

UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS MEDICINA HUMANA



ALUMNA: MENDEZ GUZMAN YAJAIRA GUADALUPE

SEMESTRE: 8 GRUPO: C

PRIMER PARCIAL

TEMA: ENSAYO: sobre Medicina Basada en la Evidencia

DR. Alonso Díaz Reyes

Comitán de Domínguez , 04 DE MARZO DEL 2025

Ensayo sobre Medicina Basada en la Evidencia

Introducción

La medicina basada en la evidencia (MBE) ha marcado un antes y un después en la práctica médica moderna, transformando el enfoque tradicional de diagnóstico y tratamiento en uno más estructurado y fundamentado en la ciencia. Al centrarse en la mejor evidencia científica disponible, este enfoque permite a los profesionales de la salud tomar decisiones más informadas, precisas y personalizadas. Integrando la experiencia clínica del médico, la investigación más actualizada y las preferencias del paciente, la MBE promueve una atención médica más efectiva y segura. Este ensayo aborda el concepto de MBE, sus pasos fundamentales, campos de aplicación, tipos de estudios médicos y la pirámide de las 6S, una herramienta clave para organizar y evaluar la evidencia científica en medicina.

Concepto de Medicina Basada en la Evidencia

La medicina basada en la evidencia se puede definir como un enfoque que prioriza el uso de la mejor evidencia científica disponible para tomar decisiones médicas informadas. Este concepto se formalizó en la década de 1990 por el Dr. David Sackett, quien subrayó la importancia de basar las decisiones clínicas no solo en la intuición o experiencia personal del médico, sino en estudios científicos validados que demuestren la eficacia de los tratamientos. La MBE integra tres componentes esenciales: la mejor evidencia científica, la experiencia clínica del médico y las preferencias del paciente, lo que garantiza que las decisiones médicas sean lo más acertadas y adecuadas posible para cada individuo.

Una de las premisas fundamentales de la MBE es que no todas las evidencias científicas son iguales en calidad. Por lo tanto, la capacidad del profesional para evaluar la validez y la aplicabilidad de los estudios en situaciones clínicas específicas es crucial. Este enfoque permite a los médicos mantenerse actualizados con los avances científicos y aplicar los tratamientos más eficaces y seguros en función de la situación particular del paciente.

Pasos para Realizar Medicina Basada en la Evidencia

Implementar la MBE en la práctica clínica implica seguir un proceso estructurado que facilita la toma de decisiones informadas. Estos pasos incluyen:

1. **Formulación de la pregunta clínica:** El proceso comienza con la identificación de una pregunta relevante, formulada de manera clara y precisa. El formato PICO (Población, Intervención, Comparación y Resultado) es una herramienta útil para estructurar estas preguntas de manera eficaz.
2. **Búsqueda de la mejor evidencia:** Una vez que se ha planteado la pregunta, el siguiente paso es la búsqueda de estudios científicos relevantes. Esto se logra utilizando bases de datos especializadas como PubMed o la Cochrane Library, que contienen estudios actualizados y relevantes.
3. **Evaluación crítica de la evidencia:** Es esencial evaluar la calidad de los estudios encontrados, su validez y su aplicabilidad en el contexto específico del paciente. La interpretación crítica de los resultados es fundamental para determinar si un estudio es confiable y si sus resultados se pueden aplicar de manera efectiva al caso clínico.
4. **Aplicación de la evidencia al paciente:** Tras evaluar la evidencia, se debe aplicar la información obtenida en el tratamiento del paciente, teniendo en cuenta su historial médico, sus valores y preferencias.
5. **Evaluación de los resultados:** El proceso de MBE no termina con la aplicación de un tratamiento. Es importante evaluar constantemente los resultados del tratamiento y hacer ajustes según la respuesta del paciente o nueva evidencia disponible.

Campos de Aplicación de la Medicina Basada en la Evidencia

La MBE es aplicable en diversos aspectos de la práctica médica, siendo especialmente relevante en áreas como:

- **Diagnóstico:** La MBE ayuda a evaluar la precisión y efectividad de herramientas diagnósticas, seleccionando las pruebas más fiables y rentables para los pacientes.

