

Sosyal Medyanın Sağlık Alanındaki Bilgi Kaynağı Özelliği ve Kadınların Sosyal Medya Kullanımı

Fatma Uyar¹

Özet

Dijital teknolojilerin gelişimiyle birlikte sosyal medya, sağlık iletişiminin en etkili araçlarından biri haline gelmiştir. Sağlıkla ilgili bilgilerin paylaşımı, yorumlanması ve yayılımında belirleyici bir rol üstlenen bu ortam, aynı zamanda yanlış bilgilendirme riskini de beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda, sosyal medya ve sağlık okuryazarlığı kavramları, bireylerin dijital ortamdaki sağlık içeriklerini anlama, değerlendirme ve doğru biçimde kullanma süreçlerinde kritik öneme sahiptir. Bu çalışmada, sosyal medyanın sağlık alanındaki bilgi kaynağı özelliği kadın kullanıcılar bağlamında ele alınmıştır. Kadınların sosyal medyayı bilgilendirme aracı olarak değil, aynı zamanda dayanışma, deneyim paylaşımı ve kolektif öğrenme alanı olarak da kullandıkları bir bilgilendirme aracı olarak kullandıkları ortaya konulmuştur. Özellikle gebelik, doğurganlık, çocuk bakımı ve psikolojik iyi oluş gibi alanlarda kadınların sosyal medya etkileşimlerinin yoğunlaştığı; bu etkileşimlerin hem bilgiye erişimi kolaylaştırdığı hem de sosyal destek ağlarını güçlendirdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte, yanlış bilgi, mahremiyet ihlali ve ticari yönlendirmeler gibi olumsuzluklar, kadınların dijital sağlık deneyimlerinde yeni risk alanları oluşturmaktadır. Çalışma, bu risklerle başa çıkabilmenin en etkili yolunun sağlık ve sosyal medya okuryazarlığı becerilerinin geliştirilmesi olduğunu belirtmektedir. Sonuç olarak, sosyal medya kadınlar için hem bilgiye erişim hem de toplumsal güçlenme açısından önemli fırsatlar sunmakta; ancak bu fırsatların sürdürülebilir faydaya dönüşebilmesi, bilinçli, eleştirel ve okuryazar kullanıcı davranışlarıyla mümkün olmaktadır. Kadınların sağlık bilgisine sosyal medya üzerinden erişimini ele alan bu çalışmanın, konuya dikkat çekmesi açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

1 Öğr. Gör., Doğu Üniversitesi Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik Programı, fuyar@dogus.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7816-4564>

1. Giriş

Bilgi toplumunun şekillenmesinde dijital teknolojilerin rolü her geçen gün artmakta; bu dönüşümün en belirgin yansımalarından biri sosyal medya platformlarında görülmektedir. Sosyal medya, yalnızca bireylerin iletişim biçimlerini değil, bilgiye erişme, bilgiyi üretme ve paylaşma alışkanlıklarını da kökten değiştirmiştir. Bugün milyonlarca kullanıcı, gündelik yaşam pratiklerinden toplumsal meselelere kadar pek çok konuda bilgi arayışını sosyal medya aracılığıyla yürütmektedir. Sağlık alanı da bu dijital dönüşümün en çok hissedildiği alanlardan biridir. Artık bireyler yalnızca sağlık profesyonellerinden değil, çevrimiçi topluluklardan, forumlardan ve kullanıcı deneyimlerinden de bilgilenmekte; bu durum bilgi akışını demokratikleştirirken aynı zamanda yeni risk alanlarını meydana getirmektedir.

Sosyal medya platformlarında yer alan sağlık içerikleri, bir yandan farkındalığı artırmakta ve sağlık bilincini güçlendirmekte; öte yandan yanlış, eksik ve/veya yönlendirilmiş bilgiye maruz kalma olasılığını da beraberinde getirmektedir. Bu noktada, dijital ortamlarda edinilen bilginin niteliği kadar, bireylerin bu bilgiyi nasıl değerlendirdiği de önem kazanmaktadır. Bilgiye ulaşma kolaylığı, her zaman doğru bilgiye ulaşma anlamına gelmemekte; özellikle sağlık gibi hassas alanlarda bu fark kritik sonuçlar doğurabilmektedir. Dolayısıyla, sosyal medya ortamlarında dolaşan bilgilerin anlamlandırılması, doğrulanması ve etik çerçevede kullanılması, modern sağlık iletişiminin temel tartışma konularından biri haline gelmiştir.

