

# Info santé sur le Net, paradis ou enfer ?

- ▶ Selon l'enquête Solidaris, internet est consulté par un patient sur deux. C'est la deuxième source d'info santé, directement après le généraliste.
- ▶ Mais 90 % des patients estiment qu'on y trouve beaucoup d'infos « fausses ou manipulées ».
- ▶ Comment faire le tri ? Voici une méthode !

**S'**informer, c'est la santé, soit. Mais où se tourner pour trouver une information qui soit significative, vérifiée, sûre et utile ?

D'après l'enquête Solidaris « S'informer c'est la santé », dont nous dévoilons aujourd'hui le contenu, les deux tiers des patients estiment que leur généraliste est la première source d'info fiable avant... les sites internet, plébiscités par la moitié des patients, bien avant les livres et les journaux, mais surtout... le pharmacien et le médecin spécialiste, qui enregistrent, de manière surprenante, de moins bons scores encore.

Paradoxe : alors que le patient place internet en seconde source d'information, neuf patients sur dix estiment « qu'on y trouve beaucoup d'informations fausses ». Par ailleurs, trois médecins sondés sur quatre estiment d'ailleurs que les... patients y accordent trop d'importance, transformant parfois le malade en « patient-internet », qui a davantage lu sur sa maladie que le médecin, négligeant d'évoquer ses symptômes au profit d'une sorte de prédiagnostic « à confirmer » par le médecin.

Pourtant, les médecins sont très majoritairement partisans de la bonne information de leur patient : selon cette enquête, 93 % des médecins généralistes estiment qu'il est « préférable que les patients soient bien informés sur leur santé ». En effet, selon eux, la sous-information des patients en matière de santé peut entraîner des difficultés pour faire adhérer correctement les patients au traitement prescrit, notamment quand ceux-ci veulent changer trop souvent de traite-

ment parce que les médicaments provoquent des effets secondaires. Un manque d'information peut aussi aboutir à un moins bon dépistage basé sur une sous-estimation des risques.

Les médecins interrogés soulignent aussi qu'une trop faible information des patients induit des difficultés de communication pour expliquer l'intérêt d'un traitement. Mais ils n'évaluent pas les effets négatifs possibles : la tendance à s'automédiquer ou à médiquer ses proches, se découvrir des problèmes de santé inexistantes, mais aussi la surconsommation de médicaments ou la consommation de médicaments non adaptés ou la discussion abusive de la recommandation des médecins. D'après les résultats de l'enquête, les médecins généralistes ne ressentent pas autant que les patients l'influence négative de la « surabondance d'informations ». Et le caractère « orienté » par les firmes commerciales des informations à destination des patients est moins « suspect » aux yeux des généralistes qu'il ne l'est aux yeux du public.

Mais ils ne sont pas satisfaits du tout, loin de là : le ressenti qu'ont les médecins de la bonne adoption de comportements préventifs par les patients est très mitigé ; la pratique d'exams préventifs est de l'avis des médecins largement insuffisante. Il existe selon eux une large sous-information du public en matière de risques liés à la surconsommation de médicaments et d'automédication.

## 50 % de mortalité en plus

Pas grave ? Pas si sûr : d'après le

professeur Stephan Van den Broucke, spécialiste des connaissances en santé à la faculté de psychologie de l'UCL, des études montrent que la mauvaise connaissance en santé peut entraîner un surcroît global de 50 %

de mortalité et des surcoûts de plusieurs milliers d'euros par an et par patient, notamment parce que les soins mal appliqués entraînent davantage d'exams et de soins plus complexes alors que le patient aurait pu alléger le poids de la maladie en appliquant correctement les conseils prodigués. D'après une étude de la Mutualité chrétienne, moins de six Belges sur dix ont une connaissance suffisante de la santé pour appliquer la bonne pratique. Et un francophone sur deux a une connaissance insuffisante ou limitée de la santé, se mettant donc indirectement en danger. « Intégrer des programmes de meilleure connaissance de la santé, en donnant un meilleur accès à une information adaptée et vérifiée fait partie intégrante de la politique publique de santé », souligne l'expert, qui relève que la promesse

en est faite dans le programme gouvernemental, mais qui insiste : « Cela ne doit pas rester que des mots. »

