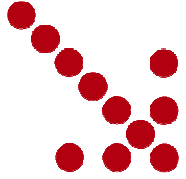


Acceso a Internet como fuente de información en salud.

Cómo acceder a fuentes de información fiables en la red

Uxía Gutiérrez Couto y Carlos González Guitián
Diciembre de 2011



Evaluación de la información de salud en Internet

- Basado en el tutorial original de la
- *National Library of Medicine*

Evaluación de la información de salud en Internet

- Utilizar Internet para buscar información de salud es como ir en busca del tesoro
- Podemos encontrar verdaderas joyas, pero también podríamos terminar en lugares extraños y peligrosos

Evaluación de la información de salud en Internet

- Entonces, ¿cómo podemos saber si un sitio Web es fiable?
- Hay unos cuantos pasos que se pueden seguir de forma rápida, para evaluar un sitio Web
- Vamos a considerar unas pistas a tener en cuenta para comprobar páginas Web sanitarias

Evaluación de la información de salud en Internet

- Cuando visitemos una página Web sanitaria, deberemos hacernos las siguientes preguntas:
 - ¿Quién administra el portal?
 - ¿Por qué han creado el sitio?
 - ¿Qué quieren de nosotros?
 - ¿Quién financia el portal? ¿La información de la página favorece al patrocinador?

Evaluación de la información de salud en Internet

- ¿Está la información revisada por expertos?
- ¿De dónde proviene la información?
- ¿Se hacen en el portal afirmaciones increíbles?
- ¿Está el portal actualizado?
- ¿Quieren nuestros datos e información personal?
¿Qué van a hacer con ella?

Evaluación de la información de salud en Internet

- La respuesta a cada una de estas preguntas nos dará las claves sobre la calidad de la información de la página
- Podremos encontrar normalmente las respuestas en la página principal o en el enlace “About us” “Acerca de nosotros” del sitio Web
- Los mapas de los sitios, también pueden resultar útiles para localizar esta información

Evaluación de la información de salud en Internet

- Supongamos que el médico acaba de decirnos que tenemos el colesterol alto
- Queremos aprender algo más sobre este tema antes de la próxima cita con el médico y decidimos empezar por Internet

Supongamos que encontramos estas dos páginas en Internet

FisterraSalud

Inicio

[Sobre FisterraSalud](#) • [FAQs](#)

FSalud portal

Google® - G. Books

MSN - Yahoo! - Más...

Correo web

Los más utilizados

- MEDLINEplus [NLM]
- Cancer [NCI]
- Family Doctor [AAFP]

Embarazo y lactancia

- SITE - Info. telefónica
- Drugs [Perinatology]
- Medicamentos y Lactancia

Pediatría

- AEPap-áreaPadres
- KidsHealth [NF]
- Vacunas.org [AEV]

Bienvenido a FisterraSalud que ofrece documentos con información para pacientes y familiares elaborados por profesionales de la salud basándose en fuentes fiables.

- Información y consejos sobre problemas de salud
- Dietas
- Procedimientos diagnósticos y terapéuticos
- Información sobre Vacunas
- Enlaces a otros sitios

Novedades

Actualizada el 24/11/2011

- Dietas [Dietas]
- Información y consejos [Información y consejos]
- Procedimientos [Procedimientos]

Acceso Rápido

fisterra.com
Para profesionales

Buscar en MEDLINEplus

Cualquiera puede crear una página Web, pero nosotros queremos una fuente de confianza.

En primer lugar, debemos encontrar quién dirige el sitio

Institute for a Healthier Heart
"Helping families live healthier lives since 1995"

Blood Pressure
Cholesterol
Heart Disease
Children & Heart Health
Healthy Living
Shop

Latest Heart News
[Treating Sleep Apnea Reduces Heart Disease Deaths](#)
[Low-Level Jobs Linked with Faster, Less Variable Heart Rates - and Higher Heart Risk](#)
[Social Connections: Could Heartwarming Be Heart-Saving?](#)
[Enlarged Waist + Elevated Triglycerides = Heart, Stroke Risks for Women](#)

Learn how a [revolutionary new drug](#) can help your heart!

Join the Institute Now!
Name:
Email:
Zip Code:

fisterra.com
Atención Primaria en la Red

europa hydration institute

Información y consejos | Dietas | Procedimientos | Vacunas | Enlaces

Profesionales | Pacientes

FisterraSalud

Inicio

[Sobre FisterraSalud](#) | [FAQs](#)

FSalud portal

Google™ + G. Books

MSN - Yahoo! - Más...

Correo web

Los más utilizados

- MEDLINEplus [NLM]
- Cancer [NCI]
- Family Doctor [AAFP]

Embarazo y lactancia

- SITE - Info, telefónica
- Drugs [Perinatology]
- Medicamentos y Lactancia

Pediatría

- AEPap-áreaPadres
- KidsHealth [NF]
- Vacunas.org [AEVI]

Bienvenido a FisterraSalud que ofrece documentos con información para pacientes y familiares elaborados por profesionales de la salud basándose en fuentes fiables.

Información y consejos sobre problemas de salud

Dietas

Procedimientos diagnósticos y terapéuticos

Información sobre Vacunas

Enlaces a otros sitios

Novedades

Actualizada el 24/11/2011

- Dietas [Dietas]
- Información y consejos [Información y consejos]
- Procedimientos [Procedimientos]

Acceso Rápido

fisterra.com
Para profesionales

Buscar en MEDLINEplus

egas.es

FisterraSalud

Inicio

Sobre FisterraSalud | FAQs

FSalud portal

Google™ + G. Books

MSN - Yahoo! - Más...

Correo web

Los más utilizados

MEDLINEplus [NLM]

Cancer [NCI]

Family Doctor [AAFP]

Embarazo y lactancia

SITE - Info, telefónica

Drugs [Perinatology]

Medicamentos y Lactancia

Pediatría

AEPap-áreaPadres

KidsHealth [NF]

Vacunas nm [AFVI]

Bienvenido a FisterraSalud que ofrece documentos con información para pacientes y familiares elaborados por profesionales de la salud basándose en fuentes fiables.



