

## Pediatría e Internet (nº 5)

---

### Conectarse a Internet (II): Programas

P. MOLA CABALLERO DE RODAS, C.A. DÍAZ VÁZQUEZ

*En esta entrega de Pediatría e Internet vamos a mostrar aquellos programas que son necesarios para la conexión a Internet, así como para obtener el máximo provecho a nuestro trabajo. También se hará referencia a aquellos otros programas que, sin ser absolutamente necesarios, es recomendable que contemos con ellos. Por último, se incluye la sección de Webs recomendadas haciendo especial mención a las listas de correo.*

#### PROGRAMAS NECESARIOS PARA NAVEGAR POR INTERNET

Para poder utilizar Internet, es preciso contar con dos programas fundamentalmente: el navegador o "browser" que establece la conexión con los servidores Web y el programa de correo electrónico que nos permitirá enviar mensajes a otros ordenadores conectados a la red.

##### 1. Navegadores

Para establecer conexiones con los servidores Web y obtener la información y los servicios que estos prestan, el usuario precisa tener instalado en su equipo un programa cliente capaz de comunicarse con ellos. Estos programas son los llamados navegadores de Web.

a) **Internet Explorer:** hoy en día es probablemente el navegador más utilizado. De fácil manejo y con gran cantidad de posibilidades. Viene incluido junto con el sistema operativo Windows lo que favorece su implantación generalizada. Las actualizaciones, que son gratuitas, podemos obtenerlas desde la página Web oficial de Microsoft (<http://www.microsoft.com/windows/ie/default.htm>) o, lo que es más recomendable dado el tamaño del archivo, mediante cualquiera de los CD gratuitos de propaganda que lo incluyen.

b) **Netscape communicator.** Hasta la llegada de Internet Explorer fue el navegador por excelencia y todavía muchas páginas web están expresamente realizadas para ser "visualizadas" con este navegador. Al igual que en el caso anterior, podemos obtener el programa de forma gratuita desde la página oficial de Netscape (<http://get.netscape.com/get/?sourceid=00231634473895630264>).

c) **Opera.** Es un navegador sencillo de utilizar aunque no tiene todas las opciones de los dos "grandes". Tiene dos grandes ventajas sobre Internet Explorer y Netscape: ocupa muy poco espacio en el disco duro y es el más rápido de los navegadores. Así mismo, permite visualizar más de una página en la misma pantalla de forma que resulta excelente para comparar dos páginas diferentes sin tener que cambiar de pantalla continuamente. Se puede obtener de forma gratuita en la página oficial (<http://www.opera.com/es/>).

##### 2. Programas de correo electrónico

En su forma más sencilla, el correo electrónico, también llamado e-mail (electronic mail), es una forma de enviar correo, mensajes o cartas electrónicas de un ordenador a otro. Además de enviar texto, podemos enviar fotografías, dibujos, archivos complejos o páginas web. Así mismo, casi todos los programas de correo electrónico nos permiten almacenar los mensajes en carpetas temáticas, establecer agendas

*Correspondencia: Dr. Pablo Mola Caballero de Rodas. Centro de Salud de Luarca. Villar, s/n. 33700 Luarca. Asturias.  
Correo electrónico: pablo.mola@terra.es*

con las direcciones de correo que deseamos guardar o ejecutar tareas que previamente hallamos programado.

a) **Outlook Express 5.** Probablemente el mejor programa de correo electrónico por la gran cantidad de opciones que nos ofrece. Es gratuito y viene incluido junto con el navegador Internet Explorer 5.5. Su mayor inconveniente es que ocupa una gran cantidad de espacio en el disco duro.

b) **Netscape messenger.** El segundo en discordia. Prácticamente tiene las mismas posibilidades que el anterior, aunque con una presentación diferente. Viene incluido junto al navegador de Netscape y ocupa una cantidad importante de memoria en el disco duro.

c) **Qualcomm eudora pro 5.0.2.** Es un programa más sencillo que los anteriores y no tiene tantas posibilidades, pero ocupa muy poco espacio en el disco duro y trabaja muy rápidamente. Puede obtenerse gratuitamente en la página oficial de Eudora (<http://www.eudora.com/>).

