



Universidad del sureste
Campus Comitán
Licenciatura en Medicina Humana

Tema: Ensayo Sobre Medicina Basada En Evidencia

Docente: Dr. Alonso Diaz Reyes

Alumno: Iván Alonso López López

Grado: Octavo Semestre
Grupo "B"

Materia: Medicina Basada En Evidencias

MEDICINA BASADA EN EVIDENCIA

Para comenzar a hablar sobre este tema primero debemos de saber el significado de la medicina basada en evidencia, así como también la importancia que esta tiene dentro del ámbito de la medicina y como esta influye dentro de la práctica clínica en la cual sabemos que la medicina basada en la evidencia es un enfoque en la práctica médica que enfatiza el uso consciente, explícito y juicioso de la mejor evidencia científica disponible para la toma de decisiones sobre la atención de los pacientes. Este paradigma integra la experiencia clínica individual con la mejor evidencia externa proveniente de la investigación sistemática.

Orígenes y evolución histórica

El término "medicina basada en la evidencia" fue acuñado en la década de 1990, aunque sus raíces se remontan al siglo XVII con la incorporación del método científico en la práctica médica. La MBE surgió como respuesta a la necesidad de fundamentar las decisiones clínicas en pruebas científicas sólidas, aprovechando el acceso a bases de datos estandarizadas y globalizadas que contienen resultados de investigaciones biomédicas.

Proceso de la medicina basada en evidencias

La implementación de la medicina basada en evidencias sigue un proceso sistemático que incluye las siguientes etapas:

1. **Formulación de preguntas clínicas:** A partir de problemas específicos del paciente, se desarrollan preguntas claras y precisas que guían la búsqueda de información.
2. **Búsqueda de la literatura:** Se realiza una búsqueda exhaustiva en la literatura médica para encontrar la mejor evidencia disponible que responda a las preguntas formuladas.
3. **Evaluación crítica:** Se analiza la validez y relevancia de la evidencia encontrada, considerando la calidad metodológica de los estudios.
4. **Aplicación de la evidencia:** Se integran los resultados de la evaluación en la práctica clínica, adaptándolos al contexto y necesidades del paciente.
5. **Evaluación del desempeño:** Se revisa y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para identificar áreas de mejora y asegurar una práctica clínica de calidad.

Este enfoque garantiza que las decisiones médicas se basen en información actualizada y de alta calidad, mejorando así los resultados en la atención al paciente.

Importancia y aplicaciones de la medicina basada en evidencias

La medicina basada en evidencia ha transformado la práctica médica al proporcionar un marco para la toma de decisiones clínicas fundamentadas en evidencia científica sólida. Esto ha llevado a una atención médica más efectiva y segura, reduciendo la variabilidad en la práctica clínica y promoviendo intervenciones que han demostrado ser beneficiosas. Además, la medicina basada en evidencia fomenta la actualización continua de los profesionales de la salud, incentivando la educación médica permanente y la investigación clínica de alta calidad.

Críticas y desafíos

A pesar de sus beneficios, la medicina basada en evidencia ha sido objeto de críticas. Algunos argumentan que una dependencia excesiva en la evidencia puede limitar la individualización de la atención al paciente y subestimar la importancia de la experiencia clínica y las preferencias del paciente. Además, la calidad y disponibilidad de la evidencia pueden variar, lo que representa un desafío en la aplicación de la MBE en contextos específicos.

La medicina basada en la evidencia representa un avance significativo en la práctica médica, al integrar la mejor evidencia científica disponible con la experiencia clínica y las preferencias del paciente. Aunque enfrenta desafíos y críticas, su aplicación adecuada tiene el potencial de mejorar la calidad de la atención médica y los resultados en salud, promoviendo una práctica clínica más efectiva y centrada en el paciente.

Pasos a seguir para realizar medicina basada en evidencia

Como ya se ha mencionado antes los pasos a seguir para poder realizar una buena investigación y aplicar de manera correcta la medicina basada en evidencia, es importante adentrarnos más al contexto de como esta se realiza siguiendo los pasos ya antes mencionados, para implementar la medicina basa en evidencia de manera efectiva, se siguen una serie de pasos sistemáticos que aseguran una práctica clínica informada y de calidad.

1. Formular una pregunta clínica clara

El primer paso consiste en transformar la necesidad de información en una pregunta específica y bien estructurada. Una herramienta comúnmente utilizada para este fin es el modelo PICO, que desglosa la pregunta en cuatro componentes:

- **Paciente o problema:** Características del paciente o condición de interés.
- **Intervención:** Tratamiento, procedimiento o factor que se desea evaluar.
- **Comparación:** Alternativa a la intervención, si la hay.
- **Resultado (Outcome):** Resultados clínicos relevantes que se buscan medir.

Poniendo un ejemplo como: en pacientes mayores de 60 años con riesgo cardiovascular elevado, ¿cómo afecta el uso de ácido acetilsalicílico en comparación con placebo en la reducción de eventos cardiovasculares?

2. Buscar la mejor evidencia disponible

Una vez formulada la pregunta, se realiza una búsqueda exhaustiva de la literatura científica para encontrar estudios relevantes. Es esencial utilizar fuentes confiables y actualizadas, como bases de datos médicas reconocidas, para obtener información precisa.

3. Evaluar críticamente la evidencia

Este paso implica analizar la validez, relevancia y aplicabilidad de los estudios encontrados. Se deben considerar factores como el diseño del estudio, tamaño de la muestra, métodos estadísticos y posibles sesgos. La evaluación crítica asegura que la evidencia utilizada sea de alta calidad y pertinente al contexto clínico.

