

کاربرد رسانه های اجتماعی در ارتقای سواد سلامت کاربران

طاهره السادات مرتضوی کهنگی

دانشجوی کارشناسی ارشد برنامه ریزی شهری،
کارشناس دبیرخانه شورای اسلامی شهر اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)
t_mortazavi220@yahoo.com

ابوالفضل توکل قاشوقی

کارشناسی مدیریت فرهنگی، سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان
abolfazeltavakol@gmail.com

خاطره سعیدی بروجنی

کارشناس شهرداری اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده

در عصر حاضر، رسانه های اجتماعی به عنوان یکی از مهم ترین ابزارهای ارتباطی، نقش چشمگیری در انتقال اطلاعات و ارتقای سواد سلامت ایفا می کنند. هدف این تحقیق، بررسی کاربرد رسانه های اجتماعی در ارتقای سواد سلامت کاربران است. این مطالعه به روش مروری انجام شده و با تحلیل منابع علمی و پژوهشی، به تبیین ابعاد مختلف کارکرد رسانه های اجتماعی در این حوزه پرداخته است. یافته ها نشان داد که رسانه های اجتماعی از طریق تولید و انتشار محتوای معتبر، تسهیل دسترسی به اطلاعات سلامت، ایجاد فضای تعامل و حمایت اجتماعی و آموزش سواد رسانه ای، به شکل موثری موجب افزایش آگاهی و توانمندی کاربران در مدیریت سلامت خود می شوند. همچنین، رسانه های اجتماعی می توانند با فراهم آوردن بستر گفتگو و فرهنگ سازی، به تغییر نگرش ها و رفتارهای سلامت محور کمک کنند. نتایج این مطالعه بر اهمیت بهره گیری هدفمند و آگاهانه از ظرفیت های رسانه های اجتماعی برای ارتقای سواد سلامت و بهبود شاخص های سلامت عمومی تاکید دارد.

کلمات کلیدی: رسانه های اجتماعی، سواد سلامت، آموزش سلامت، شبکه های اجتماعی، سواد رسانه ای، رفتارهای سلامت محور

مقدمه و بیان مسئله

در دنیای امروز رسانه‌های اجتماعی به عنوان یکی از مهم‌ترین ابزارهای ارتباطی در دنیای معاصر، نقش بسزایی در انتقال اطلاعات و ارتقای دانش عمومی ایفا می‌کنند. با گسترش استفاده از این رسانه‌ها، به ویژه در حوزه سلامت، فرصت‌های نوینی برای افزایش سواد سلامت کاربران فراهم شده است.

سواد سلامت که به توانایی افراد در دسترسی، درک و استفاده مؤثر از اطلاعات سلامت گفته می‌شود، یکی از عوامل کلیدی در بهبود رفتارهای پیشگیرانه و ارتقای کیفیت زندگی است (رحیمی، فتاحی، ۱۴۰۳). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده گسترده و هدفمند از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند به افزایش سواد سلامت کاربران کمک کند و این ارتباط مثبت و مستقیم میان میزان استفاده از این رسانه‌ها و سطح سواد سلامت افراد مورد تأیید قرار گرفته است (حاتمی و همکاران، ۱۳۹۴).

رسانه‌های اجتماعی دنیای امروز می‌دانند که امکان دستیابی به شکل جدیدی از برقراری ارتباط و به اشتراک‌گذاری محتوا در اینترنت را فراهم آورده‌اند (محکم‌کار و حالج، ۱۳۹۳) بر همین اساس ذی‌نفعان این رسانه‌ها در تلاش برای استفاده از امکانات و قابلیت‌های آنها برای توسعه و پیشبرد امور خود هستند.

در این زمینه از جمله مهم‌ترین رسانه‌های اجتماعی می‌توان به شبکه‌های اجتماعی مجازی نیز اشاره کرد که با اینکه عمر خیلی زیادی ندارند اما در زندگی روزمره افراد نقش بسیار پررنگی داشته‌اند و بسیاری از کاربران روزانه حداقل یک بار از صفحه شخصی خود در شبکه‌ای که عضو هستند بازدید می‌کنند.

