Ce livre appartient à :

Cahier d'exercices

Le Livre des Décisions en Santé :

Apprendre à réfléchir soigneusement aux traitements

French

Titre Le Livre des Décisions en Santé : Apprendre à réfléchir soigneusement aux traitements. Un manuel sur les sciences de la santé destiné aux élèves du cycle primaire. Cahier d'exercices.
Auteurs Matt Oxman[1], Sarah Rosenbaum[1], Allen Nsangi[2],
Daniel Semakula[2], Angella Morelli[1], Astrid Austvoll-Dahlgren[1],
Andrew D. Oxman[1], Nelson K. Sewankambo[2], Margaret Kaseje[3],
Laetitia Nyirazinyoye[4], Claire Glenton[1], Simon Lewin[1]
Illustrations Sarah Rosenbaum, Miriam Grønli
Conception Sarah Rosenbaum, Angela Morelli
Editeur Institut Norvégien de la Santé Publique
Traduit par M.Vuillème et I.Atal
ISBN 978-82-8406-039-2 (978-82-8406-042-2 : version numérique)
Date October 2019 (Original in English: 2016)

Citation Groupe Informed Health Choices. Le Livre des Décisions en Santé : Apprendre à réfléchir soigneusement aux traitements. Un manuel sur les sciences de la santé destiné aux enfants du primaire. Cahier d'exercices. (Original title: The Health Choices Book: Learning to think carefully about treatments. Exercise Book. 2016. Traduit par M. Vuillème et I. Atal). Oslo, Norvège: Institut Norvégien de la Santé Publique; 2019.

1 Unité pour la santé mondiale, Institut Norvégien de la Santé Publique, Oslo, Norvège
2 Faculté des sciences de la santé, Université Makerere, Kampala, Ouganda
3 Université des Grands Lacs à Kisumu, Kenya
4 Ecole de santé publique, Faculté des sciences médicales et de la santé, Université du Rwanda, Kigali

L'utilisation, la distribution et la reproduction à but non-commercial de ce livre est autorisée dans la mesure où la source est correctement citée. Les commentaires et retours visant à améliorer ce livre sont bienvenus et peuvent être envoyés à : contact@informedhealthchoices.org.

Ce livre a été conçu pour le projet Informed Health Choices (www.informedhealthchoices.org), soutenu par le Conseil Norvégien de la recherche, projet numéro 220603/H10. Le partenaire responsable du financement n'a pas participé à la rédaction, aux révisions ou à l'approbation du contenu.

NIPH
Norwegian Institute of Public Health

MAKERERE UNIVERSITY
COLLEGE OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF RWANDA

The Research Council of Norway

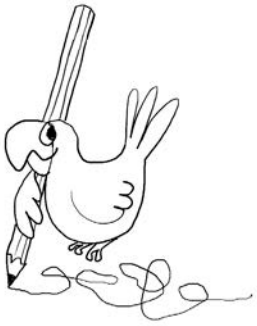
Cahier d'exercices

pour

Le Livre sur les Décisions en Santé :
Apprendre à réfléchir soigneusement aux traitements

●●●●●●●●●●

Un manuel sur les sciences de la santé destiné
aux élèves du cycle primaire



Contenu

Description du contenu du livre

Introduction *PAGE*

1 La santé, les traitements et les effets des traitements 4

Jean et Julie découvrent les MAUVAISES BASES pour les AFFIRMATIONS sur un traitement

2 Les affirmations basées sur l'expérience d'une personne ayant utilisé un traitement 8

3 Les affirmations fondées sur d'autres bases peu fiables (Partie 1) 14

4 Les affirmations fondées sur d'autres bases peu fiables (Partie 2) 18

Jean et Julie découvrent les COMPARAISONS entre traitements

5 Les comparaisons entre traitements 24

6 Les comparaisons justes entre traitements 30

7 Les comparaisons justes impliquant de nombreuses personnes 35

Jean et Julie apprennent à CHOISIR des traitements

8 Les avantages et les désavantages d'un traitement 40

Révision *Page*

9	Les points les plus importants à retenir de ce livre	44
Glossaire	Une liste des mots importants utilisés dans ce livre avec des explications indiquant ce qu'ils veulent dire.	50

1

La santé, les traitements et les effets des traitements

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Ce qu'est "la santé"
2. Ce qu'est un "traitement"
3. Ce qu'est "l'effet" d'un traitement
4. Ce qu'est un "chercheur en santé"
5. Ce dont parle ce livre

Mots-clés pour cette leçon :

- ***Ta* SANTÉ** c'est comment tu te sens dans ton corps et dans ta tête.

- **Un TRAITEMENT** c'est quelque chose que tu fais pour améliorer ta santé.

- **L'EFFET** *d'un traitement* c'est ce qui t'arrive après un traitement.

- Un **CHERCHEUR EN SANTÉ c'**est une personne étudiant soigneusement la santé pour mieux la comprendre.

BONNE SANTÉ

MAUVAISE SANTÉ

TRAITEMENTS

Exercice 1

Ecris ce que les mots signifient. Souviens-toi que les sens des mots sont expliqués à la fin du livre.

Exemple : Qu'est-ce qu'une "bande dessinée" ?

Une bande dessinée c'est une histoire racontée avec des mots et avec des images.

1. Qu'est-ce que "ta santé" ?

2. Qu'est-ce qu'un "traitement" ?

3. Qu'est-ce que "l'effet" d'un traitement ?

Exercice 2

Coches les cases pour dire si les affirmations sont vraies ou fausses.

Exemples :

Ta santé est importante

☑ Vrai ☐ Faux

Ta santé n'est pas importante

☐ Vrai ☑ Faux

1. La plupart des traitements ont des effets à la fois positifs et négatifs.

   ☐ Vrai ☐ Faux

2. Ce livre explique quels traitements il faut utiliser.

   ☐ Vrai ☐ Faux

3. Boire du jus de fruits est un traitement.

   ☐ Vrai ☐ Faux

4. Ne pas boire du jus de fruits est un traitement.

   ☐ Vrai ☐ Faux

5. Nous pouvons être certains des effets de la plupart des traitements.

   ☐ Vrai ☐ Faux

2

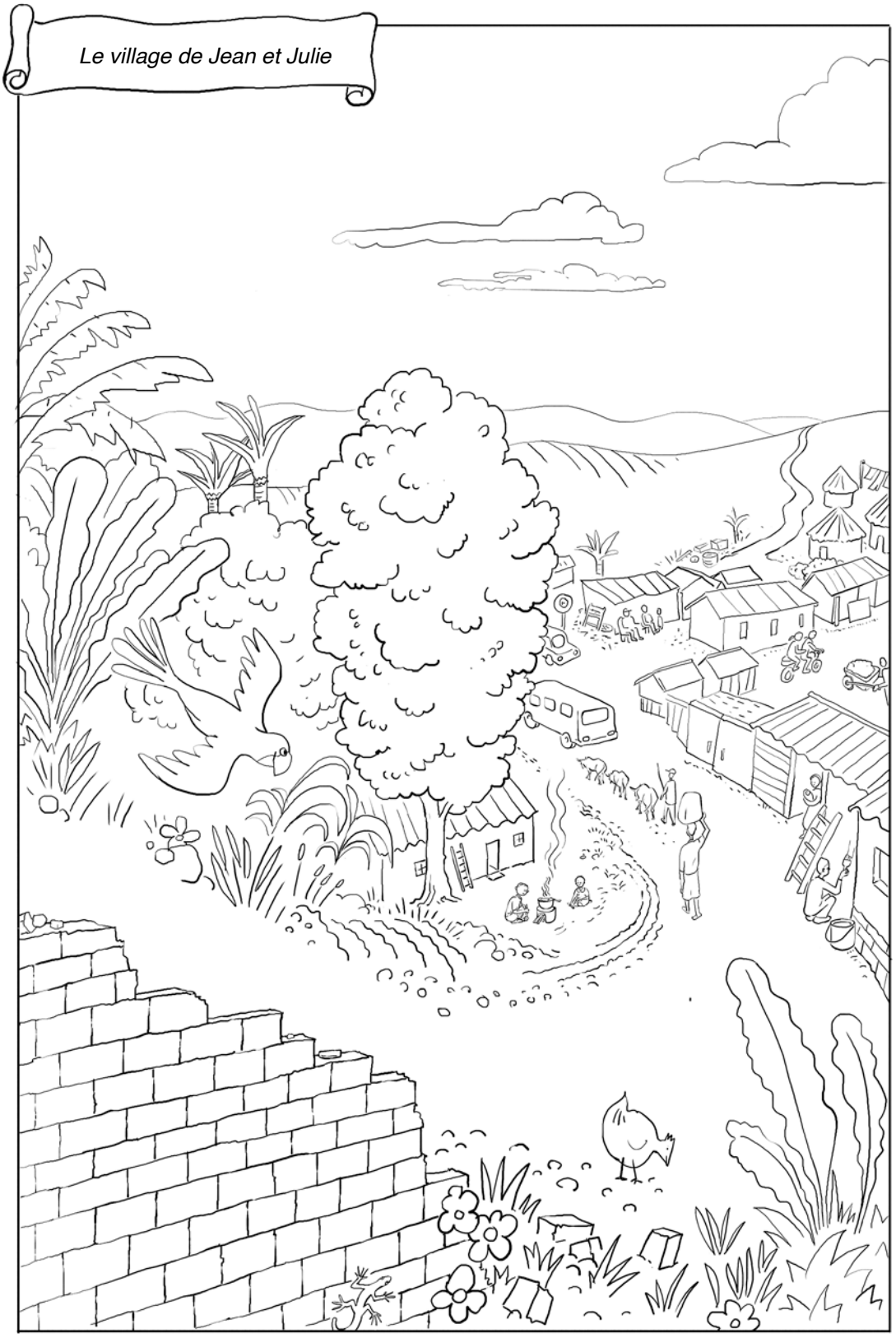
Les affirmations basées sur l'expérience d'une personne ayant utilisé un traitement

