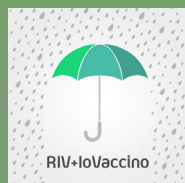




NON ESITATE

Parlate di
vaccinazioni
ai vostri amici
dubbiosi
con empatia e fiducia





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Il desiderio di proteggere dalle malattie prevenibili con i vaccini tutti i bambini che conosci potrebbe minare i rapporti con quegli amici o familiari che hanno timori irrazionali verso le vaccinazioni.

Se sei preoccupato che questo possa accadere, potresti sentire il bisogno di aiutare i tuoi cari a comprendere la sicurezza e l'importanza delle vaccinazioni, tranquillizzandoli e mantenendo allo stesso tempo con loro una relazione positiva.

Questa guida pratica è dedicata a te e alle persone importanti della tua vita.

SOMMARIO

Introduzione	2
Perchè i tuoi amici e le persone a te care non vaccinano i loro figli?	3
Quali sono gli elementi che rendono dubbiosi sulle vaccinazioni?	4
Improntare la conversazione: prima di cominciare	5
Iniziare la discussione: l'ascolto è il primo passo	6
Analizzare la discussione	7
Trovare informazioni valide per le discussioni	10
Preparati a condividere le ragioni per scegliere di vaccinare	11
Altre cose che puoi fare oltre che parlare con le persone a te care	13
Vai avanti con la conversazione	14
Fonti	15

© Estratti e links possono essere usati da siti e blog, a patto di fornire pieno e chiaro credito a Voices for Vaccines, con indicazioni appropriate e specifiche del contenuto originale. Genitori e advocates e altri possono scaricare e duplicare questa guida senza modificarla, per utilizzarla a fini non commerciali e con piena e propria attribuzione di proprietà.

Traduzione e adattamento: RIV + IoVaccino

#iovaccino - #riv - #teamvaxitalia





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Introduzione

La paura è potente. È così potente che a volte anche lo sforzo di cercare di diminuirla può essere traumatizzante per la persona che la vive in prima persona. Questo è particolarmente vero quando si parla di vaccini.

Forse lo hai provato in prima persona e anche adesso hai qualche dubbio quando ci pensi. Forse hai deciso di “non decidere”, anche se questo ti spaventa perché i tuoi bambini e i bambini che ami potrebbero ammalarsi di una malattia prevenibile. Se hai vissuto questa situazione, o conosci qualcuno che lo ha fatto, allora questa guida è per te.

Ci auguriamo di poterti aiutare ad iniziare una conversazione sulle vaccinazioni con i genitori dubbiosi in un modo che mantenga ed arricchisca le vostre relazioni. Ancora più importante, speriamo di poterti dare gli strumenti giusti per rispondere alle loro paure e preoccupazioni e portarli ad una migliore comprensione dell'importanza delle vaccinazioni. Mantenere la conversazione aperta, amichevole e rispettosa può essere il modo migliore per dare a tutti i bambini la possibilità di essere protetti contro malattie prevenibili.

La paura è potente.
È così potente che a volte
anche lo sforzo di cercare
di diminuirla può essere
traumatizzante per la persona
che la vive in prima persona.





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Perché i tuoi amici e le persone a te care non vaccinano i loro figli?

Se hai amici i cui bambini non sono vaccinati o lo sono solo in parte, il primo passo è determinare se quei genitori stanno rifiutando i vaccini intenzionalmente o perché sono spaventati. Questi genitori li possiamo definire “dissenzienti”. Recenti ricerche [1] della Rutgers University in collaborazione con due università tedesche, hanno identificato quattro motivi principali per cui le persone non sottopongono i propri bambini alle vaccinazioni.

Noncuranza

Alcuni genitori non vaccinano i loro figli perché non vedono le malattie, letteralmente. Questa “invisibilità” - possibile grazie all’immunizzazione di massa - ha determinato la falsa credenza che le malattie ormai non esistano più e non rappresentino una minaccia. Per questo, secondo loro, i vaccini sarebbero inutili.

