



# FARMACÉUTICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA

www.elsevier.es/fap



## REVISIÓN

## Web 2.0 para farmacéuticos de Atención Primaria

C. Fernández Oropesa

*Farmacéutico de Atención Primaria. Servicio de Uso Racional del Medicamento. Subdirección de Farmacia y Prestaciones. Servicio Andaluz de Salud. Sevilla*

Recibido el 9 de diciembre de 2010; aceptado el 3 de febrero de 2011

### PALABRAS CLAVE

Internet;  
Salud 2.0;  
Web 2.0

### Resumen

En los últimos años se ha popularizado el uso de Internet, lo que unido a la evolución a la denominada Web 2.0 ha hecho que su impacto en nuestra vida cotidiana y profesional sea cada vez más importante. En el presente artículo se citan algunos de los cambios más relevantes registrados y se recopilan una serie de herramientas que pueden ser de utilidad en el desempeño profesional de los farmacéuticos de Atención Primaria. Sin ánimo de ser exhaustivos, y a sabiendas de que cuando estas líneas se publiquen su contenido habrá quedado desfasado, con este artículo se pretende despertar la curiosidad de aquellos que aún no han explorado las posibilidades que hoy ofrece la Red desde una óptica profesional.

### KEYWORDS

Internet;  
Health 2.0;  
Web 2.0

### Web 2.0 for primary care pharmacists

### Abstract

In recent years, the use of Internet has become popular. This, together with the evolution of the so-called Web 2.0, has made its impact on our daily and professional life increasingly more important. In the present article, some of the most important changes recorded are mentioned and a series of tools that can be useful in the professional performance of the primary care pharmacists are collected. Without trying to provide an exhaustive study and knowing that when these lines are published, their content will already be outdated, the purpose of this article is to stir up the curiosity of those who have still not investigated the possibilities offered by the Network from a professional point of view.

*Correspondencia:* Servicio de Uso Racional del Medicamento. Subdirección de Farmacia y Prestaciones. Servicio Andaluz de Salud. Avda. de la Constitución, 18. 41001 Sevilla. España.  
E-mail: carlosf.oropesa@elrincondesisifo.es

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años la expansión de Internet ha avanzado de forma espectacular. En España se ha popularizado su uso, pasando de 5,5 millones de usuarios en el año 2000 a más de 29 millones en 2010 (el 62,6% de la población estimada) y, aunque este dato está en línea con la media de la Unión Europea (67,6%), aún estamos lejos de países como Suecia (92,5%), Holanda (88,6%) o Reino Unido (82,5%). No obstante, es importante destacar que el índice de penetración entre los jóvenes de 16 a 24 años supera el 94%<sup>1</sup>. Otros datos interesantes son que cada vez utilizamos Internet con más intensidad, fundamentalmente nos conectamos desde casa (74,4% frente a 36,1% que lo hacen en el trabajo) y, aunque de forma aún minoritaria, va creciendo el porcentaje de conexiones a través de todo tipo de dispositivos portátiles<sup>2</sup>.

El auge de Internet ha coincidido con la mejora de la calidad del acceso telefónico, sobre todo tras la llegada al mercado residencial del ADSL y la fibra óptica y el abaratamiento de los equipos informáticos y las conexiones. Pero también con su evolución hacia lo que se ha denominado Web 2.0. Este término fue acuñado por Tim O'Really para referirse a una segunda generación de páginas web surgidas a partir de la red original, basada en páginas estáticas donde el usuario tenía un papel eminentemente pasivo. A diferencia de estas, la Web 2.0 está orientada a comunidades de usuarios que interaccionan entre sí y con el autor de la página de forma activa, convirtiéndose por tanto en un auténtico punto de encuentro<sup>3</sup> (fig. 1).

Este nuevo entorno, que ha modificado nuestra forma de trabajar y relacionarnos, ha permitido que se desarrolle una concepción colectiva del conocimiento, razón por la cual ha encontrado en el ámbito sanitario un medio idóneo para desarrollarse. Como consecuencia, se ha acuñado el término Salud 2.0, que puede definirse como una nueva concepción del modelo sanitario que defiende una visión integral e innovadora del mismo y requiere nuevos entornos en los que interactúan de forma ágil y sencilla los profesionales sanitarios, gestores y ciudadanos<sup>4</sup>. En España se han desarrollado numerosas iniciativas ligadas a este concepto. Entre las que han tenido más impacto mediático destacamos *Gripe A: ante todo, mucha calma* (<http://gripeycalma.wordpress.com/>), el *Manifiesto Aba 2010* (<http://www.salud20.es/manifiesto/>) o la campaña antitabaco *Mi vida sin ti* ([\[mividasinti.drupalgardens.com/\]\(http://mividasinti.drupalgardens.com/\)\) a cuyo contenido se puede acceder en sus webs correspondientes.](http://</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

En este dinámico contexto, el objetivo del presente artículo es, con las limitaciones propias de este medio, divulgar algunas herramientas que la Web 2.0 pone a nuestra disposición y que pueden ser de utilidad para el quehacer profesional de los farmacéuticos de Atención Primaria. La clasificación realizada tiene utilidad sólo a efectos didácticos.

