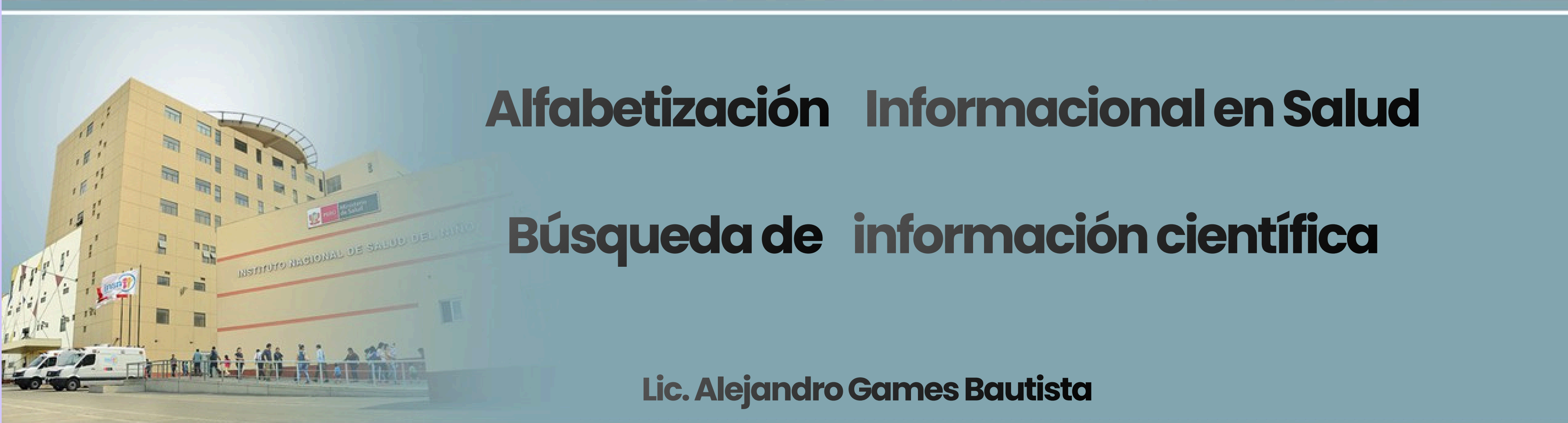
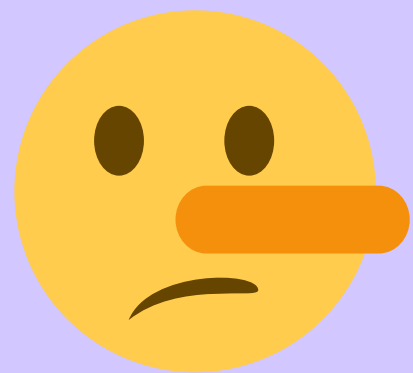
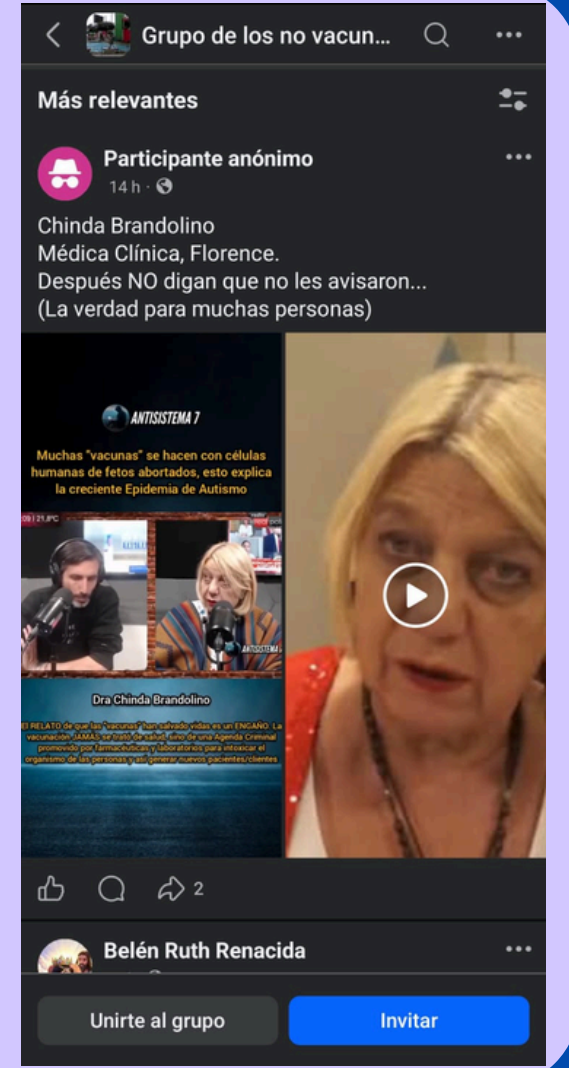
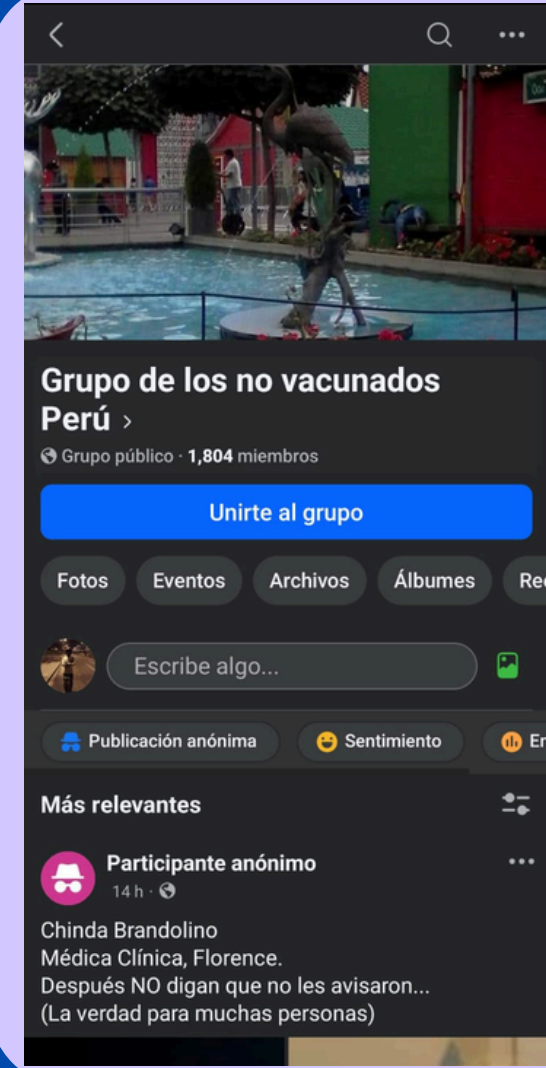


