



**TRABALLO FIN DE GRAO
GRAO EN ENFERMARÍA
CURSO ACADÉMICO 2023/2024
CONVOCATORIA XUÑO**

TÍTULO:

**IMAGEN DE LA ENFERMERÍA: DIVULGACIÓN ENFERMERA EN REDES SOCIALES
A IMAXE DA ENFERMARÍA: DIVULGACIÓN ENFERMEIRA EN REDES SOCIAIS
NURSE IMAGE: NURSE OUTREACH IN SOCIAL NETWORKS**

APELIDOS/NOME DO ESTUDANTE: Portela Gayoso, Lorena

DNI: 33548958P

GRAO DE ENFERMARÍA

APELIDOS/NOME DO TITOR

Rodríguez Pérez, Isidoro

Data: 10 de xuño de 2024

AGRADECIMIENTOS

Quiero aprovechar este espacio para agradecer a todas las personas que han contribuido, de una manera o de otra, al desarrollo de este trabajo final de grado (TFG) sobre la divulgación enfermera en redes sociales.

Para comenzar, hacer mención a mis profesores de la facultad de Enfermería de Lugo (centro adscrito a la USC) por su dedicación a lo largo de estos cuatro años de carrera. En especial a mi tutor de TFG, Isidoro Rodríguez Pérez, agradecerle el guiarme durante la elaboración del trabajo con el que pongo broche final a mi formación universitaria. Su experiencia y consejos han sido clave para mi desarrollo académico y personal, gracias por ser una fuente de inspiración constante. De igual manera, no puedo dejar pasar la oportunidad de agradecer a Mario Rivas Carro la dedicación y apoyo que me ha brindado durante este periodo, gracias por ser y estar.

A mis compañeros de carrera, gracias por todos los momentos vividos y por formar parte de mi historia universitaria, a pesar la diferencia de edad me han hecho sentir una más. No me puedo olvidar de Andrea Suarez, gracias por los innumerables momentos de estudio en Intercentros y los intercambios de audios de *WhatsApp* con millones de dudas antes de los exámenes.

También quiero agradecer a los profesionales de enfermería que, a través de los formularios y mensajes, compartieron su tiempo y experiencias sobre la divulgación en redes sociales. Sus aportaciones, sin duda, han sido fundamentales para este trabajo.

A mi familia y amigos, gracias por su paciencia, comprensión y ánimo constante. Principalmente a mis padres, gracias por enseñarme a luchar con valentía y perseverancia, y por transmitirme los valores que me han guiado a lo largo de mi vida. A mi compañero de viaje, gracias por alegrarse de cada meta conseguida más que si fuera la suya propia y hacerme la vida un poquito más fácil cada día. Y, por último, a mi hijo, gracias por entender lo importante que fueron para mí estos años de estudio y por apoyarme incondicionalmente en este camino hacia mi sueño.

Sin vuestro apoyo, esta etapa no habría sido posible.

A todos, gracias de corazón

ÍNDICE

Resumen.....	I
Resumo.....	II
Abstract.....	III
1. Introducción.....	1
1.1. Estado de la cuestión	1
1.2. Marco teórico.....	3
1.3. Objetivos	5
1.3.1. Objetivo general.....	5
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación	5
2. Metodología	6
2.1. Diseño del estudio	6
2.2. Población diana	6
2.3. Herramientas utilizadas	7
2.4. Revisión bibliográfica.....	8
2.5. Limitaciones del estudio.....	9
3. Análisis y resultados.....	10
3.1. Revisión bibliográfica	10
3.2. Trabajo de campo.....	14
3.2.1. Estudio sobre el uso de RRSS por parte de los enfermeros	14
3.2.2. Estudio sobre divulgación por parte de enfermeros en RRSS.....	21
4. Conclusiones y líneas de trabajo futuras	27
4.1. Conclusiones	27
4.2. Líneas de trabajo futuras	29
5. Bibliografía	30
6. Anexos	33
6.1. Cronograma.....	33
6.2. Formulario 1: uso de las RRSS. Enfermer@s.....	34



6.3. Respuestas a la pregunta 13 del formulario 1.....	37
6.4. Respuestas a la pregunta 14 del formulario 1.....	39
6.5. Respuestas a la pregunta 15 del formulario 1.....	43
6.6. Formulario 2: enfermería y divulgación en RRSS	43
6.7. Respuestas a la pregunta 5 del formulario 2.....	46
6.8. Respuestas a la pregunta 6 del formulario 2.....	46
6.9. Respuestas a la pregunta 8 del formulario 2.....	47
6.10. Respuestas a la pregunta 9 del formulario 2.....	47
6.11. Respuestas a la pregunta 10 del formulario 2.....	48
6.12. Respuestas a la pregunta 11 del formulario 2.....	48
6.13. Respuestas a la pregunta 12 del formulario 2.....	49
6.14. Respuestas a la pregunta 13 del formulario 2.....	49
6.15. Respuestas a la pregunta 14 del formulario 2.....	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Usuarios TIC por sexo y grupo de edad.....	2
Tabla 2: Como influyen las RRSS en el desarrollo profesional	19
Tabla 3: Ventajas que proporciona la divulgación enfermera a la profesión	20
Tabla 4: Cuentas de divulgación creadas por enfermeros (<i>Instagram</i>)	20
Tabla 5: Motivos para comenzar a compartir información en RRSS	23
Tabla 6: Objetivo de la divulgación en RRSS	23
Tabla 7: Perfiles en RRSS recomendados por divulgadores	24

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Temas relacionados con la salud más consultados en internet.....	2
Gráfico 2: Edad de los profesionales de enfermería encuestados	14
Gráfico 3: Género de los profesionales de enfermería encuestados.....	15
Gráfico 4: Tipo de vinculación laboral de los profesionales de enfermería encuestados....	15
Gráfico 5: Experiencia laboral de los profesionales de enfermería encuestados	16
Gráfico 6: Área de trabajo de los profesionales de enfermería encuestados	16
Gráfico 7: Uso de RRSS para visualizar contenido relacionado con la enfermería.....	16
Gráfico 8: RRSS más utilizadas	17
Gráfico 9: Frecuencia de uso RRSS.....	17
Gráfico 10: Finalidad de las RRSS en la práctica profesional.....	17
Gráfico 11: Tipo de contenido más demandado	18
Gráfico 12: Compartir experiencias/conocimientos con compañeros.....	18
Gráfico 13: Elección de cuentas en RRSS que divulgan bajo evidencia científica	19
Gráfico 14: Edad de los enfermeros divulgadores en RRSS	21
Gráfico 15: Género de los enfermeros divulgadores en RRSS	22
Gráfico 16: Actividad laboral de los enfermeros divulgadores en RRSS	22
Gráfico 17: Plataformas de RRSS en las que se encuentran presentes	23



SIGLAS Y ABREVIATURAS UTILIZADAS:

AEP: Asociación Española de Pediatría

APA: American Psychological Association

COM: Colegios Oficiales de Médicos

DV: Dispositivo Venoso

INE: Instituto Nacional de Estadística

RRSS: Redes Sociales

SEEIUC: Sociedad Española de Enfermería Intensiva y Unidades Coronarias

TFG: Trabajo Final de Grado

TIC: Tecnologías de la Información y de las Comunicaciones

UCI: Unidad de Cuidados Intensivos

RESUMEN

En la era digital actual, las redes sociales han revolucionado la comunicación y el intercambio de información, incluido en el ámbito de la salud y la enfermería. Las estadísticas muestran una fuerte dependencia de internet y un creciente interés en la búsqueda de datos relacionados con la salud a través de medios digitales. Plataformas como *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* y *YouTube* se han convertido en herramientas clave para que enfermeras y enfermeros puedan difundir sus conocimientos, promover hábitos saludables y desmentir mitos sobre la salud. Esto no solo fortalece a la comunidad enfermera y a su imagen, sino que también empodera a la población en el autocuidado con la integración de los modelos de promoción de la salud, como el de Dorotea Orem y Nola Pender, adaptados a la evolución digital para mejorar el bienestar individual y comunitario.

Objetivo: Conocer el uso de las redes sociales por parte de los profesionales de enfermería para mejorar sus conocimientos y habilidades.

Metodología: Se realizó un estudio descriptivo mixto que combina una revisión bibliográfica con la recolección de datos primarios mediante cuestionarios dirigidos a dos grupos: enfermeros en general y enfermeros divulgadores.

Resultados: Los artículos consultados indican que existe un cambio significativo en la comunicación interpersonal debido al uso generalizado de Internet, y la necesidad de que los profesionales de la salud se adapten a este nuevo horizonte. El estudio de campo revela que el 80,5% de los profesionales encuestados utilizan activamente las redes sociales, principalmente *Instagram*, para acceder a contenido relacionado con la enfermería. Además, la mayoría cree que este tipo de divulgación impacta positivamente en la imagen de la profesión enfermera, destacando ventajas como aumento de la autoestima, mejora de las habilidades técnicas y el fácil acceso a la información.

Conclusiones: Las redes sociales ofrecen un espacio para que los enfermeros intercambien información, experiencias y conocimientos, fortaleciendo la imagen del colectivo y la colaboración entre profesionales. La divulgación enfermera puede ser un recurso poderoso para educar, pero conlleva una gran responsabilidad. Es fundamental que la enfermería se respalde en la más actual evidencia científica antes de compartir una publicación.

Palabras clave:

Enfermería, divulgación, redes sociales, imagen, comunicación digital, teleenfermería.

RESUMO

Na era dixital actual, as redes sociais revolucionaron a comunicación e o intercambio de información, incluso no ámbito da saúde e da enfermaría. As estatísticas mostran unha forte dependencia de internet e un crecente interese na procura de datos relacionados coa saúde a través dos medios dixitais. Plataformas como *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* ou *YouTube* convertéronse en ferramentas fundamentais para que as enfermeiras e enfermeiros difundan os seus coñecementos, fomenten hábitos saudables e descarten mitos sobre a saúde. Isto non só fortalece a comunidade enfermeira e a súa imaxe, senón que tamén se capacita a poboación no autocoidado coa integración de modelos de promoción da saúde, como o de Dorotea Orem e Nola Pender, adaptados á evolución dixital para mellorar o benestar individual e comunitario.

Obxectivo: Coñecer o uso das redes sociais por parte dos profesionais de enfermaría para mellorar os seus coñecementos e habilidades.

Metodoloxía: Realizouse un estudo descritivo mixto que combina unha revisión bibliográfica coa recollida de datos primarios mediante cuestionarios dirixidos a dous colectivos: enfermeiros xerais e enfermeiros divulgadores.

Resultados: Os artigos consultados indican que existe un cambio importante na comunicación interpersonal debido ao uso xeneralizado de Internet, e á necesidade de que os profesionais sanitarios se adapten a este novo horizonte. O estudo de campo revela que o 80,5% dos profesionais enquisados utiliza activamente as redes sociais, principalmente *Instagram*, para acceder a contidos relacionados coa enfermaría. Ademais, a maioría considera que este tipo de difusión incide positivamente na imaxe da profesión enfermeira, destacando vantaxes como o aumento da autoestima, a mellora das habilidades técnicas e o fácil acceso á información.

Conclusións: As redes sociais ofrecen un espazo para que os enfermeiros intercambien información, experiencias e coñecementos, reforzando a imaxe do colectivo e a colaboración entre profesionais. A divulgación enfermeira pode ser un recurso poderoso para educar, pero leva consigo unha gran responsabilidade. É fundamental que a enfermaría se apoie na evidencia científica máis actual antes de compartir unha publicación.

Palabras chave:

Enfermaría, divulgación, redes sociais, imaxe, comunicación dixital, teleenfermaría.

ABSTRACT

In today's digital age, social networks have revolutionized communication and information exchange, including in the field of health and nursing. Statistics show a strong dependence on the internet and a growing interest in searching for health-related data through digital media. Platforms such as *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* and *YouTube* have become key tools for nurses to spread knowledge, promote healthy habits and debunk health myths. This not only strengthens the nursing community and its image, but also empowers the population in self-care with the integration of health promotion models, such as that of Dorotea Orem and Nola Pender, adapted to the digital evolution to improve individual and community wellbeing.

Objective: To know the use of social networks by nursing professionals to improve their knowledge and skills.

Methodology: A mixed descriptive study was conducted combining a literature review with primary data collection through questionnaires addressed to two groups: nurses in general and nurse disseminators.

Results: The articles consulted indicate that there is a significant change in interpersonal communication due to the widespread use of the Internet, and the need for health professionals to adapt to this new horizon. The field study reveals that 80.5% of the professionals surveyed actively use social networks, mainly *Instagram*, to access nursing-related content. In addition, most believe that this type of outreach positively impacts the image of the nursing profession, highlighting advantages such as increased self-esteem, improved technical skills and easy access to information.

Conclusions: Social networks provide a space for nurses to exchange information, experiences and knowledge, strengthening the image of the collective and collaboration between professionals. Nursing outreach can be a powerful resource to educate, but it carries with it a great responsibility. It is critical that nursing be supported by the most current scientific evidence before sharing a publication.

Keywords:

Nursing, outreach, social networks, image, digital communication, tele-nursing.

1. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y las redes sociales (RRSS) han transformado la manera en que las personas se comunican y comparten información. Este cambio también ha impactado significativamente en el ámbito de la salud, la divulgación enfermera en RRSS como *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* y *YouTube* ha surgido como una importante herramienta para transmitir conocimientos y experiencias. Estas plataformas permiten a las enfermeras y enfermeros compartir información relacionada con su profesión, promover hábitos de vida saludables, desmentir mitos y educar en salud a la población, al mismo tiempo que crean una comunidad de seguidores y fortalecen la imagen del colectivo.

En este contexto, la promoción de la salud a través de las plataformas digitales nace como un campo de estudio y práctica cada vez más relevante. Las redes sociales ofrecen un espacio interactivo donde los profesionales de la enfermería pueden ejercer su faceta docente, tanto con compañeros de profesión y contribuir así a la mejora de la práctica enfermera, como con la población en general y empoderar a los individuos en materia de salud aportándoles información sobre su enfermedad o consejos de autocuidado y ganar en bienestar.

1.1. ESTADO DE LA CUESTIÓN

El progreso tecnológico y la evolución impulsada por internet han dejado claro que la red se ha convertido en una parte fundamental de nuestras vidas. Desde su inicio, internet ha experimentado un crecimiento vertiginoso, evidenciado por el notable aumento en la cantidad de usuarios, dispositivos conectados y datos transmitidos. Ya no vivimos en la época en la que el ámbito de la informática estaba reservado únicamente para personas con estudios en tecnologías, como los ingenieros o informáticos, sino que es una herramienta al alcance de cualquiera.

