

## Programas gratuitos y herramientas útiles en la consulta

J. Bravo Acuña, M. Merino Moína  
CS El Greco, Getafe, Área 10. Insalud. Madrid.

---

Entre las posibilidades que ofrece Internet, en esta ocasión nos ocupamos de algunos programas o herramientas disponibles en la red de modo gratuito, que nos pueden ayudar en nuestra "navegación" o en la consulta diaria. Cuando decimos gratuito, nos referimos tanto a programas de los que podemos disponer sin pagar nada por ellos y de manera totalmente ilimitada en el tiempo (*freeware*) o a prueba, como los melones;-), con un periodo legal de uso –suele ser de 1 a 3 meses– y, a veces, limitaciones en las funciones del programa (*shareware*). En esta última modalidad, la intención de las compañías responsables de cada producto es darlo a conocer para que, tras un periodo de evaluación, si nos conviene, paguemos su precio.

Aunque los programas informáticos que pueden sernos útiles son muchos, los que aparecen en este artículo nos parecen prácticamente imprescindibles

para sacar el máximo provecho al tiempo que dedicamos a Internet. Lo único que tenemos que hacer es visitar las páginas que recomendamos y descargar el programa (en inglés, *download*), prestando atención a que la versión que nos "bajamos" es la adecuada para nuestro sistema operativo –Windows 98, 2000, Mac, etc.–, que es compatible con las características de nuestro ordenador –capacidad de disco duro, de memoria RAM, etc.– y, si está disponible, que el idioma sea el español. Lamentablemente, no siempre existe esta posibilidad. Los nombres de los programas, algunas de sus características y las direcciones en la red para descargarlos aparecen en la Tabla 1.

### Navegadores y programas de correo

No nos detendremos, puesto que damos por supuesto que todos los que estamos interesados en Internet dispone-

Nombre	Dirección en Internet (URL)	Idioma	Tipo	Tamaño
<b>Navegadores</b>				
Internet Explorer	<a href="http://www.microsoft.com/windows/ie/download/ie55sp1.htm">http://www.microsoft.com/windows/ie/download/ie55sp1.htm</a>	Español	Gratuito	
Netscape	<a href="http://cd.netscape.com/">http://cd.netscape.com/</a>	Español	Gratuito	
<b>Compresores</b>				
Winzip	<a href="http://www.winzip.com/">http://www.winzip.com/</a>	Inglés	A prueba	1,35 MB
Winrar	<a href="http://www.rarsoft.com/download.htm">http://www.rarsoft.com/download.htm</a>	Inglés	A prueba	652 KB
<b>Formato PDF</b>				
Acrobat reader	<a href="http://www.adobe.com/products/acrobat/alternate.html">http://www.adobe.com/products/acrobat/alternate.html</a>	Español	Gratuito	8,6 MB
<b>Traductores</b>				
Babylon	<a href="http://www.babylon.com/">http://www.babylon.com/</a>	Varios	A prueba	1,8 MB
Babelfish	<a href="http://babelfish.altavista.com">http://babelfish.altavista.com</a>	Varios	Gratuito	
<b>Multimedia</b>				
Windows Media Player	<a href="http://www.microsoft.com/windows/windowsmedia/en/download/default.asp">http://www.microsoft.com/windows/windowsmedia/en/download/default.asp</a>	Español	Gratuito	10 MB
Real Player Basic	<a href="http://www.real.com/player/index.html?lang=es&amp;src=es_cp&amp;hts=yes">http://www.real.com/player/index.html?lang=es&amp;src=es_cp&amp;hts=yes</a>	Español	Gratuito	5 MB
Flash Player de Macromedia	<a href="http://www.macromedia.com/downloads/">http://www.macromedia.com/downloads/</a>	Español	Gratuito	219 KB
<b>Herramientas</b>				
CalcuMed	<a href="http://www.fisterra.com/material/calcuMed/calcuMed.htm">http://www.fisterra.com/material/calcuMed/calcuMed.htm</a>	Español	Gratuito	541 KB
The Medical Algorithm Project	<a href="http://www.medal.org/index.html">http://www.medal.org/index.html</a>	Inglés	Gratuito	227 KB
<b>Descarga de programas</b>				
CNET Shareware.com	<a href="http://shareware.cnet.com/">http://shareware.cnet.com/</a>	Inglés		
ZDnet	<a href="http://www.zdnet.com/">http://www.zdnet.com/</a>	Inglés		
Tucows	<a href="http://www.tucows.com/">http://www.tucows.com/</a>	Inglés		

