



60° anniversario

**UNAMSI**

## **COME CERCARE IN SICUREZZA NOTIZIE RIGUARDANTI LA SALUTE SU INTERNET**

### **I CONSIGLI DI 'UNAMSI'**

Il fenomeno della ricerca di risposte sul web a questioni di salute è molto cresciuto negli ultimi anni: nel 2014, secondo dati Censis erano solo 4 italiani su 10 a fare ricerche su internet su questioni di salute. L'ultimo sondaggio del gennaio 2017 parla dell'88% (di cui il 93,3% donne), ma la cosa grave è che quasi la metà del campione (il 44%) si affida alla prima pagina proposta dai motori di ricerca senza preoccuparsi dell'attendibilità delle fonti, con una differenza rilevante fra i 18-24enni (che sono ben il 55% di costoro) e gli ultra 65enni (22,7%).

Senza parlare di coloro (il dato nazionale è il 2-4% della popolazione) che acquistano farmaci online (30% farmaci per dimagrire, 28% per migliorare le prestazioni sessuali). Con rischi enormi se il sito da cui si acquista non è collegato a una farmacia. Nel migliore dei casi questi farmaci non contengono principi attivi, ma possono anche essere molto pericolosi.

*“Ma in quale modo possiamo capire se ciò che stiamo leggendo è scientificamente valido o, viceversa, è fuorviante o addirittura falso?”*

E' questo il problema principale: l'attendibilità delle fonti. Come si fa a capire quale è attendibile e quale non lo è? UNAMSI, Unione Nazionale Medico Scientifica di Informazione, che ha fra i suoi scopi la promozione attraverso i Media di una corretta e completa divulgazione medico-scientifica, nel suo 60/o anniversario ha voluto dare il proprio contributo a questa fondamentale esigenza di tutti coloro che, spesso tra mille ansie, cercano una risposta, un chiarimento sulla rete e troppo spesso trovano 'bufale', falsità.

**Ecco il nostro DECALOGO ragionato:**

### **1) VERIFICARE LA FONTE**

Verificare sempre chi è il proprietario del sito, del giornale, del blog, sia esso istituzione, editore, industria, associazione, singolo cittadino. Questo serve per capire bene chi ha interesse a veicolare quel tipo di informazione. Tra i siti istituzionali segnaliamo quelli del Ministero della Salute, dell'Istituto Superiore di Sanità, dell'Agenzia Italiana del Farmaco, degli Ospedali e delle Società medico-scientifiche. E' importante che il sito di consultazione riporti sempre, nelle notizie pubblicate, autorevoli fonti di provenienza, una caratteristica che è una misura di attendibilità del sito stesso



60° anniversario

**UNAMSI**

## **2) ACCERTARSI DELL'AGGIORNAMENTO DEL SITO**

Importantissima la verifica della data della pubblicazione. E' una chiara indicazione dell'attualità di una notizia. Su Internet infatti non si perde nulla e può capitare, utilizzando un motore di ricerca, di arrivare su una notizia vecchia anche di anni.

## **3) CURE MEDICHE: EVITARE IL "FAI DA TE"**

Nessuna informazione scritta può sostituire la visita del medico. Medico e farmacista devono restare i principali punti di riferimento in materia di salute. I contenuti in Rete devono avere "solo" uno scopo informativo e in nessun caso possono sostituire la visita o la prescrizione di un medico o il consiglio di un farmacista.

## **4) DIFFIDARE DELLE PRESCRIZIONI SENZA VISITA**

Nessun medico serio farà mai una prescrizione a un malato sconosciuto senza averlo visitato. Diffidare quindi dei siti e degli esperti che indicano farmaci e terapie sulla semplice descrizione dei sintomi. Non è serio, non è professionale, e può essere molto pericoloso.

## **5) MONITORARE IL RISPETTO DELLA PRIVACY**

Accertarsi che il proprietario di un sito che gestisce le informazioni sulla salute degli utenti (per esempio attraverso il servizio "l'esperto risponde") rispetti la normativa sulla privacy e garantisca la confidenzialità dei dati.

## **6) VALUTARE CON LA GIUSTA ATTENZIONE BLOG E FORUM**

Possono essere fonti utili, ma anche insidiose perché propongono storie di pazienti e dei loro familiari che suscitano empatia e coinvolgono emotivamente. Fare attenzione perché sono quasi sempre racconti soggettivi, ma non è detto che abbiano affidabilità scientifica. La lettura critica è di rigore.

## **7) OCCHIO AI MOTORI DI RICERCA**

Quando si digita una parola chiave il risultato della ricerca non mostra un elenco di siti in ordine di importanza, ma la selezione può dipendere da altri fattori. Per chiarire, i motori di ricerca lavorano come "Machine Learning", cioè memorizzano le scelte e i gusti dell'utente per poi proporre argomenti in linea con le preferenze manifestate nelle scelte precedenti. Non fermarsi quindi alla prima ricerca, ma cercare di incrociare più ricerche e più dati.



*60° anniversario*  
**UNAMSI**

## **8) NON “ABBOCCARE” ALLA PUBBLICITA' MASCHERATA**

Un sito di qualità deve sempre tenere separata l'informazione indipendente da quella pubblicitaria che dovrebbe sempre essere palese e dichiarata.

## **9) ACQUISTARE CON CAUTELA FARMACI ON LINE**

Acquistare farmaci online solo da farmacie autorizzate. In Italia, tali esercizi devono avere sul loro sito l'apposito logo identificativo, comune in tutta l'Unione Europea, “Clicca qui per verificare se questo sito web è legale”. Basta cliccare sul logo e si sarà rinviiati al sito web del Ministero della Salute dove è possibile verificare se il venditore online è registrato nell'elenco di quelli autorizzati. Se al contrario il sito non è legato a una farmacia, invece, comprare un farmaco online può essere molto pericoloso.

## **10) NON CASCARE NELLA PSICOSI DEL COMLOTTO**

Nel Web capita spesso di incappare in notizie catastrofiche sull'effetto di vaccini e farmaci. Non perdere mai la capacità di analisi e di critica e confrontarsi sempre col proprio medico.