Kadın kullanıcılar, sosyal medyanın en aktif gruplarından biri olarak öne çıkmaktadır. Kadınlar, sağlıkla ilgili bilgi, deneyim paylaşma ve dayanışma süreçlerinde sosyal medyayı hem bireysel hem toplumsal düzeyde etkin biçimde kullanmaktadır. Gebelik, doğurganlık, çocuk bakımı, psikolojik olarak iyilik hâli ve beden sağlığı gibi yaşam evrelerine ilişkin konularda sosyal medya, kadınlar arasında güçlü bir paylaşım ve destek ağı oluşturmaktadır. Kadınların bu mecralarda kurdukları topluluklar, bilgi paylaşımının ötesinde güven, aidiyet ve güçlenme duygularını da beslemektedir. Ancak aynı zamanda bu ortamlar, doğruluğu sorgulanmamış bilgilerin hızla yayıldığı, mahremiyetin ihlal edilebildiği ve ticari çıkarların etkili olabildiği riskli alanlara da dönüşebilmektedir.

Bu çalışmada, sosyal medyanın sağlık alanındaki bilgi kaynağı özelliği, kadın kullanıcıların dijital etkileşim pratikleri bağlamında ele alınmaktadır. Kadınların sağlıkla ilgili bilgilenme davranışlarını, dijital dayanışma biçimlerini ve karşılaştıkları bilgi güvenilirliği sorunlarını anlamaya yönelik bir değerlendirme sunulmakta; bu süreçte sağlık ve sosyal medya

okuryazarlığının önemine vurgu yapılmaktadır. Böylece, dijital çağda kadınların sağlık bilgisine erişim biçimlerine bütüncül bir perspektif geliştirilmektedir.

2. Sosyal Medya ve Sağlık Bilgisi İlişkisi

İnternet ve dijital teknolojilerin hızlı gelişimi, bireylerin sağlık bilgisine erişim, bu bilgileri paylaşım ve yorumlama biçimlerinde köklü değişimlere yol açmıştır. Bu dönüşüm, sağlık iletişim stratejilerinde sosyal medyanın etkin bir araç olarak kullanılmasını beraberinde getirmektedir. Sosyal medya, kullanıcılarının aktif katılımını sağlayacak sağlık bilincinin artırılması, davranış değişikliğinin desteklenmesi ve farkındalık kampanyalarının yürütülmesi açısından önemli bir işlev üstlenmektedir (Mendi, 2015). Sosyal medyanın bahsedilen bilinç ve farkındalıkla kullanılması kritik bir öneme sahiptir. Bunun nedenlerinden biri araştırmaların dünya ve Türkiye'nin büyük çoğunluğunun sosyal medyayı kullandığını göstermesi (Datareportal, 2025), diğeri de sosyal medya platformlarındaki bilgilerin güvenilir olduğuna dair tereddütler olarak düşünülebilir.

Sosyal medya sahip olduğu hacim, kullanım kolaylığı sebebiyle birçok bilginin hızla yayılmasına sebep olmaktadır. Özelliği itibariyle de paylaşılan içerik ve bilgilerin denetimi güç olmaktadır. Bu da sosyal medya ile birlikte yanlış bilgilenme sorunlarını gündeme getirmektedir. Yanlış bilgiyi temsil eden kavramlardan biri olan mezenformasyon, yanlış olan ancak zarar verme niyetiyle oluşturulmayan bilgiler olarak tanımlanmaktadır (Wardle ve Derakhshan, 2017: 20). Yanlış fotoğraf başlıkları, çeviriden kaynaklanan hatalar ya da bir parodinin ciddiye alınması mezenformasyon bağlamında değerlendirilmektedir. Yanlış bilgiye karşılık gelen kavramlardan diğeri de dezenformasyondur. Bir kişiye, sosyal gruba, kuruluşa veya ülkeye zarar vermek için kasıtlı olarak oluşturulan yanlış bilgiler olarak tanımlanmaktadır (Wardle ve Derakhshan, 2017: 20). Yanlış bilgiyi tanımlayan diğeri kavram malenformasyondur. Malenformasyon, bir kişi, kuruluş veya ülkeye zarar vermek için kullanılan, gerçeğe dayalı bilgiler olarak açıklanmaktadır (Wardle ve Derakhshan, 2017: 20). Özel kalması gereken bilgilerin, kişilerin çıkarları uğruna ve zarar vermek adına paylaşılması malenformasyon örneği olarak karşımıza çıkmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün "infodemi" kavramıyla tanımladığı bilgi kirliliğinin (World Health Organization [WHO], 2020) en belirgin üç örneği olan bu yanlış bilgilerin yayılmasında en müsait ortamı sosyal medya oluşturmaktadır. Hızlı ve sınırları olmayan bu paylaşımlar sebebiyle denetimin oldukça güç olduğu sosyal medyanın kullanıcıların bilinçli hareket etmesi önemli bir noktadır. Söz konusu sağlık alanında bilgilenme olduğunda bu önem daha kritik hale gelmektedir. Çünkü sağlık alanında

