



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Martín Mar Calderón*

*Ensayo*

*Primer parcial*

*Medicina Basada en Evidencias*

*Alonso Díaz Reyes*

*Medicina Humana*

*8vo semestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas, a 07 de marzo del 2025*

# **Medicina Basada en Evidencias**

## **Introducción**

La medicina basada en la evidencia (MBE) ha revolucionado la práctica médica al priorizar el uso de la mejor evidencia científica disponible en la toma de decisiones clínicas. Este enfoque, que integra la experiencia clínica con la mejor investigación y las preferencias del paciente, se ha convertido en un pilar fundamental en la medicina moderna. La MBE no solo proporciona un marco más estructurado para el tratamiento de los pacientes, sino que también promueve una atención más precisa, efectiva y segura. Este ensayo examinará el concepto de la MBE, sus pasos, sus campos de aplicación y los tipos de estudios médicos, con un enfoque particular en la pirámide de las 6S, una herramienta útil para organizar la evidencia científica en medicina.

## **Concepto de Medicina Basada en la Evidencia**

La práctica basada en la evidencia es la aplicación del paradigma de la MBE a nuestra práctica clínica. Este ejercicio surge como un medio para afrontar mejor los retos de la medicina actual; entre ellos, la existencia de una gran cantidad de información científica en continua evolución, la exigencia de ofrecer la máxima calidad asistencial y la limitación de recursos destinados a la atención sanitaria.

La medicina basada en la evidencia se puede definir como el enfoque que prioriza el uso de la mejor evidencia científica disponible en la toma de decisiones médicas. Este concepto se basa en la integración de tres componentes esenciales: la mejor evidencia científica, la experiencia clínica del médico y las preferencias del paciente. La MBE fue formalizada en la década de 1990 por el Dr. David Sackett, quien subrayó la necesidad de que las decisiones clínicas no dependieran exclusivamente de la intuición o de la experiencia personal del médico, sino de pruebas científicas validadas que demostraran la efectividad de los tratamientos.

El concepto central de la MBE es que la medicina debe fundamentarse en la mejor evidencia, lo cual implica revisar estudios científicos actualizados y bien conducidos, tales como ensayos clínicos y meta-análisis, y aplicarlos en contextos específicos y adecuados para cada paciente. Además, se reconoce que no todas las evidencias son iguales en calidad, por lo que la habilidad para evaluar la validez y aplicabilidad de los estudios es crucial.

### **Pasos para Realizar Medicina Basada en la Evidencia**

La implementación de la MBE sigue un proceso estructurado que consta de varios pasos clave. Estos pasos aseguran que las decisiones clínicas se tomen de manera informada y basada en datos científicos. Los pasos son los siguientes:

1. **Formulación de la pregunta clínica:** El proceso comienza con la identificación de una pregunta relevante para el caso del paciente, formulada de manera clara y precisa. Una herramienta útil para estructurar estas preguntas es el formato PICO (Población, Intervención, Comparación y Resultado).
2. **Búsqueda de la mejor evidencia:** Una vez planteada la pregunta, se procede a la búsqueda de estudios científicos relevantes. Esto se realiza utilizando bases de datos especializadas, como PubMed o Cochrane Library, para encontrar los estudios más actualizados y relevantes que puedan responder a la pregunta planteada.
3. **Evaluación crítica de la evidencia:** Después de encontrar los estudios, es crucial evaluar su calidad metodológica, la validez de los resultados y su aplicabilidad en el contexto del paciente. Esta etapa implica la interpretación de la evidencia para determinar si el estudio es fiable y si sus resultados pueden aplicarse al caso clínico específico.
4. **Aplicación de la evidencia al paciente:** Una vez que se ha evaluado la evidencia, el siguiente paso es aplicar los resultados al tratamiento del paciente, considerando su historial médico, sus valores y sus preferencias.
5. **Evaluación de los resultados:** El proceso de MBE no termina con la implementación del tratamiento. Es importante evaluar los resultados y, si es

necesario, ajustar el enfoque basado en la respuesta del paciente y en nueva evidencia disponible.

### **Campos de Aplicación de la Medicina Basada en la Evidencia**

La medicina basada en la evidencia puede aplicarse en todos los aspectos de la práctica médica. Algunos de los campos donde su uso es especialmente relevante incluyen:

- Diagnóstico: La MBE se utiliza para evaluar la precisión y efectividad de diversas herramientas y métodos diagnósticos, ayudando a seleccionar las pruebas más fiables y menos costosas para los pacientes.
- Tratamiento: En la elección de tratamientos, la MBE es crucial para seleccionar las opciones más eficaces basadas en los estudios científicos disponibles, garantizando una atención más personalizada y con mejores resultados.
- Prevención: La MBE también juega un papel importante en la implementación de estrategias preventivas, como la vacunación o el control de factores de riesgo, siempre apoyándose en las evidencias científicas sobre su efectividad.
- Pronóstico: En áreas como el pronóstico de enfermedades, la MBE ayuda a identificar los factores de riesgo y predecir la evolución de las condiciones, lo que facilita la planificación de cuidados y la gestión de expectativas.

