

Un gran número de los usuarios utiliza la web para consultas sobre salud

Cybercondríacos

Se debe tomar en cuenta la importante diferencia entre recabar información y obtener un certero conocimiento de lo que padecemos o nos aqueja. Inclusive esta primera situación, la de informarse, requiere ciertos pasos para que sea efectiva. Sepa qué, cómo y cuándo consultar en la web sobre temas de salud.

Valeria hacía días que iba y venía del consultorio del pediatra con su hijo Lucas. El pequeño seguía sintiéndose mal a pesar de los buenos cuidados del profesional, y los análisis que le habían indicado todavía no estaban listos. La inquietud se incrementaba, y conciente de los nervios de los padres, el doctor se comunicó con ellos de forma



telefónica para hacerles saber lo que los signos y síntomas parecían señalar. “Lo que tu hijo probablemente tenga se llama *Eritema Nodoso*” informó, “pero te pido un favor: *no busques información de esto en Internet*”. ¿Ud. qué habría hecho? Por supuesto: ir a la máquina más cercana, conectarse y ver los resultados. La mamá de Lucas hizo precisamente eso y terminó tratando de leer entre lágrimas la información que parpadeaba en la pantalla.

¿Por qué el pediatra hizo esta recomendación? Bueno, porque si bien Internet es una fuente gigantesca de datos, estos no siempre son los correctos o no son válidos para cada caso particular, más aún tratándose de temas de salud en los que intervienen distintos factores a tomar en cuenta. La historia de Lucas y su madre tuvo el final feliz, **los análisis demostraron que el niño no sufría esa afección**, y el médico explicó en detalle el verdadero estado de salud, los abordajes posibles y espantando los miedos lógicos producidos por el encontrarse con **mucha data, pero sin el marco correspondiente**.

Muchos consideran este comportamiento como una consecuencia de la forma en la que estamos viviendo: permanentemente apurados, corriendo de un lado a otro, sin tiempo para nada, e inmersos en un medio como Internet que ya atraviesa constantemente nuestro quehacer cotidiano. Podemos pagar cuentas y reservar entradas, entonces parece lógico que podamos pasar velozmente por una página web antes que por el consultorio que nos demanda tiempo y esfuerzo. Sin embargo, los profesionales médicos advierten sobre este hábito que crece entre la población y que muchas veces produce fricciones en la relación entre médicos y pacientes.

NO TODO LO QUE BRILLA EN LA PANTALLA ES CIERTO...



Cada vez más médicos se encuentran con personas que antes de la primera cita han recorrido distintos sitios de la web buscando una respuesta a los síntomas que perciben en sí mismos. Esto hace que lleguen con una idea preconcebida de la afección, y en algunos casos confrontan con el profesional acerca del diagnóstico.

En un artículo aparecido en un diario de alcance nacional distintos profesionales manifestaban este cambio en la relación médico – paciente que, generalmente, produce más problemas que facilidades a la hora de iniciar un tratamiento. El fenómeno

no es nuevo ya que desde el año 2000 en Estados Unidos existen estudios acerca de los llamados “healthseekers” (buscadores de salud, en una traducción literal) término con el que se describen a estos pacientes que buscan la forma de autodiagnosticarse. En esos años se estimaba que el número de personas que consultaba portales de salud era de 5 millones, tendencia que terminó consolidándose también en el viejo continente y en Latinoamérica.

Una cuestión a tomar en cuenta es la importante diferencia entre recabar información y obtener un certero conocimiento de lo que padecemos o nos aqueja. Inclusive esta primera situación, la de informarse, requiere ciertos pasos para que sea efectiva. De acuerdo a lo que expresan los profesionales, en la mayoría de los casos, se sobrestima lo que se encuentra en Internet. Es decir, no se ejerce ningún rigor en

constatar la fuente de la que provienen los datos, la validez de los mismos o si se trata de contenidos probados o meras especulaciones. Los consultorios son el terreno para agrios enfrentamientos en los que los pacientes munidos de los supuestos adelantos de la ciencia en otras partes del mundo confrontan a los especialistas, solicitando oscuros tratamientos o desconocidos medicamentos de los que no se sabe si están aprobados por los correspondientes organismos de salud o si encuentran en fase experimental. De acuerdo a estudios realizados por consultoras durante el año 2001 y 2002, los healthseeker -considerando en este grupo a aquellos que al menos una vez por mes buscan información de salud- comienza en un buscador y no en un sitio médico y visita entre dos y cinco páginas. Estas mismas investigaciones arrojan que son más mujeres las que utilizan este tipo de recursos ya que un 72 % lo hacía contra un 51 % de varones. También se destacaba un dato bastante llamativo, **sólo se pudo localizar físicamente a un 11 % de los profesionales que brindaban consejos on-line.**

