

52-Un espacio virtual para elevar la salud mental y la calidad de vida de nuestros usuarios.

MSc. Anabel Baños Benítez, Lic. María Emilia Victores Palenzuela.

Escuela Latinoamericana de Medicina

E-mail: ana@elacm.sld.cu

RESUMEN

La era de la información trae consigo consecuencias profundas a plazos relativamente cortos en la organización social y económica de nuestras sociedades. De aquí podemos inferir que la información es un arma clave que se ha invertido en una gran fuerza económica de nuestra época. Esto representa una parte vez más importante del producto nacional y constituye un sector de avanzada de la economía en expansión. La información es, hoy por hoy, el sistema nervioso de la sociedad contemporánea y, como tal, desempeña un papel esencial en el desarrollo y formación integral de Médicos Generales Básicos, orientados hacia la atención primaria de salud como escenario fundamental de su actuación, para ello los docentes desarrollan un trabajo educativo que representa el pilar para lograr en estos una sólida formación integral. Es por ello que concebimos este espacio virtual de Salud Mental como una propuesta que permita abrir los horizontes del aprendizaje y la enseñanza flexible, brindándole al usuario libertad u opcionalidad en el acceso, la admisión, selección de recursos y fuentes de información así como en las determinaciones temporales espaciales. Desde el de vista teórico-metodológico, esta propuesta permite que la educación nuestros usuarios sea más personalizada porque el sitio se encuentra disponible la Intranet del Centro de Información para su consulta, lo que facilitará al usuario aprender de acuerdo con sus necesidades, habilidades y tiempo libre y de esta forma contribuir a su formación integral. Este sitio posee un alto valor ya que es un producto más económico, pues en una página Web los contenidos se pueden actualizar constantemente e incorporar sitios, artículos y otros recursos y fuentes de información. Para futuros profesionales de la salud es muy importante ser conocedor y experto en la ión y el acceso a la información ya sea en la Web, bases de datos en línea u otros recursos electrónicos para que se puedan desempeñar eficazmente en la gestión del conocimiento. Se utiliza para el diseño del mismo el lenguaje de programación Dreamweaver MX, Adobe Photoshop•cs Versión 8.0.1 y otras aplicaciones como: capas, formularios, tablas y ASP.

Palabras clave: Calidad de vida, estilos de vida saludables, gestión del conocimiento, información en salud

INTRODUCCIÓN

La humanidad se encuentra en la era de la información, donde las tecnologías informáticas invaden a ritmo vertiginoso todos los cam de la actividad humana. Poner estos adelantos al servicio de los hombres de ciencia del futuro significa garantizar un profesional a la altura de las exigencias del mundo moderno y contribuir sin dudas al mejoramiento humano, para garantizar así continuidad de la especie humana pero con un ser humano intelectual, científica y moralmente superior.

La salud mental es una parte trascendente de la salud mental de los individuos y las comunidades pues se convierte en complemento esencial del bienestar psicológico y las conductas ante la salud. En la formación integral de los usuarios es un imperativo el desarrollo armónico de su personalidad que les permita una postura ética y social de compromiso consigo mismo y con su contexto de desarrollo profesional. La creación de un espacio virtual que enriquezca la salud mental y la calidad de vida de nuestros usuarios pueden contribuir al desarrollo institucional y a fomentar una cultura comunitaria que promueva estilos de vida saludables e individuos más plenos y comprometidos con la autogestión de su bienestar psicológico.

La iniciativa de llevar el Proyecto de Salud Mental y Calidad de Vida a soporte virtual ofrece la posibilidad de hacer un trabajo extensionista y de intercambio con el tema que sin dudas irá cumpliendo expectativas a corto, mediano y largo plazo dentro de la comunidad universitaria de La Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM), así como fuera de ella. En la medida que este sitio pueda ser consultado por todas aquellas personas ávidas de cultivar su salud, se estará cumpliendo un sueño de todos los que trabajan en función de la educación para la salud, la cual incluye la prevención, orientación y control que es el baluarte sobre el cual están basados los preceptos establecidos por aquellas instituciones representantes de la salud en el mundo contemporáneo y que es una labor que deben llevar a cabo de manera conjunta las instituciones especializadas y los estados y gobiernos como máximos responsables de la salud de sus pueblos.