## BLOGS

La palabra blog procede de weblog y se ha traducido al español con el término *cuaderno de bitácora* para remarcar que, en sus orígenes, los blogs estaban orientados a servir de diario personal de su autor. Actualmente, el blog constituye un canal de comunicación directo con los lectores, y es percibido por estos como cercano, no invasivo y creador de corrientes de opinión. En el ámbito sanitario, la blogosfera hispanoparlante cuenta con casi 300 miembros activos. Existen varios listados de blogs sanitarios en lengua española, si bien el más utilizado es el recogido en <http://www.infodoc-tor.org/rss/rss/>.

La proliferación de este tipo de blogs ha sido posible gracias a que las principales plataformas, como Blogger ([www.blogger.com](http://www.blogger.com)) y WordPress ([www.wordpress.com](http://www.wordpress.com)) son gratuitas y ponen a disposición de los autores numerosas herramientas de edición que hacen posible la publicación de sus artículos, denominados posts o entradas, con unos conocimientos informáticos básicos. Otro motivo de su pujanza es que son mantenidos por profesionales independientes, por lo que su opinión es muy valorada en un medio como el sanitario, en el que la información es dominada por la industria farmacéutica. En la tabla 1 se han seleccionado algunos blogs de interés para el farmacéutico en Atención Primaria (FAP), aunque es recomendable visitar la blogosfera sanitaria, para que cada cual confeccione su propio listado en base a sus gustos y necesidades.

Además de los blogs elaborados de forma altruista por profesionales sanitarios, existen blogs de carácter corporativo de gran interés. Destacamos now@NEJM (<http://blogs.nejm.org/now/>) elaborado por *The New England Journal of Medicine*, *Speaking of Medicine* ([\*\*Tabla 1\*\* Algunos blogs sanitarios en español recomendados](http://blogs.plos.org/speakin-</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

| Título                   | Dirección                                                                                         | Contenido                                                   | Tipo        |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------|
| El Comprimido_Blog       | <a href="http://elcomprimido-ibsalut.blogspot.com/">http://elcomprimido-ibsalut.blogspot.com/</a> | Información farmacoterapéutica; URM; MBE                    | Corporativo |
| El gerente de mediado    | <a href="http://gerentedemediado.blogspot.com">http://gerentedemediado.blogspot.com</a>           | Gestión sanitaria                                           | Individual  |
| El pájaro que cruza      | <a href="http://elpajaroquecruza.blogspot.com/">http://elpajaroquecruza.blogspot.com/</a>         | Bioética, salud                                             | Individual  |
| El supositorio           | <a href="http://vicentebaos.blogspot.com/">http://vicentebaos.blogspot.com/</a>                   | Salud, medicina, entorno sanitario                          | Individual  |
| Hemos leído              | <a href="http://www.hemosleido.es/">http://www.hemosleido.es/</a>                                 | Información farmacoterapéutica, URM                         | Colectivo   |
| <i>Primum non nocere</i> | <a href="http://rafabravo.wordpress.com">http://rafabravo.wordpress.com</a>                       | Medicina, Información, entorno sanitario, Atención Primaria | Individual  |
| Sala de lectura          | <a href="http://elrincondesisifo.wordpress.com">http://elrincondesisifo.wordpress.com</a>         | MBE, URM, información farmacoterapéutica                    | Individual  |

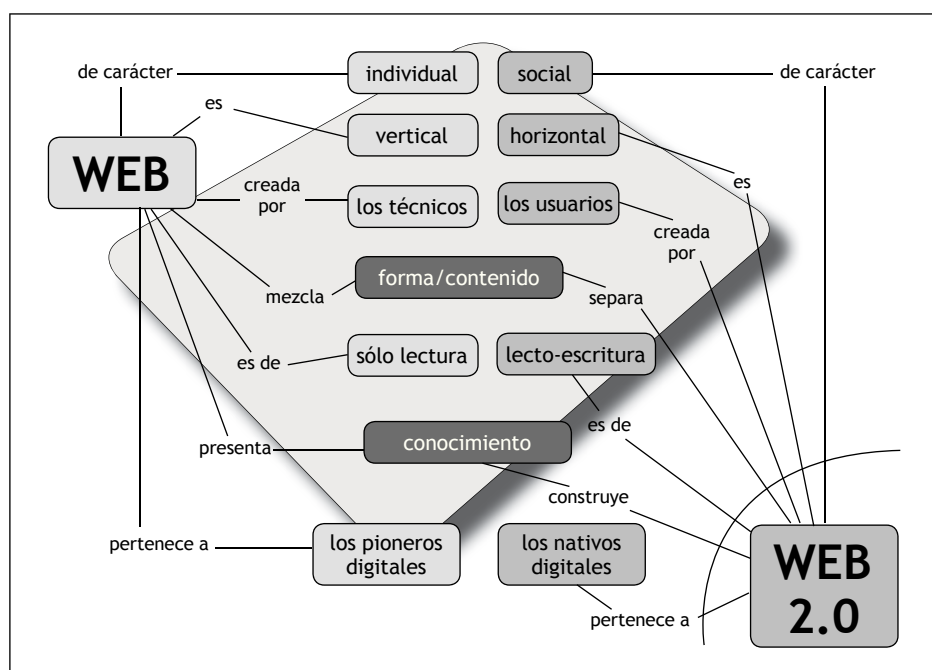


Fig. 1. Diferencias entre la web 1.0 y la 2.0.

gofmedicine/) por PLoS Medicine, o NPCi Blog (<http://www.npci.org.uk/blog/>) por el *National Prescribing Centre*.

