



¿Es su información de la web de fiar?

#ReconoceLaVerdad



Encuentre información confiable sobre la salud en Internet

L

¿Cuándo se hizo la última revisión? ¿Está actualizada?

E

¿Por qué existe? ¿Intenta venderle algo?

G

Buena, ¿es una fuente creíble? ¿Puede confiar?

I

¿Cuál es la fuente de información? ¿Basada en la investigación o en la opinión?

T

¿Demasiado buena para ser verdad? ¿Qué promete u ofrece?

Use estos 5 pasos para evaluar la información de salud en línea:

1. Averigüe quién mantiene o creó la página
2. Considere las razones por las que puede confiar o no en la página
3. Averigüe cuándo se creó la página o la última revisión
4. Averigüe de dónde viene la información, y vea si menciona fuentes científicas
5. Averigüe por qué la página existe y si está vendiendo algo

Visite estas páginas LEGIT:

<https://medlineplus.gov/spanish/childrenandteenagers.html>

<https://kidshealth.org/es/kids/center/spanish-center-esp.html>

<https://www.cdc.gov/spanish/>

<https://espanol.stopbullying.gov/>

<https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-adolescentes>

Temas comunes para adolescentes:

- Relaciones saludables
- Use de alcohol
- Uso de marihuana
- Depresión o suicidio
- Acoso
- Embarazo o infecciones de transmisión sexual
- Fumar o vapear
- Presión de grupo

