

# A la hora de hablar con su médico acerca de pruebas, tratamientos y sus costos

El gasto en atención médica en los Estados Unidos ha estado aumentando rápidamente.

Solo en 2012, en los Estados Unidos, se gastaron \$2.87 billones en atención médica. Este nivel de gasto no es sostenible para el futuro de la atención médica de los EE. UU. Por consiguiente, los médicos ahora intentan sopesar más cuidadosamente los costos, los riesgos y los beneficios de cada prueba o tratamiento antes de indicárselos a los pacientes. Pretenden asegurarse de que el dinero se gaste en intervenciones que sean verdaderamente útiles y que no terminen causando un perjuicio en lugar de un beneficio. Por ejemplo, tomar demasiados antibióticos puede provocar que las personas se vuelvan resistentes a estos, y someterse a demasiadas exploraciones por tomografía computada puede aumentar el riesgo de cáncer.

## Elegir con inteligencia

En 2011, American Board of Internal Medicine Foundation (Fundación del Consejo Americano de Medicina Interna) lanzó una campaña llamada Choosing Wisely (Elegir con inteligencia). La campaña tiene como objetivo guiar a médicos y a pacientes para que tomen las mejores decisiones al afrontar la cantidad cada vez mayor de procedimientos, pruebas y tratamientos disponibles en el campo de la medicina.

Choosing Wisely (Elegir con inteligencia) publica listas de las "5 principales" pruebas, procedimientos y tratamientos dentro de diversos campos de la medicina que los expertos consideran deben ser cuestionados. Muchos de los ítems de estas listas se utilizaban en forma rutinaria en el pasado, pero evidencia y pautas clínicas más recientes ahora cuestionan sus beneficios. Los médicos pueden haber realizado procedimientos por precaución o para cumplir las solicitudes de los pacientes; algunos impulsados por información incorrecta.

Choosing Wisely (Elegir con inteligencia) recomienda que tanto los médicos como los pacientes siempre se detengan un momento para considerar si estas "5 principales" pruebas o tratamientos son realmente necesarios. Las listas no pretenden ser normas inamovibles. En lugar de ello, pretenden dar inicio a una conversación entre el médico y el paciente.

Cada lista de "5 principales" se concibe mediante una revisión minuciosa de la evidencia de efectividad, el costo, el valor, la relevancia y el potencial para cambiar la práctica. Hasta el momento, se incluyen más de 50 subespecialidades de la medicina, y el listado sigue creciendo año tras año. Muchas especialidades incluyen información adicional, lo que hace que el sitio web de Choosing Wisely (Elegir con inteligencia) sea una vasta fuente de información científicamente precisa y actualizada. *Consumer Reports* ha realizado versiones simplificadas de estas listas orientadas a los médicos específicamente para los pacientes. Por ejemplo, en medicina



familiar, una recomendación de Choosing Wisely (Elegir con inteligencia) señala: "No recete antibióticos en forma rutinaria para una sinusitis aguda de leve a moderada, a menos que los síntomas duren siete días o más, o bien estos empeoren después de una mejora clínica inicial". La versión de *Consumer Reports* reza: "No se precipite a recetar antibióticos".


## Menos es más

En mayo de 2012, *JAMA Internal Medicine* lanzó la serie Less Is More (Menos es más). Dado que se estima un derroche de atención médica valuado en \$1 billón o más, la serie tiene como objetivo proporcionar información para médicos acerca de cómo evitar el derroche de atención médica. Por ejemplo, la serie pone en tela de juicio la creencia generalizada tanto entre pacientes como entre médicos de que la tecnología siempre es beneficiosa y de que la tecnología más novedosa siempre es mejor que la antigua.

Lo principal es que usted no debe dudar en analizar con su médico los costos de pruebas y tratamientos, y si estos son realmente necesarios para mejorar su salud.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Choosing Wisely (Elegir con inteligencia)  
[www.choosingwisely.org](http://www.choosingwisely.org)
- Less Is More (Menos es más)  
[iom.edu/Global/Perspectives/2012/LessIsMore.aspx](http://iom.edu/Global/Perspectives/2012/LessIsMore.aspx)
- *Consumer Reports*  
[consumerhealthchoices.org](http://consumerhealthchoices.org)

 Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [jama.com](http://jama.com). Muchas están disponibles en inglés y en español.

**Autores:** Deborah Tolmach Sugerman, MSW; Jill Jin, MD, MPH

**Divulgación relacionada con conflictos de intereses:** Los autores han completado y presentado el formulario del Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (International Committee of Medical Journal Editors, ICMJE) para la divulgación de posibles conflictos de intereses, y no se informó ningún conflicto.

**Fuentes:** American Board of Internal Medicine Foundation, Institute of Medicine, *Consumer Reports*

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su enfermedad médica personal, JAMA le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.