Información y consejos sobre problemas de salud



Dietas



Procedimientos diagnósticos y terapéuticos



Información sobre Vacunas



Enlaces a otros sitios

Novedades

Actualizada el 24/11/2011

Dietas

[Dietas]

Información y consejos

[Información y consejos]

Procedimientos

[Procedimientos]

Acceso Rápido

fisterra.com
Para
profesionales

Buscar en MEDLINEplus

Esta, es de Fisterra,
Atención Primaria en
la red .

Pero no podemos
fiarnos sólo por el
nombre.

Necesitamos más
pistas sobre quién
creó el portal y por
qué

FisterraSalud

Inicio

FSalud portal

Google™ → G. Books

→ MSN - Yahoo! - Más...

→ Correo web

Los más utilizados

- MEDLINEplus [NLM]
- Cancer [NCI]
- Family Doctor [AAFP]

Embarazo y lactancia

- SITE - Info. telefónica
- Drugs [Perinatology]
- Medicamentos y Lactancia

Pediatría

- AEPap-áreaPadres
- KidsHealth [NF]

Bienvenido a FisteraSalud que ofrece documentos con información para pacientes y familiares elaborados por profesionales de la salud basándose en fuentes fiables.



Información y consejos sobre problemas de salud



Dietas



Procedimientos diagnósticos y terapéuticos



Información sobre Vacunas



Enlaces a otros sitios

Sobre FisteraSalud | FAQs

Novedades

Actualizada el 24/11/2011

- Dietas [Dietas]
- Información y consejos [Información y consejos]
- Procedimientos [Procedimientos]

Acceso Rápido

fisterra.com
Para profesionales

→ Buscar en MEDLINEplus

Aquí están los enlaces "Acerca de..." que nos deberían informar sobre quién ha creado el portal y por qué

Ocio

- Ocio - Prensa - Taquillas
- Cooperas - ONGs

Más...

- Farmacias de Guardia
- Asociaciones de pacientes

- Diccionarios-Enciclop.
- Hospitales - C. de Salud
- Instituciones
- Sociedades científicas
- Enfermedades raras
- Viajes Internacionales

FisteraSalud

- FisteraSalud: página inicio
- Añadir a Favoritos
- Depósito Legal C-2783-02

Aviso: Toda la información incluida en FisteraSalud tiene propósitos educativos. Su contenido no debe usarse para diagnosticar o tratar problema alguno. Si tiene o sospecha la existencia de un problema de salud, consulte a su médico.

WEB
medica
editada

Nosotros subscribimos los
Principales del código HONcode
Comunicación Salud

www.medicinas
PROYECTOS
de salud

Conexión segura

Acerca de FisterraSalud

- [Somos](#)
- [Asesores y Colaboradores](#)
- [Estadísticas](#)
- [Premios y reconocimientos](#)
- [Preguntas más frecuentes](#)

Más...

- [FisterraSalud: página inicio](#)
- [Añadir a Favoritos](#)

Contactar

- [Contacto](#)

Depósito Legal C-2783-02

Historia (Página actualizada el 18/04/2011)

Fisterra nació por iniciativa de un grupo de profesionales relacionados con la Atención Primaria interesados en compartir información y recursos *prácticos* que ayuden en la asistencia a los pacientes en la consulta.

Creamos **Fisterra para nosotros, profesionales de la Salud**. Construimos una página de inicio para ir libre y fácilmente a los sitios de mayor interés y calidad. Poco a poco **Fisterra** se ha convertido en un lugar de encuentro para los profesionales que buscan información práctica para sus consultas y para los que quieren compartir y mejorar la que tienen. Hoy es un sitio con gran cantidad de contenidos propios, de alta calidad y utilidad.

El crecimiento en el volumen de información dirigida a pacientes y la progresiva entrada de pacientes en el sitio ha llevado a la necesidad de independizar la navegación de profesionales y pacientes.

Así nacen:

- [Fisterra](#), para profesionales, de acceso gratuito.
- [FisterraSalud](#), con documentos para mostrar o imprimir a los pacientes: dietas, Sección con navegación independiente con información para pacientes y familias. De acceso gratuito.
- [Fisterra.e](#), la elección lógica para profesionales que precisan un recurso completo:
 - Una mayor base de conocimientos clínicos con documentos actualizados.
 - Guía farmacoterapéutica.
 - Más imágenes.
 - CalcuMed+ online.
 - CalcuVac online.

El portal sanitario [Fisterra.com](#) es ahora miembro de Elsevier España. [Fisterra.com](#) se genera y revisa los contenidos, dotará a la herramienta de nuevos fondos de contenidos para los clientes profesionales de Elsevier.

▲ **Filosofía**

Los profesionales de Atención Primaria compartimos problemas clínicos en la atención a nuestros pacientes en la consulta diaria. Individualmente buscamos y encontramos la solución a algunos de ellos mediante breves Guías Clínicas -que no tienen otra pretensión más que resolver dudas que surgen en la consulta- y que son muy útiles en la toma rápida de decisiones clínicas.

Los autores y colaboradores de **Fisterra** ponen a tu disposición algunas de las soluciones utilizadas en su Centro de trabajo: [Guías Breves de Práctica Clínica](#), recursos de [Ayuda para la consulta](#), [Información para pacientes](#), una [Calculadora Clínica](#) que resuelve cálculos matemáticos de la consulta... **Fisterra** te ayuda también a encontrar (con sus [directorios ordenados de recursos](#)) y utilizar ([Guías de uso en español de Medline, MBE...](#)) la información que buscas en Internet. Por último una sección que nos acerca a [El lado Humano de la Medicina](#).

Puedes colaborar en **Fisterra** enviando tus trabajos a la sección correspondiente y usar en tu consulta lo que otros colegas ya han elaborado.

Fisterra suscribe los principios del Código de Conducta [HONcode principles](#) de la [Health On the Net Foundation](#) para sitios de contenido sanitario.

Los profesionales de la salud que fundaron **Fisterra** son:

- González Guitián, Carlos. Bibliotecario. Doctor en Geografía e Historia.
- Serrano Peña, Joaquín J. Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria.
- Leiro González, Arturo. Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria.