4. Aplicar la evidencia en la práctica clínica

Integrando la evidencia evaluada con la experiencia clínica y las preferencias del paciente, se toman decisiones informadas sobre el cuidado de la salud. Es fundamental considerar el contexto individual de cada paciente para adaptar las recomendaciones de manera adecuada.

5. Evaluar el desempeño y buscar mejoras

Finalmente, se debe reflexionar sobre el proceso llevado a cabo, evaluando la efectividad de las decisiones tomadas y buscando oportunidades de mejora. Esta autoevaluación continua contribuye al desarrollo profesional y a la optimización de la atención médica.

Al seguir estos pasos en la práctica de la medicina basada en evidencias garantiza que las decisiones médicas estén respaldadas por la mejor evidencia disponible, promoviendo una atención centrada en el paciente y basada en datos científicos sólidos, esto con el fin de cumplir con una buena práctica médica y así darles a los pacientes el mejor tratamiento posible o poder brindarles un mejor servicio o realizar los procedimientos adecuados dentro de la práctica clínica.

TIPOS DE ESTUDIO EN MEDICINA BASADA EN EVIDENCIA

La Medicina Basada en la Evidencia se fundamenta en la utilización de la mejor evidencia científica disponible para la toma de decisiones clínicas. Esta evidencia proviene de diversos tipos de estudios, cada uno con características específicas que determinan su nivel de confiabilidad y aplicabilidad. A continuación, se presentan los principales tipos de estudios empleados en la medicina basada en evidencia, organizados según su diseño y jerarquía en la pirámide de evidencia.

1. Revisiones sistemáticas y metaanálisis

En la cúspide de la pirámide de evidencia se encuentran las revisiones sistemáticas y los metaanálisis. Las revisiones sistemáticas son estudios que recopilan y analizan de manera exhaustiva la literatura existente sobre una pregunta de investigación específica, siguiendo una metodología rigurosa para minimizar sesgos. Los metaanálisis, por su parte, combinan estadísticamente los resultados de múltiples estudios independientes para obtener una estimación global del efecto de una intervención o exposición. Estos diseños proporcionan una evidencia sólida debido a la amplitud y profundidad del análisis realizado.

2. Ensayos clínicos controlados y aleatorizados (ECA)

Los ECA son estudios experimentales en los que los participantes se asignan de manera aleatoria a grupos que reciben diferentes intervenciones o un placebo. Este diseño permite establecer relaciones causales entre la intervención y los resultados observados, siendo considerado el estándar de oro en la investigación clínica.

3. Estudios de cohortes

Los estudios de cohortes son investigaciones observacionales en las que se sigue a un grupo de individuos con una característica común a lo largo del tiempo para evaluar la incidencia de un

evento o enfermedad. Estos estudios pueden ser prospectivos o retrospectivos y son útiles para identificar factores de riesgo y asociaciones temporales.

4. Estudios de casos y controles

En este diseño observacional, se comparan individuos que presentan una enfermedad o condición específica (casos) con aquellos que no la tienen (controles), analizando retrospectivamente la exposición a posibles factores de riesgo. Aunque son útiles para estudiar enfermedades raras o con largos periodos de latencia, están más sujetos a sesgos que otros diseños.

5. Series de casos y reportes de casos

Las series de casos y los reportes de casos describen detalladamente las características clínicas de uno o varios pacientes con una condición particular. Aunque ofrecen información valiosa sobre presentaciones clínicas inusuales, su nivel de evidencia es limitado debido a la ausencia de grupos comparativos y al riesgo de sesgos.

6. Opinión de expertos

La opinión de expertos se basa en la experiencia y el conocimiento de profesionales en un área específica. Si bien puede ser útil en ausencia de evidencia científica sólida, representa el nivel más bajo de evidencia debido a su subjetividad y potencial sesgo.

Conclusión

La jerarquía de los tipos de estudios en la medicina basada en evidencia refleja la confianza que se puede depositar en sus resultados para la toma de decisiones clínicas, mientras que las revisiones sistemáticas y los metaanálisis ofrecen la evidencia más robusta, es fundamental evaluar críticamente cada estudio considerando su diseño, calidad metodológica y contexto clínico para una aplicación adecuada en la práctica médica, la medicina basada en evidencia es esencial para una práctica médica moderna y responsable, ya que asegura que las decisiones clínicas estén respaldadas por la mejor evidencia disponible, mejorando la calidad de la atención y promoviendo la seguridad y el bienestar de los pacientes.

Bibliografía

Diccionario de cáncer del NCI. (2011, February 2). Cancer.gov. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/medicina-basada-en-la-evidencia>

Argimón Pallàs, J., Guarga Rojas, A., & Jiménez Villa, J. (2019). 5 - Medicina basada en la evidencia: guías y protocolos. *Atención Primaria. Principios, organización y métodos En Medicina de Familia*, 72–91. <https://doi.org/10.1016/B978-84-9113-186-1/00005-1>

Junquera, L.M., Baladrón, J., Albertos, J.M., & Olay, S.. (2003). Medicina basada en la evidencia (MBE): Ventajas. *Revista Española de Cirugía Oral y Maxilofacial*, 25(5), 265-272. Recuperado en 04 de marzo de 2025, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-05582003000500003&lng=es&tlng=es.