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Ce qu'est une “affirmation”
2. Ce qu'est la “base” d'une affirmation
3. Ce qu'est une affirmation “peu fiable”
4. Pourquoi il est important de demander quelle est la base appuyant une affirmation sur les effets d'un traitement
5. Pourquoi l'expérience personnelle d'une personne ayant utilisé un traitement est une mauvaise base pour appuyer les effets d'un traitement

Mots-clés pour cette leçon :

- Une **AFFIRMATION** c'est ce que quelqu'un dit, et qui peut être vrai ou faux.
- La **BASE** d'une affirmation c'est ce qui appuie ou soutient une affirmation.
- Une affirmation **PEU FIABLE** c'est une affirmation fondée sur une mauvaise base.
- Une **EXPÉRIENCE PERSONNELLE** c'est quelque chose qui est arrivé à quelqu'un après avoir utilisé un traitement.


Le village de Jean et Julie

Exercice 1

Écris ce que les mots signifient. Souviens-toi que les sens des mots sont expliqués à la fin du livre.

Exemple : Qu'est-ce que "ta santé" ?

Ta santé c'est comment tu te sens dans ton corps et dans ta tête.

1. Qu'est-ce qu'une affirmation ?

2. Qu'est-ce la "base d'une affirmation" ?

3. Qu'est-ce qu'une affirmation "peu fiable" ?

4. Qu'est-ce que "l'expérience personnelle" d'une personne ayant utilisé un traitement ?

Exercice 2

Identifie tout d'abord l'expérience personnelle et l'affirmation. Note-les ensuite comme réponse.

Exemple :

Sarah a mis de la bouse de vache sur une brûlure et la brûlure a disparu. Sarah affirme donc que la bouse de vache guérit les brûlures.

L'expérience de Sarah :
Elle a mis de la bouse de vache sur sa brûlure et sa brûlure a disparu.

L'affirmation de Sarah :
La bouse de vache guérit les brûlures.

---

1. Andy dit que manger des pommes fait perdre les dents parce qu'une fois il a mangé une pomme et il a perdu une de ses dents.

L'expérience d'Andy :

L'affirmation d'Andy :

Exercice 2

2. Une fois, alors qu'il avait la fièvre, Daniel a pris un bain chaud. Après une heure seulement, sa fièvre était presque entièrement partie. Daniel dit maintenant que prendre un bain chaud guérira la fièvre.

L'expérience de Daniel :

_____

_____

L'affirmation de Daniel :

_____

_____

3. La nuit dernière Christine a dormi 12 heures ! Aujourd'hui elle a participé à une course et elle a terminé première ! A cause de cela Christine a dit aux autres coureurs que dormir longtemps les fera courir plus vite.

L'expérience de Christine :

_____

_____

L'affirmation de Christine :

_____

_____

Exercice 3

Au dos du cahier d'exercices tu trouveras des pages où tu peux noter les affirmations tout comme Jean et Julie le font dans l'histoire.

Dès que tu entends une affirmation sur les effets d'un traitement à l'école, à la maison ou à un autre endroit, note-la sur ces pages.

Une fois à la leçon 9 tu pourras dire si tu trouves que ces affirmations sont fiables.

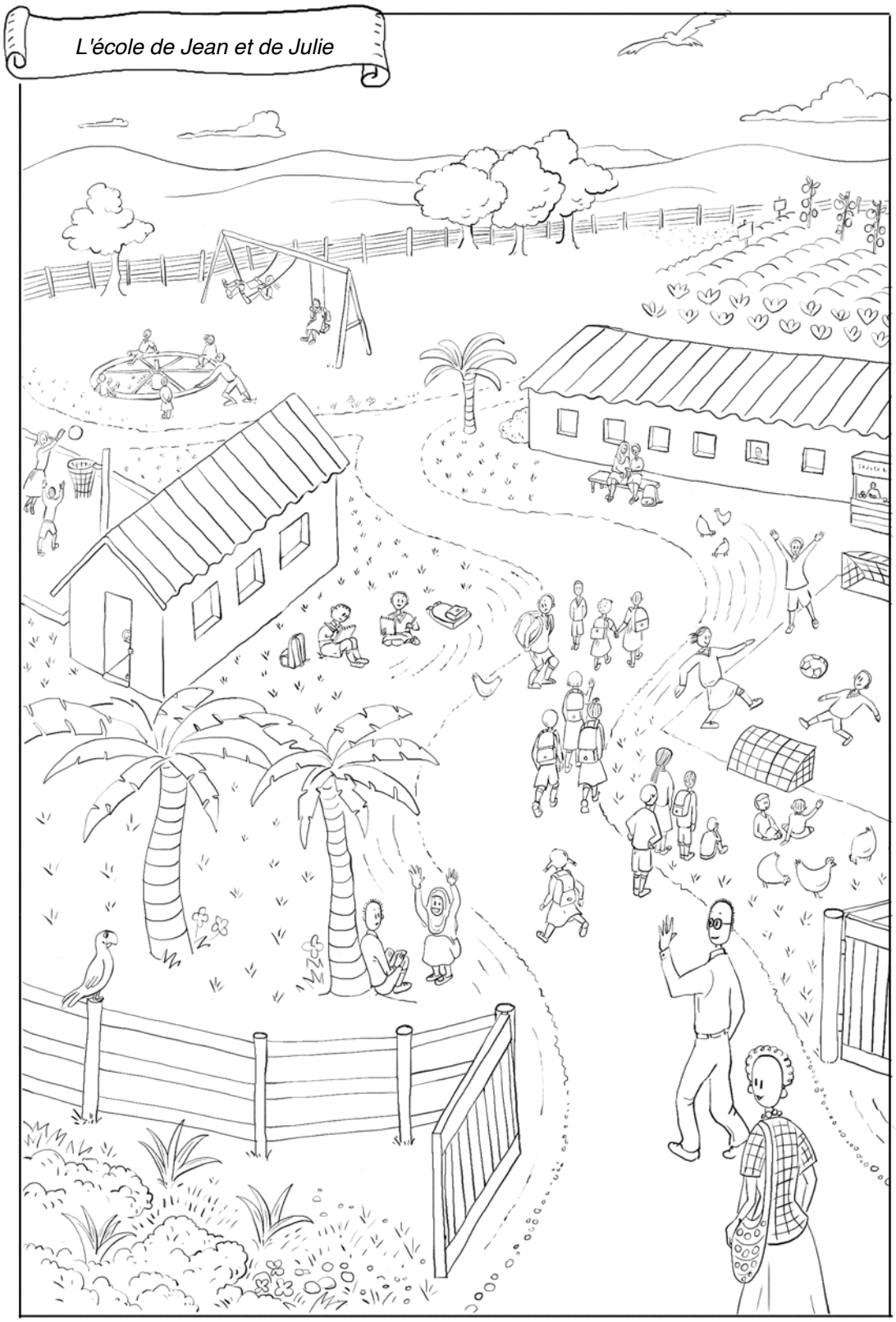
3

Les affirmations fondées sur d'autres bases peu fiables (Partie 1)

Dans cette leçon tu apprendras :

Pourquoi les bases suivantes sont de mauvaises bases pour appuyer des affirmations sur les effets d'un traitement :

1. Depuis combien de temps un traitement est utilisé et le nombre de personnes l'ayant utilisé
2. Le coût d'un traitement et sa nouveauté


L'école de Jean et de Julie

Exercice 1

Coche les cases pour dire si la réponse est vraie ou fausse.

Exemple :

L'expérience personnelle d'une personne ayant utilisé un traitement est une bonne base pour appuyer une affirmation sur les effets d'un traitement.

☐ Vrai ☑ Faux

1. Lorsque les gens affirment la même chose pendant longtemps, l'affirmation est presque toujours correcte.

☐ Vrai ☐ Faux

2. Lorsque les gens ont affirmé la même chose pendant de nombreuses années, ces affirmations peuvent être vraies ou fausses.

☐ Vrai ☐ Faux

3. Si des milliers de personnes affirment la même chose ils ont raison.

☐ Vrai ☐ Faux

4. Plus un traitement coûte cher, plus celui-ci est efficace.

☐ Vrai ☐ Faux

5. Les nouveaux traitements sont parfois moins bons que les traitements plus anciens.

☐ Vrai ☐ Faux

Exercice 2

Explique pourquoi les affirmations ne sont pas fiables.

Exemple :

Sarah a mis de la bouse de vache sur une brûlure et la brûlure a guéri. Depuis elle affirme que la bouse de vache guérit les brûlures.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

L'affirmation est seulement basée sur l'expérience personnelle de Sarah. Il est possible que la brûlure de Sarah aurait guéri sans mettre de bouse de vache dessus.

