



Mi Universidad

Ensayo

Andrea Díaz Santiago

Ensayo

1º parcial

Medicina basada en evidencias

Dr. Alonso Díaz Reyes

Medicina Humana

8°C

Comitán de Domínguez a 07 de marzo del 2025.

INTRODUCCIÓN

La Medicina Basada en Evidencias (MBE) ha transformado la práctica clínica moderna al establecer un enfoque metodológico para la toma de decisiones médicas. Esta disciplina integra la mejor evidencia científica disponible con la experiencia clínica del profesional de la salud y las preferencias del paciente, promoviendo una atención médica de alta calidad y personalizada. Según Cuello García y Pérez Gaxiola en su libro “Medicina Basada en la Evidencia: Fundamentos y su enseñanza en el contexto clínico” (2ª edición), la MBE se presenta como una herramienta esencial para reducir la variabilidad clínica y optimizar los resultados en salud.

En este ensayo se abordarán detalladamente los conceptos fundamentales de la MBE, los pasos necesarios para su correcta implementación, el amplio campo de aplicación de esta metodología y los tipos de estudios médicos basados en la pirámide de las 6S.

Concepto de Medicina Basada en Evidencias

La MBE se define como “el uso consciente, explícito y juicioso de la mejor evidencia científica disponible para la toma de decisiones sobre el cuidado de cada paciente” (Cuello García y Pérez Gaxiola, 2ª edición). Esta definición destaca tres elementos clave:

- 1. Consciente:** Implica que el profesional de la salud debe ser proactivo en la búsqueda y utilización de la evidencia científica.
- 2. Explícito:** Significa que la evidencia utilizada debe ser transparente y documentada, facilitando su evaluación y replicación.
- 3. Juicioso:** Refleja la necesidad de un análisis crítico de la evidencia, considerando su validez, aplicabilidad y pertinencia en cada contexto clínico.

La MBE no se limita únicamente a la investigación biomédica, sino que también considera el juicio clínico del profesional y las expectativas y valores del paciente. Esta combinación permite un enfoque holístico y humanizado en la atención sanitaria.

Pasos para realizar Medicina Basada en Evidencias

El proceso para aplicar la MBE de manera efectiva consta de cinco pasos estructurados:

1. Formulación de la pregunta clínica

El primer paso es convertir la necesidad de información en una pregunta clínica bien estructurada. Para ello, se utiliza la metodología PICO:

- P (Paciente o problema): Identificar las características del paciente o el problema clínico.

- I (Intervención): Determinar la intervención que se desea evaluar (e.g., tratamiento, diagnóstico, prevención).
- C (Comparación): Definir, si es aplicable, una alternativa a la intervención propuesta.
- O (Resultado): Especificar el resultado esperado, ya sea beneficioso o perjudicial.

Por ejemplo, una pregunta PICO podría ser: “En pacientes con hipertensión (P), ¿el uso de inhibidores de la ECA (I) comparado con los bloqueadores de los canales de calcio (C) reduce el riesgo de eventos cardiovasculares (O)?”.

2. Búsqueda de la mejor evidencia disponible

Una vez formulada la pregunta clínica, se debe realizar una búsqueda exhaustiva en bases de datos científicas como PubMed, Cochrane Library y UpToDate. Es fundamental priorizar las fuentes de mayor calidad metodológica, como revisiones sistemáticas, estudios controlados aleatorizados y guías de práctica clínica basadas en evidencia.

3. Evaluación crítica de la evidencia

En este paso se analiza la calidad de los estudios encontrados. Se consideran aspectos como el diseño del estudio, el tamaño de la muestra, la validez interna y externa, y la magnitud del efecto. Herramientas como GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation) ayudan a categorizar la calidad de la evidencia y la fuerza de las recomendaciones.

4. Aplicación de la evidencia a la práctica clínica

No toda la evidencia es aplicable a todos los pacientes. Se debe adaptar la evidencia al contexto clínico específico, considerando la individualidad del paciente, sus preferencias y el entorno de atención. Esto fomenta una medicina personalizada y centrada en la persona.

5. Evaluación del desempeño

El último paso implica monitorizar los resultados de la intervención basada en evidencia. Se debe evaluar si se alcanzaron los objetivos esperados y realizar ajustes si es necesario. Esta evaluación continua permite un ciclo de mejora constante en la práctica clínica.

Campo de aplicación de la Medicina Basada en Evidencias

La MBE tiene un amplio campo de aplicación en la práctica médica:

- **Guías de práctica clínica:** La MBE es fundamental en la elaboración de guías clínicas, proporcionando recomendaciones basadas en evidencia sólida para el manejo de diversas patologías.
- **Toma de decisiones clínicas:** Ayuda a los médicos a seleccionar las mejores opciones terapéuticas y diagnósticas, basándose en pruebas científicas en lugar de la intuición o la experiencia individual únicamente.
- **Políticas de salud:** La MBE contribuye a la formulación de políticas públicas basadas en evidencia, mejorando la eficiencia y la equidad en la distribución de los recursos sanitarios.
- **Educación médica:** Facilita la formación continua de los profesionales de la salud, promoviendo una práctica médica actualizada y fundamentada.

Tipos de estudios en medicina (basado en la pirámide de las 6S)

La pirámide de las 6S jerarquiza las fuentes de evidencia de acuerdo con su calidad y aplicabilidad:

1. **Sistemas:** Herramientas automatizadas que integran evidencia científica con la historia clínica electrónica, ofreciendo recomendaciones clínicas inmediatas.

2. Sumarios: Fuentes que consolidan información de guías clínicas y revisiones, proporcionando un enfoque integral del manejo de enfermedades.

3. Sinopsis de revisiones: Resúmenes críticos de revisiones sistemáticas, ofreciendo una visión rápida de la evidencia disponible.

4. Revisiones sistemáticas: Evaluaciones exhaustivas y meticulosas de estudios primarios, consideradas la cúspide de la evidencia científica.

5. Sinopsis de estudios individuales: Resúmenes de artículos de investigación individuales con un análisis crítico de su calidad y relevancia.

6. Estudios individuales: Incluyen ensayos clínicos, estudios de cohortes, estudios de casos y controles, y estudios observacionales, cada uno con un nivel de evidencia distinto.

Conclusión

La Medicina Basada en Evidencias representa un enfoque indispensable para la práctica clínica actual. Su correcta implementación requiere un proceso sistemático que va desde la formulación de preguntas clínicas hasta la evaluación del desempeño de las intervenciones. Al utilizar la mejor evidencia disponible, la MBE permite decisiones médicas más seguras, eficaces y centradas en el paciente.

La MBE no solo mejora la calidad de la atención, sino que también promueve una práctica ética y justificada científicamente. Integrar este enfoque en la práctica diaria de los profesionales de la salud es esencial para garantizar un sistema de salud más efectivo y centrado en las necesidades individuales de cada paciente.

Bibliografía

Cuello García, C. A., & Pérez Gaxiola, G. (2019). Medicina basada en la evidencia: Fundamentos y su enseñanza en el contexto clínico (2ª ed.). Editorial.