

El rincón de Internet en Senología

Bienvenidos de nuevo a este humilde rincón. En esta ocasión vamos a empezar con un tema que ya tratamos hace casi dos años pero que por su importancia debe ser revisado de nuevo: los virus y antivirus. Como todos sabéis, y algunos más que otros por haberlo experimentado en sus propias carnes, el problema de los virus informáticos, lejos de solucionarse, cada vez es más importante. Hoy en día la mayoría de ordenadores se encuentran expuestos a la acción de virus informáticos. El motivo es que se comparte información con otros equipos constantemente, especialmente a través del correo electrónico y de la navegación y descarga de archivos a través de internet. Por ello internet se está convirtiendo en un lugar peligroso, pues los diseñadores de virus informáticos y programas potencialmente peligrosos han llegado a “pervertir” aplicaciones tan comunes como las Java o los controles ActiveX en su esfuerzo por enmascarar sus creaciones para poder dañar nuestros ordenadores. Pensemos que cuando entramos en un lugar web nuestro ordenador está recibiendo una avalancha de información entrante que nos permite visualizar el lugar completo y acceder a todas sus funciones, los enemigos pueden perfectamente llegar enmascarados en esta marea, incluso existen sistemas que durante la visualización de un lugar web, penetran en el disco duro de nuestro ordenador, utilizando nuestra dirección electrónica para sus fines nocivos. Los gusanos (*worms*) o los caballos de Troya (*Trojans*) son elementos que técnicamente no se reproducen, pero pueden llegar a expandirse a una velocidad igual o mayor que los virus convencionales. Todo esto significa que el viejo “truco” de no abrir los correos de remitentes desconocidos o de asuntos no claros no es en absoluto suficiente hoy en día.

Nuestra mejor defensa pasa por un buen programa antivirus que además posea unas capacidades de protección del correo y seguridad para la navegación en internet elevadas. Al programa antivirus además le pediremos que pueda actualizar con relativa frecuencia sus archivos de virus conocidos (aparecen cientos de virus nuevos cada mes y los principales fabricantes actualizan sus bases de datos con regularidad, incluso permitiendo actualizaciones automáticas o enviándonos avisos para actualizar) a ser posible de manera gratuita para el usuario y que posea sistemas de detección de actividad hostil, incluso si se trata de un elemento desconocido por el sistema; p. ej., nuestro programa de

gestión de correo electrónico intenta mandar muchos correos electrónicos a gran parte de nuestros contactos: el antivirus detiene el proceso e informa de posible actividad peligrosa, aunque el acusante aún no esté incluido en su base de datos de virus, y por ello no lo reconoce. También se nos ofrecen opciones de poner determinados ficheros sospechosos de infección en “cuarentena”, es decir, aislarlos hasta que se elimine el virus o se demuestre su inocuidad. En fin, en el mercado podemos encontrar varios programas antivirus a precios razonables y con una calidad de protección alta. Es importante que si nuestro antivirus no está actualizado lo actualicemos, e incluso aprovechemos la ocasión para sondear el mercado y ver si existe una opción mejor. Por supuesto, quien navegue por internet sin la protección adecuada se expone a un peligro potencial nada desdeñable.

Otro punto a tener en cuenta es que con la entrada en vigor de la LORTAD, la Ley que desarrolla el tema de la protección de datos, debemos proteger nuestros sistemas, no sólo de virus e intrusiones nocivas, sino dotarlo de contraseñas y mecanismos de seguridad que impidan que un intruso físico (ladrón) o virtual (*hacker* o pirata informático) se introduzca en nuestros ficheros accediendo a datos personales o de nuestros pacientes, de los que somos responsables ante la Ley.