---

1. Une fois, alors que Michael avait la fièvre, il a pris un bain à l'eau froide. Après une heure seulement sa fièvre était presque entièrement disparue. Maintenant Michael dit que prendre un bain à l'eau froide guérit la fièvre.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

---

2. Il y a différents types de cafés au magasin. Lucie achète celui qui coûte le plus cher. Lucie dit qu'il est meilleur pour la santé parce qu'il coûte plus cher.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

4

Les affirmations fondées sur d'autres bases peu fiables (Partie 2)

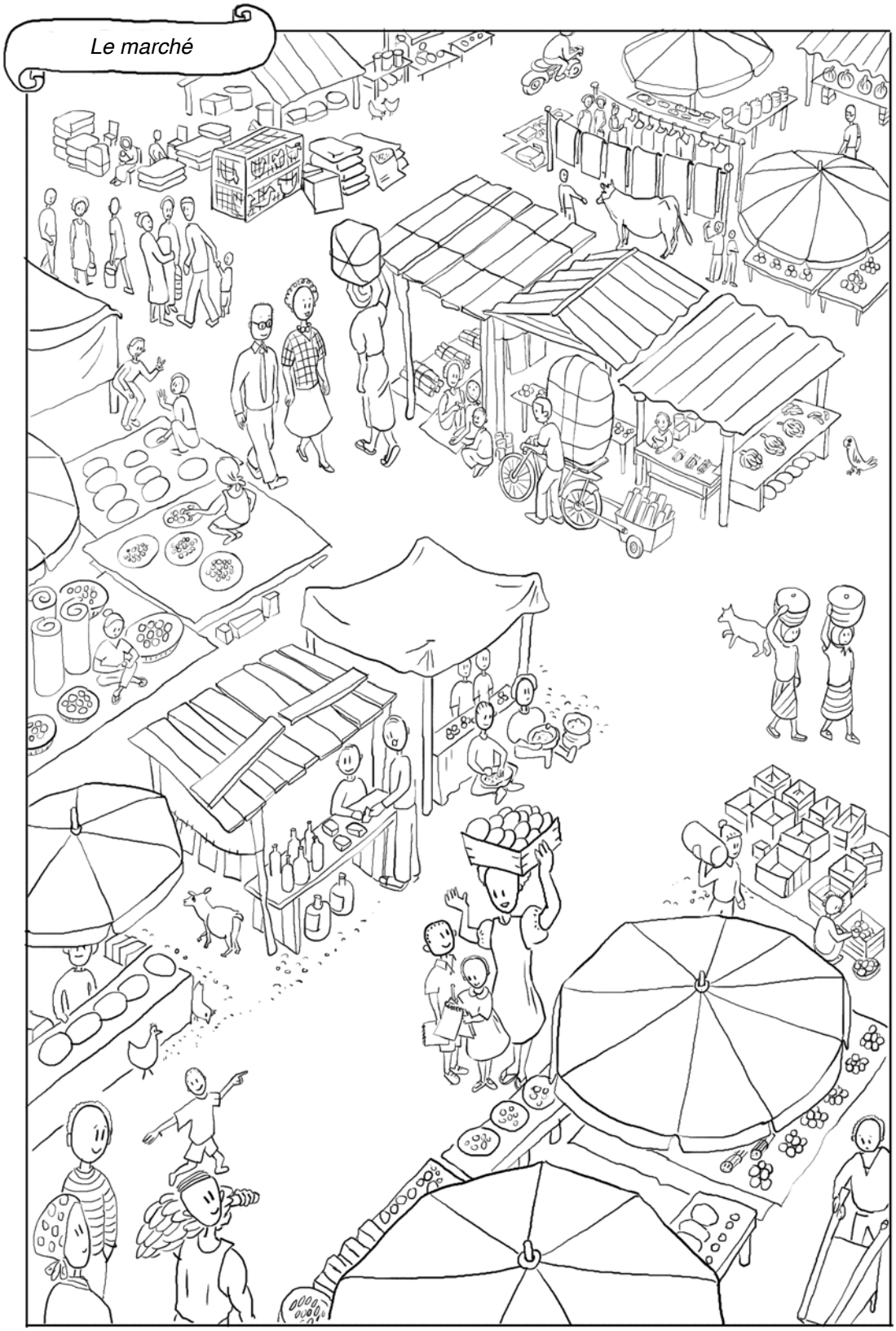
Dans cette leçon tu apprendras :

Pourquoi les bases suivantes sont de mauvaises bases pour appuyer des affirmations sur les effets d'un traitement :

1. Ce qu'une personne vendant un traitement dit à son propos
2. Ce qu'un expert dit sur un traitement

Mot-clé pour cette leçon :

- Un **EXPERT** c'est personne qui sait beaucoup de choses sur un sujet.


Le marché

Exercice 1

Coche les cases pour dire si la réponse est vraie ou fausse.

Exemples :

Plus un traitement est nouveau, mieux il est.

☐ Vrai ☑ Faux

1. Les nouveaux traitements sont parfois moins biens que les plus anciens.

☐ Vrai ☐ Faux

2. Les experts n'affirment pas tous des chose fiables.

☐ Vrai ☐ Faux

3. Si un expert affirme quelque chose qui se base sur une expérience personnelle, l'affirmation est peu fiable.

☐ Vrai ☐ Faux

4. La base d'une affirmation est plus importante que la personne qui affirme quelque chose.

☐ Vrai ☐ Faux

Exercice 2

Explique pourquoi les affirmations ne sont pas fiables.

Exemple :

Alice mange des patates chaque jour. Elle dit que cela la rend plus forte parce que de nombreuses personnes le lui ont dit.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

La base de l'affirmation c'est le nombre de personnes lui ayant dit que manger des patates chaque jour rend plus fort. C'est une mauvaise base pour cette affirmation.

---

1. Christopher a acheté des bougies. Il dit que si on utilise ces bougies on n'attrapera pas la malaria. Il dit que c'est vrai parce que les personnes vendant ces bougies le lui ont dit.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

→

Exercice 2

2. Joséphine dit que boire de la soupe guérit la grippe. Elle dit que c'est vrai parce qu'un cuisinier le lui a dit. Le cuisinier sait beaucoup de choses sur la nourriture.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

3. Rehema a entendu un pêcheur dire que manger du poisson bouilli est meilleur pour la santé que de manger du poisson grillé. Rehema dit que le pêcheur dit vrai parce qu'il sait beaucoup de choses sur les poissons.

L'affirmation n'est pas fiable parce que :

1000

5

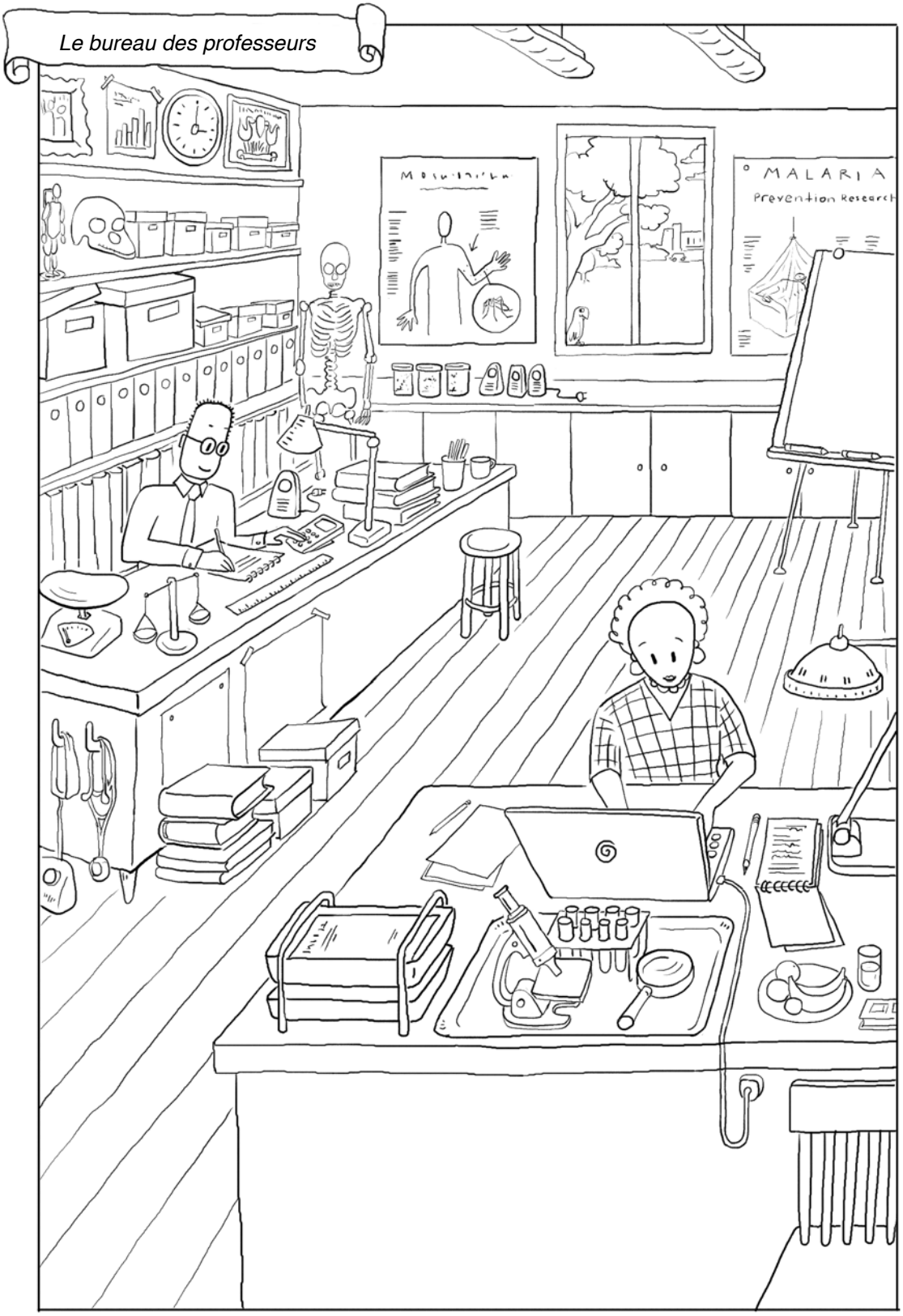
Les comparaisons entre traitements

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Pourquoi les chercheurs en santé doivent comparer un traitement à un autre traitement ou à l'absence de traitement