mos de ambos tipos de programas, aunque los de correo pueden ser prescindibles si disponemos de una cuenta de tipo webmail. De cualquier modo, si fuera preciso descargarse alguna de estas aplicaciones, sólo tenemos que visitar las páginas de Internet Explorer o Netscape para disponer de las últimas versiones de los navegadores y programas de correo más empleados.

### **Programas compresores**

---

Comenzamos por los programas de compresión, porque nos serán necesarios al "bajarnos" otras aplicaciones que en muchos casos están comprimidas para ahorrar tiempo de conexión. Como su nombre indica, permiten comprimir los archivos, de modo que ocupen menos espacio, creando para ello otros archivos

con la extensión zip (u otras) que contienen él o los archivos que nosotros hemos incluido. Son muy útiles para conseguir, por ejemplo, que archivos algo mayores de la capacidad de un disquete (1,44 MB) puedan ser copiados en un disco, para liberar algo de espacio en nuestros discos duros, etc. El estándar es el programa Winzip (figura 1), cuya versión más actual, la 8.0, está disponible como shareware con 21 días de periodo de evaluación y con algunos recortes en sus prestaciones, aunque después de ese tiempo podemos seguir usándolo (a partir de ese día nos recomienda que nos registremos). El manejo del programa puede parecer inicialmente algo complicado, sobre todo porque está en inglés –no sabemos que haya versión oficial en español–, pero con un poco de paciencia pronto aprovecharemos al máximo sus posibilidades.

---

**Figura 1.** Logotipo de Winzip

---



Últimamente, muchas personas usan otro programa, WinRAR, que aunque puede trabajar con esos archivos zip, crea extensiones rar. Sus ventajas son que lo encontramos en español y que en la pantalla de trabajo aparecen los archivos de nuestro ordenador como si utilizáramos el explorador de Windows, además también puede crear archivos "autodescomprimibles", es decir con extensión exe, que podremos abrir en cualquier ordenador aunque no tenga instalado el programa. Cualquiera de los dos son imprescindibles en nuestro ordenador.

### **El formato PDF**

Si el estándar de compresión son los archivos zip, la referencia en documentos para leer o descargar de la red es el formato PDF (Portable Document Format) y el programa Acrobat Reader, que podemos obtener gratuitamente en español en la página web de la compañía Adobe (Figura 2). Nos permitirá bajarnos los documentos pdf que encontraremos en muchas páginas, porque su for-

mato es muy parecido al de los textos de los libros o las revistas, haciéndolos más fáciles de leer que los documentos habituales de las páginas web (formato htm). Muchas publicaciones periódicas que encontramos en Internet utilizan estos archivos pdf (sin ir más lejos, la propia Revista Pediatría de Atención Primaria). Pero ocupa unos 8,6 MB, por lo que si algún compañero lo ha descargado, bueno sería que se lo pidiésemos si no queremos engrosar nuestra factura de teléfono. En resumen, también imprescindible.

### **Traductores**

Por mucho que nos duela, el idioma por excelencia en Internet es el inglés. Si queremos utilizar un traductor o un diccionario, aconsejamos Babylon, que ofrece varias combinaciones de idiomas, aunque también es shareware y se paga por una licencia de uso de 1 ó 2 años. Hace posible que con un solo clic traduzcamos la palabra que no entendemos de un texto o la busquemos en un diccionario.

---

**Figura 2.** Logotipo de Adobe Acrobat Reader

---



Por otra parte, nos parece útil Babelfish, que no es tanto un programa como una herramienta que pone a nuestra disposición el buscador Altavista. Permite traducciones de una frase o de páginas web enteras, para lo cual necesitamos estar conectados a Internet. A pesar de que va mejorando –para un apuro pueden sernos útiles–, el resultado haría sonrojarse a W. Shakespeare.