La sociedad actual depende cada día más de internet, sin darnos a penas cuenta estamos alterando el modo en que nos relacionamos, trabajamos, aprendemos y obtenemos información. Dicho esto, es fácil vincular el uso de la tecnología con la comunicación, sufriendo esta última una transformación gracias a plataformas como las redes sociales y la mensajería instantánea, permitiendo el intercambio y consumo fugaz y masivo de información.

La encuesta sobre “Equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares” elaborada por el INE (Instituto Nacional de Estadística) muestra que el 95,4% de la población residente en España de entre 16 a 74 años ha accedido a internet en los últimos tres meses (casi un punto más que en el año 2022).

Tabla 1. Usuarios TIC por sexo y grupo de edad. Año 2023

Usuarios TIC por sexo y grupos de edad. Año 2023

Porcentaje de población de 16 a 74 años

	Personas que han utilizado Internet en los últimos 3 meses	Usuarios diarios de Internet (al menos 5 días a la semana)	Personas que han comprado por Internet en los tres últimos meses
TOTAL	95,4	90,0	55,9
Por sexo			
Hombres	95,3	89,9	55,4
Mujeres	95,6	90,1	56,3
Por edad			
De 16 a 24 años	99,8	99,8	63,4
De 25 a 34 años	99,6	98,9	72,8
De 35 a 44 años	99,0	97,0	69,0
De 45 a 54 años	97,7	93,7	59,8
De 55 a 64 años	94,3	83,2	42,6
De 65 a 74 años	80,1	65,1	24,8

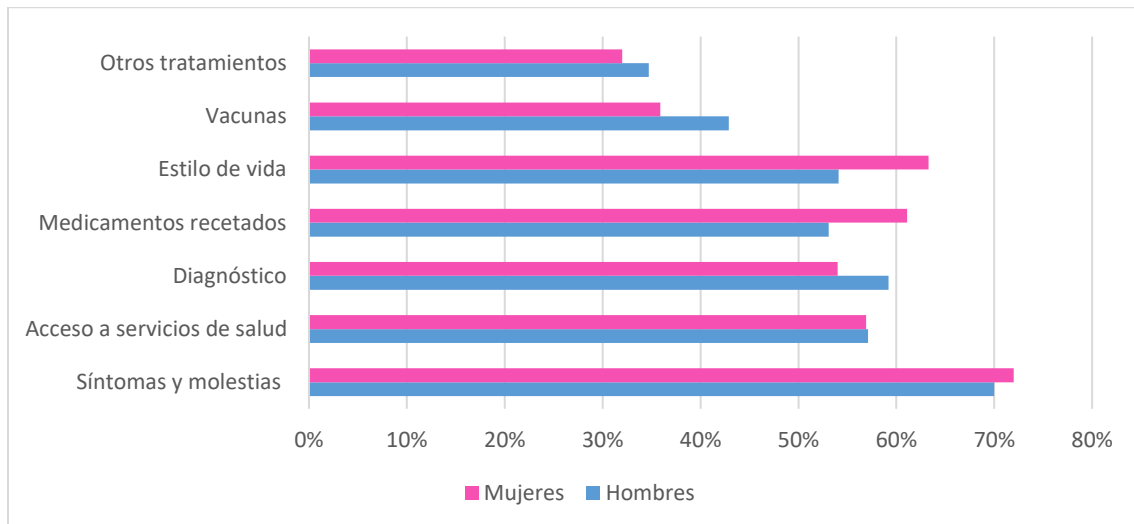
Fuente: Encuesta sobre "Equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares".

Instituto Nacional de Estadística (INE). https://www.ine.es/prensa/tich_2023.pdf

Otro dato interesante que se puede extraer de esta encuesta es el tipo de actividad más realizada en los últimos tres meses mediante el uso de tecnologías de la información. En el primer puesto se encuentran los servicios de mensajería instantánea con un 92,5% de la población y con un porcentaje algo menor (87%) se sitúan las actividades relacionadas con la información (INE: Instituto Nacional de Estadística, 2023).

En julio del 2022, la semFYC (Sociedad Española de medicina de familia y comunitaria) realizó un sondeo entre la población para conocer la incidencia de las tecnologías de la información en el autocuidado. Mediante un cuestionario realizado a cerca de un millar de personas de diversas edades se pretendía conocer la frecuencia y la manera con que los ciudadanos usan las redes sociales, las páginas web y las App (aplicaciones móviles) relacionadas con la salud. Los principales resultados indican que un 54% de la población consulta información sobre su salud en internet, un 57% usa habitualmente un dispositivo digital relacionado con la salud y un 44% usa una App dedicada a la salud.

Gráfico 1. Temas relacionados con la salud más consultados en internet



Fuente: Elaboración propia. Datos extraídos: Encuesta realizada por la semFYC con motivo de la VI Semana del Autocuidado a través del Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud (PAPPS).

<https://www.semfyec.es/prensa/nota-de-prensa-semana-autocuidado/>

Como se puede ver en la gráfica, hay porcentajes elevados, esto es debido a que en el cuestionario se ofertaba la opción de multirrespuesta, lo que se traduce en que las personas encuestadas se interesan por más de un tema cuando realizan consultas relacionadas con la salud de forma online. La materia más consultada en internet, tanto por las mujeres como por los hombres, son los síntomas y molestias (con un 72% y un 70% respectivamente), mientras que las menos son otros tratamientos y vacunas. (semFYC: Sociedad española de medicina de familia y comunitaria. 2022).

1.2. MARCO TEÓRICO

La enfermería ejerce un papel esencial dentro del Sistema Nacional de Salud, colaborando de forma fundamental en el bienestar de los usuarios. Su función no solamente gira entorno al cuidado directo de los pacientes, también se encarga de gestionar los recursos disponibles, investigar sobre cómo mejorar la calidad de los cuidados y desarrollar actividades de educación para la persona y para la comunidad fomentando así la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad.

Hay varios modelos y teorías de enfermería que apoyan la necesidad de la promoción de la salud y el autocuidado buscando que todas las personas desarrollen las capacidades necesarias para mantener estilos de vida saludables y prevenir enfermedades. En el artículo de revisión “Modelos de enfermería relacionados con el cuidado preventivo orientado a la comunidad y la familia”, elaborado por Thomas Caridad Dandicourt en 2018 se pueden ver

las características más destacables de los modelos y teorías de enfermería relacionados con la promoción de la salud.

De este modo, Thomas (Caridad, 2018) establece que Dorotea Orem en su “Teoría del autocuidado” definió su perspectiva sobre la enfermería en función del autocuidado, destacando que el rol del profesional de enfermería consiste en motivar a las personas para que alcancen su autocuidado. También expone las razones y métodos mediante los cuales las personas atienden a su bienestar, así como las interconexiones necesarias para facilitar la prestación de cuidados por parte de la enfermería. La práctica del autocuidado se percibe como un conjunto de conductas adquiridas, emergentes del proceso de socialización que surge de las interacciones entre individuos. Este comportamiento se ve moldeado por valores, cultura, entorno y la etapa específica de la vida en la que se lleva a cabo el proceso de aprendizaje. El cuidar adopta un enfoque integral al considerar a la persona en su totalidad, valorándola como un individuo único. Este enfoque abarca aspectos tanto fisiológicos como psicológicos y sociales, reconociendo a la persona y a su familia como una unidad inseparable. Se destaca la capacidad de la persona para cambiar, enfrentar desafíos e interactuar con los demás y su entorno. En consecuencia, la necesidad de cuidados enfermeros disminuirá a medida que la capacidad de autocuidado este más desarrollada y se mantenga en un nivel que permita satisfacer las necesidades sin requerir asistencia externa.

Igualmente, este autor (Caridad, 2018), detalla la “Teoría de las relaciones interpersonales”, de Hildegard Peplau publicada en 1952, que indica que en enfermería es clave tener la capacidad de comprender nuestra conducta personal para asistir a otros a reconocer las dificultades. Peplau, resalta la relevancia de la relación interpersonal como fundamento de los cuidados y considera que la interacción de roles es el elemento clave en el proceso de curación. Aunque este modelo se enfocó principalmente en el ámbito clínico, es factible emplearlo en enfoques preventivos. Esto se debe a la importancia de los elementos relacionales en la comunicación, los cuales son fundamentales para impulsar el autocuidado, favorecer cambios en la percepción, hábitos y estilos de todos los participantes en el cuidado, y capacitar a la persona para tomar decisiones respecto a su salud.

Otro modelo que respalda la promoción de la salud es el de Nola Pender, “Modelo de promoción de la salud”. En su libro “Un modelo conceptual de conducta para la salud preventiva” hace referencia a la forma en cómo las personas toman decisiones acerca de su bienestar en el ámbito de la enfermería. El modelo busca representar a las personas en su interacción con el entorno y su dedicación a fomentar comportamientos que promuevan salud (Caridad, 2018).

Como sabemos la enfermería es una profesión dinámica con la necesidad y obligación de actualizar los conocimientos y para ello requiere avanzar al mismo ritmo que lo hace la sociedad. Por eso las enfermeras precisan adaptarse a la oportunidad que ofrecen las redes sociales para comunicar su sabiduría y experiencia y poder llegar a un mayor número de personas. Esta nueva manera de transmitir información no deja de ser una estrategia más para mejorar la salud de la persona, la familia y la comunidad, piezas principales de este puzle.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. Objetivo general

Conocer el uso de las redes sociales por parte de los profesionales de enfermería para mejorar sus conocimientos y habilidades

1.3.2. Objetivos específicos

- Evaluar cómo la divulgación en redes sociales contribuye a mejorar la práctica clínica del personal de enfermería
- Analizar la calidad de la información compartida en redes sociales por los profesionales de enfermería
- Determinar las plataformas más utilizadas por profesionales de enfermería para la divulgación
- Identificar enfermeras y enfermeros que utilicen las redes sociales como canales de docencia y divulgación

1.4. JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, el avance tecnológico posibilita tener una gran cantidad de información al alcance de cualquiera, con un simple ordenador o más fácil todavía, desde el móvil. Las redes sociales están en pleno auge y adquieren un papel clave en la comunicación y divulgación de información en diferentes campos, incluyendo el ámbito de la enfermería.

La presencia de profesionales de enfermería en estas plataformas digitales permite que tanto población en general como otros enfermeros y estudiantes se beneficien de esta difusión de conocimientos sobre salud y cuidados. La divulgación enfermera en RRSS se presenta como un tema relevante dado su crecimiento exponencial y continua demanda.

Durante mi formación universitaria realicé rotaciones de prácticas por diferentes unidades del hospital y pude comprobar como los profesionales utilizaban las RRSS para acceder a perfiles de enfermeros divulgadores con el fin de consumir contenido relacionado con la enfermería.

El propósito de este trabajo de fin de grado es analizar la imagen de la enfermería en el contexto de la divulgación en redes sociales y conocer el uso de estas plataformas por parte de los profesionales de enfermería. Los resultados de la presente investigación podrían proporcionar información interesante para el desarrollo de estrategias de divulgación en el entorno digital. Así mismo, se pretende promover una reflexión sobre el papel de las RRSS en la imagen de la enfermería como una profesión en constante evolución, acompañando al progreso de la sociedad.

2. METODOLOGÍA

2.1. DISEÑO DEL ESTUDIO

El presente TFG se ha diseñado como un estudio descriptivo de carácter mixto, combinando una revisión bibliográfica con la recolección de datos primarios a través de cuestionarios dirigidos a dos grupos: enfermeros en general y enfermeros divulgadores. Esta metodología permite obtener una visión más amplia sobre la imagen de la enfermería y la divulgación enfermera en redes sociales. El trabajo se ha llevado a cabo en el periodo de diciembre de 2023 a junio de 2024, se puede ver de forma más detallada en el cronograma que figura en el anexo 6.1.

2.2. POBLACIÓN DIANA

Para el desarrollo de esta investigación, la población a estudio estuvo constituida por dos grupos claramente definidos de profesionales de la enfermería: enfermeros en general y enfermeros divulgadores.

- ✓ Grupo 1: Enfermeros en general

Definición: Profesionales de enfermería que ejercen su labor en distintos ámbitos asistenciales (hospitales o centros de salud) y que no tienen una presencia como divulgadores en redes sociales.

Criterios de inclusión: Enfermeros en activo con funciones asistenciales y que hagan uso de las redes sociales.

Criterios de exclusión: Enfermeros que estén en formación o en período de prácticas.

Tamaño de la muestra: La muestra final se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico en cadena. En primer lugar, se localizaron individuos que cumplieran los criterios de inclusión y a partir de los mismos se accedió al resto de participantes, obteniendo una muestra final de 87 enfermeros.

✓ Grupo 2: Enfermeros *influencers*

Definición: Profesionales de enfermería que se dedican a la divulgación de información sanitaria mediante las redes sociales, en donde tienen una presencia significativa.

Criterios de inclusión: Enfermeros con un mínimo de 15.000 seguidores en *Instagram* (se eligió esta RRSS por ser la más utilizada por los enfermeros generales según las respuestas obtenidas) y que publiquen contenidos relacionados con la enfermería de manera regular.

Criterios de exclusión: Enfermeros que utilizan redes sociales para fines personales o comerciales.

Tamaño de la muestra: Se seleccionó una muestra inicial de 30 enfermeros *influencers* mediante un muestreo no probabilístico consecutivo. De la muestra inicial, tan solo 7 enfermeros contestaron los cuestionarios enviados.

2.3. HERRAMIENTAS UTILIZADAS

Se diseñaron y aplicaron dos cuestionarios específicos (ver anexos 6.2 y 6.6), uno para cada grupo de estudio, con preguntas cerradas y abiertas para la recogida de datos primarios. El diseño de los cuestionarios es común para los dos grupos y cuenta con 3 secciones principales:

- Datos sociodemográficos: Edad, género, vinculación laboral, años de experiencia y área de trabajo.
- Uso de redes sociales: Frecuencia de uso, plataformas utilizadas, tipo de contenido e información más demandada.
- Percepción y juicio: Opiniones sobre la importancia de la divulgación enfermera, repercusión en la práctica profesional, impacto en la imagen de la enfermería, objetivo de la divulgación, veracidad de la información..., etc.

Para la distribución de los cuestionarios se optó por el formato digital a través de correos electrónicos y mensajes directos en redes sociales (*Instagram* y *WhatsApp*).

La recogida de datos se realizó de la misma manera que la distribución, de manera online mediante una plataforma de encuestas electrónicas, garantizando el anonimato y la confidencialidad de los participantes.

