

7 PASOS PARA LA BÚSQUEDA PICO PERFECTA

Prácticas de enfermería basadas en la evidencia



VISIÓN GENERAL

La búsqueda de evidencia en la investigación clínica de alta calidad puede ser una tarea difícil, pero es una parte integral del proceso de la práctica basada en la evidencia. Una manera de racionalizar y mejorar el proceso de investigación que siguen enfermeros e investigadores es usar la estrategia de búsqueda PICO. PICO es un modelo que permite desarrollar una buena pregunta de investigación clínica antes de comenzar la investigación. Es una regla nemotécnica que se utiliza para describir los cuatro elementos de una pregunta clínica estructurada (Yale University's Cushing/Whitney Medical Library).

En este artículo estudiaremos la importancia de la práctica de enfermería basada en la evidencia, profundizaremos en el proceso PICO y mostraremos, a través de un caso hipotético, un ejemplo del funcionamiento de este proceso. Si eres bibliotecario, enfermero o estudiante de Enfermería, las posibilidades de que aprendas algo nuevo a medida que lees *7 pasos para la búsqueda PICO perfecta* son muy altas.

¿QUÉ ES LA PRÁCTICA DE ENFERMERÍA BASADA EN LA EVIDENCIA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE?



«La práctica de enfermería basada en la evidencia utiliza y lleva a cabo prácticas enfermeras que parten del mejor conocimiento disponible. La práctica basada en la evidencia incorpora la experiencia clínica enfermera a la mejor evidencia de investigación externa y tiene en cuenta las preferencias del paciente para brindar atención enfermera de calidad».

-Victoria Schirm, directora de Investigación en Enfermería en la Universidad Estatal de Pensilvania



La enfermería basada en la evidencia es un proceso que se centra en la recopilación, interpretación, evaluación e integración de investigaciones válidas, de relevancia clínica y vigentes. No se trata de desarrollar un nuevo conocimiento o de validar los ya existentes, sino de traducir las evidencias disponibles para que puedan aplicarse a la toma de decisiones clínicas. El estándar esperado en los sistemas sanitarios modernos es la *práctica de enfermería basada en la evidencia* que vincula la investigación y la teoría con la práctica, y que proporciona a los médicos clínicos datos actuales, fiables y motivados por la investigación para orientar las decisiones sobre la atención de los pacientes.

La investigación ha demostrado que los resultados de los pacientes mejoran sustancialmente cuando la atención sanitaria se basa en la evidencia de estudios bien diseñados en lugar de en la tradición o la experiencia clínica por sí sola. Mejores resultados en los pacientes suponen un mayor rendimiento, lo que es esencial en hospitales con problemas de personal.

¿QUÉ ES EL PROCESO PICO?

PICO es un modelo que sirve para desarrollar una buena pregunta de investigación clínica antes de comenzar la investigación. Es una regla nemotécnica que se utiliza para describir los cuatro elementos de una pregunta clínica estructurada. (Yale University's Cushing/Whitney Medical Library). La pregunta debe identificar al paciente o a la población que pretendemos estudiar, la intervención o el tratamiento que pensamos usar, la comparación de una intervención a otra (si procede) y el resultado que esperamos. Estos son los cuatro elementos del modelo PICO: **P**acient/**P**roblem (Paciente/Problema), **I**ntervention (Intervención), **C**omparison (Comparación) y **O**utcome (Resultado).

El proceso PICO comienza con un caso hipotético a partir del cual se formula una pregunta que es relevante para el caso y que se ha redactado de tal forma que facilita la búsqueda de una respuesta. Una vez que se formula una pregunta bien estructurada, los investigadores estarán en mejores condiciones de buscar evidencia en la expresión que respalde su pregunta PICO original.