Mots-clés pour cette leçon :

- Une affirmation **FIABLE** c'est une affirmation fondée sur une bonne base.
- **COMPARER** *des traitements* c'est évaluer les différences entre deux ou plusieurs traitements.
- Une **QUESTION DE RECHERCHE** c'est une question à laquelle des chercheurs tentent de trouver des réponses.


Le bureau des professeurs
MALARIA
Prevention Research

Exercice 1

Écris ce que les mots signifient. Souviens-toi que les sens des mots sont expliqués au dos du livre.

Exemple :

Qu'est-ce qu'un "chercheur en santé" ?

Un chercheur en santé est une personne étudiant soigneusement la santé pour en découvrir plus à son propos.

1. Qu'est-ce qu'une affirmation "fiable" ?

2. Qu'est-ce qu'une "comparaison" entre plusieurs traitements ?

3. Que signifie "mesurer" ?

Exercice 2

Coche la meilleure manière de mesurer ce qui est arrivé dans chaque comparaison entre traitements.

Exemple :

On souhaite mesurer le poids de personnes après qu'elles aient utilisé différents traitements

- [x] Peser les personnes sur une balance
- [ ] Regarder les personnes

1. On souhaite mesurer la vitesse de course de personnes après qu'elles aient utilisé différents traitements

- [ ] Chronométrer les personnes avec une montre
- [ ] Demander aux personnes si elles sont plus rapides ou plus lentes

2. On souhaite mesurer si des personnes ont encore de la fièvre après avoir utilisé différents traitements

- [ ] Toucher les fronts des personnes
- [ ] Renifler ou sentir les personnes

3. On souhaite mesurer si des personnes ont encore mal à la tête après avoir utilisé différents traitements

- [ ] Demander aux personnes si elles ont encore mal
- [ ] Regarder les personnes

Exercice 3

Imagine que les visages (smileys) sont des personnes ayant participé à une comparaison portant sur deux médicaments contre la malaria. Les personnes dans le groupe A ont reçu le nouveau médicament contre la malaria. Les personnes dans le groupe B ont reçu le médicament plus ancien.

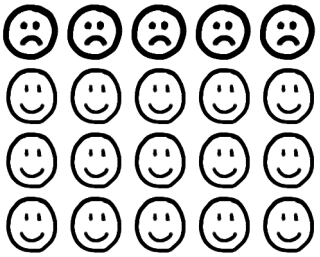
Ce visage représente une personne ayant attrapé la malaria :

Mesure les différences entre les groupes.

Exemple :

Groupe A :

Groupe B :



Combien de personnes ont attrapé la malaria dans chaque groupe ?

Groupe A : 10 personnes sur 20

Groupe B : 5 personnes sur 20

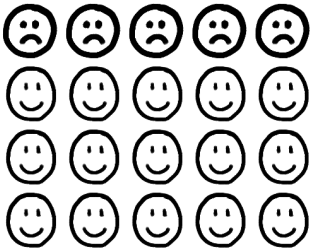
Quelle était la différence entre les groupes ?
____ personnes en plus sur 20 ont attrapé la malaria dans le groupe ___.

5 personnes en plus sur 20 ont attrapé la malaria dans le groupe A.

→

Exercice 3

Groupe A :



Groupe B :

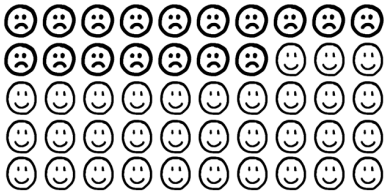
Combien de personnes ont attrapé la malaria dans chaque groupe ?

Groupe A : _____ personnes sur 20

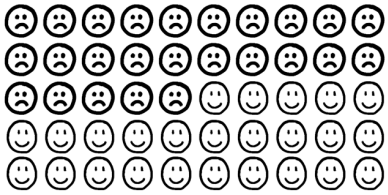
Groupe B :_____ personnes sur 20

Quelle était la différence entre les groupes ?
____ personnes en plus sur 20 ont attrapé la malaria dans le groupe ___.

Groupe A :



Groupe B :



Combien de personnes ont attrapé la malaria dans chaque groupe ?

Groupe A : _____ personnes sur 20

Groupe B : _____ personnes sur 20

Quelle était la différence entre les groupes ?
____ personnes en plus sur 20 ont attrapé la malaria dans le groupe ___.

6

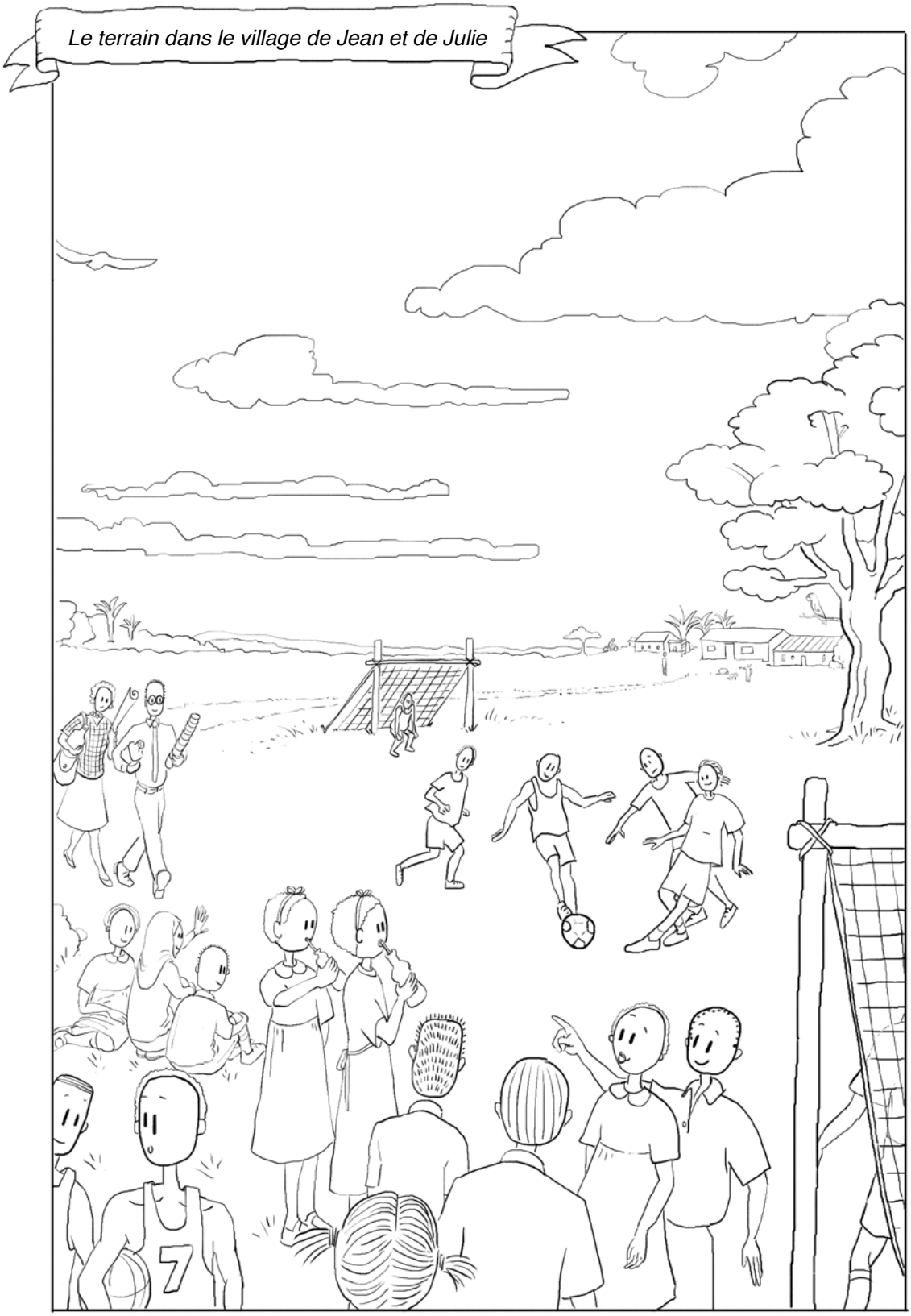
Les comparaisons justes entre traitements

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Ce qu'est une comparaison "juste"
2. Pourquoi les chercheurs en santé doivent être justes lorsqu'ils comparent des traitements
3. Comment les chercheurs en santé font pour être justes lorsqu'ils comparent des traitements

Mots-clés pour cette leçon :

- Une *comparaison* **JUSTE** *entre traitements* c'est une comparaison dans laquelle la seule différence importante est quel traitement est reçu.
- *Choisir au* **HASARD** *qui reçoit quel traitement* c'est une manière de décider qui recevra quel traitement sans le savoir à l'avance.