Una evolución de los blogs son los denominados video-blogs, en los que el canal de transmisión no es un texto sino un vídeo de corta duración. Dos ejemplos de este tipo de bitácoras son Medicina Basada en la Evidencia 2.0 (<http://si.easp.es/mbe/>) de marcada vocación docente o los contenidos en la página web de El Mundo Salud (<http://www.el-mundo.es/elmundo/2010/11/17/videos/1289987983.html>).

## WIKIS

El término *WikiWiki* es de origen hawaiano y significa rápido. Para abreviar esta palabra se utiliza wiki, denominándose como tal a las páginas web con enlaces, imágenes y contenido de todo tipo que pueden ser visitadas y editadas por cualquier persona. De esta forma el wiki permite crear documentos de forma colectiva, sin que se realice una aceptación expresa del contenido antes de ser publicado en Internet. En la elaboración de contenidos pueden participar de forma cooperativa tantos usuarios como lo deseen, aportando cada uno de ellos su conocimiento sobre el tema elegido para que la página web sea más completa, incluso aunque carezcan de conocimientos informáticos o de programación<sup>5</sup>.

El ejemplo más conocido de wiki es la Wikipedia, proyecto de la Fundación Wikimedia iniciado en 2001 por Jimmy Wales y Larry Sanger, para construir una enciclopedia libre y políglota. Actualmente, la Wikipedia contiene más de 16 millones de artículos (casi 700.000 en castellano) que han sido redactados conjuntamente por voluntarios de todo el mundo. Prácticamente todos ellos pueden ser editados por cualquier persona que acceda a su contenido<sup>6</sup>. Desde el punto de vista sanitario, la Wikipedia tiene un indudable interés, a

pesar de que algunos autores han cuestionado la fiabilidad de sus contenidos.

Otros proyectos de dicha Fundación son Wikinoticias (Wikinews) (<http://es.wikinews.org/wiki/Portada>), el Wikcionario (Wiktionary) (<http://www.wiktionary.org/>) o Wikilibros (Wikibooks) (<http://es.wikibooks.org/wiki/Portada>).

WikiLeaks ([www.wikileaks.org](http://www.wikileaks.org)) es una organización sin ánimo de lucro dedicada a la publicación de información dirigida al gran público considerada de relevancia ética, política e histórica, salvaguardando el anonimato de sus fuentes. Esta wiki fue creada en 2007 y ha alcanzado gran notoriedad debido a los problemas legales de su creador, Julian Assange.

En el ámbito sanitario destacamos hcsmeuES (<http://wikisanidad.wikispaces.com/>) versión en español de hcsmeu (*HealthCare Social Media Europe*) cuyo objetivo es democratizar la conversación en salud entre pacientes, profesionales sanitarios, sector farmacéutico y otros agentes relevantes. HcsmeuES se autodenomina la wiki de la Salud 2.0 española, y en sus páginas existe una completa relación de blogs sanitarios en español, clasificados por su temática o la profesión de sus autores, así como recursos en SlideShare y profesionales sanitarios, laboratorios farmacéuticos o periodistas especializados en temas de Salud, presentes en Twitter.

## REDES SOCIALES

Este es el nombre que se le da a los servicios de Internet centrados en la construcción y verificación de redes *on line* dirigidas a comunidades de personas que comparten intereses y actividades o les gusta explorar los gustos y actividades de otros. El origen de las redes sociales se remonta, al menos, a 1995, cuando Randy Conrads creó classmates.com (<http://www.classmates.com>), red social cuyo fin es recu-

perar o mantener el contacto con antiguos compañeros del colegio, instituto, universidad, etc.

En 2003 las redes sociales inician su auge actual con la llegada de MySpace (<http://www.myspace.com/>). Actualmente, coexisten más de 200 redes sociales, algunas de gran popularidad, como Tuenti (<http://www.tuenti.com/>) o LinkedIn (<http://www.linkedin.com/>) que se han convertido en un elemento clave de la denominada Web 2.0 al revolucionar la forma en que profesionales sanitarios, pacientes y organizaciones interaccionan entre sí. En RedeSociales.net (<http://www.redesociales.net/>) existe un compendio de las más conocidas. De ellas, hay dos muy utilizadas por los profesionales sanitarios y, por ello, de gran interés para nosotros: Twitter y Facebook.