Comodità

Per alcune persone l’impossibilità di prendersi permessi lavorativi, i problemi con la disponibilità delle ASL o altri problemi di accessibilità alle vaccinazioni sono un vero e proprio ostacolo. Questi genitori non hanno bisogno di lunghe conversazioni amichevoli. Hanno solo bisogno di qualcuno che li aiuti a superare quegli impedimenti per far vaccinare i loro bambini.

Fiducia

Alcune persone non si fidano della sicurezza dei vaccini e hanno paura degli effetti avversi. Questi sono i genitori che menzioneranno il mercurio, i componenti dei vaccini e i “danni da vaccino”.

Calcolo

I genitori “in bilico” soppesano quelli che percepiscono come i rischi e i benefici dei vaccini. Purtroppo spesso si fidano di informazioni conflittuali e sbagliate nell’effettuare questa analisi del rischio.





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Quali sono gli elementi che rendono dubbiosi sulle vaccinazioni?

É importante comprendere che quasi tutti i genitori hanno domande sui vaccini. Essere in ansia per le immunizzazioni programmate o sui componenti dei vaccini non rende un genitore “anti-vaccinista”. Alcuni genitori hanno semplicemente domande e preoccupazioni in merito ai vaccini ma non necessariamente sono contro le pratiche di immunizzazione. Infatti la maggior parte dei genitori che scelgono di non vaccinare secondo quanto previsto dal calendario vaccinale non sono antivaccinisti, nutrono solo dubbi sui vaccini.

É possibile mantenere un rapporto di amicizia con queste persone e discutere delle loro preoccupazioni.

Comprendere ciò che rende i genitori dubbiosi potrebbe essere un buon punto di partenza quando si cerca di intraprendere una discussione sui vaccini con un amico o un familiare, specialmente se non si è sicuri di voler entrare nell’argomento. Ecco alcune fonti affidabili che possono essere di aiuto al fine di comprendere meglio la mentalità di un genitore esitante (o, in alcuni casi, un genitore antivaccinista).





Improntare la conversazione: prima di cominciare

Ecco alcuni principi guida da tenere in considerazione prima di decidere se iniziare una conversazione sui vaccini.

Cambiare le paure profonde di qualcuno richiede tempo.

Con ogni probabilità sarà difficile sedersi con un amico o con un membro della famiglia, presentargli dei fatti, e, durante una sola conversazione, fargli cambiare idea sui vaccini. Abbiamo tutti bisogno di tempo per assorbire le informazioni per poi poterne trarre delle conclusioni. Tale conversazione probabilmente si completerà con chiacchierate successive.

Le conversazioni sono strade a doppio senso.

Si potrebbe essere tentati a voler tirar fuori tutta la scienza e tutte le ragioni per le quali i vaccini sono così fondamentali per la salute ed il benessere di un bambino, ma i nostri interlocutori si aspettano di essere rispettati nei loro pensieri o nei loro sentimenti. È necessario essere in ogni momento un buon ascoltatore ed ascoltare con attenzione ciò che il vostro amico o familiare sta dicendo.

Il rispetto è lo strumento più importante capace di poter cambiare un pensiero.

Se stiamo iniziando una conversazione con qualcuno che non ci va a genio, difficilmente saremo in grado di fargli cambiare idea. Se si rispetta il proprio interlocutore mentre si parla di vaccini è necessario mostrare tale rispetto rimanendo calmi e cortesi per tutta la discussione.

Entrambi avete a cuore i bambini durante la discussione.

In ogni discussione su vaccini, la salute dei bambini è il vostro terreno comune. È facile per un genitore a favore delle vaccinazioni perdere di vista questo aspetto. I genitori hanno dei dubbi sui vaccini perché non vogliono fare del male ai propri figli, e sono preoccupati del fatto che i vaccini potrebbero essere dannosi. Ricordate che il vostro amico sta facendo del suo meglio, in base alle proprie conoscenze, per tenere quel bambino al sicuro, anche se la scienza dimostra che queste scelte stanno mettendo i suoi figli in grande pericolo.