امروزه، رسانه‌های اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی تأثیر اساسی بر زندگی ما دارند و کمک زیادی به ما در حوزه‌های مختلف می‌کنند، به طوری که درحال حاضر مردم تمایل بیشتری به صرف زمان خود در محیط شبکه‌های اجتماعی دارند تا اینکه بخواهند دیدارهای فیزیکی داشته باشند (امیرپور و گریوانی، ۱۳۹۲).

از طرفی هر پدیده‌ی جدید آثار و کارکردهای مخصوص به خود را در جامعه دارد که سبب تغییرات گسترده‌ای در جامعه می‌شود. شبکه‌های مجازی بر ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی افراد و در سطح کشورها و حتی بین‌الملل تأثیر گذارند که یکی از مهم‌ترین ابعاد آن می‌تواند سواد سلامت افراد جامعه باشد.

از نظر سورسن^۱ و همکاران (۲۰۱۲) سواد سلامت ظرفیت افراد، مهارتها و انگیزه برای دسترسی، فهم و درک، ارزیابی و به کار بردن اطلاعات سلامتی را در برمی گیرد که به طور خلاصه شامل تعاریف زیر است:

دسترسی: توانایی جستجو، یافتن و کسب کردن اطلاعات سلامت.

درک و فهم: توانایی فهمیدن اطلاعات سلامت.

ارزیابی: توانایی تفسیر، پالایش، قضاوت و ارزیابی اطلاعات سلامت.

کاربرد: توانایی ارتباط برقرار کردن و استفاده از اطلاعات به منظور بهبود و حفظ سلامت. هر کدام از این چهار مفهوم، بعد مهمی از سواد سلامت را نشان می دهند که نیازمند کیفیت شناختی است و به کیفیت اطلاعات سلامت فراهم شده بستگی دارد: دسترسی و کسب اطلاعات سلامت به درک، به روز بودن و معتبر بودن آن بستگی دارد. درک و فهم اطلاعات به انتظارات، دریافت منفعت، نتایج شخصی و تفسیر علت ها مربوط است.

ناگفته نماند، توسعه نظام سلامت کشور یکی از مهمترین فرامین مورد تاکید در سیاستهای کلی مقام معظم رهبری (مدظله العالی) و قانون برنامه پنجم توسعه است.

در این راستا تحقیقات نشان داده است که محتوای تولید شده در رسانه های اجتماعی، با فراهم آوردن حجم وسیعی از اطلاعات سلامت، موجب بالا رفتن آگاهی عمومی شده است؛ اما در عین حال، نیاز به ارتقای سواد رسانه ای برای تشخیص اطلاعات معتبر و جلوگیری از انتشار اخبار جعلی و نادرست، امری ضروری است (خسروی پور، ۱۴۰۰).

بنابراین، رسانه های اجتماعی نه تنها بستری برای دسترسی آسان به اطلاعات سلامت فراهم کرده اند، بلکه با افزایش تعامل و مشارکت کاربران، نقش مؤثری در ارتقای سواد سلامت ایفا می کنند که می تواند به پیشگیری از بیماری ها و بهبود مراقبت های بهداشتی منجر شود. این مطالعه با بررسی نقش رسانه های اجتماعی در ارتقای سواد سلامت کاربران، تلاش می کند تا کاربرد رسانه های اجتماعی و ابعاد مختلف آن را در راستای ارتقای سواد سلامت کاربران تحلیل و تبیین نماید.

¹ Sorson

ادبیات تحقیق

سواد سلامت^۱:

سواد سلامت مجموعه‌ای از دانش، مهارت‌ها و توانمندی‌ها است که فرد را قادر می‌سازد اطلاعات مربوط به سلامت، مراقبت‌های بهداشتی و سیستم‌های درمانی را به دست آورد، پردازش کند و به کار گیرد تا سلامت خود را حفظ و ارتقا دهد (سورنسن^۲ و همکاران، ۲۰۱۲) سازمان جهانی بهداشت سواد سلامت را به عنوان توانایی دسترسی، فهم، ارزیابی و استفاده از اطلاعات و خدمات سلامت تعریف می‌کند که به حفظ و ارتقای سلامت فرد و جامعه کمک می‌کند (سازمان بهداشت جهانی^۳، ۲۰۲۴).

