

Fato e opinião

Em nosso cotidiano, é essencial saber diferenciar fatos de opiniões. Especialmente quando se trata de saúde, é fundamental saber distingui-los para identificar informações confiáveis.

O que são fatos e opiniões?

Vamos iniciar essa discussão com um exercício prático. Leia as manchetes abaixo¹:

“Brasil tem a semana mais letal desde o início da Covid- 19.”
(Jornal Nacional, G1, Globo, 2020).

“Existirá um fim para a covid?”
(Correio Braziliense, 2022).

Qual delas traz um **fato** e qual apresenta uma **opinião**?

A partir do exemplo acima, você pode ter pensado que a notícia que traz um fato é a primeira. E você terá acertado! Mas você sabe a diferença entre fato e opinião?

FATO

Fato é uma informação que pode ser comprovada com provas e evidências, ou seja, algo que realmente aconteceu ou existe. Por exemplo, dizer que o Brasil teve a semana mais letal desde o início da pandemia de covid-19 é um fato, que pode ser confirmado por registros e dados oficiais. Além disso, o autor da notícia não traz nenhum juízo de valor associado à informação desse fato.

OPINIÃO

Opinião é o que uma pessoa pensa ou sente sobre algo, podendo ser um julgamento ou uma interpretação que nem sempre pode ser provada. A opinião traz subjetividade, uma interpretação do autor a partir dos fatos. No exemplo acima, o texto irá discorrer sobre a opinião de alguém sobre o fim da pandemia ou não.

Saber a diferença entre fatos e opiniões é essencial para proteger sua saúde. Muitas vezes, informações falsas misturam fatos com opiniões para enganar as pessoas, fazendo com que tomem decisões erradas, como deixar de tomar medicamentos, vacinas ou acreditar em curas milagrosas.

A desinformação pode colocar sua saúde e a de outras pessoas em risco. Por isso, sempre busque fontes seguras e consulte um profissional antes de acreditar em qualquer notícia sobre saúde.

Como identificar informações confiáveis?

Atualmente, muitas pessoas acreditam mais em suas emoções e crenças do que nos fatos, e isso é chamado de “**pós-verdade**”¹.



Um exemplo disso é quando alguém acredita que uma vacina faz mal à saúde, mesmo que a ciência já tenha provado que ela é segura¹.

Esse tipo de pensamento pode ser perigoso, pois impede que as pessoas busquem informações corretas e tomem decisões importantes para sua saúde¹.

Para identificar informações confiáveis sobre saúde, é importante sempre procurar fontes seguras. Ao receber uma notícia, sempre cheque a veracidade das informações. Pergunte-se:

A notícia diz quem fez a pesquisa?

Apresenta uma fonte confiável?

Outros jornais e sites sérios estão falando a mesma coisa?

Se uma informação aparece apenas em um lugar e não há confirmação em outros meios confiáveis, é melhor desconfiar. Além disso, fique atento a títulos muito chamativos ou exagerados, pois muitas vezes eles são feitos para enganar e espalhar notícias falsas rapidamente.

Os profissionais de saúde são pessoas com quem você pode tirar dúvidas sobre as informações que recebe on-line.

Portanto, antes de tomar decisões sobre condutas de saúde, consulte os profissionais que acompanham você para evitar riscos desnecessários.

A internet pode ser uma ferramenta útil, mas também pode conter informações erradas que colocam sua saúde em risco.

Além disso, sites oficiais do governo e de hospitais são locais confiáveis para buscar informações corretas. Evite acreditar em mensagens de redes sociais ou grupos de WhatsApp que não informam a fonte da notícia.

Se a informação não vem de uma fonte conhecida, pode ser um boato ou até mesmo uma **fake news** (notícia falsa). Por isso, sempre questione as informações e busque dados comprovados antes de acreditar em algo que pode não ser verdade.

O que fazer ao receber uma notícia sobre saúde?



Leia com atenção

Não acredite em tudo que você recebe on-line. Leia tudo e tente entender a informação antes de tomar qualquer atitude.



Verifique de onde veio a informação

A notícia veio de um site confiável, como o do governo e de instituições de referência, ou foi compartilhada em redes sociais e grupos de WhatsApp sem fonte segura?



Compare com outras fontes

Veja se jornais conhecidos, profissionais de saúde ou sites oficiais também estão falando sobre isso. Se for verdade, outras fontes confiáveis também terão a mesma informação.



**Converse com
um profissional
de saúde**

Se tiver dúvidas, fale com quem entende do assunto. Um médico, enfermeiro ou agente de saúde pode esclarecer se a notícia é verdadeira ou não.



**Não
compartilhe
notícias
duvidosas**

Se você não tem certeza de que a informação é verdadeira, não repasse para outras pessoas. Isso evita que notícias falsas se espalhem e prejudiquem a saúde de quem acredita nelas.

Lembre-se:

- Sua saúde é muito importante! Não confie em tudo o que vê ou ouve na internet.
- Sempre procure informações em fontes confiáveis e tire suas dúvidas com um profissional de saúde do SUS.

Referência

1. GOVERNO DE PERNAMBUCO. Secretaria de Educação e Esportes. **Fato e Opinião na Linguagem Midiática – Material de apoio à ação docente.** Pernambuco: Governo de Pernambuco, Secretaria de Educação e Esportes, s.d. Disponível em: <https://portal.educacao.pe.gov.br/wp-content/uploads/2023/08/Fato-e-Opinio-na-Linguagem-Midiatica.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2025.

Créditos

Secretaria de Informação e Saúde Digital - SEIDIGI
Ana Estela Haddad

Coordenação do Projeto
Paola Trindade Garcia

Coordenação-Geral da UNA-SUS/UFMA
Elza Bernardes Ferreira

Vice-Coordenação da UNA-SUS/UFMA
Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Elaboração dos conteúdos
Isabelle Aguiar Prado

Recursos Educacionais

Helen Maysa Belfort Sousa
Letícia Iane de Holanda Ribeiro
Designers Instrucionais

Jackeline Mendes Pereira
Priscila Penha Coelho
Designers Gráficas

Mizraim Mesquita Nunes
Talita Guimarães Santos Sousa
Revisoras Textuais

Interface Gráfica
Geovana Soares Silveira
Jackeline Mendes Pereira

Tecnologia da Informação
Osvaldo Silva de Sousa Junior
Coordenador

Heber de Padua Sousa
Desenvolvedor Mobile

Arthur Marinho dos Passos
Desenvolvedor Mobile

Antonio Marcos Vieira Sales
Desenvolvedor full stack

COMO CITAR ESTE MATERIAL

PRADO, Isabelle Aguiar. **Fato e opinião**. São Luís, MA: UFMA; SEIDIGI/MS, 2025. 05 p. Material digital elaborado para compor o acervo da Biblioteca Digital da SEIDIGI/MS.

©2025 Secretaria de Informação e Saúde Digital (SEIDIGI) do Ministério da Saúde & Universidade Federal do Maranhão (UFMA). Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.