Cyfrowe Kompetencje Zdrowotne (CKZ), są koncepcją, która zmienia się wraz z postępem technologicznym.

fot. PAP/Canva

CKZ stanowią korelację kompetencji cyfrowych i ogólnych kompetencji zdrowotnych. Wobec obecnego ucyfrowienia naszego życia warto poważnie zastanowić się, jak zadbać o powszechność wspomnianych kompetencji.

CKZ definiuje się jako zdolność jednostki do znajdowania, rozumienia, oceniania i

wykorzystywania informacji zdrowotnych ze źródeł elektronicznych (technologii/cyfrowych mediów) w celu skutecznego wykorzystywania i rozwiązywania problemów zdrowotnych.

Jak widzimy, zagadnienie to dotyczy nas wszystkich.

Analiza przeprowadzona przez WHO/Europa w 2023 roku wykazała, że rozwiązania cyfrowe są często niedostępne dla osób starszych, migrantów, osób z niepełnosprawnościami oraz mieszkańców obszarów wiejskich. Jest to szczególnie problematyczne, ponieważ to właśnie te grupy potencjalnie mogłyby odnieść największe korzyści z narzędzi e-zdrowia. Zatem nierówność ta wymaga pilnej interwencji.

Systematyczne przeglądy literatury wskazują z kolei, że skuteczne interwencje w celu łagodzenia niskiego poziomu CKZ opierają się na dwóch filarach: edukacji oraz wsparciu społecznym.

Większe CKZ to szereg istotnych korzyści. Dotyczy to w szczególności samozarządzania zdrowiem oraz uczestnictwa w podejmowaniu decyzji, dotyczących zdrowia. Efektywne wykorzystanie cyfrowych umiejętności skutkuje również poprawą stanu mentalnego oraz wyższą ogólną jakością życia.

Wpływ zaawansowanych modeli językowych na jakość informacji zdrowotnych jest obecnie bardzo złożony. Z jednej strony, wydaje się, że podnoszą one jakość i dostępność wiedzy, a więc mogą służyć jako zasoby edukacyjne. Z drugiej strony, ich wprowadzenie generuje nowe, złożone zagrożenia dla jakości, związane ze stronniczością systemową, zmiennością w złożonym rozumowaniu oraz ryzykiem nadmiernego polegania, prowadzącego do braku krytycznego osądu i weryfikacji.

Brak jest aktualnych informacji, opartych na badaniach, dotyczących poziomu cyfrowych kompetencji zdrowotnych w różnych kategoriach populacyjnych w Polsce.

Czy jesteśmy gotowi na przełom cyfrowy w obszarze zdrowia?

Według GUS, Polacy chętnie szukają w internecie informacji o chorobach i sposobach leczenia. 31,5% respondentów przyznaje, że surfuje w internecie w poszukiwaniu informacji na temat zdrowego stylu życia.

Za postępem technologicznym nie idą stosowne umiejętności cyfrowe, decydujące o korzyściach w postaci zaangażowania we własne zdrowie i profilaktykę oraz łatwiejszego dostępu do diagnozy i leczenia. Im więcej narzędzi cyfrowych w obszarze zdrowia, tym większe ryzyko powiększania się dysproporcji pomiędzy osobami, które mają do nich dostęp i dysponują odpowiednimi kompetencjami, a tymi, którzy ze względu na różne czynniki mogą być zagrożeni tzw. analfabetyzmem cyfrowym.

Eksperci Instytutu Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera oferują bezpłatne konsultacje w zakresie edukacji dotyczącej wzmacniania cyfrowych kompetencji zdrowotnych. Aby zapisać się na konsultacje, wystarczy wypełnić formularz dostępny w zakładce Centrum Konsultacyjne na stronie: https://pracanazdrowie.pl/konsultacje/ lub wysłać e-mail na adres: pracanazdrowie@imp.lodz.pl.

Źródło informacji: Instytut Medycyny Pracy im. prof. Jerzego Nofera