Todo este galimatías sobre seguridad se justifica por la importancia del tema: en primer lugar una acción hostil sobre nuestro ordenador nos hará perder un valioso tiempo en solucionar sus efectos, y es posible que no podamos recuperar información valiosa, esto sin tener en cuenta los costes económicos por daños en los datos o en los equipos. Pero además muchos de estos programas utilizan nuestro ordenador como plataforma para infectar otras computadoras, como por ejemplo los que tenemos listados en la libreta de contactos. Y no sólo eso, existen virus que se dedican a enviar todos nuestros ficheros por ahí, indiscriminadamente. Imaginemos las desagradables consecuencias que puede tener con según qué información: amén de peligrosas por infringir la ley de protección de datos; si, por ejemplo, el desagradable intruso se dedica a enviar nuestro fichero de pacientes por doquier, con nombres, apellidos, teléfono, diagnósticos... ¡Un auténtico desastre! Por eso os hemos aburrido con esta exposición: para que todos seamos conscientes de las implicaciones que tiene la seguridad en este momento, y de lo rentable

que es la pequeña inversión en un buen programa de protección. Incluso existen versiones especiales de antivirus que aumentan espectacularmente la seguridad durante la navegación por internet (aunque estarían más bien reservados a su uso en servidores que no en equipos domésticos). Algunos de ellos nos permiten realizar copias de seguridad en lugares "protegidos" del disco duro, aunque aconsejan que si tenemos información muy importante utilicemos un equipo de ampliación de memoria externo (no son excesivamente caros) para almacenar nuestras copias de seguridad, por la relativa invulnerabilidad de estos sistemas a agresiones externas, ya que sólo se conectan al ordenador para realizar las actualizaciones de la copia segura.

En cuanto a nuestra habitual referencia a lugares web en primer lugar recordaros la página del Instituto Nacional del Cáncer de Estados Unidos: www.nci.nih.gov allí en su página principal encontraremos la mejor respuesta a las preguntas de nuestras pacientes acerca de ciertas notas de prensa citando fuentes de dicho centro y que insinúan falta de efectividad del cribaje mamográfico. Haciendo click sobre un "banner" que reza: "NCI statement on breast cancer screening" accedemos a una corta página donde dan clara y contundente respuesta, manteniendo las recomendaciones que se hacían hasta la fecha. Si elegimos la opción de idioma español en la parte inferior de la página, no podremos acceder a esta información, que sólo se encuentra en inglés.

Otra página interesante a visitar en relación al tema comentado, pero también en otros, es la página de cáncer de mama de la Feminist Majority Foundation (fundación de la mayoría feminista): <http://www.feminist.org/other/bc/bchome.html>. Esta asociación lucha por la igualdad de derechos de la mujer y en esta sección dedica sus esfuerzos a un recurso útil para informar de diferentes aspectos de la enfermedad. La opción "mammography 101" es un interesante resumen de las reco-

mendaciones de tres grandes organizaciones en la lucha contra el cáncer, una explicación sobre los riesgos y beneficios de la mamografía y explicaciones sobre cómo es la prueba. Es interesante y puede servirnos de base para informar a nuestras pacientes, e incluso para informarnos nosotros. Para los curiosos un paseo por la web puede deparar interesantes sorpresas, desde las mujeres afganas hasta aspectos del deporte en la mujer, pasando por un capítulo dedicado a diversos tipos de emergencia ("911 for women") como violencia doméstica o sexual.

Un lugar curioso para visitar es www.modart.com, una página en la que se nos explica una curiosa iniciativa para recaudar fondos e informar a las mujeres sobre el cáncer de mama: realizan moldes en *papier couché* de los senos de mujeres famosas y no famosas: deportistas y músicos especialmente y los subastan, donando los fondos recaudados a fundaciones contra el cáncer de mama. Un lugar relacionado, donde actúa Modart es http://www.wigmag.com/bigwigs/bbc_2_18_2001.html: el festival de música y *snowboard* que se celebra en Tahoe, USA. Este año llega a su 6ª edición y va especialmente dirigido al público más joven, a raíz de la experiencia personal de las organizadoras con cáncer de mama en mujeres muy jóvenes. Sirva esto como ejemplo de la relevancia que tiene el problema en la red y fuera de ella, incluso en mundos aparentemente tan poco próximos al nuestro como los deportes extremos y la música alternativa.

Con esto nos despedimos y esperamos vuestras opiniones, sugerencias y hallazgos que podéis enviarnos a 29737mpd@comb.es. ¡Gracias!

(Rogamos perdonéis el gazapo en la dirección electrónica aparecido en la edición anterior, y que impidió que nos llegasen vuestras sugerencias.)

M. Prats de Puig y M. Izquierdo Sanz