**Alfabetización Informativa en Salud**

**Búsqueda de información científica**

**Lic. Alejandro Games Bautista**





# Alfabetización Informativa en Salud

*Hospitales urbanos de atención terciaria en Saskatoon, Canadá*

## Problemas:

*Entender las etiquetas de las recetas*

*Participar en decisiones médicas*

*Seguir las recomendaciones médicas*

*Asistir a citas de seguimiento*

*Uso más frecuente de visitas a servicios de hospitalización y urgencias.*

*La alfabetización sanitaria inadecuada es una de las barreras clave en la prestación de una atención sanitaria eficaz y resultados de calidad.*

(1)

• *European Pan Federation indica que 47% de la población europea tiene alfabetización en salud limitada.*

- *Dificultad para comprender diagnóstico*
- *Problemas con el tratamiento*
- *Impacto en calidad de vida*
- *Menor eficiencia del sistema sanitario*

(2)

## Colombia:

*+25% alfabetización en salud → ahorro anual de \$9,4 billones (≈ US\$2.200 millones)*

*Esta cifra, comparable al 0,6% del Producto Interno Bruto (PIB) nacional.*

(3)

## México:

- *Baja alfabetización en salud genera alto gasto en México*
- *Reducirla 25% → ahorro anual de hasta \$179,000 millones de pesos*

(4)

## Chile:

*Comisión de Salud del Senado alcanzó un consenso unánime que permitirá incorporar la Alfabetización en Salud como parte de los derechos fundamentales en Chile.*

(5)