Para el análisis de los datos cuantitativos se utilizaron herramientas de procesamiento de datos, concretamente Microsoft Excel. La metodología seleccionada para el estudio de estos datos se basó en la creación de tablas y gráficos que permitieron una visualización clara y más comprensible de la información. Finalmente, los resultados obtenidos fueron interpretados en el contexto de este estudio y se destacaron los datos más relevantes haciendo hincapié en aquellos que se relacionaban directamente con los objetivos de este TFG.

Para el análisis cualitativo, las respuestas de las preguntas abiertas fueron transcritas en los anexos de este trabajo y posteriormente analizadas, identificando temas e ideas recurrentes y resumiéndolos en tablas que ayudan a comprender las opiniones y percepciones de los enfermeros, tanto generales como *influencers*, sobre la divulgación en RRSS.

2.4. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Se llevó a cabo una revisión bibliográfica exhaustiva para conocer que había escrito sobre el tema y contextualizar el estudio. Esta búsqueda se realizó en el periodo comprendido desde diciembre de 2023 hasta mediados de abril de 2024, en la que se recopilaron finalmente 16 artículos y 1 documento multimedia (entrevista en formato vídeo).

En primer lugar, se identificaron y seleccionaron términos clave relacionados con la materia a estudiar. Entre las palabras clave utilizadas se incluyen: "divulgación enfermera", "enfermería y redes sociales", "enfermería digital", "comunicación en salud", y "enfermería y medios digitales". Como mediadores entre estas palabras se utilizaron los operadores booleanos: "AND" y "OR".

A continuación, se seleccionaron las bases de datos académicas y científicas entre las más destacadas y accesibles para la búsqueda de información. Las bases de datos consultadas fueron: PubMed, Scielo, Elsevier, Dialnet, y como apoyo a estas, también se utilizó el buscador genérico Google Académico.

Acto seguido se establecieron los criterios específicos para la inclusión y exclusión de artículos:



- Inclusión: publicacións desde o ano 2016 ata a actualidade, idioma: inglés e español, texto completo e acceso libre.
- Exclusión: Publicacións en idiomas distintos ao inglés ou español, estudos anteriores a 2016, e artigos que ao ler o título ou o resumo non fosen de utilidade para este traballo.

Para a selección da literatura que cumpría con os criterios establecidos, se revisaron os títulos e resúmenes dos artigos obtidos nas búsquedas para determinar a súa relevancia. Aquellos artigos que no seu resumo plasmaban información de interese foron seleccionados para unha revisión máis detallada do texto completo.

Os documentos seleccionados se analizaron, se recopilaron os datos máis significativos sobre a participación de enfermeiras en redes sociais, os beneficios da divulgación en plataformas dixitais e o impacto na percepción pública da profesión e na educación en saúde da comunidade.

Para finalizar, se redactou o apartado de revisión bibliográfica do presente TFG, estruturando a información obtida de maneira clara e concisa.

Este traballo se basou no estilo de citación da American Psychological Association (APA), que establece estándares para a presentación de citas e referencias bibliográficas.

2.5. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

O presente estudo pode presentar algunhas limitacións como as que se detallan a continuación:

- Se presentaron dificultades para acceder a algúns enfermeiros *influencers* debido a súa alta demanda e ocupación.
- Relacionado co punto anterior, a mostra final do grupo de enfermeiros *influencer* é pequena por lo que pode non ser completamente representativa.
- Ao só ter en conta unha plataforma dixital (*Instagram*) se poden haber perdido enfermeiros divulgadores que utilicen outras RRSS para realizar a súa divulgación (sesgo de muestreo).
- Mediante a comunicación dixital non sempre é posible confirmar a autenticidade dos perfiles en redes sociais, o que podería levar á inclusión de información non verídica no estudo.

3. ANALISIS Y RESULTADOS

Como ya se ha explicado en el apartado anterior de metodología, este trabajo se ha elaborado con distintas fuentes de información, así como diferentes herramientas, por ello se ha decidido estructurar los resultados en dos apartados: revisión bibliográfica y trabajo de campo.

3.1. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

En este apartado se ha analizado información recogida de distintas publicaciones con la intención de conocer que hay escrito hasta el momento sobre el tema a tratar. Tras realizar la lectura de varios documentos sobre la relación entre la enfermería y la redes sociales han destacado por las características de su contenido los artículos que se exponen a continuación.

El Departamento de Enfermería de la Facultad de Medicina de la Universidad Alfonso X El Sabio (Madrid) en su artículo “Comunicación en salud y redes sociales: necesitamos más enfermeras” hace referencia a que vivimos en una sociedad altamente interconectada donde las formas de comunicación entre las personas han experimentado un cambio significativo, principalmente debido al amplio uso de Internet, más concretamente de las redes sociales. Esta afirmación la justifica con datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística (INE) que muestran la relación entre el número de habitantes de nuestro país y el número de personas que usan Internet para buscar datos de salud y uso de redes sociales.

Considerando lo mencionado anteriormente, es fundamental que los profesionales de salud se adapten a la nueva situación, convirtiéndose en un pilar clave en la comunicación en materia de salud para la población, yendo más allá de la típica atención en consulta. En esta búsqueda por la información sanitaria se pueden encontrar dos opciones, fuentes que comparten información fidedigna y contrastada con estudios de evidencia científica y, por otro lado, cuentas en redes sociales que hagan el efecto contrario y provoquen una desinformación a la población debido a la falta de controles de los contenidos.

Para concluir, el Departamento de Enfermería, destaca como rol principal de los profesionales sanitarios el de “garantes de los cuidados a la población” y debido a que las RRSS pueden ser uno de los principales escenarios donde ejercer la educación para la salud es esencial que la enfermería esté presente en dichas plataformas para ofrecer información veraz a las personas que accedan a ellas en busca de información relacionada con la salud. Para poder llevar a cabo esta faceta los sanitarios deben de formarse en materia de comunicación y poder transmitir de forma eficiente los contenidos necesarios para realizar funciones de alfabetización en salud (Herrera-Peco, 2021).

El estudio publicado en 2021 sobre "El impacto de las redes sociales en el trabajo de profesionales de la información en el ámbito de la salud" se fundamenta en el desarrollo de una metodología cuantitativa a través de un cuestionario dirigido a especialistas en información sanitaria. Estos profesionales, encargados de gestionar la información proporcionada por los Colegios Oficiales de Médicos (COM), evalúan la importancia de la comunicación en plataformas digitales como *Twitter* y *Facebook*, consideradas las más relevantes para sus objetivos centrados en la promoción de la salud. En resumen, se subraya el potencial de las redes sociales como herramientas de comunicación valiosas para las instituciones sanitarias, tanto para informar como para establecer conexiones con diversos públicos y para atender las necesidades de los usuarios con el fin de mejorar el diálogo en estas plataformas (Rando-Cueto, De-las-Heras-Pedrosa, & Paniagua-Rojano, 2021).

En la revista *Index de Enfermería* se publica en junio de 2021 "Enfermería y las redes sociales: uso responsable" donde se establece que, dentro del ámbito de la enfermería, las redes sociales se han convertido en un valioso recurso de conexión e interacción activa. Su facilidad de uso y acceso las convierte en una herramienta fundamental para compartir conocimientos, tanto teóricos como prácticos, entre profesionales. Además, representan una vía complementaria de comunicación, facilitando el intercambio de información de manera ágil, eficiente e inmediata. Asimismo, el uso de redes sociales contribuye a aumentar la visibilidad de los profesionales de enfermería ante otros compañeros y la comunidad en general.

A pesar de que las RRSS son una herramienta útil en el ámbito de la enfermería, también representan un medio donde la privacidad de los pacientes puede ser vulnerada. Esto puede ocurrir a través de la publicación de fotos, videos o datos de su vida privada. Es fundamental que los códigos de ética y deontología en enfermería sean claros en cuanto al derecho a preservar la privacidad de los pacientes en las redes sociales, especialmente en un momento en el que estas plataformas ocupan un lugar significativo en la práctica profesional. Deben enfatizar la necesidad de obtener el consentimiento explícito del paciente antes de compartir cualquier información que pueda identificarlo en medios públicos, como pueden ser las redes sociales. De esta manera, se garantiza el respeto a la privacidad y la dignidad de quienes reciben atención sanitaria (Angulo-Ramos, Merino-Soto, Ramon-Rojas, & Pastor Ramírez, 2021).

Mediante un análisis exhaustivo llevado a cabo por Elena Regaira y Mónica Vázquez utilizando un estudio descriptivo, se investigó el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación por parte de enfermeras, así como los factores que lo determinan y sus preferencias de contenido para difundir a través de estas herramientas. Este estudio de 2019

concluyó que el teléfono móvil y *WhatsApp* eran los recursos más utilizados, mientras que *Twitter* e *Instagram* tenían poco uso. La edad demostró influir en el uso de TIC, especialmente en conocimientos de informática y uso de redes sociales. Se destacó la necesidad de abordar la "brecha digital" y adaptarse a los rápidos avances tecnológicos. En cuanto a las preferencias de contenido, los profesionales buscaron acceso a información relevante para su trabajo y la promoción de la profesión de enfermería y la satisfacción del paciente (Regaira Martínez & Vázquez Calatayud, 2020).

Según Michel Serri, las redes sociales en el ámbito de la salud han evolucionado más lentamente que en otros sectores debido a posibles conflictos entre los valores de privacidad y confidencialidad en la atención sanitaria. Sin embargo, tienen un gran potencial en Salud Pública, permitiendo la detección de patrones y comportamientos relacionados con la información sobre salud. Estudios han demostrado beneficios como el aumento de la interacción, información personalizada y apoyo emocional, pero también existen limitaciones como la falta de privacidad y veracidad de la información. Es crucial que los sistemas sanitarios y profesionales de la salud se adapten a estas herramientas digitales, lo que incluye la necesidad de normativas específicas, integración de tecnologías en la formación profesional y capacitación continua (Serri, 2018).

En el contexto de las redes sociales, más concretamente *Instagram*, investigadores como Kerr, Booth y Jackson, han señalado en su estudio "Exploring the Characteristics and Behaviors of Nurses Who Have Attained Microcelebrity Status on *Instagram*: Content Analysis" que las plataformas digitales presentan grandes oportunidades educativas. Los enfermeros divulgadores comparten ideas sobre habilidades útiles para la práctica clínica e invitan a los seguidores a participar interactuando en los comentarios de las publicaciones. Sin embargo, esta actividad plantea desafíos éticos y profesionales, como la confidencialidad del paciente y la representación adecuada del entorno laboral. Por ello, debaten la necesidad de más investigación para comprender cómo las políticas y la práctica pueden integrarse de manera segura y efectiva en el uso de redes sociales por parte de las enfermeras (Kerr, Booth, & Jackson, 2020).

Palabras de Luis Arantón, en su artículo "Lo que no se comparte, se pierde. Profesionales 2.0 y difusión de recursos para enfermería", sostiene que en un mundo digital donde el conocimiento es clave, profesionales como Teresa Pérez, David Fernández, Pau Matalap, Fernando Campaña y Pedro Soriano están marcando la diferencia al compartir información valiosa en la web y redes sociales, contribuyendo al crecimiento y actualización del colectivo profesional. Junto con otros destacados colegas, estas figuras se han convertido en recursos

imprescindibles para cualquier enfermera. Su compromiso con la publicación de contenido con información relevante y de calidad son aspectos que nunca decepcionan (Arantón, 2016).

Por otro lado, se ha buscado contenido audiovisual relacionado con el tema que nos atañe, la enfermería como divulgadora en redes sociales, entre el cual destaca la entrevista "La exposición en redes sociales es un arma de doble filo" realizada por Canal Enfermero a Esther Gómez (@mienfermerafavorita). Se puede ver como la presentan como una enfermera que hace una labor didáctica y de promoción de la salud a través de las redes sociales, sobre todo *Instagram*, además de divulgadora es profesora de Enfermería en la Universidad Autónoma de Madrid y Experta en Urgencias y Emergencias. El motivo principal de la entrevista es la publicación de su libro "De la cabeza a los pies" del cual dice que su objetivo es acercar los cuidados básicos a la población para que puedan empoderarse en salud.

Gómez sostiene que a la hora de escribir el libro no le resulta fácil distinguir la información con mayor evidencia científica y la más actual posible, por lo que a un paciente aún le va a costar más poder acceder a información verídica y de calidad sobre salud. Ahí entra el trabajo de los profesionales sanitarios que se dedican a la divulgación en plataformas digitales.

En relación con la promoción de la salud, @mienfermerafavorita, tiene claro que la herramienta más rentable, más barata y que mayor impacto tiene a largo plazo es la educación para la salud mediante proyectos de salud con los que poder empoderar a la población. Para ella el acceso al tratamiento es algo secundario, ya que trabaja para que la comunidad no lo necesite y eso solo se consigue fomentando los hábitos saludables y los cuidados necesarios para cada momento lo largo de la vida de la persona.

También destaca que ocho de cada diez personas acuden a internet antes que, a un profesional sanitario, por lo que recalca que las enfermeras tienen la responsabilidad de estar presentes en las redes sociales. Su objetivo principal como divulgadora es llegar a la población. Pone como ejemplo a la gente joven, ya que en el centro de atención primaria desde que acaban la vacunación hasta que empiezan a aparecer algunos problemas de salud (entorno a los 30-40 años) no acuden, por lo que Esther intenta ir a donde está este tipo de población para poder mostrarles esas recomendaciones sobre salud. Los usuarios de RRSS demandan información instantánea, que llame la atención y que sea muy visual. Para ello tiene que sintetizar muy bien información para obtener un contenido de calidad a la altura de la exigencia de sus seguidores. Una de las plataformas que más utiliza es *Instagram* en la que combina diferentes formatos audiovisuales, como las *stories* que duran apenas unos quince segundos, los *reels* que pueden llegar a un minuto y medio y por último los *directos*

que son vídeos de larga duración (suelen ser de más de una hora) en los que sus seguidores pueden intercambiar mensajes con ella.

Tanto en RRSS como en su libro, se apoya mucho en la parte gráfica, incorpora muchas ilustraciones y tablas. Como novedad, en su manual incluye una parte donde se facilitan códigos QR que el lector puede escanear y le llevará a un vídeo explicativo. Este nuevo formato de “vídeo-libro” permite al escritor modificar los contenidos audiovisuales según las actualizaciones pertinentes de protocolos sin que el libro se quede obsoleto.

Como ocurre con otros medios de comunicación, las redes sociales tienen una parte negativa debido al uso que le dan algunas enfermeras en sus perfiles. Ya se han podido ver bailes o vídeos inadecuados por parte de personas que se identifican como enfermeras/os de una institución. Esther Gómez se muestra tajante frente a este tema y reivindica que un profesional sanitario que se identifica como tal no puede olvidarse de que representa a un colectivo y sus acciones pueden repercutir en la imagen de la profesión.