### Twitter (<http://twitter.com>)

Es un sitio de *microblogging* que permite a sus usuarios enviar y leer micro-entradas de texto de una longitud máxima de 140 caracteres, denominadas tweets. El éxito de Twitter se basa en su sencillez de uso y su flexibilidad: el envío de mensajes se puede realizar tanto por el sitio web de Twitter, como vía SMS desde un dispositivo portátil o desde programas de mensajería instantánea o aplicaciones de terceros, como TweetDeck (<http://www.tweetdeck.com/>), Hootsuite (<http://hootsuite.com/>) o MetroTwit (<http://www.metrotwit.com/>) por citar algunas de las más conocidas. Alrededor de Twitter se han desarrollado, como vemos, numerosas aplicaciones informáticas, con distintas finalidades, como TwitLonger ([http://www.twitlonger.com/index.php/main\\_new](http://www.twitlonger.com/index.php/main_new)) que evita el límite de los 140 caracteres típico de esta red social, bit.ly (<http://bit.ly/>) que permite acortar las direcciones web insertadas en los tweets, FutureTweets (<http://futuretweets.com/>) para programar la publicación de estos o Twittload (<http://twittload.com/>) que permite compartir archivos.

Actualmente Twitter tiene más de 100 millones de usuarios registrados, cifra que crece a un ritmo aproximado de 300.000 nuevos usuarios al día<sup>7</sup> y un tráfico estimado de 100 millones de tweets diarios<sup>8</sup>. Es una de las redes sociales más importantes en el ámbito sanitario y permite informarse de las noticias acaecidas en cualquier lugar del mundo en tiempo real. Para evitar que el exceso de información se convierta en algo caótico hay herramientas, como los *hashtag* o etiquetas, que permite catalogar y conectar micro-entradas de un determinado tema. El *hashtag* también se utiliza en conferencias y eventos organizados como método para mantener juntos todos los tweets del acontecimiento. Así, durante el 15 Congreso de la SEFAP celebrado en Zaragoza, se utilizó el *hashtag* #z15sefap.

Twitter permite tejer nuestra propia red social buscando los contactos (profesionales, personales, institucionales) que deseemos y haciéndonos seguidores (*followers*) de los mismos. En la tabla 2 presentamos un listado de contactos de interés en Twitter elaborado durante uno de los talleres de dicho Congreso<sup>9</sup>.

### Facebook (<http://www.facebook.com/>)

Es una red social con gran impacto en el mundo sanitario y, al igual que Twitter, gratuita. Originaria de la Universidad

de Harvard, el registro sólo requiere de una cuenta de correo electrónico y seguir unas sencillas instrucciones. Algunas claves de su éxito son su facilidad de uso, su carácter intuitivo y el hecho de que haya permitido que terceros desarrollen aplicaciones y, por tanto, realicen negocios a partir de esta red social. Facebook cuenta con más de 500 millones de usuarios y está traducida a 70 idiomas. Al igual que ocurre con Twitter se puede acceder a esta red a través de cualquier dispositivo con acceso a Internet, lo que implica una interacción dinámica y rápida que hace las delicias de los más jóvenes y de los profesionales, pero también de las grandes empresas, que han visto la gigantesca oportunidad de negocio que les brinda esta forma de interactuar directamente con los consumidores.

### PODCASTS

El *podcasting* consiste en la distribución de archivos multimedia (normalmente audio o vídeo, que puede incluir texto como subtítulos y notas) mediante un sistema de redifusión (RSS) que permite la suscripción y el uso de un programa para su descarga, para que el usuario final lo escuche cuando quiera, incluso sin tener cobertura o estar conectado a Internet, mediante cualquier reproductor compatible con el formato utilizado. Un *podcast*, por tanto, se asemeja a una suscripción a un blog hablado que difunde sus contenidos a través de la Red. En la tabla 3 se han seleccionado algunos *podcasts*, mayoritariamente en inglés, que consideramos de interés para los FAP.

### UTILIDADES DE INTERÉS

Al margen de los blogs o las grandes redes sociales, se han desarrollado en Internet numerosas aplicaciones que funcionan en la *nube* (*cloud computing*). Es decir, no están instaladas físicamente en el disco duro del dispositivo utilizado, sino que pueden utilizarse de forma virtual. Algunas de las más interesantes son las siguientes:

### Herramientas de Google

Google, desde hace unos años, es mucho más que un buscador, ofreciendo a los usuarios numerosas aplicaciones gratuitas de gran interés, un conocido navegador (Chrome) y un sistema operativo muy utilizado en dispositivos móviles (Android). El listado completo de aplicaciones está disponible en <http://www.google.es/intl/es/options/> aunque destacan, por su utilidad, las siguientes:

1. Google Docs (<http://docs.google.com>). Permite crear y editar documentos de texto, hojas de cálculo, formularios y presentaciones *on line*. La posibilidad de compartirlos con otros usuarios permite trabajar de forma cooperativa, así como almacenar y organizar el trabajo de forma segura.
2. Google Reader (<http://google.com/reader>). Es uno de los lectores de fuentes RSS (*Really Simple Syndication*) más utilizado en la actualidad. Las fuentes RSS son un formato especial que permite difundir o compartir cualquier contenido en Internet con los usuarios que