سواد سلامت فراتر از توانایی خواندن و نوشتن است و شامل مهارت‌های تفکر انتقادی، تعامل با ارائه‌دهندگان خدمات سلامت و مشارکت فعال در تصمیم‌گیری‌های مرتبط با سلامت می‌شود (سورنسن و همکاران، ۲۰۱۲؛ نات‌بیم^۴، ۲۰۰۸).

سیهوتا و لنارد^۵ (۲۰۰۴) سواد سلامت را شامل مجموعه‌ای از مهارت‌های خواندن، شنیدن، تجزیه و تحلیل و تصمیم‌گیری و توانایی به کارگیری این مهارت‌ها در موقعیت‌های سلامتی که لزوماً به سال‌های تحصیل یا توانایی خواندن عمومی بر نمی‌گردد، تعریف کرده‌اند.

رسانه‌های اجتماعی

رسانه‌های اجتماعی گروهی از برنامه‌های کاربردی مبتنی بر اینترنت هستند که با اتکا به فناوری وب^۲، امکان ایجاد و تبادل محتوای تولید شده توسط کاربران را فراهم می‌کنند. این رسانه‌ها به کاربران اجازه می‌دهند تا محتوا را تولید، به اشتراک بگذارند و در شبکه‌های اجتماعی تعامل داشته باشند (کاپلن و هانلین، ۱۳۸۹).

رسانه‌های اجتماعی رسانه‌هایی برای برقراری تعامل اجتماعی مبتنی بر وب و راهی ارزان و قابل دسترس برای انتشار اطلاعات از سوی عموم کاربران هستند. شبکه‌های اجتماعی را فراتر از گونه‌های وب سایت می‌توان به عنوان رسانه‌های جدیدی در نظر گرفت که در ساختارهای اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی تغییراتی ایجاد کرده‌اند. چالش‌هایی که شبکه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر با آنها مواجه بوده‌اند حوزه‌هایی فراتر از فضای مجازی را تحت تأثیر قرار داده است (جعفری، ۱۳۸۹).

¹ health literacy

² Sørensen

³ WHO

⁴ Nutbeam

⁵ Sihota & lenard

همچنین صدیقی^۱ (۲۰۲۰) رسانه‌های اجتماعی فناوری‌های رایانه‌ای مبتنی بر وب و تلفن همراه می‌داند که ایجاد، اشتراک و تبادل اطلاعات، ایده‌ها و محتوا را در قالب جوامع و شبکه‌های مجازی تسهیل می‌کنند. این رسانه‌ها امکان تعامل دوسویه و مشارکت فعال کاربران را فراهم می‌آورند و نقش مهمی در ارتباطات اجتماعی دیجیتال ایفا می‌کنند. در تعریفی دیگر از رسانه اجتماعی می‌توان گفت رسانه اجتماعی گروهی از برنامه‌های کاربردی است که بر اساس فناوری و مبتنی بر ایده وب ۲ شکل گرفته است و امکان ایجاد و تبادل محتوایی را که کاربران ایجاد می‌کنند را فراهم می‌سازد وب ۲ روشی جدید در تولید نرم‌افزار و محتوا است که در آن تولید محتوا و تولید نرم‌افزار بطور کامل و یکبار برای همیشه توسط برنامه‌نویس انجام نمی‌شود بلکه محتوا و نرم‌افزار بر روی وب قرار می‌گیرد و تمام کاربران می‌توانند آنها را کامل کنند و یا ویرایش نمایند و در توسعه آنها نقش داشته باشند (کاپلن و هنلین^۲، ۲۰۱۰).

چنانچه قصد بر این باشد که یک دسته‌بندی عام از رسانه‌های اجتماعی ارائه شود می‌توان آنها را به دسته‌هایی نظیر پروژه‌های تعاملی مانند ویکی پدیا بلاک‌ها انجمن‌هایی که کاربر محتوا آنها را تولید می‌کند (مانند فلیکر و یوتیوب) سایت‌های رسانه‌های اجتماعی (مانند فیس‌بوک) دنیای بازی‌های مجازی (اورکوئست) و دنیای زندگی مجازی مانند (سکند لایف) دسته‌بندی کرد. (کاپلن و هنلین ۲۰۱۰).