elde edilen herhangi yanlış bilgiye göre hareket edilmesi, ciddi sorunlara yol açabilir. Pandemi süreci, bu noktada verilebilecek en iyi örneklerdendir. Türkiye’de ve dünyada neredeyse tek iletişim aracının sosyal medya olduğu bu dönemde pandemiye ilişkin bilgilerin en çok sosyal medyadan takip edildiği görülmektedir. Covid-19 pandemisi sürecinde sosyal medya kullanımının önemli ölçüde artmış, bireyler bilgiye ulaşmak, güncel gelişmeleri takip etmek ve kriz ortamında belirsizlikle başa çıkmak amacıyla bu platformlara yönelmiştir (Aydın, 2020). Sosyal medya, bu dönemde yalnızca haber alma aracı değil, aynı zamanda korku, panik ve yanlış bilgi dolaşımının yoğunlaştığı bir ortam haline gelmiştir. Dolayısıyla sosyal medya kullanıcılarının iyi bir okuryazar olmaları yanlış bilgilenmenin ve uygulamaların önüne geçilmesi adına gereklidir. Okuryazarlık, okuma-yazma yetisinin ötesinde bir beceridir ve kullanım durumlarına göre çeşitlenmiştir. Sosyal medya okuryazarlığı ve sağlık okuryazarlığı okuryazar türlerindendir.

Sosyalmedyaokuryazarlığı, çevrimiçi bilginin üretimi, paylaşımı, işbirliğiyle oluşturulması ve istenildiği zaman işlenmesi üzerine odaklanmaktadır. Sosyal medya okuryazarlığı, sosyal ağlarda etkin dijital kimlik yönetimi, bilinçli olarak içerik üretme, sosyal ağlarda paylaşılan içerikleri analiz etme ve anlamlandırabilme becerisi olarak tanımlanabilmektedir (Durak ve Seferoğlu, 2016: 527).

Sağlık okuryazarlığı; kişilerin, iyi sağlığı teşvik edecek ve sürdürecektel şekilde bilgiye erişme, bilgiyi anlama ve kullanma becerisi ve motivasyonunu belirleyen bilişsel ve sosyal beceriler olarak tanımlanabilir (Kendir Çopurlar ve Kartal, 2016:43).

Sosyal medya okuryazarlığı ile sağlık okuryazarlığı, bireylerin dijital çağda doğru bilgiye ulaşabilmeleri, bu bilgiyi değerlendirebilmeleri ve bilinçli sağlık davranışları geliştirebilmeleri açısından birbirini tamamlayan iki temel yetkinliktir. Günümüzde sosyal medya, sağlıkla ilgili bilgilenmenin en yaygın yollarından biri haline gelmiş; ancak bilgi bolluğu, beraberinde yanlış ve yanıltıcı içeriklerin yayılma riskini de beraberinde getirmiştir. Bu nedenle bireylerin yalnızca bilgiye erişmeleri değil, aynı zamanda bu bilginin kaynağını sorgulayabilmeleri, doğruluğunu değerlendirebilmeleri ve güvenilir içerikleri ayırt edebilmeleri büyük önem taşımaktadır. Sağlık okuryazarlığı, bireylerin kendi sağlıklarına ilişkin karar verme süreçlerinde bilinçli hareket etmelerini sağlarken; sosyal medya okuryazarlığı, dijital ortamda karşılaştıkları bilgileri eleştirel bir süzgeçten geçirebilmelerine imkân tanır. Bu iki okuryazarlığın etkileşimi, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde sağlık bilincinin yükselmesine, yanlış bilgilendirme ile mücadelede daha dirençli bir yapı oluşmasına katkı sağlamaktadır. Dolayısıyla, modern

sağlık iletişiminin etkili bir biçimde sürdürülebilmesi için sosyal medya ve sağlık okuryazarlığının eğitim, politika ve uygulama boyutlarında geliştirilmesi oldukça önemlidir.

