

la familia como agente de salud



DOCUMENTACIÓN • Nº 42

Internet como fuente de información sobre salud en pacientes de atención primaria y su influencia en la relación médico-paciente

1 de abril 2013

· Viviana Marín-Torres, Justo Valverde Aliaga, Ignacio Sánchez Miró, María Isabel Sáenz del Castillo Vicente. Centro de Salud de Bustarviejo, Madrid

· Elena Polentinos-Castro y Araceli Garrido Barral. Unidad Docente Multiprofesional de Atención Familiar y Comunitaria Norte, Madrid

Introducción

Hasta hace poco tiempo los sanitarios éramos la fuente más fiable de información sanitaria, pero internet ha causado una gran revolución por la facilidad y rapidez de acceso a la información sobre salud, y ya no es extraño pensar que un paciente puede estar contrastando la información que le damos con la que encuentra en internet. En 2010, el 49% de la población de la Unión Europea utilizó internet para buscar información relacionada con la salud¹, siendo en España el 52,5%².

Las ventajas de la búsqueda de información sobre salud por internet son: ayudar a los pacientes a tomar decisiones de salud más informadas, aumentar la autonomía del paciente³ y reforzar los mensajes de promoción y prevención así como de adherencia al tratamiento⁴. Las desventajas son: ser fuente de desinformación debido a la gran variabilidad en la calidad de los contenidos web; causar ansiedad por las diferencias de consejos, testimonios y opiniones, y aumentar las expectativas y demandas de los pacientes respecto a nuevos tratamientos o terapias alternativas. Además, las diferencias sociales podrían aumentar según el grado de acceso a internet^{3,4}.

Los estudios publicados en España para investigar este fenómeno son pocos: un estudio sobre el uso de internet para buscar información sobre salud, entre pacientes con enfermedades del aparato digestivo en Santa Cruz de Tenerife, encontró que el 42% de ellos buscaban información sobre su salud en internet³. De igual modo, en la consulta de enfermedades autoinmunes sistémicas en el Hospital Clínico San Cecilio de Granada el 28% de los pacientes utilizaban internet para buscar información relacionada con su enfermedad. El 58,7% deseaban información sobre páginas de calidad⁴. Otro estudio realizado con pacientes urológicos en el Hospital de Móstoles encontró un uso bajo de internet para buscar información sobre salud (6,7%)⁵. Encontramos también un estudio realizado a 337 médicos de atención primaria (MAP) y 348 médicos de hospitales (MH) en el que la mayoría (70%) afirma que sus pacientes preguntan sobre contenidos vistos en páginas web, sin que haya diferencias entre los 2 grupos. Además, el 27,6% recomiendan sitios web a sus pacientes, siendo igual este porcentaje en los dos ámbitos. Como desventajas del uso de internet, el 52,8 de los MAP y el 59,4% de los MH creen que

¹ Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI) 'Individuos que usan Internet para buscar información relacionada con la salud' (2004-2010, consultado 14 Feb 2012). <http://www.ontsi.red.es/ontsi/es/node/334>

² Instituto Nacional de Estadística. 'Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la información y Comunicación en los hogares' (2010, consultado 14 Feb 2012). <http://www.ine.es/jaxi/do?type=pcaxis&path=/t25/p450&file=inebase&L=0>

³ Alarcón O, Baudet J-S, Sánchez del Río A, Dorta MC, de la Torre M, Socas MR. 'Internet use to obtain health information among patients attending a digestive diseases office' (Gastroenterol Hepatol, 2006;29:286-90).

⁴ Ortego Centeno N, Callejas Rubio JL, Benticuaga Martínez MN, Navarro Pelayo F, de la Higuera Torres-Puchol J. 'Internet application for medical purposes in chronic patients cared in a systemic autoimmune diseases unit' (Rev Clin Esp., 2005;205:255-8).

⁵ Santos Arrontes D, García González JI, Martín Muñoz MP, Jiménez Jiménez JI, Paniagua Andrés P. 'Internet use in patients attending a hospital urology clinic' (Actas Urol Esp., 2007;31:1161-5).

internet ofrece información que puede ser errónea, y el 27,5% de los MAP y el 34,2% de los MH creen que internet puede generar una pérdida de confianza en el médico que le atiende⁶.