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

I vaccini non sono perfetti.

È importante non esagerare sui benefici portati dai vaccini. Anche se sono ampiamente considerati uno dei più grandi successi della salute pubblica nella storia umana, i vaccini non proteggono il 100% dei bambini che li ricevono, e, come qualsiasi altro farmaco, possono determinare seri effetti collaterali, seppur molto raramente [2]. Noi sosteniamo i vaccini non per la loro perfezione, ma perché rappresentano la scelta migliore.

Iniziare la discussione: l'ascolto è il primo passo

Il primo approccio riguarda i pensieri, le idee, le convinzioni e le paure del tuo interlocutore - non riguarda quindi l'importanza delle vaccinazioni.

L'ascolto attivo [3] crea fiducia e garantisce che tu comprenda il motivo per cui la persona a cui vuoi bene prova disagio verso i vaccini.

Due importanti suggerimenti:

1. Non contrastare la disinformazione la prima volta che parlate.

Chiedi al tuo interlocutore cosa lo rende perplesso dei vaccini. Ascolta senza interromperlo e, se appropriato, prendi appunti. Ripeti al tuo amico i punti importanti per assicurarti di aver compreso le sue preoccupazioni. Fai domande di approfondimento. Se senti di poter dare delle risposte che non lo metteranno sulla difensiva, puoi dargliele. Tuttavia dovresti principalmente preparare risposte ragionate. Alla fine chiedi se puoi occuparti delle domande e dubbi che ha sollevato e ritorna alla discussione.

2. È opportuno attendere qualche giorno prima di ritornare sull'argomento.

Prenditi questo tempo per analizzare le sue preoccupazioni. Cerca un modello. Molto spesso le paure che riguardano le vaccinazioni seguono modelli specifici. Questo tempo può consentire al tuo amico o familiare di riflettere sulla conversazione che avete avuto.





Analizzare la discussione

Dopo aver confrontato le risposte del tuo amico o familiare con i più comuni modelli di esitazione vaccinale, sarà il momento di rispondere. Tuttavia è importante comprendere che mentre discuterai con il tuo amico o familiare nel tempo le sue preoccupazioni potrebbero modificarsi: bisogna quindi aspettarsi questo cambiamento. Quando mettiamo alla prova un insieme di idee che le persone utilizzano per argomentare le proprie convinzioni dobbiamo calcolare che esse possano poi crearne altre, al fine di rimanere ancorati a quelle stesse convinzioni. Questo processo è normale. Quindi riferisciti ai diversi modelli man mano che emergono.

Di seguito riportiamo alcuni dei modelli più diffusi fra i genitori dubbiosi.

Percezione di perdere il controllo o necessità di certezze sui benefici per la salute

Le persone che hanno vissuto un evento nella propria vita sul quale non hanno avuto controllo, come per esempio l'aver affrontato un disastro naturale, aver perso il lavoro o aver contratto una malattia, possono essere più predisposte a credere a teorie complottiste [4], fra le quali quella secondo cui la "verità" sui vaccini è stata nascosta dal Sistema Sanitario Nazionale, dal Governo, dal personale sanitario e così via. Altri potrebbero non affidarsi a teorie cospiratorie ma credere di poter proteggere le proprie famiglie in modo più efficace adottando sistemi di prevenzione più semplici, quali ad esempio una dieta adeguata, rimedi omeopatici o stimolanti del sistema immunitario. Questi genitori hanno bisogno di capire come sono prodotti e testati i vaccini [5], e che sono il modo più sicuro ed efficace di prevenire le malattie.