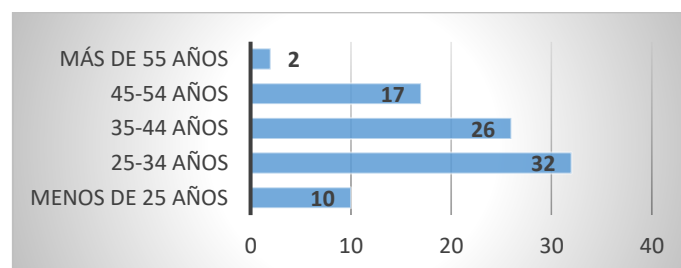
En relación con lo anteriormente comentado, la invitada de la entrevista "La exposición en redes sociales es un arma de doble filo" manifiesta que hay un gran desconocimiento de lo que se puede hacer y lo que no en redes sociales, dejando entre ver la necesidad de una regularización por parte de las Administraciones (Canal Enfermero, 2023).

3.2. TRABAJO DE CAMPO

3.2.1. Estudio sobre el uso de RRSS por parte de los enfermeros

Como ya se indicó en el apartado de metodología, se quiso completar la información sobre la divulgación enfermera en redes sociales con la realización de unos formularios a enfermeras y enfermeros para saber el uso que hacen de las plataformas digitales y cómo han podido influir en su desarrollo profesional. La participación final fue de 87 profesionales, a continuación, se exponen los resultados:

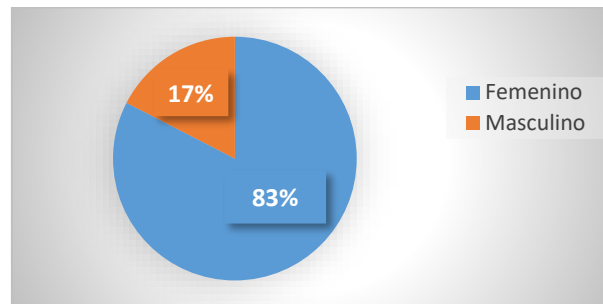
Gráfico 2. Edad de los profesionales de enfermería encuestados



Fuente: elaboración propia

El 11,5 % de los participantes son menores de 25 años, el 29,9 % se sitúan entre 35 y 44 años, 19,5 % de ellos tienen edades comprendidas entre 45 y 54 años, tan solo el 2,3 % son mayores de 55 años y por último el rango de edad con más representación es la comprendida entre 25 y 34 años con un porcentaje del 36,8.

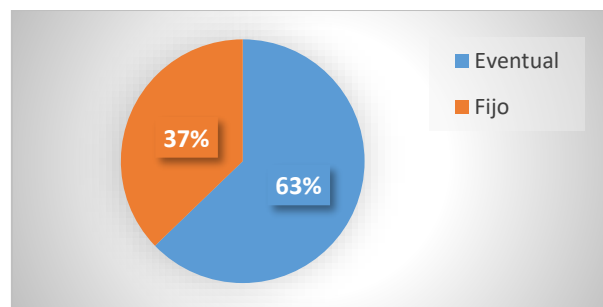
Gráfico 3. Género de los profesionales de enfermería encuestados



Fuente: elaboración propia

Del total de profesionales encuestados, 72 fueron mujeres mientras que hombres tan solo 15. Analizando el porcentaje de mujeres de la muestra a estudio (83%) y el porcentaje de mujeres enfermeras colegiadas en el año 2023 en nuestro país según el INE (84,2%) se puede ver la poca variación entre un dato y el otro, lo que puede orientar a que se trata de una muestra representativa de los enfermeros a estudio (Instituto Nacional de Estadística, 2024).

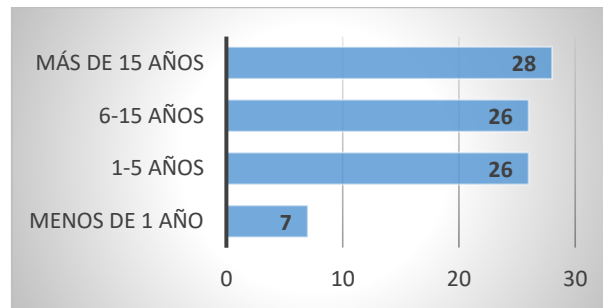
Gráfico 4. Tipo de vinculación laboral de los profesionales de enfermería encuestados



Fuente: elaboración propia

Más de la mitad, 55 personas, son personal eventual frente a 32 enfermeros y enfermeras que tienen condición de personal estatutario fijo.

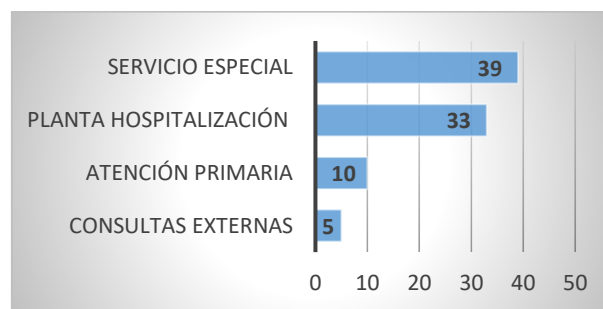
Gráfico 5. Experiencia laboral de los profesionales de enfermería encuestados



Fuente: elaboración propia

Desde una perspectiva profesional 7 personas tienen una experiencia menor de 1 año, entre 1 y 5 años un total de 26 personas, entre 6 y 11 años 26 participantes, y, finalmente, 28 personas más de 15 años.

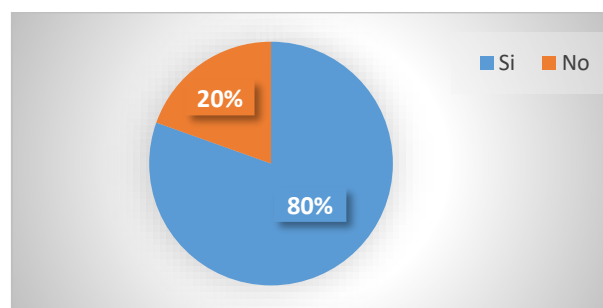
Gráfico 6. Área de trabajo de los profesionales de enfermería encuestados



Fuente: elaboración propia

En relación con el área de trabajo donde prestan servicios; 39 de los encuestados pertenecen a unidades especiales (como quirófano, UCI, hemodiálisis, endoscopias...), 33 a plantas de hospitalización, 10 de ellos trabajan en atención primaria y 5 lo hacen en consultas externas.

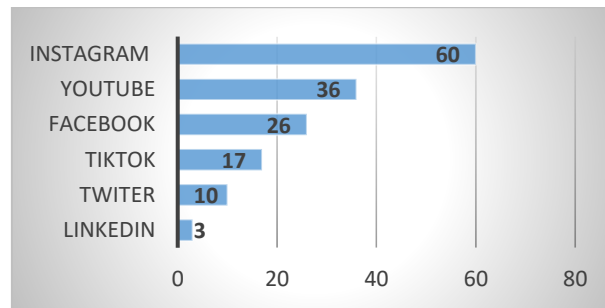
Gráfico 7. Uso de RRSS para visualizar contenido relacionado con la enfermería



Fuente: elaboración propia

A la pregunta: “¿Usas las redes sociales (*Facebook, YouTube, Instagram...*) para visualizar contenido relacionado con la enfermería?” El 80% de los participantes contestaron que sí las utilizaban para tal fin, mientras que el 20% indicó que no.

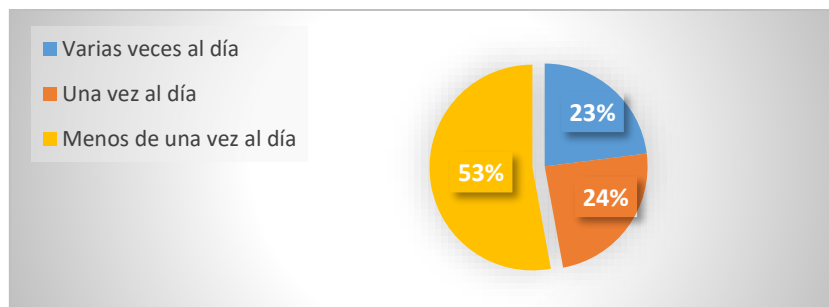
Gráfico 8. RRSS más utilizadas



Fuente: elaboración propia

A la hora de marcar cuales eran las redes sociales más usadas, los encuestados tenían opción de respuesta múltiple, siendo la RRSS más votada *Instagram* seguida de *YouTube* y *Facebook*.

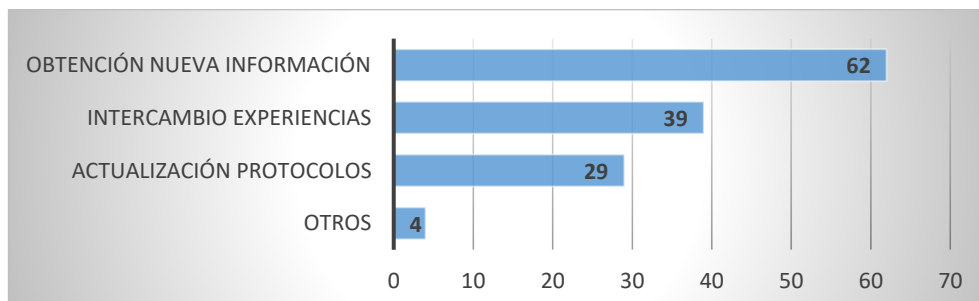
Gráfico 9. Frecuencia de uso RRSS



Fuente: elaboración propia

En relación con la frecuencia con la que recurren a las RRSS para informarse o actualizar conocimientos sobre la enfermería más de la mitad de los participantes señalan que menos de una vez al día, sin embargo, un 24% afirma acceder una vez durante la jornada y hasta un 23% lo hace varias veces.

Gráfico 10. Finalidad de las RRSS en la práctica profesional

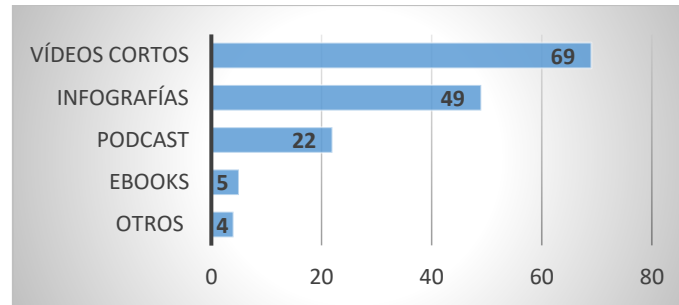


Fuente: elaboración propia

Con la intención de conocer la finalidad de usar las plataformas digitales por parte de los profesionales de enfermería encuestados se formula la pregunta: “¿Cómo utilizas las redes

sociales en tu práctica profesional?” Dándoles de nuevo opción de respuesta múltiple. El primer motivo es la obtención de nueva información, seguida de intercambio de experiencias y dejando en un segundo plano la actualización de protocolos.

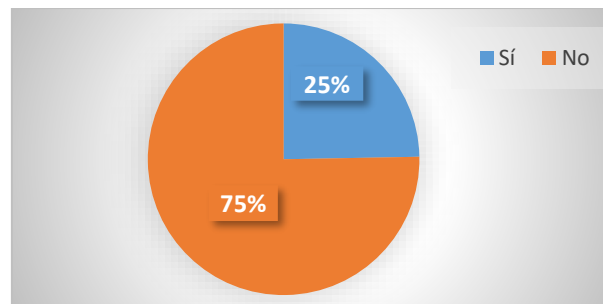
Gráfico 11. Tipo de contenido más demandado



Fuente: elaboración propia

Otro dato importante a conocer es el formato más demandado por los enfermeros para visualizar el contenido que buscan en las RRSS. Un alto porcentaje de ellos prefiere la información rápida y breve, ya que el tipo de comunicación que más les interesa son los vídeos cortos de apenas un minuto y medio (llamados *reels* en el argot digital) y las infografías, seguidos de los podcast (contenido grabado en formato audio).

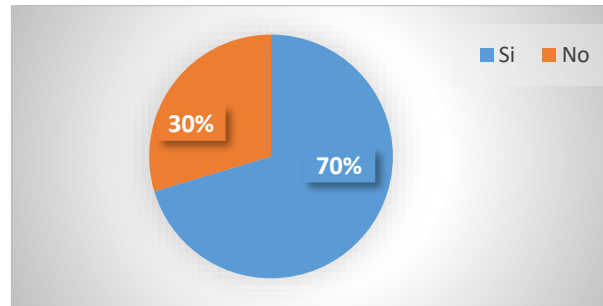
Gráfico 12. Compartir experiencias/conocimientos con compañeros



Fuente: elaboración propia

Ante la cuestión: “¿Has participado en grupos o comunidades en redes sociales donde se comparten experiencias y conocimientos entre profesionales de la enfermería?”, tan solo una cuarta parte de los participantes han admitido compartir vivencias y sabiduría con otros *colegas* de profesión utilizando las RRSS.

Gráfico 13. Elección de cuentas en RRSS que divulgan bajo evidencia científica



Fuente: elaboración propia

Uno de los pilares elementales de la divulgación es elegir la fuente de información correcta y fundamentarse en artículos y estudios que estén basados en la evidencia científica, por ello a nuestros encuestados se les ha preguntado lo siguiente: “A la hora de seguir un perfil en RRSS, ¿tienes en cuenta que su contenido sea justificado mediante evidencia científica?”. En las respuestas se puede ver cómo un 70% de ellos sí que considera importante que su contenido esté respaldado por evidencia científica.

Tabla 2. Como influyen las RRSS en el desarrollo profesional

Facilita el acceso a la información	Mayor rapidez al buscar información
Aumentar conocimientos	Mejorar técnicas tras ver vídeos prácticos
Compartir problema comunes	Valorar y conocer otras áreas de la enfermería
Refrescar conceptos olvidados	Actualización constante de información
Intercambio de experiencias	Estar al día en avances en investigación
Mejorar ciertos hábitos que se han hecho siempre mal	

Fuente: elaboración propia

Entre los encuestados, 12 de ellos han declarado que las redes sociales no han influido en su desarrollo profesional como enfermeros o de hacerlo ha sido muy poco. El resto consideran que sí y han dado a conocer de qué manera contribuyen las plataformas digitales a su carrera profesional. En la tabla 2 se sintetizan las respuestas más representativas de la muestra, en el anexo 6.3. se transcriben las ideas aportadas por cada uno de los participantes.