Respecto a estudios con pacientes en atención primaria, encontramos solo un estudio cualitativo, realizado a 35 pacientes, encontrándose opiniones muy coincidentes sobre la e-medicina. Al preguntárseles sobre la información de salud vía web, la encontraron muy útil y muy amplia, con la necesidad de tener fuentes fiables. No consideraban que pudiera utilizarse para auto-diagnóstico o automedicación, y querían recibir consejo profesional y personalizado⁷.

En otro estudio realizado a adolescentes en un colegio en Gijón (Asturias), el 13,9% buscaban información sobre salud en internet⁸.

A pesar del aumento del uso de internet, poseemos muy poca información objetiva sobre el impacto en nuestro medio e ignoramos el uso actual de internet como fuente de información de salud en nuestros pacientes, ya que ningún trabajo ha sido realizado de forma cuantitativa en pacientes de atención primaria, y además de conocer la proporción de uso de internet, quisiéramos estudiar la influencia de esta información en ellos, si la consideran útil y si dicho uso puede ser un obstáculo o un facilitador de la relación médico-paciente.

El objetivo de nuestro estudio es describir el uso que hacen de internet los pacientes de atención primaria para buscar información sobre salud, conocer la influencia que esta información tiene en ellos y el grado de afectación de este uso en la relación médico-paciente. Otros objetivos son estudiar las diferencias sociodemográficas entre los usuarios y no usuarios de internet, las razones para el no uso de internet y comparar las respuestas de usuarios y no usuarios de internet sobre la utilidad de este como herramienta de salud y comunicación con su médico.

Pacientes y métodos

1. Diseño

Estudio descriptivo transversal.

2. Ámbito

Atención primaria. Pacientes que acudieron a tres consultas de un centro de salud urbano de Madrid.

⁶ Mira Solves JJ, Llinás Santacreu G, Lorenzo Martínez S, Aibar Remón C. 'Internet use by primary care and hospital doctors: perception of how it influences their relationships with patients' (Aten Primaria, 2009; 41:308-14).

⁷ Palacio Lapuente F, Silvestre Busto C, Bustinduy Bascaran A. 'Qué opinan los pacientes de la e-medicina: un estudio cualitativo'. (Rev. Calidad Asistencial, 2008; 23:259-63).

⁸ González IM, Broz CE, Fernández EF, Gil PS. 'Internet use by teenagers from Gijón -Asturias as a source of health information' (Aten Primaria, 2011; 43:281-6).

3. Participantes y métodos

Se incluyó mediante muestreo consecutivo a los pacientes que acudieron al centro de salud por cualquier motivo, durante un día a la semana, hasta obtener la muestra necesaria. Los criterios de inclusión fueron ser mayor de 14 años y menor de 75, y dar el consentimiento. Los criterios de exclusión fueron ser analfabeto y presentar en el momento de la consulta problemas psiquiátricos, neurológicos o que impidieran cumplimentar la encuesta. El periodo de recogida de cuestionarios comprendió de julio de 2010 a enero de 2011.

Se calculó un tamaño muestral de 357 individuos, asumiendo una proporción de pacientes que usan internet para buscar información sobre salud del 27% (basados en estudios previos), con un nivel de confianza del 95% y una precisión del 5%. Se estimó un porcentaje de pérdidas del 15%.

Variables

Socio-demográficas⁹, uso de internet, valoración de internet como fuente de información médica, recomendaciones de páginas web por su médico y uso de correo electrónico. Además, en los usuarios de internet se valoraron las siguientes variables: influencia del uso de internet en la percepción de su salud, cambios en los comportamientos de salud tras usar internet, comunicación de estos cambios a su médico y su percepción de la receptividad del médico a hablar sobre la información encontrada en internet.

