

# ¿Cómo puedo hacer el seguimiento de mis pacientes de forma no presencial?

La falta de regulación en competencias digitales para profesionales sanitarios advierte la importancia de la seguridad, privacidad y confidencialidad de datos sensibles/sanitarios de nuestros pacientes. Es necesario el consentimiento informado antes de iniciar un seguimiento vía telemática, durante la situación excepcional.

**1** **Facebook** en su extensión **Messenger** te permite hacer videollamadas, incluso grupales. **Facebook Live** permite transmitir videos en directo o colgar videos grabados previamente.



**2** **WhatsApp** es una herramienta de fácil manejo entre población de más edad. Permite hacer videollamadas personales y grupales de hasta 4 interlocutores simultáneos. Es una aplicación gratuita que puede usarse en ordenador, móvil y en tablet, si el equipo lo permite.



**3** **Skype** requiere tener una cuenta de Outlook (antes Hotmail) y deberás registrarte para poder usar la aplicación. Puede usarse en ordenador, tablet y móvil. El número máximo de participantes en la versión gratuita es de 10.



**4** **Zoom** es una nueva plataforma con un manejo intuitivo. Tiene un plan básico gratuito especial para uso individual que te permite hacer reuniones 1 a 1 de manera ilimitada de hasta 40 minutos. *\*Vulnerabilidad informática\**



**5** **Hangouts** te permite **enviar SMS a tus contactos en caso de que no tengas conexión online**. Permite videollamadas individuales y en grupo con hasta 9 participantes. También cuenta con **Google Duo**. Para usar ambos servicios se requiere tener una cuenta Google. Se debe entrar al panel de aplicaciones y clicar sobre el nombre del contacto al que deseas llamar.




**6** **Jitsi Meet** es un App gratuita con la ventaja que no hace falta registrarse. Desde su web en el ordenador o en la aplicación móvil puedes entrar o darle un nombre a la sala de reuniones que quieres crear. Genera un enlace que compartes con los otros participantes y les redirecciona directamente a la videoconferencia. **Sin límite de participantes**. *\*Vulnerabilidad informática\**



**7** **Houseparty** debes descargarla en el móvil o ordenador. Te pide acceso a los contactos de tu teléfono y de redes sociales, como Facebook, para contactarte con usuarios que también dispongan de la aplicación. Cada vez que un usuario la abre, puede entrar a un chat para crear una "fiesta" e invitar a sus amigos o conocidos. Máximo 8 personas.



Col·legi de Fisioterapeutes  de Catalunya

\*Para facilitar el acceso a pacientes mayores las mejores opciones serán: WhatsApp y Facebook, más conocidas y las que menos consumo de datos generan. Existen aplicaciones para facilitar el uso de cualquier *smartphone* a nuestros mayores.

\*A modo orientativo, una videollamada de una hora de WhatsApp consume alrededor de 0,35-0,44 GB, Facebook Messenger 0,41 GB y Skype 0,45 GB, mientras que Instagram 1,17 GB y Hangouts - Duo 3,10 y 1,63 GB, respectivamente.

\*\* Consulten: <https://mossos.gencat.cat/ca/temes/Internet-xarxes-socials-i-aplicacions/aplicacions-de-videoconferencies/>