

## Pediatria 2.0



# Doctor Google

**Jesús Martínez Álvarez** es un pediatra muy famoso en España, pero pocos padres pueden ponerle cara o decir cómo se llama. Para muchos es simplemente *El médico de mi hij@*

<http://elmedicodemihijo.wordpress.com>



**Amelia Arce** es más conocida como *Una mamá pediatra*, por el nombre del blog *Diario de una mamá pediatra*, que empezó en 2009 y tiene más de 20.000 visitas a la semana

<http://dra-amalia-arce.blogspot.com.es>

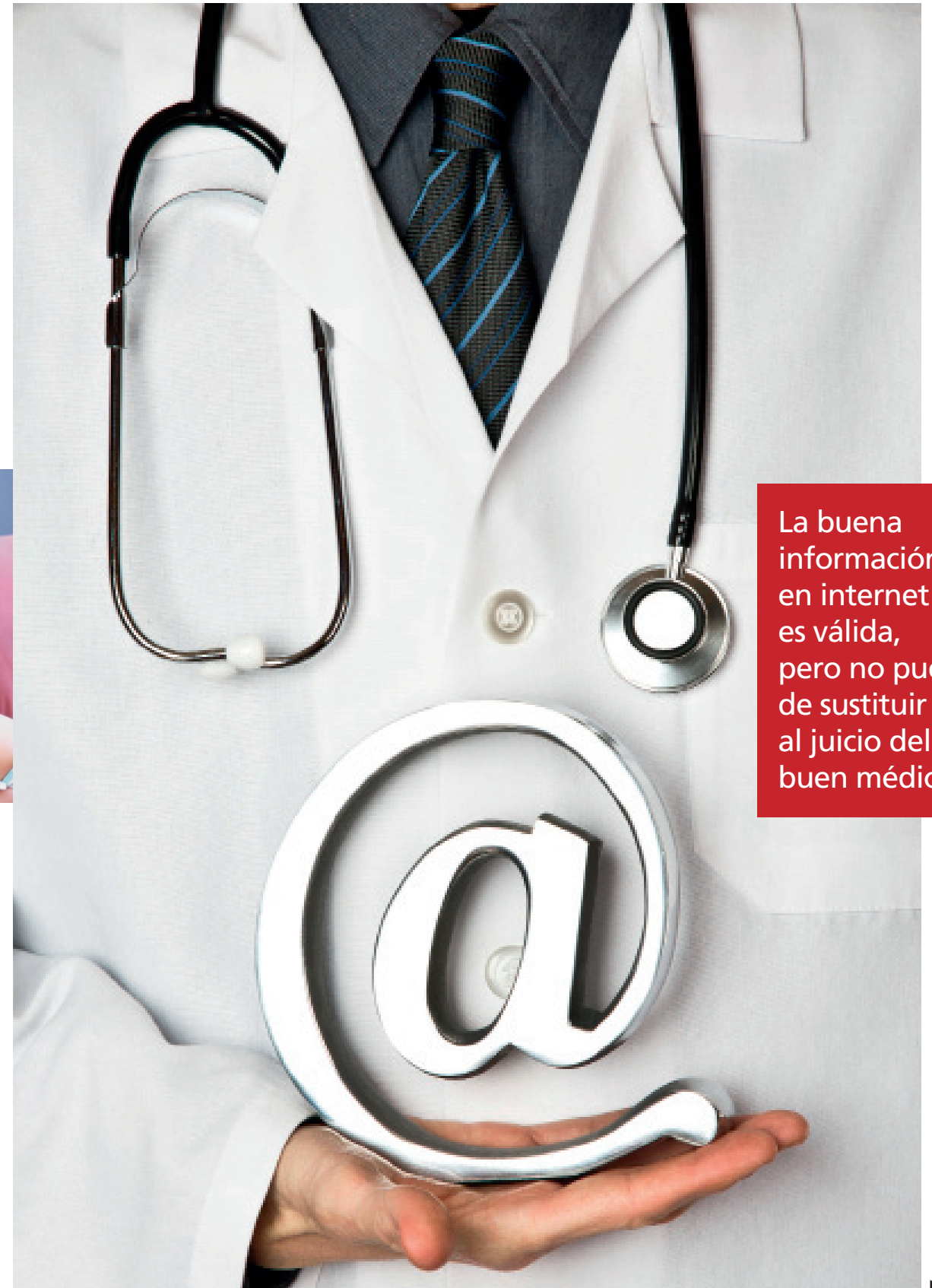
**Javier González de Dios**, pediatra del Hospital General Universitario de Alicante no solo coedita el blog *Pediatria basada en pruebas*, además es uno de los directores de la revista *Evidencias en Pediatría*