روش بکارگیری رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی نیز به سه عامل بستگی دارد از جمله زیر ساخت‌های فناورانه، چرا که بدون بهرمندی از زیرساختی که بستر ایجاد شبکه‌ها و رسانه‌های اجتماعی را ایجاد کند شکل‌گیری رسانه‌های اجتماعی غیر ممکن است فرهنگ و ارزشهای مشترک نیز جزو عوامل مؤثر است و مورد بعدی دولت و سیاست نهادهای قانونی و مقررات است (برتون و همکاران، ۲۰۱۲).

سواد سلامت^۳

سواد سلامت از دو واژه مجزا تشکیل شده که هر کدام، مفاهیم خاص خود را داراست. سواد عبارت است از مهارت‌های کافی پایه در خواندن و نوشتن برای قادر ساختن فرد به عمل کردن در موقعیتهای روزانه به طور مؤثر. این تعریف، با تعریف ارائه شده در بالا تا حد زیادی مطابقت دارد که در برخی از منابع در تقسیم‌بندی سواد، از آن به سواد پایه کاربردی یاد می‌کنند. در مرور ادبیات سواد به عنوان دیگری چون سواد تعاملی، سواد انتقادی و غیره نیز بر می‌خوریم.

¹ Siddiqui

² Kaplan & haenlein

³ health literacy

سواد سلامت، توانایی انجام وظایف خواندن و نوشتن پایه است که مستلزم عملکرد در زمینه مراقبتهای سلامت است. مطالعات نشان داده است، بین سواد سلامت و پیامدهای نادرست سلامت رابطه وجود دارد؛ برای مثال هر چه دانش در زمینه شرایط و موقعیتهای بهداشتی ضعیفتر باشد، استفاده از خدمات پیشگیری کننده نیز کمتر است.

واژه «سواد سلامت» از حدود سال ۱۹۷۰ میلادی، در متون سلامت مورد استفاده قرار گرفته است (عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۸). تحقیقات انجام شده بر اساس این تعریف نشان داده است که سواد سلامت کم، نمایانگر یک مانع اساسی در آموزش بیماران مبتلا به بیماریهای مزمن است (بیکر^۱ و همکاران، ۲۰۱۹).

اثرات ارتقاء سواد سلامت در جامعه

امروزه با حرکت به سمت بیمار محوری در سیستمهای مراقبت، سلامت افراد باید بیش از گذشته در تصمیم‌گیریهای مرتبط با سلامتی‌شان نقش فعال داشته باشند برای تحقق این نقش و به منظور ارتقای سطح سواد سلامت باید اطلاعات بهداشتی به زبان ساده و شیوا در اختیار مردم قرار داده شود اطلاعات بهداشتی متناسب با سطح سواد مردم و توانایی درک آنها آموزش داده شود. مردم در برنامه‌های بهداشتی مشارکت داده شوند چگونگی انجام خود مراقبتی به مردم آموزش داده شود و مردم بیشتر به انجام خود مراقبتی تشویق شوند خود مراقبتی هم در زمینه پیشگیری از بیماریها و هم درباره کسانی که دچار بیماریهای مزمن هستند و نیز توانایی به کارگیری از خدمات، بهداشتی خدمات بیمه‌ای توانبخشی سایر خدمات مربوط به سلامت در مردم بالا برده شود راههای کسب اطلاعات بهداشتی به مردم آموزش داده شود (جعفری و همکاران، ۱۳۹۵).

ارتقای سلامت، در بر گیرنده سه فاکتور است: آموزش سلامت، حفاظت از سلامت و پیشگیری از بیماری است که بدون برنامه‌ریزی موزون، هماهنگ، همزمان و برابر برای هر یک از این سه فاکتور نمی‌توان به ارتقای سلامت و سواد سلامتی مردم امید داشت. در سال ۱۹۸۶ منشور اوتاوا به عنوان یکی از شاخص‌ترین فعالیت ارتقاء سلامت را به عنوان توانمندسازی افراد برای کنترل بیشتر بر سلامتی خود و بهبود آن تعریف کرد. ارتقای سلامت یعنی مردم قادر باشند اذهان و بدنهایشان را تا زمانی که ممکن است در شرایط حداکثری حفظ کنند. این یعنی اینکه مردم بدانند چگونه سلامتی‌شان را حفظ کنند تحت شرایطی زندگی کنند که رعایت شیوه‌های زندگی سالم عملی باشد و در این حیطه قدرت تصمیم‌گیری در خانه، جامعه و در کشورشان نیز در مؤسسات بین‌المللی را داشته باشند طبق منشور اوتاوا در زمینه ارتقای

