



## Cinco preguntas sobre “salud digital”, para su doctor

Las tecnologías posibilitadas por la llegada de la banda ancha están cambiando continuamente la forma en que los médicos interactúan con sus pacientes. ¿Qué significa esto para usted?

Bueno, lo que antes implicaba un largo viaje destinado a realizar una visita médica (especialmente para quienes viven en áreas remotas) ahora podría ser una videoconferencia. O posiblemente, usted deba confirmar su hora con el médico mediante el portal que éste mantiene en Internet. Y en el mismo portal, usted podría encontrar rápidamente sus exámenes de laboratorio y otro tipo de documentos. Debido a que estos cambios están ocurriendo tan rápidamente, es posible que usted tenga dudas respecto a la forma en que operan ciertas herramientas digitales. Si es así, le sugerimos que le haga a su doctor estas simples preguntas:

### **1** He oído que las herramientas digitales me pueden ayudar a mejorar mi salud o a mantener mi buena salud. ¿Qué me podría decir sobre la salud digital?

El concepto “salud digital” cubre una amplia gama de ámbitos. Es el uso de tecnologías de las comunicaciones para recolectar, compartir y manipular la información de salud, con el objeto de perfeccionar la atención de salud y los aspectos relacionados. Estas herramientas de salud incluyen una amplia variedad de tecnologías y aplicaciones, como el correo electrónico, los teléfonos inteligentes y las tabletas electrónicas. También las videoconferencias, los monitores cardiacos y otros sensores remotos. Algunas herramientas de salud digitales son usadas principalmente por los doctores o los trabajadores de la salud. Es el caso de los registros médicos electrónicos (Electronic Medical Records, en inglés).

Otras herramientas digitales de salud ayudan a los pacientes y a los doctores a trabajar en conjunto. Por ejemplo, un paciente con un medidor digital de glucosa podría vigilar el nivel de azúcar en su sangre, en su hogar y luego apretar un botón para “enviar” la información a la oficina u hospital de su proveedor de atención médica. Asimismo, hay miles de herramientas digitales diseñadas principalmente para que los consumidores obtengan información sobre su salud, además de dar seguimiento --y mejorar-- aspectos como su dieta y ejercicio y asegurar un manejo más eficiente de las enfermedades crónicas.

### **2** ¿Hay alguna herramienta digital que pudiera ser particularmente útil dado mi diagnóstico?

Según algunas estimaciones, hay más de 100,000 (cien mil) aplicaciones digitales de salud, ofrecidas por los tres principales proveedores de aplicaciones. Para las personas que poseen teléfonos inteligentes, estas aplicaciones son simples de descargar y a menudo son gratuitas. Además, hay muchas otras herramientas digitales de salud y dispositivos que están siendo



desarrollados a diario. Los primeros estudios sugieren que estas tecnologías están contribuyendo a lograr evidentes mejorías en la salud de los consumidores. Asimismo, numerosos usuarios ya han informado sobre sus beneficios. Con frecuencia, las herramientas más efectivas usan información de salud específica para cada consumidor y son diseñadas a medida, con el objeto de ayudar al paciente a vigilar su mejoría. Para comprender plenamente lo que podría dar mejores resultados para usted, hay numerosos aspectos a considerar. Por eso, es importante preguntarle a su doctor si le puede recomendar alguna tecnología que se adecue específicamente a sus necesidades y a las condiciones de su salud.

**3**

### **¿Su estudio médico tiene un portal para los pacientes?**

Los portales para pacientes son sitios web diseñados para ayudar a conectar a los pacientes de mejor forma con sus proveedores y con el sistema de salud. Aunque no todos los portales son iguales, la mayoría ofrece a los pacientes la posibilidad de planear visitas médicas; ver los resultados de sus exámenes recientes y obtener otro tipo de información de salud. Algunos portales permiten a los pacientes comunicarse electrónicamente, de forma resguardada, con sus proveedores. Los portales para pacientes están cobrando cada vez más importancia como vía de comunicación de los consumidores con sus proveedores médicos y con el sistema de salud.

**4**

### **¿El portal para pacientes de su estudio médico incluye la opción de efectuar consultas médicas por la vía electrónica (e-visits)?**

Las e-visits (consultas médicas por la vía electrónica) son comunicaciones por video, correo electrónico o mensajería de textos, entre los pacientes y sus proveedores. Para los pacientes, constituyen una forma conveniente de acceso a su doctor de cabecera o a tratamientos o cuidados médicos no urgentes, luego de una visita médica. Las e-visits o consultas médicas por la vía electrónica también eliminan los largos viajes y esperas, para el paciente. Y para quienes viven en áreas rurales y remotas, las e-visits podrían ser la mejor solución. Durante largo tiempo, solo algunos doctores ofrecían consultas médicas por la vía electrónica. Sin embargo, eso está cambiando rápidamente. Hable con su médico o especialista respecto a la disponibilidad de e-visits en su área.

**5**

### **¿Cuáles son las mejores fuentes de información de salud para los pacientes en Internet?**

Hay inquietudes validas respecto a la confiabilidad de la información que se encuentra en Internet. Los pasos a seguir para obtener información confiable incluyen:

- Determinar quién es la persona a cargo del sitio web.
- Comprender el propósito del sitio web.
- Establecer la fecha (antigüedad) de la información disponible en el sitio web. La información de salud debería estar al día. La información antigua podría ser inexacta o no ser fidedigna.

- Los sitios web del Gobierno Federal (aquellos que generalmente terminan en “.gov”) son fuentes de información confiables.

**¿Quiere averiguar más?:** El equipo de trabajo *Connect2Health Task Force*, formado para informar a los consumidores sobre las diversas maneras en que los avances del área de las telecomunicaciones están mejorando la atención de salud, está trabajando para alertar a los consumidores respecto al gran valor del uso de la banda ancha en los sectores de salud y otros sectores relacionados. Averigüe más sobre el equipo de trabajo de la FCC, *Connect2Health Task Force* y de su labor en las gestiones para dar respuesta a los problemas de salud de los consumidores, en [www.fcc.gov/health](http://www.fcc.gov/health) (en inglés).

Para obtener información sobre otros temas de comunicaciones, visite el sitio de la FCC para los consumidores en [www.fcc.gov/encyclopedia/consumer-publications-library](http://www.fcc.gov/encyclopedia/consumer-publications-library) (en inglés).

*Para solicitar este artículo en formato accesible - Braille, letra grande, Word o documento de texto o de audio – escribanos o llámenos a la dirección o números telefónicos de más arriba o envíe un correo electrónico a [fcc504@fcc.gov](mailto:fcc504@fcc.gov). Este documento tiene como único propósito educar al consumidor y no afectará ningún procedimiento o caso sobre este asunto u otros relacionados.*

Última edición: 17 de septiembre de 2014