Desde aquí nos enteramos de que son un grupo de profesionales de la Atención Primaria interesados en compartir información y recursos prácticos que ayuden en la asistencia a los pacientes

Sobre FisterraSalud

→ [Somos](#)

→ [Asesores y Colaboradores](#)

→ [Estadísticas](#)

→ [Premios y reconocimientos](#)

→ [Preguntas más frecuentes](#)

Más...

→ [FisterraSalud: página inicio](#)

→ [Añadir a Favoritos](#)

Contactar

→ [Contacto](#)

Depósito Legal C-2783-02

- **Farjas Abadía, M^a Pilar**
Especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública.
- **Amigo Quintana, Manuel**
Médico. Dirección Xeral de Saúde Pública. Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia.
- **El grupo 'Comunicación e Saúde'**
da Asociación Galega de Medicina Familiar e Comunitaria (AGAMFEC).
- **Yáñez Rodríguez, José M.**
Arquitecto técnico. Ilustrador. Profesor de dibujo arquitectónico en la Universidad de A Coruña. Jefe de Sección del Servicio de Arquitectura de la Diputación de A

El sitio está dirigido por profesionales de la salud, que incluso están especializados en medicina de familia

- **Alberdi Sudepe, Jesús**
Psiquiatra. Servicio de Psiquiatría. Complejo Hospitalario Juan Canalejo. A Coruña (España)
- **Aldámiz-Echevarría Iraurgi, M^a Begoña**
Médico de Familia. Hospitalización a Domicilio. Complejo Hospitalario Juan Canalejo, A Coruña (España)
- **Alonso Gómez, Francisco**
Médico de Familia. Centro de Salud de Almagro. Ciudad Real (España)
- **Álvarez Castro, Paula**
Endocrinóloga. Servicio de Endocrinología Hospital Juan Canalejo de A Coruña (España)
- **Álvarez Vicente, Juan Carlos**
Médico de Familia. Centro de Salud de Culleredo. A Coruña (España)
- **Alvear Téllez, Gonzálo**
Médico Residente de Neumología de Adultos. Clínica de Enfermedades respiratorias Miguel Servet. Universidad de Santiago de Chile (Chile)
- **Bamonde Rodríguez, Luis**
Pediatra de Atención Primaria. Centro de Salud de O Grove. Pontevedra (España)
- **Bautista Casasnovas, Adolfo**
Cirujano Infantil. Hospital Xeral de Galicia. Santiago de Compostela, A Coruña (España)
- **Bonacho Paniagua, Isolina**
Ginecóloga. Centro de Orientación Familiar Municipal - SERGAS. A Coruña (España)
- **Botella Dorta, Carolina**
Médico de Familia. C.S. La Laguna Mercedes. Servicio Canario de la Salud.
- **López Castromán, Paula**
Médico de Familia. Centro de Salud de Cambre, A Coruña (España)
- **López Montes, Marcos**
Médico de Familia. A Coruña (España)
- **López Rodríguez, Isidro**
Médico de Familia. Centro de Salud de Begonte. Lugo (España)
- **Louro Castro, Joaquina**
Médico de Familia. Centro de Salud de Cambre. A Coruña (España)
- **Malo García, Fernando**
Médico de Familia. Pontevedra (España)
- **Martínez Lapiedra, Carmen**
Médico Residente del Servicio de Medicina Digestiva. Hospital Arnau de Vilanova. Valencia (España)
- **Martínez Matías, María Rosario**
Médico de Familia. Centro de Salud Sta. M^a de Benquerencia. Toledo (España)
- **Méndez Naya, Bernardino**
Médico de Familia. Centro de Salud de Cambre. A Coruña (España)
- **Merino de Dios, Antonio**
Médico de Familia. Centro de Salud Vigo-Centro. Vigo, Pontevedra (España)
- **Migueléiz Díaz, Rosa María**
Pediatra. Centro de Salud de Cambre. A Coruña (España)
- **Mouriza Díaz, Guillermo**

Esto es importante si quieres recibir información de expertos en el tema

Contacto

Este sitio contiene información dirigida a profesionales sanitarios elaborada por médicos y farmacéuticos. Es propiedad de **Casitérides SL**, empresa responsable de la gestión de los contenidos y actividades relacionadas.

Si desea contactar con nosotros utilice este formulario:

Formulario de contacto

Envíenos sus comentarios o preguntas, le responderemos lo antes posible

Comentarios:-

Nombre:-

E-mail:-



Introduzca los caracteres que se muestran en el recuadro superior:

* Campos obligatorios

Enviar ▶

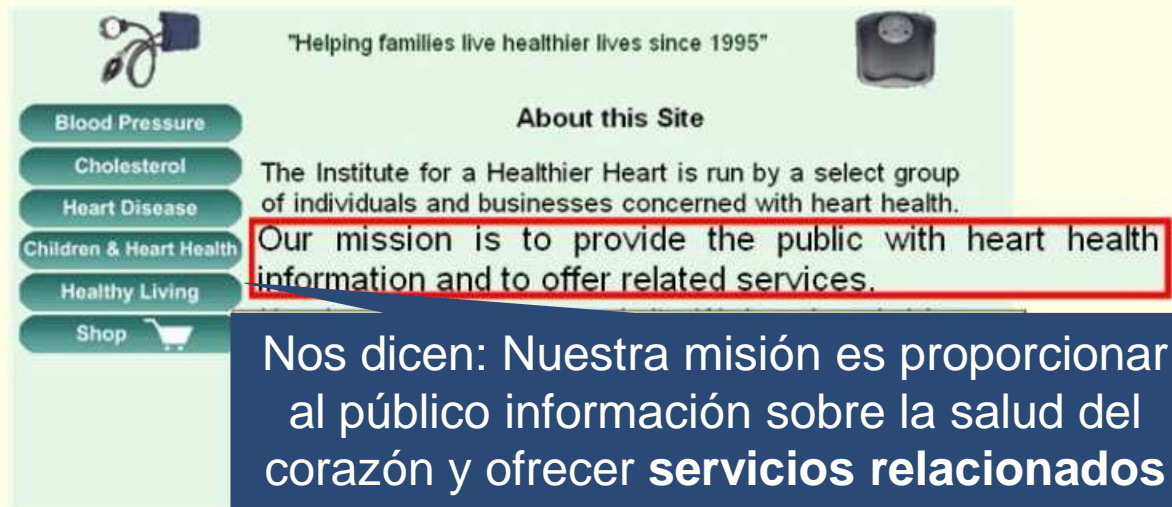


A continuación, comprobaremos si hay alguna forma de contactar con la organización que dirige el sitio Web. Lo ideal es que exista un correo-e, una dirección postal y un número de teléfono

Veamos lo que no sería fiable....

