# Tema 5. RECURSOS DE INFORMACION SANITARIA DE INTERES PARA SU RECOMENDACIÓN A LOS PACIENTES

*Emilio Monte Boquet. Servicio de Farmacia. Hospital Universitari i Politècnic La Fe. Valencia*

## ÍNDICE

Resumen

1. Paciente activo. Empoderamiento. Liderazgo compartido
2. Aportación del farmacéutico especialista en el ámbito de la información sanitaria de interés para el paciente crónico complejo
3. TICs de utilidad para pacientes crónicos complejos
4. Recursos de información útiles para pacientes con patologías crónicas

## RESUMEN

En los últimos tiempos el perfil del paciente crónico está cambiando y se corresponsabiliza, cada vez en mayor medida, de la gestión de su enfermedad y su tratamiento. Para ello, el paciente busca activamente información en Internet y desea formarse para adquirir conocimientos y habilidades que le permitan implicarse de forma efectiva. Términos como e-paciente, paciente activo, paciente experto o paciente empoderado son ya cotidianos en el entorno sanitario. Las tecnologías de la información y la comunicación son una pieza clave en este cambio de modelo y su implantación y adecuado manejo por parte de pacientes y profesionales se considera imprescindible para la configuración de un modelo asistencial efectivo y sostenible. En este contexto, el profesional sanitario en general y el farmacéutico especialista en particular, debe implicarse en el manejo de las nuevas tecnologías de información y tener una presencia activa en el entorno digital. En este tema se hace una revisión de algunas de estas tecnologías (herramientas 2.0, salud móvil, telefarmacia) que pueden ser de gran utilidad en el ámbito de la información sanitaria para el paciente crónico complejo. También se recopilan algunos recursos disponibles en Internet para información y educación a pacientes crónicos.

1. Paciente activo. Empoderamiento. Liderazgo compartido

Durante los últimos años estamos asistiendo a profundos cambios sociales en los que el ciudadano reivindica un mayor poder de participación y quiere implicarse en la toma de decisiones que afectan a su vida. Para ello ha contribuido de forma muy determinante el desarrollo de la web social o web 2.0, que promueve y facilita la comunicación, la colaboración y la participación. El término web social o web 2.0 define una realidad que va mucho más allá de una cuestión técnica, ya que se trata de una nueva forma de usar la web y de un cambio de tipo cultural profundo. También ha facilitado la eclosión de la web 2.0 la aparición de un elevado número de herramientas tecnológicas gratuitas o de bajo coste que han contribuido a universalizar el concepto en muy poco tiempo.

Los pilares básicos de la web 2.0 son la universalidad, la simplicidad, la gratuidad y la participación, y proporciona un enorme poder al ciudadano para opinar y para ser escuchado.

En el ámbito de la salud sucede lo mismo y el paciente se corresponsabiliza cada vez en mayor medida de la gestión de su enfermedad y su tratamiento, buscando activamente información, participando en foros y redes sociales y estableciendo relaciones tanto con otros pacientes como con profesionales sanitarios a través de Internet. Este nuevo perfil de paciente se ha denominado “e-paciente”, término que hace referencia a la persona preparada, capacitada, empoderada y comprometida con su salud y la toma de decisiones en relación a la misma. Se trata de un paciente activo en lo que se refiere a su salud y que utiliza Internet y otras tecnologías de la información y la comunicación (TICs) para mantener y mejorar su estado de salud. Además, el término no se refiere solamente al propio paciente, sino también a las personas de su entorno.

También ha surgido en los últimos tiempos el término “paciente empoderado” que, si bien está muy relacionado, no significa exactamente lo mismo. Así, el empoderamiento hace referencia al proceso o mecanismo a través del cual el paciente consigue un mayor control sobre las decisiones que afectan a su salud (por ejemplo a nivel social, psicológico o político).

Dado que está muy reconocido que la figura del paciente activo o empoderado se relaciona con mejores resultados clínicos, tanto a nivel individual como desde el punto de vista del sistema de salud, en los últimos años se han puesto en marcha programas que pretenden formar a los pacientes en habilidades, técnicas y competencias que les permita mejorar su nivel de autocuidado y participar activamente en la toma de decisiones que afectan a su salud. En definitiva, son programas que buscan empoderar o activar a los pacientes. Entre ellos destacan especialmente los programas de la Universidad de Stanford, si bien en España también están en marcha distintos programas en diversas Comunidades Autónomas. Incluso la Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria (SEFH) ha puesto en marcha el programa Paciente Experto VIH 2.0 con la metodología y el aval de la Universidad de Stanford, siendo además la primera actividad que dicha universidad acredita en un entorno totalmente digital.