# Alfabetización Informativa en Salud

## Caso 1:

*Armando, de 18 años, acudió al hospital por pérdida de peso, mucha sed y cansancio. Fue diagnosticado con diabetes tipo 1. El médico le explicó que debía aplicarse insulina todos los días, controlar su glucosa y cuidar su alimentación. Sin embargo, Armando no comprendió bien las indicaciones. Buscó información en redes sociales y pensó que podía “controlarse solo” evitando ciertos alimentos. Comenzó a usar la insulina de forma irregular, no medía su glucosa con frecuencia y no sabía reconocer los síntomas de alerta. Días después, presentó vómitos, debilidad y confusión, por lo que fue llevado a emergencia.*

### ⚠ Consecuencias

- **Uso incorrecto de insulina**
- **Falta de monitoreo glucémico**
- **Desconocimiento de síntomas**

### 👉 Impacto:

- **Hospitalización**
- **Alto costo**
- **Riesgo de complicaciones graves**

## Caso 2:

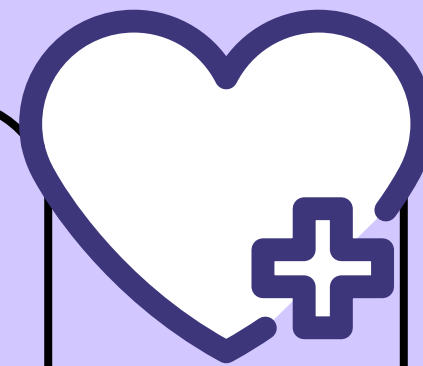
*María, también de 18 años, fue diagnosticada con diabetes tipo 1 tras presentar síntomas similares. Durante su atención, recibió educación por parte del equipo de salud sobre su enfermedad, el uso de insulina, el control de glucosa y su alimentación. María preguntó, buscó información en fuentes confiables y aprendió a contar carbohidratos, reconocer síntomas de hipoglucemia y ajustar su tratamiento. Con el tiempo, logró mantener sus niveles de glucosa controlados y asistir a sus controles médicos regularmente.*

### ✅ Consecuencias

- **Uso adecuado de insulina**
- **Monitoreo constante de glucosa**
- **Reconocimiento temprano de síntomas**

### 👉 Impacto:

- **Menor uso de emergencias**
- **Mejor calidad de vida**



# Alfabetización Informativa en Salud



## Alfabetización informativa

*La alfabetización informativa comprende habilidades para encontrar, acceder, interpretar, analizar, gestionar, crear, compartir y almacenar información.*

(6)

## Alfabetización en salud

*Capacidades sociales y cognitivas que determinan la motivación y habilidad para obtener, comprender y usar información que permita mantener una salud óptima.*

(7)

## Alfabetización sanitaria profesional

*La alfabetización sanitaria profesional implica buscar, comprender, evaluar y usar información en salud en diversos formatos. Permite aplicar evidencia en la práctica clínica y comunicarla al paciente para apoyar decisiones informadas.*

(8)





# ¿Por qué es importante?

*La alfabetización informacional en salud es fundamental porque integra habilidades para buscar y evaluar información, comprenderla y usarla en el cuidado de la salud, permitiendo aplicar evidencia y comunicarla para decisiones informadas y una atención segura.*



- ✚ **Decisiones Basadas en Evidencia**
- ✚ **Reducción de Errores Médicos**
- ✚ **Empoderamiento del Paciente**
- ✚ **Combate la desinformación**

# ¿Por qué es importante?



## Decisiones Basadas en Evidencia

Los pasos de la Medicina Basada en Evidencia son:

- Formular una pregunta contestable
- Localizar la mejor evidencia disponible
- Realizar una evaluación crítica de la evidencia.

Determinar qué tan buena es

- Aplicar la evidencia. Integrar los resultados con la experiencia clínica del médico
- Evaluar la efectividad y la eficiencia de los procesos

(9)



## Reducción de Errores Médicos

Evita:

- duplicar dosis
- omitir medicamentos
- confundir indicaciones

Mejora la comunicación médico-paciente

- El profesional adapta el lenguaje
- El paciente puede preguntar



## Empoderamiento del Paciente

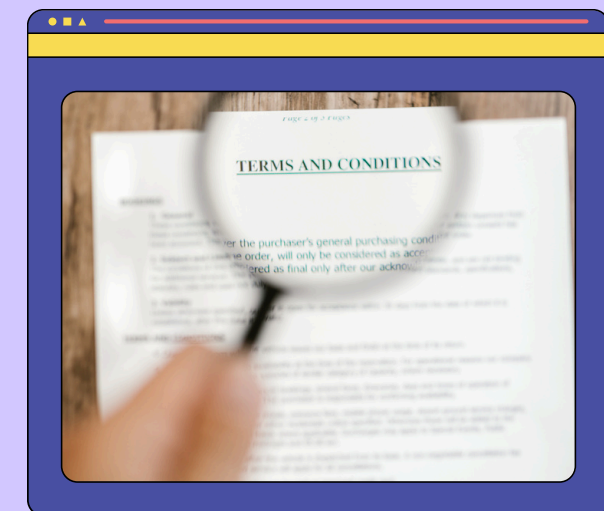
- Preguntas dudas
- Aclara indicaciones
- Entiende y acepta el tratamiento
- Lo sigue correctamente
- Toma de decisiones compartidas



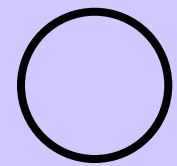
## Combate la desinformación

- Incluye contenido engañoso y fraudulento
- Abarca discursos de odio
- Contiene declaraciones falsas o errores no intencionados
- Implica tergiversación de la información
- Propaga noticias falsas que engañan al receptor

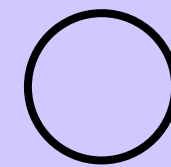
(10)



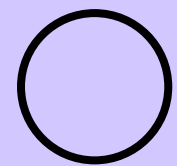
# ¿Cómo las instituciones de salud pueden mejorar la alfabetización de sus usuarios?



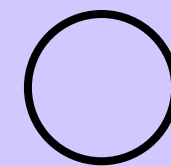
Incluir la alfabetización en salud en su misión, estructura y actividades.



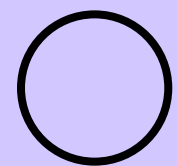
Proporcionar un acceso fácil a la información y servicios de salud y asistir en la navegación por la información y los servicios de salud



Incorporar a los usuarios en el diseño, ejecución y evaluación de información relacionados con autocuidados y servicios sanitarios.



Diseñar y distribuir información en el impreso, audiovisual y en redes sociales que es fácil de entender y actuar



Confirmar siempre la comprensión de la información por los usuarios.



Comunicar claramente qué servicios de salud cubren y si los individuos tendrán que pagar por algunos servicios específicos o no



# ¿Cómo puedo fomentar una cultura de alfabetización en salud?

## Conozca a su público

- Identificar a los usuarios previstos
- Realizar una investigación formativa con los usuarios previstos.
- Abordar la cultura y respetar las diferencias
- Utilice intérpretes bien capacitados y certificados

## Escucha primero

- Involucre directamente a su público en la creación de materiales y programas
- Adapta los materiales a tu público y a tus objetivos

## Crea un texto que sea fácil de seguir

- Limitar el número de puntos clave
- Utilice un lenguaje sencillo
- Utiliza narraciones para contar una historia completa
- Concéntrese en los comportamientos y las acciones

## Utiliza el diseño para realizar tu texto

- Utilice imágenes culturalmente apropiadas para reforzar los mensajes principales
- Presta atención al tamaño de la fuente y al espacio en blanco

## Comprueba la comprensión

- Utilice preguntas abiertas
- Utilice el método de "retroalimentación"

# Herramientas para alfabetización en salud



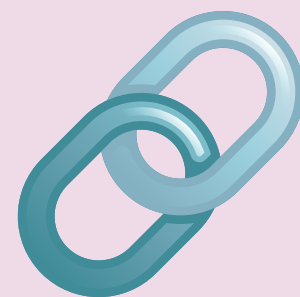
## ÍNDICE DE COMUNICACIÓN CLARA DE LOS CDC

Herramienta basada en la investigación para ayudar a crear y evaluar materiales para pacientes y cuidadores.



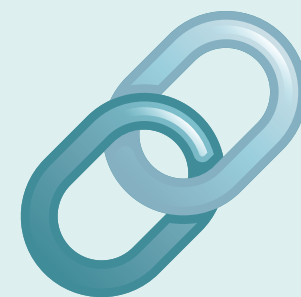
## TOMA DE DECISIONES COMPARTIDA

Marco de referencia para que pacientes y profesionales sanitarios exploren, alcancen y evalúen juntos las opciones de tratamiento.



