

Ayuda a detener la propagación de desinformación sobre la salud

La desinformación es información que es **falsa, inexacta o engañosa** de acuerdo con la mejor evidencia disponible en ese momento.

Puede causar confusión y malentendidos. Puede llevar a las personas a tomar decisiones con consecuencias perjudiciales.

Podemos **protegernos a nosotros mismos y a nuestra familia y amigos** de la desinformación sobre la salud.

Detecta la desinformación sobre la salud y evita compartirla

Utiliza la **Lista de verificación de la desinformación sobre la salud** del Cirujano General cada vez que te encuentres contenido relacionado con salud del que no estés seguro.



¿**Comprobé con el CDC o con el departamento de salud pública local** si existe alguna afirmación sobre la información obtenida?



¿Le **pregunté a un profesional de la salud creíble**, como su médico o enfermera, si están de acuerdo o tiene alguna información adicional?



¿**Ingresé la afirmación en un buscador** para ver si ha sido verificada por una fuente creíble?



¿**Consulté la página "Sobre nosotros"** en el página de web para ver si puede confiar en la fuente?



Si no está seguro, **¡no comparta la información!**

MUY IMPORTANTE

Habla con tu familia, amigos y comunidad sobre la desinformación sobre la salud

Dar "verificaciones de hechos" a las personas que comparten afirmaciones falsas no siempre funciona. Prueba estos consejos:



- **Escucha** – Intenta comprender sus miedos y creencias.
- **Empatiza** – Haz preguntas para entender de dónde sacan la información. Habla acerca de lo difícil que es encontrar información de salud confiable.
- **Señala fuentes creíbles** – Muéstrales fuentes como **MedlinePlus** o el **sitio web del CDC**.
- **No avergüences públicamente** – Trata de tener conversaciones uno a uno. Sé amable y comprensivo.
- **Usa un lenguaje inclusivo** – Demuestra que te identificas con ellos. Intenta usar frases como "Yo también me he confundido" o "Entiendo."

Anima a las personas a hablar con su profesional de salud

Sugiere que le **pregunten a su médico o enfermera** sobre sus problemas de salud.



Corre la voz en tu comunidad

- Haz que **tu familia, amigos y grupos comunitarios** tomen medidas positivas para detener la desinformación sobre la salud.
- Comparte con ellos el **kit de herramientas para la comunidad del Cirujano General** en [SurgeonGeneral.gov/HealthMisinformation](https://www.surgeongeneral.gov/HealthMisinformation).

¡Podemos detener la difusión de desinformación sobre la salud y construir un mundo más saludable!