Instrumento de evaluación

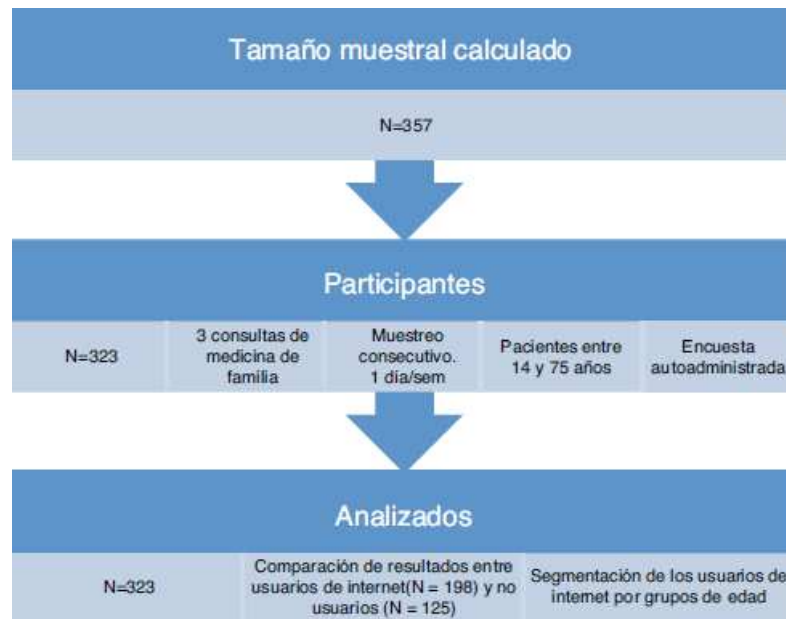
Se diseñó una encuesta tomando como base un cuestionario realizado previamente en otro estudio similar¹⁰, al cual se añadieron preguntas sobre la consideración de internet como fuente de información médica, uso de correo electrónico y recomendaciones de páginas web por su médico. Se realizó un pilotaje a 25 pacientes, para valorar la comprensión y el tiempo empleado en su contestación. El cuestionario fue anónimo y auto administrado, y se recogieron en un buzón en la sala de espera. El cuestionario se puede consultar en la web <http://www.bit.ly/internetypacientes>.

Análisis estadístico

⁹ INE. Instituto Nacional de Estadística. 'Encuesta Sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares' (Cuestionario Madrid 2009; consultado 26 Oct 2011). http://www.ine.es/metodologia/t25/t25p450_tich_cues_09.pdf

¹⁰ Iverson SA, Howard KB, Penney BK. 'Impact of internet use on health-related behaviors and the patient-physician relationship: a survey-based study and review'. (J Am Osteopath Assoc., Dic. 2008; 108:699-711).

En el análisis descriptivo las variables cuantitativas se expresan con la media y DE, y las cualitativas, en porcentaje. Para determinar posibles asociaciones se usaron las pruebas de chi-cuadrado, y para comparar medias, la t de Student. Se consideró un valor de $p < 0,05$ para una diferencia estadísticamente significativa.



Esquema general del estudio: Estudio transversal de prevalencia a través de encuesta auto-administrada.

Resultados

En total se recogieron 323 encuestas. El porcentaje de uso de internet para buscar información sobre salud en los pacientes encuestados fue del 61% (IC 95%: 56-67%).

Las características sociodemográficas de usuarios y no usuarios de internet para buscar información sobre salud se describen en la tabla 1. En los usuarios de internet, el 61% eran mujeres. La edad media de los no usuarios fue de 57 años, frente a 48 años de media en los usuarios. El 92% de los usuarios tenían nivel de estudios medio-alto, frente al 74% en los no usuarios, y el 18% tenía nivel de ingresos bajo, frente al 29% en los no usuarios. Se encontró que había asociaciones estadísticamente significativas para las siguientes variables: usar internet se asocia a menor edad ($p < 0,01$), mayor nivel de estudios ($p < 0,01$) y un nivel de ingresos medio/alto ($p < 0,01$).

El uso de internet para buscar información sobre salud varía con la edad, desde el 83,5% (IC 95%: 75-92%) entre los pacientes de 25 a 44 años al 44% (IC 95%: 31-58%) en el grupo de 65 a 75 años ($p = 0,03$).

En la tabla 2 se describen las respuestas de los 198 pacientes usuarios de internet por grupos de edad.