Más allá del evidente beneficio que la implicación del paciente en su salud tiene a nivel individual, no hay que olvidar las consecuencias que también tiene a nivel del sistema sanitario en términos de menor y mejor utilización de los recursos disponibles, lo que sin duda puede contribuir decisivamente a hacer el sistema sostenible. Esto es especialmente relevante en el caso de los pacientes crónicos, teniendo en cuenta que se estima que alrededor del 80% del gasto sanitario corresponde a estos pacientes. Por tanto, conseguir su implicación en la gestión de su salud resulta crítico para la sostenibilidad del sistema. De hecho, se estima que el empoderamiento del paciente (uno de los recursos menos utilizados del sistema) debe ser una de las partes fundamentales de cualquier reforma de la gestión de las enfermedades crónicas por su contribución a maximizar la eficiencia.

En cualquier caso, es evidente que cada vez es mayor el número de pacientes que acuden a Internet para buscar información sobre su enfermedad y tratamiento, para elegir incluso médico o centro sanitario y para compartir experiencias con otros pacientes. Esto evidentemente no es el futuro, es una realidad. Así, en un estudio publicado en 2016 por el Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI) se indica que el 60,5% de la ciudadanía utiliza Internet para informarse sobre salud, valor

notablemente elevado teniendo en cuenta la poca confianza que la red genera como fuente de información en este ámbito, según el mismo estudio. Pero además, si este dato es analizado entre la población internauta (80,7% del total), se ve que el 74,4% de los internautas han utilizado internet para informarse sobre salud.

Sin embargo, tampoco se puede ignorar la brecha digital que todavía vivimos como consecuencia del desequilibrio existente en el conocimiento, uso y aplicación de las nuevas tecnologías y herramientas digitales entre la población que produce, como consecuencia, una desigualdad en la gestión de la salud. Este desequilibrio está provocado por múltiples factores como la falta de acceso, formación, recursos y motivación, así como por el miedo al cambio. Un factor que influye de manera determinante es la edad. En el caso de los pacientes crónicos, un buen número de ellos son personas mayores de 65 años que, en gran medida, permanecen alejadas del entorno digital. En el citado informe ONTSI de 2016 se observa que los grupos de edad de 16 a 49 años utilizan en alta proporción Internet para cuestiones sobre la salud, alrededor del 75% en todos los grupos. Sin embargo, a partir de los 50 años es mucho menor la cuantía de población que usa Internet, especialmente a partir de los de 65 años, donde únicamente un 18,1% de los encuestados utilizan Internet para temas relacionados con la salud. No obstante, es cuestión de tiempo que esto cambie y que esta brecha digital se vaya reduciendo y termine dando paso a generaciones de pacientes nativos digitales.

## 2. Aportación del farmacéutico especialista en el ámbito de la información sanitaria de interés para el paciente crónico complejo

El nuevo perfil de paciente plantea la necesidad de un cambio de mentalidad por parte de los profesionales sanitarios y supone para ellos importantes riesgos y desafíos. A pesar de ello, cada vez es mayor el número de profesionales que se suman a esta tendencia, algo que los pacientes valoran muy positivamente al considerar la “disponibilidad electrónica” como un factor determinante a la hora de valorar al profesional sanitario. Así, en un estudio realizado en Estados Unidos se señala que los profesionales que utilicen los

medios online desbancarán a los que no se decidan y los presentes en el entorno 2.0 encontrarán nuevas vías para captar nuevos pacientes, transmitir confianza y credibilidad, además de ganar en reputación. En España, según los resultados de un estudio realizado en 2012 por el ONTSI, existe una opinión generalizada positiva por parte de los pacientes hacia el uso de canales de comunicación web 2.0 por parte de los profesionales sanitarios, mostrando gran interés en que su médico gestione un blog o página web con consejos e información sobre salud. En la edición de 2016 del mismo estudio realizado por el ONTSI se refuerza el hecho de que los pacientes quieren que el médico del futuro sea activo en Internet y se comunique con ellos de forma telemática. Así, al 37,3% de los ciudadanos les gustaría poder comunicarse por correo electrónico con el profesional sanitario, seguido de los blogs o páginas web (36,2%) y de las redes sociales (27,6%).

Teniendo en cuenta, por tanto, que el paciente utiliza Internet para informarse sobre su salud y sus tratamientos y que el paciente reivindica y valora la presencia digital del profesional sanitario, el farmacéutico especialista (FE) debe implicarse de manera activa en este campo. En efecto, en este nuevo escenario el FE debe adoptar nuevos roles en relación, principalmente, a cuatro aspectos:

a. Presencia en el entorno digital: si los pacientes valoran la presencia de los profesionales sanitarios en el entorno digital y la posibilidad de comunicarse con ellos a través de este medio, el FE debe estar presente, familiarizado con él y ser usuario habitual de dicho entorno.

b. Generación de contenidos: el FE puede elaborar y poner a disposición de los pacientes contenidos de salud adaptados a sus necesidades a través de webs o blogs que pueden estar gestionados por él mismo o bien a través de colaboraciones en recursos de terceros.

c. Prescripción de enlaces: la calidad de la información sanitaria a la que el paciente tiene acceso es muy variable y el FE puede y debe orientarle hacia recursos de salud disponibles en Internet a las que dirigirse para buscar y completar su información.

d. Mediación entre la información de salud y el paciente: más allá de que el FE recomiende recursos de información adecuados para sus pacientes, debe ser consciente de que estos van a visitar muchas otras páginas que pueden no ser del todo fiables. Por ello, debe animarles a que compartan con él cualquier información que encuentren en la red y le consulten cualquier duda al respecto. Es muy importante el papel del FE a desempeñar como ayuda para interpretar la información que el paciente haya obtenido. Adicionalmente, en el contexto de una relación de confianza, esta situación puede reforzar dicha relación entre farmacéutico y paciente y ser determinante para que éste utilice su autonomía de manera más informada. No obstante, siempre se debe advertir al paciente que se trata de una información complementaria y que nunca debe sustituir al contacto con el equipo sanitario.