Le terrain dans le village de Jean et de Julie
7

Exercice 1

Coche la bonne réponse.

Exemple :
Les chercheurs en santé ont souvent comparé utiliser un traitement à ne pas utiliser le traitement.

☑ Vrai ☐ Faux

1. Les comparaisons réalisées par les chercheurs en santé ne sont pas toujours justes.

☐ Vrai ☐ Faux

2. Si vous pensez qu'un traitement vous rendra plus heureux vous pourriez vous sentir plus heureux sans que le traitement y soit pour quelque chose.

☐ Vrai ☐ Faux

3. Dans une comparaison juste le traitement est la seule différence importante entre les groupes.

☐ Vrai ☐ Faux

4. Les chercheurs en santé peuvent mesurer des choses en posant des questions.

☐ Vrai ☐ Faux

Exercice 2

Imagine que le professeur Comparer et le professeur Juste étudient le vaccin contre la rougeole.

Un vaccin est une injection utilisée pour empêcher que des personnes attrapent une maladie.

La rougeole est une maladie.

Le vaccin contre la rougeole est donc un traitement ayant pour but d'empêcher les personnes d'attraper la rougeole.

Les professeurs vont comparer l'utilisation du vaccin à ne pas utiliser le vaccin.

1. Quelle est la question de recherche des professeurs ?

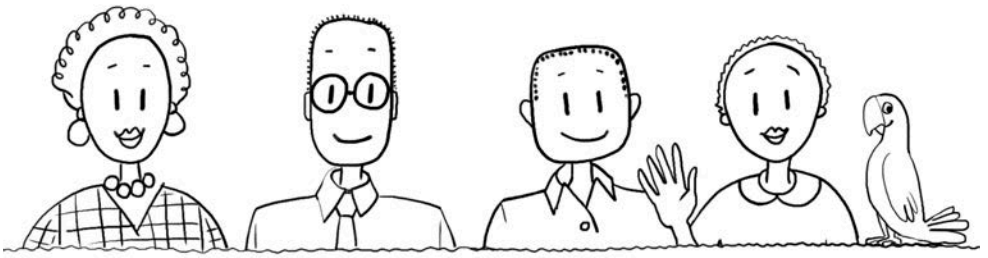
2. Est-ce que les professeurs devraient choisir qui reçoit le vaccin ? Pourquoi ?

→

Exercice 2

3. Est-ce que les personnes incluses dans la comparaison devraient décider qui reçoit le vaccin ? Pourquoi ?

4. Est-ce que les personnes incluses dans la comparaison devraient savoir si elles ont reçu le vaccin ? Pourquoi ?



7

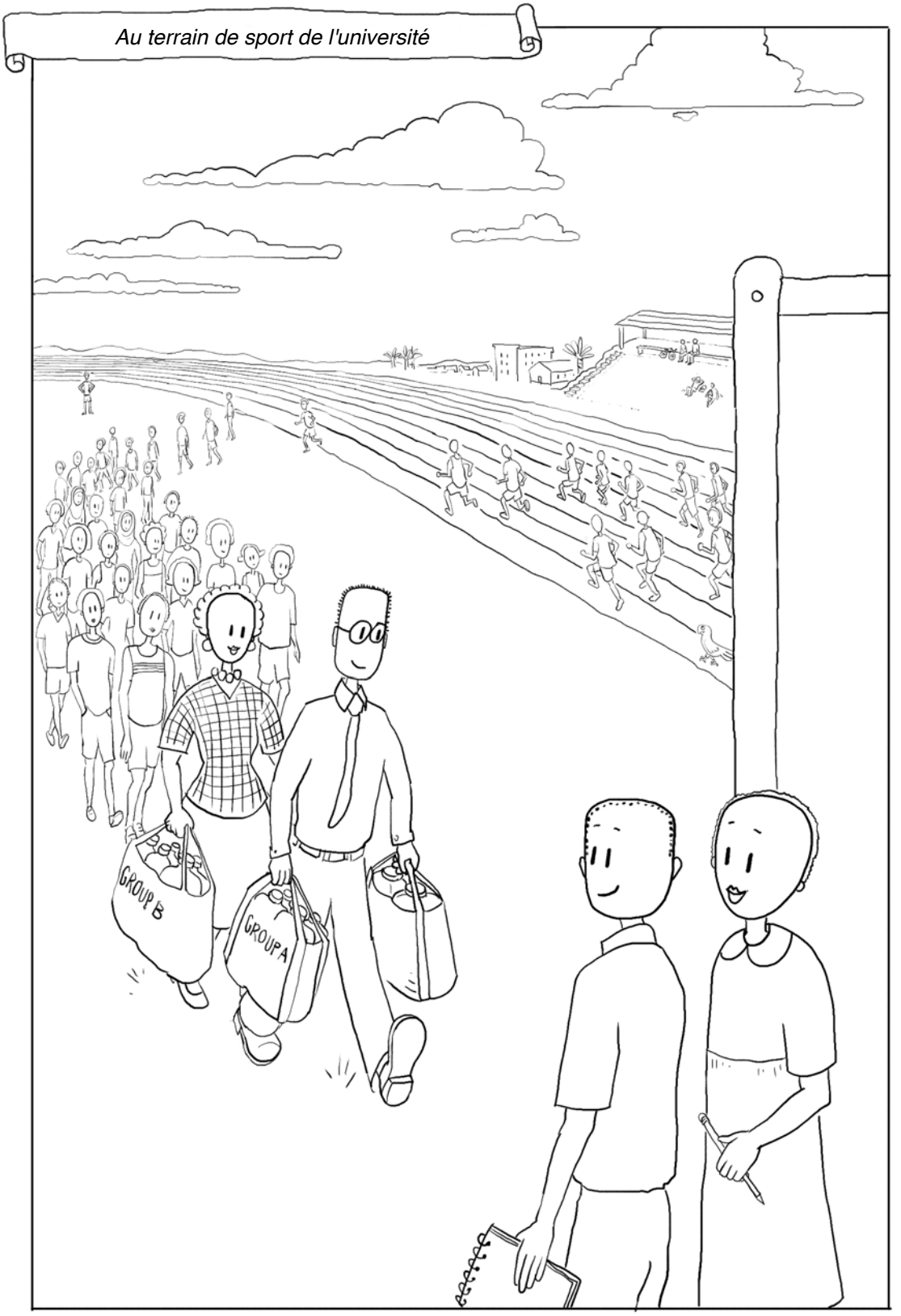
Les comparaisons justes impliquant de nombreuses personnes

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Pourquoi les chercheurs en santé devraient donner les traitements à de nombreuses personnes dans leurs comparaisons justes.

Mot-clé pour cette leçon :

Trouver quelque chose PAR **HASARD** lors d'une comparaison parce qu'elle était trop petite c'est trouver quelque chose sans pouvoir dire pourquoi c'est arrivé car la comparaison était trop petite.


Au terrain de sport de l'université
GROUP B
GROUP A

Grille pour l'activité

L'enseignant mènera l'activité avec 10 cartes rouges et 10 cartes bleues. Il y a 10 personnes ayant mal au ventre sur chaque carte. Chaque fois qu'une carte est retournée, écris combien de personnes sur cette carte n'ont plus mal au ventre.

Groupe rouge	Groupe bleu
Écris ci-dessous combien de personnes n'ont plus mal après avoir pris la pilule **rouge**.	Écris ci-dessous combien de personnes n'ont plus mal après avoir pris la pilule **bleue**.
Carte rouge 1 :	Carte bleue 1 :
Carte rouge 2 :	Carte bleue 2 :
Carte rouge 3 :	Carte bleue 3 :
Carte rouge 4 :	Carte bleue 4 :
Carte rouge 5 :	Carte bleue 5 :
Carte rouge 6 :	Carte bleue 6 :
Carte rouge 7 :	Carte bleue 7 :
Carte rouge 8 :	Carte bleue 8 :
Carte rouge 9 :	Carte bleue 9 :
Carte rouge 10 :	Carte bleue 10 :
Total :	Total :

Exercice 1

Coche la bonne réponse.

Exemple :

Dans une comparaison juste les groupes sont similaires.

☑ Vrai ☐ Faux

1. Dans les comparaisons justes, les chercheurs en santé peuvent être plus sûrs de pourquoi quelque chose survient si cela survient de nombreuses fois.

☐ Vrai ☐ Faux

2. Si une comparaison est suffisamment grande il n'est pas important de savoir si celle-ci est juste.

☐ Vrai ☐ Faux

3. En général les chercheurs en santé devraient réaliser plus qu'une comparaison juste des mêmes traitements.

☐ Vrai ☐ Faux

Exercice 2

Souviens-toi que les deux sens du "hasard" sont expliqués au dos du livre.

