

Introducción a la búsqueda de información en internet de interés para dietistas-nutricionistas

Internet, el medio de difusión libre por excelencia, presenta innumerables ventajas, aunque no menos inconvenientes. Una de las ventajas más destacables, la posibilidad de acceder a una enorme cantidad de información, puede convertirse en un arma de doble filo: es fácil perderse entre la multitud de datos disponibles. La desventaja principal es que la libertad para publicar información en la red, da pie al intrusismo y a la aparición de aficionados y a organizaciones o individuos con planteamientos para-científicos o acientíficos que se aprovechan de este medio para escribir sobre los temas más diversos, incluyendo, como es bien sabido, los dietético-nutricionales.

La alimentación es un tema típico de conversación sobre el que cualquier persona media opina, con la particularidad de que en esta materia las opiniones de cada uno pueden guiarse por la experiencia individual. Internet favorece la difusión de estas opiniones poco fundamentadas y muchas veces sensacionalistas. Es necesario partir de la base de que la nutrición es una ciencia y que hay que estudiarla. Por ello, es muy importante saber separar "el grano de la paja".

Internet permite a los dietistas-nutricionistas encontrar respuesta

a las múltiples cuestiones que el desorientado consumidor plantea constantemente, localizar argumentos serios para convencer a otros profesionales de la importancia de la nutrición para la salud, y basar nuestras opiniones en evidencias científicas. Así, el presente artículo pretende ser un medio para aprender a "navegar" en Internet y no "naufragar" en el cúmulo de información disponible.

Google: la caja de Pandora

La herramienta básica para navegar en Internet es el motor de búsqueda por antonomasia: google (www.google.es). En este buscador podremos localizar todo lo que pretendamos hallar, aunque conviene aprender a usarlo. Para sacarle el máximo partido, es necesario utilizarlo a menudo e ir adquiriendo experiencia. Esta práctica permite que cada vez se escojan palabras más precisas, que nos acerquen en menos tiempo al resultado esperado. Por ejemplo: si se busca información sobre *caries* y *alimentación*, y utilizo solamente como palabras clave *caries* y *alimentación*, los resultados obtenidos provienen principalmente de páginas web comerciales. Sin embargo, un usuario "entrenado" añadiría, además de las palabras

citadas, otras que permitan obtener resultados más fiables. En este caso, la combinación de palabras *caries alimentación asociación española* mejora con creces la calidad de los resultados.

Conviene entrar en la sección *búsqueda avanzada* que aparece en la página principal de google, para mejorar nuestras búsquedas. En cualquier caso, existen tres consejos simples para usar google y potenciar la calidad de nuestras búsquedas:

1. Utilización de las comillas. Si se encierra una frase entre comillas, google la busca de forma literal. Si no se usan comillas, google busca páginas web que tengan *cualquiera* de esas palabras, aunque estén alejadas unas de otras, sin necesidad de que estén relacionadas entre ellas.

2. Localización de documentos en formato pdf. El formato pdf (acrobat) es el que suele utilizarse para publicar artículos formales. De esta forma, si restringimos nuestras búsquedas a este tipo de formato, existen más probabilidades de mejorar la calidad de los resultados. Para encontrar documentos en pdf, sólo tenemos que introducir, tras las palabras clave que hemos escogido, la siguiente frase: *filetype:pdf*.

Eduard Baladía*
Julio Basulto**

Diplomados en Nutrición Humana y Dietética (CESNID-UB)
Grupo de revisión y posicionamiento de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (GREP/AED-N)

*baladia@eduardbaladia.com

**jubasulto@telefonica.net

Páginas de instituciones

1. OMS (www.who.int)
2. Fao (www.fao.org)
3. Unión europea (www.europa.eu.int)
4. Ministerio de Sanidad y Consumo (www.msc.es)
5. Ministerio de agricultura, pesca y alimentación (www.mapa.es)