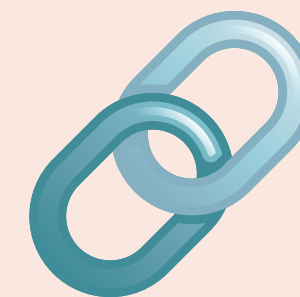
## FOTONOVELA DEL PROYECTO DE SALUD DE LAS MUJERES RURALES

La presentación incluye ejemplos de cuándo usar una fotonovela, los beneficios de usarlas y 15 pasos para ayudar a los trabajadores de extensión a crearlas.



## LA TÉCNICA DE RETROALIMENTACIÓN: COMUNICACIÓN EFICAZ CON LOS PACIENTES

El folleto incluye consejos sobre cómo y cuándo usar la técnica de retroalimentación, ejemplos de conversaciones y preguntas abiertas, y errores comunes.



# Búsqueda de información científica

---





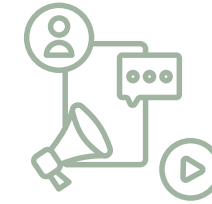
👉 Situación clínica:

“Tengo un paciente con diabetes tipo 1 mal controlado”

👉 Necesidad

- mejorar control glucémico
- reducir complicaciones

## IDENTIFICAR LA NECESIDAD DE INFORMACIÓN



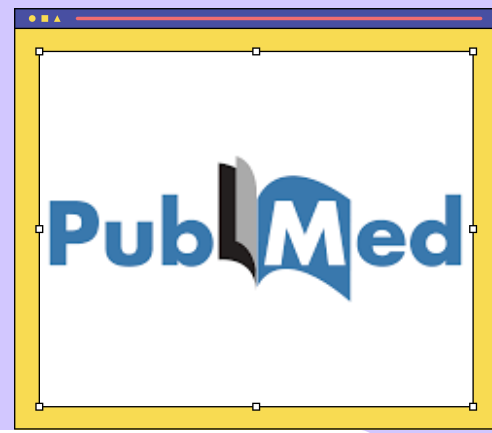
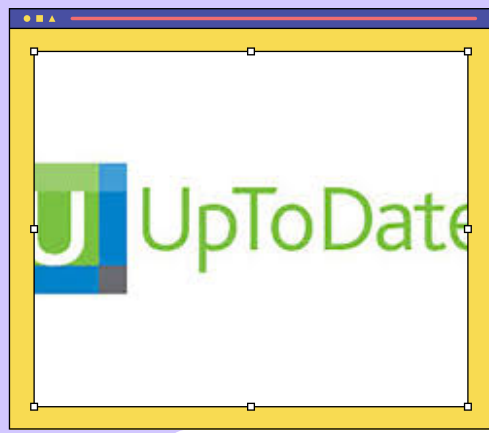
- P: pacientes con diabetes tipo 1
- I: bomba de insulina
- C: múltiples inyecciones (MDI)
- O: mejor control glucémico (HbA1c)

👉 Pregunta:

“En pacientes con diabetes tipo 1, ¿la bomba de insulina mejora el control glucémico comparado con múltiples inyecciones?”

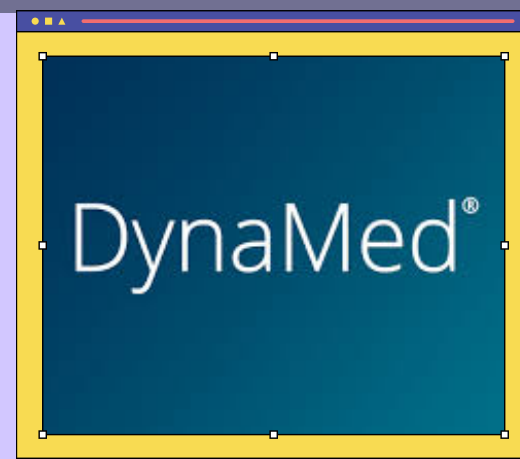
## FORMULAR PREGUNTA (PICO)





- PubMed
- Biblioteca Virtual en Salud
- ScienceDirect
- UpToDate
- Dynamed
- Scopus
- Consensus

