



Internet para padres: información sobre salud infantil

Internet se ha convertido en la actualidad en una de las principales fuentes de información. Su facilidad y potencia para buscar datos sobre cualquier tema, junto a la creciente disponibilidad de conexiones en el hogar, el trabajo, centros sociales o bibliotecas, han convertido a Internet en una herramienta que muchas personas utilizan para acceder a información sobre su salud o la de sus hijos.

¿Qué podemos encontrar en Internet?

Internet, en especial la *World Wide Web* o Telaraña Mundial, ofrece infinidad de información sobre salud, aunque generalmente de manera muy desordenada y de calidad muy desigual. Algunos usos prácticos respecto a la salud infantil son:

- Búsqueda de consejos sobre el cuidado de los niños, educación, prevención de accidentes, alimentación, etc.
- Acceso a información sobre síntomas y enfermedades comunes (fiebre, catarros, diarreas,...), cómo tratarlos desde casa y cuándo solicitar consejo médico.
- Ampliar la información que el pediatra nos ha dado sobre enfermedades que han diagnosticado a los niños.
- En el caso de enfermedades crónicas se puede contactar y compartir experiencias con padres de otros niños con el mismo problema, o incluso los propios niños o adolescentes conocerse entre sí.
- Contactar con el pediatra a través del correo electrónico para consultas médicas, si bien esto plantea algunos problemas que trataremos más adelante.

No es oro todo lo que reluce

La *World Wide Web* es un medio en el que cualquiera puede publicar su página web con relativa facilidad y sin necesidad de pasar por ningún filtro. Esto, que es tanto su gran virtud como su gran defecto, implica que no podemos asumir de antemano que la información que vamos a encontrar tenga un mínimo de rigor. Si introducimos en un

buscador como Google, Yahoo!, etc., el nombre de alguna enfermedad obtendremos habitualmente cientos o miles de referencias que pueden llevarnos desde a enciclopedias médicas o revistas científicas, hasta a sociedades médicas, asociaciones de pacientes, empresas que venden productos medicinales o páginas personales de lo más variopinto.

No es fácil dar reglas universales para reconocer si una página es completamente fiable, pero algunos datos nos pueden ayudar:

- **El propietario de la página.** Un sitio web avalado por una sociedad científica reconocida o un organismo público ofrece de antemano más garantías. Cuando el titular es una persona o entidad desconocida es más difícil valorar a priori su fiabilidad.
- **Autoría y fecha actualización.** Toda la información de tipo médico debería incluir datos de quién la ha escrito y la fecha en se actualizó por última vez. Una página que lleva mucho tiempo inactiva puede estar ya desfasada.
- **Referencias y enlaces.** Es conveniente que las afirmaciones más importantes incluidas en un texto estén acompañadas de enlaces o referencias que la apoyan, para saber que tienen una base y no han sido expuestas alegremente.
- **Tono del mensaje.** En una página web sería no debería encontrar mensajes sensacionalistas ni promesas de curaciones milagrosas.
- **Acreditaciones.** Existen códigos de conducta para páginas web sanitarias que incluyen los puntos expuestos anteriormente y algunos más (transparencia en la financiación, adecuada señalización de la publicidad si la hay, confidencialidad de los datos de los visitantes, etc.). Una entidad independiente se encarga de certificar si la página web cumple con los requisitos y la evalúa periódicamente, por lo que cuando vemos la acreditación en la página principal del sitio web tenemos un dato

más a favor de su seriedad. El certificado más extendido y más veterano es el de la Fundación *Health On the Net* (Salud en la Red), conocido como **código HON**. En España han surgido proyectos parecidos como Web Médica Acreditada, o Webs Médicas de Calidad. En el caso del código HON se puede instalar una barra en el navegador web que nos indica si la página en la que estamos está acreditada.



Otro punto importante es saber para quién ha sido escrita la información. Las revistas biomédicas, textos clínicos o páginas web para profesionales han sido escritos pensando en el personal sanitario, asumiendo unos conocimientos médicos. Cuando son leídas por el público general no es raro que se malinterpreten los datos, se alarme innecesariamente sobre complicaciones o diagnósticos muy poco frecuentes, o se piense que tratamientos empleados en pacientes muy concretos son aplicables a todos los enfermos. Siempre que se pueda es mejor recurrir a información divulgativa escrita pensando en la población, cuyo lenguaje y contenido es más fácil de comprender y da menos opción a los malentendidos.

Internet, padres y pediatras

Hoy en día la mayoría de los profesionales sanitarios están acostumbrados al uso de Internet para cuestiones relacionadas con la salud, y muchas consultas de Atención Primaria disponen de ordenador conectado. Por eso si tiene dudas sobre alguna

información que ha encontrado en la web con quien mejor puede consultar es con su pediatra, quien además conoce bien las circunstancias propias de su hijo. Igualmente si tiene un niño con alguna enfermedad crónica para la cual precisa información actualizada con frecuencia (alergias alimentarias, diabetes, enfermedades raras, etc.) puede pedirle a su pediatra que le recomiende alguna página web fiable. Aunque quizás no pueda contestarle de inmediato, probablemente le cite para unos días más tarde cuando haya podido valorar la información.

Consultas médicas a través de Internet

Cada vez es más frecuente encontrar páginas web que ofrecen la posibilidad de una consulta médica a distancia, generalmente mediante correo electrónico o mensajería instantánea. Sin embargo, aunque esto puede ser útil para resolver dudas sobre aspectos muy concretos, no es la manera adecuada de consultar un problema de salud, dado que el médico no dispone de datos fundamentales al no poder ver, oír o tocar al paciente.

El contacto con el médico a través del correo electrónico tiene mucho más sentido como complemento a la relación habitual, para la recepción de resultados de pruebas, programar citas, comentarios, etc. Algunos inconvenientes del teléfono (horario limitado, interrupción de la consulta) se podrían solventar mediante el uso de Internet, pero antes es necesario resolver algunas cuestiones como la confidencialidad de los datos o la identificación inequívoca del médico y del paciente.

**Dr. David Pérez Solís. Pediatra.
Hospital San Agustín, Avilés, Asturias.**

<http://www.sccalp.org/padres/buscarinternet.htm>

Actualizado el 19 de junio de 2006

La información ofrecida en este documento no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.