



MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

Manual

Módulo 4

Alfabetización digital

Autores:

Pantelis Balaouras, GUnet; Josemar Alejandro Jiménez, Oxfam; Jenny Wielga, IAT



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella. Número de proyecto: 2020-1-DE02-KA204-007679.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Este manual para el módulo 4 forma parte del Programa MIG-DHL que contiene 6 módulos de aprendizaje en total, que ha sido desarrollado dentro de la Asociación Estratégica Erasmus+ **MIG-DHL- Migrants Digital Health Literacy**.

Los contenidos de la formación en un vistazo:

Programa MIG-DHL

Módulo 1: Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Módulo 2: Principales problemas sanitarios al aterrizar en un nuevo país

Módulo 3: Servicios de salud

Módulo 4: Alfabetización digital

Módulo 5: Exploración de las herramientas de salud digital

Módulo 6: Ser activo en el entorno de la salud digital

Puede encontrar más información en la página web: <https://mig-dhl.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Declaración sobre los derechos de autor:



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. Usted es libre de:

- compartir - copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato
- adaptar - remezclar, transformar y construir sobre el material

bajo los siguientes términos:

- **Atribución** - Debe dar el crédito apropiado, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se hicieron cambios. Puede hacerlo de cualquier forma razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o a su uso.
- **No comercial** - No puede utilizar el material con fines comerciales.
- **ShareAlike** - Si remezclas, transformas o construyes sobre el material, debes distribuir tus contribuciones bajo la misma licencia que el original.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Contenido

| | |
|---|---|
| 4. Convertirse en alfabetizador digital | 0 |
| 4.1 Alfabetización digital | 0 |
| 4.2 Conocer los dispositivos digitales..... | 2 |
| 4.3 Búsqueda en Internet..... | 3 |
| 4.4 Seguridad y privacidad | 4 |
| 4.5 Comunicación digital | 6 |
| Referencias | 7 |

4. Convertirse en alfabetizador digital

4.1 Alfabetización digital

La principal definición de Alfabetización Sanitaria Digital, que incluso utiliza la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), es la desarrollada por Norman y Skinner. Con respecto a esta definición, la Alfabetización Sanitaria Digital se define como "[...] la capacidad de buscar, encontrar, comprender y valorar la información sanitaria procedente de fuentes electrónicas y aplicar los conocimientos adquiridos para abordar o resolver un problema de salud" (Norman y Skinner, 2006).

Esta definición da una primera idea del significado de la Alfabetización Sanitaria Digital. Para comprender mejor el concepto de Alfabetización Sanitaria Digital, vale la pena echar un vistazo a las diferentes competencias del concepto de Alfabetización Sanitaria Digital, que ya se introdujeron en el módulo 1. Hay seis alfabetizaciones diferentes que se combinan con el término Alfabetización Sanitaria Digital: 1) alfabetización tradicional, 2) alfabetización sanitaria, 3) alfabetización informativa, 4) alfabetización científica, 5) alfabetización mediática y 6) alfabetización informática (Norman y Skinner, 2006).

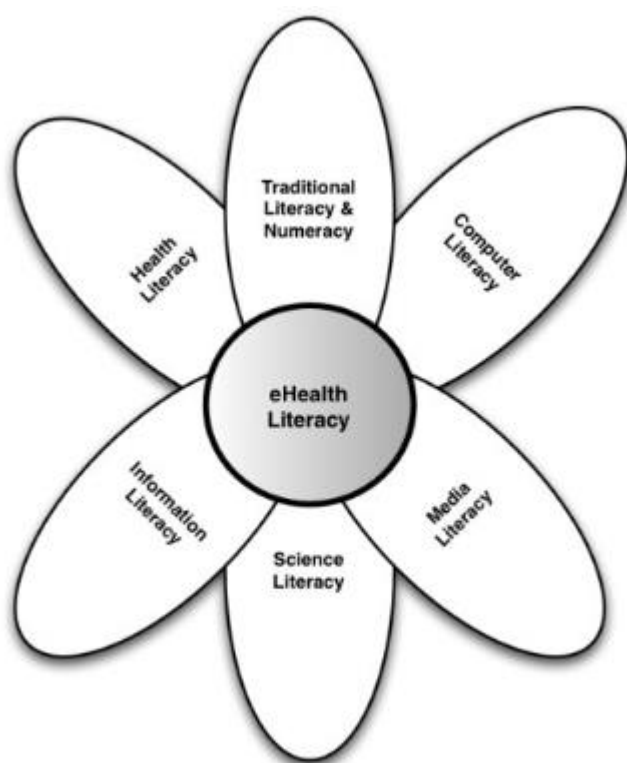


Figura 1 Modelo de alfabetización en salud electrónica (Norman y Skinner, 2006)