Un'esperienza sanitaria negativa in passato

Per molte donne aver vissuto l'esperienza di un parto deludente o traumatico spesso porta alla sfiducia verso i medici. Forse un tuo caro ha vissuto un'esperienza di diagnosi errata o ha incontrato un medico che non ha debitamente preso in considerazione i loro sintomi. Forse qualcuno che amano ha sofferto a causa di cure mediche insufficienti o ha avuto una reazione importante a un farmaco. Le esperienze negative verso i medici possono portare alla sfiducia verso l'intera categoria, pertanto questi genitori





Una valutazione errata del rischio riguarda sia i vaccini che le malattie

Qualche volta i genitori temono che se vaccinassero e qualcosa andasse storto sarebbero schiacciati dal senso di colpa. Temono che se il loro bambino fosse vaccinato e avesse un effetto collaterale, si sentirebbero responsabili di quanto è successo al loro piccolo. Questi genitori non comprendono fino in fondo che anche la scelta di non vaccinare porta con sé un rischio [10] e che il rischio del non vaccinare è molto più grande del rischio di avere una reazione grave a causa di un vaccino [11].

Questi genitori potrebbero aver bisogno di vedere come le malattie colpiscano i bambini, di comprendere quanto siano rare le reazioni avverse e come, non vaccinando i figli, li esponano ad un rischio maggiore riguardo alle malattie prevenibili.

Chemofobia (paura delle sostanze chimiche) [12]

A causa dell'abile strategia di vendita dei prodotti "completamente naturali" o biologici, alcuni genitori temono qualunque prodotto "chimico" e cercano di liberarsi completamente da ciò che può contenere "roba chimica". Questa paura relativa ai prodotti chimici si estende ovviamente anche ai vaccini.

Questi genitori hanno bisogno di comprendere che le quantità di componenti usati nei vaccini sono minime, a cosa servono e come interagiscono con il sistema immunitario per proteggerci dalle malattie.

I rischi del non vaccinare sono più grandi dei rischi di reazioni avverse gravi da vaccini.



Trovare informazioni valide per le discussioni

Una volta che avrete acquisito un'accurata comprensione delle ragioni alla base della diffidenza verso i vaccini da parte dei vostri amici o familiari, dovete considerare come rispondere alle informazioni errate che loro hanno scambiato per veritiere.

Mentre vorreste “vincere” la battaglia contro la diffidenza verso i vaccini usando i fatti, studi recenti hanno mostrato che utilizzare solo fatti e prove scientifiche spesso spinge le persone ad aggrapparsi ancora di più alle proprie convinzioni.

Gli studi mostrano invece che raccontare storie riguardo alle malattie prevenibili con le vaccinazioni può aiutare a cambiare idea (“storytelling”) [13].

Aiutare i tuoi amici a trovare informazioni affidabili ed accurate è un passo importante da fare insieme a loro.

Se i tuoi interlocutori hanno delle domande complicate riguardo ai vaccini,

Alcuni siti internet hanno raccolto informazioni antibufala e potrebbero aiutare entrambi a comprendere meglio i fatti che riguardano i vaccini.

BUTAC

<http://www.butac.it/category/salute/medicina/vaccini/>

WIRED

<http://www.wired.it/scienza/medicina/2014/05/29/come-rispondere-oppositori-vaccini/>

MEDBUNKER

<http://medbunker.blogspot.it/p/lista-dei-post.html>

VACCINARSI

<http://www.vaccinarsi.org/controla-disinformazione/>

indirizzali verso un medico o un infermiera specializzati, ove possibile.

Un certo numero di risorse offrono delle buone informazioni disponibili per entrambi. È importante osservare che controbattere alla disinformazione non sempre è il miglior modo di procedere, per questo motivo vedremo altre strategie nella prossima sezione.



NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA





Preparati a condividere le ragioni per scegliere di vaccinare

Potresti avere bisogno di raccogliere alcune storie che esercitino un impatto emotivo su di te, in modo da condividerle con i tuoi cari che nutrono dubbi sui vaccini. Quando condividi queste storie ponile saldamente nel contesto delle tue personali motivazioni riguardo alla scelta di vaccinare. Ci sono vari luoghi del web dove potrai trovare questo tipo di storie, compreso il sito internet di Voices for Vaccines.