Fueron objetivos de este trabajo diseñar y crear un espacio virtual dentro del sitio Web del Centro de Información que brinde información actualizada a nuestros usuarios con relación a la Salud Mental y a la Calidad de Vida, Estimular a través de la Intranet, estrategias de trabajo asociadas a la promoción, prevención y rehabilitación en salud mental, así como gestionar la cultura y alfabetización informacional y tecnológica en futuros médicos y trabajadores a través de la Intranet.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para la creación del Sitio se realizó una extensa búsqueda y recuperación de información en Internet, Infomed, Bases de Datos biomédicas como LILACS, MEDLINE y otras con el objetivo de confeccionar la base de datos de artículos y poner al servicio de los visitantes, los directorios especializados así como una guía para la recuperación de información utilizando los motores de búsqueda más conocidos como google, Altavista, Lycos, alltheweb, entre otros.

Se diseñó el sitio con vínculos con otras fuentes de información de salud como: Infomed (Portal de Salud Cubano), Preguntas al Especialista, una base de datos (para almacenar la información del vínculo Preguntas al Especialista), Contactos (e-mail), eventos (aparecen los eventos institucionales, nacionales e internacionales relacionados con el tema), recursos de información (Libros, Enciclopedia Medline Plus, Normas de Vancouver, Estrategias de búsqueda, BVS Adicciones y Salud Mental, Catálogo Motores de Búsqueda, Documentación y Literatura Médica.

RESULTADOS

El sitio se ha concebido sobre plataforma Web, utilizando el lenguaje de programación de avanzada Dreamweaver MX donde existe una página principal con vínculos a la columna izquierda que incluyen recursos de información en salud, cursos electivos, taller de adicciones, sitios de interés, revistas especializadas en la temática, eventos relacionados, artículos y preguntas al especialista, los vínculos columna derecha incluyen enlaces a Elam Web, Infomed, el Mapa del Sitio, así como el contacto del

webmaster (e-mail). Ambas columnas se separan por una breve descripción del sitio para despertar el interés de los usuarios. En la página que ocupa “Recursos de Información en Salud”, se puede consultar: Libros y Enciclopedia (Medline Plus), Normas de Vancouver, BVS Adicciones y Salud Mental, Catálogo de Motores de Búsqueda y Documentación y Literatura Médica

Los artículos se encuentran en formato PDF en caso de no disponer del programa Adobe Acrobat Reader se pueden instalar a través de un vínculo que se ofrece en esta página, los mismos responden a las siguientes temáticas: Adicciones, Personalidad y Salud Mental, Salud Mental, Sexualidad, Trastornos de la alimentación y Calidad de Vida.

En la sección Publicar preguntas los usuarios pueden conocer los requisitos para publicar una pregunta, además un formulario, cuyos campos obligatorios están marcados. Aparecen cuatro botones, uno que permite limpiar el campo, otro para enviar la información, un tercero para regresar a la página de Consulta y el cuarto a la Página Principal. Cualquier interesado en el tema de la Salud Mental puede realizar preguntas a nuestros especialistas a través de nuestra Intranet.

De igual forma en la sección *Responder Preguntas*, sólo tienen acceso los especialistas autorizados, los cuales deberán introducir sus nombres y contraseñas en las cajas de diálogo.

Se visualizan en esta sección tres botones: uno para aceptar, otro para regresar a la Consulta y el último para volver a la Página Principal.

En el vínculo “Sitios de interés” se pueden consultar temas sobre adicciones como alcoholismo, drogadicción, tabaquismo y otros temas como la sexualidad, el cual posee un vínculo al *Centro Nacional de Educación Sexual*

La página “Revistas” tiene vínculos a 10 de estos recursos electrónicos sobre temas de Psiquiatría, Sexología, Psicología, Neuro-Psiquiatría, Psicotrauma, y Salud Mental basada en la evidencia, que han sido sugeridos por los especialistas

En entrevista con estudiantes y profesores, el 80% calificaron de muy interesante la propuesta del sitio, por la temática tan novedosa que aborda para la institución, en tanto el 57% de los entrevistados evidenciaron la necesidad incrementar la consulta a internet a través de los enlaces propuestos, ya que actualmente es una dificultad inminente el poco espacio para la navegación por internet en temas académicos para los estudiantes.