En este módulo 4 "Alfabetización digital" las competencias "alfabetización informática" y "alfabetización mediática" juegan un papel fundamental. Por lo tanto, el contenido proporcionado por los materiales de formación trata, por un lado, de la información sobre el uso de los diferentes



dispositivos digitales y, por otro, de las diferentes competencias orientadas en el Marco de Competencia Digital para Ciudadanos (DigComp). El DigComp ofrece una herramienta para mejorar la competencia digital de los ciudadanos. Esta herramienta aborda cinco dimensiones: 1.) Alfabetización en información y datos, 2.) Comunicación y colaboración, 3.) Creación de contenidos digitales, 4.) Seguridad, y 5.) Resolución de problemas (Carretero et al., 2017), por lo que los materiales formativos se centran en las cuatro primeras dimensiones. El módulo cuatro puede considerarse como una introducción a estas diferentes competencias. Los módulos cinco y seis cubren estas competencias con más detalle.

La dimensión 1 "alfabetización en información y datos" combina competencias como la navegación, la búsqueda y el filtrado de datos, información y contenidos digitales, la evaluación de datos, información y contenidos digitales, y la gestión de datos, información y contenidos digitales.

La dimensión 2 "Comunicación y colaboración" describe las habilidades para interactuar a través de las tecnologías digitales, compartir, comprometerse y colaborar a través de las tecnologías digitales, la netiqueta y la gestión de la identidad digital.

La dimensión 3 "Creación de contenidos digitales" resume las siguientes competencias: desarrollar contenidos digitales, integrarlos y reelaborarlos, los conocimientos sobre derechos de autor y licencias y las habilidades de programación.

La última dimensión, que está cubierta por los materiales de formación, es la dimensión 4 "Seguridad". Esta dimensión consiste en las competencias relativas a la protección de los dispositivos, la protección de los datos personales y la privacidad, la protección de la salud y el bienestar, y la protección del medio ambiente (Carretero et al., 2017).

Es importante mencionar que estas competencias, al igual que otras alfabetizaciones, no son estáticas. Se trata más bien de una competencia orientada al proceso que evoluciona con el tiempo a medida que se introducen nuevas tecnologías y cambian los contextos personales, sociales y ambientales. Todo el concepto de alfabetización digital es una práctica discursiva que se esfuerza por descubrir las formas en que se produce el significado y organiza intrínsecamente las formas de pensar y actuar. Su objetivo es capacitar a los individuos y permitirles participar plenamente en las decisiones sanitarias informadas por los recursos de la sanidad electrónica (Norman y Skinner, 2006).



4.2 Conocer los dispositivos digitales

Dado que existen diferentes dispositivos digitales, es importante señalar las diferencias entre ellos. Cada dispositivo tiene sus propias ventajas y desventajas. Al igual que en los materiales de formación, se mencionan los dispositivos digitales más comunes: ordenador/portátil, smartphone y tableta. Eso no significa que no haya otros dispositivos que puedan utilizarse para ser activos digitales.

1. Ordenador/portátil

- **Descripción:** Un ordenador es un dispositivo electrónico que se utiliza para diversos fines, por ejemplo, navegar por la web, escribir documentos, jugar a videojuegos, etc.
- **Útil para:** Investigaciones complejas en Internet, escribir textos largos, redactar correos electrónicos.
- **No es útil para:** Hacer alguna búsqueda en internet o escribir pequeños textos mientras estás en el camino.

2. Teléfono inteligente

- **Descripción:** Un smartphone es un teléfono móvil con el que se puede hacer mucho más que llamar por teléfono. Por ejemplo, los smartphones tienen la posibilidad de conectarse a Internet, hacer fotos o vídeos. Por tanto, también puede considerarse un pequeño ordenador. La pantalla de un smartphone es táctil.
- **Útil para:** Escribir mensajes cortos, hacer pequeñas búsquedas en Internet, utilizar las redes sociales, como WhatsApp, Instagram, etc.
- **No es útil para:** Escribir textos largos o hacer largas búsquedas en Internet.

3. Tableta

- **Descripción:** Una tableta es más pequeña que un ordenador o un portátil pero más alta que un smartphone. Tiene una pantalla táctil pero, a diferencia de un portátil, no tiene teclado.
- **Útil para:** Pequeñas actividades de investigación, descargar y leer libros, jugar, ver vídeos, consultar el correo
- **No es útil para:** Escribir correos electrónicos largos u otros textos, actividades de investigación largas.



