

Investiga por tu cuenta



La mayoría de nosotros hemos utilizado la frase “Hice mi propia investigación” en uno u otro momento, especialmente cuando se trata de las vacunas. Pero lo que en realidad estamos haciendo es aprendizaje independiente. Esta hoja informativa explica qué es investigación y qué no. También muestra el valor del aprendizaje independiente. Y cómo asegurarse de estar aprovechando nuestros esfuerzos al máximo.

Qué es investigación y qué no

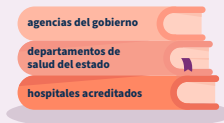
La verdadera investigación es un proceso muy sistemático que investiga algo y responde un interrogante en particular. El proceso incluye recopilar datos, evaluarlos y por último describir los resultados basándose en los hallazgos. Cada paso tiene muchas reglas para asegurarse de que la investigación tenga la menor cantidad de sesgos posibles.

- **Recopilación de datos:** Los científicos e investigadores elaboran criterios estrictos que los datos deben cumplir para poder incluirlos. Este paso garantiza que los investigadores estén incluyendo todo, no solo los datos que responderán el interrogante de la investigación de la manera que quieren.
- **Evaluación de los datos:** Una vez recopilados todos los datos, los investigadores los evalúan mediante el uso de otra serie de criterios para garantizar que no haya datos sesgados. Por lo general, los investigadores introducen la totalidad de los datos en un programa estadístico para identificar las mediciones estadísticas avanzadas, como los intervalos de confianza y el poder. Esto les ayuda a entender qué tan confiados pueden estar de que los hallazgos son verdaderos.
- **Descripción de los resultados:** Sobre la base de los hallazgos, los investigadores redactarán los resultados con un formato científico que nuevamente ayuda a reducir el sesgo.

Pocos de nosotros hacemos esto en casa. Por el contrario, solemos hacer búsquedas en internet y a veces leemos libros. Esto es el aprendizaje independiente. Nos ayuda a conocer más sobre temas que no siempre entendemos. Pero esto no es investigación. La diferencia es importante porque nuestro aprendizaje independiente no es tan imparcial y completo como la investigación. Y el aprendizaje independiente puede resultar en desinformación.

HablemosEnSerioSobreVacunas.org

CÓMO IDENTIFICAR LA DESINFORMACIÓN SOBRE LAS VACUNAS

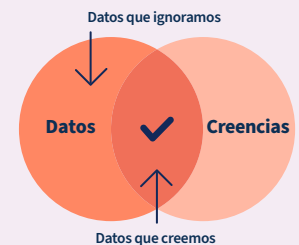


¿El sitio web pertenece a una organización establecida y de buena reputación?

Las agencias del gobierno, los departamentos de salud estatales y los hospitales acreditados son excelentes fuentes de información confiable.

¿Esto confirma lo que ya crees?

Si es así, es posible que hayas caído en la trampa del sesgo confirmatorio. El sesgo confirmatorio es cuando favorecemos información que confirma lo que ya creemos, y a la vez descartamos información que va en contra de nuestras creencias.



¿Detona fuertes emociones?

El contenido fáctico tiende a ser menos emocional. No utiliza tácticas intimidatorias o intenta producir enojo.

¿Intenta vender algo?

Los sitios confiables no tienen anuncios ni intentan venderte algo. Estos simplemente te brindan información sobre las vacunas, no intentan generar dinero a partir de eso.



¿Las fuentes son expertos creíbles?

Cualquiera puede publicar cualquier cosa en el internet, independientemente de que sean expertos. Asegúrate de que tus fuentes sean expertos. Busca su nombre en línea para conocer sus antecedentes. Y verifica que tengan un título en salud, como MD, PhD, RN o MPH, lo que puede ayudar a indicar que se trata de un experto.

Cómo reconocer el sesgo en el aprendizaje independiente

Uno de los mayores desafíos en el aprendizaje independiente es el sesgo. El sesgo es cuando favorecemos algo frente a otra cosa, generalmente de una manera que puede ser injusta. Cuando aprendemos de manera independiente, introducimos un sesgo del que ni siquiera somos conscientes. Por ejemplo, los resultados de nuestras propias búsquedas en internet están moldeados de manera que nos atraigan en función de lo que hemos buscado antes. De ese modo, es probable que obtengamos resultados atractivos que no necesariamente nos den la respuesta más cierta. Pero cuando aprendemos de un experto, podemos tener la confianza de que la información que nos brindan es equilibrada, completa y cierta.

Cómo aprovechar al máximo el aprendizaje independiente

No sabemos tanto como los expertos, y eso está bien. Cuando observamos para aprender más sobre algo, nuestro primer punto deberían ser los expertos. En el caso de las vacunas, pueden ser:

- Profesionales de la salud, que incluye a nuestros médicos, auxiliares médicos, enfermeros/as, farmacéuticos y otras personas con capacitación y experiencia médica.
- Departamentos de salud estatales.
- Asociaciones médicas como la Academia Estadounidense de Pediatría o la Asociación Médica de los Estados Unidos.
- Organizaciones sin fines de lucro que comparten información científica, objetiva y transparente. Por lo general, es posible identificar este tipo de información si cuenta con citas revisadas por pares de diversas fuentes, incluye fechas de actualización del contenido, mantiene la información médica separada de mensajes relacionados con finanzas o política, y revela cualquier conflicto de intereses.
- Universidades investigadoras acreditadas y de alto nivel. Esto significa que hacen investigaciones de vanguardia, cuentan con importantes fondos para investigación y publican gran cantidad de artículos académicos. Puedes buscar este tipo de instituciones (información disponible en inglés).
- Hospitales y organizaciones sanitarias acreditadas. Acreditadas significa que estas organizaciones han sido formalmente reconocidas por cumplir con normas específicas de calidad y seguridad del paciente.

Más información

Para saber más sobre qué es la investigación y qué no es, visita <https://ori.hhs.gov/module-1-introduction-what-research> (información disponible en inglés).

HablemosEnSerioSobreVacunas.org

- Organismos federales como los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), los Institutos Nacionales de Salud (NIH, por sus siglas en inglés) y la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU. (FDA, por sus siglas en inglés).

Cuando buscas más allá de los expertos, es importante revisar la información de manera muy crítica. Algunos pasos a seguir:

- **Averigua las fuentes de la información.** Las fuentes creíbles son las detalladas anteriormente, como así también investigación revisada por pares. Revisada por pares significa que fue evaluada por expertos antes de su publicación en publicaciones científicas.
- **Lee entre líneas.** ¿El sitio web intenta convencerte por todos los medios? ¿Intenta asustarte? ¿Intenta venderte algo? Estos son signos de que debes alejarte de estos sitios web.
- **Lee las fuentes.** Algunas veces un sitio web tiene enlaces a fuentes confiables pero interpreta erróneamente lo que la fuente dice. Verifica las fuentes por tu cuenta para asegurarte de que respalden lo que se manifiesta en el sitio web.
- **Recurre a tu profesional de la salud.** Verifica lo que has aprendido y asegúrate de haber encontrado información confiable. Los médicos, especialmente los pediatras, tienen un gran conocimiento sobre las vacunas.

