

Los peligros del 'doctor Google'

El doctor Juan Toral, médico de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro.

Hospital Perpetuo Socorro. En torno a una enfermedad se produce mucha incertidumbre y es inevitable acudir a internet en busca de información. Pero esta búsqueda nunca sustituye el criterio médico ni constituye un diagnóstico, explica el doctor Juan Toral, médico de Urgencias y experto en el ámbito de la salud 'online'

CANARIAS7 SALUDABLE
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

Nueve de cada diez personas buscan información sobre salud en internet, desde dudas a posibles diagnósticos sobre algunos síntomas que padecen y les preocupan. Asimismo, seis de cada diez pacientes realizan búsquedas relacionadas con su dolencia en la red tras salir de la consulta del médico, especialmente a través del buscador más conocido, hasta el punto de que en este ámbito se le conoce ya como *doctor Google*. Pero esta práctica, que a priori puede parecer inofensiva e incluso un buen complemento para entender una patología, mal utilizada es paradójicamente perjudicial.

«En el siglo XXI el uso de Internet para la búsqueda de información en cualquier ámbito es un fenómeno imparable e incluso útil siempre que se utilice de forma adecuada, teniendo en cuenta una serie de claves que nos ayuden a saber si estamos ante una página web fiable o no. Eso sí, debe tenerse claro que tales búsquedas nunca deben sustituir la visita al médico. Existen multitud de webs de dudosa calidad que pueden confundir y convertir esta herramienta en un peligro», explica el doctor Juan Toral, médico de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro y uno de los 30 eDoctores más influyentes a nivel nacional en el ámbito de la salud *online*.

En torno a la aparición de una enfermedad o síntomas que indiquen la existencia de algún problema de salud se produce mucha incertidumbre y es inevitable acudir a internet en busca de información. Es incluso recomendable para poder identificar una posible afección y acudir a consulta facilitando la detección precoz. Pero siempre debe recordarse que no siempre una suma

de síntomas asegura la existencia de una patología y esta búsqueda puede ser un complemento ante algunas dudas pero nunca sustituye el criterio médico ni constituye un diagnóstico.

Por ejemplo, al buscar el síntoma «dolor de cabeza» aparecen más de un millón de resultados, entre los que se indica incluso la posibilidad de padecer un tumor, que no es lo más frecuente y puede generar una gran ansiedad. «Casi todo el mundo viene ya a consulta con ideas de qué padece y que hay que hacer sin tener en cuenta que cada persona es diferente y que las patologías asociadas que padezca, su edad, peso o rutina, entre otras cuestiones, determinan distintos procedimientos. En medicina uno más uno no siempre es dos. A veces por ejemplo piden una radiografía porque leen que forma parte del proceso diagnóstico de su posible patología que en muchas ocasiones no hace falta porque basta con auscultación y una entrevista clínica y sería sólo someter innecesariamente al paciente a radiación. O piden antibióticos, que se prescriben cuando hay una infección bacteriana, ya que frente a las infecciones víricas no tienen ningún efecto beneficioso, y que mal utilizados pueden provocar más perjuicios que beneficios, como que las bacterias se vuelvan resistentes y dejen de ser útiles», relata el doctor Toral.

Otro peligro frecuente es que tras prescribirse un tratamiento el paciente decida subir, bajar, cambiar o dejar antes de tiempo los medicamentos indicados. Todo ello aumenta el riesgo de que la enfermedad no se cure e incluso que empeore, especialmente en personas mayores, que pueden acabar requiriendo un ingreso hospitalario.

Además, el *doctor Google* está plagado de remedios milagrosos que no son ciertos o caseros que pueden provocar más perjuicios que beneficios, como la ingestión del zumo de limón en ayunas para depurar, que puede eliminar el esmalte de los dientes.

INFORMACIÓN ERRÓNEA. Por todo ello, lo más recomendable es evitar contraponer el criterio médico con el que se busca en internet. «Siempre se debe tener en cuenta que muchas fuentes ofrecen información errónea o, incluso con la correcta, el usuario puede hacer una mala interpretación de ella dada su falta de conocimientos médicos. Teniendo este aspecto claro no es necesario dejar de realizar búsquedas sino hablar abiertamente con su médico si lo ha hecho y esto le ha generado dudas respecto a lo que ha encontrado, que lo contraste sin contraponerlo ni hacer cambios por su cuenta del tratamiento recomendado y de esta forma puede resultar un valor añadido para comprender su enfermedad sin ningún peligro», concluye el médico de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro.