4.3 Búsqueda en Internet

El tema "buscar en Internet" pertenece a la competencia número 1 del DigiComp "Alfabetización informativa y de datos". En esta parte, los alumnos deben conseguir habilidades relativas a la identificación de sus necesidades de información, la capacidad de encontrar datos, información y contenidos a través de una búsqueda sencilla en entornos digitales, ser capaces de evaluar la información dada en internet e identificar cadenas de búsqueda personales sencillas. También debe conseguirse que los participantes sean capaces de detectar la credibilidad y fiabilidad de las fuentes habituales de datos, información y sus contenidos digitales.

Se recomienda el uso de un navegador web común (Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge, Apple Safari, Opera, etc.). También se aconseja el uso de un motor de búsqueda común, como Google.com, Bing.com o Yahoo.com, para que los participantes se acostumbren a las herramientas más comunes desde el principio.

Hay algunos criterios que deben tenerse en cuenta al buscar información en Internet. Especialmente, la forma de buscar la información es importante. Se recomienda construir una cadena de búsqueda con las palabras clave más relevantes, en lugar de limitarse a escribir la información que se quiere encontrar. Para construir una cadena de búsqueda, existen algunos operadores de búsqueda específicos, que facilitan aún más la búsqueda de información en Internet. Los operadores de búsqueda más comunes son los siguientes:

- **Y:** Vinculación de dos o más términos de búsqueda.
- **O:** Los resultados de la búsqueda contienen uno u otro o todos los términos de búsqueda.
- **Paréntesis:** Los corchetes pueden utilizarse para componer peticiones con los operadores de búsqueda mencionados.

Para enseñar a los participantes a identificar la información necesaria y a evaluarla, es importante mencionar los diferentes criterios de evaluación de la información en el entorno digital. Sobre todo, porque a veces los primeros resultados no son los mejores. Puede ser, por ejemplo, que los aspectos financieros influyan en la búsqueda. Por lo tanto, es muy importante una evaluación de la información encontrada para identificar la mejor fuente. A continuación, se enumeran algunos criterios para decidir qué fuente proporciona la mejor información (Websitesetup, 2021):

- Quién publicó el contenido (Autoría)



- Cuestiones a tener en cuenta: ¿El sitio web está dirigido por una organización oficial (por ejemplo, el gobierno)? ¿Es la organización/autor un experto en el tema?
- Cuándo se publicó (vigencia y relevancia)
 - Cuestiones a tener en cuenta: ¿Está actualizada la página web?
- La veracidad e integridad de los hechos (Finalidad y Objetividad)
 - Cuestiones a tener en cuenta: ¿Existen diferentes fuentes que demuestren la misma información?

4.4 Seguridad y privacidad

El desarrollo de competencias en relación con la seguridad y la privacidad se refiere a la capacidad de proteger los dispositivos, los contenidos, los datos personales y la privacidad en el entorno digital. La implicación de esta acción también permite la protección de la salud física y mental, el bienestar y la inclusión social. Esta parte está relacionada con el área de competencia 4 "Seguridad" de DigiComp.

- La seguridad de los datos personales es especialmente importante. Los datos personales son cualquier información relacionada con una persona viva identificada o identificable. También constituyen datos personales distintas informaciones que, reunidas, pueden conducir a la identificación de una persona concreta. Los siguientes datos personales se consideran "sensibles" y están sujetos a condiciones específicas de tratamiento:
- datos personales que revelen el origen racial o étnico, las opiniones políticas, las creencias religiosas o filosóficas
- fotos, videos
- afiliación sindical
- datos genéticos, datos biométricos tratados únicamente para identificar a un ser humano
- datos sobre la salud
- datos relativos a la vida sexual o a la orientación sexual de una persona

Se distingue entre la seguridad de un sitio web y la fiabilidad. La seguridad en este contexto significa que se cumplen todos los criterios técnicos de seguridad. Para decidir si una página web es segura hay que tener en cuenta los siguientes criterios (klicksafe, 2021):

- ¿Existe una huella?



- ¿Se han cumplido los requisitos técnicos? Por ejemplo, "https" al principio del enlace, ¿Se muestra correctamente el sitio web en el navegador y funciona en todas las secciones?
- ¿Cumplimiento de los requisitos legales (solicitud de consentimiento de cookies y política de privacidad)?

