



**XXXII Congreso
de Comunicación y Salud**

Del 23 al 25 de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar



De la marca personal a la comunicación saludable

Comunica para dejar huella

Sonia Marqués Camps y María Miret García
Periodistas especializadas en salud



**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**



Saludables

**Periodismo con salud
blogsaludables.wordpress.com**



**XXXII Congreso
de Comunicación y Salud**

Del 23 al 25 de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

Comunicación y salud



comunicacionysalud.semfyces



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



Comunicación y salud

- **La comunicación y su influencia en las relaciones humanas y en nuestro bienestar**
- **La escritura como herramienta para mejorar la comunicación y las relaciones profesionales**



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



- **Comunicación saludable**



- **Comunica para dejar huella**





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

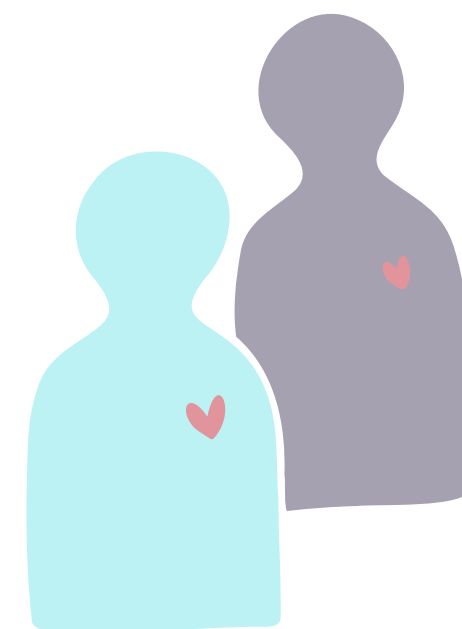
comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
SOCIEDAD ARAGONESA DE MEDICINA DE FAMILIA
Y COMUNITARIA



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria



"Comunicación es relación"

Su influencia en el bienestar y en la salud emocional



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

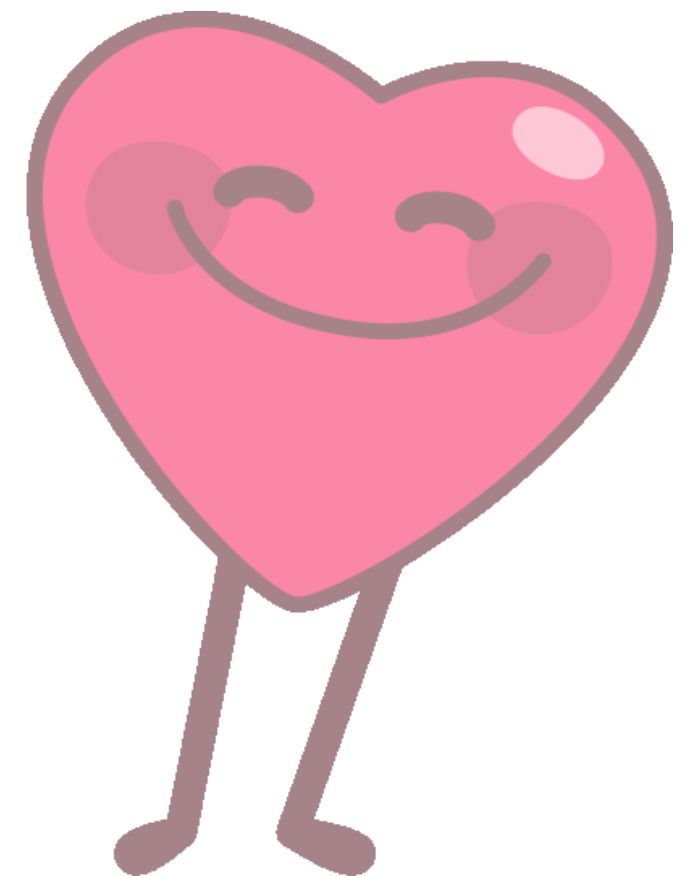
#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



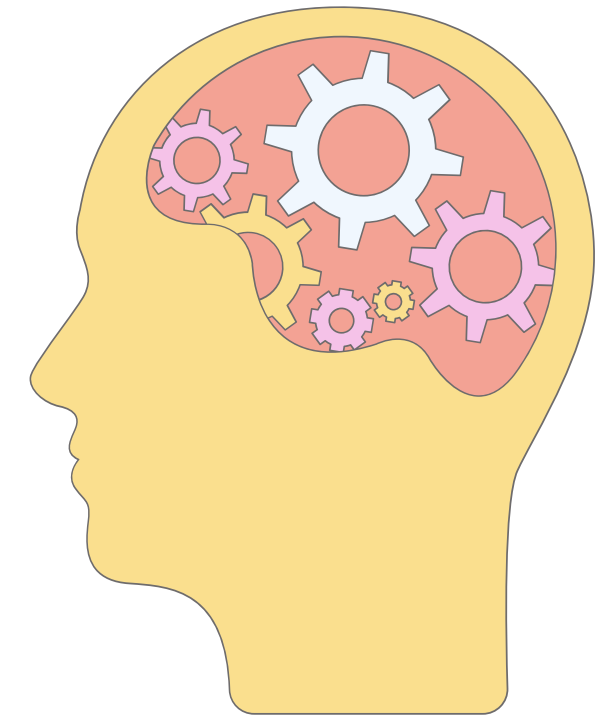
¡Comunicación humana!

