

Debemos prescribir información sobre salud

J. J. Morell Bernabé

Pediatra. EAP Zona Centro. Badajoz. España

INTRODUCCIÓN

La posibilidad de que los pediatras en nuestro país trabajemos en el entorno comunitario donde vive, crece y se desarrolla el niño, de una forma cercana y continua con las familias, nos permite conocer bien sus necesidades de atención, genera confianza y nos convierte en un referente para los padres y demás agentes sociales que atienden o trabajan con la infancia y adolescencia.

Desde siempre y por ello, el [pediatra de Atención Primaria](#) ha desarrollado estrategias y recursos para informar y capacitar a las familias en la atención a la salud de sus hijos y en la promoción de hábitos saludables:

- Qué pediatra no ha sacado de su cajón una hoja informativa con consejos para el cuidado de la fiebre en el niño, la alimentación, la prevención de accidentes en el hogar o sobre los eventos evolutivos del desarrollo del niño.
- El Programa de Salud Infantil, una de nuestras principales herramientas de trabajo, contiene un alto porcentaje de actuaciones encaminadas a la promoción de hábitos sanos a través del consejo y la educación para la salud de padres y cuidadores principales.

LA SALUD: TRENDING TOPIC EN INTERNET

Internet ha cambiado la forma de acceder y entender la información y de comunicarse; también en el ámbito de la salud.

La mayoría de las personas en la actualidad tienen acceso a Internet y utilizan una o varias de sus múltiples herramientas asociadas. Casi el 90% de los internautas han utilizado este medio para la búsqueda de contenidos o servicios relacionados con la salud.

En el ámbito de la Pediatría, los padres que asisten a nuestras consultas están usando Internet para buscar información sobre salud. La mayoría para saber más sobre síntomas o enfermedades infantiles comunes y, menos frecuentemente, sobre medicamentos o procedimientos diagnósticos y terapéuticos (especialmente cirugía) y sobre enfermedades congénitas y problemas crónicos. Pero también buscan, en mayor proporción que la población adulta, información sobre alimentación y nutrición, vacunas, el desarrollo infantil y hábitos dirigidos a la promoción de la salud y bienestar de sus hijos.

Son las mujeres entre 25 y 49 años el grupo de población que con más frecuencia accede a Internet en busca de información sobre temas de salud. Entre ellas destacan las madres, con contenidos relacionados con el embarazo o la crianza de sus hijos.

Por su parte los jóvenes, que mayoritariamente acceden a Internet, son los menos preocupados por buscar información relacionada con la salud, probablemente por la buena percepción que tienen acerca de su estado de salud general. Su principal motivación en este ámbito tiene que ver con estilos de vida y nutrición saludables.

LAS TIC HAN LLEGADO PARA QUEDARSE

Junto al conocimiento del genoma humano y los avances en técnicas de imagen, las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) constituyen, sin lugar a dudas, uno de los mayores logros de la nueva medicina, que está centrada en mejorar la calidad de la atención y el bienestar de las personas. Y su desarrollo está produciendo cambios importantes en el acceso a la información científica para la toma de decisiones, tanto de los profesionales como para los pacientes, en la comunicación entre ambos, la gestión de los servicios médicos, la formación continuada o la difusión de información sanitaria a la población, etc.

También afecta al modelo de relación entre paciente y profesional sanitario. La mayoría de los pacientes acuden a Internet antes y después de la consulta médica. Pero, a pesar de la reserva con la que los profesionales sanitarios observan esta situación, nuestros pacientes internautas no creen que ello interfiera en la comunicación y grado de confianza con su médico o enfermera. Más bien al contrario, desearían que estos les recomendasen recursos en Internet en los que consultar información sanitaria. Sin lugar a dudas, son los jóvenes los más interesados en que su médico utilice los nuevos canales de comunicación.

Debemos saber también que las personas (también muchos padres y familiares) no solo usan Internet con el objeto de buscar contenidos sobre salud o servicios médicos, también lo hacen para compartir experiencias y “socializar” su patología con otros pacientes.

Lo que se ha dado en llamar **web 2.0** o **web social** se basa en la participación y colaboración de los usuarios en el uso de la información y la creación de nuevos contenidos, en la universalidad y libre acceso a la información y en la posibilidad de conversar, compartir o establecer relaciones sociales. Surge así una nueva generación de herramientas web, como los foros, los blogs, las wikis o las redes sociales, que permiten compartir e intercambiar información de manera ágil.

Además, los contenidos están disponibles en múltiples plataformas: vídeos, *podcast*, fotos, blogs, presentaciones, aplicaciones para móvil, etc., lo que convierte la web en un lugar con múltiples recursos para la información y una herramienta fundamental para la educación, la comunicación y la difusión de temas relacionados con la salud y el bienestar.

INFORMACIÓN DE CALIDAD Y FIABLE

Todo ello genera una ingente cantidad de información sobre temas de salud en la web. Sin embargo, es importante que pacientes y profesionales de la salud comprendan las limitaciones que presenta Internet: la calidad y fiabilidad de sus contenidos y el riesgo a una mala interpretación de la información obtenida.