Tabla 3. Ventajas que proporciona la divulgación enfermera a la profesión

Mayor visibilidad de la profesión	Se da a conocer nuestra formación
Se puede ver nuestra autonomía	Ayuda a compartir experiencias
Puente de comunicación entre sanidad y población	
Ayuda a divulgar nuestra profesión con rigor científico	
Facilita la comunicación con las nuevas generaciones	
Muestra la enfermería fuera del momento problema-enfermedad	
Aleja a la sociedad de mitos asociados a la profesión enfermera	
Muestra el nivel de especialización que está adquiriendo nuestra profesión	
Proporciona información sanitaria a la sociedad de forma rápida y sencilla	
Muestra a la población nuestro trabajo y la importancia de los cuidados enfermeros	

Fuente: elaboración propia

Quando se les pregunta si creen que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermeros en redes sociales afecta de forma positiva a la imagen de la profesión la mayoría de los miembros (en torno a un 88%) manifiestan que sí y exponen una serie de ventajas que favorecen a la figura de la enfermería. Se pueden ver las más relevantes en la tabla 3 y en su totalidad en el anexo 6.4. de este trabajo. Por otra parte, existe una minoría que defiende que no siempre es así y que en algunos casos las RRSS pueden hacer el efecto contrario y desprestigiar a la profesión debido a que puede haber perfiles que muestran información desactualizada o sin basarse en ningún tipo de evidencia científica y acaben generando desinformación.

Tabla 4. Cuentas de divulgación creadas por enfermeros (*Instagram*)

@curaconevidencia	@enfermerodesimulacion
@enfermera_sarurada	@enfermerojorgeángel
@enfermerarubia	@mienfermerafavorita
@enfermeriaevidente	@piernasencompresion
@enfermero_de_urgencias	@urgenciasyemergencias

Fuente: elaboración propia

En la penúltima pregunta del formulario cada profesional podía escribir tres de los perfiles creados por enfermeros divulgadores más relevantes para ellos. En la tabla 4 se muestran las cuentas de *Instagram* más repetidas entre los participantes, en el anexo 6.5. se desglosan las respuestas de forma íntegra.

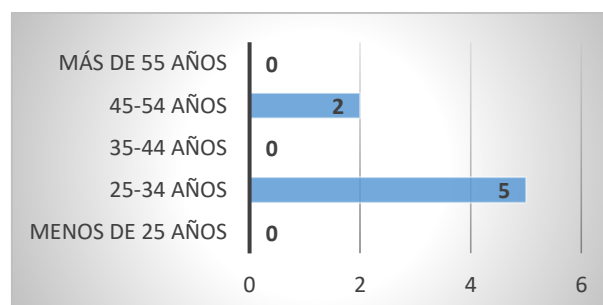
Como cierre al cuestionario se reserva un espacio para el que quiera expresar alguna sugerencia o comentario sobre el uso de redes sociales en el ámbito de la enfermería. Tres sanitarios han colaborado con las siguientes declaraciones:

- *“Creo que para hacer una buena cuenta en cuanto a contenido enfermero conlleva mucho trabajo detrás, igual que la investigación científica. Pero que ninguna de las dos cosas se valora realmente en la enfermería”* (mujer, 25-34 años)
- *“Las redes sociales son una herramienta más en nuestro trabajo, tanto de cara a divulgar como de cara ayudar a otros compañeros a realizar técnicas que no conocen o nunca han visto realizar”* (hombre, 25-34 años)
- *“Hacer perfiles y publicaciones hace que llegue a gente con esa falta de conocimiento”* (hombre, menos de 25 años)

3.2.2. Estudio sobre divulgación por parte de enfermeros en RRSS

Por último, se exponen los resultados obtenidos de los cuestionarios contestados por algunos de los enfermeros que realizan divulgación a través de sus perfiles de *Instagram*. Se enviaron 30 formularios a enfermeros que cuentan con un gran número de seguidores en dicha plataforma y la participación final fue de 7 profesionales. A continuación, se analizan la información obtenida:

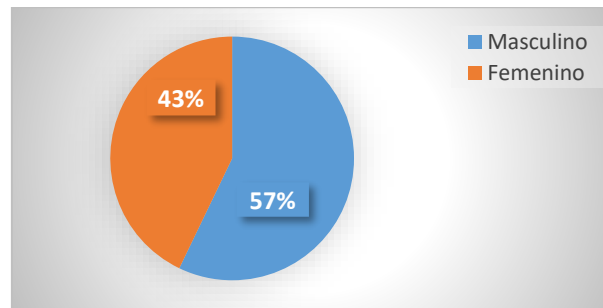
Gráfico 14. Edad de los enfermeros divulgadores en RRSS



Fuente: elaboración propia

Del total de participantes, el 71,4% se encuentra en el rango de edad de 25 a 34 años y el 28,6% restante tienen entre 45 y 54 años.

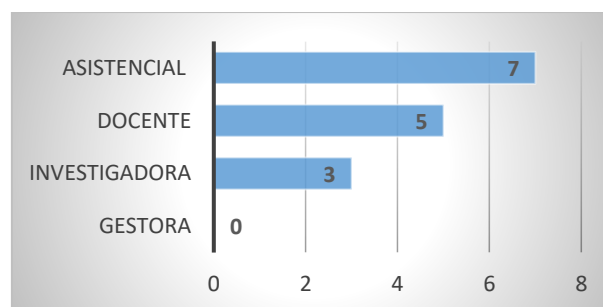
Gráfico 15. Género de los enfermeros divulgadores en RRSS



Fuente: elaboración propia

El 57% de los divulgadores son hombres, mientras que las mujeres son minoría en este caso con un 43%. Estos datos llaman la atención si se comparan con los obtenidos tras el análisis de la información de los formularios realizados por los enfermeros y enfermeras, el género femenino tiene una representación de un 83% aproximándose al porcentaje de mujeres enfermeras colegiadas en España en 2023 (84,2%).

Gráfico 16. Actividad laboral de los enfermeros divulgadores en RRSS



Fuente: elaboración propia

En relación con el área donde realizan su actividad laboral los enfermeros *influencer*, los encuestados tenían opción de respuesta múltiple, dejando ver que todos ejercen actividad asistencial y entre ellos, 2 se dedican también a la docencia, y 3 son los encargados de compaginar la parte asistencial con otras dos facetas como son investigación y docencia.

Otra cuestión importante para este estudio es saber cuánto tiempo hace que estos profesionales se dedican a la divulgación de información sanitaria en redes sociales. Las respuestas fueron de los más variados desde un año hasta 11 años de experiencia como enfermero comunicador en plataformas digitales.

Tabla 5. Motivos para comenzar a compartir información en RRSS

El desconocimiento de la población	Divulgar información entre compañeros
Dar visibilidad a la enfermería	Incompetencia personal
Ayudar a otras personas, tanto profesionales sanitarios como no profesionales	

Fuente: elaboración propia

Cada uno de los divulgadores tienen motivos distintos que les impulsaron a meterse de lleno en el mundo de las redes sociales y a compartir información sobre su profesión, se muestra un resumen de los mismos en la tabla 5 y detalladamente en el anexo 6.7. Entre ellos se pueden ver el desconocimiento (tanto a nivel poblacional como incluso personal de alguno de los enfermeros) y la misión de querer ayudar a compañeros o a la comunidad en general.

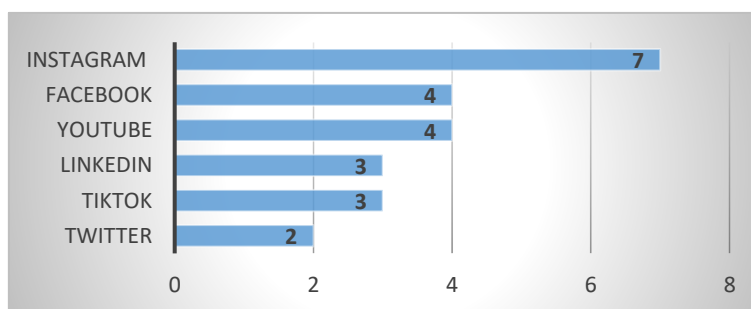
Tabla 6. Objetivo de la divulgación en RRSS

Aportar información sobre las heridas	Llegar a clientes potenciales
Obtener oportunidades docentes	Ayudar a las familias durante la crianza
Dar a conocer la enfermería de emergencias	
Compartir técnicas de críticos y acceso vascular	
Ayudar a la gente a entender mejor la enfermería	

Fuente: elaboración

En relación con los objetivos particulares de esta divulgación en RRSS (tabla 6) se aprecia como cada uno de los profesionales tiene un propósito determinado en función a su especialidad o área de trabajo, basándose siempre desde la última evidencia e innovación.

Gráfico 17. Plataformas de RRSS en las que se encuentran presentes



Fuente: elaboración

Todos los enfermeros *influencer* tienen perfil de divulgación en *Instagram*, si comparamos este dato con el obtenido cuando se le pregunta a los enfermeros por la RRSS más utilizada vemos que coincide, ya que *Instagram* la usan 60 de los 87 encuestados. Por lo que puede decirse que es la plataforma digital más usada tanto por los divulgadores como por los enfermeros que consultan RRSS para informarse sobre materia en su profesión.

La veracidad de la información, como ya se mencionó anteriormente, es un elemento clave a la hora de realizar comunicaciones de calidad, y más si se trata de temas de salud. Por ello, una de las cuestiones realizadas a los divulgadores fue la siguiente: “¿Cómo te aseguras de que la información que compartes sea precisa y fiable?”. Todos, sin ninguna excepción, declaran que revisan bibliografía constantemente para trabajar con datos actualizados y nuevas evidencias y que a la hora de realizar la búsqueda de información lo hacen a través de estudios científicos.

En relación con la cuestión anterior, se les preguntó sobre las *fake news* (noticias falsas) y como abordan el tema de la desinformación. La respuesta más repetida fue: “ofreciendo información basada en la evidencia”, uno de los participantes comentó incluso que hace búsquedas en webs que desmienten *fake news* (como malditobulo o newtral). La contestación más original fue la de un divulgador que intenta crear repercusión con la noticia contraria basándola en evidencia y así provocar el interés de sus seguidores.

Tabla 7. Perfiles en RRSS recomendados por divulgadores

@curaconevidencia	@perdidue
@enfermera_saturada	@piernasencompresion
@mienfermerafavorita	@urgenciasyemergencias
@paumatalap	@va_de_ferides

Fuente: elaboración

Al igual que se les preguntó a los enfermeros cuales eran las cuentas más relevantes para ellos en divulgación enfermera, los *influencer* tuvieron oportunidad de mencionar que perfiles consideran fiables en información sobre salud. En la tabla 7 se muestran las cuentas de *Instagram* que, tanto enfermeros como divulgadores, coinciden en que son las más distinguidas en el panorama de la divulgación enfermera en redes sociales.

Asimismo, mencionaron recursos electrónicos disponibles a través de Internet donde encontrar documentos fidedignos relacionados con la salud, como:



- Asociación Española de Pediatría (AEP), desde la página oficial de la AEP se puede acceder a publicaciones, protocolos y a una biblioteca virtual propia donde encontrar información actualizada y basada en la evidencia científica sobre la salud de los más pequeños (Asociación española de pediatría.).
- MedlinePlus, se trata de una enciclopedia ilustrada de salud en línea (Health Illustrated Encyclopedia) la cual contiene más de 4.000 artículos que tratan sobre enfermedades, pruebas médicas, síntomas, lesiones y procedimientos quirúrgicos. Es producida por la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos (MedlinePlus.).
- ConSalud, se presenta como un diario digital del sector salud con información sanitaria y noticias de última hora. Está presente en diversas plataformas digitales (*Twitter, Facebook, Instagram, YouTube, TikTok y Telegram*). Cuenta con secciones específicas, para distintos profesional de la salud, por autonomías, para pacientes, entre otras (ConSalud.es_Diario online líder en el sector sanitario.).
- Cuidaven, es una App sobre los cuidados de los dispositivos venosos (DV) dirigida a profesionales y pacientes con el objetivo de disminuir las complicaciones asociadas al uso de dichos dispositivos. En ella se puede encontrar gran cantidad de contenido, como recomendaciones de cuidados basados en la evidencia, y vídeos formativos sobre el manejo de diferentes DV. Este proyecto de divulgación ha sido liderado con un enfermero, Jesús Bujalance, de la Unidad de Calidad del Hospital Universitario Regional de Málaga (González, 2021).
- Healthy Children, es un sitio web sobre la crianza de los niños y respaldado por 67.000 pediatras dedicados a promover la salud física, mental y social, así como el bienestar de bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes. Proporciona información sobre numerosos programas y actividades de la American Academy of Pediatrics, además de publicaciones y otros recursos relacionados con la salud infantil. En su propia página web afirman que la información es fiable y que proviene de expertos, respaldada por un equipo científico de investigación que valida dichas recomendaciones (Healthy children.)
- Sociedad Española de Enfermería Intensiva y Unidades Coronarias (SEEIUC), el objetivo de esta asociación es aportar a sus miembros recursos educativos para mantenerse actualizados. Desde su web crean un espacio para grupos de trabajo, dan acceso a bases de datos, enlaces de interés y a su propia revista, Enfermería Intensiva (Sociedad española de enfermería intensiva y unidades coronarias.)

En cuanto al futuro de la divulgación de información en salud en redes sociales, los encuestados lo tienen claro: tendrán un papel clave, ya que la población del futuro se



informará más por RRSS que por ningún otro medio. Por otro lado, declaran la necesidad de dar paso a gente que esté formada y especializada en la materia y que la administración apueste por la validación de perfiles y blogs para garantizar información fiable y así evitar que las plataformas sean un arma de doble filo y muestren malas prácticas o *fake news*.

De la misma manera que se hizo con los enfermeros (en el formulario “Uso de RRSS”), a los *influencer* también se les ha preguntado si creen que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermeros en RRSS puede afectar de forma positiva a la imagen de la profesión. Sus respuestas se asemejan bastante a las de sus colegas de profesión, a nivel generalizado se considera que si la comunicación de información se hace siguiendo unos estándares de calidad y bajo la evidencia científica que se merece entonces sí que favorece a la imagen de la enfermería. Mientras que los perfiles y cuentas que se dedican a coreografías y aportar datos sensacionalistas, que lo único que buscan son *likes* en sus publicaciones, pueden dar una imagen frívola y equivocada del colectivo.

