



## Cómo entender la investigación: descubra la información que necesita

*Por donde mire estos días hay información de salud (en Readers Digest, Good Housekeeping, Men's Health, en la revista que viene con su periódico dominical, incluso en esos sórdidos periódicos que ve en la cola de la caja de la tienda de comestibles). Incluso en comerciales de radio y televisión las celebridades hablan sobre "estudios en universidades líderes" mientras muestran datos y diagramas que informan cómo funciona cada medicamento nuevo de venta libre. Los lugares como estos son en donde probablemente escuche historias como "la cafeína causa cáncer de vejiga". O "descubren el nuevo medicamento para curar lesiones de la médula espinal". Cuando oiga estas historias, debe:*

- A. *Reír y cambiar la estación o cancelar su suscripción a la revista.*
- B. *Cambiar su vida de inmediato. Dejar de beber café; hipotecar su casa para invertir en esa "droga milagrosa".*
- C. *Llamar al médico*
- D. *Obtener más información*

Debería haber elegido la D. A, B y C pueden ser todas correctas... pero no hasta que no obtenga más información.

Usted deberá:

1. "Leer" entre líneas de su primera fuente de información
2. Encontrar la fuente inicial de información

El contenido de este documento es sólo para fines de información general y no sustituye el asesoramiento médico profesional o el tratamiento para la afección médica específica. No se insinúa ni establece de otro modo una relación profesional por el hecho de leer este documento. Usted no podrá usar esta información para diagnosticar o tratar un problema de salud o una enfermedad, sin consultar con un proveedor calificado de atención médica. Muchos de los recursos mencionados no están afiliados a Craig Hospital. Craig Hospital no asume responsabilidad por materiales de terceros u otras acciones u omisiones como resultado de contenidos o sugerencias realizadas en este documento, y no se deberá recurrir al mismo sin investigación independiente. La información de esta página es un servicio público suministrado por Craig Hospital y de ninguna manera representa una recomendación o autorización de Craig Hospital.

## Leer entre líneas:

Es importante entender que los periódicos, radio, televisión y revistas de noticias populares tienen una cosa en común: Son costosos de producir. Cada palabra, oración y párrafo (escrito, hablado o en video) cuesta dinero. Como resultado, en raras ocasiones le brindarán todos los detalles que necesita. Incluso si no tergiversan intencionalmente los datos, deben resumir todo. Esa síntesis afecta la calidad e integridad de la información que usted termina recibiendo.

## Palabras cuidadosamente elegidas...

Además, las palabras específicas utilizadas en la descripción de hallazgos de investigación médica son muy importantes. Los redactores médicos eligen con cuidado sus palabras para evitar confundir a la gente. No obstante estas palabras cuidadosamente elegidas cambian cuando el artículo se edita y reescribe para otra fuente, como una revista popular, periódico o la televisión. El científico original puede haber escrito "El cáncer de vejiga parece estar relacionado con la cafeína". El periódico puede decir "El café está relacionado con el cáncer de vejiga" y el presentador de noticias en televisión informa "Beber café puede causar cáncer de vejiga". Aunque todos parecen decir lo mismo, son declaraciones muy diferentes.

Un consejo útil sería ver las palabras clave que deben hacernos sospechar. "Causa" es una de las palabras clave. Es una palabra que raramente verá en una buena investigación. Como muchas cosas diferentes nos afectan a todos, todos los días, es muy difícil concluir que algo (como beber café) en realidad causa otra cosa (como el cáncer de vejiga). Beber café puede estar *relacionado* con el cáncer de vejiga, o el cáncer puede aparecer más seguido en quienes beben café pero decir que una cosa causa la otra es muy engañoso. Confíe más en lo que lee cuando vea verbos y palabras como *creer, aparecer, parece relacionado con, está asociado con, aumenta en frecuencia, o disminuye el predominio*.

Una palabra que probablemente *no* vea ni escuche en los medios populares es "limitaciones". Es un artículo importante que los diarios médicos en general *exigen*, pero generalmente se omite en revisiones posteriores o resúmenes de proyectos de investigación. Básicamente, toda la investigación debe tomarse con reservas, y cuando los investigadores describen las "limitaciones" de su estudio, se tratan todas esas "reservas".