DISCUSIÓN

Es evidente el efecto económico y social de este proyecto, el cual puede impactar en la morbilidad por causas psicológicas, reduciendo el número de ingresos por estas causas y los costos por estadía hospitalaria, complementarios, medicamentos, atención médica, licencias médicas, ausencias a clases e interconsultas médicas en otros hospitales de nuestros estudiantes. Desde el punto de vista social fomentará individuos con mayor desarrollo de la personalidad que repercutirá en su bienestar psicológico y su calidad de vida. Desde la óptica formativa la ELAM tiene el encargo social de formar médicos, apropiados de una ética personal y social rica en valores para la vida que le garanticen el éxito profesional en sus comunidades y países por lo que el proyecto puede completar esta formación ética y personalológica que les garanticen el ejercicio responsable de su misión como médico. Desde el punto de vista ambiental promueve una comunidad universitaria donde primen los estilos de vida más saludables y fomenta relaciones interindividuales y sociales más sustentables. A través de las consultas interactivas detectaremos y disminuirémos la morbilidad oculta en nuestra comunidad de usuarios.

CONCLUSIONES

Se crea el sitio Web del Centro Comunitario de Salud Mental y Calidad de Vida, además se muestran las diferentes herramientas tecnológicas, y aplicaciones utilizadas para la confección del sitio, así como se evidencia que a través del sitio se desarrollarán estrategias para la promoción, prevención y rehabilitación en Salud Mental, así como la formación de futuros promotores de Salud dentro de la Comunidad Universitaria.

En tal sentido se recomienda que el sitio se pueda actualizar periódicamente tanto en temáticas, como en tecnologías empleadas para su elaboración, se divulgue entre otros especialistas que puedan aportar tanto críticas como sugerencias para su mejoramiento, así como incentivar a los especialistas de instituciones similares a que se unan a nuestro proyecto para propiciar a través del intercambio de experiencias un producto mejorado desde el punto de vista científico.

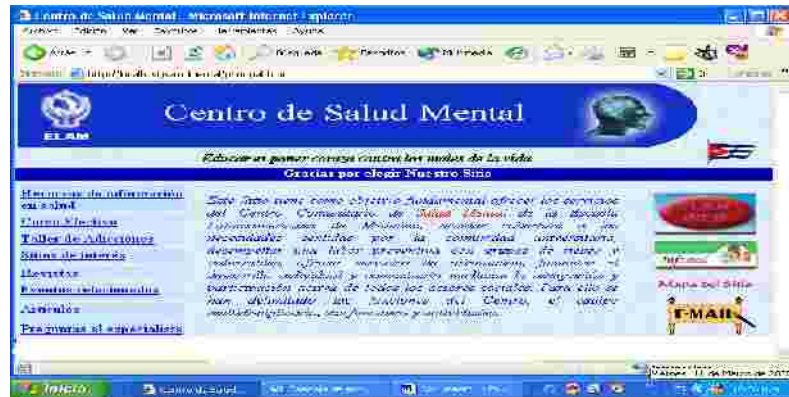


Figura 1. Página principal del sitio

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cómo enfrentar el peligro de las Drogas. [En línea]. González Menéndez, R. versión 2.2. Santiago de Cuba: Oriente; 2000. www.psiquiatricohph.sld.cu/hph0105/hph011205.htm; [acceso: 12 enero 2011].
2. Clínica y terapéutica de las adicciones. [En línea]. González Menéndez, R. versión 2.2. Ciudad Habana: Científico <http://www.libreriapaidos.com/libros/3/959050287.asp?TipoBusqueda=101>. [acceso: 12 enero 2011].
3. Desjarlais R, Eisenberg L, Good B, Kleinman A. Salud Mental en el Mundo problemas y prioridades en poblaciones de bajos ingresos. Washington: OPS, 1997.
4. Diccionario de Medicina Mosby. Barcelona: Océano; 1994. Salud Mental; p. 1137.
5. Diccionario del pensamiento Martiano. La Habana: Ciencias Sociales; 2002. ¿“Para qué, sino para poner Paz entre los hombres, han de ser los adelantos de la ciencia”? p.83.
6. Diccionario de Sinónimos y Antónimos: Barcelona: Océano; 1999. Fomentar: p. 277.
7. Drogas y... [En línea]. Betancourt Pulsan, A. versión 3.0; <http://socioalcohol.psiquiatria.com> [acceso: 12 enero 2011].
8. Mackenzie Ferrer, Y. Curso Virtual de información científica para profesionales de la Salud [proyecto de grado]. Ciudad de la Habana: ELACM. 2004.