

SCHEDA

Parlare di informazione, disinformazione e media literacy - vale a dire, la capacità di utilizzare i media come uno strumento di conoscenza, applicando uno spirito critico nel nostro processo informativo quotidiano - può spesso sembrare un esercizio astratto, senza legami con la nostra quotidianità. Ma cosa accade quando l'incapacità di distinguere i contenuti veri da quelli fasulli o manipolati ad arte ci colpisce quando dobbiamo valutare notizie (e in base ad esse prendere decisioni) che possono avere un impatto diretto sulla nostra vita e su quella di chi ci sta vicino?

Già nel 2017, quindi molto prima dell'impatto devastante della pandemia, una ricerca del Censis¹ rivelava come oltre 15 milioni di italiani cercassero autonomamente online notizie e informazioni su piccoli disturbi di salute, e come tra di loro quasi 9 milioni dichiarassero di aver creduto a fake news nel corso dell'ultimo anno. Tra questi, anche 3,5 milioni di genitori, che si erano affidati ad indicazioni mediche sbagliate. Il medico di medicina generale restava ancora il principale riferimento in caso di necessità, ma già allora il 28,4% delle persone interpellate indicava la Rete come fonte primaria di ricerca informazioni, con il 17% che si rivolgeva a siti generici sulla salute, il 6% ai siti istituzionali (ministero della Salute, associazioni mediche, etc.), e il 2.4% direttamente ai social.

Che risultati darebbe una simile ricerca svolta oggi, magari ampliata non solo alle problematiche strettamente mediche, ma anche a quelle tematiche che riguardano la gestione della nostra salute a tutto tondo, come le diete, il fitness, e così via? Quante volte ci è capitato di andare a cercare sui social suggerimenti su questi temi, oppure di soffermarci su annunci, reel, post che sembrano indicarci strategie innovative o di sicuro successo per migliorare la nostra forma fisica?

Secondo gli esperti del settore, non si tratta soltanto di sciocchezze o di informazione superficiale: alcune delle "bufale" che circolano in Internet possono mettere in serio pericolo la nostra salute. Possiamo variare, in questo campo, dai falsi miti su glutine e carni rosse, alle proprietà "miracolose" di alcune spezie e alcuni frutti, alle diete "fai da te" spesso proposte da persone prive di vere competenze in merito e a caccia di followers e di like. Per non parlare dell'impatto che possono avere le mode, magari veicolate da interviste superficiali a celebrities e influencer, o le strategie di marketing delle aziende.

Il nostro stile di vita, lo sappiamo, è sempre più condizionato dai mezzi di comunicazione, e in particolare dai social. Per quanto riguarda l'alimentazione o gli stili di vita, abbiamo visto accadere esattamente quello contro cui metteva in guardia, nel febbraio 2020, il Direttore dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) Tedros Adhanom Ghebreyesus: un moltiplicarsi di informazioni, comunicazioni, consigli e suggerimenti, che in quel caso - talmente grave da avere, appunto, spinto all'introduzione del termine "infodemia", come abbiamo visto nell'introduzione a questo progetto - aveva messo in serio pericolo l'efficacia di una risposta globale e coordinata alla minaccia della pandemia. Parliamo di una messe di informazioni - spesso nati da credenze o da opinioni non verificate scientificamente, influenzate appunto dal marketing o dalle strategie social - che ci portano ad adottare determinate scelte alimentari e comportamentali.

Le dinamiche, in entrambi i casi, sono simili: ci troviamo di fronte a "una sovrabbondanza di informazioni - alcune accurate altre no - che rende difficile alle persone trovare fonti attendibili e indicazioni affidabili quando ne hanno bisogno" (la definizione viene da un documento fondamentale

¹ https://www.corriere.it/salute/17_dicembre_13/piccoli-malanni-informazioni-medico-o-farmacista-ma-anche-online-e23b5f5e-e00a-11e7-be01-4bf2c9174b4a.shtml

dell'OMS, il Situation Report numero 13 sul Novel Coronavirus 2019-nCoV, che contiene un Technical Focus sui rischi comunicativi e il coinvolgimento delle comunità ²).

È essenziale ricordare come qualsiasi informazione in questo ambito debba essere basata su precisi protocolli scientifici, e di come (sembra banale ricordarlo) la scienza sia l'esatto opposto di un'opinione. E questo vale per qualsiasi ambito e settore di ricerca, che si tratti di terapie e protocolli medici o di diete e "lifestyle".