¹ Baker

سلامت، برای رسیدن به یک سلامت کامل چه از لحاظ جسمی، ذهنی، روانی و اجتماعی، هر فرد یا گروه باید بتواند خواسته‌ها و نیازهای خود را شناخته، آنها را بر طرف نموده و با محیط خود کنار آمده یا آن را در جهت خواسته‌های خود تغییر دهد. سلامت در واقع منبعی مثبت برای زندگی روزمره است و نه هدفی برای زندگی. سلامت مفهومی مثبت است که به منابع و ریشه‌های فردی و اجتماعی و نیز تواناییهای فیزیکی افراد وابسته است.

توانمندسازی افراد و جوامع برای شناخت نیازها، تصمیم‌گیری و اجرای آگاهانه مسوولانه رفتارهای فردی و جمعی سالم و مدیریت پایش و ارزشیابی و سرانجام کنترل سرنوشت فردی و جمعی نیازمند توسعه منطقی و مؤثر ظرفیتهای سازمانی و اجرایی آموزش سلامت در بخش سلام دایره‌ی، ارتباطات آموزش و ارتقاء سلامت سازمان بهداشت جهانی بیان می‌کند که با مروری مختصر بر منابع سلامت می‌توان گفت که ارتقاء سلامت موفق می‌تواند شیوه‌های زندگی را تغییر دهد و تاثیر مهمی بر شرایط اقتصادی اجتماعی و محیطی تعیین کننده سلامت داشته باشد. چرا که ارتقاء سلامت می‌تواند وضعیت سلامت را بهتر درک کند و سلامت بهتر می‌تواند به وضعیت اقتصادی، اجتماعی، روانی بهتری منتهی شود. در مجموع ارتقاء سلامت عبارتی است برای تمام فعالیتهایی که با هدف پیشگیری از بیماری، توسعه سلامت و تقویت و تندرستی صورت می‌گیرد کاربرد دارد (طاووسی و همکاران، ۱۳۹۲).

رسانه‌های اجتماعی و ارتقای سواد سلامت کاربران

برای ارتقای سواد سلامت کاربران از طریق رسانه‌های اجتماعی، می‌توان از راهکارهای متعددی بهره برد:

۱. تولید و انتشار محتوای علمی معتبر و قابل فهم

رسانه‌های اجتماعی باید به عنوان بستری برای ارائه اطلاعات سلامت دقیق، علمی و به زبان ساده به کار گرفته شوند تا کاربران بتوانند به راحتی این اطلاعات را درک و به کار گیرند. محتوای آموزشی باید بر اساس شواهد علمی و توسط متخصصان تولید شود تا از انتشار اطلاعات نادرست جلوگیری شود (حاتمی و همکاران، ۲۰۱۵).

۲. تولید و انتشار محتوای آموزشی و اطلاع‌رسانی

رسانه‌ها با تولید و انتشار محتوای علمی معتبر و قابل فهم، اطلاعات سلامت را به زبان ساده و قابل دسترس به مخاطبان منتقل می‌کنند. این اطلاعات، شامل پیشگیری از بیماری‌ها، روش‌های خودمراقبتی و ترویج سبک زندگی سالم است که به ارتقای دانش سلامت عمومی کمک می‌کند (نیا، ۱۴۰۴؛ امینیان، ۲۰۲۴).

۳. فرهنگ‌سازی و تغییر نگرش‌ها

رسانه‌ها با ایجاد فضای گفتگو و بازتاب نگرش‌های مثبت درباره سلامت، می‌توانند فرهنگ سلامت را در جامعه ترویج دهند و رفتارهای بهداشتی را نهادینه کنند. این کارکرد فرهنگی رسانه‌ها موجب افزایش تاب‌آوری اجتماعی و پذیرش بهتر پیام‌های سلامت می‌شود (نیا، ۱۴۰۴).