**Tabla 2** Lista de contactos de Twitter para Farmacéuticos en Atención Primaria (FAP) realizada a partir de la elaborada en el 15 Congreso de la Sociedad Española de Farmacéuticos en Atención Primaria (SEFAP)

| Dirección                                                                           | Autor/descripción                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <a href="http://twitter.com/agenciacidad">http://twitter.com/agenciacidad</a>       | Plan de Calidad del Sistema Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Política Social                                                |
| <a href="http://twitter.com/AnnalsofIM">http://twitter.com/AnnalsofIM</a>           | <i>Annals of Internal Medicine</i>                                                                                                    |
| <a href="http://twitter.com/antvillafaina">http://twitter.com/antvillafaina</a>     | Antonio Villafaina, autor del blog Salud y otras cosas de comer                                                                       |
| <a href="http://twitter.com/ArchInternalMed">http://twitter.com/ArchInternalMed</a> | <i>Archives of Internal Medicine</i>                                                                                                  |
| <a href="http://twitter.com/atlasvpm">http://twitter.com/atlasvpm</a>               | Atlas de Variaciones de la Práctica Médica                                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/ATPrimaria">http://twitter.com/ATPrimaria</a>           | Twitter de los autores del blog Atención Primaria                                                                                     |
| <a href="http://twitter.com/BioMedCentral">http://twitter.com/BioMedCentral</a>     | Twitter de la editora de más de 200 revistas Open Access en <a href="http://www.biomedcentral.com/">http://www.biomedcentral.com/</a> |
| <a href="http://twitter.com/bmj_latest">http://twitter.com/bmj_latest</a>           | <i>British Medical Journal</i>                                                                                                        |
| <a href="http://twitter.com/bvsspa">http://twitter.com/bvsspa</a>                   | Biblioteca Virtual del Sistema Sanitario Público de Andalucía                                                                         |
| <a href="http://twitter.com/CCTrials">http://twitter.com/CCTrials</a>               | Registro ISRCTN de ensayos clínicos <a href="http://www.controlled-trials.com/">http://www.controlled-trials.com/</a>                 |
| <a href="http://twitter.com/CDCMMWR">http://twitter.com/CDCMMWR</a>                 | MMWR ( <i>Morbidity and Mortality Weekly Report</i> ) del CDC                                                                         |
| <a href="http://twitter.com/CharlieNeck">http://twitter.com/CharlieNeck</a>         | Carlos Cuello, director del Centro de MBE del Tecnológico de Monterrey                                                                |
| <a href="http://twitter.com/CMAJ_News">http://twitter.com/CMAJ_News</a>             | <i>Canadian Medical Association Journal</i>                                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/cochranecollab">http://twitter.com/cochranecollab</a>   | Colaboración Cochrane                                                                                                                 |
| <a href="http://twitter.com/cuidando_es_sfs">http://twitter.com/cuidando_es_sfs</a> | Twitter de los autores del blog Cuidando.es                                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/DiabetesUK">http://twitter.com/DiabetesUK</a>           | Diabetes UK                                                                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/DoctoraJomeini">http://twitter.com/DoctoraJomeini</a>   | Ana González Duque, autora del blog de la Dra. Jomeini                                                                                |
| <a href="http://twitter.com/doctorcasado">http://twitter.com/doctorcasado</a>       | Salvador Casado, autor del blog La consulta del Dr. Casado                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/drbonis">http://twitter.com/drbonis</a>                 | Julio Bonis, autor del blog La pella de gofio del Dr. Bonis                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/drcasado">http://twitter.com/drcasado</a>               | Fernando Casado, autor del blog La sala 3                                                                                             |
| <a href="http://twitter.com/drlison">http://twitter.com/drlison</a>                 | Luis Carlos Fernández Lisón, autor del blog ImagineFarma                                                                              |
| <a href="http://twitter.com/Ebevidencia">http://twitter.com/Ebevidencia</a>         | Azucena Santillán, autora del blog Enfermería basada en la evidencia                                                                  |
| <a href="http://twitter.com/elgipi">http://twitter.com/elgipi</a>                   | Manuel Merino y Juan Bravo, autores del blog El GIPI                                                                                  |
| <a href="http://twitter.com/EMA_News">http://twitter.com/EMA_News</a>               | Agencia Europea del Medicamento                                                                                                       |
| <a href="http://twitter.com/embase">http://twitter.com/embase</a>                   | Embase                                                                                                                                |
| <a href="http://twitter.com/enriquegavilan">http://twitter.com/enriquegavilan</a>   | Enrique Gavilán, autor del blog El nido del Gavilán                                                                                   |
| <a href="http://twitter.com/eqpaho">http://twitter.com/eqpaho</a>                   | PAHO/OMS                                                                                                                              |
| <a href="http://twitter.com/ernestob">http://twitter.com/ernestob</a>               | Ernesto Barrera, autor de <a href="http://www.netvibes.com/ernestobarrera">http://www.netvibes.com/ernestobarrera</a>                 |
| <a href="http://twitter.com/EvidenceUpdates">http://twitter.com/EvidenceUpdates</a> | <i>Evidences Update</i> . Universidad de McMaster                                                                                     |
| <a href="http://twitter.com/evidpediatria">http://twitter.com/evidpediatria</a>     | Evidencias en pediatría                                                                                                               |
| <a href="http://twitter.com/farmavigilancia">http://twitter.com/farmavigilancia</a> | Farmacovigilancia                                                                                                                     |
| <a href="http://twitter.com/FDA_Drug_Info">http://twitter.com/FDA_Drug_Info</a>     | <i>Food and Drug Administration</i>                                                                                                   |
| <a href="http://twitter.com/fgodlee">http://twitter.com/fgodlee</a>                 | Fiona Godlee, directora del <i>British Medical Journal</i>                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/GuiaSalud">http://twitter.com/GuiaSalud</a>             | GuiaSalud, Agencia de Calidad del SNS                                                                                                 |
| <a href="http://twitter.com/HealthCanada">http://twitter.com/HealthCanada</a>       | Health Canada                                                                                                                         |
| <a href="http://twitter.com/IMSHealth">http://twitter.com/IMSHealth</a>             | IMS Health                                                                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/JAMA_current">http://twitter.com/JAMA_current</a>       | <i>The Journal of the American Medical Association</i>                                                                                |
| <a href="http://twitter.com/kevinmd">http://twitter.com/kevinmd</a>                 | Twitter de los autores del blog de KevinMD                                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/llozanom">http://twitter.com/llozanom</a>               | Luis Lozano, autor del blog Rincón Docente de Medicina de Familia                                                                     |
| <a href="http://twitter.com/mamapediatria">http://twitter.com/mamapediatria</a>     | Amalia Arce, autora del blog Diario de una mamá pediatra                                                                              |
| <a href="http://twitter.com/matasanos">http://twitter.com/matasanos</a>             | Twitter de los autores del blog Matasanos                                                                                             |
| <a href="http://twitter.com/NEJM">http://twitter.com/NEJM</a>                       | <i>The New England Journal of Medicine</i>                                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/NHSChoices">http://twitter.com/NHSChoices</a>           | NHS-Choices                                                                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/NICEcomms">http://twitter.com/NICEcomms</a>             | <i>National Institute for Health and Clinical Excellence</i>                                                                          |
| <a href="http://twitter.com/NIHforHealth">http://twitter.com/NIHforHealth</a>       | <i>National Institutes of Health</i>                                                                                                  |
| <a href="http://twitter.com/nlm_newsroom">http://twitter.com/nlm_newsroom</a>       | <i>National Library of Medicine</i>                                                                                                   |
| <a href="http://twitter.com/NPSmedicinewise">http://twitter.com/NPSmedicinewise</a> | <i>National Prescribing Service</i>                                                                                                   |
| <a href="http://twitter.com/opinionras">http://twitter.com/opinionras</a>           | Twitter de los autores del blog de la Revista de Administración Sanitaria s. XXI                                                      |
| <a href="http://twitter.com/PECChris">http://twitter.com/PECChris</a>               | Chris Carswell, director de PharmacoEconomics                                                                                         |
| <a href="http://twitter.com/Pediatria">http://twitter.com/Pediatria</a>             | José Cristóbal Buñuel Álvarez, autor del blog Evidencias en Pediatría                                                                 |
| <a href="http://twitter.com/ph_economics">http://twitter.com/ph_economics</a>       | PharmacoEconomics                                                                                                                     |
| <a href="http://twitter.com/PharmaTimes">http://twitter.com/PharmaTimes</a>         | PharmaTimes                                                                                                                           |
| <a href="http://twitter.com/PLoSMedicine">http://twitter.com/PLoSMedicine</a>       | PLoS Medicine                                                                                                                         |
| <a href="http://twitter.com/portalfarma">http://twitter.com/portalfarma</a>         | Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos                                                                                |
| <a href="http://twitter.com/rafabravo">http://twitter.com/rafabravo</a>             | Rafa Bravo Toledo, autor del blog <i>Primum non nocere</i>                                                                            |
| <a href="http://twitter.com/rafalafena">http://twitter.com/rafalafena</a>           | Twitter de los autores del blog Docencia Rafalafena                                                                                   |