- La que nos hace sentir bien
- La que deja huella



Comunicación humana

**Cercana
Cálida
Personalizada
Empática
Asertiva...**



Inteligencia emocional
¿Inteligencia "comunicacional"?)



**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**





**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

**“La comunicación inteligente sirve
para superar las adversidades”**

Joan Elías



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

La herramienta es **la escritura**





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
SOCIEDAD ARAGONESA DE MEDICINA DE FAMILIA
Y COMUNITARIA



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

Comunicación empática

Escritura empática





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



Víctor Amat 

@victorammat01

La empatía no es tratar a la gente como te gusta que te traten a ti.
La empatía es tratar a la gente como ELLOS quieren ser tratados.



**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**



Comunicación adaptada a cada interlocutor



**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

Comunicación consciente





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



¡Todo comunica!

Estilo de letra, la gramática, el orden de los párrafos...

Las prisas, los silencios...



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
SOCIEDAD ARAGONESA DE MEDICINA DE FAMILIA
Y COMUNITARIA



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

Estilo

Forma del texto,
Orden de exposición,
Ortografía...





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

¡La primera impresión cuenta!

¡La primera forma de
comunicación cuenta!



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

Hoy, cuidar las **relaciones**, pasa por **cuidar** nuestra **comunicación escrita**, a todos los niveles y en todos los ámbitos y canales



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
SOCIEDAD ARAGONESA DE MEDICINA DE FAMILIA
Y COMUNITARIA



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria



Comunicación por **whatsapp**

La urgencia no es excusa...

No dejes que lo urgente pase por encima de lo importante, ¡y la buena comunicación es importante!



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
SOCIEDAD ARAGONESA DE MEDICINA DE FAMILIA
Y COMUNITARIA



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

Uso de emoticonos



Ventajas y desventajas...



**XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud**

**Del 23 al 25
de marzo de 2023**

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

**comunicacionysalud.
semfyc.es**



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

**"Una mala persona nunca
llega a ser buen profesional"**

Howard Garner



XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



SAMFYC
Sociedad Aragonesa de Medicina de Familia
y Comunitaria



semFYC
Sociedad Española de Medicina
de Familia y Comunitaria

La primera impresión cuenta iy la última también!

Muchas gracias





XXXII Congreso
de Comunicación
y Salud

Del 23 al 25
de marzo de 2023

ZARAGOZA

#ganasdeconeZtar

comunicacionysalud.
semfyc.es



"Comunicació profesional creativa"

Manual para profesionales que quieren mejorar a través de la comunicación que establecen con otras personas

https://soniamarquescamps.files.wordpress.com/2023/01/comunicacion-profesional-creativa_smc-1.pdf

INTRODUCCIÓN

En un mundo que parece que empeora a pasos agigantados, me siento cada vez más afortunada por las relaciones humanas con gente de mi entorno, la mayoría, dando valor a lo que es realmente importante, y que se percibe incluso en la comunicación a través del mundo virtual, en medios digitales como twitter, instagram o whatsapp. Son este tipo de relaciones las que dan sentido y contenido a la vida, en claro contraste con la situación a la que estamos asistiendo a lo largo de estos últimos años, con la crisis sanitaria y económica y el malestar psicológico derivado de todo ello.

La comunicación profesional no puede ser menos, y corre el riesgo de quedar desfasada con formas y modelos arcaicos si no se trabaja en estos entornos desde una comunicación más comprometida, con más trascendencia humana. No podemos pasar por alto que como profesionales o como trabajadores somos, ante todo, personas.

En parte, es como si la pandemia haya traído un nivel de consciencia mayor, que se traduce en esta comunicación interpersonal más cuidada, aunque hoy la mantengamos en mayor medida por escrito y a distancia. Las personas nos esmeramos en ser más cálidas, más cercanas, más cordiales... Por pura necesidad humana. Porque somos seres sociales, y la comunicación es relación. Y porque las buenas relaciones contribuyen, qué duda cabe, a nuestro bienestar.

Disfrutar de parcelas de felicidad redundante en una mejor salud emocional y a todos los niveles. En el trabajo o en entornos laborales, ya sea de forma presencial o a distancia, con el teletrabajo y la telemática, es donde pasamos buena parte de nuestro tiempo. Nos voy a repetir lo que tantas veces se ha dicho sobre la interrelación más que comprobada con evidencia científica entre el sufrimiento emocional y la salud física. Lo contrario, las empresas o instituciones con elevado nivel de estrés entre sus empleados o con relaciones tóxicas, ya sabemos que nos enferman.

Todos quienes tienen intención de estar bien en el mundo se esmeran en tener buenas relaciones. Y se traduce en la comunicación escrita que establecen con los demás; con la palabra, las imágenes y con los símbolos (emoticonos) utilizados. Esmerándose en la escritura y en su estilo, para que sea una comunicación clara, entendible, ágil, efectiva o incluso afectiva. Está claro que este tiempo difícil ha traído una evolución personal, una mejor comprensión sobre lo que realmente vale la pena preservar. Y las empresas, organismos, instituciones, en tanto que establecen comunicación, relación entre personas, no pueden ser menos en esta implicación; con profesionales o trabajadores, personas, más felices.



@soniamarcamps