Tabla 1 Perfil sociodemográfico y uso de internet

Variable	Total encuestados	No usa internet	Sí usa internet	p
n (%)	323 (100)	125 (38,7)	198 (61,3)	
<i>Sexo</i>				$p = 0,074$
Mujer (%)	181 (56)	60 (48)	121 (61,1)	
Hombre (%)	129 (39,9)	56 (44,8)	73 (36,9)	
No contestaron (%)	13 (4)	9 (7,2)	4 (2)	
<i>Edad</i>				$p < 0,001$
Media (DE)	51,15 (14,7)	57,79 (12,4)	47,30 (14,6)	
<i>Nivel de estudios</i>				$P = 0,001$
Bajo ^a (%)	28 (8,7)	21 (16,8)	7 (3,5)	
Medio ^b (%)	159 (49,2)	68 (54,4)	91 (45,9)	
Alto ^c (%)	117 (36,2)	25 (20)	92 (46,5)	
No contestaron (%)	19 (5,9)	11 (8,8)	8 (4)	
<i>Nivel de ingresos</i>				$P = 0,008$
Bajo ^d (%)	71 (22)	36 (28,8)	35 (17,7)	
Medio/alto ^e (%)	162 (50,2)	51 (40,8)	111 (56)	
No contestaron (%)	90 (27,9)	38 (30,4)	52 (26,3)	

^a Bajo nivel de estudios: personas que han estudiado como máximo hasta primaria.
^b Medio nivel de estudios: personas que han cursado ESO o bachillerato.
^c Alto nivel de estudios: personas con FP, títulos universitarios y de posgrado.
^d Bajo nivel de ingresos: personas con ingresos inferiores a 1.100 euros mensuales.
^e Medio/alto nivel de ingresos: personas con ingresos superiores a 1.100 euros mensuales.

La mayoría encontraron respuestas a sus dudas sobre salud (92,4%), siendo similar en todos los grupos. Respecto a los cambios en la forma de pensar sobre salud, el 53,5% referían que alguna vez cambió su forma de pensar sobre su salud, siendo este porcentaje variable, desde el 87,5% (grupo de 15 a 24 años) al 36,0% (grupo de 65 a 75 años). El 30% de los usuarios de internet realizó algún cambio de comportamiento (fig. 1).

Los más comunes fueron: hacer más preguntas en consulta (39,4%), cambiar sus hábitos alimentarios (39,4%), hacer más ejercicio (32,3%), y el 30,3% contestaron que seguían las recomendaciones de su médico más que antes. Además, la mayoría de los usuarios de internet comentaron estos cambios de comportamiento de salud con su médico (60,1%). Entre los que no los comentaron, la principal razón fue que no les pareció importante (59,6%). Por último, en este grupo, el 80,8% creen que su médico estaría dispuesto a hablar con ellos sobre la información que encontraron en la red. Se realizaron varias preguntas a todos los encuestados sobre la utilidad de internet como herramienta sanitaria (tabla 3). El 54,5% consideran que es una buena fuente de información médica, siendo más frecuente esta percepción entre los usuarios de internet (62,1%) que entre los que no lo usan (42,4%) ($p = 0,001$). Al 89,2% de los encuestados su médico nunca les había recomendado webs, el 76,2% usarían un sitio web recomendado por su médico y el 74% estarían dispuestos a usar el correo electrónico.

Respecto al grupo de pacientes que declararon no haber usado internet para buscar información sobre salud, la principal razón fue no tener acceso (28%); otras razones fueron: buscar información en otras fuentes (20%), desconfiar de internet (15,2%), no necesitar más información (12%) y no sentirse cómodo buscando en internet (9,6%).