En definitiva, de la misma manera que se habla de e-salud y de e-pacientes, muchos autores consideran que se debe hablar sin tapujos de e-profesionales sanitarios para definir a aquellos profesionales que tienen una presencia activa en el entorno digital. Dicha presencia facilita un nuevo entorno de relación entre el FE y el paciente que implica un cambio de modelos de relación paternalista hacia una relación más simétrica en la que la autonomía del paciente juega un papel primordial. Esto puede suponer un reto al interaccionar con un paciente empoderado para quien el profesional ha dejado de ser la única fuente de información y de quien espera una relación más igualitaria y colaborativa. En cualquier caso, el uso de nuevas tecnologías debe ser un complemento al entorno fundamental de comunicación con los pacientes que es presencial y no debe aspirar a sustituirlo.

Finalmente, es importante destacar una ventaja adicional que proporcionan los nuevos canales de comunicación ya que permiten llegar no solo a los pacientes sino también a la población en general, con el impacto que esto puede tener en términos de educación y alfabetización sanitaria.

3. TICs de utilidad para pacientes crónicos complejos

Las TICs son consideradas uno de los principales motores de cambio de los sistemas sanitarios y su implantación es clave para la configuración de un modelo asistencial efectivo y sostenible. Muchas de estas tecnologías implican al propio sistema y su gestión asistencial (redes de comunicación, historia clínica electrónica, gestión masiva de datos…), pero otras muchas son de uso y utilidad directa por parte del paciente, quien es capaz de percibir los beneficios derivados de su uso.

Más allá del uso ya comentado de Internet para la búsqueda de información de salud, existen muchas otras opciones de utilidad para los pacientes en el ámbito de las TICs y las TACs (tecnologías de aprendizaje y conocimiento). Algunas de ellas se comentan a continuación:

**a. Herramientas 2.0**

Ya hemos hablado anteriormente del concepto web 2.0 para referirnos a una actitud, una nueva forma de usar la web y un cambio de tipo cultural profundo que va más allá de una cuestión técnica. En este contexto, el término “herramientas” hace referencia a todos aquellos soportes que permiten relacionar usuarios y generar, publicar, difundir, distribuir, compartir, promocionar... contenidos, de diferentes formatos, a través de Internet. Las herramientas 2.0 comparten, en mayor o menor medida, una serie de características:

- Son muy sencillas de utilizar.
- La mayoría están disponibles de forma gratuita o a muy bajo coste.
- La mayoría están accesibles directamente en Internet.
- Muchas son de utilidad como plataformas de enseñanza y aprendizaje, capaces de cambiar la forma de comunicar y de acceder al conocimiento.
- Existe una gran variedad de tipos de herramientas, con diferentes objetivos y funcionalidades.
- Existe un elevado número de herramientas y en continuo crecimiento.

Algunos tipos de herramientas 2.0 de uso habitual son:

- Blogs: sitios web periódicamente actualizados que recopilan cronológicamente textos o artículos de uno o varios autores, apareciendo primero el más reciente. Su principal finalidad es la difusión de información y fomentar la participación y debate por parte de los usuarios.
- Redes sociales: servicios web que permiten a los individuos construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema compartido, articular una lista de usuarios del sistema con los que compartir una conexión y ver y navegar a través de la lista de conexiones propias y de las del resto de usuarios. Existen redes generalistas (Facebook, Tuenti, Twitter y Google Plus) y específicas.
- Agregadores de contenidos (RSS): formato para compartir contenido en la web que se utiliza para difundir información actualizada frecuentemente a usuarios que se han suscrito a la fuente de contenidos. Es una forma muy sencilla de recibir, directamente en un ordenador o en una página web online (a través de un lector RSS) información actualizada desde recursos web seleccionados, sin necesidad de visitarlos uno a uno. Además, esta información se actualiza automáticamente.
- Herramientas para compartir contenidos: sitios web a los que los usuarios suben contenidos, los visualizan e incluso los pueden comentar y valorar. Suelen ser sitios que responden a una tipología específica de contenidos: fotografías, vídeos, presentaciones de diapositivas, música... Algunos de los más conocidos son You Tube, SlideShare, Flickr, Pinterest, Instagram…
- Herramientas colaborativas (Wikis): sitios web colaborativos (con texto, enlaces, imágenes y cualquier otro tipo de contenido) cuyas páginas pueden ser editadas por varios usuarios a través de un navegador Web. Sin duda el más conocido es la Wikipedia.