3. Kadınların Sağlık Alanında Sosyal Medya Kullanımı

Sosyal medya günümüzde, kadınların toplumsal yaşamda daha görünür hale gelmelerine, bilgilenme süreçlerinde daha aktif rol üstlenmelerine ve benzer deneyimlere sahip bireylerle etkileşim kurmalarına imkân tanıyan önemli bir dijital alan haline gelmiştir. Kadınlar sosyal medya platformlarını sadece iletişim kurma aracı olarak değil, aynı zamanda bilgilenme, deneyim paylaşma ve dayanışma ortamı olarak da kullanabilmektedir. Bu platformlar, kadınlara hem bireysel hem de toplumsal düzeyde seslerini duyurabilecekleri, ortak sorunlara çözüm arayabilecekleri, farklı bakış açılarını tartışabilecekleri, duygusal destek alabilecekleri ve aidiyet hislerini geliştirecekleri bir alan sunmaktadır (Neubaum and Krämer, 2015). Bu anlamda kadınların sosyal medya etkileşimlerinde erkeklere oranla daha yüksek düzeyde sosyal yakınlık hissettiklerini söylemek mümkündür.

Kadınların sosyal medya kullanımı, sağlık alanında daha belirgin bir önem kazanmakta; sosyal medya, kadınların sağlıkla ilgili bilgi arayışları, deneyim aktarımları ve karar verme süreçleri için temel bir kaynak haline gelmektedir. Bilgi arayışlarının özellikle doğurganlık, gebelik, doğum sonrası bakım, beslenme, cilt sağlığı ve psikolojik iyi oluş gibi ortak sağlık konularında daha belirgin olmaktadır (Madathil, Rivera-Rodriguez, Greenstein and Gramopadhye, 2015). Kadınlar sosyal medya platformlarda, kendi yaşantılarından örnekler paylaşarak diğer kullanıcıların sağlıkla ilgili karar verme süreçlerine katkıda bulunabilmekte, kimi zaman da profesyonel sağlık bilgilerini yorumlayarak yeniden üretebilmektedir. Bu anlamda sosyal medya kadınlar için bilgilenme aracı olmakla birlikte deneyim temelli kolektif bir öğrenme alanı haline gelmiştir. Bu bağlamda, sağlık temalı dijital topluluklar kadınlar arasında hem bilgi akışını hem de sosyal desteği güçlendiren yeni bir etkileşim biçimi sunmaktadır. Türkiye’de, kadınların ortak sağlık konularıyla ilgili yapılan çalışmalar, yukarıda ifade edilen görüşleri destekler niteliktedir. Öztürk, Ünlü, Uzunkaya ve Karaçam (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışma örneklerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Çalışmada, kadınların gebelik döneminde bilgiye hızlı ulaşma, deneyim paylaşma ve destek alma süreçlerinde önemli bir araç haline geldiği tespit edilmiştir. Başka bir örnek de 2023 yılında yapılan bir çalışmadan verilebilir. Araştırma, kadınların gebelikten korunma yöntemlerine yönelik sosyal medyayı kullanmaları üzerine gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlar kadınların, aile planlaması ve kontrasepsiyon konularında sosyal medyayı aktif biçimde bilgi kaynağı

olarak kullandıklarını ortaya çıkarmaktadır (Dönmez, Dönmez, Yeğel ve Ulaşmış, 2023).

Değirmenciler, Serçekuş ve Özkan (2022) tarafından hazırlanan çalışmada da Türkiye ve dünya genelinde internet kullanım oranlarının hızla arttığı, Türkiye’deki kadınların sağlık bilgisine ulaşmak amacıyla interneti erkeklerle oranla daha fazla kullandıkları belirtmektedir. Özellikle gebelik döneminde artan bilgi ihtiyacı, kadınları internete ve sosyal medyaya yönlendirdiği ifade edilmektedir. Gebelerin bu ortamları sadece bilgilendirme amacıyla değil, aynı zamanda sosyal destek ve duygusal dayanışma aracı olarak kullandıkları, sosyal medyanın, benzer deneyimlere sahip kadınlar arasında güven, paylaşım ve aidiyet duygularını güçlendirdiği çalışmada yer alan bilgilerdendir.