<http://www.pediatribasadaenpruebas.com/>

Estos tres pediatras son solo algunos de los médicos de nuestros hijos que, en sus ratos libres y sin recibir un euro, se dedican a poner su grano de arena para que los padres puedan encontrar en internet información veraz y bien explicada. «La pediatría 2.0 funciona por el estímulo y el trabajo personal de algunos *frikis* (del inglés *freak*, estafalario) que hacemos esto sin que nos paguen», resume el Dr. Javier González de Dios.

Desde que se generalizó el uso de internet y los médicos, como otras profesiones, se lanzaron a la web, se empezó a observar un curioso fenómeno: de entre todas las especialidades, los pediatras eran uno de los grupos más activos en redes sociales, blogs y medios digitales.

Lo corrobora el Dr. Jesús Martínez Álvarez, para quien esta tendencia es lógica. «Las mamás es el colectivo más demandante de información en internet y es lo que va a hacer que cada vez seamos más los pediatras involucrados en este medio». La *Mamá pediatra* tiene una percepción distinta y considera que la gente «busca información en internet, pero no lo dice abiertamente; es algo que se hace, pero no en abierto».



La buena información en internet es válida, pero no puede sustituir al juicio del buen médico



## Cómo saber si es un buen médico

La costumbre que tiene ya la mayoría de los pacientes de consultar en internet cualquier síntoma o patología que puedan padecer ellos o sus hijos, ha hecho que se bautice al buscador más popular de la red como Dr. Google. Y este médico, al que se acude sin pedir hora, puede ser muy peligroso, como reconocen los pediatras más metidos en el entorno 2.0.

El Dr. Jesús Martínez Álvarez tiene algunas recetas para evitar efectos adversos de la consulta a Dr. Google. «Lo que hay que hacer es buscar referencias, como, por ejemplo, quién lo firma y si hay una asociación profesional detrás, como la Asociación Española de Pediatría o la Asociación de Pediatría de Atención Primaria, entre otras». Las páginas de revistas que ya gozan de prestigio, como *Ser Padres*, son, para este profesional, otra señal de garantía.

«El problema principal con Dr. Google es que hay mucha información accesible y que se puede dar la circunstancia de que el paciente llegue a la consulta con más información que el propio pediatra, sobre en todo en lo que respecta a enfermedades raras. En ese caso, el especialista ha de saber explicar que las páginas que salen primero en una búsqueda no lo hacen porque sean mejores, sino porque reciben más visitas o “pinchazos”», señala el Dr. Javier González de Dios.

Este pediatra explica que los padres deben de fijarse en los llamados códigos de calidad y de conducta, unos sellos que reciben las webs médicas con información contrastada. Los más importantes son HONcode (de la Fundación Health on the Net, o Salud en la Red), Web Médicas Acreditadas y Web Médicas de Calidad. Si nos fijamos en la franja de la derecha de *El Médico de mi hijo*, veremos que está certificada con uno de ellos, el HONcode. Lo mismo sucede con el resto de blogs mencionados en este reportaje.