Considera la tua stessa esperienza

Che tipo di esperienze hai avuto in relazione a malattie infettive prevenibili con vaccino che ti abbiano motivato a vaccinare i tuoi bambini o a preoccuparti dello stato vaccinale degli altri bambini nella tua comunità? Considera la tua

Storie da condividere:

In italiano

VaccinarSi
<http://www.vaccinarsi.org/storiedi/>

Proteggili
<http://proteggili.altervista.org/>

IoVaccino
<https://goo.gl/0uwUFB>

RIV - Rete Informazione Vaccini
<http://www.riv.life/le-testimonianze/>

In inglese

Voices for vaccines
<http://www.voicesforvaccines.org/>

Shot by shot
<http://shotbyshot.org>

storia familiare. Il morbillo era molto comune fino alla metà del ventesimo secolo, quando il vaccino venne introdotto, e molti dei cittadini più anziani, compresi i tuoi nonni, hanno ricordi vividi del morbillo e delle altre malattie per cui oggi abbiamo un vaccino.

Hai foto da poter utilizzare per raccontare questa storia? Altri come te ricordano la stessa storia e possono aiutarti a raccontarla?

Se non hai alcuna esperienza personale, ci

sono storie di cui hai sentito parlare che ti abbiano ispirato ad intervenire attivamente in ambito vaccinale?



Riprendi la conversazione

Ora che hai compreso le ragioni del tuo amico o del tuo familiare per non vaccinare e che sei stato a sentirli con attenzione e rispetto, chiedi se puoi spiegare perchè hai scelto di vaccinare i tuoi bambini. Potresti trovarti nella condizione di dover chiedere all'amico o al familiare lo stesso rispetto che gli hai portato quando hanno spiegato le ragioni del non vaccinare. Se la discussione diventa polemica, accetta di rinviarla per un pò. Se riprendi la discussione, chiedi di seguire di nuovo le regole di base o di rinegoziarle. Cerca di mantenere la calma in modo che l'altra persona non si chiuda. Quando hai finito di presentare le tue informazioni, chiedi al tuo amico se ha qualche domanda o qualche commento a ciò che hai detto. Se la conversazione diventa produttiva e tu sei in grado di rispondere alle domande, fallo. Se non sai come rispondere alle domande o la persona a te cara porta in primo piano nuove preoccupazioni, chiedi tempo per approfondirle.

Probabilmente non è finita qui

Questa conversazione dovrebbe essere percepita come un dialogo in corso. A volte ci vogliono anni affinché le persone si tranquillizzino rispetto alle vaccinazioni. A volte, invece, le persone hanno semplicemente alcune domande che possono essere risolte rapidamente.

Termina ogni conversazione chiedendo se va bene andare avanti con il dialogo.



NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA





Altre cose che puoi fare oltre che parlare con le persone a te care

Aiutali a comunicare meglio con i medici che seguono i loro bambini

È possibile che abbiano bisogno di un nuovo pediatra per i loro figli. È molto probabile però che il loro pediatra attuale stia lavorando con loro nella stessa maniera in cui lo stai facendo tu. Se ti sembra possibile, chiedi di andare dal dottore insieme a loro. Se ti sembra che questo medico sia sprezzante delle preoccupazioni sui vaccini o ti sembra che sia chiaramente contrario ai vaccini, suggerisci qualche nuovo medico.

Aiutali ad ottenere un'assistenza sanitaria adeguata per se stessi

Può anche darsi che il tuo amico o la tua amica non veda un buon medico o un infermiere professionista da anni.

Trovare qualcuno di cui lui o lei possa fidarsi potrebbe aiutare a ripristinare la fiducia nel sistema sanitario.

Espandi il loro gruppo di pari

Prendi in considerazione di presentare la persona a te cara a una comunità di genitori, accogliente e non giudicante, che fornisca un supporto e un'assistenza basate sulla scienza. Presenta il tuo amico ai genitori che vaccinano e che sono pazienti e di mentalità aperta. In alternativa, introduci il tuo interlocutore nei forum online che forniscono lo stesso supporto.