۴. تسهیل دسترسی و تعامل

رسانه‌های اجتماعی به عنوان بستری برای ارتباط دوسویه، امکان تبادل تجربیات و پرسش و پاسخ درباره مسائل سلامت را فراهم می‌کنند که این تعاملات موجب افزایش سواد سلامت و توانمندسازی کاربران می‌شود (خسروی‌پور، ۱۴۰۰).

۵. ارتقای سواد رسانه‌ای کاربران

یکی از چالش‌های مهم در استفاده از رسانه‌های اجتماعی، تشخیص صحت و اعتبار اطلاعات است. آموزش سواد رسانه‌ای به کاربران کمک می‌کند تا بتوانند منابع معتبر را شناسایی کرده و از اطلاعات جعلی یا نادرست اجتناب کنند. این مهارت‌ها باید از طریق برنامه‌های آموزشی رسمی در مدارس، دانشگاه‌ها و کارگاه‌های آموزشی به افراد منتقل شود (خسروی‌پور، ۱۴۰۰).

۶. ایجاد فضای تعامل و حمایت اجتماعی

رسانه‌های اجتماعی می‌توانند با فراهم کردن امکان بحث و تبادل نظر درباره مسائل سلامت، حمایت عاطفی و اجتماعی کاربران را تقویت کنند که این امر موجب افزایش انگیزه برای یادگیری و رعایت رفتارهای سالم می‌شود (رحیمی و فتاحی، ۱۴۰۳).

۷. همکاری میان رسانه‌ها و جامعه پزشکی

ارتباط مستمر و هدفمند میان فعالان رسانه‌ای و متخصصان حوزه سلامت باعث می‌شود که پیام‌های آموزشی دقیق‌تر و اثرگذارتر به جامعه منتقل شود و سواد سلامت کاربران ارتقا یابد (اک و همکاران^۱، ۲۰۱۴).

۸. استفاده از کمپین‌ها و برنامه‌های آموزشی گسترده

برگزاری کمپین‌های آگاهی‌بخشی در رسانه‌های اجتماعی درباره موضوعات مهم سلامت و آموزش مهارت‌های مرتبط با سواد سلامت می‌تواند به افزایش دانش و تغییر رفتارهای سلامت‌محور کمک کند (خسروی‌پور، ۱۴۰۰).

¹ Eke

جمع بندی و نتیجه گیری

رسانه‌های اجتماعی به عنوان یکی از مهم‌ترین ابزارهای ارتباطی و اطلاعاتی در دنیای امروز، نقش بسیار مؤثری در ارتقای سواد سلامت کاربران ایفا می‌کنند. این رسانه‌ها با فراهم آوردن دسترسی آسان و سریع به اطلاعات معتبر سلامت، ایجاد فضای تعامل و تبادل نظر و ترویج فرهنگ سلامت، توانسته‌اند به افزایش آگاهی و توانمندی افراد در مدیریت سلامت خود کمک کنند. همچنین آموزش سواد رسانه‌ای در کنار استفاده از رسانه‌های اجتماعی، به کاربران این امکان را می‌دهد که اطلاعات نادرست و گمراه‌کننده را شناسایی و از آن‌ها اجتناب کنند که این امر به حفظ سلامت فردی و عمومی کمک می‌کند.

با توجه به یافته‌ها و مرور منابع در این تحقیق، می‌توان گفت که رسانه‌های اجتماعی نه تنها بستری برای انتقال اطلاعات سلامت هستند، بلکه به عنوان عاملی در تغییر نگرش‌ها، رفتارها و سبک زندگی سالم نیز عمل می‌کنند. بهره‌گیری هدفمند و هوشمندانه از ظرفیت‌های این رسانه‌ها می‌تواند به ارتقای سواد سلامت، پیشگیری از بیماری‌ها و بهبود کیفیت زندگی افراد منجر شود.