- Imaginemos una página a cargo de un “Instituto para la salud cardiovascular”, que aparece como responsable
- En el enlace “acerca de” o “sobre nosotros” explica que está dirigido por un grupo de individuos y empresas relacionadas con la salud cardiovascular”

¿Quiénes son esos individuos? ¿Cuáles son esas empresas?
A veces, la información que falta, ¡ puede ser una pista importante
para desconfiar ¡



"Helping families live healthier lives since 1995"

About this Site

The Institute for a Healthier Heart is run by a select group of individuals and businesses concerned with heart health.

Our mission is to provide the public with heart health information and to offer related services.

Nos dicen: Nuestra misión es proporcionar al público información sobre la salud del corazón y ofrecer **servicios relacionados**

¿Son estos servicios gratuitos? ¿El propósito oculto podría ser vendernos algo ?

"Helping families live healthier lives since 1995"

About this Site

The Institute for a Healthier Heart is run by a select group of individuals and businesses concerned with heart health. Our mission is to provide the public with heart health information and to offer related services.

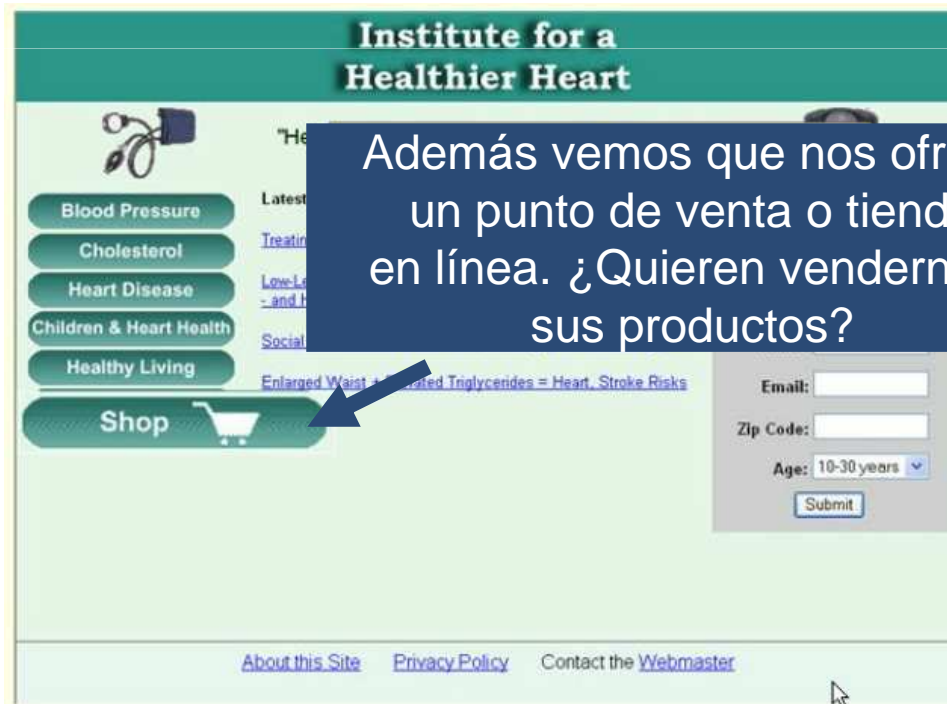
Your heart health is our top priority. We have been helping families live healthier lives since 1995, thanks in part to the support of HeartDrugz, a company that produces high-quality vitamins and medications. You can help with the...

Si seguimos leyendo, veremos que nos dice que les financia una compañía que fabrica vitaminas y medicinas

El sitio Web podría favorecer a esa compañía y a sus productos

Veamos lo que no sería fiable....

- Seguiremos desconfiando si la única forma de contacto es una dirección de correo-e del Webmaster (la empresa que ha creado la página Web).



¿Podemos sospechar que su propósito principal es vendernos sus vitaminas y no sólo ofrecernos información? Ellos no son claros, tendremos que investigar

Institute for a Healthier Heart

"Helping families live healthier lives since 1995"

Blood Pressure
Cholesterol
Heart Disease
Children & Heart Health
Healthy Living

Shopping Cart

Checkout

HeartDrugz vitamins can help keep you strong and prevent disease.

Buy Now \$35.00

Esto nos sugiere que pueden tener preferencia por vender los productos de la empresa que los financia

PÁGINA DE INICIO | INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA | BENEFICIOS | TESTIMONIOS | PREGUNTAS MÁS FRECUENTES | CONTACTO | PIDA AHORA

Máximo respaldo para la presión arterial

- ✓ Ayuda a bajar la presión arterial
- ✓ Mejora la circulación de la sangre
- ✓ Ayuda a reducir la grasa y el colesterol
- ✓ Estimula la salud cardiovascular en general

Haga clic aquí. Oferta especial via Web

GARANTÍA

¡Fórmula 100% natural!

MÁS TESTIMONIOS | PIDA AHORA

La ciencia apoya la fórmula de Levodyn

Todo lo que necesita saber acerca de la presión arterial

¡Nuestros clientes cuentan todo!

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN

MÁS

LEVODYN™

Página de inicio | Preguntas más frecuentes | Beneficios | Testimonios | Garantía del 100% | Contacto | Pida ahora | Quiénes somos

Política de privacidad | Mapa del sitio

¡Cuidado con la publicidad que no lo especifica !!!

Información para pacientes sobre la fibromialgia

¿Qué es la fibromialgia?

La fibromialgia es una enfermedad crónica, generalizada y que se caracteriza por dolor de larga duración en los músculos y en las articulaciones de todo el cuerpo. Puede ser especialmente intenso en algunos puntos: zona occipital y cervical, en la parte alta y baja de la espalda, rodillas, codos y glúteos. La intensidad del dolor varía de día en día, y puede cambiar de lugar, pudiendo llegar a ser más severo en aquellas partes del cuerpo que se usan más (cuello, hombros, cadera y pies). En algunas personas, el dolor interfiere con las tareas diarias y cotidianas, mientras que en otras, sólo les ocasiona un malestar leve.

