



# Salud en Internet: Podemos obtener información, no diagnóstico o tratamiento.

Miguel López | Fisioterapeuta | @miguelHDR

Entrada original: Salud en Internet: Podemos obtener información, no diagnóstico o tratamiento.

Actualmente la salud de la blogosfera sanitaria en españoles muy buena. Esto quiere decir que los profesionales e instituciones sanitarias se interesan por volcar información de calidad en la red. Esto hace que los pacientes y otros profesionales puedan estar en comunicación continua, puesto que la información no solo aparece en webs y blogs sino también en redes sociales.

Es una realidad que un elevado número de pacientes buscan datos sobre su enfermedad en Internet, por lo cual es un necesario que los profesionales sanitarios estén presentes en este medio y sean ellos los proporcionen una información fiable para todo aquel que la necesite. Este es el objetivo con el que nació tufisio.net, al igual que muchísimos otros blogs, webs y podcasts sobre salud.

## Todo tiene sus límites

Sin embargo, tenemos que tener las cosas claras: por muy fiables o buenos que sean los consejos que encontramos en Internet, nos son más que eso: consejos. El objetivo de los sitios sanitarios que se encuentran en Internet es informar, comunicar, compartir, dar soluciones a las demandas de la población. No obstante, el hecho de obtener información de calidad,

aunque aumentará los conocimientos de los pacientes sobre su enfermedad, les dará medios para prevenir dolencias o evitar problemas, nunca puede sustituir a la visita a los profesionales sanitarios. No se puede utilizar Internet para tratar de obtener un diagnóstico o tratamiento para nuestro caso concreto.

Pondré de ejemplo los consultorios sobre salud y fisioterapia que realizo en laopiniondemalaga.es. En ellos, sobre todo en el último consultorio realizado, aparecen muchas preguntas sobre qué hacer en unos casos muy determinados (hernias de espalda, dolores de tobillo, mareos...), buscando una solución a sus dolencias. Evidentemente siempre se puede dar algo de información que ayude, pero casi todas las preguntas se responden diciendo primero que hay que acudir al médico para que haga un diagnóstico e indique tratamiento, que será tratamiento médico o bien realizado por otros profesionales sanitarios que sean necesarios, como podría ser el fisioterapeuta.

La información nos ayuda a conocer más sobre nuestra enfermedad: causas y consecuencias, medidas generales para evitar que vaya a más o que se repita en el futuro. No obstante no se puede hacer un tratamiento, o buscar unas

pautas que nos sirvan para mejorar; puesto que cada caso necesita unas actuaciones específicas.

No me extiendo más sobre el tema porque creo que la idea ha quedado clara: el objetivo de las webs sanitarias en general y de tufisio.net en particular es combatir el "ruido" que hay en Internet: excesiva información procedente de fuentes en muchos casos dudosas u obsoletas. Sin embargo, la atención a un problema de salud requiere una evaluación presencial e individualizada de cada persona y sus circunstancias. No busquemos primero la solución a nuestro problema de salud y, si no funciona, entonces acudamos al médico o profesional sanitario que corresponda. Vayamos de primera hora a los centros sanitarios mientras que, a la vez, buscamos información sobre nuestro problema en Internet, para tener conocimientos, no para curarnos sin salir de casa

## Bonus

Aquí un lugar donde obtener gran cantidad de información de primera mano creada por profesionales sanitarios: Lista de mejores blogs de Fisioterapia y Salud. □