Páginas de asociaciones profesionales de nutrición, dietética o alimentación

1. Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AED-N) (www.aedn.es)
2. FESNAD (Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética) (www.fesnad.org)
3. SEDCA (Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación) (www.nutricion.org)
4. SEEDO (Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad) (www.seedo.es)
5. SEEN (Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición) (www.seenweb.org)
6. SEN (Sociedad Española de Nutrición) (www.sennutricion.org)
7. SENC (Sociedad Española de Nutrición Comunitaria) (www.nutricioncomunitaria.com)
8. SENPE (Sociedad Española de Nutrición Enteral y Parenteral) (www.senpe.com)
9. SENBA (Sociedad Española de Nutrición Básica y Aplicada) (www.senba.es)

3. Búsqueda, con google, dentro de otras páginas web. Una vez conocida una página web que contiene mucha información, aunque mal estructurada o de difícil localización, se puede utilizar google de la siguiente manera:

tras escribir las palabras clave escogidas, se añade la siguiente frase: *site:* y a continuación se escribe la dirección de la página dentro de la que queremos buscar. Por ejemplo: si se pretende encontrar, dentro de la web de la

FAO, información sobre la frutos secos y colesterol, en primer lugar se ha de localizar la web de la citada institución (en este caso: www.fao.org). Una vez conocido el nombre de dicha web, bastaría con escribir en google lo siguiente: *frutos secos colesterol site:www.fao.org*

Páginas de interés

El siguiente listado, que no pretende ser exhaustivo, recoge las páginas más relevantes en el ámbito de la salud y la alimentación, con información en castellano. Como se ha comentado anteriormente, la mejor estrategia para encontrar en ellas lo que buscamos es utilizando google, mediante el comando *site:* seguido del nombre de la web en cuestión, y precedido de las palabras clave que utilizaremos.

Identificar y localizar una revista o un libro

A través de bases de datos electrónicas, tales como: www.doyma.es o www.pubmed.gov podemos acceder a textos científicos, muchos de los cuales son de gran interés para el dietista-nutricionista. Algunas veces se podrá leer el contenido íntegro de dichos artículos a través de Internet, pero otras veces sólo se accederá a algunos datos de los textos. Con esos datos, podremos localizar la publicación que nos interese gracias a páginas como las que se enumeran a continuación (*ver tabla de al lado*).

Esta breve exposición ha pretendido servir para conocer algunas de las posibilidades que ofrece Internet a la hora de localizar información fidedigna, de forma práctica

Agencia española del ISBN: <http://www.mcu.es/bases/spa/isbn/ISBN.html>

Base de datos del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España en la que aparecen datos de todos los libros editados desde el año 1972.

Directorio de revistas españolas de ciencias de la salud:

<http://lis.isciii.es/cgi-bin/wxis.exe/iah/?IsisScript=iah/iah.xic&base=DREV&lang=E>

Web del Instituto de Salud Carlos III, que recoge los datos de más de 600 publicaciones periódicas editadas en España. El registro se compone de cuatro apartados: ficha bibliográfica, sociedad científica, datos de redacción y datos del editor Journals Database

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?db=journals>

Servicio ofrecido por el National Center for Biotechnology Information imprescindible para averiguar el nombre completo de una revista (journal) conociendo su abreviatura, y viceversa.

Catálogos de las Bibliotecas Públicas del Estado: http://www.mcu.es/cgi-bin/cbpe_b/BRSCGI?CMD=VERPAG&PAG=ForCBPE&SEC=CBPE

Permite localizar en qué biblioteca pública se encuentra un libro o revista.

Catálogo Colectivo de Publicaciones Periódicas

<http://www.bne.es/cgi-bin/wsirtex?FOR=WBNCPP4>

Servicio de la Biblioteca Nacional de España, útil para localizar publicaciones periódicas, incluyendo revistas científicas.

Red de bibliotecas universitarias

<http://rebiun.crue.org/cgi-bin/abnetop/X16420/ID516661934/NT1>

Web que permite consultar los fondos de 61 bibliotecas universitarias y de investigación españolas.