Son muy frecuentes los trastornos del sueño, el cansancio, la rigidez y sensación de hinchazón y entumecimiento de las articulaciones, alteraciones intestinales con estreñimiento seguido de descargas diarreicas, sequedad de boca, acidez de estómago o exceso de gases.

Como en el caso del dolor también varían en intensidad de un día a otro el cansancio y la sensación de hinchazón o entumecimiento de las articulaciones, presentándose especialmente al levantarse o después de estar sin moverse, con gran sensibilidad al frío o al calor, especialmente en las manos y pies. Algunas personas sienten dolor en el pecho, palpitaciones o sensación de falta de aire o dificultad para respirar.

Otros pacientes con fibromialgia presentan el trastorno conocido como el "síndrome de las piernas inquietas", que se caracteriza por una necesidad imperiosa de mover las piernas, sobre todo cuando se está descansando o en reposo, ocasionando a veces movimientos periódicos de las extremidades durante el sueño.

Con frecuencia los enfermos padecen dolor de cabeza y de la articulación temporomaxilar, vértigo o sensación de mareo, e hipersensibilidad a la luz o a los ruidos. Algunas pacientes presentan dolor menstrual y al mantener relaciones sexuales.

En otros pacientes aparece dolor en la zona vesical (bajo vientre) y al orinar, con sensación de necesidad de orinar con mucha frecuencia.

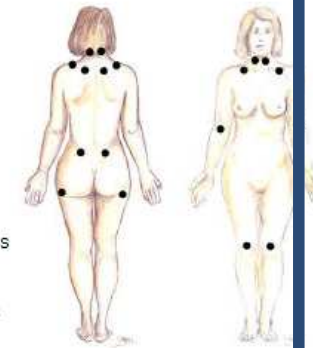
La ansiedad y la depresión pueden empeorar con la falta de sueño y la tensión, y a la inversa, los síntomas dolorosos se agravan por el cansancio y la depresión.

Es una enfermedad frecuente que padece hasta el 5% de la población, siendo más común en las mujeres que en los hombres adultos, aunque puede aparecer en niños

Se desconoce la causa de esta enfermedad, su evolución es benigna, sin riesgo para la vida y sin provocar invalidez o lesiones definitivas.

¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico es fundamentalmente clínico. Los resultados de radiografías, análisis de sangre y biopsias musculares son normales. Por lo tanto, el diagnóstico se basa en el examen clínico de los síntomas del paciente realizado por un médico. No hay ninguna prueba diagnóstica específica, pero sin embargo, es importante realizar algunas pruebas analíticas para descartar otras enfermedades, como por ejemplo las enfermedades reumáticas, la artritis o la osteoporosis que tienen síntomas similares y requieren otros tratamientos.



Puntos dolorosos a la exploración

Publicidad

Anuncios Google

¿Qué es esto?

Anuncios Google

Tu Test de Intolerancia

a200 en LABCO. Líder con cobertura Nacional. No te la juegues. +Info LABCOsalud.es/Intol...

Médicos en línea Ahora

5 Médicos están Online Ahora. Pregunte y obtenga su respuesta ya! Medicina_JustAnswer...

Magnetoterapia en casa

Los mejores programas para reducir el dolor. Asesoramiento personal www.efisioterapia.net

Fibromialgia

Solucione el Dolor de Fibromialgia. La Magnetoterapia Funciona. SaludCalidaddeVida...

Deberemos de buscar si hay anuncios y publicidad en las páginas Web sobre salud. Si los hay, han de estar claramente etiquetados como "Anuncios" o "Publicidad", para evitar que los confundamos con información sobre la salud

El siguiente paso... saber si la información es de calidad

- Miraremos de dónde procede la información o quién la ha escrito y redactado
- Frases como : “política editorial”, “selección de políticas” o “proceso de revisión” pueden ayudarnos

Selección de los enlaces: ¿Cómo escoge NOAH sus materiales?

NOAH aspira proporcionar información de alta calidad sobre la salud para los consumidores en inglés y español al público. El equipo voluntario de NOAH no escribe esta información. Las bibliotecarias médicas de las bibliotecas académicas, especiales, hospitales y públicas de Nueva York y fuera trabajan como Redactoras de Páginas. Redactoras de Páginas encuentran, organizan y ponen en orden la información sobre la salud para consumidores en texto completo que es actual, pertinente, correcto y imparcial. Los criterios para escoger los enlaces para las páginas de NOAH son los siguientes:

- Las páginas "Temas de Salud" reflejan y responden a las necesidades e intereses de la comunidad de NOAH. NOAH intenta de proveer información sobre todos los temas en inglés y español.
- El Comité de Contenido de NOAH es responsable para examinar todas las sugerencias para temas y características nuevos.
- NOAH hace enlaces a la información en texto completo que viene de recursos del Red que son de buena reputación y autoritativos.
- Los nombres de los autores o las afiliaciones institucionales están presentados claramente. También, se provee la información para ponerse en contacto con los proveedores.
- Los enlaces son seleccionadas para proveer información equilibrada y imparcial sobre un tema. NOAH no apoya o representa ningún empresa comercial. Por esto, los enlaces que contienen anuncios están escogidos solamente para su contenido.
- La información en las páginas unidas a NOAH es actual y incluye la fecha de la última revisión.
- El contenido es escrito para los consumidores y es fácil de navegar.
- Las listas de los enlaces para mas información contienen información sobre la última revisión.

¿Cómo escoge NOAH sus materiales?

Breve historia...

En 1994, cuatro organizaciones bibliotecarias de Nueva York se asociaron para establecer un único sitio cibernético común que proporcionara a los usuarios un espacio en la Red Mundial (laWeb) donde pudiesen encontrar información fiable sobre la salud del consumidor. Estas organizaciones, la City University of New York Office of Library Services (CUNY); el Metropolitan New York Library Council (METRO), la New

<http://www.noah-health.org/es/about/index.php#seleccion>



Política de publicidad

Este sitio web ni dispone ni recibe financiación de publicidad.