## DÓNDE BUSCAR



## AND OR

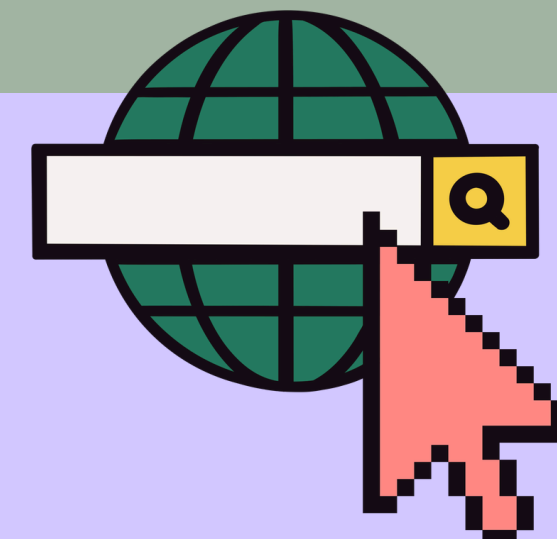
👉 Palabras clave:

- type 1 diabetes
- insulin pump
- multiple daily injections
- glycemic control

👉 Búsqueda:

("type 1 diabetes") AND ("insulin pump")  
AND ("glycemic control")

## CÓMO BUSCAR





☞ Qué hacer:

- leer título
- revisar resumen

☞ Elegir:

- ✓ revisiones sistemáticas
- ✓ ensayos clínicos

## REVISAR RESULTADOS



Comprender, comparar, combinar, anotar y aplicar (utilizar) la información encontrada.

Uso del software apropiado (hoja de cálculo / base de datos / estadístico / gestión de referencias / etc.)

## TRABAJAR / APROVECHAR LA INFORMACIÓN





👉 Explicación simple:

- No usar información falsa
- No copiar sin citar
- No dar información sin evidencia

## ÉTICA Y RESPONSABILIDAD



La capacidad de comunicar/compartir información de una manera o en un formato apropiado para la información, el público objetivo y la situación.

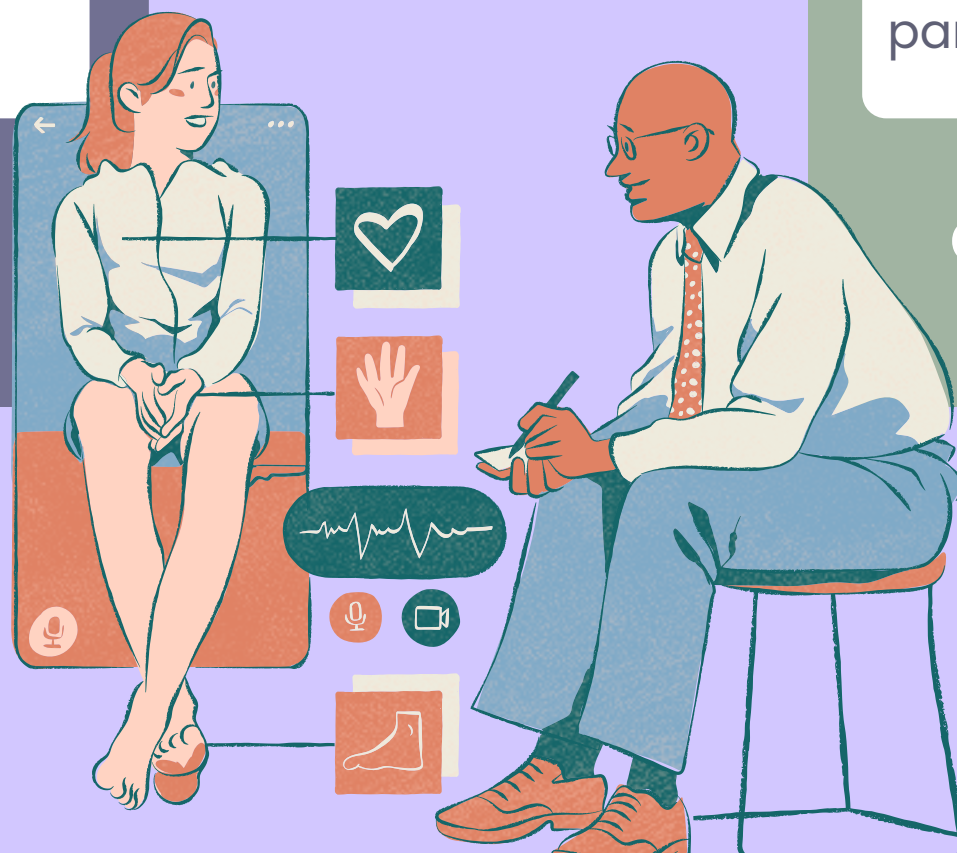
✗ Lenguaje técnico:

“Debe optimizar el control glucémico mediante terapia intensiva”

✓ Lenguaje clínico claro:

“Debe controlar su azúcar con insulina para evitar complicaciones”

## COMUNICAR LA INFORMACIÓN



# Referencias bibliográficas

1. Shahid R, Shoker M, Chu LM, Frehlick R, Ward H, Pahwa P. Impact of low health literacy on patients' health outcomes: a multicenter cohort study. *BMC Health Services Research* [Internet]. 12 de septiembre de 2022;22(1):1148. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12913-022-08527-9>
2. Gemalalbendea, Gemalalbendea. Nivel limitado de alfabetización en salud | Somos Pacientes [Internet]. Somos Pacientes | la Comunidad de Asociaciones de Pacientes. 2025. Disponible en: <https://www.somospacientes.com/noticias/al-dia/avances/el-47-de-la-poblacion-europea-presenta-un-nivel-limitado-de-alfabetizacion-en-salud/>
3. Triana DKR. El dineral que podría ahorrarse Colombia si mejora la alfabetización en salud. *Portafolio.co* [Internet]. 25 de julio de 2025; Disponible en: <https://www.portafolio.co/economia/finanzas/ahorro-en-atencion-medica-en-colombia-mejorar-la-alfabetizacion-en-salud-podria-generar-9-4-billones-de-pesos-636172>
4. Santiago J. Aumentar la alfabetización en salud le ahorraría a México hasta 179,000 millones de pesos al año. *El Economista* [Internet]. 13 de abril de 2026; Disponible en: <https://www.eleconomista.com.mx/empresas/aumentar-alfabetizacion-salud-le-ahorraria-mexico-179-000-millones-pesos-ano-20260412-808350.html>
5. Pan American Health Organization. Chile avanza hacia el reconocimiento constitucional de la alfabetización en salud [Internet]. Washington (DC): PAHO; 2026 Jan 13 [cited 2026 Apr 29]. Available from: Ver noticia completa
6. Sales D. Definición de alfabetización informacional de CILIP, 2018. *Anales de Documentación* [Internet]. 16 de enero de 2020;23(1). Disponible en: <https://doi.org/10.6018/analesdoc.373811>
7. Sánchez YC, Calderón MÁK, Pérez MPAM, Durán NR. Alfabetizar en salud: un elemento olvidado de la promoción de la salud. *Dilemas Contemporáneos Educación Política y Valores* [Internet]. 1 de mayo de 2024; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.46377/dilemas.v1i13.4193>
8. Griese L, Schaeffer D. Professionelle Gesundheitskompetenz. Berufs- und geschlechtsspezifische Aspekte. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz* [Internet]. 18 de febrero de 2025;68(3):282-92. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s00103-025-04014-8>
9. Romero J. ¿Por qué practicar medicina basada en evidencia? Romero | *Revista GEN* [Internet]. 30 de octubre de 2024; Disponible en: <https://doi.org/10.61155/gen.v78i2.690>
10. Pérez CR. No diga fake news, di desinformación: una revisión sobre el fenómeno de las noticias falsas y sus implicaciones. *Comunicación* [Internet]. 1 de enero de 2019;(40):65-74. Disponible en: <https://doi.org/10.18566/comunica.n40.a05>
11. Inter-American Development Bank. ¿Qué es la alfabetización en salud, por qué es importante y cómo aumentarla? [Internet]. Washington (DC): IDB; [cited 2026 Apr 29]. Available from: <https://www.iadb.org/es/blog/salud-nutricion-y-poblacion/que-es-la-alfabetizacion-en-salud-por-que-es-importante-y-como-aumentarla>
12. Arrighi E, De Castilla EMR, Peres F, Mejía R, Sørensen K, Gunther C, et al. Scoping health literacy in Latin America. *Global Health Promotion* [Internet]. 25 de junio de 2021;29(2):78-87. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/17579759211016802>
13. Definitions & models - Information Literacy Website [Internet]. Disponible en: <https://infolit.org.uk/definitions-models/#Models>

# ¡Gracias!

# Juntos

*Fomentemos la alfabetización  
informativa en salud para  
mejorar la calidad clínica y de  
investigación. Construyamos juntos  
una práctica basada en evidencia.*

