - Medios_Redets_Redets - Medios_Redets - ABC.es.* Recuperat el 14/12/2010, des de <http://www.abc.es/20100510/medios-redes-web/twitter-social-201005101234.html>
- Best hospitals 2010-11: The honor roll - US news and world report.* Recuperat el 28/11/2010 des de <http://health.usnews.com/health-news/best-hospitals/articles/2010/07/14/best-hospitals-2010-11-the-honor-roll.html>
- Brigham and women's (brighamwomens) on twitte.,* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://twitter.com/#!/brighamwomens>
- Brigham and women's hospital news's facebook wall (2010).* Recuperat el 12/12/2010 des de <http://www.facebook.com/BrighamAndWomensHospitalNews>
- Centola, D. (2010). The spread of behavior in an online social network experiment. *Science*, 329(5996), 1194-1197.
- Cleveland clinic.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://www.facebook.com/ClevelandClinic?ref=nf>
- Duke medicine.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://www.facebook.com/dukemedicine>
- Duke medicine (Duke_Medicine) on twitter.* Recuperat el 14/12/2010 des de http://twitter.com/#!/Duke_Medicine
- Estadísticas sobre el uso de las redes sociales en 2009.* Recuperat el 26/11/2010 des de http://www.theslogan.com/es_content/index.php/internet/9501-estadisticas-sobre-el-uso-de-las-redes-sociales-en-2009
- Eysenbach, G., Powell, J., Englesakis, M., Rizo, C., & Stern, A. (2004). Health related virtual communities and electronic support groups: Systematic review of the effects of online peer to peer interactions. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 328(7449), 1166.
- The healthy living network.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://www.guardianpublic.co.uk/social-networking-sites-health-comment>
- INE. (2008). In INE (Ed.), *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares.* Recuperat el 26/11/2010 des de <http://www.ine.es/prensa/np517.pdf>
- Mayo clinic.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://www.facebook.com/MayoClinic?v=wall&ref=search>
- Mayo clinic (mayoclinic) on twitter.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://twitter.com/#!/mayoclinic>
- The mayo clinic diet's facebook wall.* Recuperat el 14/12/2010 des de <http://www.facebook.com/MayoClinic?v=wall&ref=search#!/The.Mayo.Clinic.Diet>
- Nicholas A. Christakis, MD, PhD, MPH | Department of health care policy at harvard medical school.* Recuperat el 14/12/2010 des de http://www.hcp.med.harvard.edu/people/hcp_core_faculty/nicholas_christakis
- OMS | la OMS y la FAO publican un informe de expertos independientes sobre dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas.* Recuperat el 13/12/2010 des de <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2003/pr20/es/index.html>
- Pzifer. (2010). In Pzifer (Ed.), *El rol de internet en el proceso de consulta de informacion sobre salud.* Recuperat el 26/11/2010 des de http://www.pfizer.es/docs/pdf/noticias/Resultados_encuesta_Pfizer.pdf
- Redes sociales: Descripción del fenómeno, situación actual y perspectivas | lorca gómez | RevistaSalud.com.* Recuperat el 28/11/2010 des de <http://www.revistaesalud.com/index.php/revistaesalud/article/viewArticle/248/563>
- Social media and the U.S. news hospitals.* Recuperat el 28/11/2010 des de <http://ebennett.org/usnews/>

Wikipedia contributors. (a). *Red social*, Recuperat el 13/12/2010 des de http://es.wikipedia.org/wiki/Red_social

Wikipedia contributors. (b). *Twitter*, Recuperat el 13/12/2010 des de <http://en.wikipedia.org/wiki/Twitter>