En la era de las Tecnologías de la Relación, Información y Comunicación (TRIC), la alfabetización mediática y la educomunicación para la salud son esenciales para el bienestar social. La colaboración entre diversos agentes asegura la protección de la privacidad y la detección de tendencias perjudiciales.

AMI, respuesta a las competencias esenciales en el mundo en red

La sociedad contemporánea se caracteriza por tener que afrontar un desorden informativo de escala global, por la vorágine frenética de saturación de contenidos que se publican de manera constante y por la ausencia de calidad y reflexión en la elaboración de la mayoría de los mismos. La omnipresencia de redes sociales ha posibilitado que la ciudadanía emita mensajes informativos sin tener la preparación necesaria para saber manejar temas sensibles, que requieren fundamentación, rigor y contraste de fuentes. Como respuesta a este desafío, la educomunicación para la salud tiene como objetivo el uso de recursos y estrategias para saber utilizar los medios de comunicación para promover la toma de decisiones informadas con buen criterio, capacitando a las personas para saber discernir lo que es verdadero de aquello que no está comprobado científicamente y puede resultar falso.

La alfabetización mediática e informacional, conocida por sus siglas como AMI, es la fórmula para proteger y dar defensas a la sociedad ante las constantes amenazas de manipulación informativa. La AMI responde a “las competencias esenciales, habilidades y actitudes que permitan a los ciudadanos interactuar con los medios de comunicación y otros proveedores de información de manera eficaz y desarrollar el pensamiento crítico y las aptitudes para el aprendizaje a lo largo de la vida para la socialización y la puesta práctica de una ciudadanía activa” (Wilson, 2012).

Las TRIC contienen como eje central el Factor Relacional que es el nexo de unión de todas las competencias psicosociales necesarias para saber manejarse en el mundo digital

La educomunicación para la salud (Gabelas, 2010) es una receta crucial para ofrecer los recursos básicos para saber navegar en la Red y promover criterios de uso saludables. En la publicación de la UNESCO “La educación en materia de comunicación” (Morsy, 1984) ya se planteaba la importancia de enseñar estos contenidos a la ciudadanía. En los últimos años, en el plan de estudios modelo de la UNESCO sobre AMI para educadores y estudiantes se ha creado el recurso “Media and Information Literate Citizens: Think critically, Click Wisely” (Grizzle et al., 2021), que “abarca las competencias que permiten a las personas interactuar de manera crítica y efectiva con el contenido de las comunicaciones; las instituciones que facilitan este contenido y el uso de tecnologías digitales” para minimizar el daño que puedan ocasionar las informaciones perjudiciales y maximizar los beneficios de la producción de información de manera cívica y democrática.

Competencias para la promoción de la salud

La educación para la salud es considerada por la OMS (1998), como una forma de comunicación relacionada con la alfabetización sanitaria que habilita a las personas en la consecución de la salud individual y de su comunidad. La alfabetización en salud requiere del desarrollo de un conjunto de cuatro competencias. En primer lugar, fundamentales, que incluyen la expresión oral, escrita y la comprensión matemática. En segundo, científicas, que a partir de conocimientos básicos de técnicas y la ciencia permitan entender la complejidad de la medicina. En tercer lugar, cívicas, en las que se incluye el uso de los medios de comunicación para la adquisición y diseminación de información además de la participación social. Por último, culturales, que comprenden el reconocimiento de la diversidad de costumbres, valores, e identidades (Zarcadoolas, Pleasant & Greer, 2009). "Estos dos últimos conjuntos de competencias resultan de especial interés como justificantes de la alfabetización mediática e informacional en temas de salud, pues debe existir una base para que las audiencias y usuarios puedan entender, analizar y usar los medios con fin de lograr sus objetivos de salud y protegerse de las infodemias" (Sánchez Maldonado et al., 2023: 122).

En el ámbito de la salud, la AMI sirve para dotar a los navegantes de las pautas necesarias para que los usos y consumos ante las pantallas sean responsables. Las competencias necesarias para saber utilizar la información pasan por el acceso, la comprensión, el análisis y la reflexión de los contenidos de las redes, en parámetros de veracidad, calidad y pertinencia. Por tanto, puede fomentar comportamientos saludables al promover la toma de conciencia en la gestión de la salud en pro de la potenciación positiva y no circunscrita a la prevención ante la enfermedad.

