

## Reportaje

# Internet, verdad y salud

Lic. Omar Olvera Cervantes

## ¿Qué es el Internet?

El Internet se compone de grandes redes corporativas formales, gestionadas por los servidores más grandes en los que se concentra la mayor parte de la información. También existen redes más pequeñas, que se suman a esta gran infraestructura global. Las computadoras de todos los usuarios constituyen el resto de la red; en algunas circunstancias los equipos conectados sirven como neuronas unidas a los servidores centrales, muchas veces sin que el usuario lo sepa.

En México existen 70 millones de usuarios que participan, generan y consumen información. La información que proporciona el internet en general es de libre acceso o de dominio público, pero existen sitios para los que es necesario obtener una autorización para tener acceso transitorio, sea de forma gratuita o pagada. En general, la información disponible se encuentra en documentos de instituciones gubernamentales y privadas, académicas, de divulgación científica, trabajos colocados por sus autores a disposición de los usuarios del Internet, bases de datos, foros y otras fuentes.

Los riesgos aparecen precisamente por la presencia de todo tipo de información que muchas veces carece de un aparato crítico y científico que valide su contenido.

## La verdad en internet

En Internet hay cientos de millones de páginas web con una gran variedad y cantidad de información, con fuentes diversas y publicadas con distintas intencionalidades; esta información es dinámica y volátil; en muchos casos existe hasta arqueología digital, cuando encontramos paginas muy antiguas que sólo fueron subidas y que los propietarios olvidaron: la información en estos casos puede ser válida aún u obsoleta.

En general, necesitamos información para realizar nuestras actividades y muchas veces la podemos obtener en Internet de manera rápida, cómoda y económica, sin embargo, podemos considerar los siguientes aspectos que implican un grado de riesgo:

- **Acceso a información poco fiable y falsa.** Existe mucha información errónea y poco actualizada en Internet, ya que cualquiera puede poner información en la red.
- **Dispersión y pérdida de tiempo.**
- **Acceso a información inapropiada y nociva.** En este mismo rubro existe información que mezcla contenido verdadero con falso, proponiendo mentiras disfrazadas de verdad. En el ámbito de la salud, por ejemplo, esto es muy riesgoso ya que genera desconfianza en los tratamientos comprobados clínicamente y puede proponer alternativas que, al final, no dejan nada bueno.
- **Acceso a información peligrosa, inmoral, ilícita.** Existe información poco recomendable y hasta con contenidos considerados delictivos.

A diferencia de otras tecnologías, Internet permite que la información se modifique en cualquier momento. A través de las páginas web podemos acceder a información en diferentes formatos y soportes, tales como textos, gráficos, imágenes, sonidos, videos, presentaciones multimediales, etc..... este tema de la **variabilidad de la información** ha aumentado su complejidad con la implementación de las **redes sociales** en las que la transferencia de contenidos acontece en tiempo real y la verdad adquiere un valor relativo considerado por su incidencia social; **si es o no “tendencia”**.

La cantidad y variedad de información disponible en Internet determina la necesidad de contar con ciertas herramientas para obtener información que resulte significativa, es decir, **útil, relevante y confiable**. Además de que los usuarios deben tener claro lo que buscan y las herramientas personales que les permiten interpretar y aplicar de forma adecuada esta información.

### **Aspectos a tener en cuenta para evaluar un sitio web**

Se proponen algunos criterios que pueden resultar útiles para evaluar sitios, recursos educativos e información en Internet; los indicadores que se proponen para la construcción de criterios de evaluación son: autoridad, selección de contenidos, actualización, navegabilidad, organización, legibilidad y adecuación al destinatario.

- Evaluar la calidad de la información que se obtiene (fiabilidad, autenticidad, actualidad...).
- Razón de ser de la página, ¿por qué fue creada? (propósito: informar, compartir, vender, persuadir...).
- Objetividad (si hay opiniones que se diferencien de lo objetivo). Existencia de enlaces a otras páginas complementarias (ver su calidad, si están operativos...) - La existencia de bibliografía, fuentes de información...

Al hacer este ejercicio de evaluación sobre la calidad de la información obtenida también tenemos que ponderar si ésta puede ser utilizada aplicándola en situaciones concretas.

### **Salud e internet**

Hay un punto crítico sobre la información que existe en internet: el conjunto de experiencias y situaciones en las que los usuarios buscan obtener información sobre su salud, pero como se ha mencionado no sólo requiere leer de forma adecuada la información a través de internet, sino que además **se debería saber interpretar esta información para aplicarla mediante acciones convenientes**.

Existe el error de creer que esa información es suficiente, por lo que no pocos llegan a decidir – erróneamente - que la información es completa y que han interpretado adecuadamente, como por ejemplo **auto diagnosticarse** y **auto medicarse** o, lo que es igualmente grave, **suspender sus tratamientos** por considerarlos riesgosos debido a desconfianza que se genera al creer que se tiene toda la verdad desde la información adquirida.

Algunos errores comunes son:

- Confundir su enfermedad con otra al no conocer el proceso completo de una enfermedad y no distinguir entre síntomas transitorios y los específicos de una determinada patología, incluso confundir efectos de un medicamento u otro agente con enfermedades.
- Automedicarse de forma errónea. Existen páginas que ofrecen información sobre algunas enfermedades o para controlar el peso y, al mismo tiempo, venden medicamentos alternativos o de fuentes dudosas, lo que comporta un riesgo añadido.
- Crear una obsesión por la consulta de información, generando trastornos de hipocondría y angustia.

Todo este recorrido nos invita a considerar algo ya mencionado: el acceso a la información es **algo extraordinario**, pero que igualmente **conlleva riesgos**, si no procuramos como usuarios tener las herramientas personales que nos hagan sacar mayor provecho de este recurso y, al mismo, tiempo evitar riesgos no necesarios.