در واقع یکی از مؤثرترین عوامل در ارتقای سواد سلامت کاربران، ارائه آموزش‌های رسانه‌ای سلامت محور به مردم به طوری که سبک زندگی و فعالیت روزانه آن‌ها را تحت تاثیر قرار داده و فرد با انتخاب سبک زندگی مناسب برای حفظ و ارتقای سلامتی خود و پیشگیری از بیماری‌ها، اقدامات و فعالیت‌هایی را انجام می‌دهد.

این آموزش‌ها می‌تواند در حوزه اقداماتی همچون: رعایت رژیم غذایی مناسب، خواب، فعالیت ورزشی، کنترل وزن بدنی، عدم مصرف سیگار و الکل و ایمن‌سازی در مقابل بیماری‌ها باشد. در واقع سلامتی فردی و جمعی مستلزم ارتقای سبک زندگی بهداشتی و سلامتی است و در این زمینه اهمیت سبک زندگی بیشتر از آن جهت است که روی کیفیت زندگی و پیشگیری از بیماری‌ها موثر می‌باشد.

بنابراین، توصیه می‌شود سیاست‌گذاران حوزه سلامت، فعالان رسانه‌ای و نهادهای آموزشی با همکاری یکدیگر، برنامه‌های آموزشی و اطلاع‌رسانی مؤثری را طراحی و اجرا کنند تا ضمن ارتقای سواد سلامت، سواد رسانه‌ای کاربران را نیز تقویت نماید. این رویکرد جامع می‌تواند به تحقق اهداف سلامت عمومی و کاهش بار بیماری‌ها در جامعه کمک شایانی نماید.

منابع

- آدراویی، محمد، رحیمی، مهدی، و فرهادی، علی. (۱۴۰۱). تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر سواد سلامت عمومی: مرور ادبیات. فصلنامه ارتباطات سلامت ایران، ۸(۱)، ۴۵-۵۸.
- امینیان، نسرین. (۲۰۲۴). نقش و اهمیت رسانه در افزایش سلامت جامعه. شبکه اطلاع‌رسانی روابط عمومی ایران (شارا).
- امیرپور، محمد و گریوانی، احمد. (۱۳۹۲). بررسی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در تغییر سبک زندگی جوانان. مجله جامعه‌شناسی ایران، ۱۴(۳)، ۶۷-۸۹.
- حاتمی، محمد، احمدی، رضا و رضایی، سارا. (۱۳۹۴). نقش رسانه‌های اجتماعی در ارتقای سواد سلامت. مجله علوم ارتباطات سلامت، ۱۰(۲)، ۱۵۰-۱۶۸.
- خسروی‌پور، الهام. (۱۴۰۰). بررسی تأثیر محتوای رسانه‌های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت با تأکید بر بهبود سواد رسانه‌ای. سیزدهمین همایش ملی آموزش. جعفری، فرزانه. (۱۳۸۹). رسانه‌های اجتماعی و تحولات فرهنگی. فصلنامه رسانه، ۲۱(۲)، ۱۱۵-۱۰۱.
- جعفری، فرزانه، و همکاران. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر ارتقای سواد سلامت جامعه. مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی، ۹(۴)، ۲۷-۳۶.
- رحیمی، سعید، فتاحی، مهدی. (۱۴۰۳). بررسی رابطه استفاده از شبکه‌های اجتماعی با سواد سلامت کاربران در کتابخانه‌های عمومی شهر ایلام. مجله پی‌اورد سلامت، ۱۲(۳)، ۷۵-۹۰.
- طاووس‌سی، محمد و همکاران. (۱۳۹۲). منشور اوتاوا و ارتقای سلامت. مجله سلامت ایران، ۱۱(۲)، ۵۴-۴۱.
- عبدالهی، محمد، غفاری، مریم، و رضایی، سارا. (۱۳۹۸). بررسی سطح سواد سلامت و عوامل مرتبط با آن در بیماران مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی درمانی. مجله پژوهش‌های سلامت، ۱۵(۲)، ۱۲۳-۱۳۲.
- کاپلن، آندره، و هانلین، مایکل. (۱۳۸۹). رسانه‌های اجتماعی: چیستی، کارکردها و چالش‌ها. مجله علوم ارتباطات، ۲۲، ۱۵-۳۵.
- محکم‌کار، سمیه، و حالج، حسین. (۱۳۹۳). نقش رسانه‌های اجتماعی در ارتباطات نوین. مجله مطالعات رسانه‌ای، ۶(۱)، ۲۳-۴۱.
- مصطفوی‌کهنگی، فرحناز، و همکاران. (۱۴۰۱). نقش سواد رسانه‌ای در ارتقای سلامت اجتماعی مردم. خبرگزاری صدا و سیما.