ESPECIALISTA



JUAN TORAL

«Existen multitud de webs de dudosa calidad que pueden confundir y convertir esta herramienta en un peligro»

Uso adecuado de internet

Existen una serie de aplicaciones móviles que pueden ser de gran utilidad como complemento a las visitas al médico para el control de diversos aspectos de la salud. Entre las mismas se encuentra Diabetes a la carta, que contribuye a mantener estable la enfermedad; Yo te cuido, para familiares de pacientes con alzhéimer; IRCP, asistente interactivo que guía en el proceso de reanimación cardiopulmonar o Nike+Training club, para supervisar y animar a la realización de ejercicio físico.

Asimismo, utilizar internet para ampliar la información en torno a una enfermedad o sintomatología no es negativo si se siguen una serie de medidas para evitar confusión o datos incorrectos. Entre estas medidas destaca en primer lugar la propia página web. Si se trata de un medio de reconocido prestigio o que cuente con el reconocimiento de alguna organización médica o un certificado de calidad, como el de «web de interés sanitario», procedente de una institución que realiza auditorías de la información existente para garantizar la fiabilidad de sus contenidos. Otro aspecto importante es la autoría. Al realizar una búsqueda y atender a una información hay que comprobar quién la escribe, que el texto esté firmado o que su contenido aluda a las declaraciones de un médico cuyo nombre y especialidad quede explicitado o que puede consultarse el equipo de trabajo que es responsable de la página. Si no existe autoría o un 'quiénes somos' puede indicar que no es un lugar de consulta adecuado.

Otros datos que pueden ayudar a determinar la fiabilidad de la información es la existencia de bibliografía, que muestra que existe una base detrás, y la fecha de publicación, que conviene que sea reciente para que no exista riesgo de que el texto se encuentre desactualizado.

Tu salud en breve...

Cirugía. Cavadas reimplanta a un marine de EE UU la mano que se amputó en un submarino



El equipo del cirujano Pedro Cavadas ha reimplantado a un marine, de 21 años, de Estados Unidos la mano derecha, que resultó amputada debido a un accidente en un submarino y que, al tardar cerca de 10 horas en llegar al Hospital de Manises, requirió de una modificación en la técnica para poder hacerse la intervención. La intervención duró cerca de cinco horas y, según el cirujano, lo que hizo «peculiar» el caso es el tiempo que pasó desde el accidente hasta la llegada al Hospital, que fueron más de 10 horas de falta de riego sanguíneo de la mano, lo que significa «mucho tiempo de isquemia».

Alzhéimer. La Fundación Pasqual Maragall indaga en los beneficios de la música en enfermos

El BarcelonaBeta Brain Research Center, el centro de investigación de la Fundación Pasqual Maragall, ha impulsado el proyecto *Life Soundtrack, la banda sonora de mi vida* para indagar sobre los beneficios que la música comporta en las personas que tienen alzhéimer. El proyecto, que ha contado con la colaboración de la Escuela La Salut de Sabadell, la Fundación AVAN y el Grupo de Investigación en Tecnología Musical de la Universidad Pompeu Fabra (UPF), ha demostrado que escuchar canciones que han sido importantes en momentos de la vida es beneficioso para personas que sufren de alzhéimer porque les ayuda a reconectar con experiencias pasadas.

Enfermería. Alertan de la proliferación de doulas por la escasez de profesionales matronas



El Sindicato de Enfermería Satse advierte de la proliferación de las doulas está directamente relacionada con la escasez de matronas, ya que muchas mujeres optan por sus servicios al no ser atendidas todas sus necesidades desde los servicios sanitarios públicos. Satse exige un incremento de las plantillas de matronas y matrones que permita que estos profesionales de enfermería puedan desarrollar todas sus competencias y funciones.

Corazón. Descubren que su regeneración depende de la rigidez de su entorno celular

Investigadores del Centro de Medicina Regenerativa de Barcelona han descubierto que la regeneración del corazón no depende sólo de las células cardíacas sino de la rigidez de su entorno celular, lo que abre una nueva ventana de investigación para tratar los infartos y la regeneración del corazón. La investigación, realizada con ratones recién nacidos y que publica *Science Advances'* ha contado con la colaboración del Instituto de Bioingeniería de Cataluña de la Universidad de Barcelona. Hasta ahora, los científicos habían asociado la capacidad de regeneración de las células del corazón, los cardiomiocitos, a su capacidad de proliferar ya que estudios anteriores habían descubierto que los ratones recién nacidos son capaces de regenerar su corazón tras una herida.

HPS
HOSPITAL PERPETUO SOCORRO
URGENCIAS
HPShospitales.com