

Se donner du pouvoir

Situer le besoin des femmes d'être mieux informées

Avoir accès à de l'information est une chose et avoir le sentiment d'être bien informée et d'être capable de faire des choix éclairés en est une autre.

La surabondance d'informations et la multitude de sources d'information, les fréquentes contradictions ou remises en question de résultats de recherches ont parfois pour effet d'entretenir chez certaines personnes un sentiment d'incompétence. Cette confusion ébranle la confiance de certaines femmes dans leur capacité de comprendre l'information, de faire des choix judicieux, et elle peut même affecter leur estime personnelle.

Il apparaît opportun d'aider les femmes à identifier leurs besoins en matière d'information. Ne sont-elles pas les mieux placées pour connaître leur réalité, leurs préoccupations, leurs inquiétudes, leurs intérêts, leurs attentes, bref leurs besoins ? Le rôle de l'intervenante ou de l'animatrice est donc de les aider à préciser ces besoins. (Voir la section 2.1 *Les défis de l'animatrice.*)

*« Les questionnements d'une participante risquent fort probablement d'avoir plus d'importance dans sa vie que le contenu informatif que l'intervenante désire transmettre dans son atelier. »
(Fernande Ménard)*

Toute démarche est motivée par le désir ou la nécessité de satisfaire un besoin non comblé. Ainsi, les informations transmises devraient répondre aux besoins identifiés par les femmes elles-mêmes. Pour que ces informations se traduisent en apprentissages utiles, elles devront conduire les femmes à avoir davantage de prise sur leur propre expérience de vie.

L'information s'inscrit dans un processus en deux étapes. Dans la première, les femmes sont invitées à reconnaître leurs propres compétences. Dans la deuxième étape, elles sont encouragées à développer leur pouvoir sur leur vie. Ainsi, l'information ne représente pas une fin en soi, mais un outil au service des femmes, l'objectif étant d'alimenter leur réflexion et de faciliter leur choix d'actions ou leurs décisions.

L'intervenante ou l'animatrice :

- Facilite l'identification des besoins et des préoccupations ;
- Reconnaît les différentes façons des femmes de combler leurs besoins ;
- Encourage le sentiment de compétence et les habiletés personnelles et favorise la reconnaissance des savoirs et des acquis des femmes tout en leur permettant de développer et d'exercer leur esprit critique quant aux diverses informations véhiculées ;
- Situe le besoin d'être mieux informée dans une démarche globale de réflexion, de prise de décision et d'action.

Développer et exercer un esprit critique par rapport aux diverses informations véhiculées

Les grandes étapes de la cueillette d'informations sont :

- Cerner son besoin et bien identifier le type d'informations recherchées ;
- Repérer et consulter les diverses sources d'informations et reconnaître ses acquis et ses connaissances ;
- Évaluer et confronter les informations recueillies ;
- S'approprier l'information et l'intégrer au processus de réflexion, de prise de décision et d'action.

*« Moi, j'aime mieux de l'information condensée plutôt que des briques d'information, quitte à ce qu'il y ait des références pour qu'on puisse approfondir nos recherches. »
(Montréal)*

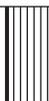
Quelques éléments de réflexion

1. Quelles sont mes sources habituelles d'information ?

- Les personnes-ressources avec qui je discute :
 - Mes pairs (sœur, amies, proches, collègues de travail, autres) ;
 - Les intervenantes d'organismes sociaux ou communautaires ;
 - Le personnel professionnel de la santé (médecin, pharmacien ou pharmacienne, infirmière, autres).
- La documentation écrite que je peux consulter :
 - Les livres ;
 - Les articles de revues, de journaux ;
 - Les feuillets d'information, les brochures ;
 - Les études publiées ;
 - Les sites Internet ;
 - La publicité ;
 - Etc.
- Les activités auxquelles je peux assister :
 - Des ateliers d'information ;
 - Des groupes d'échange et de discussion ;
 - Des conférences ;
 - Des colloques ;
 - Etc.

*« Il ne faut pas aller dans le trop scientifique... mais avoir des références qui nous donnent plus de détails si on en a besoin. »
(Baie-Comeau)*

2. Est-ce que je connais les valeurs ou les motivations qui animent la source d'information ?



3. Quelles sont les compétences ou l'expérience de la personne à la source de l'information ?

- S'exprime-t-elle en son nom ou au nom d'une organisation ?
- Si le sujet est controversé, le mentionne-t-elle ?
- A-t-elle intérêt à ce qu'une information ou une solution ou un point de vue s'impose ?
- Les informations qu'elle transmet font-elles la promotion d'un produit ou d'un service vendu par cette source ?
- Est-ce que la source de l'information est connue, identifiée, citée ?