El Dr. Ramón Ugarte es un pediatra del Centro de Salud Olaguibel de Vitoria. Muy activo en las redes sociales, actualiza la página de su lugar de trabajo (<http://pediaguibel.wordpress.com/>) todos los días *gratis et amore*, con indicaciones sobre las revisiones del niño sano. El Dr. Ugarte habla de la página y el *twitter* asociado a todos los padres que pasan por su consulta. «Es una información que ayuda a las familias y alivia al personal de enfermería», resume.

### Decálogo de las sociedades científicas para identificar una buena página de internet

Debe incluir información de calidad: fiable (exacta, adecuada al estado actual de la ciencia), actualizada (incluir fecha de revisión) y legible (orientada al usuario) y dimensionada.

El destinatario de cada información debe estar identificado.

Si incluye información para padres o público en general, debe existir una sección específica identificada.

Ha de incluir siempre una sección de advertencias o normas de uso, accesible desde la página principal, y, a ser posible, accesible desde todas las pantallas.

En las advertencias ha de indicar que la información no sustituye al pediatra y que internet no es un medio para resolver problemas particulares de salud.

Tiene que establecer mecanismos de comunicación, dejando claro que no se da respuestas a preguntas de índole personal.

Debe suscribir un código ético o sello de calidad: HONcode (a nivel internacional) o WMC y WMA (a nivel nacional).

Las webs deben ser accesibles a personas con discapacidad.

Se ha de primar la usabilidad de la web, con diseño sencillos y rápidos de cargar.





## Los foros o el nuevo patio de vecinos

Además de buscar información en Google, es frecuente que los padres (sobre todo las madres) acudan a otra herramienta totalmente ligada al 2.0: los foros de internet. Para Jesús Martínez, en los foros es fundamental tener en cuenta quién se identifica. Este pediatra mantiene uno en el Facebook de *El Médico de mi Hij@* (<http://www.facebook.com/groups/1301335900350824>). En la página, explica, hay un apartado donde están identificados los profesionales involucrados en el blog: pediatras, enfermeros, maestros, psicólogos, asesores de lactancia materna (este es, según el experto, uno de los temas más tratados en los foros), fisioterapeutas, estudiantes de medicina o farmacéuticos.

En el foro de *El Médico de mi hij@*, en el que los organizadores te han de aceptar para evitar participaciones malintencionadas, se pueden encontrar conversaciones sobre niños que no consiguen dormir, sacaleches eléctricos o manuales o cómo quitar el pañal. Los padres participantes hablan con total libertad pero los especialistas, el Dr. Martínez o el resto de profesionales, intervienen cuando lo ven necesario.

Para el autor de *El Médico de mi hij@*, la existencia de estos foros es muy lógica. «Hoy hay una demanda especial para este tipo de informaciones, por la soledad en la que viven las madres. Antes estaba la familia, pero ahora se está más separado de los parientes y no hay confianza con los vecinos, en la red se va conectando y esa es nuestra labor», resume.

## Información útil vs. información peligrosa

Todos insisten en la importancia de desconfiar del anonimato, tanto en foros como en blogs, como mecanismo para evitar que se extiendan creencias que pueden hacer mucho daño a la salud de los más pequeños. En este sentido, los expertos mencionan como ejemplo paradigmático de la mala información en internet las noticias sobre el riesgo de las vacunas. «La consulta que más me hacen sobre información vista en internet es la relación entre la vacuna del sarampión y el autismo; es un bulo que se ha extendido muchísimo y que ha causado el renacer del sarampión en España», explica el Dr. Martínez.

«Los movimientos antivacunas no tienen problema en utilizar noticias e imágenes escandalosas en sus informaciones que asocian las inmunizaciones con muchas patologías», afirma el coeditor de *Pediatría basada en pruebas*.

Para este especialista, es muy importante que los pediatras involucrados en el 2.0 transformen la información científica para que la entiendan no solo los profesionales. «Pediatras somos 10.000 y potenciales padres, todos», subraya. «En el siglo XXI todo está en la red, por lo que tenemos que bajar del atril; si no, no podemos quejarnos de que otros difundan información falsa en internet», afirma el Dr. González de Dios.