Política editorial

forumclínic publica material de información sanitaria dirigido a pacientes utilizando la mejor evidencia científica disponible, la experiencia de los profesionales y la perspectiva de los pacientes. El material, que no está sesgado por intereses comerciales, desea aportar toda la información necesaria para que los pacientes puedan adoptar decisiones sobre los problemas de salud que les afectan. De forma progresiva abordará todas las patologías relevantes, empezando por aquellas entidades más prevalentes y de mayor impacto social. Recoge también noticias sanitarias sobre aquellos avances científicos que a corto plazo puedan suponer una mejora en la atención clínica a los pacientes.

Equipo editorial y técnico

Directora de proyecto: I.Grau

Editor: J.Gené

Editora adjunta: M.Cañas

http://www.forumclinic.org/sobre_forumclinic

Comité científico y dirección

- Josep María Piqué: Director General del Hospital Clínic de Barcelona (Presidencia)
- Ramon Gomís: Director de investigación y de la FCRB
- Miquel Brugada: Director Médico del Hospital Clínic
- Adela Zabalegui: Directora de Enfermería del Hospital Clínic de Barcelona
- Laura Sebastián: Gerente CAPSE Gesclínic (Atención Primaria)
- Joan Bigorra: Director de Innovación Hospital Clínic
- Francesca Pons: Director de Docencia Hospital Clínic
- Jordi Vilardell: Director del Área de Comunicación y RSC
- Imma Grau: Directora de forumclínic. Hospital Clínic

Comité científico y asesoramiento

M.Bernardo

C.Castell

M.Castells

C.Codina

M.Vidal

A. Delgado

J.Antonio Gallego

J.Gené

R.Gomis

A.Francino

C.Hernández

M.Jansa

L. Enciso

Francisco J. Grajales III

E.Esmatjes

J.Roca

R.Ruiz

A.Sisó

M.Soley

M. Bogarin

Un grupo de expertos deben revisar la información publicada en el sitio. Debemos averiguar de dónde extraen la información para elaborar los temas. Los sitios con información de calidad deben basarse en pruebas de la literatura científica y en investigaciones, no sólo en las opiniones de los expertos o profesionales.

Debemos comprobar si está claramente especificado quién escribe los contenidos. Localizaremos si se enumeran las fuentes de los datos y de las investigaciones utilizadas para elaborar la información

What the Numbers Mean

Cholesterol levels are measured in milligrams (mg) of cholesterol per deciliter (dL) of blood.

Total Cholesterol Level	Category
Less than 200 mg/dL	Desirable
200-239 mg/dL	Borderline High
240 mg/dL and above	High

Source: [NHLBI](#)


Aquí se identifica la fuente de dónde se han extraído los datos

Physicians Academy for Better Health

Diseases & Conditions | Diet & Nutrition | Exercise | Medication & Treatment

ADVERTISEMENT

Regular exercise is important for people of all ages.



This exercise program shows you how to start and stick with a program of stretching, balance, and strength-training.

Sign up for our newsletter

Genetics may explain why some people can lower their cholesterol by altering their diet and exercise habits while others who take similar measures do not see significant decreases.

A study comparing the cholesterol levels of twins with starkly different body types and exercise habits found that the twins showed the same response to high-fat or low-fat diets. This suggests that genetics may determine how a person's cholesterol responds to dietary or lifestyle changes. The study was in the July 2005 issue of the [American Journal of Clinical Nutrition](#).

What the Numbers Mean

Cholesterol levels are measured in milligrams (mg) of cholesterol per deciliter (dL) of blood.

Total Cholesterol Level	Category
Less than 200 mg/dL	Desirable
200-239 mg/dL	Borderline High
240 mg/dL and above	High

Source: [NHLBI](#)

Quando la información es elaborada por otros, se identifica claramente la fuente de dónde procede una afirmación.

"Helping families live healthier lives since 1995"

Blood Pressure

Cholesterol

Heart Disease

Children & Heart Health

Healthy Living

Shop

Cholesterol

Your blood cholesterol level has a strong correlation to your chances of getting heart disease. High blood cholesterol is a major risk factor for heart disease. Each year, over a million Americans have heart attacks, and about a half million people die from heart disease. It is important that you know your cholesterol levels, both for your good (HDL) cholesterol and your bad (LDL) cholesterol.

A recent research study found that genetics also play a significant role. Genetics might impact how your cholesterol levels respond to diet and lifestyle changes. That is why it is so important for you to work in partnership with your healthcare provider.

Un reciente estudio de investigación....

Aquí se menciona un estudio ,
pero
¿Cuál? ¿dónde está
publicado? ¿quién lo ha
realizado?
No podemos verificar esta
información

Más consejos sobre la calidad de la información...seamos cautelosos

- Observemos el tono general del escrito. ¿es demasiado emotivo? ¿suena demasiado bien para ser verdad?
- Seamos precavidos con los sitios que hacen promesas increíbles o prometen curas milagrosas, sobre todo si no aparecen en ninguna otra Web sobre el mismo tema.

Próximo paso... comprobar si la información está actualizada

- Si una información no está adecuadamente actualizada puede resultar peligrosa y dañina para nuestra salud. Es posible que no refleje las últimas investigaciones y avances en los tratamientos más actuales.
- Busquemos signos que nos confirmen que la información se revisa y se actualiza regularmente. Si no hay fechas, no podemos saber si la información se actualiza regularmente.

Consejos para el acné

[Sobre Fiste](#)

[Inicio - Información y consejos](#)

Actualizada el 24/03/2010.

Más...

Opciones para la página

Tamaño de letra

Imprimir HTML

Imprimir PDF

¿Problemas con los PDF?

Enviar a un amigo

Más en Fistera Salud

→ [Información y consejos](#)

→ [Dietas](#)

→ [Procedimientos](#)

→ [Vacunas](#)

Para saber más

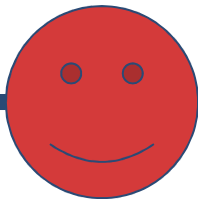
Para obtener más información:

- En FisteraSalud:
 - [Consejos para el acné rosácea](#)
 - [Información y consejos](#)
- En otros sitios:
 - [MEDLINEplus: Acné](#)
 - [Dermatology Online Atlas \(DOIA\)](#)

Autores:

Arturo Louro González

Médico de Familia. C. S. Cambre, A Coruña (España).