4. Est-il possible de questionner la personne responsable de l'information transmise ? Est-ce que cette personne est accessible, ouverte et disponible ?

5. Est-il possible de confronter les informations avec d'autres sources et de les authentifier ? S'agit-il d'informations récentes ?

Vérifier la fiabilité des sites Internet

« L'absence de contrainte éditoriale sur le réseau Internet, et la possibilité pour chacun d'y déposer une information dont il est le seul garant, peuvent présenter certains risques quant à la valeur de vérité de l'information repérée (aucune garantie d'authenticité). Il importe donc de bien vérifier la fiabilité et la validité d'une information, avant de la citer ou de la diffuser (ou de s'y fier pour prendre une décision). » (Berten, 2003.)

Il importe de rechercher des conseils ou de réfléchir sur la qualité d'un site et sur la valeur de son contenu et de ses références.

Lire entre les lignes des nouvelles médicales (Source de cette section : Chow, 2002.)

Presque chaque jour, des nouvelles ou des avertissements sur la santé ou la nutrition font la manchette des journaux, ou sont présentés à la télévision, ou sont diffusés sur Internet. La manchette du jour semble souvent contredire celle de la semaine précédente !

Il faut faire preuve de sens critique et pousser l'analyse de ces nouvelles plus loin que la simple lecture du titre.

Vérifiez-en la source

La nouvelle provient-elle d'une revue scientifique fiable dont les articles font l'objet d'une révision professionnelle ? Comment le vérifier ? Est-ce mentionné quelque part dans ces revues ou ailleurs ?

Les résultats d'une seule étude ont rarement pour effet de bouleverser les connaissances sur un sujet. Les découvertes véritables sont publiées souvent après plusieurs années de recherche. Elles ne seront validées par la communauté scientifique qu'après avoir été confrontées à d'autres études scientifiques qui seront parvenues à des résultats comparables.

Le ou la journaliste mentionne-t-elle d'autres études appuyant ces conclusions ? Cette étude a-t-elle été financée par une industrie dont les intérêts sont liés au sujet ?

Avez-vous lu l'article jusqu'à la fin ? C'est là que vous trouverez les points de vue divergents, les restrictions et les effets secondaires ou tout autre élément susceptible de diluer la portée de la nouvelle.

Recherchez certains mots-clés

"Preliminaire" veut souvent dire que la recherche n'a pas encore été complétée pour confirmer ou infirmer les premiers résultats, et que ces derniers n'ont pas été analysés d'un point de vue professionnel selon les règles strictes suivies par les revues scientifiques afin d'assurer une crédibilité scientifique.

"Étude pilote", sans être nécessairement négatif, signifie qu'il s'agit d'une étude à petite échelle permettant de tester une hypothèse sur laquelle reposera une étude plus large.

"Risque" doit être compris différemment selon qu'il s'agit d'un "risque absolu" ou d'un "risque relatif". Le risque absolu est le risque qu'un événement arrive effectivement, par exemple à une personne sur 50 000. Le risque relatif compare deux situations, par exemple deux fois plus de personnes. Mais une augmentation de 100% peut sembler alarmante alors que en réalité, cela ne représente que deux personnes sur 50 000 plutôt qu'une.

"Tous", "la majorité" et "plusieurs" indiquent des niveaux différents de précisions dans les résultats et ont un rapport avec le sérieux de l'étude.

"On recommande que" reflète une décision prise par des organisations de la santé qui n'est pas uniquement fondée sur des découvertes scientifiques, mais aussi sur d'autres facteurs comme le coût, le risque et parfois même le lobby d'une industrie.

"Les études sur les animaux" figurent parmi les premières étapes d'une recherche, mais leurs résultats ne s'appliqueront pas nécessairement aux êtres humains.

"Les résultats suggèrent que" et **"prouvent que"** ont des sens différents. Une hypothèse n'est pas synonyme de preuve.

"Il existe une relation" ne signifie pas que ce soit la cause. Par exemple, il ne suffit pas qu'un grand nombre d'athlètes féminines souffrent moins d'une maladie précise pour en conclure que l'activité physique est une protection contre cette maladie. Un régime alimentaire plus sain ou une faible consommation de tabac pourrait en être la cause.

Est-ce que l'article vous intéresse encore ? Cherchez d'autres détails sur l'étude.

S'agit-il d'un essai clinique aléatoire à double insu, avec un groupe témoin traité par un placebo ? Ceci rendrait les résultats plus crédibles.

Le groupe étudié est-il représentatif de toute la population ou d'un groupe déterminé ? Par exemple s'agit-il d'un groupe de femmes en préménopause, qui sont éduquées, qui appartiennent à la classe moyenne, et dont la famille comporte des cas de maladie cardiaque ?