## « Le pire côtoie le meilleur »

Mais pourquoi tant de mauvaise information santé sur internet, alors ? Selon le docteur Patrick Tréfois, rédacteur en chef de « mongeneraliste.be », un site réalisé par la Société scientifique de médecine générale (SSMG) et dont le programme est présenté avec humour en affirmant qu'il entend « ne pas conseiller du cartilage de requin pour vaincre un cancer », « la difficulté vient du mélange des sources sur la Toile. Le pire y côtoie le meilleur. Il y a des techniques disponibles comme le HONCode, une fondation d'utilité publique reconnue par l'ONU

et qui édicte des règles éthiques à respecter, notamment de ne pas se substituer à la relation médecin-patient et de citer les sources des infos données. Mais si on entre un problème de santé dans un moteur de recherche de base, on tombe prioritairement vers des sites qui ne respectent pas ces règles et qui cachent souvent des vendeurs de médicaments, des escrocs ou aussi des gens de bonne foi qui s'improvisent experts sans l'être. Ou des gens qui croient que la solution qu'on a trouvée pour

eux est généralisable, au risque de provoquer des catastrophes. Notre site, comme d'autres, est fondé sur des principes de médecine par les preuves, citant les avis d'experts, les études scientifiques et les consensus. Il est aussi adapté à la situation belge, l'offre médicale variant souvent d'un pays à l'autre. Un vaccin sera recommandé ici et pas là. Il écarte aussi toute indication qui se substituerait à un avis de médecin. Là où commence la consultation doit s'arrêter l'information générale

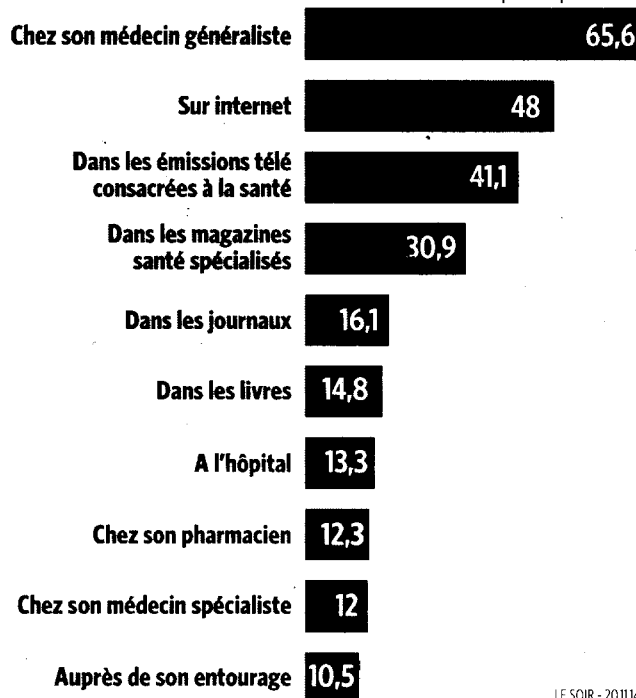
sur la maladie ou les solutions disponibles ».

Pour l'expert, la difficulté vient aussi du fait que l'optique dans laquelle est posée la question oriente les réponses. Si vous cherchez les effets secondaires ou les échecs de telle thérapeutique, les sites offerts vont conforter vos craintes. Mais l'inverse est aussi vrai. Patrick Tréfois propose donc de surfer armé de conseils de bases pour tenter de séparer le bon grain de l'ivraie (lire ci-contre). ■

FRÉDÉRIC SOUMOIS

## Selon vous, où trouve-t-on les bonnes informations sur la santé ?

Chiffres en %. Plusieurs réponses permises.



LE SOIR - 201114

## Un nouveau site patient-médecin innovant mais interpellant

D'après ses promoteurs, qui l'ont lancé mercredi après plus de deux ans de préparation, la plateforme multimédia MondocMasante.be est une première. Son originalité : proposer en miroir un site pour le patient et pour le médecin. « Parfois, le patient vient chez son médecin en disant qu'il a vu quelque chose sur internet. Le médecin n'a pas le temps de lire tous les sites disponibles pour vérifier leur qualité. Notre idée est que le médecin puisse utiliser les

infos lors de la consultation et que le patient puisse ensuite retrouver les mêmes visuels chez lui, plus à l'aise, explique Linda Grijp, généraliste qui, avec trois autres médecins, est à l'origine du projet. Un patient retient ou comprend environ 30 % des infos données verbalement. La répétition est donc indispensable. Notre plateforme est un outil prêt à y aider. »

L'enjeu n'est pas mince : une mauvaise connaissance de la maladie ou des solutions peut en ef-

fet... tuer. D'après Stephan Van den Broucke, spécialiste à la faculté de psycho de l'UCL, « manquer des outils de base pour comprendre une notice de médicaments ou pour suivre correctement un traitement aboutit dans

« Notre charte garantit l'indépendance du contenu face à tout partenaire du projet » DOCTEUR CLAUDE BOURTON

les cas extrêmes à une surmortalité de 50 % ». Cet « analphabé-

tisme » de la santé, appelé absence de « *littératie* en santé », peut aussi, d'après des chiffres américains, coûter jusqu'à 6.000 euros par an et par patient en examens inutiles. Les personnes avec une *littératie* plus faible bénéficieraient aussi moins des conseils de prévention et des examens de dépistage.

La plateforme lancée aujourd'hui correspond donc sans aucun doute à une nécessité. Le site est clair, très illustré et facile d'emploi, notamment grâce aux termes techniques qui s'expliquent via une « bulle ». Pour l'instant, il comprend du contenu sur quatre maladies chroniques, le diabète de type 2, l'asthme, l'hypertension et l'obésité qui, toutes ensemble, concernent plusieurs millions de Belges. D'autres maladies devraient suivre dans les mois à venir. 750 médecins généralistes se sont déjà inscrits sur la plateforme.