Para conocer alguna vivencia personal de los participantes relacionada con su colaboración en redes, se incluyó en el cuestionario la siguiente pregunta: ¿Puedes compartir una experiencia personal en la que hayas sentido que tu divulgación en redes sociales tuvo un impacto positivo? A continuación, se detallan algunos episodios enriquecedores que han vivido estos enfermeros *influencer*:

- Impacto en la salud pública. El contenido proporcionado ha tenido un impacto significativo en la detección de problemas de salud graves, como el caso de un usuario que pudo identificar un ictus gracias a la información compartida.
- Ayuda a personas “desesperadas”. Se ha facilitado el acceso a profesionales de la salud adecuados para tratar problemas médicos crónicos, como heridas de años de evolución.
- Contribución a la educación y formación. Se han recibido testimonios de que el contenido proporcionado ha sido útil para recordar conceptos importantes en la preparación de oposiciones, así como para adquirir conocimientos relevantes en el ámbito sanitario.
- Reconocimiento y gratitud. Se han experimentado numerosas muestras de agradecimiento y reconocimiento por parte de seguidores.
- Éxito y visibilidad. La labor divulgativa ha sido reconocida por diversos medios de comunicación, lo que ha contribuido a una mayor visibilidad y reconocimiento.
- Colaboraciones y proyectos destacados. Se han llevado a cabo colaboraciones significativas en la creación de iniciativas como FORUCI (formación de enfermería en



cuidados críticos) y CRITICAL CARE LEARNING (formación acreditada en críticos, acceso vascular y ecografía guiada), así como la publicación de libros, la participación en la elaboración de material audiovisual educativo y jornadas y congresos para hablar sobre divulgación.

Dar consejos a otros profesionales de la salud que estén considerando iniciarse en la comunicación de información en redes sociales es una excelente manera de contribuir al desarrollo de la divulgación enfermera y mejorar la imagen de la profesión. Por esto en la última cuestión del formulario se quiso guardar un espacio para que cada *influencer* pudiera plasmar consejos para nuevos informadores. Aquí se detallan algunas recomendaciones para los futuros enfermeros divulgadores, quienes tendrán la importante tarea de educar y transmitir al público temas sobre salud:

- Responsabilidad y representación. Evitar caer en la búsqueda del dinero fácil y ser conscientes de que representan a todo un colectivo profesional.
- Pasión y calidad por encima de cantidad. Divulgar sobre temas que les interesen realmente, sin obsesionarse con las cifras de seguidores. Es preferible tener pocos seguidores y ofrecer contenido de calidad, por ello es esencial seguir las últimas evidencias publicadas.
- Alcance e impacto. Considerar que la cantidad de personas que pueden leer o ver el contenido es mucho mayor que en una consulta o en planta, lo cual puede tener un impacto significativo en la salud pública.

En estos consejos destacan la importancia de ser auténtico, asumir responsabilidad, buscar formarse de manera continuada y mantener un compromiso con la calidad y la ética al divulgar en redes sociales.

4. CONCLUSIONES Y LÍNEAS DE TRABAJO FUTURO

4.1. Conclusiones

Los resultados de este estudio evidencian que el 80,5 % de los profesionales encuestados utilizan las redes sociales con el fin de visualizar contenido relacionado con la enfermería, siendo la plataforma más utilizada *Instagram* (tanto por los seguidores como por los propios divulgadores). Sobre el formato del contenido, los vídeos cortos (de duración inferior a un minuto) son los más demandados, seguidos por las infografías.

La divulgación en redes sociales ha demostrado ser una herramienta valiosa para mejorar la práctica clínica del personal de enfermería. Facilita el acceso rápido a la información,

permitiendo una disponibilidad inmediata de datos relevantes. Además, contribuye a aumentar la autoestima de los profesionales al proporcionarles mayor seguridad en su trabajo. La visualización de videos y otros recursos multimedia permite mejorar técnicas y aprender nuevas, así como obtener indicaciones sobre fármacos y comprender la etiología y manejo de diferentes tipos de úlceras. También permite explorar otras áreas de la enfermería y acceder a conocimientos que antes eran más difíciles de obtener. Esta constante actualización ayuda a los enfermeros a mantenerse al día y a recordar conceptos que podrían haber sido olvidados, optimizando así su desempeño en el entorno clínico.

El análisis de la calidad de la información compartida en redes sociales por profesionales de enfermería revela que el 70,4% de los consumidores de contenido digital prefieren obtener información de cuentas que respalden sus publicaciones con evidencia científica. Además, los enfermeros que gestionan estos perfiles indican que, para garantizar la veracidad y actualidad de la información que comparten, continúan formándose en base a nuevas evidencias y revisan bibliografías de los estudios más recientes a través de fuentes fiables.

En este estudio, se han identificado a enfermeras y enfermeros que utilizan las redes sociales como canales de docencia y divulgación. Entre los nombres más mencionados por los encuestados se encuentran: @curaconevidencia, @enfermera_sarurada, @enfermerarubia, @enfermeriaevidente, @enfermero_de_urgencias, @enfermerodesimulacion, @enfermerojorgeángel, @mienfermerafavorita, @piernasencompresion y @urgenciasyemergencias. Estos profesionales destacan en las plataformas digitales no solo porque comparten información valiosa y actualizada sobre cuidados de salud, sino que también contribuyen a la formación continua de sus compañeros de profesión y a la educación de la comunidad en general.

En definitiva, las redes sociales han adquirido una importancia vital en el ámbito de la enfermería, como lo evidencia la considerable cantidad de profesionales que las utilizan para acceder a contenido relacionado con la profesión. Este uso activo de las redes tiene un impacto directo en la práctica clínica al proporcionar información rápida y relevante, fortalecer la autoestima profesional y fomentar la actualización constante de conocimientos. La preferencia por cuentas respaldadas por evidencia científica resalta la necesidad de mantener altos estándares de calidad y veracidad en la divulgación en línea, destacando así el papel esencial de la formación continua y la revisión de fuentes fidedignas.



4.2. Líneas de trabajo futuras

Las TIC constituyen un entorno dinámico que está en constante evolución y abarca un amplio campo de acción en diversos ámbitos, incluida la enfermería. El estudio de la divulgación enfermera en redes sociales presenta múltiples posibilidades de investigación. El presente trabajo académico representa un segmento importante en el análisis de este tema, no obstante, a continuación, se presentan otras oportunidades de investigación que podrían explorarse para líneas de trabajo futuras:

- Analizar de la percepción de la imagen de la enfermería en la comunidad. En este TFG se ha investigado la perspectiva de los propios enfermeros, pero sería valioso explorar cómo percibe el público en general la presencia de enfermeros en las redes sociales como divulgadores de información.
- Analizar el contenido en redes sociales. Realizar un análisis detallado del contenido generado por enfermeros en redes sociales, incluyendo tipos de mensajes, temas tratados e interacción de los seguidores a las publicaciones.
- Estudiar las estrategias de comunicación. Observar las técnicas de comunicación utilizadas por los enfermeros *influencer* durante sus divulgaciones en redes sociales, como pueden ser el uso de lenguaje sencillo, frecuencia de sus publicaciones o apoyo con elementos visuales.
- Examinar aspectos ético-legales. Investigar si se cumplen las normas, tanto éticas como legales, por parte de los enfermeros durante la divulgación de contenido en plataformas digitales. Tales como, privacidad y confidencialidad de datos e información.

5. BIBLIOGRAFÍA

Angulo-Ramos, M., Merino-Soto, C., Ramon-Rojas, J., & Pastor Ramírez, N. (2021). Enfermería y las redes sociales: Uso responsable. *Index De Enfermería*, 30(1-2), 140-140. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-12962021000100031&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Arantón, L. (2016). Lo que no se comparte, se pierde. profesionales 2.0 y difusión de recursos para enfermería

Arrogante, O. (2022). Técnicas de muestreo y cálculo del tamaño muestral: Cómo y cuántos participantes debo seleccionar para mi investigación. *Enfermería Intensiva*, 33(1) 10.1016/j.enfi.2021.03.004

Asociación española de pediatría. Asociación Española de Pediatría (AEP). Retrieved May 26, 2024, from <https://www.aeped.es/>

"La exposición en redes sociales es un arma de doble filo" @Mienfermerafavorita - entrevista. Canal Enfermero (director). (2023, -07-14). [Video/DVD] <https://www.youtube.com/watch?v=wb3QBY8ZKpY>

Caridad, T. (2018). Modelos de enfermería relacionados con el cuidado preventivo orientado a la comunidad y la familia. *Revista Cubana De Enfermería*, 34(4) <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v34n4/1561-2961-enf-34-04-e2318.pdf>

ConSalud.es_Diario online líder en el sector sanitario. ConSalud.es. Retrieved May 26, 2024, from <https://www.consalud.es>

Fernández Salazar, S., & Lafuente Robles, N. (2016). Integración de internet y las redes sociales en las estrategias de salud. Elsevier BV. 10.1016/j.enfcli.2016.08.001

González, M. (2021, mayo,). Cuidaven, una app para el cuidado de las personas con dispositivos venosos. <https://enfermeriatv.es/es/aplicacion-cuidaven/>

Gutiérrez, C., & López, M. (2022). La salud en la era digital. Elsevier BV. 10.1016/j.rmclc.2022.11.001

Healthy children. HealthyChildren.org. Retrieved May 26, 2024, from <https://www.healthychildren.org/Spanish/our-mission/Paginas/default.aspx>

Herrera-Peco, I. (2021). Comunicación en salud y redes sociales: Necesitamos más enfermeras. *Revista Científica De La Sociedad Española De Enfermería Neurológica*, 53, 1-4. 10.1016/j.sedene.2021.03.001

INE: Instituto Nacional de Estadística. (2023). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares año 2023

Instituto Nacional de Estadística. (2024, May 20,). Estadística de profesionales sanitarios colegiados año 2023. INE. Retrieved May 24, 2024, from <https://www.ine.es/dynqs/Prensa/EPSC2023.htm>

Juvinyà-Canal, D., Bertran-Noguer, C., & Suñer-Soler, R. (2018). Alfabetización para la salud, más que información. *Gaceta Sanitaria*, 32(1), 8-10. 10.1016/j.gaceta.2017.07.005

Kakushi, L. E., & Évora, Y. D. M. (2016). Social networking in nursing education: Integrative literature review. *FapUNIFESP (SciELO)*. 10.1590/1518-8345.1055.2709

Kerr, H., Booth, R., & Jackson, K. (2020). Exploring the characteristics and behaviors of nurses who have attained microcelebrity status on instagram: Content analysis. *JMIR Publications Inc.* 10.2196/16540

Marqués Sánchez, P., Serrano Fuentes, N., Arias, N., Quiroga, E., Andina-Díaz, E., & Fernández Peña, R. (2019). El análisis de redes sociales desde la perspectiva enfermera: Una aproximación teórico-empírica. *Index Enfermería*, 28(4)

Martínez-Gimeno, M., Ovalle-Perandones, M., Escobar-Aguilar, G., Fernández-Martínez, N., Benítez-Andrades, J. A., & Marques-Sánchez, P. (2021). Dinámicas de información en profesionales de enfermería desde el análisis de redes sociales. *Enfermería Global*, 20(3), 55-85.

MedlinePlus. MedlinePlus. Retrieved Mayo, 24, from <https://medlineplus.gov/spanish/encyclopedia.html>

Pérez Bárcena, S., & Blanco Fraile, C. La experiencia en redes sociales de las enfermeras con cuentas con fines divulgativos. the experience in social networks of nurses with accounts for scientific disclosure purposes. proyecto de investigación

Rando-Cueto, D., De-las-Heras-Pedrosa, C., & Paniagua-Rojano, F. J. (2021). Influencia de las redes sociales en el trabajo de profesionales de la información especializados en salud. caso de los colegios oficiales de médicos de españa.

Real Academia Española. (2024, Telecomunicación. Retrieved 30 de enero 2024, from <https://dle.rae.es/telecomunicaci%C3%B3n>

Regaira Martínez, E., & Vázquez Calatayud, M. (2020). Uso de las tecnologías de la información y la comunicación en enfermería. Index De Enfermería, 29(4), 220-224.

Rodríguez Ortega, M., Huerta Cebrián, P., Valencia Rodríguez, C., Montano Navarro, E., & Ortega Latorre, Y. (2023). Innovación educativa con redes sociales aplicada a la asignatura de salud pública. Elsevier BV. 10.1016/j.edumed.2023.100798

Sánchez-Conde, J., Casquero-Martín, H., Gómez-Martín, A., Sanchón-Gómez, L., & Vázquez-Herrero, M. J. (2022). Análisis cualitativo de la cuenta de twitter de la federación de asociaciones de matronas de españa. Enfermería Global, 21(67), 488-513.

semFYC: Sociedad española de medicina de familia y comunitaria. (2022, -10-18T08:46:16+00:00). <https://www.semfyec.es/54-por-ciento-poblacion-internet-y-salud/>

Serri, M. (2018). Redes sociales y salud. Revista Chilena De Infectología, 35(6)

Sociedad española de enfermería intensiva y unidades coronarias. <https://seeiuc.org/>

Vergara, M., & Huidobro, J. M. (2016). Las tecnologías que cambiaron la historia. Ariel, Madrid.



6. ANEXOS

6.1. Cronograma

PLANNING DE TRABAJO	CRONOGRAMA													
	2023						2024							
	Diciembre	Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		
1-15	16-31	1-15	16-31	1-15	16-29	1-15	16-31	1-15	16-30	1-15	16-31	1-15	16-30	
Búsqueda bibliográfica														
Elaboración de pregunta de investigación y planteamiento de objetivos														
Metodología														
Estado de la cuestión, marco teórico y justificación														
Trabajo de campo: cuestionarios y entrevistas														
Transcripción y análisis de datos														
Redacción de resultados														
Conclusiones y líneas futuras de trabajo														
Resumen, palabras clave e introducción														
Elaboración de diapositivas														
Entrega del trabajo														
Defensa														



6.2. Formulario 1: Uso de las RRSS. Enfermer@s

Mi nombre es Lorena y actualmente estoy cursando 4º curso de Enfermería en la Escuela Universitaria de Enfermería de Lugo (centro adscrito a la USC). El siguiente formulario es una herramienta de trabajo de campo para la realización de un TFG sobre la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales. Agradezco se responda a las siguientes preguntas de acuerdo a la experiencia y preferencias personales. Las respuestas son anónimas y confidenciales. Muchas gracias por colaborar.

