

## Cómo evaluar recursos de salud publicados en Internet

El número de sitios Web que ofrecen recursos relacionados con la salud, incluso información sobre medicina complementaria y alternativa, crece día a día. Si bien muchos sitios de Internet resultan útiles, es posible que algunos presenten información inexacta o engañosa. Al visitar un sitio por primera vez es importante evaluar si es confiable. Esta guía describe algunos aspectos que debe considerar al evaluar estas fuentes.

### Es hora de conversar

Si contempla una terapia de medicina complementaria y alternativa y encuentra información en Internet, es buena idea conversar sobre esa información con los profesionales de la salud que lo atienden y pedirles su opinión. Si desea consultar consejos para hablar acerca de la medicina complementaria y alternativa con su profesional de la salud, visite [nccam.nih.gov/timetotalk/enspanol.htm](http://nccam.nih.gov/timetotalk/enspanol.htm).

### ¿Quién administra el sitio?

Todo buen sitio de Internet relacionado con la salud debe permitirle saber quién es el responsable del sitio y de la información allí publicada. Por ejemplo, en el sitio Web de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés), cada página importante identifica con claridad a los NIH e incluye un enlace con la página principal. El sitio Web del Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM, por sus siglas en inglés) sigue el mismo método. Como el NCCAM es parte de los NIH, las páginas importantes del sitio del NCCAM también contienen un enlace con la página principal de los NIH.

### ¿Quién financia el sitio?

Tener un sitio en Internet cuesta dinero. La fuente que financia el sitio debe estar identificada o figurar con claridad. Por ejemplo, las direcciones de Internet (como la del NCCAM) que terminan en “.gov” denotan un sitio auspiciado por el gobierno; “.edu” indica una institución educativa; “.org”, una organización sin fines de lucro; y “.com”, una

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH  
AND HUMAN SERVICES

National Institutes of Health

National Center for Complementary  
and Alternative Medicine



organización comercial. Usted debe saber cómo subsiste el sitio. ¿Vende publicidad? ¿Está auspiciado por una compañía farmacéutica? La fuente de financiamiento podría afectar el contenido que ofrece, la forma en que presenta ese contenido y el objetivo que desean lograr los dueños del sitio. (Por ejemplo, si un sitio sobre osteoartritis lo financia el fabricante de un medicamento o un suplemento dietético que la gente podría utilizar para esta enfermedad, esto tal vez influya en el contenido que ofrece.) Si la fuente de financiamiento no está claramente identificada, o se trata de una persona o una organización con participación en la propiedad de la información presentada, trate de confirmar la información en otras fuentes (por ejemplo, estudios publicados en revistas científicas, o sitios Web auspiciados por el gobierno).

## **Propósito del sitio**

El propósito del sitio está relacionado con quién lo administra y financia. Busque un enlace titulado “Acerca de este sitio” en la página principal. Allí debería encontrar una clara declaración de objetivos, que le ayudará a evaluar la confiabilidad de la información.

## **Fuentes de la información**

Muchos sitios médicos y de salud publican información obtenida de otras fuentes o sitios de Internet. Si la persona u organización responsable del sitio no generó la información, la fuente original debe estar claramente identificada.

## **Fundamento de la información**

Además de identificar a quién escribió el material que usted está leyendo, el sitio debe describir las pruebas (como artículos de revistas médicas) en las que se fundamenta el material. Por otra parte, las opiniones o recomendaciones deben distinguirse con claridad de la información “basada en pruebas” (es decir, según los resultados de investigaciones). Por ejemplo, si un sitio menciona los beneficios de un tratamiento para la salud, busque referencias a investigaciones científicas que respalden tales afirmaciones. Tenga presente que los testimonios, las anécdotas, las afirmaciones sin fundamento y las opiniones no equivalen a la información objetiva y basada en pruebas. Recuerde: si algo suena demasiado bueno para ser real, es probable que no lo sea.

## **Cómo se selecciona y revisa la información**

Si un sitio Web presenta información médica, el material debería haber sido examinado antes de su publicación por personas con excelentes títulos profesionales y científicos. Verifique si el sitio cuenta con un consejo editorial o si menciona otras formas en que se selecciona y revisa la información.

## **¿Es la información actualizada?**

Los sitios Web deben revisarse y actualizarse en forma periódica. Es de especial importancia que la información médica sea actualizada. Los contenidos desactualizados pueden ser engañosos e incluso peligrosos. La fecha de la actualización o revisión más reciente debe figurar claramente. (Por ejemplo, esta información aparece al final de todas las hojas

informativas publicadas en el sitio Web del NCCAM.) Aunque la información no haya variado, usted necesita saber si los propietarios del sitio la han revisado recientemente para asegurarse de que aún tiene vigencia.