Consejos para pacientes sobre el acné

¿Qué es el acné?

El acné es una enfermedad de la piel muy común, casi todos los adolescentes la padecen en mayor o menor grado. Normalmente desaparece al cabo de algunos años, sin embargo para que no deje cicatrices es necesario tratarlo. La mayoría de los tratamientos limitan su acción a eliminar las lesiones y prevenir sus complicaciones, pero no tienen como fin la desaparición definitiva del proceso, por lo que deberán mantenerse largo tiempo.

¿Qué medidas higiénicas son útiles?

El acné no está causado por la suciedad, sin embargo la higiene es un complemento importante de su tratamiento. Se aconseja lavar las zonas afectadas con jabón o gel y secarlas cuidadosamente, dos veces al día. Usar preferiblemente agua tibia. Sólo en algunos casos se requieren productos específicos para la higiene de la piel con acné, su médico de cabecera o dermatólogo se los indicará si lo cree beneficioso. En los hombres el afeitado debe ser muy cuidadoso. Debe ablandarse bien la barba con agua tibia y jabón. En algunos casos la maquina de afeitar eléctrica es útil.



Este artículo proporciona una visión general de este problema y puede no ser aplicable a todo el mundo. Para averiguar si estos consejos pueden aplicarse a usted y para conseguir más información de este tema hable con su médico.

Esta página está protegida por los derechos de autor y no está permitido copiar y/o colocar la información en otra Web. Puede ser enlazada mediante links.

Tiene permiso para utilizar este material a nivel personal o con un objetivo educativo y sin ánimo de lucro. Solicite permiso por escrito si lo requiere para otros usos, incluidos usos electrónicos.

Mantener tu privacidad también es importante

- Algunos sitios pueden pedirnos que nos registremos o que nos hagamos miembros
- Antes de dar ese paso deberíamos comprobar y leer la “política de privacidad” para saber cómo usarán en el sitio Web nuestros datos personales

- SITE - Info. telefónica
- Drugs [Perinatology]
- Medicamentos y Lactancia
- Pediatría**
- AEPap-áreaPadres
- KidsHealth [NF]
- Vacunas.org [AEV]
- Ocio**
- Ocio - Prensa - Taquillas
- Coopera - ONGs
- Más...**
- Farmacias de Guardia
- Asociaciones de pacientes



Información sobre Vacunas



Enlaces a otros sitios



- Buscar en MEDLINEplus
- Diccionarios-Enciclop.
- Hospitales · C. de Salud
- Instituciones
- Sociedades científicas
- Enfermedades raras
- Viajes Internacionales
- FisterraSalud**
- [FisterraSalud: página inicio](#)
- [Añadir a Favoritos](#)
- Depósito Legal C-2783-02



Aviso: Toda la información incluida en FisterraSalud tiene propósitos educativos. Su contenido no debe usarse para diagnosticar o tratar a ningún paciente. Si tiene o sospecha la existencia de un problema de salud, consulte a su médico.



Nosotros subscribimos los [Principios del código HONcode](#). Compruébelo aquí.



[Conexión segura](#)

septiembre 2011

Acerca de: [Sobre Fisterra](#) | Suscríbese: [Acceso personal](#) · [Acceso instituciones](#) · [Prueba gratis](#) | Ayuda: [FAQs](#) | Contáctenos: [Atención al cliente](#)

[Arriba ▲](#)
[Cláusula privacidad](#) [Aviso legal](#)

En cumplimiento de la Ley Orgánica de Protección de Datos (LOPD) y de la Ley de Servicios de la Sociedad de la Información y Comercio Electrónico (LSSICE) le informamos que ELSEVIER ESPAÑA, S.L. es responsable de un fichero, en el cual se encuentran incluidos los datos recabados de sus Clientes como consecuencia de la consulta, solicitud o contratación de cualquier servicio o producto; de cualquier transacción u operación realizada; o de su navegación por las páginas de Internet de Elsevier o del Grupo Elsevier, o gestionadas por ellas.

Sus datos serán utilizados con la finalidad de gestionar y dar cumplimiento a la relación establecida con usted, así como para realizar envíos publicitarios acerca de las actividades, productos, publicaciones, servicios, cursos, ofertas, promociones especiales y de documentación de diversa naturaleza de ELSEVIER y de otras entidades del sector médico sanitario, farmacéutico, telecomunicaciones, financiero y seguros, y ello por diferentes medios (inclusive los electrónicos como correo electrónico o SMS). En este último caso, el envío de la información se realizará por parte de ELSEVIER, remitiéndole únicamente información acerca de servicios o productos que, consecuencia de su perfil, mejor se adapten a sus características y/o necesidades.

Usted acepta que sus datos puedan ser comunicados, exclusivamente, para las finalidades a las que se refiere el párrafo anterior, a otras entidades pertenecientes al Grupo ELSEVIER y a las sociedades participadas (pudiendo encontrar información detallada y actualizada sobre las entidades que integran dicho Grupo en el siguiente enlace www.elsevier.com). Finalmente le informamos que sus datos podrán ser cedidos a Entidades Financieras para la gestión de cobros y pagos. Sus datos podrán comunicarse fuera del territorio del Espacio Económico Europeo, en concreto sus datos serán transferidos a Estados Unidos, para idénticas finalidades a las descritas, para lo cual manifiesta su consentimiento expreso. Informarle asimismo que la transferencia de sus datos y el tratamiento de los mismos se realizarán con todas las garantías establecidas en la LOPD y con el adecuado nivel de protección de datos.

Si no desea recibir información sobre las actividades, novedades, publicaciones y/o cualquier otra información de ELSEVIER, empresas pertenecientes al Grupo ELSEVIER, sociedades participadas y/o terceras entidades, deberá remitir una comunicación a la siguiente dirección de correo electrónico arco@elsevier.com, o por escrito, identificado con la referencia "Protección de Datos", a la dirección: ELSEVIER ESPAÑA, S.L. domicilio social en la Calle Travessera de Gracia, 17-21, 1ª Planta 08021 Barcelona, manifestando su solicitud.