### **Tipos de Estudios en Medicina Basada en la Evidencia:**

#### **La Pirámide de las 6S**

Para organizar la información científica y poder identificar rápidamente la calidad y la aplicabilidad de los estudios, se utiliza la pirámide de las 6S. Esta pirámide clasifica la evidencia científica en diferentes niveles según su robustez, desde los estudios más confiables y con mayor aplicabilidad hasta los menos fiables. Los seis niveles son:

1. **Sistemas (Systems):** Son las guías clínicas basadas en la mejor evidencia disponible. Ofrecen recomendaciones completas y se basan en la integración de todas las fuentes de evidencia.
2. **Sinopsis (Synopses):** Son resúmenes de estudios de alta calidad que presentan los hallazgos de manera concisa y accesible. Proporcionan una visión general sin la necesidad de leer los estudios completos.
3. **Síntesis (Syntheses):** Incluyen revisiones sistemáticas y meta-análisis, que agrupan múltiples estudios sobre un tema en particular para obtener conclusiones más robustas y generalizables.
4. **Estudios de Nivel Primario (Studies):** Son los estudios originales, como los ensayos clínicos controlados aleatorios, que proporcionan la evidencia de base. Aunque son esenciales, se consideran de menor nivel que las síntesis debido a la variabilidad en los resultados.
5. **Sumarios (Summaries):** Son resúmenes rápidos y fáciles de leer que condensan la información de los estudios primarios. Pueden provenir de fuentes como UpToDate, que ofrecen recomendaciones de tratamiento basadas en evidencia.
6. **Sistemas Expertos (Experts):** El nivel más bajo de la pirámide corresponde a la opinión de expertos, que aunque pueden ser útiles en áreas con poca evidencia disponible, deben considerarse con cautela debido a su subjetividad.

### **Ventajas y Beneficios de la Medicina Basada en la Evidencia**

Uno de los principales beneficios de la medicina basada en la evidencia es que permite a los profesionales de la salud tomar decisiones informadas, basadas en datos científicos sólidos. Esto contribuye a una mayor eficacia en los tratamientos, una disminución de los errores médicos y una mejor gestión de los recursos de salud. La MBE ayuda a reducir la variabilidad en la atención médica, lo que significa que los pacientes reciben un tratamiento más coherente y adecuado, independientemente del lugar o del médico que los atienda.

Además, la MBE promueve la seguridad del paciente. Al seguir tratamientos que han demostrado ser eficaces en estudios clínicos, se minimizan los riesgos de utilizar intervenciones ineficaces o perjudiciales. Asimismo, la medicina basada en la evidencia fomenta la actualización constante de los conocimientos médicos, dado que las prácticas se ajustan de acuerdo con los avances de la investigación. En este sentido, los médicos no dependen de protocolos antiguos o desactualizados, sino que adoptan un enfoque dinámico y flexible que se adapta a nuevos descubrimientos.

### **Desafíos y Limitaciones de la Medicina Basada en la Evidencia**

A pesar de sus numerosas ventajas, la implementación de la medicina basada en la evidencia enfrenta varios desafíos. Uno de los principales es el acceso a la información. Muchos profesionales de la salud, especialmente en regiones con menos recursos, pueden no tener acceso a bases de datos científicas actualizadas, lo que dificulta la implementación de la MBE en su práctica diaria.

Otro desafío es la complejidad en la interpretación de la evidencia científica. La gran cantidad de estudios y la variabilidad en la calidad metodológica de los mismos requieren que los profesionales de la salud tengan habilidades críticas y conocimientos especializados para evaluar la validez de los estudios. Además, en ocasiones, los resultados de los estudios no se aplican fácilmente a todos los pacientes, ya que cada individuo tiene características y necesidades particulares que pueden influir en la efectividad del tratamiento.

Finalmente, la resistencia al cambio por parte de algunos profesionales médicos es otro obstáculo. Algunos médicos, acostumbrados a enfoques más tradicionales, pueden ser reacios a adoptar nuevas prácticas basadas en la evidencia, especialmente si estas desafían su experiencia personal o el enfoque convencional.

## **Conclusión**

La medicina basada en la evidencia ha transformado la forma en que los médicos abordan el diagnóstico y el tratamiento de los pacientes. Este enfoque ha permitido tomar decisiones más informadas, precisas y centradas en el paciente, lo que ha mejorado la calidad de la atención médica en todo el mundo. Sin embargo, la implementación exitosa de la MBE requiere superar varios desafíos, como el acceso a la información, la interpretación adecuada de los estudios y la superación de la resistencia al cambio. A medida que la medicina continúa avanzando, es probable que la MBE siga desempeñando un papel central en el progreso de la medicina moderna, promoviendo una atención más efectiva y personalizada para los pacientes.

## Bibliografía

Cuello, C. (2019). Medicina basada en la evidencia, fundamentos y su enseñanza en el contexto clínico (2.a ed.). Editorial Medica Panamericana S.A. de C.V.