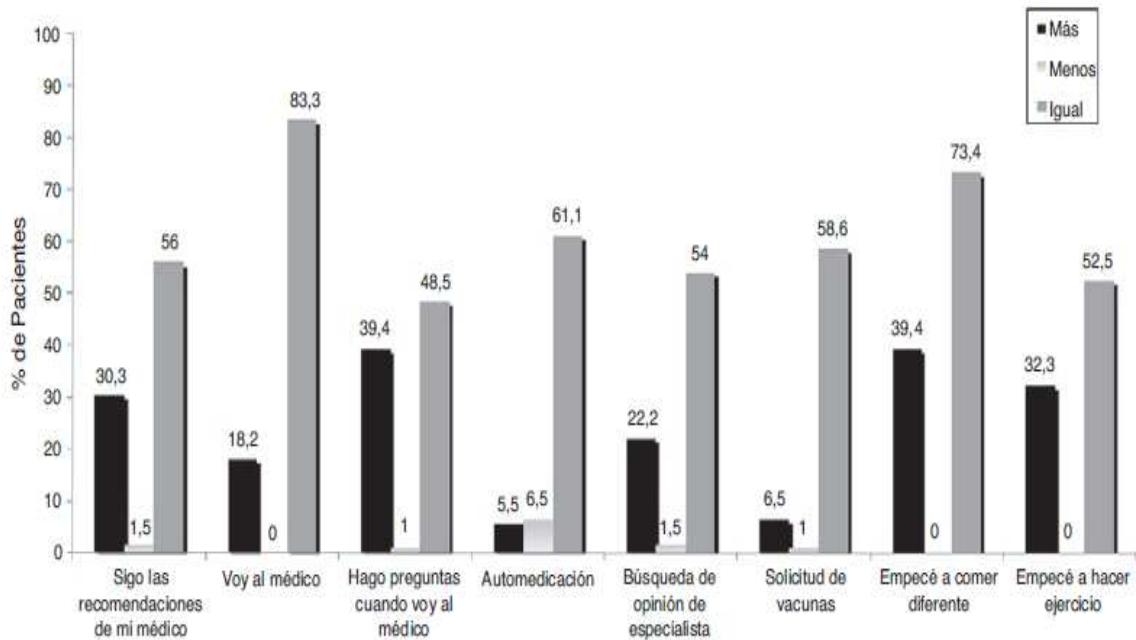


Figura 1. Cambios en el comportamiento entre los pacientes que utilizan internet como fuente de información de salud.

