

# Comment trouver un site Internet en santé?



**PAR FRANCINE COUTURE  
30 OCTOBRE ET  
22 NOVEMBRE 2013**

# Site Internet en santé



- **Qualités d'un bon site**
  1. **Site fiable**
    - Qui sont les auteurs?
    - Contenu
    - À jour
  2. **Site pertinent pour vous**

# Site Internet en santé



## 1. Qualités d'un bon site : site fiable

### ■ Qui sont les auteurs?

- ✦ Sites d'agences gouvernementales (Santé Canada),
- ✦ Sites d'organismes éducatifs (universités)
- ✦ Sites d'organismes médicaux (hôpitaux, Fondation des maladies du cœur, Association canadienne du diabète).
- ✦ Pour les autres sites
  - Mots à chercher : À propos de nous, Qui sommes-nous?
  - Se méfier d'un site qui se réfère à un docteur dont vous ne pouvez pas vérifier la compétence

# Site Internet en santé



## 1. Qualités d'un bon site : site fiable

### ■ Contenu

- ✦ l'information la plus fiable est fondée sur la recherche médicale.
- ✦ Le site Web renvoie-t-il à des articles de revues médicales ou à d'autres sources de confiance?

# Site Internet en santé



1. Qualités d'un bon site : site fiable
  - Site à jour

# Site Internet en santé



- **Qualités d'un bon site**
  1. **Site fiable**
    - Qui sont les auteurs?
    - Contenu
    - À jour
  2. **Site pertinent pour vous**

# Site Internet en santé



## 2. Qualités d'un bon site : site pertinent pour VOUS

- Statistiques différentes d'un pays à l'autre
- En matière de nutrition, les sites de pays étrangers peuvent être différents des sites canadiens (guide alimentaire canadien)
- Les programmes de vaccination peuvent varier d'un pays à l'autre

# Site Internet en santé



- **Qualités d'un bon site**
  1. **Site fiable**
    - Qui sont les auteurs?
    - Contenu
    - À jour
  2. **Site pertinent pour vous**



# Pourquoi utiliser un site en santé?



1. Par curiosité
2. Pour vous-même
  - ✦ Complément d'une consultation médicale
  - ✦ Pour préparer une consultation médicale
  - ✦ Vous avez un nouveau problème de santé
  - ✦ Vous voulez améliorer vos habitudes de vie

# Attention



- Un site fiable devrait vous encourager à discuter avec votre médecin.
- Si vous avez des doutes à propos d'une information de santé trouvée sur un site Internet, interrogez un médecin à ce sujet. Imprimez la page et apportez-en une copie avec vous.
- **Ne jamais cesser vos médicaments, prendre un nouveau médicament ou produit naturel, commencer un nouveau régime ou débiter un programme d'activité physique sans en parler à votre médecin.**