

Medicina Basada en Evidencia

En la década de los 90, la **medicina basada en evidencia** surgió como una forma de mejorar y evaluar la atención proporcionada a los pacientes. Implica combinar la mejor evidencia de investigación con los valores del paciente para tomar decisiones acerca de la atención médica. Analizar todos los estudios médicos y literatura disponibles relacionados con un paciente o un grupo de pacientes ayuda a los médicos a diagnosticar correctamente las enfermedades, a elegir el mejor plan de análisis y a seleccionar los mejores tratamientos y métodos para prevenir enfermedades. Usando técnicas de medicina basadas en evidencia para grupos grandes de pacientes con la misma enfermedad, los médicos pueden desarrollar pautas de práctica para la evaluación y tratamiento de afecciones específicas. Además de mejorar el tratamiento, dichas pautas pueden ayudar a los médicos y a las instituciones a medir su desempeño y a identificar áreas para posterior estudio y mejoría. El ejemplar del 6 de septiembre del 2006 de *JAMA* trata el tema de la educación médica e incluye un artículo acerca de la medicina basada en evidencia.



BÚSQUEDA DE EVIDENCIA EN LA LITERATURA MÉDICA

Las revisiones sistemáticas de la literatura médica, los **ensayos controlados aleatorizados** (la mejor manera de evaluar la eficacia de un tratamiento) y los grandes **estudios prospectivos** (con seguimiento prolongado) son tipos de investigación que se publican en la literatura médica y que pueden ser útiles para proporcionar evidencia sobre las pruebas y tratamientos. Los reportes de las experiencias de pacientes individuales o grupos pequeños de pacientes proporcionan evidencia menos confiable, aunque pueden ofrecer importantes pistas acerca de los posibles efectos adversos de los tratamientos.

USO DE MEDICINA BASADA EN EVIDENCIA

Las pautas de práctica desarrolladas usando medicina basada en evidencia han ayudado a reducir la **mortalidad** (posibilidad de morir) de los ataques cardiacos. Las pautas de la medicina basada en evidencia también han mejorado la atención para las personas con diabetes y otros problemas médicos comunes. La medicina basada en evidencia no reemplaza el criterio de los médicos basado en la experiencia clínica. Cualquier recomendación tomada de la medicina basada en evidencia debe ser aplicada por un médico a la situación específica de cada paciente. En ocasiones no existe evidencia de investigación confiable para guiar la toma de decisiones y algunas afecciones son tan poco comunes que no es posible hacer estudios grandes.

PARA MEJORAR SU SALUD

- Muchas pautas de medicina basada en evidencia están disponibles para el público. Usted puede usar dichas pautas para mejorar su salud y para tomar buenas decisiones sobre su atención médica.
- Juntos, usted y su médico pueden hacer la mejor evaluación y los mejores planes de tratamiento basados en la evidencia médica disponible.
- Entender por qué su doctor recomienda ciertas pruebas o tratamientos de acuerdo a la evidencia de la literatura médica le ayudará a tomar buenas decisiones de atención médica y estilo de vida.

PARA MÁS INFORMACIÓN

- Institutos Nacionales de la Salud
www.nih.gov
- La Colaboración Cochrane
www.cochrane.org
- Centro para Medicina Basada en Evidencia
www.cebm.net

INFÓRMESE

Para encontrar ésta y otras Páginas de JAMA para Pacientes publicadas anteriormente, visite el enlace de Páginas para Pacientes en el sitio web de *JAMA*: www.jama.com. Muchas páginas están disponibles en inglés y en español. Una Página para Pacientes sobre ensayos controlados aleatorizados se publicó el 21 de junio de 2006; una sobre revistas médicas se publicó el 19 de abril de 2006; una sobre investigación médica se publicó el 13 de septiembre de 2000, y otra sobre el apoyo a la investigación médica se publicó en el ejemplar del 21 de septiembre de 2005.

Fuentes: Institutos Nacionales de Salud, La Colaboración Cochrane, Centro para Medicina Basada en Evidencia, Asociación Americana del Corazón, Asociación Americana de la Diabetes

Redacción: Janet M. Torpy, MD

Ilustración: Cassio Lynn, MA

Edición: Richard M. Glass, MD

La Página de JAMA para Pacientes es un servicio público de la revista *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no sustituyen un diagnóstico médico. Para información más específica relacionada con su situación personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de la medicina pueden fotocopiar esta página sin fines comerciales para compartirla con sus pacientes. Para adquirir reimpresiones por volumen, llame al 203/259-8724.

JAMA
LA REVISTA DE LA AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION
**CÓPIELA PARA
SUS PACIENTES**