Volvamos un segundo a la historia del cáncer de vejiga. Lo que la radio tal vez no le dijo es que el cáncer de vejiga solamente se encontró en personas que bebían 20 tazas al día desde hacía 30 años. O que el café puede haber sido suministrado por inyección o intravenosa. O que las personas del estudio también eran todas fumadoras. O que todos fueron reclutados de un centro para ancianos y ya en grupos de alto riesgo. Lo que es peor, tal vez había solo cinco personas en el estudio. Y así sucesivamente. Independientemente de esto, entender las limitaciones ayuda a los lectores a decidir la semejanza de los participantes de la investigación con la "gente real" y también ayuda a determinar con qué seriedad tomar el descubrimiento de la investigación en particular.

## Información: cómo encontrar la información que necesita

Lamentablemente, estas limitaciones probablemente son las que quedan fuera de la edición de un artículo corto. Otras palabras que debe vigilar o escuchar son las que le dan pistas de quién efectuó la investigación original. En algún lugar, debe haber una pista sobre dónde recurrir para más información: nombre de una persona o universidad en donde se efectuó la investigación; periódico médico en donde se publicó por primera vez; una organización como la *American Heart Association* o la *American Cancer Society*.

## Cómo encontrar la fuente inicial de información

Las pistas que acabamos de mencionar más arriba le deben dar una idea sobre la procedencia de la información. Ahora depende de usted intentar rastrear la fuente original. Actualmente, no es tan difícil como era antes. Aquí tiene algunas estrategias:

1. Su trabajo es más fácil si conoce el periódico científico en donde se publicó por primera vez. Usted puede ir a la biblioteca médica, o en Internet, buscar el sitio Web del periódico, si tiene uno. Los medios tienden a informar solamente las historias “de última hora” así que es probable que el periódico que debe verificar será uno muy reciente. Simplemente lea los índices hasta encontrar un título que parezca su historia. Cuando sepa esto, si no puede realmente obtener el artículo mismo, puede pedirle a una biblioteca de la universidad local que lo solicite para usted, a través de los servicios de préstamos entre bibliotecas.
2. Suponga que conoce el nombre del investigador, y nada más. Puede conectarse a Internet y buscar en una de las bases de datos médicas (como *Medline*) usando el nombre de la persona. O bien puede ir a la biblioteca local, al área de referencia, y buscar en un *Index Medicus* reciente. Este es un catálogo de artículos médicos recientemente publicados. Tendrá listados por tema y autor. Usted necesitará el volumen que tenga autores. Úselo como usaría un diccionario, enciclopedia o incluso guía telefónica: cuando encuentre el nombre del autor, enumerará todas sus publicaciones, junto con el periódico, fecha, y números de páginas incluso, donde puede encontrarlo.
3. El tercer enfoque sería buscar por tema. Hora de acceder nuevamente a Internet. Si el tema que intenta encontrar tiene que ver con cáncer, verifique el sitio Web de la *American Cancer Society*. Algunos sitios Web de salud prevén que las personas como usted lo visitarán y tendrán cargada toda la información que usted busca. Otros pueden brindar una forma para que usted les envíe por correo electrónico una pregunta. El peor de los casos: copie su número de teléfono y llámelos.

4. ¿No tuvo suerte aún? Llame a la sección de noticias de la estación de radio o televisión en donde oyó el informe, o comuníquese con el periodista que escribió el artículo en el periódico o revista; si no aparece nombre del periodista, pregunte por el editor de la sección. Pregúnteles las fuentes, o a quién citaban en sus informes.
5. ¿Sigue sin lograrlo? Puede ser el momento de llamar al médico para ver lo que él sabe. O puede llamar a un especialista o centro especialista para ver si ellos saben algo: un centro de rehabilitación para lesiones en la médula espinal, centro de tratamiento para el cáncer, nutricionista, etc. Esta gente probablemente no lo ofrecerá, así que pídales si tienen una copia del artículo que le interesa. Pídales que le hagan una fotocopia. Ofrezca pagar el costo de envío y copiado.

Su meta es terminar con la copia de la revista científica en su mano o en su pantalla de la computadora, o una fotocopia del artículo. Ahora empieza la peor parte: leer todo el palabrerío médico.

*Este folleto se redactó con fondos del Instituto Nacional sobre Discapacidad e Investigación de Rehabilitación del Departamento de Educación de EE. UU. Las opiniones que aparecen en esta publicación son del beneficiario del subsidio y no necesariamente reflejan las opiniones del Departamento de Educación de EE. UU.*