

# Encuentre Información de salud confiable

## 1. ¿Qué es la información de salud confiable?

Encontrar buena información de salud en línea puede ser confuso. La información puede estar desactualizada o solo incluye información de experiencias personales. Algunas empresas patrocinan sitios web para promocionar servicios o productos. Los estafadores también usan sitios web para obtener su dinero.

Es importante poder reconocer información confiable en línea. La información de salud confiable proviene de una fuente confiable. Está basado en evidencia científica, actualizada, y ha sido revisado por un experto médico.

## 2. ¿Cómo puedo encontrar sitios web con información de salud confiable?

### Considere la fuente

- Asegúrese de que el sitio web sea uno de gobierno, universidad u organización de salud en la que confíe. Los sitios web gubernamentales generalmente terminan en ".gov" y los sitios web de las universidades terminan en ".edu".
- Observe si el sitio promueve un tratamiento o producto específico. Sea escéptico de los sitios web que promocionan productos.
- Asegúrese de no dar su información personal a un sitio web a menos que confíe en él.

### Enfóquese en la calidad

- Verifique la fuente de información con otros sitios web confiables.
- Mire la fecha en que se revisó la información.
- Revise el autor y los recursos enumerados para asegurarse de que sean creíbles.

### Séa escéptico

- Observe quién patrocina el sitio web
- Observe cualquier lenguaje extremo o increíble utilizado en el sitio web.
- Preste atención a los logotipos, la marca y el marketing en el sitio web. Los sitios web confiables tienen múltiples páginas y temas consistentes.

## 3. ¿Qué ejemplos de sitios web puedo usar para buscar información de salud?

- Para obtener información sobre temas de salud en varios idiomas: National Institute of Health [medlineplus.gov](http://medlineplus.gov)
- Para obtener información sobre los calendarios de inmunización y los rastreadores de síntomas: American Academy of Family Practice [familydoctor.org](http://familydoctor.org)
- Para obtener información sobre las pruebas de detección: US Department of Health and Human Services [www.healthfinder.gov](http://www.healthfinder.gov)



### Puntos clave:

- Sea escéptico de los sitios web que promocionan productos.
- Revise la fuente del sitio web.
- No brinde información personal a un sitio web a menos que usted confíe en él.

### Para más información:

Health Care Consumer  
Protection Unit

[Publichealth.lacounty.gov/hccp](http://Publichealth.lacounty.gov/hccp)

Reliable Health Info DMDA-HCCP-SPAN-00010-02 (11/8/19)