

Une toile de mésinformation :

Comment trouver en ligne des informations dignes de confiance sur l'immunisation contre le VPH

Tous les jours, nous utilisons les médias sociaux et d'autres sources en ligne pour trouver des informations liées à la santé. Celles-ci nous aident à prendre des décisions de santé éclairées. Quand les informations que nous trouvons sont incorrectes, cela nuit à notre capacité de prendre des décisions qui sont dans notre intérêt fondamental.



L'IMMUNISATION CONTRE LE VPH EST ESSENTIELLE.

L'immunisation contre le virus du papillome humain (VPH) est l'un des nombreux outils de santé publique qui nous aident à rester en bonne santé. La plupart des gens attrapent une infection à VPH transmise sexuellement au cours de leur vie sans montrer aucun symptôme, mais sont susceptibles de la propager à d'autres par contact direct de peau à peau. Il est prouvé que le vaccin contre le VPH réduit le risque de contracter l'infection, qui, si elle n'est pas traitée, peut conduire à certains cancers et d'autres maladies. Il est plus avantageux de recevoir le vaccin contre le VPH bien avant d'être exposé au virus, mais il y a toujours un avantage à se faire vacciner indépendamment d'une exposition antérieure au virus.

COMMENT TROUVER DE BONNES INFORMATIONS SUR LES VACCINS ANTI-VPH POUR VOUS AIDER À CHOISIR.

Nous obtenons nos informations d'une multitude de sources : auprès des professionnels de santé, de la famille, des amis, dans les livres, les journaux et les brochures éducatives, à la radio, à la télévision, etc. Les gens se tournent cependant de plus en plus vers le Web pour trouver des réponses au lieu de consulter les autres sources. Malheureusement, le contenu en ligne change constamment, et il peut être étourdissant de chercher les réponses à nos questions sur le VPH, surtout que toutes les sources d'informations sur les vaccins anti-VPH ne sont pas dignes de foi, et que nous ne remarquons pas toujours que les informations que nous avons trouvées sont fausses. Notre fiche d'information peut vous aider à décider si les informations sur l'immunisation contre le VPH que vous voyez sont exactes et fiables.

1^{ER} CONSEIL : TOUTES LES INFORMATIONS NE SONT PAS DE VALEUR ÉGALE.

- Quand vous tombez sur de nouvelles informations, cherchez qui en est l'auteur (ce peut être un organisme ou une personne). Il y a en ligne des personnes et des sites qui n'existent que pour vendre quelque chose ou promouvoir un certain point de vue. Il n'y a rien de mal à cela, mais il est important de connaître leurs motivations.
- Les publications et les sources en ligne auxquelles vous pouvez faire confiance ne cachent pas leur identité. Cherchez un énoncé qui vous en dit plus sur l'auteur des informations que vous êtes en train de lire, comme la mention de ses titres et diplômes; cela vous permettra de déterminer si la source est digne de foi. Par exemple, les affiliés d'organismes sérieux indiquent toujours l'organisme qu'ils représentent.
- Privilégiez les sources officielles. La crédibilité d'une source est ancrée dans son savoir-faire et sa fiabilité. Une bonne source est à la fois fiable et compétente. Les universités ou les organismes de santé en sont deux exemples.

2^E CONSEIL : QUAND VOUS DÉCOUVREZ DE NOUVELLES INFORMATIONS SUR L'IMMUNISATION CONTRE LE VPH, IL PEUT ÊTRE DIFFICILE D'EN CONFIRMER LA VÉRACITÉ.

Il est difficile d'évaluer la qualité d'une information si l'on ne possède pas un bon sens critique. Il peut s'agir d'une opinion, d'un point de vue ou d'une rumeur aussi bien que d'un résultat de recherche sérieux. Voici quelques trucs pour vous aider à vérifier la qualité des informations que vous voyez.

- La comparaison de différentes sources est un bon moyen d'évaluer l'information que vous avez découverte. Le point de vue d'une seule personne peut être partial et/ou inexact, et tout comme vous, les gens changent d'opinions et de points de vue au fil du temps. En consultant d'autres sources, vous serez mieux à même de déterminer si l'information que vous avez découverte est un mythe ou une réalité.
- Le contenu généré par les utilisateurs est vulnérable à la mésinformation, laquelle peut se propager plus loin, plus vite et plus en profondeur qu'une information vraie à cause des émotions qu'elle provoque, comme la peur, la colère, le choc ou la surprise. De telles émotions sont signes que vous devriez investiguer la source de l'information. Par exemple, une anecdote partagée en ligne au sujet d'effets secondaires n'est pas vérifiée, mais elle suscite de puissantes émotions.
- Ce qui est considéré comme étant vrai ou faux change à mesure que de nouvelles données probantes sont connues et que les technologies de production de vaccins progressent. Ne vous laissez pas décourager par les faits qui changent au sujet des vaccins anti-VPH. Ce n'est pas la mésinformation qui est en cause, mais le progrès des connaissances sur la prévention du VPH.
- Évitez de décider de l'exactitude d'une information sur la base du nombre de « j'aime » qu'elle a recueillies et des commentaires d'autres utilisateurs qui l'ont partagée, avant d'avoir pu vous-même évaluer l'information citée.