- Herramientas Cloud Computing: consiste en servidores de Internet que sirven a sus usuarios desde varios proveedores de alojamiento repartidos por todo el mundo, encargados de atender las peticiones de los usuarios en cualquier momento. Así, se puede tener acceso a su información o servicio, mediante una conexión a Internet desde cualquier dispositivo móvil o fijo ubicado en cualquier lugar. Algunas aplicaciones muy populares de cloud computing son Dropbox o Google Drive.

Además del nuevo entorno de relación y comunicación con los profesionales sanitarios, en el entorno 2.0 el paciente dispone de espacios donde relacionarse con otros pacientes para compartir información, generar conocimiento, generar debate y discusión y para intercambio social y de ocio. Pero, además, el paciente encuentra nuevos espacios para el soporte emocional, algo muy importante para un buen número de pacientes crónicos. Así, el paciente busca soporte en la red para compartir experiencias con otros pacientes que se encuentran en una situación similar con la filosofía de compartir para aprender. Uno de los ejemplos clásicos y paradigmáticos en este sentido es el portal "patientslikeme" (http://www.patientslikeme.com/), si bien cada vez hay más proyectos accesibles en la red con el mismo propósito.

También es muy relevante la presencia de las asociaciones de pacientes en el entorno 2.0. Según un estudio, en el año 2012 la mitad de las asociaciones de pacientes ya tenía presencia en las redes sociales y mantenía activo un blog, proporción que sin duda hoy en día es más elevada. Además, al margen de su presencia en redes sociales, el cien por cien de las organizaciones está en Internet ya que estas plataformas les pueden ayudar a lograr tener una mayor comunicación con el paciente y más cercanía con los ciudadanos. Además, la presencia de las asociaciones en el mundo 2.0 les permite responder de forma más eficaz a las necesidades de un mayor número de enfermos y no solo de los asociados.

**b. mSalud**

La salud móvil (mSalud) es la práctica de la medicina y la salud pública soportada por dispositivos móviles como teléfonos móviles, dispositivos de monitorización de pacientes, asistentes personales digitales y otros dispositivos inalámbricos. Si bien la mSalud engloba mucho más que las aplicaciones para dispositivos móviles (apps), la disponibilidad de estas apps aumenta de forma imparable en el área de la salud debido, fundamentalmente, al aumento de la disponibilidad y utilización de dispositivos móviles (principalmente smartphones) por parte de la población y al cada vez es más reconocido el papel del paciente activo e informado. En la actualidad, la mSalud está suponiendo una revolución en los sistemas sanitarios y en la forma de proveer prestaciones sanitarias a la población, con un impacto positivo en multitud de áreas:

- Empoderamiento del paciente
- Cambios en los sistemas y procesos de salud
- Modificación de hábitos de vida saludable
- Monitorización de parámetros fisiológicos o analíticos
- Almacenamiento inteligente de datos
- Acceso a poblaciones difíciles de alcanzar
- Reducción de costes sanitarios.

En lo que respecta al empoderamiento del paciente, la mSalud puede contribuir ayudándole a implicarse de forma activa en el seguimiento de su enfermedad y su tratamiento, así como modificando hábitos y comportamientos del paciente que redunden en beneficios para su salud. Además, las apps facilitan la comunicación y el envío de información entre pacientes y profesionales sanitarios, lo cual resulta muy relevante en el manejo y tratamiento de las enfermedades crónicas. Así, el paciente puede ir incorporando síntomas o parámetros clínicos o fisiológicos (presión arterial, glucosa, etc.) de forma periódica y en cualquier momento y lugar de modo que los puede poner a disposición de los profesionales sanitarios, facilitando un mejor seguimiento por parte de los mismos.

Otro ejemplo de modificación de procesos es cómo las apps pueden contribuir a mejorar aspectos relacionados con la gestión sanitaria (petición de citas, consultas entre especialistas, acceso al historial médico…) que pueden repercutir positivamente en ahorros en costes y optimización de dichos procesos.

Un caso particular del registro de datos por parte de los pacientes es la incorporación de sensores en distintos tipos de dispositivos o prendas de uso habitual (wearables), que hace cada vez más sencilla la monitorización y registro de parámetros que son transferidos a apps capaces de almacenar los datos y hacer un seguimiento continuado y a tiempo real del nivel de actividad y el estado de salud de cada usuario. Además, presenta la ventaja adicional de que registra los datos sin la necesidad de que el usuario tenga que hacerlo de forma activa y de un modo mucho más fiable. Esto permite el almacenamiento 'inteligente' de los datos, es decir, de forma normalizada y estructurada, que pueden ser transferidos a otros sistemas de información de modo que contribuyen a alimentar el denominado "big data" que, en el caso de la salud, trata precisamente de cómo integrar la ingente cantidad de datos provenientes de dispositivos, redes sociales, aparatos médicos, registros en papel, etc., y estructurarlos de forma eficaz para predecir, prevenir y personalizar el abordaje de las enfermedades. La explotación adecuada de este big data es clave a la hora de la toma de decisiones o en planificación sanitaria.

