

## Medicina basada en evidencia

**Dr. Horacio del Olmo Téllez\***

«El uso consciente, explícito y juicioso de la mejor evidencia para tomar decisiones acerca del cuidado del paciente»

La medicina basada en la evidencia se basa en integrar la experiencia clínica y la mejor evidencia clínica externa. Esta forma de estudio tuvo su origen filosófico en la mitad del siglo XIX en París y permanece como un tema importante para clínicos, practicantes de la salud pública, empresarios, y el público en general.

Está definida en 5 pasos que fueron descritos desde 1992:

1. Preguntar enfocadamente: traducir una pregunta incierta a una pregunta con respuesta. Tiene que ser relevante y bien estructurada para facilitar su búsqueda y enfocarse en:

- El paciente o el problema.
- La intervención o exposición.
- La comparación de intervención o exposición.
- Los resultados clínicos de interés.

2. Buscar la evidencia: Búsqueda sistemática de la literatura.
3. Valoración clínica: Probar la evidencia para validez, relevancia clínica y aplicabilidad.
4. Tomar decisiones: Aplicación de resultados en la práctica.
5. Evaluar el funcionamiento: Analizar las decisiones, basados en la evidencia.

Los profesionales de la salud debemos de usar ambos: experiencia clínica individual y la mejor evidencia disponible. Sin la experiencia clínica, la práctica es un riesgo, aun con la mejor evidencia puede ser aplicada inapropiadamente. Sin la evidencia, la práctica llega a ser obsoleta, en detrimento de los pacientes. La medicina basada en la evidencia no está restringida sólo a estudios aleatorizados o metaanálisis; involucra la mejor evidencia con la cual podemos contestar nuestras preguntas clínicas.

### BIBLIOGRAFÍA

1. Sackett DL, et al 1996. Evidence based medicine: What it is and What it isn't. *BMJ* 312: 71-2.
2. Centre for Evidence Based Medicine. [www.cebm.net](http://www.cebm.net)