7 pasos para la búsqueda PICO perfecta



1. Formular la pregunta PICO
2. Identificar las palabras clave para cada elemento PICO
3. Planear la estrategia de búsqueda
4. Realizar la búsqueda
5. Refinar la búsqueda
6. Revisar los resultados
7. Evaluar la evidencia

PRIMER PASO: FORMULAR LA PREGUNTA PICO

Caso hipotético:

Eres un enfermero que trabaja en una unidad de Urología. Uno de tus pacientes es un hombre de 55 años que se está recuperando de una cirugía abdominal, en concreto de una prostatectomía radical laparoscópica. El paciente se queja de dolor abdominal y náuseas. Tiene distensión abdominal, pero no padece borborigmos. El médico sospecha de un íleo paralítico y confirma el diagnóstico basándose en los síntomas y los resultados del escáner.

En la próxima reunión del Comité de Práctica de Enfermería Basada en la Evidencia analizáis el caso. El comité decide hacer un caso práctico para determinar si hay indicios que sugieran que una simple intervención como masticar chicle después de una operación pueda prevenir un íleo posoperatorio después de una cirugía abdominal.

Basándonos en esta hipótesis, la pregunta de investigación es la siguiente: «En pacientes que se someten a una **cirugía abdominal**, ¿hay indicios de que **masticar chicle** después de una operación, en comparación con no hacerlo, puede prevenir un **íleo paralítico posoperatorio**?».

SEGUNDO PASO: IDENTIFICAR LAS PALABRAS CLAVE PARA CADA ELEMENTO PICO

Población (P) – ¿Qué individuo o grupo nos interesa estudiar?

Intervención (I) – ¿Qué nos planteamos llevar a cabo: la intervención, el tratamiento, etc.?

Comparación (C) – ¿Con qué comparamos lo que vamos a hacer: con la intervención, el tratamiento, etc.?

Outcome/Resultado (O) – ¿Qué esperamos como resultado?

«En pacientes que se someten a una *cirugía abdominal*, ¿hay indicios de que *masticar chicle* después de una operación en comparación con no hacerlo puede prevenir un *ileo paralítico posoperatorio*?».

ELEMENTOS PICO	PALABRAS CLAVE
P (Paciente o Población)	Patients undergoing abdominal surgery
I (Intervención)	Chewing gum
C (Comparación)	Not chewing gum
O (Outcome, Resultado)	Affects post-operative ileus

Fig. 1

TERCER PASO: PLANEAR LA ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

Para planear tu estrategia de búsqueda:

- Decide en qué base(s) de datos vas a buscar
- Identifica los principales elementos de tu pregunta
- Cambia los términos del lenguaje natural por descriptores del tema, encabezamientos CINAHL o sinónimos.

Interfaz: Base de datos de investigación EBSCOhost®

Base de datos: CINAHL® Complete

Pantalla de búsqueda: Búsqueda avanzada

Los sinónimos, palabras o frases que tienen el mismo significado o uno parecido al de otras palabras o frases pueden ayudar perfectamente a ampliar la búsqueda. Por ejemplo: al buscar la palabra clave «cirugía», es posible que no encuentres artículos que califiquen a un paciente como «en posoperatorio» o «en recuperación». Añadir sinónimos ayudará a ampliar tus resultados a aquellos artículos que también son relevantes, pero que puede que no incluyan los términos «cirugía abdominal». Aparecen como «estrategias de búsqueda» en la siguiente tabla.

CINAHL® Complete

CINAHL® Complete es solo uno de los recursos de información que un investigador de enfermería puede usar para lanzar una búsqueda PICO perfecta. Considerada como la herramienta de investigación precisa para los profesionales de enfermería y de sanidad, CINAHL Complete proporciona un acceso rápido y fácil a las mejores revistas de enfermería y de salud, hojas de cuidados basadas en la evidencia, guías rápidas y módulos de formación continua. Esta base de datos contiene el texto completo de muchas de las revistas más consultadas en el CINAHL® index. Con CINAHL Complete, los usuarios pueden acceder a una amplia gama de contenidos que cubren más de 50 especialidades de enfermería, así como temas relacionados con la salud, incluyendo patología del habla y del lenguaje, nutrición, fisioterapia y muchos más.