No obstante, no todo son ventajas en el mundo de las apps de salud, ya que también existen riesgos derivados de una posible baja calidad de las mismas, problemas de usabilidad o riesgos con la seguridad, confidencialidad y privacidad de los datos. En este sentido, tal como se señalaba anteriormente para las páginas web de salud, el FE puede y debe implicarse en la colaboración para el desarrollo de apps de salud, en la evaluación de la calidad de las mismas y en la prescripción de apps de utilidad para sus pacientes. Hay que tener en cuenta que en la actualidad se estima que existen más de 165.000 apps relacionadas con la salud o la vida saludable, por lo que en muchas ocasiones al paciente le resulta difícil distinguir cuales de ellas le pueden resultar de utilidad.

En la tabla 1 se muestran algunas fuentes donde se recopilan, clasifican y, en algunos casos, se describen y evalúan apps de salud que pueden ser de utilidad tanto para el FE como para los pacientes.

| |
|---|
| Recurso: Apps y proyectos de Movilidad<br>Entidad: Oficina mHealth.cat. Fundació TicSalut. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya<br>Dirección: http://www.calidadappsalud.com/distintivo/catalogo |
| Recurso: APPs Medicina<br>Entidad: Bayer España<br>Dirección: https://appsmedicina.com/ |
| Recurso: AppScript<br>Entidad: https://www.appscript.net/<br>Dirección: IMS Health |
| Recurso: Biblioteca de aplicaciones de salud<br>Entidad: Fundación iSYS<br>Dirección: http://www.fundacionisys.org/es/apps-de-salud/biblioteca-2014-2015 |
| Recurso: Catálogo de apps móviles de salud<br>Entidad: Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía<br>Dirección: http://www.calidadappsalud.com/distintivo/catalogo |
| Recurso: iMedicalApps<br>Entidad: iMedicalApps<br>Dirección: http://www.imedicalapps.com/ |
| Recurso: Informe 50 mejores apps de salud en español<br>Entidad: The App Date<br>Dirección: http://www.theappdate.es/static/media/uploads/2014/03/Informe-TAD-50-Mejores-Apps-de-Salud.pdf |
| Recurso: Myhealthapps<br>Entidad: Patient View<br>Dirección: http://myhealthapps.net/ |

Tabla 1. Recursos para localizar apps de salud

### c. Telefarmacia

Se puede definir la telefarmacia como la provisión de atención farmacéutica a pacientes a distancia a través del uso de las telecomunicaciones y las tecnologías de la información y comunicación, tanto sincrónicas (ej. videoconferencias) como asincrónicas (ej. web, correo electrónico). Evidentemente, las consultas por telefarmacia facilitan al paciente el acceso al sistema sanitario en general y al FE en particular. Esto puede ser especialmente relevante para pacientes con dificultad para su desplazamiento o que vivan en lugares muy alejados de su hospital.

4. Recursos de información útiles para pacientes con patologías crónicas

Evidentemente resulta del todo imposible recopilar todos los recursos existentes en Internet de información útiles para pacientes con patologías crónicas, ni siquiera los más relevantes. Además, el entorno digital es enormemente dinámico por lo que pueden aparecer nuevos recursos que habría que considerar. A continuación, a modo de muestra y sin pretender hacer una relación exhaustiva, se muestra una pequeña selección de algunos de ellos ordenados alfabéticamente:

- **Recursos generales**
    - Recurso: CDC (Centers for Disease Control)
      Dirección: http://www.cdc.gov/spanish/
      Autoría/Propiedad: U.S. Department of Health & Human Services
      Contenido: Información general sobre salud
    - Recurso: CedimCat
      Dirección: http://www.cedimcat.info/index.php?lang=es
      Autoría/Propiedad: CedimCat (Centro de Información de Medicamentos de Cataluña)
      Contenido: Información sobre medicamentos
    - Recurso: CIMA. Centro de información online de Medicamentos de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios
      Dirección:
      http://www.aemps.gob.es/cima/fichasTecnicas.do?metodo=detalleForm
      Autoría/Propiedad: Página web de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios elaborada por CIMA (Centro de información online de Medicamentos)
      Contenido: información sobre los medicamentos autorizados en España, con acceso a los prospectos
    - Recurso: Clínica Universitaria de Navarra. Medicamentos y Salud
      Dirección: http://www.cun.es/enfermedades-tratamientos
      Autoría/Propiedad: Clínica Universitaria de Navarra