Tabla 2 (Continuación)

| Dirección                                                                         | Autor/descripción                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <a href="http://twitter.com/rcofinof">http://twitter.com/rcofinof</a>             | Rafa Cofiño, autor del blog Salud Comunitaria            |
| <a href="http://twitter.com/Richard56">http://twitter.com/Richard56</a>           | Richard Smith, director de PLoS Medicine                 |
| <a href="http://twitter.com/rincondesisifo">http://twitter.com/rincondesisifo</a> | Carlos Fernández Oropesa, autor del blog Sala de lectura |
| <a href="http://twitter.com/rubengp">http://twitter.com/rubengp</a>               | Rubén García, autor del blog Hijos de Eva y Adán         |
| <a href="http://twitter.com/rubenroa">http://twitter.com/rubenroa</a>             | Ruben Roa, autor del blog Medicina Familiar              |
| <a href="http://twitter.com/semfyc">http://twitter.com/semfyc</a>                 | Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria     |
| <a href="http://twitter.com/sietes7">http://twitter.com/sietes7</a>               | Sistema de Información Esencial en Terapéutica y Salud   |
| <a href="http://twitter.com/somosmedicina">http://twitter.com/somosmedicina</a>   | Aitor Guitarte, autor del blog Somos Medicina            |
| <a href="http://twitter.com/TheLancet">http://twitter.com/TheLancet</a>           | <i>The Lancet</i>                                        |
| <a href="http://twitter.com/vbaosv">http://twitter.com/vbaosv</a>                 | Vicente Baos, autor del blog El supositorio              |
| <a href="http://twitter.com/vmontori">http://twitter.com/vmontori</a>             | Víctor Montori, endocrinólogo de la Clínica Mayo         |
| <a href="http://twitter.com/whonews">http://twitter.com/whonews</a>               | Organización Mundial de la Salud                         |
| <a href="http://twitter.com/z15sefap">http://twitter.com/z15sefap</a>             | Twitter del 15 Congreso SEFAP                            |