3^E CONSEIL : IL FAUT FAIRE PREUVE DE DISCERNEMENT.

Nous absorbons beaucoup d'informations qui peuvent ne pas avoir de sens tant que nous n'y avons pas réfléchi. L'intervalle entre l'absorption d'une

information et son acceptation est important, car ce laps de temps suffit pour potentiellement partager quelque chose dans les médias sociaux ou avec une personne de notre connaissance.

- Avant de partager une information, sachez que les plateformes en ligne automatisent et personnalisent le contenu qui vous est présenté d'après vos activités en ligne passées et vos contacts sociaux. Chaque fois que vous faites une recherche en ligne, vous pouvez être exposés à du contenu identique ou semblable, mais venant de diverses plateformes qui redirigent les informations ou qui les adaptent en les reformulant.
- Certains résultats de recherche peuvent présenter côte à côte des nouvelles, d'autres choses que des nouvelles et du contenu généré par les utilisateurs. Cela complique la tâche de trier les informations dignes de foi.
- La recherche par mots clés est un moyen efficace de trouver des informations. Des mots clés bien choisis produisent les meilleurs résultats de recherche.

4^E CONSEIL : LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ SONT LÀ POUR VOUS.

Nous voulons tous faire de bons choix pour nous protéger, nous et notre famille. La tâche est plus difficile que jamais avec autant d'informations à portée de la main. Tant la science que l'histoire ont montré que depuis plus d'un siècle, les vaccins travaillent à nous protéger des maladies.

Les professionnels de santé demeurent la source la plus fiable d'informations sur l'immunisation. Si vous avez des questions sur les vaccins anti-VPH ou sur des informations trouvées en ligne, ces professionnels peuvent vous aider à évaluer la qualité de ce que vous avez découvert.

Ils peuvent aussi vous appuyer. La peur, la douleur et l'anxiété peuvent vous dissuader, vous ou un membre de votre famille, de recevoir un vaccin contre le VPH. Il y a des moyens de réduire la douleur et l'anxiété avant, pendant et après la vaccination. Les professionnels de santé comme les médecins, les infirmières et infirmiers et les pharmaciens et pharmaciennes jouent un rôle important en vous appuyant. Demandez-leur ce que vous pouvez faire pour améliorer votre expérience ou votre visite de vaccination : <https://immunize.ca/fr/systeme-card-pour-les-parents>.

VOICI D'AUTRES ÉLÉMENTS À PRENDRE EN CONSIDÉRATION QUAND VOUS CHERCHEZ EN LIGNE DES INFORMATIONS LIÉES AU VPH :

Ces informations sont-elles scientifiquement fondées?

Les scientifiques découvrent la vérité en testant leurs résultats maintes et maintes fois. Cette approche permet d'éviter les raisonnements fallacieux et les méthodes imparfaites. Ils s'assurent ainsi de ne pas faire de suppositions personnelles et de ne pas obtenir de résultats faussés par des conditions particulières. Les études les plus utiles comparent les constatations d'un groupe de personnes ou de cas avec celles d'un autre groupe (le groupe témoin). Cherchez les mots comme « essai comparatif randomisé » ou « étude cas/témoins ». Les groupes ou les établissements qui ont pour but de défendre la science, comme les comités d'éthique de la recherche, les associations professionnelles et les universités, soutiennent en général des études scientifiques solides. Cherchez les attestations de comités de révision déontologique, les références et les liens vers des études scientifiques. Les études parues dans des publications à comité de lecture sont souvent fiables, car un groupe d'experts du même domaine, sans conflit d'intérêts, a évalué les articles avant leur publication.

L'approche scientifique prend du temps et est ouverte aux questions. Elle découvre même des aspects qui n'étaient pas prévus. Les bons chercheurs professionnels n'ont pas peur de mentionner les faiblesses et les forces de leurs résultats de recherche. Ils peuvent même dire que leurs constatations n'ont pas produit de résultats clairs ou qu'il faut pousser la recherche. C'est normal, et ce n'est pas le signe d'un complot pour duper les gens ou leur porter préjudice.

Ces informations paraissent-elles sensées?

Parfois, des informations semblent trop belles pour être vraies. Les allégations fallacieuses sont faciles à croire. Méfiez-vous des personnes et des sources en ligne qui font des affirmations générales, en évoquant par exemple des « vérités cachées », ou des allégations sensationnelles prématurées. Les sources en ligne qui ne font pas clairement la distinction entre les faits et les hypothèses peuvent présenter des « théories ». Les médias utilisent parfois ces « théories » pour piquer l'attention du public, mais cela ne veut pas dire qu'elles sont vraies ou scientifiquement fondées.