

Salute in internet: il decalogo anti-bufale di Unamsi

Di seguito, le dieci regole da seguire per non correre rischi cercando on line informazioni sulla salute. Il decalogo è stato messo a punto da Unamsi, in collaborazione con Cipomo, e sottoscritto da numerose società scientifiche del mondo medico.

Per scaricare il manifesto con i dieci punti clicca qui:

Le regole (versione estesa)

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.

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.

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 ONLINE

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.