Los usuarios pueden sentir que la información que se da en Internet debe ser correcta y precisa simplemente porque está publicada. Lamentablemente, esto no siempre es así. La creación de contenidos sin ningún filtro permite que cualquiera, sea o no un profesional, pueda publicar en la red. Además, la mayoría utilizan un motor de búsqueda general (como Google o Wikipedia), introducen la palabra deseada y leen los documentos que se encuentran en primer lugar. Y pocos conocen

webs específicas y fiables sobre los temas o intereses sobre lo que consultan en la red.

Numerosos estudios demuestran que muchos sitios web ofrecen información que es inexacta o incorrecta. Si la información no es la adecuada, puede generar acciones que afectan negativamente a la capacidad del individuo para tomar buenas decisiones sobre su salud.

Otra cuestión importante es poder entender el contenido de lo que se lee, a fin de que sea útil. Y en este apartado, si se utilizan criterios de legibilidad, accesibilidad, utilidad y fiabilidad, el análisis de los contenidos de salud de muchas webs concluye que la información que se recupera es pobre.

La calidad de la información es un requisito imprescindible para que los pacientes puedan tomar decisiones responsables acerca de su salud. El objetivo es ayudar a la población a mantenerse sana o poder comprender y manejar sus problemas de salud. Por ello, debe estar basada en la mejor evidencia disponible y tener en cuenta lo que el público general quiere conocer. Importan las palabras utilizadas, que el lenguaje sea claro, sencillo y fácil de entender, con frases cortas y secciones bien delimitadas. La información tiene que ser precisa, incluir todas las posibles opciones y enlaces a otras fuentes que puedan interesar al ciudadano. El aspecto formal, el acceso a los contenidos, la interacción con el usuario, pueden ser también importantes a la hora de llegar a los potenciales usuarios.

Cada vez son más las instituciones sanitarias, los servicios de salud y universidades, las sociedades científicas y profesionales que elaboran material divulgativo con contenidos de interés para la salud; también en el ámbito pediátrico.

Asimismo, diversas entidades oficiales elaboran guías para ofrecer a los usuarios de Internet orientaciones que ayuden a reconocer cuándo una fuente de información sobre salud es fiable. Básicamente es importante tener en cuenta: quiénes son los responsables de la web, quiénes los autores, si la información está actualizada, de dónde procede la financiación y si los contenidos publicitarios están claramente diferenciados. Y, en cualquier caso, se aconseja mantener siempre una actitud vigilante y, antes de tomar decisiones que puedan afectar a la salud personal o de sus familiares, consultar con su médico, enfermera, farmacéutico o profesional de la salud de su confianza.

REFLEXIÓN FINAL

Las nuevas tecnologías (TIC) se han convertido en un recurso donde las personas buscan información sobre salud, con un lenguaje claro y cercano, y poder compartir experiencias.

Las familias y la ciudadanía en general están a favor de la asistencia profesional en la búsqueda de información sobre salud en Internet. Y demandan de nosotros una mayor implicación para ofrecer información y orientación sobre fuentes seguras y confiables.

La utilización de Internet en este sentido puede contribuir a mejorar la relación de los médicos con sus pacientes y el grado de satisfacción respecto a la atención recibida, facilitar la participación de las personas en la toma de decisiones acerca de su salud y contribuir a una mejor utilización de los servicios sanitarios.

Los servicios de salud e instituciones sanitarias, las sociedades científicas y los propios profesionales, que deben tomar partido por estas nuevas formas de comunicación e información con los ciudadanos, tienen un alto grado de responsabilidad para ofrecer información confiable, veraz, útil y accesible para la población general

Por criterios sociodemográficos de la población que atendemos y por el trabajo que desarrollamos, los pediatras de Atención Primaria debemos implicarnos y formarnos en este campo y **prescribir en nuestras consultas información para la salud.**

BIBLIOGRAFÍA

- Bouche G, Migeot V. Parental use of the internet to seek health information and primary care utilization for their child: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2008;8:300.
- González Rodríguez MP, González de Dios J, Buñuel Álvarez JC. La información para padres en internet y Evidencias en Pediatría. *Evid Pediatr*. 2012;8:50.
- Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y Sociedad de la Información (ONTSI). Los ciudadanos ante la e-Sanidad. Estudio sobre opiniones y expectativas de los ciudadanos sobre el uso y aplicación de las TIC en el ámbito sanitario. En: ONTSI [en línea] [consultado el 14/12/2015]. Disponible en: http://www.ontsi.red.es/ontsi/sites/default/files/informe_ciudadanos_esanidad.pdf
- Pehora C, Gajaria N, Stoute M, Fracassa S, Serebale-O'Sullivan R, Mataka CT. Are parents getting it right? A survey of parents' internet use for children's health care information. *Interact J Med Res*. 2015;4:e12.
- Wainstein BK, Sterling-Levis K, Baker SA, Taitz J, Brydon M. Use of the internet by parents of paediatric patients. *J Paediatr Child Health*. 2006;42:528-32.