1. Edad: (*Marca solo uno*)

- Menos de 25 años
- 25-34 años
- 35-44 años
- 45-54 años
- Más de 55 años

2. Género (*Marca solo uno*)

- Femenino
- Masculino
- Prefiero no decirlo
- Otro: _____

3. Tipo de vinculación laboral (*Marca solo uno*)

- Fijo
- Eventual

4. Experiencia laboral (*Marca solo uno*)

- Menos de 1 año
- 1-5 años
- 6-15 años
- Más de 15 años



5. Área de traballo: (*Selecciona todos los que correspondan*)

- Planta de hospitalización
- Consultas externas
- Atención primaria
- Servicio especial (UCI, urgencias, Qx, diálisis...)
- Otro: _____

6. ¿Usas las redes sociales (Facebook, YouTube, Instagram...) para visualizar contenido relacionado con la enfermería? (*Marca solo uno*)

- Sí
- No

7. Si la respuesta anterior fue afirmativa, cuáles son las RRSS (redes sociales) que utilizas para tal fin: (*Selecciona todos los que correspondan*)

- Facebook
- YouTube
- Instagram
- TikTok
- LinkedIn
- Twitter
- Otro: _____

8. ¿Con qué frecuencia recurre a las RRSS para informarte y actualizar conocimientos relacionados con la enfermería? (*Marca solo uno*)

- Varias veces al día
- Una vez al día
- Menos de una vez al día

9. ¿Cómo utilizas las redes sociales en tu práctica profesional? (*Selecciona todos los que correspondan*)

- Obtención de nueva información relacionada con la profesión
- Actualización de protocolos y prácticas clínicas
- Intercambio de experiencias con otros profesionales de la salud
- Otro: _____



10. ¿Qué tipo de contenido relacionado con la enfermería buscas en redes sociales? sociales?
(*Selecciona todos los que correspondan*)

- Infografías
- Podcast
- Vídeos cortos (duración menor a 1 minuto)
- eBooks
- Otro: _____

11. Cita 3 de las cuentas de divulgación creadas por enfermeros más relevantes para ti:

-
-
-

12. ¿Consideras que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales afecta de forma positiva a la imagen de la profesión? ¿Por qué?

13. ¿Has participado en grupos o comunidades en redes sociales donde se comparten experiencias y conocimientos entre profesionales de la enfermería? (*Marca solo uno*)

- Sí
- No

14. A la hora de seguir un perfil en RRSS, ¿tienes en cuenta que su contenido sea justificado mediante evidencia científica? (*Marca solo uno*)

- Sí
- No

15. ¿Cómo crees que el uso de redes sociales ha influido en tu desarrollo profesional como enfermer@?

16. Agradezco que si tienes alguna sugerencia o comentario sobre el uso de redes sociales en el ámbito de la enfermería lo compartas a continuación



6.3. Respuestas a la pregunta 13 del formulario 1

¿Cómo crees que el uso de redes sociales ha influido en tu desarrollo profesional como enfermer@?

- Facilita el acceso a la información (mujer, 45-54 años)
- Mayor rapidez al buscar información (mujer, 35-44 años)
- Sigo a usuarios que me han subido la autoestima para sentirme segura en el trabajo. Además, hay técnicas que he mejorado viendo vídeos de RRSS (mujer, menos de 25 años)
- No (mujer, 45-54 años)
- Óptimo (mujer, 35-44 años)
- Me motiva para tener ganas de actualizarme en el trabajo del día a día y como poder realizarlo mejor (mujer, 25-34 años)
- Me ha permitido aumentar conocimientos, y valorar otras áreas de la enfermería (mujer, 25-34 años)
- Conocimiento de técnicas que no había realizado, indicaciones de fármacos, etiología de diferentes tipos de úlceras y manejo... (mujer, menos de 25 años)
- Me ha ayudado a mejorar (mujer, más de 55 años)
- Gracias al uso de las redes sociales relacionadas con la enfermería puedo ver, compartir y aprender contenidos nuevos de mi profesión o de otras relacionadas (mujer, 35-44 años)
- Positivamente (mujer, 35-44 años)
- Ha acercado conocimientos que antes era más complicado acceder (hombre, 35-44 años)
- Mejorando debido a la disponibilidad de la información (mujer, 45-54 años)
- Muy útil y practico (mujer, 35-44 años)
- Compartir problema comunes y visualización de actualizaciones y protocolos (mujer, 35-44 años)
- Mayor accesibilidad a información (mujer, 25-34 años)
- Me sirve para estar siempre al día de nueva información (mujer, 25-34 años)
- Sí (hombre, 25-34 años)
- Regular (mujer, 45-54 años)
- Me mantiene actualizada (mujer, 35-44 años)
- Facilidad de búsqueda de información (hombre, 25-34 años)
- Me ha ayudado a adquirir nuevos conocimientos de la profesión (mujer, 25-34 años)
- Me ha ayudado (mujer, 35-44 años)



- Te ayuda a estar actualizado (mujer, 25-34 años)
- Es una manera de conocer la realidad de otros compañeros y facilitar la actualización en ciertos temas en los que son expertos (mujer, menos de 25 años)
- Positivamente en algún caso para lograr entender alguna técnica (mujer, 35-44 años)
- En nada (mujer, 45-54 años)
- Ha influido positivamente (mujer, 35-44 años)
- Gran ayuda en técnicas modernas (mujer, 35-44 años)
- Conociendo conceptos nuevos y viendo diferentes formas de hacer una misma tarea (mujer, 25-34 años)
- En ningún sentido (mujer, 35-44 años)
- Me actualiza (mujer, 25-34 años)
- Poco (hombre, 35-44 años)
- Bien (mujer, 45-54 años)
- Conocimiento de información nueva (mujer, 25-34 años)
- Poco (mujer, 35-44 años)
- Las redes sociales pueden influir positivamente ya que es una manera atractiva y rápida de consultar cierta información o curiosidades en la práctica diaria, pero, no podría decir que las redes han influido en mi desarrollo profesional como enfermera (mujer, 25-34 años)
- He aprendido a valorar mejor al paciente y cubrir sus necesidades (mujer, 25-34 años)
- Positivamente (mujer, 35-44 años)
- Importante para estar al día en temas como avances en investigación (mujer, menos de 25 años)
- No (mujer, 25-34 años)
- Apenas ha influido (mujer, 35-44 años)
- Me ha ayudado mucho a la hora de trabajar cuando veo cosas que coincide que hay algún vídeo/información que leí o vi hace poco y puedo aplicarlo en el día a día. Sobre todo, tema de farmacología, nombres comerciales y sus diluciones, al igual que modo de administración (mujer, 25-34 años)
- Actualizar conocimientos (mujer, 25-34 años)
- Poco (mujer, 35-44 años)
- Escasamente, solo para determinadas infografías o datos puntuales (mujer, 25-34 años)
- Creo que es de gran importancia a la hora de compartir conocimientos (mujer, 45-54 años)



- No ha influido, puede que haya aportado opiniones y conceptos olvidados (mujer, 35-44 años)
- Me ha hecho profundizar en técnicas y ramas de la enfermería que desconocía, y mejorar ciertos hábitos que se han hecho siempre mal (hombre, 25-34 años)
- Intercambio de información y experiencias (mujer, 25-34 años)
- Aporta conocimiento o innovación de forma muy accesible y sencilla (mujer, 25-34 años)
- Me ha ayudado en determinadas situaciones para “refrescar” conocimientos que he estudiado de una manera más rápida y cómoda (porque puedo hacerlo desde cualquier parte) que, si tuviese que ir a buscar la información a un libro, por ejemplo. (hombre, 25-34 años)
- Atiborran de información. A veces de calidad otras veces no (hombre, 25-34 años)
- Me ha proporcionado información en momentos en los que carecía de conocimientos sobre alguna práctica concreta que tenía que desarrollar con un paciente (hombre, 25-34 años)
- No (hombre, menos de 25 años)
- Bien (mujer, 35-44 años)
- Me ha ayudado en trucos del día a día y a mantenerme actualizada (mujer, 25-34 años)
- Bien (mujer, 25-34 años)
- Llegar a ver técnicas que de otra manera no podría verlas (hombre, menos de 25 años)
- Poco (mujer, 45-54 años)
- Haciendo que me cuestione cosas aprendidas hasta la fecha y mejorar la aplicación de los cuidados (hombre, 25-34 años)
- No ha influido (mujer, 45-54 años)
- Poco (mujer, 45-54 años)

6.4. Respuestas a la pregunta 14 del formulario 1

¿Consideras que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales afecta de forma positiva a la imagen de la profesión? ¿Por qué?

- Sí, nos hace visibles (mujer, 45-54 años)
- Mayor visibilidad de la profesión (mujer, 35-44 años)
- Si la información es real y basada en la evidencia, sí pienso que sea positivo para los enfermeros. Si no, no. (mujer, menos de 25 años)
- No. No está contrastada la información y puede generar desinformación (mujer, 45-54 años)



- Visibilizan la profesión (mujer, 35-44 años)
- Sí, porque visibiliza muchos aspectos que la gente desconoce de nuestro trabajo (mujer, 25-34 años)
- Sí, creo que es una buena manera de mostrar a la población en general nuestro trabajo y la importancia de los cuidados enfermeros (mujer, 25-34 años)
- Considero que sí, visibilización de las funciones de enfermería, diversificación del trabajo... (mujer, menos de 25 años)
- Sí, se da a conocer nuestro trabajo y nuestra formación (mujer, más de 55 años)
- Sí (mujer, 35-44 años)
- Sí, porque es una manera de llegar a mucha más gente, de manera clara, rápida y sencilla (mujer, 35-44 años)
- Sí, es positivo. Lo acerca a más gente (hombre, 35-44 años)
- Sí, se visualiza más nuestro trabajo (mujer, 45-54 años)
- Sí... Ayuda a conocer la. Profesión y como mejorar hábitos y técnicas (mujer, 35-44 años)
- Sí, mucho (mujer, 35-44 años)
- Sí porque visibiliza un trabajo que antes era oculto (mujer, 25-34 años)
- Sí, porque la gente puede observar que hacemos algo más que lo que manda el médico, o solo pinchar. Se puede ver nuestra autonomía (mujer, 25-34 años)
- Sí, visibiliza la profesión fuera del momento Problema-Enfermedad (hombre, 25-34 años)
- Sí, ayuda a compartir experiencias y distintas formas de hacer (mujer, 45-54 años)
- Si porque hace más visible nuestro trabajo (mujer, 35-44 años)
- Sí, dando una mayor visibilidad (hombre, 25-34 años)
- Sí, ayuda a reivindicar los conocimientos propios del campo de la enfermería (mujer, 25-34 años)
- Sí. Se hace más visible el nivel de especialización que está adquiriendo nuestra profesión (mujer, 35-44 años)
- Sí. Aporta una visión en la comunidad y accesible a todo el mundo, con rigor científico (mujer, 25-34 años)
- Sí. Visibiliza la realidad enfermera y aleja a la sociedad de mitos asociados a la profesión (mujer, menos de 25 años)
- A veces no (mujer, 35-44 años)
- Si, da visibilidad a nuestra profesión (mujer, 45-55 años)
- No (mujer, 45-54 años)



- Sí. Porque da visibilidade a la enfermería; se visualiza nuestro trabajo, nuestras dificultades, nuestra experiencia: positiva y negativa, etc. (mujer, 35-44 años)
- Sí. Le promociona (mujer, 35-44 años)
- Si, se puede visualizar todo lo bonito que esconde (mujer, 25-34 años)
- No creo q influya en nada (mujer, 35-44 años)
- Si, nos hace más visibles (mujer, 25-34 años)
- No siempre. Hay perfiles muy buenos que informan y educan. Otros sólo desprestigiar todavía más (hombre, 35-44 años)
- Sí, por la información (mujer, 45-54 años)
- Si, porque puede ayudar a dar visibilidade al colectivo (mujer, 25-34 años)
- Sí (mujer, 25-34 años)
- Sí (mujer, 35-44 años)
- Sí, siempre que la información esté contrastada y la persona correctamente formada acerca del tema (mujer, 25-34 años)
- Ayuda a divulgar nuestra profesión como es hoy en día, más allá de la ayudante del médico (mujer, 25-34 años)
- Si. Visualización de la profesión, y dejar de vernos como "pinchaculos" toma tensiones" o secretarios del médico (mujer, 35-44 años)
- Para visualizar la importancia de nuestro trabajo y dar a conocer todo lo que hacemos (mujer, menos de 25 años)
- Si, creo que visibiliza nuestra labor y nos ayuda a llegar a más personas y así luchar también por mejoras en contratos, etc. (mujer, menos de 25 años)
- Si, ayuda a conocer más la profesión (mujer, 25-34 años)
- Depende. A veces se leen cosas que nos ayudan poco como profesión, pero en general diría que sí. (mujer, 35-44 años)
- Si, porque hacemos ver a gente ajena a la profesión la cantidad de cosas que tiene que saber hacer realmente una enfermera, que no solo pinchamos o hacemos curas (mujer, 25-34 años)
- Si, creo que es positivo aprender de otros profesionales que trabajan en diferentes servicios y en otras comunidades para ver distintos tipos de vista (mujer, 25-34 años)
- En ocasiones (mujer, 35-44 años)
- Si, porque pueden contribuir a proporcionar información sanitaria a la sociedad, así como entender la situación actual de la enfermería (mujer, 25-34 años)
- Si. Somos nosotros el puente de la comunicación entre sanidad y los demás (mujer, 45-54 años)



- Si, siempre es bueno ver que profesionales sanitarios comparten sus conocimientos (mujer, 35-44 años)
- Sí, tenemos que actualizarnos a los tiempos actuales, y no estancarnos en el pasado para llegar a las nuevas generaciones (hombre, 25-34 años)
- Si, es un modo de visualizar nuestra profesión y dar a conocer la situación actual de la profesión (mujer, 25-34 años)
- En general sí porque, aunque cada vez menos gente piense que los enfermeros solo "pinchamos culos", que la gente comparta sus experiencias y conocimientos hace que el resto de la población vea lo amplio que es la enfermería y la situación laboral que tenemos ahora mismo (hombre, 25-34 años)
- Depende del enfoque, es un arma de doble filo, las propias redes sociales forman parte de nuestra comunicación en sociedad, muestran nuestro día a día, muchas veces nos acercan y otras nos alejan de la realidad (hombre, 25-34 años)
- Si, porque da a conocer fuera de nuestra "burbuja" lo compleja que es nuestra labor profesional (hombre, 25-34 años)
- Sí (hombre, menos de 25 años)
- Sí (mujer, 45-54 años)
- Sí, porque se ve no solo la responsabilidad que tenemos los enfermeros, sino que también el interés de hacerlo bien y de transmitirlo al resto de profesionales (mujer, 35-44 años)
- Se le da más visibilidad a la profesión, ya que muchas veces la sociedad no se es consciente del papel real de enfermería (mujer, 25-34 años)
- Si ayuda a adquirir nuevos conocimientos (mujer, 25-34 años)
- Si y no. Acerca la profesión, pero hay gente que cree que resta seriedad. (hombre, menos de 25 años)
- Yo uso poco las redes (mujer, 45-54 años)
- No siempre, a veces es perjudicial para la profesión cuando no se tiene el rigor necesario (mujer, 25-34 años)
- Si, la gente así puede valorar más a fondo nuestro trabajo y saber que nos dedicamos a más cosas que las que socialmente tenemos atribuidas como ayudantes del médico, y también como poseemos un cuerpo propio de conocimientos (hombre, 25-34 años)
- Sí (mujer, 45-54 años)
- Hoy en día es necesario estar presente en redes sociales (mujer, 45-54 años)