- **Tratamiento:** En la elección de tratamientos, la MBE es crucial para seleccionar las opciones más eficaces y basadas en evidencia, lo que mejora la calidad de la atención y los resultados del paciente.
- **Prevención:** La MBE también juega un papel fundamental en estrategias preventivas, como la vacunación o el control de factores de riesgo, basándose en las evidencias científicas sobre su efectividad.
- **Pronóstico:** En la predicción de la evolución de enfermedades, la MBE ayuda a identificar factores de riesgo y predecir el curso de las condiciones, lo que facilita la planificación del cuidado y la gestión de las expectativas.

Tipos de Estudios en Medicina Basada en la Evidencia: La Pirámide de las 6S

Para organizar y jerarquizar la evidencia científica, se utiliza la pirámide de las 6S. Esta pirámide clasifica los estudios según su calidad y aplicabilidad, comenzando por los más confiables y relevantes:

1. **Sistemas:** Son guías clínicas basadas en la mejor evidencia disponible, que integran todas las fuentes de evidencia científica.
2. **Sinopsis:** Son resúmenes concisos de estudios de alta calidad, que presentan los hallazgos principales de manera accesible.
3. **Síntesis:** Incluyen revisiones sistemáticas y meta-análisis, que combinan múltiples estudios sobre un tema para obtener conclusiones más robustas y generalizables.
4. **Estudios de Nivel Primario:** Son estudios originales, como los ensayos clínicos controlados aleatorios, que proporcionan la base para la evidencia, aunque a menudo tienen variabilidad en sus resultados.
5. **Sumarios:** Son resúmenes fáciles de leer que condensan la información de los estudios primarios, como los ofrecidos por UpToDate.

6. **Sistemas Expertos:** Este nivel representa la opinión de expertos, la cual es útil en áreas con poca evidencia, pero debe considerarse con cautela debido a su naturaleza subjetiva.

Ventajas y Beneficios de la Medicina Basada en la Evidencia

La principal ventaja de la MBE es que proporciona a los profesionales de la salud una base sólida para tomar decisiones informadas, lo que mejora la eficacia de los tratamientos, reduce los errores médicos y optimiza la gestión de los recursos de salud. La MBE ayuda a reducir la variabilidad en la atención médica, garantizando que los pacientes reciban un tratamiento coherente y adecuado, independientemente del lugar o médico que los atienda. Además, la MBE promueve la seguridad del paciente, al garantizar que los tratamientos utilizados estén respaldados por evidencia científica que demuestra su efectividad.

Otro beneficio importante es que fomenta la actualización continua de los conocimientos médicos, adaptándose a los avances de la investigación y evitando la dependencia de protocolos desactualizados. La medicina basada en la evidencia permite que la práctica médica evolucione y se ajuste de acuerdo con los nuevos descubrimientos.

Desafíos y Limitaciones de la Medicina Basada en la Evidencia

A pesar de sus beneficios, la implementación de la MBE enfrenta varios desafíos. El acceso a información actualizada es una de las principales barreras, ya que muchos profesionales de la salud, especialmente en áreas con menos recursos, no tienen acceso a bases de datos científicas actualizadas. Además, la gran cantidad de estudios y la variabilidad en la calidad de los mismos requiere que los médicos tengan habilidades especializadas para interpretar y evaluar la evidencia de manera efectiva.

Otro desafío es la resistencia al cambio de algunos profesionales médicos, quienes pueden estar acostumbrados a enfoques tradicionales y ser reacios a adoptar nuevas prácticas, especialmente cuando estas desafían su experiencia personal.

Conclusión

La medicina basada en la evidencia ha transformado la forma en que los médicos abordan el diagnóstico y tratamiento de los pacientes, proporcionando un enfoque más riguroso, informado y personalizado. Aunque su implementación presenta desafíos como el acceso a la información y la interpretación crítica de los estudios, los beneficios de la MBE son innegables. Con el tiempo, es probable que la medicina basada en la evidencia continúe siendo un pilar fundamental en la medicina moderna, mejorando la calidad de la atención médica y promoviendo una atención más efectiva y centrada en el paciente.

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.