

La plataforma multimedia Informarse.es Salud ha registrado más de 44.000 visitas desde marzo de 2007

Este servicio de información cuenta ya con cerca de 400 videos, accesibles también en las salas de espera de 90 centros sanitarios de Andalucía

La plataforma multimedia Informarse.es Salud ha registrado más de 44.000 visitas desde que en marzo de 2007 la Consejería de Salud pusiese en marcha este servicio de información al ciudadano. De ellas, un total de 34.000 se han realizado desde Internet y 10.000 a través de los móviles de tercera generación. Este servicio, pionero a nivel mundial, aprovecha las ventajas que ofrecen las nuevas tecnologías (Internet, móviles de tercera generación y pantallas informativas en los centros sanitarios) para poner al alcance de los ciudadanos información sanitaria de interés, consejos y educación en salud sobre hábitos de vida y alimentación saludable, y ejercicios de relajación.

Se trata de vídeos de carácter divulgativo, con un lenguaje sencillo y atractivo, en los que se resuelven dudas sobre temas sanitarios y que invitan a la participación y puesta en práctica de los consejos que en ellos se ofrecen. Estos contenidos se van renovando periódicamente.

De hecho, existen ya cerca de 400 videos disponibles sobre diversos temas, distribuidos en siete bloques temáticos y que incluyen recomendaciones sobre las comidas más adecuadas para llevar una alimentación equilibrada, los ejercicios físicos más recomendados para cada tipo de edad, los cuidados necesarios para los bebés o cómo actuar ante una emergencias sanitaria, entre otros.

Los contenidos que se ofrecen a través de este servicio de información siguen las directrices marcadas por los Planes Integrales de Salud en lo que a la promoción de hábitos de vida saludable se refiere y cuentan con el aval y la supervisión de expertos sanitarios de distintas especialidades; si bien, nunca deben sustituir la consulta personal con un profesional sanitario.

Los más vistos

Consejos sobre alimentación saludable, vacaciones sanas, los cuidados del bebé y las recomendaciones a seguir durante el embarazo, y los ejercicios de relajación han sido algunos de los temas más consultados por los ciudadanos a través de Internet. Mientras que en los móviles destacan las descargas de los microespacios de concienciación frente al tabaco y el envío de recetas equilibradas a otros usuarios.

La página es accesible desde la dirección www.informarseessalud.es y desde la web de la Consejería de Salud y del Servicio Andaluz de Salud (www.juntadeandalucia.es/salud y www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud). La plataforma permite a través de Internet,

además de consultar los vídeos, enviarlos a una dirección de correo electrónico o a un teléfono móvil.

Esta información está accesible también en 90 centros de salud, donde más de un millón y medio de andaluces pueden ver cerca de 400 videos diferentes. Está previsto que a finales de 2009 Informarse.es Salud pueda emitirse en casi 600 centros de salud, hospitales y centros hospitalarios de alta resolución, y acercar este tipo de contenidos útiles a cerca de seis millones de personas, lo que supone el 75% de la población andaluza.

En el último mes se han incorporado videos sobre donación de órganos y trasplantes para apoyar la concienciación hacia esta práctica solidaria. Además, de cara al verano, Informarse.es Salud ha integrado nuevos contenidos de interés general para la ciudadanía, entre los que destacan la prevención de accidentes infantiles o de lesiones medulares provocadas por caídas en zonas de baño, información sobre alergias y picaduras, consejos para viajar y recomendaciones sobre la conservación, manipulación y consumo de alimentos en verano.

Asimismo, está previsto poner a disposición de los ciudadanos temas novedosos como la salud mental y técnicas de soporte vital básico, así como consejos ante las bajas temperaturas, higiene bucodental en personas mayores, revisiones auditivas y prevención de accidentes del hogar.

Los contenidos

Informarse.es Salud ofrece sus contenidos distribuidos en siete bloques temáticos que presentan la información en diversos formatos. Así existen amplios reportajes con información detallada sobre enfermedades concretas, respuestas a preguntas formuladas por los propios ciudadanos y respondidas por profesionales especialistas en la materia, ejercicios de relajación, recetas equilibradas y juegos con curiosidades médicas.

En el apartado A tu Salud se incluyen los reportajes en profundidad sobre patologías específicas o consejos saludables orientados a sectores específicos de la población (personas mayores o bebés). Estos vídeos ofrecen, además, entrevistas a profesionales del sistema sanitario público andaluz en las que explican con detalle, desde su experiencia y formación, cada uno de los aspectos tratados en el reportaje. Se trata de información útil, con mensajes claros, para que los ciudadanos conozcan cómo mejorar su calidad de vida a través, por ejemplo, de sencillos cambios en la alimentación.

En Cuestión de salud son los propios ciudadanos quienes formulan preguntas sobre los aspectos sanitarios que les preocupan. Estas cuestiones se trasladan a los profesionales sanitarios, quienes dan respuesta a las dudas planteadas.

En el bloque temático Sabía que..., el ciudadano encuentra información sanitaria que le permite conocer curiosidades sobre la naturaleza del cuerpo humano y su reacción ante determinados estímulos. Algunos de los temas de este bloque se refieren a salud bucodental, cuidados del bebé o deshabitación tabáquica.

El Quiz Salud combina el entretenimiento con la información a través de un juego de pregunta-respuesta que permite conocer, de una forma ágil y divertida, cuestiones que atañen a la salud. Para ello, se plantea una pregunta con tres posibles opciones para que sea el ciudadano el que ponga a prueba sus conocimientos. Al cabo de unos segundos se descubre la respuesta correcta acompañada de una explicación complementaria. Son preguntas interesantes con respuestas curiosas que permiten aprender de manera divertida.

El apartado Relajarse.es Salud, uno de los más vistos y más enviados por los ciudadanos en estos nueve meses, es un espacio donde, a través de vídeos de 10 minutos, se muestran ejercicios prácticos de relajación que se pueden realizar simultáneamente o poner en práctica en el momento que el ciudadano lo necesite.

Los dos apartados que completan los siete bloques temáticos que conforman Informarse.es Salud son las Recetas equilibradas y Salud y deporte. En el primero se ofrecen recetas fáciles y nutritivas recopiladas por expertos en Salud Pública y que contribuirán a tener una alimentación sana y equilibrada, mientras que el segundo abre una ventana a consejos para practicar deporte de forma sana a cualquier edad.

Web SAS