

# LISTA DE VERIFICACIÓN DE DESINFORMACIÓN EN SALUD

La desinformación en salud, o información falsa sobre la salud, a menudo se comparte en línea y es importante saber cuándo es seguro usar o compartir esa información. La desinformación puede llevar a las personas a tomar decisiones arriesgadas sobre su salud.

Utilice esta lista de verificación para comprobar la exactitud de la información de salud que encuentre en línea.



**Siempre verifique la fecha.** A veces, las personas comparten información antigua que ya no es relevante. Asegúrese de que la información que está leyendo esté actualizada.



**Revise la fuente.** ¿Cuál es el propósito de la cuenta o sitio web? Visite la biografía del perfil de la fuente o la página "Acerca de nosotros". Esto le ayudará a entender si la fuente está destinada a entretener o informar.



**Tenga cuidado en línea.** ¡No se fíe de la palabra de una sola fuente! Verifique lo que ha aprendido con otras fuentes confiables, como su departamento de salud local o las agencias oficiales de salud del gobierno.



**¡Piense primero!** Evite tomar o compartir consejos relacionados con la salud que vea en línea si no se siente seguro al respecto.



**Pregúntele a un experto.** Si aún no está seguro de si la información es verdadera, comuníquese con un profesional de la salud o con su departamento de salud local para que le ayuden a comprender la información.



Otras fuentes confiables pueden incluir:



Siempre busque un sitio web que termine en **.edu** o **.gov** para obtener la información más confiable y actualizada.

¿Sabías que...?

The Health and Human Services Department (HHS) describe la desinformación en salud como información falsa o engañosa. La desinformación en salud puede incluir temas como enfermedades, dolencias, posibles tratamientos y curas, vacunas, dietas y procedimientos cosméticos.

Fotos proporcionadas por Rockford Ready, Rockford Park District y Rockford Area Convention & Visitors Bureau.

Este programa está dirigido por la Ciudad de Rockford, en asociación con la Universidad de Illinois Chicago, la Facultad de Medicina, la Oficina de Alfabetización en Salud y la Facultad de Medicina de UIC Rockford, así como con CURA Strategies. Este programa cuenta con el apoyo de la Oficina del Subsecretario de Salud/Oficina de Salud de las Minorías del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. (HHS) como parte de un premio por un total de \$3,614,521 con el 100 por ciento financiado por OASH/OMH/HHS. Los contenidos pertenecen al autor(es) y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales ni el respaldo de OASH/OMH/HHS. Para obtener más información, visite <https://minorityhealth.hhs.gov>.

**ROCKFORD  
READY**  
RockfordReady.org