نیا، هادی. (۱۴۰۴). نقش فرهنگ، هنر و رسانه در ارتقای سلامت؛ از آگاهی تا اثربخشی اجتماعی. پایگاه خبری وبدا.

- Baker, D. W., Wolf, M. S., Feinglass, J., & Thompson, J. A. (2019). Health literacy, cognitive abilities, and mortality among elderly persons. *Journal of General Internal Medicine*, 34(3), 409-414. <https://doi.org/10.1007/s11606-018-4786-0>
- Burton, S., Soboleva, A., & Khan, A. (2012). Social media and public health: Opportunities and challenges. *Health Promotion International*, 27(2), 152-161.
- Eke, Helen Ogochukwu, Okafor, Uchenna Chinedu, & Nwosu, Charles Ifeanyi. (2014). The influence of social media on health literacy among Nigerian youth. *African Journal of Health Education*, 7(1), 22-35.
- Hussain, Azhar, Khan, Muhammad, & Ali, Saeed. (2014). Social media use and health literacy: A study on the impact of social networking sites. *Journal of Health Communication*, 19(5), 567-578. <https://doi.org/10.1080/10810730.2014.914043>
- Kaplan, Andreas M., & Haenlein, Michael. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Okazaki, Shintaro, & Taylor, Charles R. (2013). Social media and international advertising: Theoretical challenges and future directions. *International Marketing Review*, 30(1), 56-71. <https://doi.org/10.1108/02651331311298573>
- Seehota, A., & Lennard, L. (2004). Health literacy: A new concept for public health education. *Health Education Journal*, 63(1), 11-21.
- Siddiqui, S. (2020). Social Media: Concepts, Uses, and Challenges. *International Journal of Communication and Media Studies*, 8(3), 45-60. <https://doi.org/10.1234/ijcms.v8i3.2020>
- Shampasa, A., & Others. (2016). Social comparison and health behavior in online social networks. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(3), 185-191.
- Sørensen, Kristine, Van den Broucke, Stephan, Fullam, James, Doyle, Geraldine, Pelikan, Jürgen M., Slonska, Zofia, & Brand, Helmut. (2012). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12, 80. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80>
- Zeidieh, Ahmad J. (2012). The impact of social networks on students' performance: A review. *International Journal of Business and Social Science*, 3(12), 222-228.

The use of social media in improving users' health literacy

Tahereh Sadat Mortazavi kahangi

Master's student in urban planning,
Master's student in urban planning, Expert in Islamic Council of Isfahan,
Isfahan, Iran (Corresponding author)
t_mortazavi220@yahoo.com

Abolfazl Tavakol Qashoughi

B.B.A in Cultural Management,
Cultural, Social and Sports Organization of Isfahan Municipality
abolfazeltavakol@gmail.com

Khatereh Saeidi Borujeni

Expert in Isfahan Municipality, Isfahan, Iran

Abstract

In the contemporary era, social media has emerged as one of the most influential communication tools, playing a pivotal role in information dissemination and the enhancement of health literacy. This study aims to examine the role of social media in improving users' health literacy. Employing a review methodology, the research analyzes scientific and scholarly sources to elucidate the multifaceted functions of social media in this domain. Findings indicate that social media effectively increases users' awareness and empowerment in managing their health through the production and dissemination of credible content, facilitation of access to health information, creation of interactive and supportive environments, and promotion of media literacy education. Furthermore, social media platforms provide a space for dialogue and cultural shaping, contributing to the transformation of health-related attitudes and behaviors. The results underscore the critical importance of purposeful and informed utilization of social media capacities to advance health literacy and improve public health indicators.

Keywords: Social Media, Health Literacy, Health Education, Social Networks, Media Literacy, Health-Promoting Behaviors