



Como encontrar informações seguras on-line?

Apresentação

A vasta quantidade de informações disponíveis on-line oferece inúmeras oportunidades de aprendizado e descoberta. A internet abriu um universo de conhecimento ao alcance de todos, com informações sobre praticamente qualquer assunto que você possa imaginar.

Essa facilidade é incrível, mas também traz um desafio importante: como ter certeza de que o que estamos lendo, vendo ou ouvindo on-line é verdadeiro e seguro? Em meio a tantas notícias, opiniões e até mesmo golpes, aprender a encontrar informações confiáveis na internet se tornou uma habilidade essencial para o nosso dia a dia.

Para não cair em armadilhas ou acreditar em notícias falsas, precisamos ficar atentos a alguns pontos importantes. Pensando nisso, vamos conversar sobre algumas dicas e caminhos que podem nos ajudar a encontrar informações seguras na internet, especialmente no contexto da saúde.



OBJETIVO DE APRENDIZAGEM

A partir deste material, você irá identificar caminhos para a obtenção de informações seguras on-line.



Como encontrar informações seguras on-line?

Vivemos em um mundo onde a informação está ao nosso alcance o tempo todo. Basta um clique e temos acesso a milhares de notícias, vídeos e postagens sobre qualquer assunto.



Mas será que tudo o que encontramos na internet é confiável?

Como saber se uma informação sobre saúde é verdadeira ou apenas um boato?

A desinformação pode trazer consequências sérias, principalmente quando se trata da nossa saúde. Um simples erro pode levar alguém a tomar medicamentos sem prescrição, abandonar um tratamento ou até duvidar da eficácia de vacinas. Por isso, saber identificar informações seguras é essencial para cuidar bem de si e da sua família.

Nem tudo o que está na internet é verdade. Algumas páginas divulgam informações sem base científica ou até manipulam fatos para enganar as pessoas. Então, como evitar cair em armadilhas?

A disseminação de notícias falsas afeta toda a sociedade, especialmente quando se trata de temas importantes, como saúde. Para garantir que as decisões sobre saúde sejam baseadas em informações corretas, é fundamental que a comunidade esteja atenta e busque fontes confiáveis.

Veja no quadro a seguir algumas dicas que podem te ajudar a saber se um site é confiável.

Como saber se um site é confiável?

Confira se o site tem credibilidade

Sites com finais “.gov.br” e “.org” geralmente pertencem a instituições sérias. Além disso, desconfie de páginas que não informam quem escreveu o conteúdo ou que não citam fontes.

Preste atenção no tom da mensagem

Títulos muito alarmantes, que tentam causar medo ou comover, costumam indicar desinformação. Notícias verdadeiras são objetivas e trazem dados concretos.

Compare com outras fontes confiáveis

Se a informação for verdadeira, outros sites reconhecidos também vão noticiá-la. Sempre consulte mais de uma fonte antes de acreditar em algo.

Além destas dicas, o uso de ferramentas de checagem de fatos é uma estratégia essencial para diferenciar o que é verdadeiro do que é falso¹.



Você já ouviu falar sobre checagem de fatos ou **fact-checking**?

Agências de fact-checking são organizações que verificam a veracidade das informações que circulam na internet, especialmente declarações de figuras públicas.

Elas usam métodos de investigação jornalística para verificar a precisão das informações, entrando em contato com os autores das declarações, buscando fontes oficiais e consultando especialistas.

As agências usam selos para classificar as notícias: "Verdadeiro", "Impreciso", "Exagerado", "Falso" ou "Insustentável". O objetivo é mostrar ao público a precisão da informação compartilhada.



PARA SABER MAIS

Para conhecer as principais agências de checagem de fatos no Brasil, acesse:

- [Aos fatos](#);
- [Boatos.org](#);
- [UOL Confere](#);
- [Estadão Verifica](#);
- [G1 – Fato ou Fake](#);
- [Conselho Nacional de Justiça – Onde Checar se é Fake News](#).

Onde buscar informações seguras sobre saúde?

Quando sentimos uma dor diferente ou queremos saber mais sobre um tratamento, é natural recorrer à internet em busca de respostas. No entanto, com tantas informações circulando, pode ser difícil saber em quem confiar.



Fonte: Canva.com ©2025. Uso permitido sob licença Pro.

Muitas vezes, encontramos relatos pessoais, dicas milagrosas e até teorias sem comprovação científica, o que pode gerar dúvidas e até levar a decisões arriscadas para a saúde. Por isso, é fundamental saber onde buscar informações seguras. O ideal é sempre recorrer a fontes confiáveis, como órgãos oficiais de saúde, universidades e institutos de pesquisa.

Essas instituições trabalham com **dados baseados em ciência** e passam por revisões rigorosas antes de divulgar qualquer informação.

Além disso, elas atualizam seus conteúdos com frequência, garantindo que as orientações estejam sempre corretas e de acordo com as descobertas mais recentes.



PARA SABER MAIS

Se você quer saber mais sobre saúde de forma segura, você pode acessar alguns dos principais canais que oferecem informações confiáveis e atualizadas, como:

- [Ministério da Saúde;](#)
- [Organização Mundial da Saúde \(OMS\);](#)
- [Organização Panamericana da Saúde \(OPAS\);](#)
- [Fundação Oswaldo Cruz \(Fiocruz\).](#)

Além desses, você pode acessar os sites de órgãos governamentais como Anvisa, secretarias de saúde municipais e estaduais, universidades e centros de pesquisa, que publicam estudos e dados confiáveis sobre saúde pública. e das associações de especialidades médicas — por exemplo, a Sociedade Brasileira de Infectologia e a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia.



Por que é importante conferir antes de compartilhar?

Muitas pessoas compartilham notícias sem conferir se são verdadeiras, acreditando que estão ajudando. Mas a desinformação pode gerar pânico, prejudicar campanhas de saúde e colocar vidas em risco.

Algumas notícias falsas são criadas de propósito para enganar, influenciar opiniões ou até mesmo vender produtos sem comprovação científica. Antes de compartilhar qualquer informação, pergunte-se:

Essa notícia veio de um site confiável?

01

Ela cita fontes oficiais?

02

Encontrei a mesma informação em outros lugares confiáveis?

03

O texto tem erros ou um tom muito alarmante?

04

Cada um de nós tem um papel fundamental na luta contra a desinformação. Ao buscar informações seguras e compartilhar apenas conteúdos confiáveis, ajudamos a construir um ambiente mais seguro para todos.

Se tiver dúvidas sobre a veracidade de uma informação, não compartilhe. Espalhar informação errada pode ter consequências graves para a saúde de todos nós!

Referência

1. SPINELLI, E. M.; SANTOS, J. DE A. Jornalismo na era da pós-verdade: fact-checking como ferramenta de combate às fake news. **Revista Observatório**, v. 4, n. 3, p. 759–782, 2018.



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 lane 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

Oswaldo 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. **Como encontrar informações seguras on-line?**. São Luís, MA: UFMA; SEIDIGI/MS, 2025. 11 p. Material digital elaborado para compor 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.