La privacidad tiene que ver con la forma de controlar nuestros datos personales y determinar cómo los utilizan las partes remotas que los han recibido, de forma segura. Recuerda las políticas de privacidad que te piden que leas y aceptes cuando accedes a un sitio web o te descargas una nueva aplicación para smartphone. Hay algunos consejos para distinguir entre seguridad y privacidad. La seguridad se refiere a la salvaguarda de los datos, mientras que la privacidad se refiere a la salvaguarda de la identidad del usuario. Por ejemplo, el personal de hospitales y clínicas utiliza sistemas seguros para comunicarse con los pacientes sobre su salud, en lugar de enviar información a través de cuentas de correo electrónico personales.

La fiabilidad en este contexto significa que el contenido y la información que se ofrece en la página web son fiables. Para decidir si una página web es de confianza hay que tener en cuenta los siguientes criterios. Estos criterios son bastante similares a los criterios de evaluación de la información más relevante (klicksafe, 2021).

- ¿Quién es el responsable del sitio web? Antecedentes del sitio web (por ejemplo, ¿el sitio es privado o público?)
- ¿La información está actualizada?
- ¿Hay enlaces a fuentes con más información?
- ¿Están las declaraciones respaldadas por fuentes?
- Consejo: La mejor manera de buscar información es en los sitios oficiales, especialmente los de las organizaciones relacionadas con el gobierno.

Independientemente del sitio web que se utilice para obtener la información que a uno le interesa, hay algunos consejos generales para proteger los datos y los dispositivos:

- **Utiliza una contraseña segura:**
 - Que sea largo.
 - Utilizar una mezcla de caracteres
 - No utilice rutas de teclado memorables (como: qwerty)



- **Utiliza las últimas versiones** de un sistema operativo, instala un software antivirus y un cortafuegos y comprueba regularmente si hay actualizaciones.
- **Evite descargar software gratuito** de sitios que no sean conocidos o de confianza. Descargue software sólo de empresas conocidas y de confianza. Muchos programas gratuitos (aplicaciones) transmiten adware y spyware a un ordenador o dispositivo móvil.

4.5 Comunicación digital

En esta parte se trata de conocer diferentes herramientas y tecnologías digitales para los procesos de colaboración, y de obtener una primera visión sobre cómo decidir qué herramienta se debe utilizar. Está orientada al área de competencia número 2 de DigiComp. Hay varias formas de comunicación en el entorno digital, desde opciones informales como WhatsApp y las redes sociales, hasta otras más formales como el correo electrónico. Existen algunos criterios para decidir qué canal de comunicación es el adecuado:

- Receptor
- Tema
- Envío de datos e información

Como la salud es un tema muy sensible, los canales de comunicación formales, como el correo electrónico, suelen ser más apropiados que las herramientas de comunicación informales, como WhatsApp. Otra forma de comunicación en el entorno digital es el uso de un foro de internet. Un foro de internet (también foro web, foro de discusión, foro informático, foro online) es un lugar virtual para intercambiar y archivar pensamientos, opiniones y experiencias sobre un tema concreto. Puede encontrar un ejemplo en el siguiente enlace: <https://www.healthboards.com/>. Para obtener más información sobre cómo escribir correos electrónicos o participar en un foro de Internet, consulte el Módulo 6.



Referencias

- Carretero, S.; Vuorikari, R. y Punie, Y. (2017). *DigComp 2.1: El marco de competencia digital para los ciudadanos con ocho niveles de competencia y ejemplos de uso*. doi:10.2760/38842
- Michaud, Katelyn. (2021). *¿Qué es el robo de datos?* <https://safety.lovetoknow.com/personal-safety-protection/what-is-data-theft>
- MOZ (2022). *Operadores de búsqueda de Google*. <https://moz.com/learn/seo/search-operators>
- Norman, C.; Skinner, H. (2006). eHealth Literacy: Essential Skills for Consumer Health in a Networked World. *J Med Internet Res* 8(2):e9. DOI: 10.2196/jmir.8.2.e9
- Norton. (2020). *¿Qué es un virus informático?* <https://us.norton.com/internetsecurity-malware-what-is-a-computer-virus.html>
- Malwarebytes. (2020). *Definición de hacking: ¿Qué es el hacking?* <https://www.malwarebytes.com/hacker>
- Verbraucherzentrale (2021). *Spam: E-Mail-Müll im Internet*. <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/phishingradar/spam-emailmuell-im-internet-10757>
- WebsiteSetup (2021). <https://websitesetup.org/evaluating-online-resources>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. 2017. *Digital Health Literacy*. https://www.who.int/global-coordination-mechanism/working-groups/digital_hl.pdf