Kadınların sağlık alanında sosyal medyayı kullanma biçimleri, yalnızca bireysel bilgi edinme davranışıyla sınırlı kalmamakta; aynı zamanda kadınlar arasında ortak bir öğrenme, paylaşım ve dayanışma kültürünün oluşmasına da zemin hazırlamaktadır. Kullanıcılar, yaşadıkları sağlık sorunlarını anlatmakta, deneyimlerinden edindikleri bilgileri aktarmakta ve benzer durumda olanlara önerilerde bulunmaktadır. Bu paylaşımlar, çoğu zaman güven duygusu ve empati üzerinden ilerlemektedir (Johnson, 2015). Özellikle annelik toplulukları, kadınların bilgiye erişim süreçlerinde güçlü bir referans kaynağı haline gelmiştir (Drentea and Moren-Cross, 2005). Yapılan bir araştırmaya göre, çevrimiçi anne topluluklarına katılan kadınların sağlık bilgilerini daha hızlı edindikleri ve bu bilgileri gündelik yaşamlarına uygulamada daha cesur oldukları görülmektedir (Plantin and Daneback, 2009). Bu yönüyle sosyal medya, sağlık iletişiminin demokratikleşmesini destekleyen, kadınların deneyimlerini görünür kılan ve bilgiye erişimde fırsat eşitliğini güçlendiren bir bilgi kaynağı niteliği taşımaktadır.

Ancak bu süreçte paylaşılan bilgilerin doğruluğu, kaynak güvenilirliği ve mahremiyetin korunması gibi konular, kadınların dijital sağlık deneyimlerinde yeni sorumluluk alanları ortaya çıkarmaktadır. Nitekim araştırmalar, sosyal medyada yer alan sağlık içeriklerinin önemli bir kısmının bilimsel temelden yoksun olduğunu, kullanıcıların deneyim temelli paylaşımlarının kimi zaman yanlış bilgiye yol açabildiğini göstermektedir (Aydın, 2020; Değirmenciler, Serçekuş ve Özkan, 2022). Covid-19 pandemisi döneminde olduğu gibi, sosyal medya yanlış bilgilerin hızla yayıldığı, güvenilir sağlık kaynaklarının görünürlüğünün azaldığı bir ortam haline gelebilmektedir. Ayrıca, sosyal medyada ticari çıkarlar doğrultusunda yönlendirilmiş içeriklerin, özellikle kadınların gebelik, doğurganlık ve güzellik gibi hassas konularda yanıltıcı sağlık davranışlarına yönelmesine neden olabildiği ifade edilmektedir (Smailhodzic, Hooijsma, Boonstra ve Langley, 2016).

Tüm bu riskler göz önüne alındığında, kadınların sosyal medyada karşılaştıkları bilgileri eleştirel biçimde değerlendirebilmeleri ve doğru bilgiye ulaşma konusunda bilinçli seçimler yapabilmeleri için sağlık okuryazarlığı ve sosyal medya okuryazarlığı becerilerinin güçlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Sağlık okuryazarlığı, bireylerin sağlıkla ilgili bilgiye erişim, anlama ve uygulama yetkinliklerini geliştirirken (Nutbeam, 2008); sosyal medya okuryazarlığı, dijital ortamda dolaşan bilgilerin güvenilirliğini sorgulama, kaynak analizini yapma ve yanlış bilgiye karşı direnç geliştirme kapasitesi kazandırır (Livingstone, 2014). Kadınların bu iki okuryazarlık alanında güçlenmeleri, hem bireysel sağlık davranışlarının bilinçli biçimde yönlendirilmesini hem de sosyal medyada yanlış bilgiyle mücadelede aktif bir rol üstlenmelerini sağlayacaktır. Sonuç olarak, sosyal medya ortamlarının sağlık iletişiminde etkin biçimde kullanılabilmesi, ancak bilgiye erişim özgürlüğü ile bilgi güvenilirliği arasındaki dengeyi koruyacak bilinçli ve okuryazar kullanıcılarla mümkün olabilecektir.