### 3. Otros programas de interés

Junto a los navegadores y los programas de correo electrónico, existen multitud de aplicaciones informáticas que hacen más efectivo nuestro trabajo cuando estamos conectados a Internet.

a) **Acrobat Reader.** Actualmente, muchos de los documentos que encontramos en las páginas de Internet están escritos en formato "pdf" (portable document format) que mantiene la apariencia del trabajo impreso. Para poder leer estos documentos es necesario contar con este programa que podemos obtener de forma gratuita en Internet (<http://www.adobe.es/products/acrobat/readstep.html>).

b) **Netmeeting.** Es una aplicación gratuita de Microsoft con la cual es posible mantener una conversación en tiempo real con nuestro interlocutor. Esta conversación puede realizarse a través de cuadros de texto, con voz si contamos con un micrófono y tarjeta de sonido y si además nuestro ordenador tiene instalada una cámara web, es posible realizar una videoconferencia. Puede obtenerse de forma gratuita en la página oficial de Microsoft (<http://www.microsoft.com/msdownload/iebuild/netmeet/ES/116516.htm>).

c) **ICQ.** Para empezar un juego fonético. ICQ se pronuncia en inglés "ai si quiu" que suena prácticamente igual que "I seek you" ("ai sik iu") cuyo significado es "te busco". Y esto es lo que hace este programa, se abre automática-

mente cuando nos conectamos a Internet y permite conocer quién o quienes de entre las personas que hemos indicado previamente están conectadas en este momento, permitiéndonos comunicarnos con ellos mediante mensajes de texto o mediante otros programas como Netmeeting. Se puede obtener gratuitamente en la página web oficial (<http://www.icq.com/>).

d) **IRC.** Abreviatura de Internet Relay Chat, es una red de conversación multi-usuario, donde se reúne la gente para hablar en grupos o en privado. Existen en la red varias comunidades virtuales médicas que en las que los participantes intercambian experiencias y se comentan casos clínicos a través de este sistema de conversación. Podemos obtenerlo desde la página oficial (<http://www.irc.com/>).

e) **Gestores de descarga.** En muchas ocasiones deseamos obtener documentos, programas de software o archivos que nos ofrecen muchas páginas de Internet. Para que esta operación se realice de la mejor forma y, fundamental, si se corta la conexión poder recuperar la descarga sin tener que empezar desde el principio, es conveniente contar con un programa adecuado. Los más habitualmente utilizados son Getright (<http://www.getright.com/>) y Go!zilla (<http://www.gozilla.com>) que además buscan en Internet otros servidores desde donde se puede descargar el fichero y encontrar de forma automática el servidor que ofrezca la mejor velocidad y estabilidad.

f) **FTP.** Es un programa que se utiliza para transferir ficheros con documentación, programas, fotografías, etc. desde un ordenador remoto del que conocemos su dirección IP al nuestro. Los más fáciles de usar son CuteFTP (<http://www.cuteftp.com/>) y WSftp (<http://www.ipswitch.com/>).

### 4. Programas antivirus

El riesgo de sufrir una "infección" por un virus electrónico aumenta considerablemente cuando estamos conectados a la red de redes. Es por ello que, aunque siempre es recomendable, el estar conectado a Internet y enviar y recibir correo electrónico, hace que sea casi obligatorio contar con un programa antivirus que proteja nuestro ordenador y el ordenador de aquellas personas a las que enviamos correos electrónicos.

Los programas más frecuentemente utilizados son: Panda Antivirus, McAfee Virus Scan, Norton Antivirus e



Figura 1. Página infantil de "do bugs need drugs" <http://dobugsneeddrugs.org/>

Inoculate IT. De todos ellos se puede obtener una versión de prueba gratuita, pero es recomendable tener el programa original para poder acceder a todas las actualizaciones, alarmas antivirus y otras ventajas que suelen ofrecer estas compañías.

#### WEBS RECOMENDADAS

##### Temas pediátricos

*PrevInfad (Prevención en la Infancia y en la Adolescencia)*

Dirección: <http://www.medynet.com/usuarios/PrevInfad/index.htm>

Idioma: Español

PrevInfad es un acrónimo que representa en Internet a un grupo de trabajo, integrado por pediatras y enfermeras de pediatría, que nació en 1990 ligado a la organización PAPPs (Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud) de la semFYC (Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria). Asimismo, recientemente se ha constituido como grupo de trabajo de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap).

En el momento actual cuenta con 26 documentos con

recomendaciones sobre temas tan variados como la alimentación en el primer año de vida, la antropometría seriada, la criptorquidia, el síndrome de Down o el maltrato infantil.

##### *Do bugs need drugs?*

Dirección: <http://dobugsneeddrugs.org/>

Idioma: Inglés y Español

Esta página Web canadiense, nace con la intención de evitar el aumento de las resistencias bacterianas promoviendo el uso correcto de los antibióticos.

