



**Universidad Del Sureste  
Campus Comitán  
Medicina Humana**

**Alumno: Alex Peña Xochitiotzi  
Grado: 8º ; Grupo "B"**

**"Medicina Basada en Evidencias"**

**DR. ALONSO DIAZ REYES**

**PASIÓN POR EDUCAR**

Comitán de Domínguez Chiapas a 7 días del mes de marzo del 2025

Ensayo

La Medicina Basada en Evidencias es un enfoque que integra la mejor evidencia científica disponible con la experiencia clínica y los valores del paciente para la toma de decisiones en la atención médica, este paradigma busca optimizar los resultados en salud al fundamentar las intervenciones médicas en pruebas sólidas y actualizadas.

El concepto de MBE se consolidó gracias al trabajo del epidemiólogo británico Archie Cochrane, quien en la década de 1970 destacó la importancia de utilizar evidencias científicas en la práctica médica, su visión llevó a la creación de la Colaboración Cochrane en 1993, una organización internacional dedicada a la preparación y difusión de revisiones sistemáticas de ensayos clínicos controlados, dichas revisiones son publicadas en una colección de bases de datos que proporciona información actualizada sobre la efectividad de las intervenciones en salud.

La medicina basada en evidencias no solo se centra en la investigación, sino que también es fundamental en la práctica clínica diaria ya que al integrar la mejor evidencia disponible con la experiencia del profesional de la salud y las preferencias del paciente, se busca proporcionar una atención médica más efectiva y personalizada, esto implica una evaluación crítica de la literatura científica, la aplicación de guías de práctica clínica basadas en evidencias y una comunicación efectiva con los pacientes sobre las opciones terapéuticas disponibles.

La Medicina Basada en Evidencias es un enfoque clínico que combina la mejor evidencia científica disponible con la experiencia del médico y las preferencias del paciente para tomar decisiones de atención médica. Se basa en tres pilares fundamentales:

- Evidencia científica actualizada: Información obtenida de estudios clínicos de alta calidad.
- Experiencia clínica: Habilidad y juicio del médico para aplicar la evidencia en el contexto del paciente.
- Valores y preferencias del paciente: Consideración de lo que es importante para el paciente en términos de sus deseos, necesidades y contexto social.

#### Pirámide de la Evidencia Científica

No todas las evidencias tienen el mismo peso. En la jerarquía de la evidencia, los tipos de estudios se organizan en una pirámide que indica su nivel de confiabilidad:

- Meta-análisis y revisiones sistemáticas: Son el nivel más alto de evidencia. Se basan en la síntesis de múltiples estudios para llegar a conclusiones sólidas.
- Ensayos clínicos aleatorizados (ECA): Son estudios experimentales donde los pacientes se asignan al azar a distintos tratamientos, lo que permite evaluar la eficacia de una intervención minimizando sesgos.

- Estudios de cohortes y casos y controles: Son estudios observacionales. Los estudios de cohortes siguen a un grupo de personas a lo largo del tiempo, mientras que los de casos y controles comparan pacientes con y sin una enfermedad para identificar factores de riesgo.
- Series de casos y reportes de casos: Describen experiencias individuales o grupos pequeños de pacientes, pero tienen menor valor en la toma de decisiones médicas.
- Opinión de expertos: Es la evidencia más débil, ya que se basa en la experiencia personal sin un análisis riguroso.

### Tipos de Estudios en la MBE

Para interpretar correctamente la evidencia, es fundamental conocer los distintos diseños de estudios:

- Estudios experimentales: Incluyen los ensayos clínicos controlados y aleatorizados, en los que se prueba la efectividad de un tratamiento en grupos de pacientes.
- Estudios observacionales: Se dividen en:
  - Cohortes: Se sigue a un grupo de personas a lo largo del tiempo para ver quién desarrolla la enfermedad.
  - Casos y controles: Se comparan personas con una enfermedad con otras que no la tienen para identificar posibles causas.
  - Transversales: Se estudia una población en un momento específico para conocer la prevalencia de una enfermedad.
  - Estudios cualitativos: Evalúan aspectos subjetivos de la atención médica, como la percepción del paciente sobre su enfermedad o tratamiento.

### Niveles de Recomendación en la Práctica Clínica

Las recomendaciones en guías clínicas están basadas en la calidad de la evidencia:

Grado A: Evidencia fuerte basada en múltiples ensayos clínicos o meta-análisis bien diseñados.

Grado B: Evidencia moderada basada en estudios de cohortes o casos y controles.

Grado C: Evidencia débil basada en opiniones de expertos o estudios pequeños.

Grado D: Recomendación basada únicamente en la experiencia clínica sin evidencia sólida.

### Conclusión

La Medicina Basada en Evidencias (MBE) no solo transforma la práctica clínica, sino que también es un pilar fundamental en la formación académica del estudiante

de medicina, en un mundo donde el conocimiento médico se actualiza constantemente, depender exclusivamente de la experiencia o de conocimientos adquiridos en libros sin someterlos a revisión crítica puede llevar a errores clínicos y prácticas obsoletas, esta misma, permite que los futuros médicos desarrollen un pensamiento crítico, aprendan a diferenciar entre evidencia sólida y sesgada, y apliquen información confiable en su ejercicio profesional.

Esta materia de formación académica, fortalece el razonamiento clínico y fomenta la autonomía del estudiante en la adquisición de conocimientos, en lugar de depender exclusivamente de la enseñanza tradicional, los futuros médicos aprenden a cuestionar y a validar la información por sí mismos, esto no solo mejora su aprendizaje, sino que también les permite ofrecer una atención médica de mayor calidad basada en intervenciones comprobadas científicamente, la Medicina Basada en Evidencias es mucho más que un concepto teórico, es una competencia indispensable para la formación y el ejercicio profesional de los médicos del siglo XXI. Permite mejorar la calidad de la atención sanitaria, optimizar los tratamientos y reducir la variabilidad en la práctica clínica. Para los estudiantes de medicina, dominar la MBE no solo significa adquirir conocimientos, sino desarrollar la capacidad de transformar la atención médica en favor de sus pacientes, garantizando que cada decisión clínica esté respaldada por la mejor evidencia disponible.

#### Bibliografías

Atallah, Á. N. (1997). *Medicina baseada em evidências*. Revista da Associação Médica Brasileira, 43(4), 277-284.

**Cochrane Collaboration.** (s.f.). *Cochrane Library*. Recuperado el 7 de marzo de 2025