4. Sonuç ve Öneriler

Sosyal medya, sağlık iletişimi açısından bireylere bilgiye hızlı erişim, deneyim paylaşımı ve toplumsal farkındalık oluşturma gibi önemli imkânlar sunmaktadır. Ancak denetim mekanizmalarının zayıf olması, doğrulanmamış içeriklerin hızla yayılması ve bilgi kirliliğinin artması, özellikle sağlıkla ilgili konularda yanlış yönlendirmelere neden olabilmektedir. Kadınlar özelinde ele alındığında sosyal medyanın bilgilenme, deneyim paylaşma ve dayanışma ortamı oluşturma açısından önemli bir araç haline geldiği görülmektedir. Gebelik, doğurganlık, çocuk bakımı, psikolojik iyi oluş ve beslenme gibi konular, kadınların sosyal medyada en sık etkileşim kurduğu sağlık temalı alanlar olarak öne çıkmaktadır. Kadınlar bu alanlarda hem kendi deneyimlerini paylaşmakta hem de diğer kullanıcıların deneyimlerinden yararlanarak karar verme süreçlerini şekillendirmektedir. Bu durum, sosyal medyanın kadınlar arasında dijital dayanışmayı ve kolektif öğrenmeyi destekleyen güçlü bir alan olduğunu göstermektedir.

Bununla birlikte, kadınların sosyal medyada edindikleri bilgilerin güvenilirliği her zaman tartışmalıdır. Bilgiye erişim kolaylığı, beraberinde dezenformasyon, mezenformasyon ve malenformasyon gibi yanlış bilgi türlerinin de yayılmasına zemin hazırlamaktadır. Özellikle pandemi döneminde bu sorun daha görünür hale gelmiş; sağlık konularında doğru bilgiye ulaşmanın önemi bir kez daha vurgulanmıştır. Dolayısıyla, sosyal medyanın sağlık alanındaki işlevinin sürdürülebilir biçimde olumlu sonuçlar doğurabilmesi, kullanıcıların bilgisini aldığı kaynağı eleştirel biçimde

değerlendirmelerine, doğrulama süreçlerine önem vermelerine ve bilinçli bir okuryazarlık yaklaşımı geliştirmelerine bağlıdır.

Türkiye’de sosyal medya kullanımı oldukça yaygındır ve kamu kurumları da halk sağlığı iletişimini giderek bu mecralar üzerinden yürütmektedir. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (2025), sosyal medya mecralarında halk sağlığına ilişkin bilgilendirici içeriklerin paylaşımına odaklanmaktadır. Ayrıca, Sağlık Bakanlığı, deprem gibi acil durumlarda “*Deprem Bilgilendirme Platformu*” gibi dijital araçları ve sosyal medya içeriklerini kullanarak toplumu bilgilendirme çabalarına başlamıştır (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2025)

Bu gelişmeler, sosyal medyanın kadın sağlığı alanında yalnızca bireysel paylaşım değil, aynı zamanda kurumsal bilgilendirme ve katılımcı sağlık iletişimi açısından da dönüştürücü bir rol üstlendiğini göstermektedir.

Sağlık insan hayatı için oldukça önemli bir konudur ve Kadınlar, bu anlamda sosyal medyayı daha etkin ve doğru bir şekilde kullanabilmeleri için;

- Sağlık profesyonelleri, sosyal medyada rehberlik edici bir rol üstlenmeli, yanlış bilgiye karşı bilgilendirici ve bilimsel içerikler üretmelidir.
- Sosyal medya platformları, sağlıkla ilgili içeriklerde doğrulama mekanizmalarını güçlendirmeli ve etik paylaşım ilkelerini kullanıcı düzeyinde yaygınlaştırmalıdır.
- Kadın kullanıcılar, özellikle sağlıkla ilgili içerikleri paylaşmadan önce kaynağın güvenilirliğini sorgulamalı ve doğrulanmamış bilgilerin yayılımına katkıda bulunmaktan kaçınmalıdır.
- Kadınlara yönelik dijital okuryazarlık ve sağlık okuryazarlığı eğitimleri yaygınlaştırılmalı; bu süreçte eğitim-öğretim ve sağlık kurumları iş birliği içinde olmalıdır.
- Akademik çevreler, kadınların sosyal medya kullanımının sağlık davranışları üzerindeki etkilerini yaş, eğitim ve kültürel farklılıklar bağlamında derinlemesine inceleyen nitel ve nicel araştırmalar yürütmelidir.