ELEMENTOS PICO	PALABRAS CLAVE	TÉRMINOS DE BÚSQUEDA	ESTRATEGIAS DE BÚSQUEDA
P (Paciente o Población)	Pacientes que se someten a una cirugía abdominal	Abdominal Surgery	Abdominal surgery OR Surgery OR Postoperative OR Recovery
I (Intervención)	Masticar chicle	Chewing Gum	Chewing Gum OR Gum
C (Comparación)	No masticar chicle		
O (Outcome, Resultado)	Previene el íleo posoperatorio	Postoperative Ileus	Postoperative Ileus OR Paralytic Ileus OR Ileus

Fig. 2

CUARTO PASO: REALIZAR LA BÚSQUEDA

Antes de comenzar la búsqueda, asegúrese de que el *modo de búsqueda* se haya configurado como *Booleano/Frase*. Esto es importante porque esta opción permite la búsqueda de la «frase exacta». Por ejemplo, si buscas los términos *enfermedad cardíaca*, el sistema buscará registros en los que ambas palabras aparezcan juntas, como una frase, y no solamente registros en los que ambas aparezcan por separado.

Para comenzar la búsqueda, fíjate en la tabla superior. Cada elemento PICO se buscará individualmente utilizando la estrategia de búsqueda correspondiente. Después de cada búsqueda, se borrará la ventana y se comenzará una nueva antes de empezar la siguiente.

- P (Paciente o Población):** Comienza la búsqueda con el Paciente o la Población, ya que se refiere a aquellos pacientes que se someten a una *cirugía abdominal*. Como ya se ha mencionado, para aumentar los resultados de búsqueda, intenta añadir descriptores que tengan el mismo significado, como *surgery*, *postoperative* o *recovery*.

*Nota: No te olvides de usar el operador *booleano* «or» para que cada resultado contenga **al menos uno** de estos términos de búsqueda. La siguiente imagen es un ejemplo de esta estrategia de búsqueda realizada en EBSCOhost.

Fig. 3



- **I (Intervención):** Realiza una nueva búsqueda para la Intervención, que será *chewing gum* o *gum*. No te olvides de usar el operador *booleano* «or». Anota el número de resultados.
- **O (Outcome/Resultado):** Ahora puedes realizar la búsqueda para el Outcome/Resultado que es *postoperative ileus*. Añade sinónimos como *paralytic ileus* o *ileus*. Tu objetivo es determinar si masticar chicle después de una operación previene el íleo posoperatorio positiva o negativamente. Haz clic en buscar y anota el número de resultados.
- **Combinar las búsquedas:** Para completar la búsqueda, combina la Población (aquellos pacientes que se someten a una cirugía abdominal), la Intervención (masticar chicle) y el *Outcome/Resultado* (íleo posoperatorio/íleo paralítico). Si utilizas el historial de búsqueda de la base de datos, podrás combinar todas las búsquedas en una que muestre los resultados de las tres búsquedas anteriores.

QUINTO PASO: REFINAR LA BÚSQUEDA

Ahora puedes refinar la búsqueda añadiendo filtros. Los filtros te permitirán concentrar los resultados más relevantes, asegurándote de que no pierdes el tiempo en explorar contenido que no es útil.

Por ejemplo, podrías querer filtrar los resultados por fecha y tipo:

Fecha de publicación – Utiliza esta opción para buscar artículos dentro de un intervalo de fechas específico.

