

Cómo encontrar información médica precisa en línea

La cantidad de información de salud en Internet puede ser abrumadora, y no todo lo que usted lee es confiable. Estos son algunos consejos útiles para encontrar información sobre el cuidado de la salud precisa y actualizada en línea.

Sea un buscador inteligente

Hacer una búsqueda de información de salud puede producir muy pocos, demasiados o resultados irrelevantes. Use estos consejos para encontrar lo que está buscando.

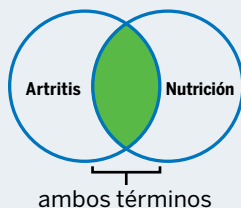


Aclare lo que usted quiere con Y, O, y NO

Este gráfico explica cómo utilizar estas palabras para hacer su búsqueda más precisa y ahorrarle tiempo.

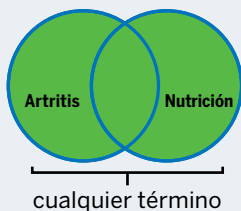
“Y” reduce la búsqueda.

Encuentra elementos que usan **ambas** palabras clave.



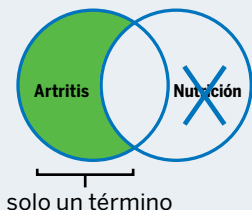
“O” amplía una búsqueda.

Encuentra elementos que usan **cualquiera** de las palabras clave.



“NO” reduce una búsqueda.

Excluye la segunda palabra clave de los resultados.



La puntuación puede ayudar

Coloque comillas (“ ”) alrededor de una frase para encontrar páginas web que contengan esa frase exacta.

Cuidado con los anuncios

El primer resultado que vea podría no ser el mejor para usted. Muchos motores de búsqueda son financiados por anuncios. Las organizaciones pueden pagar para que sus resultados aparezcan en la parte superior de la página de resultados.

Conviértase en un buen escéptico

Para cada resultado, hágase las siguientes 5 preguntas:

- ¿Quién creó y administra el contenido—una organización de atención médica, una universidad, un gobierno o una biblioteca, o una organización comercial con fines de lucro? Puede encontrar esta información en la sección “acerca de nosotros” del sitio web o en la dirección web. Los sitios web del gobierno terminan en **.gov** y universidades en **.edu**.

- ¿Qué información se presenta— hechos u opiniones? Busque sitios web con hechos.
- ¿Cuándo se creó o se actualizó por última vez el contenido? Busque las fechas de publicación o revisión. Evite los sitios web que no se han actualizado durante años.
- ¿De dónde es la información? ¿Se basa en un estudio? ¿El autor incluyó referencias? ¿Se describe el proceso editorial? Busque información confiable basada en investigación médica.
- ¿Por qué existe este sitio web? ¿Se creó para vender un producto? ¿Quién lo financia?

Visite estos sitios web confiables:

- medlineplus.gov
- hss.edu/coronavirus-info
- hss.edu/conditions
- cdc.gov
- health.ny.gov

Para obtener más formas de evaluar la información de salud, visite MedLinePlus, un recurso mantenido por la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos: medlineplus.gov/evaluatinghealthinformation.html