

Diez maneras de separar los datos reales de los ficticios

¿No estás seguro en qué información puedes confiar? Esta lista de verificación puede ayudar.

El calendario de vacunas ayuda a prevenir enfermedades peligrosas como el sarampión, la gripe y cánceres causados por el virus del papiloma humano (VPH). Estas enfermedades pueden tener consecuencias graves y a veces permanentes. Sin embargo, si sigues el calendario de vacunación de rutina, puedes brindarle a tu hijo la mayor protección posible.¹ Puedes protegerlo antes de que se exponga a una enfermedad y cuando su sistema inmunitario funcionará mejor con la vacuna.^{2,3,4} La mayoría de los adultos en los Estados Unidos están de acuerdo en que las vacunas infantiles son importantes, pero no todos los niños tienen las vacunas necesarias.^{5,6} Pregúntale al médico o enfermero/a de tu hijo si está al día con sus vacunas. Y asegúrate de compartir esta lista de verificación con amigos para ayudarlos a separar la realidad de la ficción.

- 1. Comprueba la fuente.** Algunos ejemplos de fuentes confiables son el Departamento de Salud y Servicios Sociales (HHS, por sus siglas en inglés), los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), la Academia Estadounidense de Pediatría, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU. (FDA, por sus siglas en inglés), y tu departamento de salud estatal o local. La página “Acerca de nosotros” de un sitio web o la sección “Acerca de” del perfil de una red social son formas de verificar la fuente.
- 2. Confirma si una cuenta en una red social es real.** Algunas cuentas se hacen pasar por figuras públicas u organizaciones para difundir desinformación. Consulta la sección “Acerca de” para ver la descripción de la cuenta. Si no es una organización, entonces comprueba si la descripción coincide con el sitio web de la organización. Una cuenta en una red social puede ser falsa si carece de información o si esta no coincide con la del sitio web.
- 3. Verifica si el autor o la persona citada en el artículo o la persona que comparte la información en línea es experta en la materia.** Busca su nombre en línea para conocer sus antecedentes. Y verifica si tiene un título en salud, como MD, PhD, RN o MPH, lo que puede ayudar a indicar que se trata de un experto.
- 4. Observa el propósito de la información.** ¿El autor intenta informarte o educarte? ¿O está vendiendo o promocionando algo? ¿Está intentando persuadirte para que estés de acuerdo con él/ella? Si el propósito de la información parece sospechoso, entonces busca otra fuente.
- 5. Considera cómo te hace sentir la información.** ¿Te produce enojo? ¿Miedo? ¿Sorpresa? ¿Te da ganas de compartirla inmediatamente? Algunas fuentes no confiables intentan hacerte sentir así. Es inteligente cuestionar información como esta y verificar el sitio web o la persona que la proporciona.
- 6. Verifica la fecha para estar seguro de que la información sea actual.** La información desactualizada posiblemente no sea correcta.
- 7. Verifica si la información cita otras fuentes confiables.** La información que incluye enlaces o citas de otras fuentes confiables más probablemente sea correcta si las citas no están sacadas de contexto.
- 8. Busca etiquetas de advertencia en publicaciones de redes sociales.** Las compañías como Facebook e Instagram a veces colocan etiquetas de advertencia en las publicaciones que puedan tener información falsa.
- 9. Vuelve a verificar la información.** Los primeros resultados en una búsqueda en línea no siempre son los más confiables. Y las “noticias” que se comparten en redes sociales pueden no ser ciertas. Mira si puedes encontrar la misma información en una fuente confiable como los CDC, la FDA o tu departamento de salud estatal o local.
- 10. ¿Sigues sin estar seguro?** Cuando dudes, consulta al médico o enfermero/a de tu hijo. Ellos son expertos en quienes puedes confiar. Para obtener información de una fuente creíble en relación a vacunas, visita [HablemosEnSerioSobreVacunas.org](https://www.hhs.gov/immunization/who-and-when/infants-to-teens/index.html).

¹Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) (Información disponible en inglés): <https://www.cdc.gov/vaccines-children/schedules/reasons-to-follow.html>

²Children's Hospital of Philadelphia (Información disponible en inglés): <https://www.chop.edu/news/health-tip/why-its-important-to-be-up-to-date-on-vaccines>

³CDC (Información disponible en inglés): <https://www.cdc.gov/vaccines-children/about/>

⁴Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés): <https://www.hhs.gov/es/immunization/who-and-when/infants-to-teens/index.html>

⁵Gallup News (Información disponible en inglés): <https://news.gallup.com/file/poll/277100/200114Vaccines.pdf>

⁶CDC (Información disponible en inglés): <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/72/wr/mm7245a2.htm>