1. Lorsqu'on dit que l'on choisit "au hasard" qui reçoit quel traitement, qu'est-ce que cela signifie ?

2. Lorsqu'on dit qu'on a trouvé quelque chose "par hasard" dans une comparaison trop petite, qu'est-ce que cela signifie ?

8

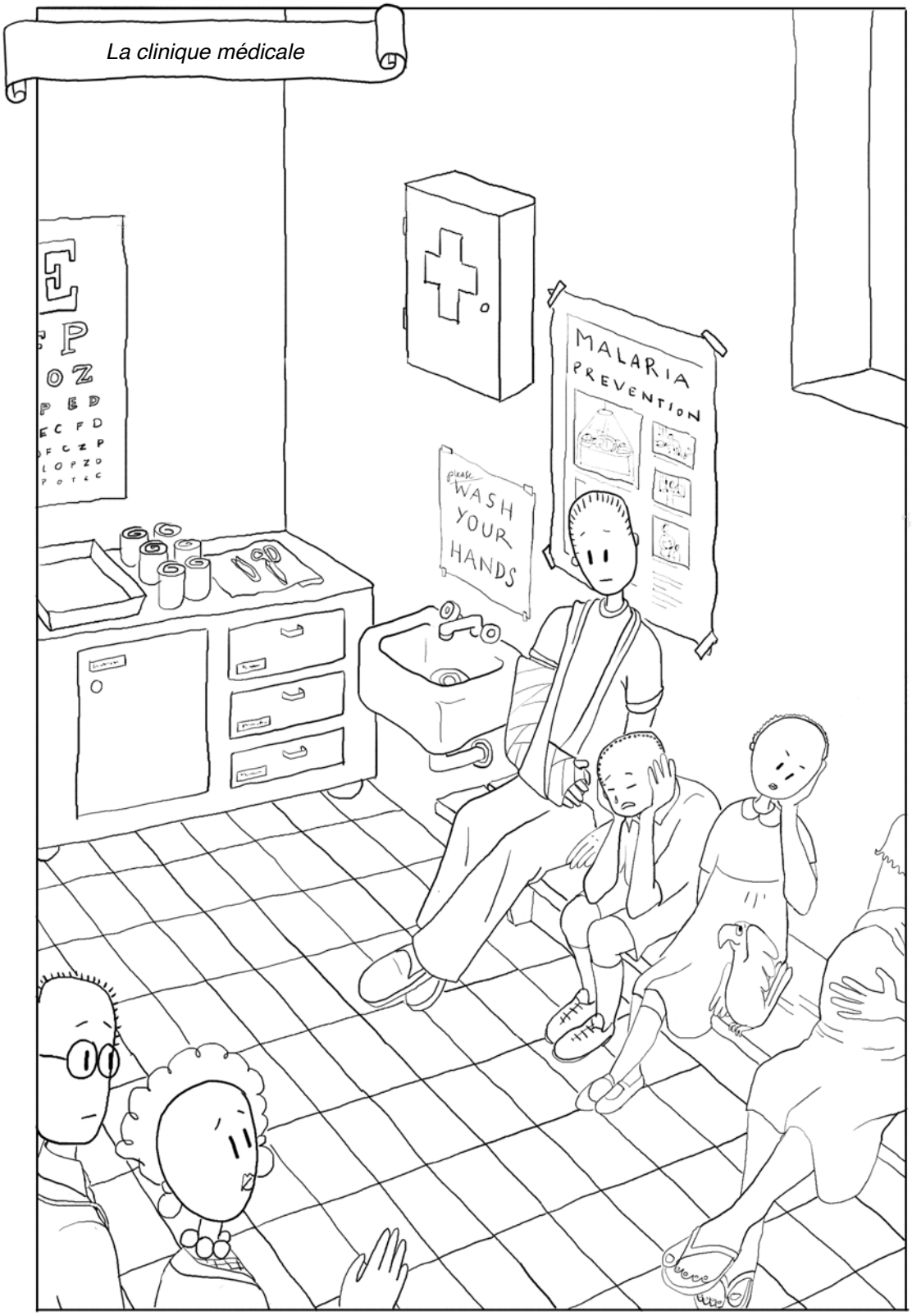
Les avantages et les désavantages d'un traitement

Dans cette leçon tu apprendras :

1. Ce qu'est un "avantage" lié à traitement
2. Ce qu'est un "désavantage" lié à un traitement
3. Ce qu'est une "décision éclairée"
4. Pourquoi il est important de réaliser des décisions éclairées sur les choix de traitements
5. Comment réaliser des décisions éclairées sur les choix de traitements

Mots-clés pour cette leçon :

- Une **DÉCISION ÉCLAIRÉE** c'est une décision prise lorsque l'on comprend l'information qu'on a à sa disposition.
- Un **AVANTAGE** *lié à un traitement* c'est une chose liée à un traitement que l'on trouve bonne.
- Un **DÉSAVANTAGE** *lié à un traitement* c'est une chose liée à un traitement que l'on trouve mauvaise.


La clinique médicale
MALARIA PREVENTION
please WASH YOUR HANDS

Exercice 1

Écris ce que les mots signifient. Souviens-toi que les sens des mots sont expliqués à la fin du livre.

Exemple :

Qu'est-ce qu'une comparaison "juste" entre plusieurs traitements ?

Une comparaison dans laquelle la seule différence importante ce sont les traitements.

1. Qu'est-ce qu'une "décision éclairée" ?

2. Qu'est-ce qu'un "avantage" lié à un traitement ?

3. Qu'est-ce qu'un "désavantage" lié à un traitement ?

Exercice 2

Coche la bonne réponse.

Exemple :

Si une comparaison est suffisamment grande, il n'est pas important que celle-ci soit juste.

☐ Vrai ☑ Faux

1. Lorsqu'un traitement coûte très cher c'est un avantage.

☐ Vrai ☐ Faux

2. Un effet positif est un avantage lié à un traitement.

☐ Vrai ☐ Faux

3. Lorsque deux personnes prennent une décision éclairée cela signifie qu'ils prennent la même décision.

☐ Vrai ☐ Faux

4. Un avantage pour une personne peut être un désavantage pour une autre.

☐ Vrai ☐ Faux

5. Les désavantages liés à un traitement sont toujours plus importants que les avantages.

☐ Vrai ☐ Faux

9

Les points les plus importants à retenir de ce livre

Souviens-toi !

- Réfléchis soigneusement avant de décider si tu souhaites utiliser un traitement.
- La plupart des traitements ont à la fois des effets positifs et des effets négatifs.
- Ce que quelqu'un raconte sur un traitement peut être faux.

Les AFFIRMATIONS sur les traitements

Lorsque tu entends une affirmation sur un traitement, demande toujours :

- Sur quoi se base cette affirmation ?

Si les bases de l'affirmation sont mauvaises, l'affirmation n'est pas fiable.
Il existe plusieurs bases peu fiables pour appuyer les effets d'un traitement :

1. L'expérience personnelle d'une personne ayant utilisé le traitement
2. Le temps depuis lequel un traitement est utilisé et le nombre de personnes l'ayant déjà utilisé
3. Le coût d'un traitement et à quel point celui-ci est nouveau
4. Ce que les personnes vendant un traitement disent de celui-ci
5. Ce qu'un expert raconte à propos d'un traitement, lorsque ce qu'il dit n'est pas basé sur des comparaisons justes.

Les COMPARAISONS entre traitements

Si les bases de l'affirmation sont bonnes, l'affirmation est fiable. Les comparaisons justes sont une bonne base pour soutenir des affirmations concernant les effets d'un traitement. Voilà comment les chercheurs en santé réalisent des comparaisons justes :

1. Ils comparent un traitement à un autre ou à l'absence de traitement.
2. Ils décident qui reçoit le traitement au hasard (par exemple à pile ou face).
3. Ils font en sorte que personne ne sache qui a reçu quel traitement jusqu'à la fin de l'étude.
4. Ils offrent les traitements à de nombreuses personnes pour s'assurer que leurs résultats ne sont pas dus au hasard.

Les DÉCISIONS sur les choix de traitements

Lorsque tu choisis un traitement, demande toujours :

- Quels sont les avantages et les désavantages liés au traitement ?
- Qu'est-ce qui est le plus important pour moi ?

Exercice

Instructions

Ouvre ton cahier d'exercice pour retrouver au dos de celui-ci les affirmations que tu as récolté.

Indique la base de chaque affirmation et coche l'une des cases pour montrer si tu penses que l'affirmation est fiable, peu fiable ou si tu n'es pas sûr. Un exemple est présenté à la page suivante.

Souviens-toi, les bases que tu as appris sont :

- L'expérience personnelle d'une personnes ayant utilisé le traitement
- Depuis combien de temps un traitement est utilisé et le nombre de personnes l'ayant utilisé
- Combien coûte un traitement et sa nouveauté
- Ce qu'une personne vendant un traitement a dit à son propos
- Ce qu'un expert a dit sur un traitement
- Une comparaison juste entre le traitement et un ou plusieurs autre(s) traitement(s) ou l'absence de traitement
- Une comparaison injuste entre le traitement et un ou plusieurs autre(s) traitement(s) ou l'absence de traitement

Si tu n'arrives pas à définir la base d'une affirmation, laisse un espace libre à cet endroit.