Contenido: Información general sobre salud y medicamentos

- Recurso: Consejos de salud. Govern de les Illes Balears
  Dirección: http://www.caib.es/sacmicrofront/contenido.do?mkey=M1002051254543558940&lang=ES&cont=16520
  Autoría/Propiedad: Govern de les Illes Balears
  Contenido: Información general sobre salud
- Recurso: Cuídate
  Dirección: http://cuidatecv.es/
  Autoría/Propiedad: Generalitat Valenciana
  Contenido: Información general sobre salud
- Recurso: El blog de Rosa
  Dirección: http://www.elblogderosa.es/
  Autoría/Propiedad: Rosa Pérez (Diplomada en Enfermería)
  Contenido: Información general sobre salud
- Recurso: Fisterra
  Dirección: http://www.fisterra.com/Salud/
  Autoría/Propiedad: Elsevier
  Contenido: Información general sobre salud
- Recurso: Forumclinic
  Dirección: http://www.forumclinic.org
  Autoría/Propiedad: Hospital Universitari Clínic de Barcelona. Fundación BBVA
  Contenido: Información general sobre salud
- Recurso: Guía Salud
  Dirección: : http://www.guiasalud.es/egpc/presentacion_pacientes/index.html
  Autoría/Propiedad: SNS
  Contenido: información adaptada para pacientes de guías de práctica clínica
- Recurso: i-botika
  Dirección: http://www.osakidetza.euskadi.eus/r85-chpaib00/es
  Autoría/Propiedad: Departamento de Salud del Gobierno Vasco
  Contenido: Información sobre medicamentos

- Recurso: in-pacient.es
  Dirección: http://patienteducation.stanford.edu/
  Autoría/Propiedad: in-pacient.es
  Contenido: Punto de encuentro para personas con enfermedades crónicas en el que puedan informarse, compartir y colaborar para tener una mejor calidad de vida
- Recurso: LIS España: sitios saludables – Información al ciudadano
  Dirección: https://goo.gl/zVrnI1
  Autoría/Propiedad: Biblioteca Nacional de Ciencias de la Salud de España (BNCS), del Instituto Salud Carlos III (ISCIII) y el Centro Latinoamericano y del Caribe de Información en Ciencias de la Salud (BIREME)
  Contenido: buscador especializado en sitios de salud
- Recurso: Medline Plus
  Dirección:
  https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginformation.html
  Autoría/Propiedad: Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos
  Contenido: Información general sobre salud y medicamentos
- Recurso: Patients Like Me
  Dirección: https://www.patientslikeme.com/
  Autoría/Propiedad: PatientsLikeMe
  Contenido: recurso web donde los pacientes comparten información y experiencia propia para monitorizar su evolución y, al mismo tiempo, ayudar a otros pacientes
- Recurso: Personas que
  Dirección: https://www.personasque.es/#
  Autoría/Propiedad: Personas que
  Contenido: recurso web en español donde los pacientes comparten información y experiencia propia para monitorizar su evolución y, al mismo tiempo, ayudar a otros pacientes
- Recurso: Portal de salud Madrid: Ciudadanos

Dirección:
http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1155886657113&pagename=PortalSalud/Page/PTSA_subhome&pestanna=1
Autoría/Propiedad: Servicio Madrileño de Salud
Contenido: Información general sobre salud y medicamentos

- Recurso: Salupedia
  Dirección: http://www.salupedia.org/
  Autoría/Propiedad: Grupo de Tecnologías para la Salud y Bienestar del Instituto ITACA (ITACA-TSB) de la Universidad Politécnica de Valencia.
  Contenido: Comunidad de usuarios donde los profesionales recomiendan contenidos, ya existentes en la red, a pacientes, familiares y ciudadanos en general
- Recurso: Somos Pacientes
  Dirección: http://www.somospacientes.com/
  Autoría/Propiedad: Somos Pacientes
  Contenido: Se trata de una comunidad de asociaciones de pacientes de España
- Recurso: Stanford Patient Education Research Center
  Dirección: http://patienteducation.stanford.edu/
  Autoría/Propiedad: Stanford University
  Contenido: Centro de educación para pacientes de la Universidad de Stanford en el que se desarrollan los programas de paciente experto para el automanejo de la enfermedad por el paciente
- Recurso: UFPE La Fe
  Dirección: http://ufpelafe.wixsite.com/ufpelafe
  Autoría/Propiedad: Servicio de Farmacia. Hospital Universitari i Politècnic La Fe
  Contenido: Información general sobre salud y medicamentos

- **Diabetes**
  - Recurso: American Diabetes Association
    Dirección: http://www.diabetes.org/es/
    Autoría/Propiedad: American Diabetes Association

Contenido: Información general sobre la diabetes

- Recurso: Diabetes tipo 1
  Dirección: http://www.diabetestipo1.es/
  Autoría/Propiedad: Dani Royo (licenciado en Psicología, paciente de diabetes mellitus tipo 1)
  Contenido: Información sobre diabetes desde la experiencia de un paciente
- Recurso: Fundación para la diabetes
  Dirección: http://www.fundaciondiabetes.org/
  Autoría/Propiedad: Fundación para la diabetes
  Contenido: Información general sobre la diabetes