Quelle est la taille du groupe étudié ? Sauf pour quelques maladies rares, le taux d'erreur de l'étude est d'autant plus faible que le groupe étudié est grand.

L'étude portait-elle sur une longue période de temps ? Le temps consacré à l'étude affecte la validité des résultats.

Dans combien de temps les résultats de l'étude auront-ils un impact sur les soins de santé ?

La majorité des personnes décèle difficilement les failles dans la méthodologie ou dans l'analyse statistique. Si l'article paraît dans un journal scientifique réputé, on en conclut que ces deux éléments ont été correctement traités. Sinon, dans les jours qui suivent la nouvelle, on entendra peut-être des commentaires de la part de membres respectés de la communauté scientifique ou professionnelle.

Les nouvelles scientifiques ne sont pas toutes exagérées et les sites Internet ne sont pas tous suspects. Plusieurs découvertes médicales auraient semblé incroyables, il y a à peine quelques années. Servez-vous de votre bon sens lorsque vous évaluez l'information.

En résumé, vérifiez :

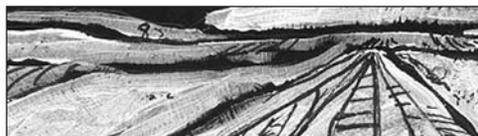
Si la source de l'information a été révisée d'un point de vue professionnel ;

- Si le ou la journaliste mentionne d'autres études appuyant les conclusions ;
- Si une industrie intéressée a financé l'étude ou a commandé l'article ;

Si des points de vue divergents, des restrictions ou des effets secondaires viennent diluer la portée de la manchette ;

- Si certains mots-clés peuvent vous aider à comprendre ou à nuancer le texte ;
- S'il s'agit d'un essai clinique aléatoire à double insu et avec un groupe témoin traité par un placebo ;
- Si le groupe étudié est représentatif de toute la population ou d'un groupe déterminé ;
- Si la taille du groupe étudié est importante ;
- Si la durée de l'étude est considérable ;
- Si les résultats de l'étude ont un impact sur les soins de santé et si un échéancier a été fixé ;
- Si des commentaires de la part de membres reconnus de la communauté scientifique ou professionnelle sont émis sur le sujet.

Références



BIBLIOGRAPHIE

BERTEN, F. (2003). *Comment évaluer de manière critique les ressources issues de l'Internet ?* Commission du français et de l'Informatique de la FESEC.

Disponible sur Internet: <http://users.skynet.be/ameurant/francinfo/validite/index.html>

CENTRE CANADIEN DE POLITIQUES ALTERNATIVES (CCPA) (2003). « Les journaux font l'éloge des bienfaits des nouveaux médicaments mais passent les risques sous silence : les médicaments d'ordonnance : les consommateurs n'ont pas toute l'information ». *Le Réseau canadien pour la santé des femmes*. Résumé de rapport. Nos 2-3 (printemps-automne), p. 11-13.

Disponible sur Internet: <http://www.cwhn.ca/network-reseau/6-23f/6-23pg5.html>

CHOW, V. (2002) « Lire entre les lignes des nouvelles médicales ». *Bulletin Action cancer du sein de Montréal (ACSM)*, printemps.

ORGANISMES ET SITES INTERNET

Association médicale canadienne

<http://www.amc.ca/cma/common/start.do?lang=1&skin=130>

Action pour la protection de la santé des femmes (APSF)

<http://www.whp-apsf.ca/fr/>

Association médicale canadienne

<http://www.amc.ca/cma/common/start.do?lang=1&skin=130>

Conseil du médicament (ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec)

<http://www.cdm.gouv.qc.ca/fr/>

D.E.S Action Canada et D.E.S Action Québec

Téléphone : (514) 482-3204

Sans frais : 1-800-482-1DES

Site Internet : <http://www.web.net/~desact/>

Drug and Therapeutics Bulletin

<http://www.dtb.org.uk/dtb/index.html>

Harvard Medical School Consumer Health

Adresse Internet : www.intelihealth.com

The Health Research Group

<http://www.citizen.org/hrg/>

Mayo Clinic

Adresse Internet : www.mayoclinic.com

Medscape

Adresse Internet : www.medscape.com/px/urlinfo

Réseau canadien de la santé

Adresse Internet : www.canadian-health-network.ca

Réseau québécois d'action pour la santé des femmes

Adresse Internet : www.rqasf.qc.ca

Réseau proteus

Adresse Internet : www.reseauproteus.net

US National Institutes of Health

Adresse Internet : www.nih.gov