la familia como agente de salud

THE FAMILY WATCH

INSTITUTO INTERNACIONAL DE ESTUDIOS SOBRE LA FAMILIA

Tabla 2 Respuestas de los usuarios de internet por grupo de edad

Pregunta	Grupo de edad					Total, n (%)
	15-24	25-44	45-64	65-75	Desconocida	
Usuarios de internet = 198, n (%)	8 (4)	71 (35,9)	75 (37,9)	25 (12,62)	19 (9,6)	198 (61)
<i>Encontré las respuestas a mis dudas sobre salud</i>						
Sí	3 (37,5)	29 (40,8)	39 (52,0)	9 (36)	8 (42,1)	88 (44,4)
Algunas veces	5 (62,5)	38 (53,5)	32 (42,7)	12 (48)	8 (42,1)	95 (48)
No	0 (0)	3 (4,3)	3 (4)	3 (12)	2 (10,5)	11 (5,6)
No contestó	0 (0)	1 (1,4)	1 (1,3)	1 (4)	1 (5,2)	4 (2)
<i>Cambié mi forma de pensar sobre salud</i>						
Sí	7 (87,5)	41 (57,7)	40 (53,3)	9 (36)	9 (47,4)	106 (53,5)
No	1 (12,5)	30 (42,3)	34 (45,3)	15 (60)	10 (52,6)	90 (45,5)
No contesta	0 (0)	0 (0)	1 (1,3)	1 (4)	0 (0)	2 (1)
<i>Si contestó «sí» a la pregunta anterior, ¿qué es lo que ha cambiado?</i>						
Estoy más interesado	5 (83,3)	22 (100)	20 (100)	5 (100)	3 (100)	55 (98,2)
Estoy menos interesado	1 (16,7)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (1,8)
Me siento más tranquilo	1 (25)	24 (85,7)	17 (89,5)	3 (100)	4 (80)	49 (83,1)
Me siento menos tranquilo	3 (75)	4 (14,3)	2 (10,5)	0 (0)	1 (20)	10 (16,9)
Estoy más confundido	4 (80)	10 (50)	8 (44,4)	1 (20)	3 (100)	26 (51)
Estoy menos confundido	1 (20)	10 (50)	10 (55,6)	4 (80)	0 (0)	25 (49)
<i>Sigo las recomendaciones de mi médico</i>						
Más que antes	3 (42,9)	22 (33,8)	21 (30,9)	6 (30)	8 (57,1)	60 (34,5)
Menos que antes	0 (0)	2 (3,1)	0 (0)	0 (0)	1 (7,1)	3 (1,7)
Igual	4 (57,1)	41 (63,1)	47 (69,1)	14 (70)	5 (36,2)	111 (63,8)
<i>Voy al médico</i>						
Más que antes	1 (16,7)	15 (23,8)	12 (18,8)	3 (15,8)	5 (10,2)	36 (21,8)
Menos que antes	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Igual	5 (83,3)	48 (76,2)	52 (69,3)	16 (84,2)	44 (89,8)	165 (78,2)
<i>Hago preguntas cuando voy al médico</i>						
Más que antes	2 (33,3)	31 (47,7)	29 (38,7)	8 (38,1)	8 (53,3)	78 (44,3)
Menos que antes	0 (0)	2 (3,1)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2 (1)
Igual	4 (66,7)	32 (49,2)	40 (53,3)	13 (61,9)	7 (46,7)	96 (54,5)
<i>Automedicación</i>						
Más que antes	1 (20)	4 (7,1)	3 (5,4)	1 (5,9)	2 (18,2)	11 (7,6)
Menos que antes	0 (0)	5 (8,9)	3 (5,4)	2 (11,8)	3 (27,3)	13 (9)
Igual	4 (80)	47 (83,9)	50 (89,3)	14 (56)	6 (54,5)	121 (83,4)
<i>Empecé a comer diferente</i>						
Sí	4 (66,7)	30 (46,9)	27 (39,7)	10 (55,6)	7 (43,8)	78 (45,3)
No	2 (33,3)	34 (53,1)	41 (60,3)	8 (44,4)	9 (56,2)	94 (54,7)
<i>Empecé a hacer ejercicio</i>						
Sí	2 (25)	21 (33,9)	26 (34,7)	10 (52,6)	5 (33,3)	64 (37,9)
No	4 (66,7)	41 (66,1)	41 (61,2)	8 (42,1)	10 (66,7)	104 (61,5)
<i>Búsqueda de opinión de especialista</i>						
Más que antes	1 (20)	17 (28,8)	16 (26,7)	5 (26,3)	5 (45,4)	44 (28,6)
Menos que antes	0 (0)	0 (0)	2 (3,3)	0 (0)	1 (9,1)	3 (1,9)
Igual	4 (80)	42 (71,2)	42 (70)	14 (73,7)	5 (45,4)	107 (69,5)
<i>Solicitud de vacunas</i>						
Más que antes	0 (0)	3 (6)	4 (7,5)	4 (28,6)	2 (20)	13 (9,9)
Menos que antes	0 (0)	0 (0)	1 (1,9)	0 (0)	1 (10)	2 (1,5)
Igual	4 (100)	47 (94)	48 (90,6)	10 (71,4)	7 (70)	116 (88,5)
<i>Comenté a mi médico los cambios de comportamiento</i>						
Sí	2 (25)	41 (57,7)	46 (61,3)	17 (68)	13 (68,4)	119 (60,1)
No	6 (75)	25 (35,2)	24 (32)	2 (8)	4 (21)	61 (30,8)

Tabla 2 (Continuación)

Pregunta	Grupo de edad					Total, n (%)
	15-24	25-44	45-64	65-75	Desconocida	
No contestó	0 (0)	5 (7)	5 (6,7)	6 (24)	2 (10,5)	18 (9)
<i>Si no comentó los cambios con su médico, ¿por qué no?</i>						
Se me olvidó	1 (16,7)	4 (16)	4 (16,7)	0 (0)	0 (0)	5 (8,7)
No creí que fuera importante	4 (66,7)	16 (64)	12 (50)	1 (50)	1 (25)	34 (59,6)
No creí que estuviera de acuerdo	0 (0)	0 (0)	1 (4,2)	0 (0)	1 (25)	2 (3,5)
No había venido al médico sino hasta ahora	0 (0)	2 (8)	4 (16,7)	0 (0)	0 (0)	6 (10,5)
Me pareció que no hubo tiempo para comentárselo	0 (0)	1 (4)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (1,7)
Otra/no contestó	1 (16,7)	2 (8)	3 (12,5)	1 (50)	2 (50)	9 (15,7)
<i>Creo que mi médico estaría dispuesto a charlar conmigo sobre la información que he encontrado en internet</i>						
Sí	8 (100)	57 (80,3)	66 (88)	18 (72)	11 (58)	160 (80,8)
No	0 (0)	6 (8,5)	7 (9,3)	4 (16)	4 (21)	21 (10,6)
No contestó	0 (0)	8 (11,3)	2 (2,7)	3 (12)	4 (21)	17 (8,6)