## **Enlaces con otros sitios**

En general, los sitios de Internet contienen normas sobre el modo de establecer enlaces con otros sitios. Algunos sitios médicos adoptan un criterio cauteloso y no tienen enlaces externos. Algunos incluyen vínculos con sitios que invitan, o pagan, por incluir un enlace. Otros sólo se vinculan con sitios que cumplen ciertos criterios.

## **Información personal**

Es habitual que los sitios de Internet rastreen la trayectoria de navegación de los usuarios para determinar qué páginas visitan. Es posible que un sitio Web de salud lo invite a “suscribirse” o “inscribirse como miembro”. En ciertos casos, esto le permite cobrar una tarifa al usuario o seleccionar información que podría interesarle. En todos los casos, esto le brindará al sitio información personal sobre usted.

Cualquier sitio confiable que solicite este tipo de información debe indicarle con exactitud qué hará o no hará con ella. Muchos sitios comerciales venden datos “globales” (recopilados) sobre sus usuarios a otras empresas, por ejemplo, qué porcentaje de sus visitantes son mujeres mayores de 40 años de edad. En ciertos casos, podrían recolectar y volver a utilizar datos personales que sean “identificables”, como su código postal, sexo y fecha de nacimiento. Es muy importante que lea las normas de privacidad o políticas similares publicadas en el sitio y que no se inscriba en ninguna sección que no entienda por completo.

## **Interacción con el sitio**

Debe poder comunicarse siempre con el propietario del sitio en caso de tener problemas, preguntas o comentarios. Si el sitio ofrece salas de charla u otros foros en línea, debe explicar las condiciones de uso de este servicio. ¿Tiene un moderador de grupo? En ese caso, ¿quién lo modera y por qué? Dedique algunos minutos a leer los comentarios antes de inscribirse. Así sabrá si se siente cómodo con lo que ofrecen.

## **Recursos adicionales para evaluar información de salud publicada en Internet**

Esta hoja informativa es una adaptación de la publicación *Evaluating Health Information on the Internet* del Instituto Nacional del Cáncer (NCI, por sus siglas en inglés), disponible (en inglés) en el sitio Web del NCI en [www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/information/internet](http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/information/internet).

### **Otros recursos:**

*Evaluating Health Web Sites*. Red Nacional de Bibliotecas de Medicina.  
[nmlm.gov/outreach/consumer/evalsite.html](http://nmlm.gov/outreach/consumer/evalsite.html)

*Evaluating Internet Health Information: A Tutorial from the National Library of Medicine*.  
Biblioteca Nacional de Medicina e Institutos Nacionales de la Salud.  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/webeval/webeval.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/webeval/webeval.html).

Guía de MedlinePlus para una búsqueda saludable en Internet. Biblioteca Nacional de Medicina e Institutos Nacionales de la Salud.  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/healthywebsurfing.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/healthywebsurfing.html)

## **Para obtener más información**

### **Centro de Información del NCCAM**

El Centro de Información del NCCAM ofrece información sobre la medicina complementaria y alternativa y el NCCAM, que incluye publicaciones y búsquedas en bases de datos federales de documentos científicos y médicos. El Centro de Información no brinda consejos médicos, ni recomendaciones sobre tratamientos ni servicios de envío a consulta o localización de profesionales.

Llamada gratis en los Estados Unidos: 1-888-644-6226

TTY (para personas sordas o con dificultades auditivas): 1-866-464-3615

Sitio Web: [nccam.nih.gov](http://nccam.nih.gov)

Correo electrónico: [info@nccam.nih.gov](mailto:info@nccam.nih.gov)

*Esta publicación es adaptación de una hoja informativa elaborada por el Instituto Nacional del Cáncer.  
Es de dominio público y no está protegida por derechos de autor.*

El NCCAM ha suministrado este material para su información. No pretende sustituir los conocimientos médicos ni las recomendaciones de los profesionales de la salud. Lo alentamos a que consulte al profesional médico que corresponda acerca de cualquier decisión sobre el tratamiento o la atención. La mención de cualquier producto, servicio o terapia en este documento de ninguna manera significa que cuentan con el respaldo del NCCAM.

Institutos Nacionales de la Salud



Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos

D317

Traducción: febrero 2007

Actualización: abril 2009