Fotos: Getty Images, Age

### El Médico de mi hijo

→ <http://elmedicodemihijo.wordpress.com>

El blog del pediatra Jesús Martínez contiene información sobre los problemas más comunes de salud infantil. Los pacientes a los que corresponde este pediatra de un centro de Atención Primaria de Paracuellos del Jarama podrán hacerle consultas por el correo electrónico que figura en la página. Al resto, se le recomienda hacerse miembro del grupo del blog en Facebook.

### Diario de una mamá pediatra

→ <http://dra-amalia-arce.blogspot.com.es>

La Dra. Amalia Arce define su exitoso blog como «el lugar donde se escapa, donde escribe sus experiencias y donde ha encontrado a muchos amigos». En él la Dra. Arce, que es coordinadora de Urgencias del Hospital de Nens de Barcelona, habla de los temas más frecuentes, aderezados con su propia experiencia como madre.

## ¿Sustituirá internet a la consulta del pediatra?

Lo que los expertos tienen claro es que la figura del pediatra seguirá siendo necesaria a pesar del auge de internet, pero más para las cuestiones graves que para las rutinarias. *El Médico de mi hij@* señala que sus pacientes pueden hacerle consultas por internet, pero también lo pueden hacer por teléfono móvil. «Para los temas más frecuentes, no tienen más que mirar mi blog para ver lo que pienso», afirma este pediatra que puso en marcha el blog precisamente por la gran carga asistencial que tenía. «Desde que está en funcionamiento *El Médico de mi hij@*, ha disminuido el número de pacientes; muchos ya no vienen a la consulta porque saben lo que voy a decirles», comenta.

Para el Dr. Jesús Martínez, la buena información en internet es válida, pero no puede sustituir el juicio del buen médico. «En realidad, la consulta por internet es como la consulta por teléfono, depende mucho de que conozcas a tus pacientes; si los conoces, se puede hacer, pero siempre con moderación».

El colectivo de pediatras 2.0 pisa fuerte. Como reconoce la Dra. Amalia Arce, están muy cohesionados. El asunto empieza a hacerse hueco en los congresos médicos de la especialidad y la tendencia es que aumente el número de pediatras con manejo del entorno 2.0.

Por esta razón, saber en qué páginas se puede confiar es la mejor garantía para que internet no solo no ponga en peligro la salud de los niños sino que, incluso, ayude a mejorarla. Con profesionales como los citados en este reportaje está claro que las cosas no pueden ir sino a mejor.

### Pediatría basada en pruebas.

→ <http://www.pediatribasadaenpruebas.com>

Aunque se trata de un blog dirigido a profesionales, los papás con una mínima cultura científica harán bien en consultar esta página, donde se trata todo lo referente a la salud infantojuvenil, con el más absoluto rigor científico.

### Hijos de Eva y Adán.

→ <http://hijosdeevayadan.org>

Este blog, desarrollado por el pediatra Rubén García, es distinto a los anteriores, pero merece la pena visitarlo. En él se habla sobre solidaridad, cooperación y pediatría.

### Pediatría Social.

→ <http://pedsocial.wordpress.com>

Editado por la Sociedad Española de Pediatría Social. Problemas como el abuso de la televisión, el estrés o cómo detectar los indicios de abuso sexual son explicados con claridad por un grupo de pediatras liderados por Xavier Allué, un veterano en edad, pero uno de los más innovadores en el entorno 2.0.

### En familia.

→ <http://enfamilia.aeped.es>

La sección con información para padres de la Asociación Española de Pediatría explica enfermedades comunes. La información se divide por edades, por lo que cada padre podrá buscar lo más adecuado para su pequeño.

### Familia y Salud.

→ <http://www.aepap.org/familia>

Esta página de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria tiene una interesante sección de preguntas más frecuentes y una escuela de padres virtual dividida en cuatro aulas: alimentación, afectividad, enfermedad y desarrollo.