Incluye documentos dirigidos a profesionales de la salud, padres, niños (Figura 1) y público en general (este es el documento informativo en español).

##### *Generalpediatrics.com*

Dirección: <http://www.generalpediatrics.com>

Idioma: Inglés

Se trata de un directorio de recursos sobre temas pediátricos en Internet. Tiene 8 secciones diferentes y dos grandes apartados, uno dirigido a profesionales de la salud con 188 enlaces y el otro para pacientes con 200 enlaces. Esta bien estructurada y resulta de muy fácil acceso.

TABLA I. BÚSQUEDA DE LISTAS DE DISTRIBUCIÓN

**Buscadores***Tile.net/List.3*Url: [http://tile.net/search.php?table=&search\\_text=](http://tile.net/search.php?table=&search_text=)*Neosofot. Palm*Url: <http://paml.net/>*Listz*Url: <http://www.topica.com/>*Catalist*Url: <http://www.lsoft.com/lists/listref.html>*Interlinks*Url: <http://alabanza.com/kabacoff/Inter-Links/>**Servicios de Listas de Distribución Internacionales***Servicio de listas de distribución de la Red Científica y Académica española (RedIRIS)*Url: <http://www.rediris.es/list/>*Servicio de listas de distribución de la Red Académica del Reino Unido (UKERNA)*Url: <http://www.mailbase.ac.uk/>*Servicio de listas de distribución de la Red Científica Peruana (RCP)*Url: <http://www.rcp.net.pe/rcp/listas/categorias.shtml>*Servicio de listas de distribución de la Universidad de Buenos Aires (UBA)*Url: [http://www.uba.ar/servicios/listas\\_reduba.html](http://www.uba.ar/servicios/listas_reduba.html)**Sociedades científicas***SEPAR – Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica*Dirección: <http://www.separ.es/index.htm>

Idioma: Español

Es una excelente página de la que se puede obtener abundante información sobre la sociedad y, lo que es más importante, documentos de consenso, guías de práctica clínica y una excelente sección de enlaces. Cuenta además con una sección denominada escepticismo muy recomendable para aquellas personas que se conectan a Internet buscando información médica.

**Listas de correo**

El objetivo de una lista de distribución es el de hacer llegar mensajes a varios usuarios de una vez, en lugar de enviar un mensaje individual a cada uno de ellos. Las listas de distribución son útiles para debatir temas de interés común u organizar grupos de trabajo cerrados cuyos componentes deban estar permanentemente informados del desarrollo de una tarea. Cualquier lista de distribución debe tener un

**administrador de la lista**, que se encarga de gestionarla, y **usuarios** que son los que envían **mensajes** a la lista para ser distribuidos.

Existen listas de correo que abarcan casi todas las especialidades médicas (Tabla I). En España, el mayor proveedor de recursos telemáticos es RedIRIS; en su interior se alojan multitud de listas de distribución de las que cabe destacar, dentro de las dedicadas a la pediatría: PEDIAP, UCIP-NET Y UCIN-NET

**PEDIAP**Dirección: <http://www.rediris.es/list/info/pediap.es.html>

Idioma: Español

Es una lista de distribución de profesionales que trabajan en pediatría en Atención Primaria de salud. Esta lista fue creada a iniciativa de pediatras de Atención Primaria, pero esta abierta a todos los profesionales que estén interesados en participar en este lugar de encuentro, intercambio de opiniones y divulgación de iniciativas sobre temas que afectan a la Pediatría en el ámbito de la Atención Primaria, tanto clínicos como organizativos o de investigación.

**UCIP-NET**Dirección: <http://www.rediris.es/list/info/ucip-net.es.html>

Idioma: Español

Foro de discusión científico médico donde se puede participar y expresar opiniones sobre temas actuales en patología crítica pediátrica, como avances terapéuticos, segunda opinión sobre casos clínicos difíciles, y aspectos prácticos de la clínica pediátrica aplicada a la medicina intensiva. Como todas las listas de discusión, resulta del mayor interés para aquellos profesionales de la pediatría que desarrollan su labor en unidades de cuidados intensivos pediátricos.

**UCIN-NET**Dirección: <http://www.rediris.es/list/info/ucin-net.es.html>

Idioma: Español

UCIN-NET es un espacio para el debate sobre los cuidados intensivos neonatales, en el que se incluyen, entre otros, dilemas en el diagnóstico, ensayos clínicos recientemente publicados, recomendaciones sobre casos prácticos y segundas opiniones sobre aquellos pacientes con mayor dificultad.