El uso crítico de la información en el ámbito de la salud es de vital importancia, no solo desde la perspectiva de la prevención de la enfermedad sino también de la promoción para el bienestar personal y comunitario. La conexión entre diferentes dimensiones del ser humano es lo que se denomina "Factor Relacional" integrado en las "Tecnologías de la Relación, Información y Comunicación (TRIC)" (Marta-Lazo & Gabelas-Barroso, 2016), lo que constituye un nuevo paradigma que humaniza la comunicación digital y se basa en optimizar las relaciones que se producen en las redes con una visión positiva y holística, abarcando las tres dimensiones del ser humano: la cognitiva, la emocional y la social. Por un lado, contempla una vertiente positiva centrada en los beneficios de las interacciones sociales y, en su polo opuesto, plantea los riesgos que nos pueden llevar a un mal uso, abuso o incluso adicción de las comunicaciones en red.

Factor Relacional y Habilidades para la vida para el bienestar integral

Las TRIC contienen como eje central el Factor Relacional que es el nexo de unión de todas las competencias psicosociales necesarias para saber manejarse en el mundo digital, al tiempo que el núcleo que vertebra las habilidades para la vida en comunidad.

Las Habilidades para la Vida (HpV) son una iniciativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993. Esta propuesta referente "ha logrado un reconocimiento amplio porque es bastante flexible y tiene aplicabilidad universal" (EDEX, 2024). Las HpV contemplan diez dimensiones estructuradas en tres categorías: HPV cognitivas, HPV emocionales y HPV sociales, que permiten guiar las estrategias y objetivos educativos para la salud integral.

Las Habilidades cognitivas integran el autoconocimiento, el pensamiento creativo, la toma de decisiones y el pensamiento crítico.

Las Habilidades emocionales albergan la empatía; el manejo de emociones y sentimientos; y el manejo de tensiones y estrés.

Las Habilidades sociales contemplan la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales y el manejo de

problemas y conflictos.

El uso crítico de la información en el ámbito de la salud es de vital importancia, no solo desde la perspectiva de la prevención de la enfermedad sino también de la promoción para el bienestar personal y comunitario

Las HpV funcionan cuando las políticas, los entornos saludables, los agentes sociales, sanitarios, culturales, educativos y mediáticos están articulados y colaboran de manera conjunta en pro del bienestar social. El desarrollo comunitario conduce a un modelo holístico que exige una red de trabajo y colaboración con flujos de comunicación constantes en el tejido del Factor Relacional (Marta-Lazo & Gabelas-Barroso, 2023).

Conclusiones

La educomunicación para la salud no solo trata de informar sobre temas relacionados con la salud, sino que conlleva el uso de medios de comunicación y estrategias educativas no solo para prevenir enfermedades sino también para promover la salud. Pone en el centro a las personas, para que se conviertan en agentes de cambio en sus propias vidas y en las comunidades en las que habitan.

La AMI permite empoderar a la ciudadanía para hacer frente a la infodemia ante la saturación de contenidos, detrimento de la calidad y desinformación. De esta manera, juega un papel nuclear al capacitar a las personas para que participen de manera activa en la promoción de la salud personal y social.

Las Habilidades para la Vida contienen todas las dimensiones competenciales que capacitan a las personas para comprender, analizar, reflexionar y producir mensajes informativos y comunicar de manera crítica y con criterio, para alcanzar el estado de bienestar individual y comunitario, mediante prácticas saludables en los entornos sociales.

El Factor Relacional es el eje de las Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación que enlaza las diferentes capacidades hacia la preponderancia del humanismo digital, en el que las relaciones interpersonales, la resolución de conflictos y problemas y la comunicación efectiva adquieren una proyección especial en el contexto de una sociedad con entornos digitales sanos.

El desarrollo de las HpV requiere de flujos de actuación, interacción y compromiso por parte de todos los agentes sociales: educadores, comunicadores, profesionales de la salud y responsables de políticas públicas, para mejorar la alfabetización mediática e informacional en el contexto de la educomunicación para la salud.