Exercice

Exemple :

Affirmation :

La bouse de vache guérit les brûlures !

Traitement :

Mettre de la bouse de vache sur une brûlure.

Effet :

Guérir les brûlures.

Base :

L'expérience personnelle de quelqu'un.

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☑ Non ☐ Je ne sais pas

Affirmation :

Traitement :

Effet :

Base :

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Exercice

Affirmation :

Traitement :

Effet :

Base :

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Affirmation :

Traitement :

Effet :

Base :

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Exercice

Affirmation :

Traitement :

Effet :

Base :

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Affirmation :

Traitement :

Effet :

Base :

L'affirmation est-elle fiable ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Liste des mots importants que tu trouveras dans ce livre avec leurs significations

A

Une **AFFIRMATION**
C'est ce que quelqu'un dit et qui peut être vrai ou faux.
EXEMPLE : “L'**affirmation** de Sarah est que les bouses de vache guérissent les brûlures. Son affirmation est fausse. »

Une affirmation **FIABLE** --> Voir « Fiable » à la lettre « F ».

Une affirmation **PEU FIABLE** --> Voir « Peu Fiable » à la lettre « P ».

AFFIRMER quelque chose
C'est dire quelque chose qui peut être vrai ou faux.
EXEMPLE : “Sarah a **affirmé** que les bouses de vache guérissent les brûlures. Son affirmation est fausse.”

Un **AVANTAGE** lié à un traitement
C'est une chose liée à un traitement que l'on trouve bonne.
MOT AYANT LE SENS CONTRAIRE : “Désavantage” Voir --> “D”.
EXEMPLE : “Les effets positifs d'un traitement sont des **avantages** liés à ce traitement. Un autre avantage de ces traitements c'est qu'ils ne coûtent pas cher. »

B

Une affirmation se **BASE** sur quelque chose
C'est appuyer ou soutenir une affirmation avec quelque chose.
EXEMPLE : “L'affirmation de Sarah était **basée** sur son expérience. »

La **BASE** d'une affirmation
C'est ce qui appuie ou soutient une affirmation.
EXEMPLE : “L'expérience de Sarah était la **base** de son affirmation.”

C

Savoir avec **CERTITUDE** les effets d'un traitement.
Signifie n'avoir que très peu de doutes sur les effets d'un traitement.
MOTS AYANT LE MÊME SENS : « être sûr », « être certain »
EXEMPLE : “Nous ne pouvons pas savoir avec **certitude** les effets de la plupart des traitements. »
MOTS AYANT LE SENS CONTRAIRE : “Incertitude”, “avoir des Doutes”

La **CHANCE** --> Voir « Hasard » à la lettre « H ».

Un **CHERCHEUR**
C'est une personne qui étudie soigneusement quelque chose pour en savoir plus à son sujet.
MOT AYANT LE MÊME SENS : « un scientifique »
EXEMPLE : “Le Professeur Juste et le Professeur Comparer sont des **chercheurs** étudiant des traitements pour découvrir leurs effets. »

Un **CHERCHEUR EN SANTÉ**
C'est une personne étudiant soigneusement la santé pour mieux la comprendre.
EXEMPLE : “Des **chercheurs en santé** ont soigneusement comparé les effets sur la santé de dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire. En faisant cette **recherche en santé** ils ont mieux compris les effets de dormir sous une moustiquaire. »
MOT AYANT LE MEME SENS : “Scientifique en santé ”

Une **COMPARAISON** entre traitements
C'est lorsque l'on évalue les différences entre deux ou plusieurs traitements.
MOT AYANT LE MÊME SENS : “Etude de plusieurs traitements”
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont réalisé des **comparaisons** entre dormir sous une moustiquaire et dormir sans moustiquaire. »

COMPARER des traitements
C'est évaluer les différences entre deux ou plusieurs traitements.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé **ont comparé** dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire.”

D

Une **DÉCISION ÉCLAIRÉE**
Est une décision prise lorsque l'on comprend l'information qu'on a à sa disposition.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont comparé l'utilisation d'un antibiotique à l'absence d'antibiotique. Jean et Julie ont compris ce que les chercheurs en santé ont découvert. Ils ont réalisé des **décisions éclairées** en choisissant de prendre ou de ne pas prendre l'antibiotique.”

Une **DÉCISION EN MATIERE DE SANTÉ**
C'est une décision à propos de comment on prend soin de notre santé ou de celle d'un autre.
EXEMPLE 1 : “Lorsque vous décidez d'utiliser un traitement vous réalisez une **décision en matière de santé.** »
EXEMPLE 2 : “Lorsque le gouvernement choisit quels traitements sont remboursés et offerts à la population, celui-ci réaliser une **décision en matière de santé.** »

DÉCOUVRIR quelque chose après une comparaison
C'est mesurer une différence ou une similarité entre les groupes de la comparaison sur quelque chose qui est survenu ou qui a changé après avoir reçu le traitement.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé **ont découvert** que moins de personnes ont attrapé la malaria parmi celles ayant dormi sous des moustiquaires.”

Une **DÉCOUVERTE** provenant d'une comparaison
C'est une différence ou une similarité entre les groupes mesurée après une comparaison.
EXEMPLE : “La **découverte** des chercheurs en santé était que moins de personnes parmi celles ayant dormi sous des moustiquaires ont attrapé la malaria. "

Un **DÉSAVANTAGE** lié à un traitement
C'est une chose liée à un traitement que l'on trouve mauvaise.
MOT AYANT LE SENS CONTRAIRE : “un Avantage” → Voir “A”.
EXEMPLE : “Les effets néfastes d'un traitement sont des **désavantages** de ce traitement. Un autre désavantage de certains traitements c'est qu'ils coûtent cher. »

E

Une décision **ÉCLAIRÉE** --> Voir « Décision éclairée » à la lettre « D ».

L'**EFFET** d'un traitement
C'est ce qui t'arrive après un traitement.
EXEMPLE : “Voir mieux c'est l**'effet** de porter des lunettes.”

Une **EXPÉRIENCE PERSONNELLE** d'avoir utilisé un traitement
C'est quelque chose qui est arrivé à quelqu'un après avoir utilisé un traitement.
EXEMPLE : « Sarah affirme que les bouses de vache guérissent les brûlures. Son affirmation se base sur son **expérience personnelle** car elle a une fois mis de la bouse de vache sur une brûlure. Son affirmation est incorrecte. »

Un **EXPERT**
C'est une personne sachant beaucoup de choses sur un sujet.
EXEMPLE: “Un herboriste est un **expert** sur les plantes médicinales, mais un herboriste peut se tromper. Tous les experts peuvent se tromper.”

F

Une affirmation **FIABLE**
C'est une affirmation fondée sur une bonne base.
MOT AYANT LE SENS CONTRAIRE : “peu Fiable” --> Voir “F”.
EXEMPLE : « Les moustiquaires empêchent les personnes d'attraper la malaria. C'est une **affirmation fiable** parce qu'elle s'appuie sur des comparaisons justes. »

H

(Notez que “**HASARD**” a deux sens possibles. Les deux sens sont présentés dans ce glossaire.)

Choisir au **HASARD** qui reçoit quel traitement
C'est une manière de décider qui recevra quel traitement sans le savoir à l'avance.
EXEMPLE : “Jean et Julie lancent une pièce pour décider quels amis recevront du jus de fruits et quels amis recevront de l'eau. De cette manière ils ont utilisé le hasard (la chance) pour décider qui allait recevoir du jus de fruits. Jean et Julie ne pouvaient pas deviner qui allait recevoir du jus de fruits. »

Trouver quelque chose par **HASARD** dans une comparaison trop petite
C'est trouver quelque chose sans pouvoir dire pourquoi c'est arrivé car la comparaison était trop petite.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont comparé deux médicaments pour découvrir lequel est le meilleur pour les maux de tête. Ils ont donné un médicament au premier groupe et un autre médicament au second groupe. Les mauxde tête du premier groupe sont partis plus vite. Néanmoins il y avait très peu de personnes dans la comparaison. Il est possible qu'ils aient trouvé que le premier médicament est le meilleur p**ar hasard**. Ils ne peuvent pas savoir pourquoi les personnes dans le premier groupe ont eu l'impression que leurs douleurs sont parties plus vite. »

I

Une **INFECTION**
C'est une maladie causée par des germes.
EXEMPLE: “Jean a attrapé une **infection** après avoir mis son doigt dans une bouse de vache.”

Les **INFORMATIONS** sur des traitements
C'est ce qui nous est dit ou que l'on apprend sur des traitements.
EXEMPLE : “Les découvertes des chercheurs sont des **informations** à propos des traitements.”