Discusión

Nos encontramos que hasta el 61% de los pacientes de atención primaria utilizan internet para buscar información sobre salud, acorde con los datos del INE² en población general. Este porcentaje es más alto que el encontrado en estudios previos de 2005 y 2006 con pacientes en España, y la razón puede ser el incremento progresivo del uso de internet^{5,6}. Solo un estudio con pacientes urológicos muestra un porcentaje menor de uso⁷. Un alto porcentaje de nuestros pacientes tenían un nivel de estudios medio-alto y de ingresos económicos medio-alto, factores que se han relacionado habitualmente con mayor uso de internet, lo cual explicaría también nuestra alta prevalencia^{5-7,12}. No encontramos diferencias significativas según sexo, aspecto que difiere de los hallazgos en otros estudios, en los que las mujeres utilizaban más internet³.

Internet es utilizado de forma amplia por los pacientes para resolver dudas sobre salud con pocas diferencias por edad. Además, ejerce influencia en la forma de pensar sobre su salud y puede producir cambios en el estilo de vida. Esta influencia sí presenta diferencias por edad, y es mayor en los menores de 45 años, que sería el grupo de edad en que internet podría ser un fuerte aliado o enemigo, según la orientación del uso. Pero en los demás grupos etarios también hubo cambios de comportamiento por el uso de internet, sobre todo en la alimentación y el ejercicio.

La principal razón para no usar internet fue la limitación en el acceso, por lo cual creemos que la tendencia para usar internet para buscar información sobre salud seguirá aumentando en la medida que aumente el acceso al mismo. Además, la mayoría de no usuarios de internet estarían dispuestos a usarlo si su médico les recomendara una página web, al igual que el uso del correo electrónico, por lo que lo esperable es que con la llegada de propuestas de comunicación vía internet con los pacientes, estos comiencen a usarlo cada vez más.

Tabla 3 Percepción de la utilidad de internet para información sanitaria. Usuarios y no usuarios de esta herramienta

	Total encuestados n = 323	No usa internet n = 125	Sí usa internet n = 198	p
<i>Lo considero buena fuente de información médica</i>				
Sí	176 (54,5%)	53 (42,4%)	123 (62,12%)	0,001
No	107 (33,1%)	49 (39,2%)	58 (29,3%)	
No contestaron	40 (12,4%)	23 (18,4%)	17 (8,58%)	
<i>Le recomendó su médico alguna página web</i>				
Sí	11 (3,4%)	3 (2,4%)	8 (4%)	0,54
No	288 (89,2%)	109(87,2%)	179 (90,4%)	
No contestaron	24 (7,4%)	13 (10,4%)	11 (5,5%)	
<i>Usaría una web recomendada por su médico</i>				
Sí	246 (76,2%)	81 (64,8%)	165 (83,3%)	0,001
No	50 (15,5%)	29 (23,2%)	21 (10,6%)	
No contestaron	27 (8,4%)	15 (12%)	12 (6%)	
<i>Usaría el correo electrónico para contactar con su médico</i>				
Sí	239 (74%)	75 (60%)	164 (82,8%)	0,001
No	56 (17,3%)	32 (25,6%)	24 (12,1%)	
No contestaron	28 (8,7%)	18 (14,4%)	10 (5%)	