6.5. Respuestas a la pregunta 15 del formulario 1

Cita 3 de las cuentas de divulgación creadas por enfermeros más relevantes para ti:

@alfreopeir	@enfermeraconelcorazón	@jbfisiopodo
@alicianegroenf	@enfermeraenapuros	@lidiaefyc
@curaconevidencia	@enfermeralombardero	@lidialestegas
@curas_y_heridas	@enfermerarubia	@memesuci
@diario.enfermero	@enfermerdigital	@mienfermerafavorita
@ebevidencia	@enfermeria_educacion	@oposalud
@eirfermero	@enfermeriaactual	@paumatalap
@eiryoupenfermera	@enfermeriaevidente	@perdidue
@ekg_electrocardiograma	@enfermero_de_urgencias	@piernasencompresion
@el_enfermero_del_pendiente	@enfermero_emergencias	@plan_eir
@elmundodeunenfermero	@enfermerodesimulacion	@rescateir
@enferactive	@enfermerodeverde	@revista_enfermeirxs
@enfermeirasenloita	@enfermerojorgeángel	@thevascularguy
@enfermera_a_bordo	@enfermeronacho	@urgenciasyemergencias
@enfermera_a_la_carga	@geriatriavisible	@va_de_ferides
@enfermera_sarurada	@gneaupp	
@enfermerabuscavena	@instrumentistadequiروفano	

6.6. Formulario 2: enfermería y divulgación en RRSS

Mi nombre es Lorena y actualmente estoy cursando 4º curso de Enfermería en la Escuela Universitaria de Enfermería de Lugo (centro adscrito a la USC). El siguiente formulario es una herramienta de trabajo de campo para la realización de un TFG sobre la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales. Agradezco se responda a las siguientes preguntas de acuerdo a la experiencia y preferencias personales. Las respuestas son anónimas y confidenciales. Muchas gracias por colaborar.



1. Edad: (*Marca solo uno*)

- Menos de 25 años
- 25-34 años
- 35-44 años
- 45-54 años Más
- de 55 años

2. Género (*Marca solo uno*)

- Femenino
- Masculino
- Prefiero no decirlo
- Otro: _____

3. Actividad laboral: (*Selecciona todos los que correspondan*)

- Asistencial
- Docente
- Investigadora
- Gestora

4. ¿Cuánto tiempo hace que te dedicas a la divulgación de información sanitaria en RRSS?

5. ¿Qué te motivó a comenzar a compartir información en redes sociales?

6. ¿Cuál es tu objetivo principal al realizar divulgación en RRSS?



7. En qué plataformas de redes sociais te encuestras activ@? (*Selecciona todos los que correspondan*)

- Facebook
- YouTube
- Instagram
- TikTok
- LinkedIn
- Twitter
- Otro: _____

8. ¿Cómo te aseguras de que la información que compartes sea precisa y fiable?

9. ¿Puedes recomendar algunos recursos o cuentas en redes sociales que ofrezcan información confiable sobre la salud?

10. ¿Cómo abordas la desinformación y las "fake news" que circulan en las RRSS?

11. ¿Cómo ves el papel de las redes sociales en la divulgación de información de salud en el futuro?

12. ¿Consideras que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales afecta de forma positiva a la imagen de la profesión? ¿Por qué?



13. ¿Puedes compartir una experiencia personal en la que hayas sentido que tu divulgación en redes sociales tuvo un impacto positivo?

14. ¿Qué consejos darías a otros profesionales de la salud que estén considerando iniciar la divulgación en redes sociales?

6.7. Respuestas a la pregunta 5 del formulario 2

¿Qué te motivó a comenzar a compartir información en redes sociales?

- El desconocimiento de la población (hombre, 25-34 años)
- Ayudar a compañeros y aprender a la vez (hombre, 25-34 años)
- Ayudar a otras personas tanto profesionales sanitarios como no profesionales compartiendo infografías, apuntes... (mujer, 25-34 años)
- Las ganas de ayudar a las familias (hombre, 45-54 años)
- Porque quería dar la visibilidad que se merece a la enfermera deportiva y a la enfermería en general. Creo que la enfermera hace una labor poco reconocida (mujer, 25-34 años)
- Divulgar información entre compañeros que no se me había explicado a mí (mujer, 25-34 años)
- Mi incompetencia (hombre, 45-54 años)

6.8. Respuestas a la pregunta 6 del formulario 2

¿Cuál es tu objetivo principal al realizar divulgación en RRSS?

- Dar a conocer la enfermería de emergencias y saber actuar en caso de una (hombre, 25-34 años)
- Aportar información sobre el mundo de las heridas desde la última evidencia e Innovación (hombre, 25-34 años)
- Ayudar a otra gente, obtener oportunidades docentes... (mujer, 25-34 años)
- Ayudar a las familias y ofrecer los servicios de criar con sentido común (hombre, 45-54 años)



- Generar visibilidade, autoridade e chegar a mis clientes potenciais, xa que me dedico a mellorar o rendemento deportivo de los deportistas de maneira online (mujer, 25-34 años)
- Ayudará la gente a entender mejor las cosillas de enfermería (mujer, 25-34 años)
- Compartir técnicas de críticos y acceso vascular desde la trinchera, mejorando aspectos de la asistencia a nuestros pacientes en esos ámbitos (hombre, 45-54 años)

6.9. Respuestas a la pregunta 8 del formulario 2

¿Cómo te aseguras de que la información que compartes sea precisa y fiable?

- Reviso bibliografía (hombre, 25-34 años)
- Busco información a través de estudios de calidad, sin sesgos (hombre, 25-34 años)
- Buscando información en artículos, libros... (mujer, 25-34 años)
- Sigo actualizándome y leyendo nuevas evidencias (hombre, 45-54 años)
- Porque reviso y analizo estudios científicos y me sigo formando en mi día a día (mujer, 25-34 años)
- Contrasto lo que hablé de opes con el boib e intento no compartir información que no sepa de dónde viene (mujer, 25-34 años)
- Por las fuentes que empleo, con revisión de cada publicación (hombre, 45-54 años)

6.10. Respuestas a la pregunta 9 del formulario 2

¿Puedes recomendar algunos recursos o cuentas en redes sociales que ofrezcan información confiable sobre la salud?

@curaconevidencia	@gloortizmiluy	@piernasencompresion
@docenciaenfermeria	@lovenursingmery	@sanidadcreativa
@enfermera_saturada	@mienfermerafavorita	@urgenciasyemergencias
@enfermerocirugiamenor	@paumatalap	@va_de_ferides
@ensaluddigital	@perdidue	

- Asociación Española de Pediatría (AEP)
- MedlinePlus
- ConSalud
- cuidaven
- Healthy Children
- Sociedad Española de Enfermería Intensiva y Unidades Coronarias (SEEIUC)



6.11. Respuestas a la pregunta 10 del formulario 2

¿Cómo abordas la desinformación y las "fake news" que circulan en las RRSS?

- Ofreciendo en mi perfil información veraz, basada en la evidencia (hombre, 45-54 años)
- Buscando fuentes fiables o webs que desmienten fakes como malditobulo o newtral (hombre, 45-54 años)
- Intentando crear repercusión con la noticia contraria basándola en evidencia (hombre, 25-34 años)
- Intento no poner cosas en mi blog que no haya contrastado. Si no me da buena espina no lo comparto (mujer, 25-34 años)
- Buscando información y proporcionándola a través de post, historias... (mujer, 25-34 años)
- Ignoro, al final cada uno tenemos nuestros propios conocimientos. Por eso, si sabes sobre el tema sabes si es real o no. Pero lamentablemente no puedes hacer nada contra eso en la mayoría de los casos. (mujer, 25-34 años)
- Intento aporta información sobre el tema aportando evidencia (hombre, 25-34 años)

6.12. Respuestas a la pregunta 11 del formulario 2

¿Cómo ves el papel de las redes sociales en la divulgación de información de salud en el futuro?

- Me parece clave. La población del futuro se informará más por las redes sociales que por ningún otro medio (hombre, 45-54 años)
- Imprescindible, aunque la administración debe apostar por la validación de perfiles y blogs fiables (tipo check azul) (hombre, 45-54 años)
- Un papel clave (hombre, 25-34 años)
- Lo veo súper importante (mujer, 25-34 años)
- Muy importante, ya que la sociedad actual se mueve en gran parte por las redes sociales y es nuestro día a día (mujer, 25-34 años)
- Creo que es de vital importancia, por eso hay que dar paso a gente que está formada y especializada en el terreno, y así dejar atrás a los "vendehúmos" y gente poco especializada en el sector. En relación a la anterior pregunta, es importante saber quién tiene conocimientos para divulgar y quien no (mujer, 25-34 años)
- Es un arma de doble filo. Puede ayudar, pero también puede aportar malas prácticas. Es importante verlas como una manera de encontrar novedades, pero luego hay que contrastar siempre por uno mismo (hombre, 25-34 años)



6.13. Respuestas a la pregunta 12 del formulario 2

¿Consideras que la divulgación de información sanitaria por parte de enfermer@s en redes sociales afecta de forma positiva a la imagen de la profesión? ¿Por qué?

- Si se hace siguiendo unos estándares de calidad sí. Si se hace con bailes y postureo únicamente no (hombre, 25-34 años)
- Depende de la divulgación. Si se hace de manera seria y con evidencia sí. Si se trata de aportar datos sensacionalistas y se busca llamar la atención creo que puede ser malo, ya que da una imagen frívola y equivocada (hombre, 25-34 años)
- Totalmente, acercamos a la población y damos visibilidad sobre nuestra práctica diaria (mujer, 25-34 años)
- Sí. Nos hace visibles, mucha gente desconoce nuestro papel en la sociedad y la sanidad, y nos considera aún ayudantes del médico (hombre, 45-54 años)
- Sí, porque nos da un mayor alcance y más visibilidad en el mundo sanitario. Es de vital importancia, y además estaría bien que nos formaran en la universidad en esta materia y en el emprendimiento (mujer, 25-34 años)
- Si, creo que nos puede ayudar mucho a que la gente se dé cuenta que somos mucho más que los que ponemos vacunas o vías (mujer, 25-34 años)
- Depende del modo que se haga esa divulgación. No estoy de acuerdo con el uso de ChatGPT (Jorge Ángel) o los bailecitos o la información infantilizada (hombre, 45-54 años)

6.14. Respuestas a la pregunta 13 del formulario 2

¿Puedes compartir una experiencia personal en la que hayas sentido que tu divulgación en redes sociales tuvo un impacto positivo?

- Un usuario que supo identificar un ictus tras la visualización de mi contenido (hombre, 25-34 años)
- Poder ayudar a personas desesperadas a encontrar al profesional adecuado para que le cure sus heridas de años de evolución (hombre, 25-34 años)
- Alguna vez personas cercanas a mí me ha dicho que le ha servido para recordar algunos conceptos para las oposiciones, o que les ha servido para conocer información sanitaria... (mujer, 25-34 años)
- Cada vez que alguien me dice que, sin yo saberlo, le he ayudado inmensamente. Y me ha pasado muchas veces. Más de una mamá me ha abrazado llorando al conocerme, y es muy bonito saber que has podido ayudar (hombre, 45-54 años)



- Creo que ahora mismo estoy en mi mejor momento. He salido en varios medios como en ConSalud, EIPaís, Sporttraining y en Sportlife. Además, todos los días tengo comentarios muy positivos de mis seguidores en cuanto a que les ayudo a mejorar su salud y rendimiento deportivo (mujer, 25-34 años)
- En el tema de opes cuando analizo convocatorias veo que ayudo mucho a entenderlas a la gente y eso me encanta. En el tema sanitario he compartido algunos post que han sido útiles para que la gente vea cómo trabajamos y creo que eso es genial (mujer, 25-34 años)
- La creación de FORUCI y CRITICAL CARE LEARNING con Pablo Sánchez, la publicación de tres libros de poesía enfermera desde @enfermeversia o la colaboración con Noah Higon en la elaboración de un vídeo sobre portacath. También la invitación a jornadas y congresos para hablar de esa divulgación (hombre, 45-54 años)

6.15. Respuestas a la pregunta 14 del formulario 2

¿Qué consejos darías a otros profesionales de la salud que estén considerando iniciar la divulgación en redes sociales?

- Que no caigan en el dinero fácil. Que representen a todo un colectivo y que el postureo está muy bien, pero hay que ir más allá (hombre, 25-34 años)
- Que se animen a divulgar sobre lo que les gusta, sin presiones y sin obsesionarse con cifras. Es mejor tener pocos seguidores, pero ofrecer calidad que ser muy famoso y ofrecer "comida rápida". Y que tampoco afecten las críticas infundadas, al final es internet y no hay que perder el tiempo con lo que no lo merece (hombre, 25-34 años)
- Que lo hagan, es muy importante que estemos en redes sociales para proporcionar educación sanitaria verídica, nuestra experiencia, conocer a otros profesionales, seguir formándonos, interesándonos por cosas que desconocíamos o que van cambiando... (mujer, 25-34 años)
- Que tengan en cuenta que la cantidad de personas que les pueden llegar a leer, o ver, es mucho mayor que en la consulta o en planta. Y el impacto para la salud puede ser mayor, en consecuencia (hombre, 45-54 años)
- Que lo hagan si es lo que les apasiona. No todos tenemos por qué acabar como funcionarios en el hospital público, hay muchas más salidas que están sin explotar. Y sobre todo hacer lo que te dicte tu corazón, no hay por qué seguir a las masas, ni hacer lo que te inculquen que es "lo correcto" (nadie tiene la potestad de elegir en eso, porque



nadie sabe que es lo correcto realmente). Y, la belleza de la vida es que todos somos diferentes y tenemos gustos diferentes (mujer, 25-34 años)

- Que se animen y luchen por ello, no es fácil porque cada vez hay más gente, pero al final si lo luchas y te mueves lo consigues (mujer, 25-34 años)
- Que tengan claro su objetivo, y que no sea ganar rápidamente seguidores. Que pongan siempre en el centro al paciente, su seguridad e intimidad, a la hora de generar contenido. Además, que sigan las últimas evidencias publicadas. Como dice gloria Ortiz, " no todo está inventado, pero todo lo que está inventado está escrito". Teresa Pérez, además, afirmó que " lo que no se comparte, se pierde" (hombre, 45-54 años)