Práctica basada en la evidencia – Podrías filtrar los artículos que estén basados en la evidencia. Cuando se busca en una base de datos como *EBSCOhost*, este filtro busca el valor «práctica basada en la evidencia» en el campo de interés especial. Si aplicas este filtro podrás reducir los resultados a:

- Artículos de revistas sobre práctica basada en la evidencia
- Artículos sobre práctica basada en la evidencia
- Artículos de investigación (revisiones sistemáticas, ensayos clínicos, metaanálisis, etc.).
- Informes sobre estudios de investigación (de aplicación práctica a la investigación)

Si observas que obtienes pocos artículos al filtrar los resultados por «práctica basada en la evidencia», puedes elegir cualquiera de los siguientes tipos de publicación:

- | | | |
|-------------------|--------------------------------|-------------------------|
| 1. Caso práctico | 3. Metaanálisis | 5. Investigación |
| 2. Ensayo clínico | 4. Ensayo aleatorio controlado | 6. Revisión sistemática |

SEXTO PASO: REVISAR LOS RESULTADOS

Una vez que hayas aplicado filtros a la búsqueda combinada y hayas vuelto a realizar la búsqueda, elige y revisa los artículos que son más relevantes para tu pregunta PICO. Si encuentras un artículo que es especialmente relevante para tu búsqueda, pero no está disponible a texto completo, consulta a la biblioteca para ver si pueden localizarlo.

SÉPTIMO PASO: DETERMINA EL NIVEL DE EVIDENCIA

El último paso para la búsqueda PICO perfecta es determinar el nivel de evidencia dentro de cada artículo relevante. Si buscar la mejor evidencia disponible, existe una jerarquía según el nivel y la fuerza de la evidencia (ver pirámide). Cuando revises los artículos de revista, escoge los que tengan el nivel más alto de evidencia, como un metaanálisis o una revisión sistemática.



Fig. 4

DEFINICIONES

Metaanálisis: Una revisión sistemática que utiliza métodos cuantitativos para sintetizar y resumir los resultados.

Revisión sistemática: Un resumen de la bibliografía médica que utiliza métodos específicos para realizar una búsqueda bibliográfica exhaustiva y una evaluación crítica de los estudios realizados.

Ensayo aleatorio controlado: Los participantes se asignan aleatoriamente en grupos de estudio o de control y, con el tiempo, se hace un seguimiento a las variables/resultados de interés.

Estudio de cohorte: Identifica a los participantes que actualmente padecen alguna enfermedad o siguen un tratamiento y les hace un seguimiento para compararlos con otro grupo de personas que no padecen la enfermedad.

Estudio de casos y controles: Identifica a los participantes que tienen un determinado resultado (casos) y a los que no (controles).

Estudio de casos/Caso clínico: Un informe sobre uno o más participantes con un resultado peculiar.

(Realizado por el CEBM - Centre for Evidence-Based Medicine).

Conclusión

Fomentar una cultura de la práctica de enfermería basada en la evidencia dentro de un hospital no es una tarea fácil. Implica la integración de la experiencia clínica, los resultados del paciente y la mejor evidencia de investigación (Sackett D, 2002). La búsqueda real de evidencia de investigación clínica de alta calidad puede ser aplastante para muchos. Si se utiliza el modelo PICO, el proceso de búsqueda se agilizará y proporcionará la mejor evidencia disponible para apoyar las decisiones clínicas y explorar tratamientos y procedimientos alternativos.

Sobre la autora



Kathy A. Jensen, MHA, RN

EBSCO Health

10 Estes Street | Ipswich, MA 01938 T: 978-356-6500 x 2879

C.e.: kjensen@ebSCO.com

Traducción al castellano: Ainhoa Peces Navas

Biblioteca de la Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología

Universidad Complutense de Madrid

Bibliografía

1. Conner, Brian T. (June 2014). *Differentiating research, evidence-based practice, and quality improvement*. American Nurse Today, Vol. 9 No. 6.
2. Houser, J. (2018). *Nursing Research: Reading, Using And Creating Evidence*. Burlington, Massachusetts: Jones & Bartlett Learning.
3. Melnyk, B.M. (2011). *Evidence-based practice in nursing & healthcare: A guide to best practice*. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins. pp. 3–7.
4. Schub, E. B., & Walsh, K. C. (2017). Evidence-Based Nursing Practice: Implementing. *CINAHL Nursing Guide*.
5. Yensen, J. (2013). *PICO Search Strategies*. Online Journal of Nursing Informatics (OJNI), 17 (3)