Para el ejercicio de los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición, deberá remitir un escrito identificado con la referencia "Protección de Datos", en el que se concrete la solicitud correspondiente y al que acompañe fotocopia del Documento Nacional de Identidad del interesado a la siguiente dirección: ELSEVIER ESPAÑA, S.L. domicilio social en la Calle Travessera de Gracia, 17-21, 1ª Planta 08021 Barcelona.

[\[x\]Cerrar ventana](#)

Pueden solicitar nuestro nombre y correo-e para enviarnos un boletín de novedades. También nos explicarán en la política de privacidad, si van a compartir nuestros datos con otras entidades.

SÓLO DEBEREMOS REGISTRARNOS Y CUBRIR DATOS PERSONALES SI ESTAMOS DE ACUERDO CON LA FORMA EN QUÉ UTILIZARÁN NUESTRA INFORMACIÓN PERSONAL.

Los portales Web suelen recoger información mediante "cookies" (navegador que utilizamos, las direcciones IPs, otras páginas que hemos visitado..)

NUEVO NOKIA LUMIA 800 Comprar →



Buscar



Índice alfabético



Índice anatómico



Índice por especialidad



Directorio médico

Problemas de salud

Digestivos
De la piel
Comunes
En la infancia
De la mujer
Del anciano
Psicología
Cáncer
Diabetes

Ver más

Otros temas

Análisis
Intervenciones
Medicamentos
Síntomas
Vida sana

La Privacidad En Tuotromedico.com®

El acceso a las páginas de tuotromedico.com® es abierto y anónimo, es decir, no requiere de un registro previo. Al acceder al portal tuotromedico.com se guarda una cookie en su ordenador que no contiene información privada ni personal (solamente almacena información estadística del tipo: páginas visitadas, fecha de visita, etc). La cookie se puede bloquear o desactivar ya que no es necesaria para navegar por el site.

Cualquier información relativa al pago de servicios se gestiona directamente desde los servidores seguros de los bancos que realizan la gestión de los pagos.

Por otro lado, la información personal que se nos envía de forma voluntaria, a través de "Pregunte al Doctor", se utiliza exclusivamente para responder a sus preguntas personal y privadamente (la base de datos se encuentra registrada en la Agencia de Protección de Datos según indica la Ley Española). La información facilitada por este medio no puede, en modo alguno, sustituir a un servicio de atención médica directa, y no debe utilizarse con el fin de establecer un diagnóstico, o elegir un tratamiento en casos particulares.

Deseamos ofrecer un servicio de la máxima credibilidad y calidad; para ello y para ganar su confianza, le garantizamos nuestro compromiso con las siguientes normas en materia de privacidad:

TUOTROMEDICO® respeta la privacidad de las personas que visitan sus páginas. La información personal que se nos envía de forma voluntaria, se utiliza exclusivamente para el propósito para el que fue enviada. Toda la información personal recibida nos ayuda a establecer un mejor perfil sanitario a la hora de responder a nuestros visitantes.

Toda la información personal que se nos envía es estrictamente confidencial y no será facilitada a terceras partes. TUOTROMEDICO® se reserva, sin embargo, el derecho a utilizar la información sanitaria de forma generalizada (sin datos personales), en cuanto a la relevancia de determinadas condiciones de salud, pero siempre garantizando la privacidad de las personas.

Compartir



Lleva tuotromedico en tu móvil >>

PUBLICIDAD

Movistar ADSL 19,90€

Precio definitivo para Siempre! Alta, Router WIFI y llamadas gratis
www.movistar.es/adsl

Aprende Alemán GRATIS

Aprende alemán online: fácil, flexible y completamente gratis!
www.Busuu.com



Anuncios Google

Resumiendo

- Internet nos proporciona acceso inmediato a la información sobre salud
- Pero es muy importante, distinguir los sitios fiables (información verídica, de buena calidad) de los que no lo son.
- Hay una serie de pistas que nos ayudan a saber si podemos fiarnos de esa información

Resumiendo. Pistas

- El sitio Web es:
 - Dirigido por expertos
 - Muestra un propósito u objetivo claramente especificado
 - Etiqueta y marca los anuncios publicitarios
 - Revisa y contrasta la información antes de publicarla
 - Explica de qué fuentes de la literatura científica o de qué investigaciones o ensayos clínicos ha seleccionado los datos y la información
 - Está actualizado regularmente
 - No comparte nuestra información personal, ni vende nuestros datos a terceros, y nos informa de su política de privacidad

Para ayudarte, puedes utilizar una lista de comprobación (checklist)

- **Proveedor:**
 - ¿Quién está a cargo del sitio Web?
 - ¿Por qué nos ofrecen la información?
 - ¿Podemos contactar con ellos?
- **Financiamiento:**
 - ¿De dónde procede el dinero para mantener la página?
 - ¿Tiene el sitio Web anuncios publicitarios? ¿Están éstos etiquetados como anuncios?

Para ayudarte, puedes utilizar una lista de comprobación (checklist)

- **Calidad:**
 - ¿De dónde está tomada la información médica del sitio?
 - ¿Cómo se selecciona el contenido?
 - ¿Hay expertos revisando la información publicada?
 - ¿Evita afirmaciones emocionales o increíbles?
 - ¿Está actualizada la información?

Para ayudarte, puedes utilizar una lista de comprobación (checklist)

- **Privacidad:**
 - ¿Te solicita información personal el portal?
 - ¿Te explican cómo utilizarán esos datos personales?
 - ¿Te sientes cómodo con el modo en que utilizarán tus datos?

Consejos

- Utiliza siempre el *checklist* para revisar los portales de información médica para pacientes
- Ten en cuenta siempre que no hay total garantía de que la información sea perfecta
- Revisa varios sitios Web de salud de buena calidad y confiables, para comprobar si la información que aparece es similar en ellos.
- Mirar en muchos sitios buenos, te dará una visión más amplia sobre los temas de salud
- La información en Internet no sustituye la opinión médica: consulta con tu médico antes de iniciar algún consejo obtenido en Internet
- La colaboración entre médico/paciente conducirá a la toma de las mejores decisiones en tu enfermedad

Herramientas

- <http://www.trustortrash.org/espanol/#>
- <http://www.guiasinfosalud.es/cast/decalogo.html>
- <http://www.trustortrash.org/espanol/developer/>