

Editorial

Redes sociales e internet

Silvio Marinelli

Siempre han existido redes sociales, es decir, personas y relaciones entre ellas. Sin embargo, hoy en día nos referimos a las **redes sociales** como sitios de Internet formados por comunidades de personas y/o instituciones con intereses o actividades en común y que permiten el contacto entre éstos, de manera que se puedan comunicar e intercambiar información. Muchas veces, las personas no se conocen, pero sí establecen un contacto a través de una red social, creando **comunidades virtuales**.

Se discute mucho sobre la **utilidad** – ciertamente grande -, el alcance y también los **riesgos** de las redes sociales.

Entre los **peligros** más conocidos está la percepción o queja de que la realidad virtual reemplaza a la red “personal”, las relaciones cara a cara y el gusto del encuentro; indudablemente, un cierto anonimato caracteriza a las redes virtuales y las relaciones pueden tornarse “funcionales”, perdiendo su característica de diálogo íntimo y rico de afectividad. En realidad, esta es una tendencia que notamos también en todo tipo de relaciones interpersonales: nos hablamos y comunicamos “sólo” para lograr un beneficio o para desarrollar una actividad; no es una prerrogativa de la red social por internet.

Como en todas las actividades humanas se trata de saber **usar correcta y responsablemente las herramientas** que el progreso técnico-científico pone a nuestro alcance. Las redes sociales permiten una comunicación más rápida (en tiempo real), directa (sin intermediarios que puedan manipular la información según sus criterios) y barata (en muchos casos gratis). Estas ventajas son importantes.

Claro está que para el uso correcto de la herramienta se necesita de **protagonistas con un cierto grado de información previa** (dónde ir a buscar y con quién crear o ser parte de una red), **con habilidades técnicas para navegar en una dirección bien definida** (sin perder tiempo) y con **capacidad para discernir** – también aquí, en tiempo real – lo que sirve de lo que es basura o pérdida de tiempo. Enfrentamos el desafío de superar la **brecha digital**: aprender cómo “buscar” y cómo “evaluar” la información.

Internet es una **mina de información** respecto a enfermedades, tratamientos, fármacos y nuevas posibilidades terapéuticas. Eso abre escenarios alentadores: mucha información disponible para todos en todos los lugares y a toda hora, información constantemente actualizada y presentada en formatos que faciliten su comprensión (gráficos, videos, formas interactivas, etc.). Internet permite una mejor **formación y actualización de los profesionistas**, un **acceso más “ordenado” a los servicios de salud**, una **información disponible a categorías de personas menos favorecidas** (que salen de casa con dificultad o que viven en lugares alejados de los centros de salud, por ejemplo). La gran cantidad de información que podemos rastrear en Internet nos convierte en **pacientes más conscientes y exigentes**.

Las redes sociales abren **perspectivas muy interesantes y prometedoras también en el campo de la práctica clínica y de la asistencia** a personas necesitadas. Tal vez, pueda ser una respuesta a la petición de **humanización** del mundo de la salud: las redes pueden permitir el desarrollo de una medicina “personal” en donde los pacientes están al tanto de la información que les corresponde y pueden interactuar con su médico sin largas esperas o filas.

Cada protagonista – pacientes, médicos, personal de asistencia, investigadores, etc. – deberá (mejor dicho: “deberemos”, porque nos involucra a todos) **elegir la red social** más apta para nuestras necesidades. Sólo por proponer un ejemplo, Facebook no es la más indicada para comunicaciones de tipo profesional o clínico. Es oportuno también poner cuidado en la **configuración del perfil** para evitar que aspectos personales - que no queremos compartir con todos – “suban” a la red y nos causen problemas; todas las redes permiten mantener la privacidad y confidencialidad: se trata de utilizar las herramientas con inteligencia. Necesitamos, además, de “colmillo” para **“seleccionar nuestros contactos”**: no es importante tener muchos “amigos”, sino sólo los que queremos incluir y ser incluidos en sus redes.

Todos los avances tecnológicos conllevan sus riesgos; se trata de tomar una actitud de **valoración inteligente** de las nuevas oportunidades.