- **Enfermedad cardiovascular**
  - Recurso: Activa tus arterias
    Dirección: http://www.activatusarterias.com/
    Autoría/Propiedad: Sociedad Española de Arteriosclerosis (SEA)
    Contenido: Información general sobre arteriosclerosis
  - Recurso: El Club del Hipertenso
    Dirección: http://www.clubdelhipertenso.es/
    Autoría/Propiedad: Sociedad Española de Hipertensión y Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial
    Contenido: Información general sobre hipertensión
  - Recurso: Federación Española de Asociaciones de Anticoagulados
    Dirección:
    http://anticoagulados.info/index.php?r=site/page&id=871&title=Anticoagulaci%C3%B3n&idm=94
    Autoría/Propiedad: Federación Española de Asociaciones de Anticoagulados (FEASAN)
    Contenido: Información general para el paciente anticoagulado

- **Afecciones respiratorias crónicas**
  - Recurso: EPOC
    Dirección:
    http://www.dmedicina.com/enfermedades/respiratorias/epoc.html

Autoría/Propiedad: DMedicina.com Salud y bienestar

Contenido: Información general para pacientes sobre enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)

- Recurso: ¿Qué es el asma?

  Dirección: https://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/asthma

  Autoría/Propiedad: National Heart, Lung and Blood Institute

  Contenido: Información general para pacientes sobre asma

- Recurso: SeparPacientes

  Dirección: www.pacientescomotu.org

  Autoría/Propiedad: Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR)

  Contenido: Información general para pacientes sobre patologías respitatorias

- **Enfermedad mental**
  - Recurso: CiberSam

    Dirección: http://www.cibersam.es/

    Autoría/Propiedad: Centro de Investigación Biomédica en Red (CIBERER). Instituto de Salud Carlos III

    Contenido: Información general sobre distintos trastornos mentales con información para pacientes

  - Recurso: Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

    Dirección: https://consaludmental.org/

    Autoría/Propiedad: Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

    Contenido: Información general para paciente sobre salud mental

  - Recurso: National Institute of Mental Health

    Dirección: https://www.nimh.nih.gov/health/topics/index.shtml

    Autoría/Propiedad: National Institute of Mental Health. National Institutes of Health (NIH). U.S. Department of Health and Human Services

    Contenido: Información general sobre distintos trastornos mentales con información para pacientes

- **VIH**
    - Recurso: Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt)
      Dirección: http://gtt-vih.org/
      Autoría/Propiedad: Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt)
      Contenido: Información sobre tratamientos del VIH y el SIDA desde una perspectiva comunitaria
    - Recurso: InfoSIDA (AIDSinfo)
      Dirección: https://infosida.nih.gov/
      Autoría/Propiedad: AIDSinfo. U.S. Department of Health and Human Services
      Contenido: Información muy completa sobre todos los aspectos relacionados con la infección por el VIH. Información para pacientes
    - Recurso: ONUSIDA (UNAIDS)
      Dirección: http://www.unaids.org/es
      Autoría/Propiedad: ONU
      Contenido: Todo tipo de información relacionada con la infección por el VIH

- **Esclerosis Múltiple**
    - Recurso: Fundación Esclerosis Múltiple
      Dirección: http://www.fem.es/
      Autoría/Propiedad: Fundación Esclerosis Múltiple
      Contenido: Recursos para pacientes con Esclerosis Múltiple. También dispone de un “Observatorio Esclerosis Múltiple” con acceso desde la web
    - Recurso: National Multiple Sclerosis Society
      Dirección: http://www.nationalmssociety.org/
      Autoría/Propiedad: National Multiple Sclerosis Society
      Contenido: Todo tipo de recursos para los pacientes con esclerosis múltiple
    - Recurso: Esclerosis Múltiple España
      Dirección: http://www.esclerosismultiple.com/
      Autoría/Propiedad: Esclerosis Múltiple España

Contenido: Recursos para pacientes con Esclerosis Múltiple

- **Artropatías**
  - Recurso: ConArtritis (Coordinadora Nacional de Artritis)
    Dirección: http://www.conartritis.org/
    Autoría/Propiedad: Coordinadora Nacional de Artritis
    Contenido: Recursos para pacientes con artropatías
  - Recurso: Osteoporosis
    Dirección: http://www.dmedicina.com/enfermedades/musculos-y-huesos/osteoporosis.html
    Autoría/Propiedad: DMedicina.com Salud y bienestar
    Contenido: Información general para pacientes sobre osteoporosis
  - Recurso: Sociedad Española de Reumatología (SER). Área de pacientes
    Dirección: http://www.ser.es/pacientes/
    Autoría/Propiedad: Sociedad Española de Reumatología
    Contenido: Área de pacientes de la web de la Sociedad Española de Reumatología con información dirigida a los mismos