Tabla 3 Algunos podcasts de interés para los farmacéuticos de Atención Primaria

| Nombre                                | Periodicidad | Dirección                                                                                                                               |
|---------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>British Medical Journal</i>        | Semanal      | <a href="http://podcasts.bmj.com/bmj/">http://podcasts.bmj.com/bmj/</a>                                                                 |
| <i>Clinical Knowledge Summaries</i>   |              | <a href="http://www.cks.nhs.uk/knowledgeplus/podcasts">http://www.cks.nhs.uk/knowledgeplus/podcasts</a>                                 |
| <i>The Cochrane Collaboration</i>     | Mensual      | <a href="http://www.cochrane.org/podcasts/">http://www.cochrane.org/podcasts/</a>                                                       |
| <i>Drug and Therapeutics Bulletin</i> | Mensual      | <a href="http://podcasts.bmj.com/dtb/">http://podcasts.bmj.com/dtb/</a>                                                                 |
| <i>The Lancet</i>                     | Semanal      | <a href="http://www.thelancet.com/audio">http://www.thelancet.com/audio</a>                                                             |
| <i>BBC-Medical Matters</i>            | Semanal      | <a href="http://www.bbc.co.uk/podcasts/series/medmatters">http://www.bbc.co.uk/podcasts/series/medmatters</a>                           |
| <i>Medline Plus</i>                   | Semanal      | <a href="http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/directorscomments.html">http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/directorscomments.html</a>       |
| NPCI                                  | Mensual      | <a href="http://www.npci.org.uk/blog/?feed=podcast">http://www.npci.org.uk/blog/?feed=podcast</a>                                       |
| Sociedad Española de Cardiología      |              | <a href="http://www.secardiologia.es/libros-multimedia/audio-podcasts">http://www.secardiologia.es/libros-multimedia/audio-podcasts</a> |

previamente se han suscrito a los mismos. La ventaja de este formato es que hace posible la distribución de contenidos en la Red sin necesidad de navegador, utilizando para ello programas específicos denominados agregadores o lectores de fuentes RSS. Estos pueden funcionar *on line*, como Google Reader o Netvibes (<http://www.netvibes.com/es>) *in situ*, en tu dispositivo, como FeedReader (<http://www.feedreader.com/>) o SharpReader (<http://www.sharpreader.net/>) o asociados a tu navegador, como una extensión del mismo (en Internet Explorer, Mozilla o Chrome). Las fuentes RSS han revolucionado la forma de navegar en Internet, haciéndola mucho más eficiente y dejando las alertas de correo electrónico como una herramienta totalmente superada.

3. Google Calendar (<http://google.com/calendar/>). Es una agenda y calendario electrónico de gran utilidad, que funciona *on line* y permite la sincronización de eventos (reuniones, citas, tareas) con cualquiera de nuestros contactos, lo que permitirá compartirlos con ellos e invitarlos a su participación.
4. Google Traductor (<http://translate.google.es>). El servicio gratuito de *traducción on line* de Google traduce páginas web y textos de forma instantánea.

Otras aplicaciones interesantes son Google Talk (<http://www.google.com/talk/>) aplicación de chat de texto o voz y

Picasa (<http://picasa.google.es>) para compartir material gráfico.

### SlideShare (<http://www.slideshare.net/>)

Es una aplicación que permite publicar y compartir presentaciones realizadas con Microsoft PowerPoint, OpenOffice o Prezi. Hay quien la ha definido como *el YouTube* de las *presentaciones on line* y debe su éxito a que, al igual que ocurría con las redes sociales, permite utilizar etiquetas para clasificar su contenido y realizar búsquedas sobre cualquier tema. Asimismo, con SlideShare es fácil compartir el material publicado en Twitter o Facebook, insertarlas en un blog, *wiki*, curso de Moodle o incluirlas en un agregador social, consiguiendo que su difusión sea rápida y eficiente.

