



# ¿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:

[Medlineplus.gov](http://Medlineplus.gov) - Children and Teenagers - Español

[Kidshealth.org](http://Kidshealth.org) - Español

[CDC.gov](http://CDC.gov) - Español

[StopBullying.gov/](http://StopBullying.gov/) - Español

[PlannedParenthood.org](http://PlannedParenthood.org) - Para-adolescentes Español

## 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