Une comparaison **INJUSTE** entre des traitements
C'est une comparaison dans laquelle il y a d'autres différences importantes mis à part les traitements utilisés.
MOTS AYANT LE SENS CONTRAIRE : « comparaison Juste » --> Voir « J »
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont comparé dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire. Les personnes dans le premier groupe vivaient dans une région où il y a très peu de moustiques. La comparaison était **injuste** car il y avait une importante différence entre les groupes en dehors des traitements utilisés. »

J

Une comparaison **JUSTE** traitements
C'est une comparaison dans laquelle la seule différence importante est quel traitement est reçu.
MOT AYANT LE SENS CONTRAIRE : “une comparaison Injuste” → Voir “I”.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont comparé dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire. Les personnes dans les deux groupes étaient similaires. C'était une **comparaison juste** parce que la seule différence entre les groupes était que certains ont dormi sous une moustiquaire et d'autres non. »

M

MESURER
C'est regarder combien il y a de quelque chose.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont comparé dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire. Ils ont **mesuré** combien de personnes ont attrapé la malaria. »

P

Une affirmation **PEU FIABLE**
C'est une affirmation fondée sur une mauvaise base.
MOT AYANT LE SENS CONTRAIRE : “Fiable” --> Voir “F”.
EXEMPLE : « Sarah affirme que les bouses de vache guérissent les brûlures. La base de son affirmation est son expérience personnelle car elle a une fois mis de la bouse sur une brûlure. Son affirmation est **peu fiable** parce qu'elle se base seulement sur une expérience. »

Un **PROFESSEUR**
C'est un enseignant ou un chercheur travaillant dans une université.
EXEMPLE : “Le **professeur** Juste et le **professeur** Comparer enseignent à l'université. Ils enseignent aux étudiants qui vont devenir des médecins et des chercheurs en santé. Les **professeurs** font également des recherches en santé. »

Q

Une **QUESTION DE RECHERCHE**
C'est une question à laquelle des chercheurs tentent de trouver des réponses.
EXEMPLE: “La **question de recherche** était : Est-ce que dormir sous une moustiquaire réduit le risque que les personnes attrapent la malaria ?”

R

La **RECHERCHE**
C'est lorsque l'on étudie soigneusement quelque chose pour en savoir plus à son sujet.
MOT AYANT LE MÊME SENS : “la Science”
EXEMPLE : “Le professeur Juste et le professeur Comparer font des **recherches** sur les traitements pour en savoir plus sur leurs effets. »

La **RECHERCHE EN SANTÉ**
C'est l'étude soigneuse de la santé dans le but d'en découvrir plus sur celle-ci.
EXEMPLE : “Les chercheurs en santé ont soigneusement comparé dormir sous une moustiquaire à dormir sans moustiquaire. En faisant cette **recherche en santé** ils ont mieux compris les effets de dormir sous une moustiquaire.”
MOT AYANT LE MÊME SENS : “Science de la santé”

S

Ta **SANTÉ**
C'est comment tu te sens dans ton corps et dans ta tête.
EXEMPLE : « Julie est en bonne **santé** parce qu'elle n'est pas malade et qu'elle n'a pas de blessures. Jean a une infection, sa **santé** est moins bonne que celle de Julie. »

SCIENCE
→ Voir "Recherche" ci-dessus.

Un **SCIENTIFIQUE**
→ Voir "Chercheur" ci-dessus.

Les **SCIENCES DE LA SANTÉ**
→ Voir « Recherche en santé » ci-dessus.

Un **SCIENTIFIQUE EN SANTÉ**
→ Voir "Chercheur en santé" ci-dessus.

T

Un **TRAITEMENT**
C'est quelque chose que tu fais pour améliorer ta santé.
EXEMPLE: "Porter des lunettes est un **traitement.** "

TROMPER
C'est faire en sorte que quelqu'un croie que quelque chose est vrai alors que c'est faux.
MOTS AYANT LE MÊME SENS : "duper" ou "berner"
EXEMPLE : "Une affirmation peu fiable peut vous **tromper.** »

Souviens-toi !

• Réfléchis soigneusement avant de décider si tu souhaites utiliser un traitement.
• La plupart des traitements ont à la fois des effets positifs et des effets négatifs.
• Ce que quelqu'un raconte sur un traitement peut être faux.

Les AFFIRMATIONS sur les traitements

Lorsque tu entends une affirmation sur un traitement, demande toujours :

• Sur quoi se base cette affirmation ?

Si les bases de l'affirmation sont mauvaises, l'affirmation n'est pas fiable. Il existe plusieurs bases peu fiables pour appuyer les effets d'un traitement :

1. L'expérience personnelle d'une personne ayant utilisé le traitement
2. Le temps depuis lequel un traitement est utilisé et le nombre de personnes l'ayant déjà utilisé
3. Le coût d'un traitement et à quel point celui-ci est nouveau
4. Ce que les personnes vendant un traitement disent de celui-ci
5. Ce qu'un expert raconte à propos d'un traitement, lorsque ce qu'il dit n'est pas basé sur des comparaisons justes.

Les COMPARAISONS entre traitements

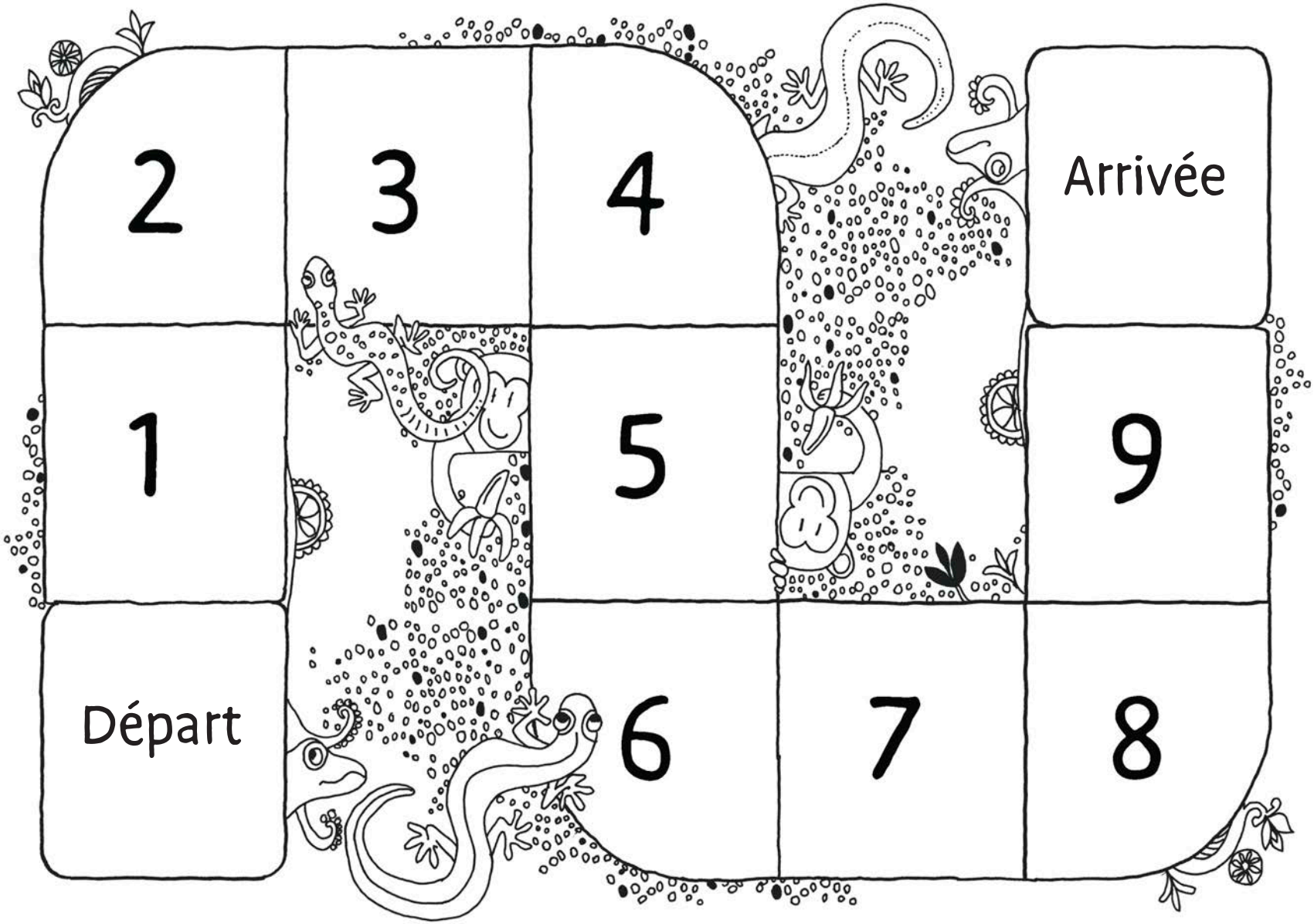
Si les bases de l'affirmation sont bonnes, l'affirmation est fiable. Les comparaisons justes sont une bonne base pour soutenir des affirmations concernant les effets d'un traitement.
Voilà comment les chercheurs en santé réalisent des comparaisons justes :

1. Ils comparent un traitement à un autre ou à l'absence de traitement.
2. Ils décident qui reçoit le traitement au hasard (par exemple à pile ou face).
3. Ils font en sorte que personne ne sache qui a reçu quel traitement jusqu'à la fin de l'étude.
4. Ils offrent les traitements à de nombreuses personnes pour s'assurer que leurs résultats ne sont pas dus au hasard.

Les DÉCISIONS sur les choix de traitements

Lorsque tu choisis si tu veux utiliser un traitement, demande toujours :

- **Quels sont les avantages et les désavantages liés au traitement ?**
- **Qu'est-ce qui est le plus important pour moi ?**


2
3
4
Arrivée
1
5
9
Départ
6
7
8