Sonuç olarak, sosyal medya kadınlar için hem bilgiye erişim hem de dayanışma ve güçlenme açısından önemli fırsatlar sunmaktadır. Ancak bu fırsatların sürdürülebilir biçimde faydaya dönüşmesi, kullanıcıların bilinçli bilgi tüketimi, eleştirel düşünme ve okuryazarlık becerileriyle doğrudan ilişkilidir. Sağlık iletişimi açısından geleceğe yönelik en önemli adım, kadınların dijital dünyada güvenilir bilgiye ulaşabilen, yanlış bilgiye karşı dirençli ve bilinçli medya kullanıcıları haline gelmelerini destekleyecek bütüncül politikaların geliştirilmesidir.

Kaynakça

- Aydın, A.F. (2020). Post-truth dönemde sosyal medyada dezenformasyon: covid-19 (yeni koronavirüs) pandemi süreci. *Academic Social Studies/Akademik Sosyal Araştırmalar*, 4(12), 76-90.
- Dataportal, (2025). Erişim adresi: <https://dataportal.com/>
- Değirmenciler, B., Sercekus, P. ve Özkan, S. (2022). İnternet ve sosyal medya kullanımı gebe kadınları nasıl etkiler? *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 5(3), 453-458. <https://doi.org/10.38108/ouhcd.923961>
- Drentea, P. and Moren-Cross, J. L. (2005). Social capital and social support on the web: the case of an internet mother site. *Sociology of Health & Illness*, 27(7), 920-943.
- Dönmez H.P., Dönmez A. Yeyğel Ç. ve Ulaş B. (2023). Kadınların gebelikten korunma yöntemlerine yönelik sosyal medya kullanım durumlarının incelenmesi. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 20 (3), 494-502.
- Durak, H. ve Seferoğlu, S.S.(2016). Türkiye’de sosyal medya okuryazarlığı ve sosyal ağ kullanım örüntülerinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırma Dergisi*, 9(46), 526-535.
- Johnson, S. A. (2015). “Intimate mothering publics”: Comparing face-to-face support groups and Internet use for women seeking information and advice in the transition to first-time motherhood. *Culture, Health & Sexuality*, 17(2), 237-251.
- Kendir Çopurlar C, Kartal M. (2016). Sağlık okuryazarlığı nedir? nasıl değerlendirilir? neden önemli? *TJFMPC*, 10(1), 42-47.
- Livingstone, S. (2014). Developing social media literacy: How children learn to interpret risky opportunities on social network sites. *Communications*, 39(3), 283-303.
- Madathil, K. C., Rivera-Rodriguez, A. J., Greenstein, J. S. and Gramopadhye, A. K. (2015). Healthcare information on YouTube: A systematic review. *Health Informatics Journal*, 21(3), 173-194.
- Mendi, B. (2015). Sağlık iletişimde sosyal medyanın kullanımı: dünyadaki ve Türkiye’deki uygulamalar. *Marmara Üniversitesi Öneri Dergisi*, 11(24), 275-290.
- Neubaum, G. and Krämer, N. C. (2015). My friends right next to me: A laboratory investigation on predictors and consequences of experiencing social support in person and via social media. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(8), 475-482.
- Nutbeam, D. (2008). *The evolving concept of health literacy*. Social Science & Medicine, 67(12), 2072-2078.
- Öztürk, G., Ünlü, N., Uzunkaya, E. ve Karaçam, Z. (2020). Gebelerin bilgi kaynağı olarak internet ve sosyal medya kullanım durumları. *Adnan Men-*

deres Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 4(3), 210-220. <https://doi.org/10.46237/amusbfd.667048>.

Plantin, L. and Daneback, K. (2009). Parenthood, information and support on the internet. A literature review of research on parents and professionals online. *BMC Family Practice*, 10(1), 34.

Smailhodzic, E., Hooijsma, W., Boonstra, A. and Langley, D. J. (2016). Social media use in healthcare: A systematic review of effects on patients and on their relationship with healthcare professionals. *BMC Health Services Research*, 16, 442.

T.C. Sağlık Bakanlığı Deprem Bilgilendirme Platformu. (2025). Erişim adresi: <https://deprem.saglik.gov.tr/yayinlar/sosyal-medya-paylasimlari.html>

T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2025). Erişim adresi: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/>

Wardle, C. and Derakhshan, H. : 2017 “Information disorder: toward an interdisciplinary frame work for research and policy making”, Council of Europe.

World Health Organization (WHO). (2020). *Managing the COVID-19 infodemic: Promoting healthy behaviours and mitigating the harm from misinformation and disinformation*. Geneva: WHO.