Chouette initiative ? Sans aucun doute. Mais cette nouvelle plateforme passe-t-elle le test de crédibilité proposé par de nombreux experts en santé ?

Pas totalement sûr : si Mondoc-Masante.be est soutenu par plusieurs associations de patients honorablement connues, comme la Fares, la Ligue cardiologique ou l'Association du diabète, qui ont eu l'occasion de valider son contenu, cette plateforme n'a pas l'aval de la Société scientifique de médecine générale. « *Des discussions avec ses représentants sont en cours, le contenu a été apprécié, il fallait bien avancer* », explique le docteur Claudè Bourton, un autre promoteur du site. Le site affiche clairement ses règles déontologiques, et notamment le fait que « *l'information contenue dans la plateforme est diffusée exclusivement à titre informatif et illustratif. Elle ne peut pas être utilisée pour diagnostiquer ou*

*traiter une affection ou une maladie* ». Le site s'affiche certes sans pub. On y trouve aussi clairement

mention de ses soutiens financiers, l'Institut bruxellois pour la recherche et l'innovation (public) et la firme privée pharmaceutique Servier, via une dotation affirmée sans interférence avec le contenu. « *Notre charte garantit l'indépendance du contenu face à tout partenaire du projet* », assure le docteur Bourton. Qui n'a pas voulu nous préciser si les promoteurs du projet s'étaient organisés en fondation ou association sans but lucratif. Le site, pourtant, répond à la question : c'est une société anonyme, Newway, qui détient le site et son contenu. Même si ses promoteurs affirment plutôt courir les financements pour une mission qui devrait en fait être assurée par les pouvoirs publics, la société peut donc tout à fait légalement faire du profit. Autant savoir. ■

Fr.So

## CONSEILS

Dresser la liste des sites « fiables » en matière d'information santé est impossible, tant elle serait longue... mais néanmoins plus courte que celle des sites dangereux, discutables ou commercialement intéressés. Mais les experts proposent quelques tuyaux pour naviguer avec davantage de sécurité :

### 1 Privilégier les sites d'institutions connues.

Les organisations connues pour donner des avis autorisés sur la santé, comme le Conseil supérieur de la santé, le centre fédéral d'expertises de soins de santé (KCE) ou l'Inami sont évidemment en tête, mais il en existe beaucoup d'autres. Et les sites les plus sérieux ne délivrent pas non plus toujours des informations rédigées dans une langue adaptée et accessible au patient. Inversement, des sites très attractifs peuvent cacher une entreprise commerciale qui utilise le conseil au patient comme sous-marin pour vendre un produit. Ceux qui veulent vous mystifier peuvent déployer mille astuces (faux témoignages, photos plaisantes, fausses promesses) que les gens « sérieux » n'utiliseront pas.

**2 Qui parle ?** Les sites peuvent inspirer d'autant plus confiance que leur auteur est bien identifié, possède une adresse physique identifiée, peut être joint par téléphone et prévoit une manière de signaler des erreurs. Si l'adresse légale est aux Seychelles ou dans un autre paradis fiscal, méfiance, c'est souvent un site qui va vouloir vous vendre des solutions à vos problèmes, vos questions l'orientant subtilement vers vos sources d'inquiétude.

**3 Qui dit ?** Les articles sur le site sont-ils anonymes ou sous pseudos ? Méfiance dans ce cas, car la responsabilité des propos n'est pas claire, souvent pour éviter toute conséquence d'une mise en œuvre du conseil. L'exercice illégal de la médecine n'est pas loin. De la même manière, davantage le conseil est directif, davantage il faut se méfier : les sites sérieux permettent d'en connaître davantage sur la santé mais ne franchissent pas le pas de conseiller telle thérapie ou tel médicament sans passer d'abord par le conseil d'un professionnel de la santé. Un site, même bien élaboré, ne peut jamais produire un diagnostic.

**4 Quelle référence ?** Les sites qui publient des articles qui citent, ne fût-ce que sommairement, la source de l'information, sont plus sérieux car ils permettent à chacun de remonter à la source, que ce soit des règles de sociétés savantes, des études ou des prises de position d'experts. Important : ces références doivent être datées. La science et la médecine, cela se met à jour tout le temps.

**5 Qui certifie ?** Il existe des certifications de sites internet, comme le HonCode, qui garantit notamment que la qualification des rédacteurs soit indiquée, que les sources soient citées et les affirmations justifiées. Et qu'il y ait transparence sur le financement et que la publicité soit bien séparée du contenu rédactionnel. Mais de nombreux sites respectent (ou affirment respecter) ces règles sans nécessairement être « badgés » par le système HonCode. Il faut donc faire le tri « manuellement » en s'inspirant de ces principes.

FR.SO