- **Psoriasis**
  - Recurso: Acción Psoriasis (Asociación de Pacientes de Psoriasis, Artritis Psoriásica y Familiares)
    Dirección: http://www.accionpsoriasis.org/
    Autoría/Propiedad: Asociación de Pacientes de Psoriasis, Artritis Psoriásica y Familiares
    Contenido: Recursos formativos e informativos para pacientes con psoriasis
  - Recurso: Psoriasis
    Dirección: http://www.dmedicina.com/enfermedades/dermatologicas/psoriasis.html
    Autoría/Propiedad: DMedicina.com Salud y bienestar
    Contenido: Información general para pacientes sobre psoriasis
  - Recurso: Psoriasis

Dirección: http://www.patienteducationcenter.org/articles/psoriasis/
Autoría/Propiedad: Patient Education Center. Harvard Medical School
Contenido: Información general para pacientes sobre psoriasis

- **Cáncer**
  - Recurso: Cancer.net
    Dirección: http://www.cancer.net/about-us/asco-answers-patient-education-materials
    Autoría/Propiedad: American Society of Clinical Oncology (ASCO)
    Contenido: Información dirigida a pacientes sobre los distintos tipos de cáncer y las circunstancias y entidades que rodean al cáncer
  - Recurso: Cancer Patient Education Network
    Dirección: http://www.cancerpatienteducation.org/
    Autoría/Propiedad: Cancer Patient Education Network
    Contenido: Recursos formativos e informativos para pacientes con cáncer
  - Recurso: Oncosaludable
    Dirección: http://oncosaludable.es/
    Autoría/Propiedad: Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM)
    Contenido: Todo lo que un paciente debe saber para sentirse mejor antes, durante y después de un tratamiento oncológico

- **Pacientes trasplantados**
  - Recurso: American Society of Transplantation. Patient Information
    Dirección: https://www.myast.org/patient-information/patient-information
    Autoría/Propiedad: American Society of Transplantation (AST)
    Contenido: Área de información para pacientes para antes y después del trasplante
  - Recurso: Fundación Josep Carreras. Área de pacientes
    Dirección: http://www.fcarreras.org/es/trasplante
    Autoría/Propiedad: Fundación Josep Carreras
    Contenido: Información general para pacientes sobre el trasplante de médula ósea, sangre periférica o sangre de cordón umbilical

- Recurso: International Transplant Nurses Society. Patient education
  Dirección: http://www.itns.org/patienteducation.html
  Autoría/Propiedad: International Transplant Nurses Society (ITNS)
  Contenido: Dispone de gran cantidad de folletos informativos para diferentes cuestiones relacionadas con el trasplante

BIBLIOGRAFÍA


- Cepeda, JM. Manual de Inmersión 2.0 para profesionales de salud. Salud Conectada. Recuperado el día 28-09-2016 desde http://saludconectada.com/
- Informe ConTIC: la contribución de las TIC en la optimización del sistema de salud y la atención al paciente emergente. (consultado 28-09-2016). Edita: Grupo Menarini España. Disponible en https://www.menarini.es/images/contic/informecontic.pdf
- Monte Boquet E. Interrelación 2.0. En: Dobledosis. Ser bueno ya no basta. 2013. Madrid. Romá Sánchez E, Morillo Verdugo R (coordinadores). ISBN: 978-84-695-8714-0
- ONTSI & RED.ES (2016). Los ciudadanos ante la e-sanidad. Opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicaciones de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el ámbito sanitario. Madrid: Red.es. Online: http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/ontsi/files/los_ciudadanos_ante_la_e-sanidad.pdf
- ONTSI & RED.ES (2012). Los ciudadanos ante la e-sanidad. Estudio sobre opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicaciones de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el ámbito sanitario. Madrid: Red.es. Online: http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/ontsi/files/informe_ciudadanos_esanidad.pdf
- Informe “Juntos contra el aislamiento digital. Propuestas para reducir la brecha digital en salud”. Grupo Menarini. Recuperado el día 28-09-2016 desde http://contraelaislamientodigital.com/

- Fernández Lisón LC, Juárez JC, Monte E. Salud 2.0, nuevas herramientas de comunicacion para el ejercicio profesional de la farmacia hospitalaria. Farm Hosp 2012;36(5):313-4
- Monte Boquet E, Juárez Giménez JC, Fernández Lisón LC. Farmacia hospitalaria 2.0: quedarse fuera no es una opción. Rev. O.F.I.L. 2015, 25;2:71-72
- Fernández Lisón LC, Monte E, Juárez JC. Salud 2.0: un nuevo reto para la farmacia hospitalaria. En: Monografías de Farmacia Hospitalaria: "Nuevos horizontes profesionales". 2014, Nº1. Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria. Edita: Bayer Hispania SL. ISBN: 978 84 695 9995 2. Depósito legal: B 8147-2014
- WHO. Global Observatory for eHealth series - Volume 3: mHealth: New horizons for health through mobile technologies. June 2011
- eSalud: aplicaciones y tendencias. Madrid, 2016. Estíbaliz Simón y Sergio Vañó (editores). Edición: Fundación Gaspar Casal
- European Commission, "Green paper on mobile Heath (mHealth)," 2014, URL: http://ec.europa.eu/digital-agenda/en/news/green-paper-mobile-health-mhealth