

## *Nutrición basada en la evidencia*

## Editorial

D. BELLIDO<sup>a</sup>, M.D. BALLESTEROS<sup>b</sup>, J. ÁLVAREZ<sup>c</sup> Y D. DEL OLMO<sup>d</sup>

<sup>a</sup>Servicio de Endocrinología y Nutrición.

Complejo Hospitalario Juan Canalejo. La Coruña.

<sup>b</sup>Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital de León. León.

<sup>c</sup>Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Príncipe de Asturias. Alcalá de Henares. Madrid.

<sup>d</sup>Sección de Endocrinología y Nutrición.

Hospital Severo Ochoa. Leganés. Madrid. España.

Desde principios de los años noventa estamos asistiendo a un cambio en la práctica de la medicina. El espectacular desarrollo tecnológico y científico, junto con el aumento exponencial de publicaciones y ensayos clínicos de las últimas décadas, hace imposible que el médico mantenga unos niveles de actualización y formación continua adecuados, aun cuando la sociedad exige una mayor responsabilidad y eficacia en la toma de sus decisiones. Se calcula que un médico de cualquier especialidad necesitaría leer unos 19 artículos diarios<sup>1</sup> para mantenerse al día, además de continuar con su labor profesional diaria, y los cuidados y las atenciones hacia los pacientes y sus familias. La medicina basada en la evidencia (MBE) surge por la necesidad de integrar los resultados de la investigación científica con nuestra experiencia profesional, y con los principios y los valores de los pacientes<sup>2</sup>. Las decisiones terapéuticas, diagnósticas o preventivas así tomadas estarán fundamentadas en el mayor grado de conocimiento disponible, y se alejarán de la subjetividad.

A pesar de lo prometedor de este nuevo método, son muchos los médicos que se resisten a incorporar la MBE a sus quehaceres diarios. La incapacidad para comprender totalmente de qué se trata, junto con el miedo a que la medicina se convierta en un desfile de números, *odds ratio* y metaanálisis, son 2 de las razones fundamentales que subyacen en la negativa y el rechazo a aplicar el método de la MBE. Sin embargo, la estrategia que propone la MBE contiene muchos de los elementos del proceso científico de investigación que el médico está acostumbrado a manejar: a partir de un problema se genera una hipótesis, se diseña una metodología de trabajo con unos criterios predefinidos (búsqueda, revisión y análisis bibliográfico) y se da respuesta a la cuestión planteada<sup>3</sup>. La práctica habitual consistente en basar nuestras decisiones en opiniones de colegas, expertos, revisiones o libros de texto es, al menos, conceptualmente más difícil de comprender para un científico que la metodología que propone la MBE. Cualquiera que sea la conclusión final, la MBE exige, por un lado, que se tengan en cuenta todos los datos y pruebas científicas existentes y, por otro, que el médico integre estos datos con su experiencia previa. Ahora bien, buscar la evidencia es absurdo si es imposible aplicarla en nuestro medio o si el paciente se niega a aceptar las recomendaciones.

La nutrición se incorporó al método de trabajo de la MBE prácticamente desde sus inicios. De hecho, las recomendaciones de la primera edición de las Guías de Práctica Clínica de la American Society of Parenteral and Enteral Nutrition (ASPEN), de 1993, estaban basadas en la evidencia, y en la segunda edición se mantuvo este diseño. Próximamente aparecerán las guías de la European Society of Parenteral and Enteral Nutrition (ESPEN), también basadas en la evidencia. La nutrición basada en la evidencia (NuBE) se podría definir como la aplicación de la mejor evidencia disponible para la práctica de la nutrición clínica y el establecimiento de las recomendaciones en nutrición comunitaria<sup>3,4</sup>.

A las limitaciones típicas de la MBE, en nutrición se añaden problemas específicos, como la imposibilidad ética de realizar grupos sin tratamiento o la dificultad de atribuir exclusivamente al soporte nutricional los cambios de los parámetros clínicos y bioquímicos que aparecen en la evolución del paciente. Estos motivos, entre otros, explican la escasez de estudios de buena calidad en nuestra especialidad y la dificultad de crear guías de manejo nutricional con altos niveles de evidencia. A pesar de todo, los autores de este monográfico sobre NuBE han realizado un excelente trabajo de revisión sistemática de la bibliografía, que es, en España, el primer documento de nuestra especialidad con estas características.

Este monográfico es el primer paso de un largo camino que el Área de Nutrición de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) piensa recorrer con la finalidad de promover y desarrollar la NuBE.

### BIBLIOGRAFÍA

1. Davidoff F, Haynes B, Sackett D, Smith R. Evidence based medicine: a new journal to help doctors identify the information they need. BMJ. 1995;310:1085-6.
2. Sackett DL, Straus Sh, Richardson WS, Rosenberg W, Haynes RB. Evidence-based medicine: how to practice and teach EBM. 2nd ed. Edinburgh: Churchill Livingstone; 2000.
3. Koretz RL. Doing the right thing: the utilization of evidence-based medicine. Nutr Clin Pract. 2000;15:213-7.
4. Margetts BM, Vorster HH, Venter CS. Evidence-based nutrition. SAJCN. 2002;15:7-12.