Jugar Al Doctor Puede Ser Peligroso

Una persona demasiado suspicaz puede llegar a pensar que la reacción de los médicos proviene del temor de perder su posición como referentes exclusivos del conocimiento de la salud. Pero las advertencias están puestas en que realmente es necesaria la opinión profesional adecuada **ya que no existe una única cura para las enfermedades y existen síntomas comunes en muchas afecciones.** No



considerar el historial médico de cada persona y los antecedentes de salud, puede resultar muy peligroso. El acto de **evaluar estos elementos junto con las señales del problema** que se transita **debe ser realizado por un especialista competente** que aplique su conocimiento, buen criterio y experiencia, factores que no se pueden comprobar en la web.

Por otro lado existe un problema más, como si este no fuera lo suficientemente grave, y es el impacto que los datos causan en personas tendientes a la hipocondría. Los usuarios suelen reconocer erróneamente en sí mismos enfermedades que no



tienen y de esta forma se eleva la ansiedad en personas que poseen escasos conocimientos de medicina. En referencia a esto, un estudio realizado por la mundialmente conocida Microsoft indica que los síntomas comunes o inocuos pueden cobrar gravedad sin el asesoramiento adecuado. Un mero dolor de cabeza puede parecerles las primeras etapas de un tumor cerebral, o quienes sienten dolores en

el pecho suponen que están sufriendo un ataque cardíaco. Así como a los buscadores de información se los designó con un nombre para identificarlos, a esta mutación de gente siempre temerosa de padecer nebulosas enfermedades se las ha llamado "Cybercondríacos".

Esto no queda solamente en el susto de pensar que uno tiene algo grave, en algunos casos puede **detonar otra práctica de impredecibles consecuencias como la automedicación** utilizando productos que no están relacionados con lo que realmente nos afecta. Pero algo llamativo que se desprende de los estudios realizados sobre buscadores de información médica es que, si bien muchas personas la utilizan para intentar conocer que afección sufre, **muy pocos lo hacen para incorporar conocimientos preventivos**. Si bien es irremplazable e ineludible la consulta programada con el médico para obtener un diagnóstico certero y por ende los medios correctos para abordarlo, en el caso de las informaciones para mejorar nuestro estado, controlar el peso, dejar malos hábitos, es válida la consulta de información con los adecuados criterios de realidad.

A tener en cuenta

- Verifique que los sitios web de salud a los que habitualmente concurre por consejos de prevención cuenten con el respaldo de un establecimiento físico que garantice la calidad académica de los contenidos.
- No se automedique. Por más que se trate de especialidades de venta libre, o que puede conseguir con facilidad, existe la posibilidad de que su organismo tenga reacciones adversas a ellos.

- En el cuidado de nuestro peso, no inicie dietas sin consensuarlas con un nutricionista. Lo que puede ayudar a una persona puede que no sea benéfico o saludable para otra.
- Tenga presente que en la web existe todo tipo de materiales, estudios probados, tesis universitarias pendientes de ser aprobadas por los profesores de cada cátedra, comentarios sobre experimentos que se encuentran en sus primeras etapas, y aventureros de diversa índole. No ponga su salud en manos de gente que jamás ha visto o de las que no tenía ninguna noticia hasta que encendió su PC.

EN NUESTRA CLÍNICA TAMBIÉN OCURRE...

Los profesionales de nuestra clínica también deben verse con más frecuencia con esta tendencia de los pacientes de intentar disminuir la asimetría de información con respecto a sus síntomas o diagnósticos. Si bien es correcto informarse, los datos que no cuentan con el marco correspondiente producen erróneas interpretaciones por parte de los pacientes: algunos piensan que los médicos no saben lo necesario para solucionarle el problema o que no poseen la suficiente cantidad de los recursos a su alcance. El Dr. Carlos Díaz, Director de la Clínica AMEBPBA nos comentaba respecto a este tema: "Algunos pacientes diabéticos saben antes que uno cuando sale un nuevo medidor de insulina." Y agrega, "Hacia mitad del año pasado se dio la difusión pública de lo que los medios llamaban un tipo de tomografía computada para la detección de cáncer de colon y, por supuesto, todos pedían este estudio. En realidad se trataba de un tipo de estudio de mayor complejidad, indicado especialmente para pacientes en riesgo de padecer esta enfermedad, y no se utiliza de forma preventiva. Pero fue muy difícil que los pacientes lo entendieran"

Gestión Pro Activa de la Salud
División Orientación y Difusión