### Marcadores sociales

Como si de una fusión entre agregadores RSS y redes sociales se tratara, permiten a los usuarios guardar de forma ordenada los contenidos de Internet que consideren útiles<sup>10</sup>. Se puede acceder a estas listas de forma pública o privada y es posible categorizarlas mediante el uso de etiquetas, y en ellas los recursos incluidos se pueden clasificar en un ran-

king según el número de usuarios que los han marcado (folcsonomía). Otras utilidades incluidas son la posibilidad de votar los contenidos, hacer comentarios, añadir notas, enviar los enlaces por correo, crear grupos de usuarios con intereses comunes, etc. Como vemos, las posibilidades que permiten los marcadores son múltiples. Destacamos algunos tan conocidos como Menéame (<http://www.meneame.net/>), Digg (<http://digg.com/news>) Delicious (<http://www.delicious.com/>) StumbleUpon (<http://www.stumbleupon.com/>) o Reddit (<http://www.reddit.com/>). Cada marcador tiene sus peculiaridades, por lo que es frecuente estar suscrito a varias de estas aplicaciones aprovechando que, de momento, son gratuitas.

### Zotero (<http://www.zotero.org/>)

Un caso peculiar de marcador social es esta extensión de Mozilla Firefox, uno de los navegadores más utilizados en la actualidad. Zotero es de gran utilidad para el manejo de información bibliográfica, ya que permite la captura automática de información de citas en páginas web, el almacenamiento de ficheros pdf, imágenes, enlaces y páginas web completas, la organización de la biblioteca creada con etiquetas y la exportación de citas con formato.

### Scribd (<http://www.scribd.com/>)

Es una herramienta colaborativa que permite subir a la Red y compartir documentos de diferentes formatos (Word, Excel, PowerPoint, OpenOffice, pdf). En Scribd podemos encontrar gran variedad de documentos compartidos por otros usuarios, como artículos académicos, fotos, libros electrónicos libres o ensayos. Requiere registro y es gratuito.

### Evernote (<http://www.evernote.com/about/intl/es/>)

Esta aplicación permite registrar cualquier idea que tengamos como nota de texto o guardar de forma segura y *on line* una fotografía que nos interese de Internet, una captura de pantalla, un gráfico, una página web completa, ficheros de audio o cualquier otro elemento que nos interese. Ideal para navegar de forma productiva, ordenar la información, encontrarla con facilidad y compartirla con nuestros contactos para desarrollar conjuntamente todo tipo de proyectos.

### Dropbox (<http://www.dropbox.com/>)

Es un servicio de alojamiento de archivos multiplataforma en la nube que permite a los usuarios almacenar y sincronizar archivos en línea y entre ordenadores y compartir archivos y carpetas con sus contactos<sup>11</sup>. De lo anterior se infiere que Dropbox aporta seguridad en previsión de *datástrofes* y permite sincronizar los archivos entre distintos dispositivos de acceso a la Red (por ejemplo, el ordenador del trabajo y el de casa).

## BIBLIOGRAFÍA

1. Internet World Stats. [Acceso el 21 de noviembre de 2010]. Internet Usage in the European Union. Disponible en: <http://www.internetworldstats.com/stats9.htm>
2. Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información. [Acceso el 23 de noviembre de 2010] Equipo de estudios del ONTSI. Evolución de los usos de Internet en España 2009. Disponible en: <http://www.ontsi.red.es/hogares-ciudadanos/articles/id/3650/evolucion-los-usos-internet-espana-2009.html>
3. Wikipedia. [Acceso el 23 de noviembre de 2010]. Web 2.0. Disponible en: [http://es.wikipedia.org/wiki/Web\\_2.0](http://es.wikipedia.org/wiki/Web_2.0)
4. Van de Belt T, Engelen L, Berben S, Schoohoven L. Definition of health 2.0 and medicine 2.0: a systematic review. *J Med Internet Res*. 2010;12(2):e18.
5. Maestros de la web. [Acceso el 23 de noviembre de 2010]. ¿Qué es un Wiki? Disponible en: <http://www.maestrosdelweb.com/editorial/queeswiki/>
6. Wikipedia. [Acceso el 15 de noviembre de 2010]. Wikipedia. Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/Wikipedia>
7. Rosaura Ochoa Social Media Blog. [Acceso el 15 de noviembre de 2010]. Infografía de datos sobre Twitter. Disponible en: <http://www.rosauraochoa.com/2010/04/infografia-de-datos-sobre-twitter.html>
8. ReadWriteWeb. [Acceso el 2 de diciembre de 2010]. Twitter alcanza los 100 millones de tweets al día. Disponible en: <http://www.readwriteweb.es/socialmedia/twitter-alcanza-los-100-millones-de-tweets-al-da/>
9. Taller Web 2.0 y otros recursos de Internet: herramientas para la gestión del conocimiento científico. [Acceso el 2 de diciembre de 2010]. Disponible en: <https://sites.google.com/site/tallersefap/>
10. Instituto de Salud Carlos III. [Acceso el 2 de diciembre de 2010]. Webs y buscadores en ciencias de la Salud. Disponible en: <http://www.isciii.es/htdocs/publicaciones/documentos/Interweb2edvir.pdf>
11. El blog de Enrique Dans. [Acceso el 13 de diciembre de 2010]. Sincronizando ¿con qué? Disponible en: <http://www.enrique-dans.com/2010/12/sincronizando-%C2%BFcon-que.html>