A nuestro juicio, el uso de internet para buscar información sobre salud presenta más ventajas que desventajas en lo que se refiere a la relación médico-paciente. Hasta el 30% de los pacientes que utilizan internet como fuente de información de salud refirieron seguir las recomendaciones de su médico más que antes, por lo que internet actuaría como un refuerzo de los consejos del médico de familia. Un alto porcentaje indicó que hacía más preguntas cuando iba al médico, lo que en principio puede ser positivo, pues significaría contar con un paciente más interesado en su salud y por lo tanto más participativo y autónomo, aunque por otro lado implicaría más tiempo en consulta y algunos profesionales pueden sentirse incómodos con pacientes que requieren más explicaciones. Además, en vez de disminuir la asistencia a la consulta médica, internet parece aumentarla en algún grado (18,4%). Es decir, internet no reemplaza al médico sino que cambia el tipo de relación, lo cual ya ha sido discutido en otras publicaciones sobre este tema ^{3,4}, e incluso podría aumentar la demanda de recursos sanitarios, como vacunas y consultas a especialistas. La mayoría de los pacientes comentaron los cambios de comportamiento hechos con su médico, siendo muy bajo el porcentaje que pensó que tal vez su médico no estuviera de acuerdo. También consideran que su médico de familia estaría dispuesto a hablar y discutir sobre la información encontrada en internet, por lo que el temor que

aducen algunos profesionales sobre que internet puede hacer dudar al paciente sobre nuestras competencias profesionales o autoridad^{4, 8, 11} parece no tener una base firme, por lo menos a la luz de los hallazgos en nuestro estudio.

Existe un contraste entre lo poco que se recomiendan páginas web, quizá por desconocimiento o por no saber incorporarlo en nuestros consejos, y la gran disposición de los pacientes a consultar páginas recomendadas por su médico, tanto entre los usuarios como entre los no usuarios de internet, lo que implica que los profesionales tenemos la posibilidad de influir en nuestros pacientes sobre las páginas de salud que consultan, orientarlos a recursos fiables y así lograr mayor adherencia al tratamiento y/o reforzar mensajes de promoción y prevención^{3, 8}. Igual sucede con el uso del correo electrónico. A pesar de usarse de forma generalizada en nuestro medio¹², y que la inmensa mayoría de pacientes están dispuestos a utilizarlo, su uso es casi nulo en lo que respecta a la comunicación médico-paciente. Haría falta capacitación y plataformas adecuadas para poder utilizarlo de forma eficaz y segura, usando estrategias que soslayen los posibles problemas en cuanto a privacidad y protección de datos personales.

Nuestro estudio presenta como principal limitación la validez externa del mismo, ya que los resultados solo se pueden extrapolar a poblaciones con características sociodemográficas similares a la nuestra. Otra posible limitación es que en algunas preguntas no se contempló la respuesta «no sé».

Creemos que son necesarios estudios que evalúen la eficacia de recomendar sitios adecuados de consulta sobre temas de salud en la web, y que el consultar dichas web puede apoyar el que los pacientes realicen cambios de comportamiento hacia hábitos más saludables, o que aumenten la adherencia al tratamiento, e incluso como herramienta terapéutica, ya que como sugiere este estudio, internet tiene potencial para influir en la forma de pensar y lograr cambios en estilos de vida.

Lo conocido sobre el tema

- El uso de internet para buscar temas de salud en la población general en España es del 53%.

¹¹¹¹ Ahluwalia S, Murray E, Stevenson F, Kerr C, Burns J. 'A heartbeat moment: qualitative study of GP views of patients bringing health information from the internet to a consultation' (Br J Gen Pract., 2010; 60:88-94).

¹² Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI). 'Servicios utilizados por los usuarios de Internet'. (2004-2011, consultado 14 Feb2012). <http://www.ontsi.red.es/ontsi/es/indicador/servicios-utilizados-por-los-usuarios-de-internet-1>

- El uso de internet para buscar información sobre salud se relaciona con menor edad, sexo femenino, mayor nivel de estudios y mayor nivel de ingresos.

Qué aporta este estudio

- El uso de internet para buscar información sobre salud entre los pacientes de un centro de salud es del 61%, llegando hasta el 83,5% en el grupo de 25 a 44 años.
- Internet produce cambios en la forma de pensar y en los comportamientos de salud, principalmente en los menores de 45 años.
- Internet no reemplaza al médico ni mina su autoridad, sino que cambia el tipo de relación, aumentando la participación del paciente.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Agradecimientos

Al Centro de Salud de Bustarviejo y a la Unidad Docente de Atención Familiar y Comunitaria Norte, ubicados en Madrid, por su colaboración para la realización del estudio. A Ricardo Rodríguez Barrientos, por su indispensable apoyo técnico para el diseño y la elaboración de este estudio.