### **Multimedia**

---

Sin detenernos en cada uno de ellos, los programas que incluimos en esta sección se obtienen gratuitamente y nos permitirán disfrutar de nuestra navegación por Internet al permitirnos aprovechar todas las posibilidades de las páginas web: animaciones, vídeos, sonido, etc. Aconsejamos, aunque hay más, los siguientes: Windows Media Player, Real Player y Flash Player de Macromedia.

### **Herramientas**

---

No queremos terminar sin recomendar algunas aplicaciones que, basadas en otros programas como bases de datos u hojas de cálculo, nos permiten disponer de tablas muy útiles en la consulta.

Desde la página web de [fisterra.com](http://fisterra.com), magnífico sitio dedicado a la mejora de la Atención Primaria, podemos descargar nos Calcumed (Figura 3), basada en

MS Access, que nos ofrece múltiples test usados en la consulta –lo que hará la delicia de nuestros compañeros médicos de familia– y una tabla para calcular dosis pediátricas, a partir del peso del niño, a través de principios activos o nombres comerciales. No están todos, pero sí los más frecuentes. Utilísimo para ahorrarnos el empleo de la calculadora de bolsillo. Gratuito y en español, pero precisa que nuestro ordenador tenga instalada alguna de las versiones del programa Access.

Otra página interesante es The Medical Algorithm Project, que recoge más de 2.500 algoritmos que pueden utilizarse en medicina y que tiene una sección específica pediátrica, que recoge las escalas y puntuaciones más utilizadas: Apgar, Dubowitz, etc. y otras menos usadas pero que pueden sernos útiles. Es gratuito, pero está en inglés y necesitamos tener instalado el programa MS Excel en nuestro ordenador para poder utilizarlo.

### **Descargar estos y otros programas interesantes**

---

Aparte de visitar las páginas que hemos recomendado, podemos descargar la mayoría de los programas mencionados y algunos otros a partir de la sección “Software de interés” de la página web de la AEPap (figura 4).

Si queremos conocer sitios dedicados a este tipo de software, podemos visitar páginas como: CNET Shareware.com, ZDNet o Tucows.

Y si lo que queremos es navegar por Internet para descubrir páginas interesantes por nuestra cuenta, con sólo te-

clear shareware o freeware en el campo de búsqueda de cualquier buscador, por ejemplo Google, con lo que podremos elegir multitud de programas, salvapantallas, iconos, etc. para "bajarnos" a nuestros ordenadores.

¡A disfrutar!

Figura 3. Pantalla de Calcumed

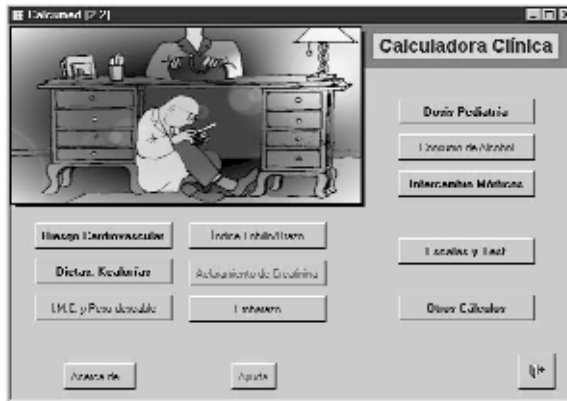


Figura 4. Sección "Software de interés" de la página web de la AEPap

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria AEPap [Mapa de la web](#)

### Software de interés

En esta sección le ofrecemos los enlaces para que pueda descargar el principal software existente en la red y que además es generalmente gratuito. Algunos de ellos pueden ser necesarios para disfrutar de todo las ventajas de nuestra web.

Deposito de documentos	Navegación	Edificación
Adobe Acrobat Reader (PDF)	Internet Explorer	Epilife
WinZip (con protección archivos)	Netscape	
Multimedia	Tránsito	Otros buenos programas
Windows Media Player	ExeTools (descarga inglés-español)	ICQ
Real Player		
Flash Player de Macromedia		

seleccione uno para ver las características, licencia y espacio que ocupa o navegue por la página hasta abajo para revisar los todos