Offri supporto

Cerca di capire in che ambito la persona a te cara si sente di aver perso il controllo e offri un supporto in quegli ambiti. Mentre è molto improbabile che tu possa trovargli un nuovo lavoro o una casa, certamente potrai offrirgli il tuo ascolto.





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Vai avanti con la conversazione

Chiedi al tuo amico di inviarti via email ogni nuovo articolo preoccupante che trova su Internet. Quando lo farà, chiedi se puoi rispondere spiegando perchè non sei d'accordo con l'articolo.

Quando ti imbatti in un articolo che parla di una malattia, di qualcuno che ha cambiato la propria idea su vaccini, di persone immunocompromesse o di epidemie, chiedi al tuo amico se è disposto a leggerlo e a esprimerti la propria opinione in merito.

Non aver paura di condividere articoli sulle brutte notizie riguardanti vaccini. Ad esempio, una notizia relativa a vaccini conservati in modo non corretto è un possibile punto di partenza. Le notizie negative sui vaccini potrebbero generare alcune conversazioni fruttuose con il tuo amico.

Infine:
non discutere solo di vaccini.
Coltiva un rapporto normale.





NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA

Fonti

- [1] <http://bbs.sagepub.1.com/content/2/1/61.full>
- [2] <http://www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/side-effects.htm>
- [3] <http://psychcentral.com/lib/become-a-better-listener-active-listening/>
- [4] <http://www.scientificamerican.com/article/why-do-people-believe-in-conspiracy-theories/>
- [5] <http://www.cdc.gov/vaccines/parents/infographics/journey-of-child-vaccine.html>
- [6] <http://www.consumerreports.org/cro/2014/09/how-to-choose-a-doctor/index.htm>
- [7] <https://gendersociety.wordpress.com/2014/09/02/neoliberal-mothering-and-vaccine-refusal/>
- [8] <http://www.cdc.gov/vaccines/acip/committee/members.html>
- [9] <http://www.historyofvaccines.org/content/history-immunization-schedule>
- [10] <http://www.voicesforvaccines.org/the-consequences-of-refusing-vaccines/>
- [11] <http://www.kevinmd.com/blog/2011/12/vaccines-preventable-disease-nature-risk.html>
- [12] http://www.slate.com/articles/health_and_science/medical_examiner/2013/02/curing_chemophobia_don_t_buy_the_alternative_medicine_in_the_boy_with_a.html
- [13] <http://www.forbes.com/sites/tarahaelle/2015/08/04/how-do-you-change-an-anti-vaccineparents-mind-scare-the-crap-out-of-them/>



NON ESITATE
PARLATE DI VACCINAZIONI AI VOSTRI
AMICI DUBBIOSI CON EMPATIA E FIDUCIA



A cura di:



Quando la Scienza Salva la Vita: una rete per unire tutte le persone che promuovono la pratica vaccinale riconoscendone la fondamentale importanza.

<http://www.riv.life>



La rete delle mamme supportate da numerosi esperti che dicono No alla disinformazione e che sostengono i genitori dubbiosi attraverso la comunicazione in tema vaccinale sui social.

<https://www.facebook.com/loVaccino>

RIV e loVaccino sono membri di TeamVaxItalia, un movimento che nasce a Fano nell'ottobre 2015 e riunisce un gruppo di Operatori Sanitari, Studenti, Blogger e Genitori con l'obiettivo di diffondere la corretta informazione sui vaccini.

Il team è una rete di risorse che opera online e offline.

Il bacino di utenti che quotidianamente raggiunge, sia nel web che sui social, si può quantificare idealmente in circa 300.000 persone, a cui TeamVax offre un servizio di sostegno e corretta informazione sulle tematiche scientifiche, ed in particolare, sul tema della pratica vaccinale.



www.teamvaxitalia.it