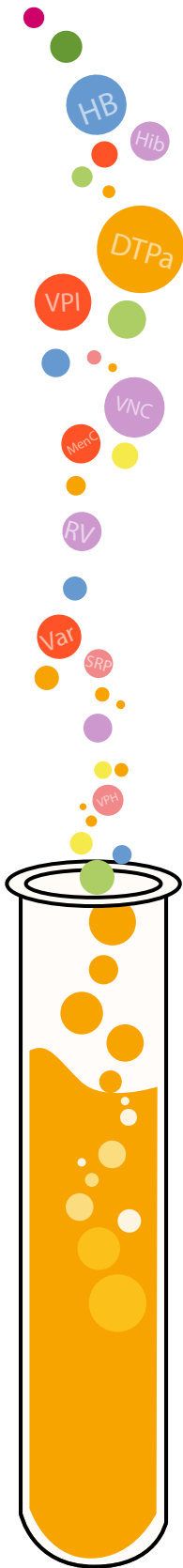


Decàleg de les vacunes

"Vacuneu-lo, protegiu-lo"



- 1. Protegeixen la nostra salut.** Les vacunes ens protegeixen d'alguns virus i bacteris que causen malalties greus i potencialment mortals. Activen les nostres defenses i **ens ajuden a defensar-nos** dels microorganismes.
- 2. Salven vides.** Avui dia, continuen morint infants i adults a causa de malalties que es podrien prevenir amb vacunes; com per exemple: la polio, el tètanus, la meningitis, la diftèria, el catarro...
Sense dubte, **la vacunació i la potabilització de l'aigua** han estat les intervencions de salut pública que més vides han salvat al llarg de la història, i ho continuen fent.
- 3. Poden controlar i eliminar malalties.** Amb l'esforç coordinat entre molts països es pot aconseguir eradicar-les **per sempre**. Un exemple és la verola que va ser definitivament eradicada l'any 1978, després d'haver produït fins a cinc milions de morts anualment. La polio és a punt de desaparèixer. I altres malalties (diftèria, tètanus, rubèola, etc.) han disminuït molt.
- 4. Prevenen alguns tipus de càncer i malalties degeneratives**
Està demostrat que la vacuna de l'hepatitis B prevé la cirrosi i el càncer de fetge, i la vacuna del papil·loma, el càncer de coll d'úter. La vacuna del xarampió prevé malalties neurodegeneratives.
- 5. La vacunació no és només "cosa de nens".** S'ha de vacunar a **qualsevol edat**: infants, adolescents i adults. Tant població sana al llarg de la vida com persones que per la seva situació de salut poden tenir més riscos. I en algunes **situacions especials** (dones embarassades, viatges internacionals, determinades professions...).
- 6. Són solidàries.** A més de protegir-se un mateix, **protegeixen els altres**, els nostres contactes. Impedeixen la transmissió de la malaltia. Tenen efecte protector en altres persones no vacunades o amb poques defenses: és la "immunitat de grup".
- 7. Són segures i efectives.** Hi ha molts falsos mites sobre les vacunes. Es poden considerar entre els productes més segurs usats en medicina i solament s'aproven després d'haver estat sotmesos a **rigorosíssims controls i estudis**. Qualsevol vacuna pot causar algun efecte advers, no obstant això, la majoria són benignes, transitoris i fàcilment controlables. Hi ha molt poques contraindicacions reals per a les vacunes.
- 8. Són un dret bàsic.** No hi ha raons perquè un infant mori o pateixi greus seqüeles per a una malaltia previsible mitjançant vacunació.
A Espanya, el Sistema Nacional de Salut proporciona d'una manera gratuïta la majoria de les vacunes necessàries per a tots els infants, segons l'edat. La decisió de vacunar un menor correspon als pares o tutors. **No hem de negar als infants aquest dret.**
- 9. Formen part d'un estil de vida saludable.** Les vacunes són tan importants com l'alimentació i l'exercici físic per mantenir-nos sans.
- 10. Consells sobre vacunació.** Informeu-vos del calendari de vacunes recomanades i aneu al Centre de Salut en les dates previstes. Porteu el llibre o targeta de vacunació de l'infant perquè hi anotin les dosis posades.
Consulteu amb el pediatre o infermera si teniu dubtes.
I consulteu-ho amb suficient antelació si teniu intenció de viatjar a l'estranger.