“Non c'è personaggio pubblico e influencer – commenta Paola Palestini, professore associato in Biochimica dell'Università degli Studi Milano-Bicocca – che non scriva la sua opinione su che cosa è corretto mangiare, su quello che bisogna assolutamente evitare, suggerendo infine diete dubbie, il più delle volte miracolose, non sostenute da nessuna evidenza scientifica e spesso correlate a un business. Questo fa sì che sui social, in internet e sui canali televisivi si propaghino fake news che fanno facile presa sulla popolazione in quanto divulgate da personaggi abili nella parola ma che non hanno nessuna competenza in campo nutrizionale. Infatti, mentre a nessun non-esperto penserebbe mai di parlare di fisica quantistica, tutti ritengono di poter parlare di alimentazione ritenendo che sia un argomento “facile”. Invece, l'alimentazione e la nutrizione sono argomenti molto complessi dove per avere l'evidenza scientifica che un certo tipo di alimentazione o che una dieta siano salutari, ci vogliono molti anni, un numero elevato di persone che la utilizzano, ma, soprattutto persone esperte che analizzino empiricamente i risultati”.

Combattere la comunicazione errata, soprattutto quando ci troviamo ad affrontare tematiche complesse e specialistiche come quelle che riguardano la nostra salute, diventa quindi fondamentale. Per questo motivo, a partire dall'esperienza legata al Covid, si sono moltiplicate le azioni di sensibilizzazione e informazione sul rischio dei miti, delle dicerie e delle “fake news” in tema sanitario. Gli enti di ricerca e le organizzazioni scientifiche si sono inoltre attrezzati, come vedrete in uno degli approfondimenti proposti, per contrastare questo tipo di disinformazione e per offrire agli utenti gli strumenti necessari per orientarsi nella confusione creata dalla sovrabbondanza di fonti informative.

La regola fondamentale, in ogni caso, resta quella di “filtrare” le notizie valutando l'affidabilità e autorevolezza della fonte, la complessità della tematica, ma soprattutto le motivazioni (che possono comprendere anche un aspetto emotivo: la paura, la speranza...) che rischierebbero di spingerci dritto tra le braccia dei diffusori di “fake news”. Proviamo ad esercitarci insieme!

ATTIVITÀ IN CLASSE

Proviamo a comprendere insieme come intercettare e smascherare le affermazioni errate che riguardano la nostra salute, e per quale motivo possono diventare virali.

1. Dividere la classe in gruppi di lavoro.
2. Distribuire ad ogni gruppo una delle seguenti affermazioni/claim:
 - A) Il Kamut è un cereale antico dalle proprietà benefiche
 - B) Si possono perdere 7 chili in una settimana con una dieta efficace e sicura
 - C) L'argento colloidale cura l'ebola
 - D) Lo zucchero di canna è più sano di quello raffinato

² <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200202-sitrep-13-ncov-v3.pdf>

E) Il bicarbonato cura il cancro

3. Il gruppo dovrà rispondere alle seguenti domande, utilizzando le fonti in modo consapevole per verificare e valutare le affermazioni:
1. Ci sono elementi di veridicità in questa notizia? Se sì, quali?
 2. Cosa dice la scienza in merito? Quali fonti possiamo considerare autorevoli?
 3. Per quale motivo questa notizia continua a circolare? Che cosa "convince" o attrae gli utenti che decidono di condividerla?
 4. Che conseguenze può avere la diffusione di una simile credenza? Quali sono i rischi potenziali?
4. I risultati del lavoro di gruppo verranno presentati e discussi con il resto della classe.

MATERIALI DI APPROFONDIMENTO (FACOLTATIVO)

- Per combattere la disinformazione in ambito medico, la FNOMCeO (Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e Odontoiatri) ha messo a disposizione un sito dedicato, *Dottore ma è vero che...?* (dottoremaeveroche.it) che ha come duplice scopo quello di "offrire alla popolazione un'informazione accessibile, scientificamente solida e sempre trasparente, e ai Colleghi strumenti comunicativi nuovi, in linea con i tempi, proficui nell'attualizzare lo scambio che è alla base del rapporto tra medico e paziente." Su questo sito potete trovare articoli specifici sia sul fenomeno nel suo complesso, sia su tematiche specifiche. È addirittura possibile sottoporre domande allo staff (che opera in collaborazione con esperti di fact-checking).
- Per capirne di più sulle dinamiche scatenate dall'emergenza pandemia in ambito informativo e sulle strategie istituzionali di contrasto all'infodemia, suggeriamo la lettura di "La comunicazione pubblica della salute tra infodemia e fake news: il ruolo della pagina Facebook del Ministero della Salute nella sfida social al Covid-19", di Alessandro Lovari e Nicola Righetti, pubblicato su *Mediascapes journal* 15/2020. Il testo, al netto del summary di presentazione, è in italiano. Lo trovate in allegato a questa scheda.