

Cómo distinguir las verdades médicas de la ficción en la Web

Por Teddi Dineley Johnson

Es sábado por la noche. De repente siente un dolor punzante en el dedo gordo del pie. Se pregunta: "¿Podría ser algo serio?" Entonces hace lo que hace el 80 por ciento de los usuarios de Internet estadounidenses: va corriendo a su computadora y escribe "dolor en el dedo gordo del pie" en un buscador. Obtiene 346,000 resultados. Un sitio le advierte que debe dejar de comer carnes rojas. Otro dice que usted podría tener *hallux rigidus*, una enfermedad de la articulación que se encuentra en la base del dedo gordo del pie.



En el laberinto de verdades y falacias que es Internet, ¿cómo puede saber si la información médica y de salud que encuentra es confiable?

"Si los sitios web ofrecen soluciones muy rápidas o simples a los problemas médicos de los consumidores, esto es una señal de advertencia, debido a que probablemente no sea la fuente de información a la cual desearía recurrir para su atención médica," comentó Harlan R. Weinberg, autor de un nuevo libro que trata

sobre la información de salud en línea y director de la unidad de cuidados intensivos de Northern Westchester Hospital en Mount Kisco, Nueva York.

Su computadora no es su médico, le recuerda Weinberg.

"Los pacientes siempre deben recordar que necesitan tener una relación médico-paciente para revisar toda la información que hayan obtenido de la Web, ya que tiene que ver con su atención médica," comenta.

Mucha de la información médica en Internet es precisa, oportuna y útil, pero puede ser confusa, desactualizada, imprecisa y totalmente atemorizante. Entonces, ¿qué debe buscar cuando intenta diferenciar las verdades médicas de la ficción?

Para ayudarlo a tomar una decisión informada, Weinberg sugiere que se haga las siguientes preguntas: ¿Quién es el autor de la información? ¿Un consejo editorial médico supervisa el sitio web? Las personas con credenciales médicas auténticas deben revisar el material antes de que se publique en línea.

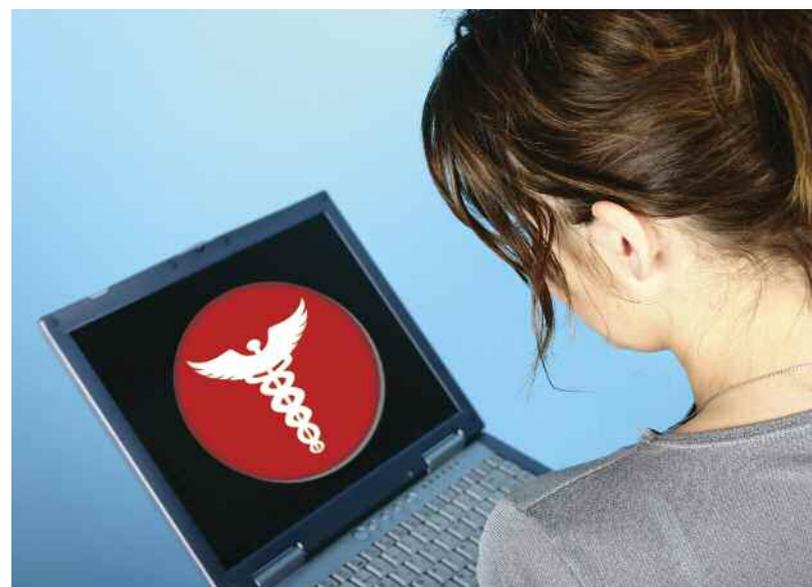
Universidad de "cibermédicos"

¿Se preguntó alguna vez quién regula la información en Internet? Esta es la respuesta: nadie. Cualquier persona puede publicar información en la Web, y lo que recién "aprendió" sobre su dedo gordo podría haber sido publicado por un alumno de quinto grado.

Para encontrar información médica precisa, oportuna y útil en la Web, la mejor alternativa es seguir los sitios patrocinados por organismos gubernamentales, universidades o escuelas médicas, hospitales y sistemas de salud, asociaciones y fundaciones médicas sin fines de lucro, y revistas científicas y médicas.

Según los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health), para que sea confiable, cualquier sitio web relacionado con la salud debe tener varias características: el sitio web debe indicar con claridad quién es el responsable del sitio y de la información allí publicada. Además, para identificar quién escribió el material, el sitio debe describir la evidencia o investigación sobre la cual se basó la información. Los datos y estadísticas médicos deben tener referencias, por ejemplo, a artículos en publicaciones médicas.

Asimismo, la opinión de alguien acerca de su dedo gordo del pie debe estar claramente separada de la información que



Fotografías y material gráfico gentileza de iStockphoto

tiene fundamentos científicos.

Más vale prevenir

Si el diagnóstico sobre el dedo gordo que ha aceptado se publicó el año en que se inventó Internet, definitivamente está consultando material desactualizado. Los patrocinadores del sitio web deben indicar con claridad cuándo se revisaron o actualizaron los artículos por última vez, generalmente con una línea al pie de la página. Si no hay fecha, busque la línea de derechos de autor.



Recuerde: la información de salud cambia minuto a minuto, así que le conviene buscar los datos más actualizados. El sitio debe ofrecer la investigación disponible más reciente.

Conversarlo en el chat

Se ha encontrado con una sala de chat en donde todos se quejan del mismo problema con el dedo gordo del pie. Escuchar que otros padecen lo mismo puede hacerlo sentir mejor, pero busque foros de discusión donde haya especialistas médicos en línea que respondan las preguntas de los usuarios. Si bien la información que obtenga de estas fuentes puede ser útil, no debería ser el fundamento de sus decisiones sobre su atención médica. Nuevamente, no permita que la información que obtiene a través de Internet, aunque provenga de un "médico," reemplace las recomendaciones de su propio médico. Use la información que recopile en línea como punto de partida para analizar su caso y las opciones de tratamiento con su médico, pero nunca busque una segunda opinión en Internet.



El mejor consejo de Weinberg: "Use la Web como una herramienta, y no como su única fuente de búsqueda de información o consejos médicos."

> Para obtener más consejos, visite www.fda.gov/oc/opacom/evalhealthinfo.html

Compradores por Internet, estén alertas

Ha encontrado un sitio web que le ofrece un elixir para curar sus malestares médicos. No brinde su número de tarjeta de crédito inmediatamente. Weinberg resalta que los pacientes deben actuar con mucho cuidado cuando realizan compras por Internet, especialmente cuando se trata de medicamentos.

"Plantea preguntas muy importantes sobre la pureza del medicamento, al igual que la interacción de fármacos, especialmente cuando compra de una fuente con la cual puede no estar familiarizado," indicó.

Según la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos, algunas empresas usan el correo electrónico para publicitar productos o atraer personas a sus sitios web. Asegúrese de que la precisión de la información no haya estado influenciada por el deseo de la empresa de vender un producto o servicio. Si un sitio web promociona una cura milagrosa que parece demasiado buena para ser real, probablemente lo sea, así que ahórrese el dinero.



American Public
Health Association